



100 perc

Igazi streetfood kaja otthon.
Vendégvárónak, meccsnézéshez, partikra
tökéletes választás. Ha nyár van, akkor akár
a grillsütő sima lapján is sütheted.

Töltött naan kenyér



FŐZÉS

1x1

Hozzávalók:

50 dkg liszt
2,5 dkg élesztő
2 teáskanál cukor
1 teáskanál só
½ teáskanál sütőpor

1 dl natúr joghurt
3 evőkanál olíva olaj
250 ml víz
½ csirkemell filé
½ brokkoli

10 dkg cheddar sajt
1 kaliforniai paprika
1 hagyma
3 gerezd fokhagyma
½ teáskanál cayenne bors

½ teáskanál őrölt fekete bors
½ teáskanál só
3 evőkanál olaj
Kb. 10 dkg vaj (kenéshez)

Elkészítés:



Egy edényben futtatjuk az élesztőt (1 dl langyos víz, 2 tk cukor, 1 ek liszt). Közben átszitáljuk a lisztet, hozzáadjuk a sót, a sütőport. Majd összekeverjük a lisztet a joghurttal, 3 evőkanál olívaolajjal, és a felfuttatott élesztővel. Jól össze gyúrjuk, és félretesszük fél-1 órára pihenni.

A brokkolit rózsáira szedjük, és egy kevés vízzel megfőzzük. A csirkemellet felkockázzuk, és serpenyőben olajon lepirítjuk, sózzuk, és megszórjuk a borsokkal. Majd kiszedjük a serpenyőből.

A maradék zsiradékon megpirítjuk az apróra vágott hagymát, fokhagymát, majd hozzátesszük az apróra vágott kaliforniai paprikát és a puha brokkolit. A sült csirkemellet még jobban felaprítjuk, és hozzákeverjük.



A megkelt tésztát lisztezett gyúró deszkára borítjuk, átgúrjuk, és 6 egyenlő részre elosztjuk. A tésztákat még kicsit pihentetjük.

Szép kerekre nyújtjuk, a közepükre teszünk egy-két kanálnyi zöldségtöltelék, tetejére reszelt sajtot. Összezárjuk, gombócokat formálunk, majd szép egyenletesen, óvatosan ellapítjuk.

Felforrósított serpenyőbe teszünk egy kevés vajat és a tészta mindkét oldalát kb 2 – 2 perc alatt arany barnára sütjük.