



Beate Stach

**E-Mail:** [stach@glutenfrei-lebenswelt.de](mailto:stach@glutenfrei-lebenswelt.de)

**Glutenfrei-Lebenswelt bietet Ihnen folgende Rezepte von "A bis Z" zum Nachbacken an:**

### **Kräuterfladenbrot aus Kichererbsenmehl**

Zutaten Teig:

400 g Kichererbsenmehl 375 ml kaltes Wasser 4 Esslöffel Olivenöl 2 Teelöffel Salz frische Kräuter, z.B. Salbei, Thymian, Zitronenthymian, Oregano, Rosmarin, o.ä. nach Wahl bunten Pfeffer

Backtipps:

Die frischen Kräuter mit einem Wiegemesser vorsichtig mittelfein zerkleinern das Kichererbsenmehl, das Wasser, die Kräuter sowie die o.g. Gewürze mit einem Mixer zu einem Rührteig verarbeiten den Fladenteig eine Stunde abgedeckt quellen lassen den Teig in eine circa 33 x 23 cm große, gut eingefettete, runde Backform einfüllen den Backofengrill vorheizen die Backform circa 15 cm unter den Backofengrill einschieben und das Kräuterfladenbrot circa 5 bis 10 min grillen bis die Oberfläche des Teigs leicht gebräunt erscheint danach den Fladen noch circa 5 min bei 230 Grad C. (Umluft) backen bis er sich leicht vom Rand der Form löst in Stücke schneiden und warm servieren

Guten Appetit!