

# Chapati Backen

Stelle selbst kenianisches Fladenbrot her !



In Kenia wird an Feiertagen jeweils Fladenbrot, Chapati genannt, gebacken. Da Weissmehl eher teuer ist in Kenia, ist das ein wahres Festessen! Mit diesem Rezept kannst du das kenianische Fladenbrot selber herstellen:

## ZUTATEN

2 Tassen Mehl

1 Prise(n) Salz

2 Teelöffel Öl

1/2 Tasse Wasser

Mehl und Salz in eine Schüssel geben. Das Öl und etwas Wasser dazugeben, etwas durchrühren. Nach und nach Wasser dazugeben und kneten bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Mit einem Handtuch abgedeckt 10 min ruhen lassen. Den Teig in 12 Stücke teilen. Jedes Teigstück mit Mehl bestreuen und zu einem etwa 20 cm Durchmesser großen Kreis ausrollen.

Die Bratpfanne heiß werden lassen. Wenig Öl verwenden. Jedes Chapati in der Pfanne von jeder Seite etwa 1 1/2 min. braten. Auf dem Teller stapeln und mit einem Tuch bedecken bis zum Servieren.



Hoffnung für Kenia  
GOA Schweiz