



## BELEGTES PITABROT

Orientalische Kreation mit selbst gebackenem Pitabrot aus Dinkelmehl.

### ZUTATEN (4 Personen)

#### Für das Pitabrot:

550g Dinkel-Mehl  
40g frische Germ  
250g Kokosmilch  
100ml Wasser  
1EL Olivenöl  
Salz  
1TL Urzucker  
Sesamöl

#### Für das Dressing:

100ml hellen Balsamico-Essig  
500ml Gemüsefond  
2EL Topinambur-Sirup

#### Für den Dipp:

3 Spitzpaprika  
1 Granatapfel  
1TL Korianderkörner  
1TL Kümmel  
1TL Fenchelsamen  
1 Kaffirlimettenblatt  
1EL Olivenöl  
Salz

#### Für das Faschierte:

600g Faschiertes vom Rind  
Erdnussöl

#### Salz Für den Salat:

250g Wildkräuter-Salat



1 Den Dinkel mit einer Getreidemühle frisch mahlen, alternativ bereits gemahlenes Mehl kaufen. Die Germ in eine Schüssel mit lauwarmem Wasser gut verrühren, mit Mehl bestäuben. Die Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und an einem warmen Platz 30 Minuten ruhen lassen. Anschließend Mehl, Olivenöl, Salz und Zucker begeben und zu einem Teig kneten. Diesen wieder mit einem Küchentuch abdecken und an einem warmen Ort 20 Minuten ruhen lassen. Aus dem Teig ca. 5 mm dünne Fladen formen und diese in einer Pfanne (nicht zu heiß) mit wenig Sesamöl backen.

2 Balsamico-Essig, Gemüsefond und Topinambur-Sirup in einem Topf zum Kochen bringen und so lange einreduzieren lassen bis sich eine dickflüssige Sauce gebildet hat. Diese in eine Schüssel zum Auskühlen geben.

3 Backofen auf 250 °C vorheizen. Spitzpaprika halbieren, Strunk und Kerngehäuse entfernen und mit der Hautseite nach oben auf ein Ofenblech legen. Im Backofen bei 250 °C Umluft für ca. 15 Minuten backen, bis die Haut dunkel verbrannt ist. Paprika auskühlen lassen, schälen und in Würfel schneiden. Granatapfel halbieren und die Fruchtkerne herauslösen. Die Gewürze in einen Mörser geben und fein vermahlen. Granatapfel, Paprika Olivenöl und Salz begeben und alles zu einem Dipp verarbeiten.

4 Das Faschierte in einer Pfanne mit etwas Erdnussöl anbraten und leicht salzen.

5 Den Salat waschen und trocken schleudern.

6 Pitabrot mit Faschiertem belegen, den Dip darüber geben, mit Salat bestreuen und das Dressing darüber träufeln.

