SISTERS OF THE FORSAKEN JESU

Wenn die Schwestern Gästen ihre Lebensweise nahebringen wollen, wird Brot gebacken. Khebez, wie das traditionelle Fladenbrot hier heißt, darf bei keiner Mahlzeit fehlen. Es verbindet die verschiedenen Gerichte mit ihren vielschichtigen Aromen zu einem harmonischen Ganzen und ersetzt nebenbei noch das Besteck. Die Schwestern backen das Brot meist auf Vorrat und setzen dafür am Backtag eine große Schüssel mit Teig an. Nach der Teigruhe werden die Teigkugeln blitzschnell zu einem Fladen gedreht, der sofort auf dem Holzofen gebacken wird.

Bei besonderen Gelegenheiten wird das Brot noch auf dem Ofen mit Zaatar bestrichen, einer Mischung aus Olivenöl, Sesam und Gewürzen, und mit Ziegenfrischkäse bestrichen, den die Schwestern selbst produzieren. So belegt, werden die Fladen eingerollt und direkt aus der Hand gegessen.

DAS MISSIO-SOLIDARITÄTSESSEN

missio
glauben.leben.geben.

www.missio-hilft.de/wms

KHEBEZ

Fladenbrot nach Art der „Sisters of the Forsaken Jesus“ in Baalbek, Libanon

Rezept für ca. 70 Fladenbrote
3000 Gramm Mehl
60 Gramm frische Hefe
6 Teelöffel Zucker
6 Teelöffel Salz
500 ml warmes Wasser
1500 ml warme Milch
Mehl zum Arbeiten

Zaatar (Gewürzmischung) zubereiten: Dafür Sesam in einer Pfanne leicht rösten. Thymian, Sumach und Meersalz fein mörsern und anschließend mit dem gerösteten Sesam und Olivenöl mischen. Zur Seite stellen.

Für das **Khebez** Hefe und Zucker in warmem Wasser auflösen und 15 Minuten stehen lassen. Das Salz unter das Mehl mischen. Die warme Milch sowie das Hefe-Zucker-Wasser-Gemisch hinzugeben und kurz verkneten. 90 – 120 Minuten bedeckt an einem warmen Platz gehen lassen.

Den Teig in ca. 70 Portionen aufteilen, zu Kugeln formen und mit einem leicht feuchten Tuch abgedeckt erneut 30 Minuten gehen lassen. Ausrollen und die Fladen im Ofen auf einem heißen Backblech (oder in einer großen Pfanne von beiden Seiten) ohne Fett kurz backen. Damit das Fladenbrot weich bleibt, in feuchte Tücher schlagen und nach dem Auskühlen in Plastikbeuteln aufbewahren.