

## Matnakash-Rezept fürs #synchronbacken 20./21. Mai 2023

[Originalrezept auf Englisch](#) - Achtung, man muss sich kostenlos bei der Webseite anmelden um das ganze Rezept zu sehen.

[Instagram Reel](#) für eine Videoanleitung

### Armenisches Matnakash

Rezept ergibt 1 Fladenbrot

#### ZUTATEN

##### Vorteig

- 150 g Mehl
- 150 g Wasser
- 10 g Zucker
- 10 g Frischhefe

##### Hauptteig

- Ganzer Vorteig von oben
- 425 g Weizenmehl Type 550
- 280 g lauwarmes Wasser
- 10 g Salz

##### Zum Bestreichen

- 1 Ei
- 1 kleiner Schuss Wasser

#### ZUBEREITUNG

1. Für den Vorteig alle Zutaten gut vermischen und für 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.
2. Am nächsten Tag den Vorteig aus dem Kühlschrank nehmen. Alle Zutaten vom Hauptteig dazugeben und von Hand 10 Minuten kneten bis sich ein glatter, elastischer Teig gebildet hat.
3. Den Teig in eine feste Kugel formen, diese in eine geölte Schüssel geben, mit einem Tuch abdecken und aufs Doppelte aufgehen lassen.
4. Wenn der Teig sich verdoppelt hat, den Ofen auf 230°C aufheizen.

1x UMRÜHREN BITTE aka   
**KOCHTOPF**

5. Den Teig auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben.
6. Mit den Händen zu einem 2,5 cm dicken Oval formen. Mit einem Tuch zudecken und 30 Minuten gehen lassen.
7. Ei und Wasser vermischen und den Teig damit bepinseln.
8. Mit dem Handrücken oder den Fingern ums Oval eine 2 cm dicken Rand eindrücken und zwar so fest, dass die Handkante das Backpapier berührt.
9. Mit der gleichen Technik 4 bis 6 "Furchen" mit Abständen von 2,5 cm innerhalb des Ovals eindrücken.
10. Das Blech um 45° drehen und nochmals 4 "Furchen" eindrücken, so dass ein Gitter entsteht.
11. 20 bis 25 Minuten backen oder so lange bis das Fladenbrot goldbraun ist.
12. Aus dem Ofen nehmen. 10 Minuten abkühlen lassen, dann servieren!