

Gefülltes Pfannenbrot von Kerstin Sündermann

Zutaten:

Teig:

- 150 ml Wasser, lauwarm (ca. 37°C)
- 260 g Dinkelmehl (Type 630)
- ¼ TL Salz
- 5 g Öl (ca. 1 TL)

Füllung:

- ca. 5 Grünkohlblätter (es geht auch mit Mangold oder geraspelten Möhren oder anderem Gemüse)
- 2 handvoll Kräuter (Petersilie oder Basilikum)
- ca. 100 g Gouda



Zubereitung:

- alle Zutaten für den Teig vermengen und einen Teig kneten
- Teig auf eine bemehlte Unterlage geben, abdecken und 20 Minuten ruhen lassen
- in der Zwischenzeit die Grünkohlblätter vom Strunk zupfen und klein hacken
- ebenso die Kräuter klein hacken
- Käse reiben und mit dem zerkleinerten Grünkohl und den Kräutern mischen • Teig vierteln aus rund ausrollen, auf die Hälfte der ausgerollten Fläche ¼ der Grünkohl Käse-Mischung verteilen, zusammenklappen und die Ende ein bisschen festdrücken
- Öl oder Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen
- Die Teigtaschen auf mittlerer Hitze (nicht zu heiß, sonst werden sie schwarz) goldbraun braten



Zubereitung im Thermomix:

- alle Zutaten für den Teig in den Mixtopf geben und 1 Min. / Knetstufe
- Teig auf eine bemehlte Unterlage geben, abdecken und 20 Minuten ruhen lassen
- Käse in groben Stücken in den Mixtopf geben und 5 Sek. / Stufe 7 zerkleinern, umfüllen
- Kräuter in den Mixtopf geben und 3 Sek. / Stufe 6 zerkleinern, Grünkohl ohne Strunk hinzufügen und 5 Sek. / Stufe 5 zerkleinern
- zerkleinerten Käse hinzufügen und 10 Sek. / Linkslauf / Stufe 3 mischen
- Teig vierteln aus rund ausrollen, auf die Hälfte der ausgerollten Fläche $\frac{1}{4}$ der Grünkohl Käse-Mischung verteilen, zusammenklappen und die Ende ein bisschen fest drücken
- Öl oder Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen
- Die Teigtaschen auf mittlerer Hitze (nicht zu heiß, sonst werden sie schwarz) goldbraun braten

Das Pfannbrot passt sehr gut zu Salat oder einer schönen Suppe.

Hinweis: Ihr könntet auch noch Pfeffer, Paprika und andere Gewürze eurer Wahl hinzufügen.