

FRÜHLINGSZWIEBEL-FLADEN

Cong you bing

CHINA



ZUTATEN FÜR 8 STÜCK

300 g Weizenmehl (Type D 550,
Ö W700 glatt)

1 TL Salz

200 ml Wasser, davon 150 ml
kochend

4 Frühlingszwiebeln (nur das Grün)
oder 1 Bd. Bärlauch oder Schnitt-
knoblauch

evtl. dunkles (geröstetes) Sesamöl
zum Bepinseln

Erdnussöl oder Sonnenblumenöl
zum Braten

Mehl zum Arbeiten

FÜR DEN DIP

2 EL helle Sojasauce

2 TL heller Reissig (ersatzweise
weißer Balsamico)

frischer Ingwer nach Geschmack

Heiß, knusprig wie Blätterteig, fettig, salzig, nach Zwiebel, Bärlauch oder Knoblauch duftend: Diese kleinen Fladen eignen sich als Snack vor einer kräftigen Hauptspeise oder als Geheimwaffe bei Lust auf deftiges Finger Food.

- 1 Für den Teig in einer Schüssel Mehl mit Salz vermischen. 150 ml kochendes Wasser mit den Knethaken des Mixers (oder mit Essstäbchen) rasch unterrühren, dann das restliche Wasser unterrühren. In ca. 5 Minuten zu einem weichen, glatten Teig kneten, der nicht mehr an den Händen klebt. Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln, bei Raumtemperatur ca. 30 Minuten ruhen lassen.
- 2 Frühlingszwiebeln, Bärlauch oder Schnittknoblauch waschen, trocken tupfen, in sehr feine Ringe oder Streifen schneiden.
- 3 Für den Dip Sojasauce, 2 EL Wasser und Essig verrühren, Ingwer schälen und hineinreiben (ich nehme ca. ½ TL).
- 4 Teigkugel etwas flach drücken und in 8 gleich große Teile (Tortenstücke) schneiden. Jedes Teigstück wieder zu einer Kugel formen, flach drücken, auf bemehlter Arbeitsfläche dünn und rund (ca. 12–15 cm Ø) ausrollen. Mit Öl bepinseln, mit Zwiebeln, Bärlauch oder Schnittknoblauch bestreuen. Fladen eng einrollen, die Rollen straff zu Schnecken einrollen, das Ende hineinstecken. Schnecken auf der gut bemehlten Arbeitsfläche wieder nicht zu dünn zu etwas kleineren, ca. 8–10 cm runden Fladen ausrollen.
- 5 In einer Pfanne bodenbedeckt Öl erhitzen, Fladen darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite ca. 1–2 Minuten unter Schwenken und Rütteln goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. In Tortenstücke schneiden. Heiß in den Dip tauchen.

TIPP

Apfel-Balsamico statt Reissig gibt dem Dip eine fruchtige Note und passt besonders gut zu Bärlauch-Fladen.

VARIANTEN

Man kann auch größere Fladen machen, aus dieser Teigmenge z.B. 4 Stück.

Schwarzer Reissig (Chinkiang-Essig) macht den Dip noch kräftiger,

davon aber lieber etwas weniger verwenden, weil er auch Salz enthält. Evtl. mit 1 Prise Zucker ergänzen.

