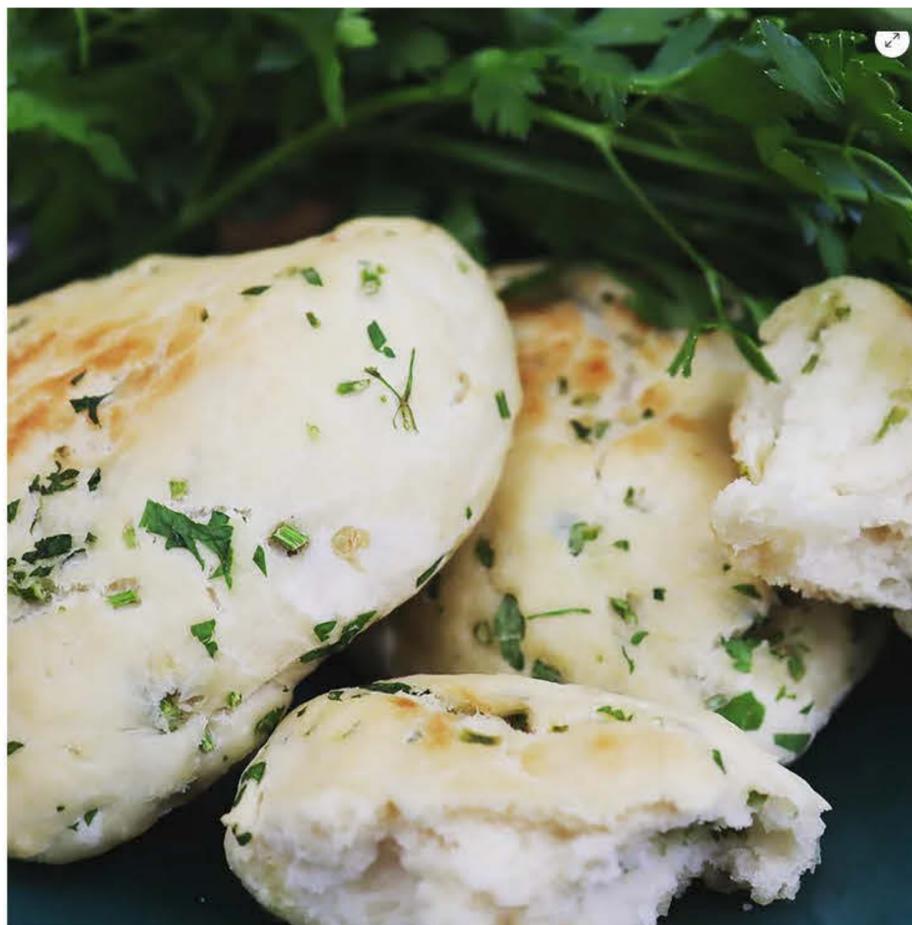


 Barbara Olze · 6. Mai 2021

## Kräuter-Naan

Wer das auch kennt, hebe die Hand:

Man ist in einem indischen Restaurant, wartet hungrig auf das Essen und bestellt vorab schon eine Portion Naan. Sobald die Hauptspeise kommt, ist man eigentlich bereits satt und zufrieden, weil man sich bei den köstlichen Teig-Fladen einfach nicht zurückhalten konnte. Hier kommt eine Variante mit Knoblauch und Petersilie.



### Zutaten (für ca. 5 kleine Fladen)

- 70 g Sojajoghurt
- 5 g Trockenhefe
- 1 TL Reissirup (oder Agavendicksaft)
- 1 TL Salz
- 280 g Dinkelmehl (Type 630)
- Eine Handvoll Petersilien-Stängel
- 1 Zehe Knoblauch
- 2 EL vegane Butter

### So geht's

1. Sojajoghurt, Trockenhefe, Reissirup und Salz zusammen mit 100 ml lauwarmem Wasser in einer großen Schüssel gut vermengen.
2. Dinkelmehl hinzugeben und alles zu einem dichten Teig verkneten, der nicht mehr an den Händen klebt.
3. Schüssel mit einem Tuch abdecken und den Teig an einem trockenen, warmen Ort für ca. eine halbe Stunde ruhen lassen.
4. In der Zwischenzeit die Petersilien-Stängel fein hacken.
5. Knoblauch-Zehe abziehen und mit etwas Salz und einer Gabel zu einem feinen Mus zerdrücken.
6. Nach dem Ruhen Petersilien-Stängel und Knoblauch-Mus zum Teig geben und erneut gut durchkneten.
8. Aus dem Teig ca. fünf flache Fladen formen und auf ein Backblech geben.
9. Butter auf dem Herd oder in der Mikrowelle schmelzen und die Oberseite der Fladen damit bepinseln.
10. Fladen bei 200 Grad Ober-/Unterhitze für ca. 6 Minuten in den Ofen geben. Dann die Fladen umdrehen und von der anderen Seite mit Butter bepinseln.
11. Fladen weitere 6 Minuten backen. Sie sind fertig wenn sie zart gebräunt, aber nicht zu dunkel sind.

Schmeckt zu jeder Art Curry oder einfach nur so!