

PITA BROT

VIELSEITIGER TEIG FÜR LUFTIG - SAFTIGE PITABROTE



STÜCK

8 Stück à 120g



ZUBEREITUNGSZEIT GESAMT

6-24 Stunden



ZEIT AM BACKTAG

15 Minuten



SCHWIERIGKEITSGRAD

1 / 3

ZUTATEN

WEIZENSAUERTEIG

30g Wasser (20°C)
30g Weizenmehl 700
5g Anstellgut

HAUPTTEIG

360g Wasser (20°C)
reifer Weizensauerteig
500g Weizenmehl 700
50g Vollkornmehl (Weizen, Dinkel,..)
15g Olivenöl
12g Zucker
9g Salz

1. WEIZENSAUERTEIG

Für den Weizensauerteig alle Zutaten verrühren und zugedeckt an einem 22-26°C warmen Platz für 8-16h stehen lassen. Der reife Sauerteig sollte mild-säuerlich riechen, gut aufgegangen und von Bläschen durchzogen sein.

2. HAUPTTEIG

Das Wasser, den reifen Sauerteig und alle anderen Zutaten in eine Knetschüssel geben und zu einem glatten, seidigen Teig auskneten. Per Hand dauert dies ca. 10 Minuten und mit der Küchenmaschine auf langsamster Stufe 6 und auf einer etwas schnelleren Stufe ca. 4 Minuten, bis sich der Teig schön vom Schüsselrand löst und leicht zu glänzen beginnt. Den gekneteten Teig in eine geölte Schüssel geben und 3 Stunden zugedeckt rasten lassen.

AUFARBEITUNG

Den reifen Teig auf eine leicht mit Weizenmehl bestäubte Oberfläche geben und in Stücke je 120g teilen. Die Teiglinge rundschleifen und auf einem geölten Backblech oder in einer Teigwanne zugedeckt reifen lassen. Bei Raumtemperatur ca. 2-4h oder im Kühlschrank 12-36h. Bei der Reife im Kühlschrank entwickelt sich ein tieferes Aroma.

Tipp:

Die geschliffenen Teiglinge leicht mit Öl bepinseln und mit einer Frischhaltefolie zudecken.

Die Pita-Teiglinge auf eine leicht bemehlte Oberfläche geben, vorsichtig flachdrücken oder mit einem Rollholz ausrollen. Die Fladen sollten gleichmäßig zwischen ca. 0,5 und 1cm dünn sein. Nach dem Flachdrücken die Teiglinge noch 5-10 Minuten entspannen lassen.

Backen in der Pfanne

In einer vorgeheizten Pfanne auf 3/4 Hitze ca. 2 Minuten pro Seite backen. Je dicker der Pfanneboden, desto besser eignet sich die Pfanne zum Backen von Pitabrotten.

Backen im Backofen

Den Backofen mit einem Backstein auf 250-270°C aufheizen. Die entspannten Fladen auf den heißen Backstein geben und goldbraun backen.

Hard Facts Hauptteig



Teigtemperatur 23-26°C



Teigruhe 3h



Backtemperatur 250 - 270°C



Backdauer 2-5 Minuten