

Knuspriges Kartoffelfladenbrot

Zutaten: (6 Personen – 2 Backbleche)

500 g Pellkartoffeln
1TL Salz
60 g weiche Butter
120 g Vollkornmehl (Dinkel oder Weizen)
geriebener Käse oder Sesam zum Bestreuen



Zubereitung:

1. Die Kartoffeln pellen und durch die Kartoffelpresse geben oder mit einer Gabel sehr fein drücken.
2. In einer großen Schüssel die Kartoffeln mit dem Salz mischen. Dann die weiche Butter, sowie das Vollkornmehl dazugeben und die Masse zu einem Teig verkneten.
3. Ein Backblech mit etwas Butter einfetten.
4. Den Teig mit feuchten Händen auf dem Backblech möglichst dünn verteilen.
5. Optional: Nach Geschmack mit Sesam (tiereiweißfreie Variante) oder mit geriebenem Käse bestreuen.
6. Im Backofen ohne Vorheizen bei 225°C Ober-/Unterhitze ca. 25 Minuten backen, bis das Fladenbrot goldbraun ist.

Tipp:

Zubereitung im Thermomix:

Die Zubereitung des Teigs im Thermomix ist super einfacher: Die geschälten Kartoffeln in den Thermomix geben und bei Stufe 4 ca. 15 Sekunden zerkleinern. Anschließend die restlichen Zutaten hinzugeben und ca. 1 Minute Stufe 3 zu einem Teig verkneten.

Es schmeckt auch hervorragend zu einem Glas Wein und enthält viele gesunde Ballaststoffe.