



liaundliam.ch
facebook.com/liandliam
pinterest.com/liandliam
twitter.com/liandliam



Türkische Pide mit Hähnchen Rezept - Eine orientalische Hauptspeise

Zubereitung	Kochen	Schwierigkeitsgrad	Menge
30 Minuten	15 Minuten	Mittel	8-10 Pide

Zutaten und Zubereitung

Zutaten für den Teig:

Menge	Bezeichnung
200 g	Weissmehl
½ TL	Trockenhefe
1 TL	Salz
½ TL	Zucker
1 Prise	Backpulver
2 EL	Olivenöl
130 ml	Milch

Zubereitung des Teigs:

1. Die Milch in einer kleinen Pfanne bei niedriger Hitze etwas erwärmen. Mit dem Zucker und der Trockenhefe vermischen. Stehen lassen, bis sich an der Oberfläche kleine Bläschen bilden.
2. Das Mehl in eine Schüssel sieben, mit den restlichen trockenen Zutaten kombinieren und vermischen.
3. Haben sich auf der Milch Bläschen gebildet, kann diese, zusammen mit dem Olivenöl, in die Schüssel beigegeben werden.
4. Mit den Händen den Teig für ungefähr 10 Minuten kneten, bis er glatt und geschmeidig ist.
5. Den Teig für 15 Minuten, oder bis er sich etwa verdoppelt hat, stehen lassen.

Zutaten für die Füllung:

Menge	Bezeichnung
500 g	Hähnchen
1 Stück	Tomate
1 handvoll	Bärlauch
1 handvoll	Pfefferminze
1 TL	Garam Masala
½ TL	Chilipulver
½ TL	Koriander Pulver
½ TL	Kurkuma
½ TL	Salz
1 Stück	Ei

Zubereitung der Hähnchen Pide

1. Das Hähnchen mit den trockenen Gewürzen (Garam Masala, Chilipulver, Koriander Pulver, Kurkuma und Salz) vermischen und kurz in einer Pfanne mit etwas Öl braten.
2. Mit den restlichen Zutaten in einer Schüssel vermischen.
3. Den Teig aufteilen und in kleine Bällchen formen. Die Bällchen oval auswallen und mit der Hähnchen-Mischung belegen.
4. Mit den Händen "kleine Schiffe" Formen, so dass die Mischung im Teig bleibt (siehe Bilder).
5. Für 15 Minuten backen.



Kalorien	Fett	Kohlenhydrate	Protein
175 kcal	5 g	17 g	15 g