



Veganes Naan Brot

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Weizenmehl, Type 550	550 g
Backpulver	2 TL
Sojaghurt	150 g
Olivenöl	1 EL
Wasser	3 EL
Salz	0.5 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Teller, große Pfanne, Handrührgerät mit Knethaken

1. In einer Schüssel Mehl, Backpulver, Sojaghurt, Olivenöl, Wasser und Salz mit einem Handrührgerät mit Knethaken (alternativ mit den Händen) verrühren und zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Naanteig anschließend mit einem Küchentuch bedeckt beiseitestellen und ca. 10 Min. ruhen lassen.
2. Naanteig in 8 Teile teilen, nochmals durchkneten und jeweils ca. 0,5 cm dünn ausrollen.
3. Eine beschichtete Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Naanbrote fettfrei von jeder Seite ca. 2 Min. ausbacken. Naanbrote auf einem Teller beiseitestellen, mit dem Küchentuch abdecken und warm halten. Restlichen Teig ebenfalls ausbacken.

Guten Appetit!

Tipp: Naanbrot passt wunderbar zu [Rote-Linsen-Dal mit Reis](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	513 kcal
Kohlenhydrate	100 g
Eiweiß	16 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	4 g