



Byodo Picknick-Pfannenbrot

Mit der Curry-Mango Sauce ein herrlich fruchtiger Picknick-Genuss! Das Back-Öl Klassik macht den Teig so schön luftig-locker und köstlich.

Zutaten

4 Portionen

Pfannenbrot

250 g Dinkelvollkornmehl

2 TL Backpulver

1 TL Byodo Meersalz, fein

120 ml Milch

70 ml Byodo Back-Öl Klassik

Füllung

1 Mango

0.5 Gurke

150 g Cocktailtomaten

4 EL Byodo Curry-Mango Sauce

Rucola oder Schnittlauch

Zubereitung

Für das Pfannenbrot zunächst alle trockenen Zutaten in eine Rührschüssel geben und verrühren. Die lauwarml Milch und das Back-Öl hinzugeben und den Teig mit den Händen verkneten. Abdecken und beiseitestellen.

In der Zwischenzeit die Füllung zubereiten. Dazu die Mango entkernen, schälen und würfeln. Die

Gurke ebenfalls würfeln und die Tomaten halbieren. Alles in eine Schüssel geben, mit der Curry Mango Sauce vermengen und zur Seite stellen.

Jetzt eine Pfanne erhitzen und einfetten. Jeweils gleichmäßig viel Teig aus der Schüssel entnehmen, erst zu einer Kugel formen und anschließend mit den Händen plattdrücken oder mit einem Nudelholz ausrollen, sodass ein dünner Fladen entsteht. Jeweils ein Brot in die heiße Pfanne geben und wenden sobald Röststellen zu erkennen sind. Mit dem restlichen Teig fortfahren und die Brote auf einem Küchenrost abkühlen lassen.

Gemeinsam mit dem Curry-Mango Gemüse und etwas frischem Rucola oder Schnittlauch genießen.