

Rezept der Woche: Pide - das echte türkische Fladenbrot

Stimmt schon, so ein Fladenbrot vom türkischen Gemüsehändler ist billig - und wird (fast) immer in einer Plastiktüte überreicht. Die kann man vermeiden. Zum Beispiel indem man Pide selbst backt. Das ist keine große Sache und hat mehrere Vorteile. Einerseits muss man nicht unbedingt ein Riesending in Standardgröße herstellen, und andererseits schmeckt es frisch aus dem Ofen einfach nochmal so lecker.

Die Zutaten (für ein 2-Personen-Brot):

250 g Weizenmehl Type 405
1/3 Block frische Hefe
ca. 150 ml lauwarmes Wasser
1 Teelöffel brauner Rohzucker
2 EL Olivenöl
Salz
1 Eigelb
Sesamsamen
Schwarzkümmel (ungemahlen)

Die Zubereitung:

Unbedingt empfehlenswert ist ein Pizzastein, den man im Backofen ordentlich vorheizt. Es geht natürlich auch auf dem Backblech. Dazu später mehr. Als erstes krümelst du die Hefe in ein Schälchen, gibst den Zucker hinzu und verrührst das Ganze mit dem lauwarmen Wasser bis sich Hefe und Zucker ganz gelöst haben. Lass die Mischung gut 10 bis 15 Minuten stehen bis sie anfängt zu schäumen.

Sieb das Mehl in eine passende Schüssel und misch das Salz dazu. Die richtige Menge Salz herauszufinden, ist nicht ganz einfach; mir ist ein TL meist zu wenig, aber mehr als 2 TL sollten es auf keinen Fall sein. Nun drückst du mit einer Gabel eine Kuhle in den Mehlberg, in die du die Hefemischung kippst. Gieß das Olivenöl vorsichtig an den Rand, damit es sich nicht zu schnell mit dem Rest mischt. Mit der Gabel schaufelst du Mehl über die Hefemischung und beginnst langsam, beides zu verrühren. Dann rührst du schnell auch das Öl hinein. Mit dem Handrührgerät samt Knethaken bearbeitest du die Sache bis ein halbwegs glatter Teig entsteht. Achtung: Eher weniger Kneten, denn je mehr du knetest, desto kleiner werden später die Poren, und Pide sollte ja recht luftig mit großen Poren sein.

Deck die Schüssel mit einem feuchten Tuch ab und lass den Teig bei Zimmertemperatur mindestens 60 Minuten gehen - er sollte sich im Volumen verdoppelt haben. Derweil heizt du den Ofen samt Pizzastein bzw. Backblech per Umluft auf 240° vor. Ist der Teig wie gewünscht gegangen, wirfst du ihn auf die bemehlte Arbeitsfläche und faltest ihn drei-, viermal zusammen - jeweils einmal von Nord nach Süd und dann nach Ost und West; zwischendurch drückst du ihn ein wenig zusammen, damit du weiter falten kannst. Das sollte maximal 3 Minuten dauern.

Arbeitest du mit dem Pizzastein, bemehlst du den zugehörigen Holzschieber, legst den Teigklumpen drauf und formst ihn schnell und mit möglichst wenig Kneten zu einem kaum daumendicken Fladen. Benutzt du ein Backblech, machst du dasselbe auf einem passenden Stück Backpapier. Deck den Fladen wieder mit einem feuchten Tuch ab und lass ihn noch einmal mindestens 30, eher 45, 50 Minuten gehen. Anschließend drückst du ihn noch einmal flach - auf etwas mehr als Daumendicke.

Reduzier die Hitze im Ofen auf 220° und stell auf Unter-/Oberhitze um. Gut ist, wenn der Pizzastein auf einem Rost ziemlich genau in der Mitte liegt bzw. wenn du das Backblech auf der mittleren Schiene installiert hast. Forme den Rand und die Stücke so wie man das vom Pide kennt - das geht am besten mit einem Finger, den du mit ein bisschen Öl versehen hast. Verquirl das Eigelb mit ein bisschen Wasser und/oder Öl und pinsele den Fladen gleichmäßig ein. Dann streust du Sesam und Schwarzkümmel drauf; das dient nicht nur der Optik, sondern auch dem Geschmack.

Das Pide dieser Größe wird auf dem Pizzastein ungefähr 20 Minuten brachen, auf dem Backblech etwas länger. Du kannst dich an der Farbe orientieren: Ist sie schön goldgelb und noch kein bisschen braun, ist das Fladenbrot perfekt. Dann nimmst du es raus und lässt es unter einem feuchten Tuch ein wenig abkühlen, bevor du es servierst.

Die Erfahrung lehrt, dass entscheidend ist, den Teig nicht zu oft und lange zu kneten, weil dass die Hefe so stark verteilt, dass nur kleine Blasen entstehen. Außerdem darf der Fladen nicht zu dick in den Ofen kommen, weil ihn sonst sein Eigengewicht ein wenig zusammendrückt und auch das wieder große Poren verhindert.

[Titelbild: Caroline Ford via [Wikimedia](#) unter der Lizenz [CC BY-SA 3.0](#)]