



Chapati's bakken

RECEPT

Recept voor chapati (Keniaans rond platbrood) 6 stuks

Ingrediënten

1 kop volkorenmeel
1 kop tarwebloem
2 el olie of ghee
3/4 à 1 kop warm water
zout naar smaak

Extra tip

Vulling voor de chapati:

- Gewoon een beetje honing
- Mengsel van kipfilet, linzen en kerrie
- Zoek op internet naar andere vullingen

Bereiding

- Meng de beide soorten meel in een kom.
- Voeg de olie of ghee en zout naar smaak toe en meng ze met de bloem. Je kunt dat met de hand doen of met behulp van een mixer of foodprocessor.
- Kneed, terwijl je beetje bij beetje water toevoegt, de ingrediënten tot je een stevig en glad deeg hebt (ca 10 minuten).
- Bedek het deeg (doek of clingfilm) en laat het een half uur (minimaal) tot twee uur toe rusten. Terwijl het deeg rust, kan je een vulling maken.
- Kneed het deeg nog eens goed door en verdeel het in 6 bolvormige stukken.
- Bestuif ze met extra bloem.
- Druk ieder bolletje deeg plat en rol het in flinke cirkels dun uit.
- Verhit op middelhoog vuur een ruime droge koekenpan of grillpan.
- Vet de pan als die op temperatuur is gekomen licht in met licht ingevet stuk vetvrij papier.
- Bak de chapati aan een kant tot die lichtbruin gekleurd is (ca 1 minuut), draai dan de chapati om en bruin de andere kant. Druk met een lepel op de chapati als die zich "opblaast".
- Leg de chapati op een warm bord of wikkel die in folie. Bak de overige chapati. Vet steeds eerst de pan licht in.