

NAAN KENYÉR VEGÁN MÓDON Prove nyomán

Hozzávalók:

250 g liszt (100-100 g TK/simaliszt + 5 dkg búzasikér)

2-3 evőkanál lenmagpehely

1 csomag instant élesztő (7 g)

1 evőkanál cukor, el is hagyható

1 teáskanál só

1 teáskanál sütőpor

1 evőkanál olívaolaj/szezámolaj/szójaolaj

1 csokor friss koriander/petrezselyemzöld

2-3 evőkanál vegán vaj/ extraszűz olívaolaj, tökmagolaj

2 db fokhagymagerezd vagy póréhagyma, bébispenót

Elkészítés:

Egy pohárba mérjük ki 150 ml langyos vizet, oldjuk fel benne a cukrot, majd keverjük hozzá az élesztőt. Hagyjuk állni 15 percet. Tegyük egy tálba a lisztet, a sót és a sütőport, utána adjuk hozzá a felfuttatott élesztőt és az olajat, majd olajos kézzel kezdjük el gyúrni a tésztát. Az elején nagyon fog ragadni, de egy pár perc után már szépen elválik a kezünktől (és a felülettől), ekkor már készen van a dagasztás. Takarjuk le a tésztát egy tiszta konyharuhával, és hagyjuk 90 percig kelni. Akkor jó, ha legalább a kétszeresére megkelt. A másfél óra letelte után vágjuk fel a tésztát 8 egyenlő részre, formázzunk belőle kis gombócokat és tegyük félre egy konyharuhával lefedve még 10 percre.

Forrósítsunk fel egy serpenyőt, majd állítsuk a lángot közepes fokozatra. Egy nyújtófával kezdjük el kinyújtani a gombócokat ovális formákra (kb. 25×12 cm), közben szórjuk meg korianderrel vagy petrezselyemmel, és nyújtsuk olyan vékonyra, amilyenre csak tudjuk (kb. 2-3 mm). Egy tálba töltsünk vizet, mártsuk bele az ujjaink végét és annak segítségével fordítsuk át a naan-t a másik oldalára és egy kicsit vizezzük meg ezt az oldalt. Helyezzük a naan-t a száraz serpenyőbe a bevizezett oldalával lefelé és hagyjuk, amíg fel nem buborékosodik (kb. 1 perc), utána fordítsuk meg. Fedjük le a serpenyőt és süssük még fél percen keresztül.

A végén kenjük meg a fokhagymás olajjal az elkészült kenyeret. Ehhez keverjük össze a reszelt fokhagymát/ aprított póréhagymát a hidegen sajtolt olajjal. A legjobb melegen tálalva.