



Pita-Brote mit Ofengemüse und Humus

Description

Zubereitung Hummus:

- 1 Dose Kichererbsen (480 Gramm Abtropfgewicht)
- 2-3 Knoblauchzehen
- 3-4 EL Zitronensaft
- 1 TL Salz (je nach Geschmack auch etwas mehr)
- 1 TL Kreuzkümmel
- etwas Cayennepfeffer
- 50ml Olivenöl

Alles zusammen in einem Mixer zu einer cremigen Masse vermengen.

Zubereitung Pita-Brote (4 Stück):

- 90 ml Wasser
- 60 ml Milch
- 10 Gramm Hefe
- 1 Spritzer Agavendicksaft

Hefe und Agavendicksaft in Wasser und Milch auflösen.

- 210 Gramm Mehl (ich habe Dinkel 630 genommen)
- 1 TL Salz
- 20 ml Olivenöl

hinzugeben und gut verkneten. Teig abgedeckt 30 Minuten gehen lassen.

Den Teig in 4 Teile teilen, zu Kugeln formen und auf den gefetteten Zauberstein legen. Die Kugel etwas flach drücken. Die Teiglinge mit einem sauberen Küchentuch abdecken und nochmal ruhen lassen, solange der Ofen vorheizt.

Ofen auf 250 Grad Ober-Unterhitze vorheizen (nach Stoneware Anleitung nicht erlaubt – deshalb mit eigener Gewähr!).

Die Fladen für 8-10 Minuten backen, aus dem Ofen holen und auf dem Zauberstein lassen, so lange das Gemüse im Ofen ist.

Zubereitung Ofengemüse:

Das Gemüse in der Zwischenzeit schneiden:

- 1/2 Zucchini
- 1 Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 2 Karotten
- optional: Schafskäse

Das Gemüse mit Öl, Salz und Pfeffer marinieren, Kräuter nach Wahl hinzugeben. In die runde Ofenhexe geben und bei 200 Grad Ober-Unterhitze für 30 Minuten in den Ofen geben.