



# Pide

## Langzeitführung

### Zutaten für 8 Pide à 105 g:

#### Teig:

450 g	Weizenmehl 550
50 g	Weizengrieß
30 g	Olivenöl
3 g	Hefe
10 g	Salz
ca. 310 g	Wasser

---

853 g Gesamtteig

#### Fleischfüllung:

200 g	Rinderhack
2	Tomaten
1	Spitzpaprika
1	Zwiebel
1 – 2	Knoblauchzehe
40 g	Öl
15 g	Petersilie
15 g	Tomatenmark
15 g	Paprikamark
1 TL	Paprikapulver
1 TL	Pfeffer
1 TL	Salz

#### Spinatfüllung:

660 g	Spinat
2	Zwiebel
20 g	Öl
30 g	Tomatenmark
1 TL	Paprikapulver
1 TL	Schwarzer Pfeffer
1 TL	Salz
150 g	Feta
1 – 2	Knoblauchzehen

### Zubereitung:

Die Zutaten in der Teigknetmaschine zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in 8 Stücke teilen, rundwirken, mit Gärfolie abdecken und 12 – 24 Stunden im Kühlschrank bei 7 – 8 °C ruhen lassen.

#### Knetzeiten

1-Gang Maschine:	10 Minuten
2-Gang Maschine:	6 Minuten langsam 4 Minuten schnell
NOVA:	6 Minuten Stufe 2 6 Minuten Stufe 4

Bei den Angaben handelt es sich um Richtwerte

Anschließend die Teiglinge dünn ausziehen und mit der Füllung bestreichen. Seiten einschlagen und Enden zusammendrücken. Mit Sonnenblumenöl bestreichen und mit Sesam bestreuen. Kräftig ausbacken.

#### Fleischfüllung:

Zwiebel, Paprika und Tomaten fein schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln dünsten. Hackfleisch dazu geben und anbraten. Sobald das Hackfleisch fein krümelig ist kommen die Paprikastücke und der Knoblauch dazu. Für ungefähr 3 Minuten mitrösten. Tomatenmark und Paprikamark in die Pfanne geben und mit anrösten. Mischung würzen. Nun die Tomatenstücke hinzu und für ungefähr 5 Minuten geköchelt. Schließlich die kleingehackte Petersilie unterrühren.



Im Holzbackofen:  
Bei 320 °C einschießen  
Backzeit: 4 – 6 Minuten



Im Elektro-Steinbackofen:  
Oberhitze: 310 °C  
Unterhitze: 220 °C  
Backzeit: 4 – 6 Minuten



Im Haushaltsbackofen:  
Bei 220 °C einschießen  
Backzeit: 4 – 6 Minuten

### Spinatfüllung:

Zwiebeln in Stücke schneiden und mit Öl in einer Pfanne glasig dünsten. Spinatblätter in große Stücke schneiden mitdünsten. Dann das Tomatenmark zugeben und anrösten. Danach Gewürze unterrühren. In die abgekühlte Füllung den kleingeschnittenen Feta unterrühren.

## Anleitung



Die Teiglinge länglich ausziehen.



Dünn mit der Füllung bestreichen



Die Seiten einschlagen und an den Enden zusammen drücken.



Mit Sonnenblumenöl bestreichen.



Mit weißem und schwarzem Sesam bestreuen.



Kräftig ausbacken. Passt super zu Salat und einer Joghurt-Kräuter-Soße.