

# Tausche Bulette gegen Bulgur

---

## Pita – Brot

1P.	Trockenhefe	In einer kleinen Schüssel in 3 EL Wasser (von 260ml) auflösen
260 - 270 ml	lauwarmes Wasser	
1 EL	flüssiger Honig	unterrühren, 10 Min. gehen lassen
450 g	Mehl	In eine Schüssel geben
1 ½ TL	Salz	zugeben
		Hefemischung zugeben,
		nach und nach das restliche Wasser unterrühren (Holzlöffel)
		10 Min. kneten (Handrührgerät), zu einer Kugel formen,
		mit Frischhaltefolie oder einem feuchten Küchentuch
		abdecken, 1 Stunde gehen lassen
		Backofen auf 210°C Umluft vorheizen, Teig in 8 Kugeln
		teilen, jede Kugel zu einem Kreis von 20 cm ausrollen.
		Auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen, mit Wasser
		bestreichen, 7-9 Min. backen.

## Laban

( Ca. 6 Port.)

600 ml	kalter, cremiger Joghurt	
600 ml	Wasser	In einem Becher schaumig schlagen
	Salz	nach Geschmack
1 TL	getr. Minze	Zugeben, sofort servieren