

Glutenvrije Pitabroodjes

Door Ouafae - glutenvrijgenietenmetouafae.nl

Heerlijke vulbare pitabroodjes voor bij het vlees

MOEILIKHEIDSGRAAD: MAKKELIJK

AANTAL: 8 STUKS

MAAK TIJD: 20 MINUTEN

BAKTIJD: 10 MINUTEN

RIJSTIJD: 80 MINUTEN

Benodigdheden:

- 380 gram Schär Bröt meel
- 20 gram boekweitmeel
- 7 gram gedroogde gist (1 zakje)
- 50 ml (zonnebloem)olie
- 1 theelepel zout
- 1 eetlepel volle yoghurt of kwark
- 1 volle theelepel psylliumvezelpoeder (Allergento)
- 1 eetlepel suiker
- 350 gram lauwwarm water

Bereidingswijze:

1. Meng het water met de gist en suiker en laat paar minuten staan
2. Voeg dan de yoghurt/kwark toe en de meelsoorten. Daarop de olie en het zout
3. Mix in een stand-mixer voor 7-8 minuten met de vlinderhaak tot een soepel deeg. Vergeet niet na 30 seconden de zijkanten mee te schrapen. Laat afgedekt rijzen op een warme plek tot de hoeveelheid is verdubbeld. (ongeveer 45-60 minuten) ***Ik heb de kom afgedekt in de oven gezet op 50 C met een schaalje water onderin. Ik had 45 minuten nodig om te laten rijzen.***
4. Verwarm de oven voor op 250 C **MET EEN OMGEKEERDE BAKPLAAT IN HET MIDDEN VAN DE OVEN** En onderin de oven een braadslede.
5. Strooi wat rijstmeel op het werkvlak en verdeel het deeg in 8 stukken. Bol ze mooi op. Rol ze uit tot een mooie cirkel van een paar mm dik en leg op een vel bakpapier. Houd 4 stuks aan op 1 vel! laat afgedekt rusten voor 20 minuten
6. Wanneer de rijsttijd verstreken is kook je 250 ml water. Spuit de broodjes in met water en schuif op de hete bakplaat. Giet gekookt water in de hete braadslede en sluit meteen de ovendeur. Bak voor 10-15 minuten tot de bovenkant goudbruin is. Herhaal het proces bij de 2de batch.
7. Leg de pita's afgedekt met een theedoek op een rooster. Serveer warm met bv shoarma, gyros of deze heerlijke [kipspiesjes!](#)

Notities: