

SCHNELLE BROTSTICKS

SCHNELLE BROTSTICKS

Diese Brotsticks brauchen keine große Vorbereitung und sind in wenigen Minuten fertig – es gibt außerdem unzählige Möglichkeiten welche Geschmacksrichtung man wählt. Egal ob Chili, Kräuter, Knoblauch, Kümmel, Fenchel oder wie in dieser Pilz-Spinat Suppe mit Koriander – es gibt keine Grenzen.



Basis für 8-10 Sticks:

1 italienisches Fladenbrot (25cm Ø)

1 1/2 TL grobes Meersalz

1 TL Gewürz nach Wahl (siehe Beispiele)

2 TL Öl (z.B. Chiliöl, Knoblauchöl, Olivenöl, Gewürzöl, Kräuteröl)

Koriandersticks:

1 TL Koriandersamen und 2 TL Oliven- oder Knoblauchöl

Chilisticks:

1/2 TL getrocknete gemahlene Chilis und 2 TL Oliven- oder Chiliöl

Knoblauchsticks:

1 TL getrockneter Knoblauch (grob gehackt) und 2 TL Oliven- oder Knoblauchöl

Fenchelsticks:

1 TL Fenchelsamen und 2 TL Olivenöl

Kümmelsticks:

1 TL Kümmelsamen und 2 TL Olivenöl

Thymiansticks:

1 TL frischer oder getrockneter Thymian und 2 TL Oliven-, Kräuter- oder Knoblauchöl

Rosmarinsticks:

1 TL frischer oder getrockneter Rosmarin (fein gehackt) und 2 TL Oliven-, Kräuter- oder Knoblauchöl

Zubereitung:

Den Ofen auf 200°C vorheizen und das Rost auf oberster Stufe in den Ofen schieben.

Das italienische Fladenbrot in 1-1,5 cm breite Streifen schneiden.



Im Mörser das grobe Meersalz mit dem gewählten Gewürz zusammen zerstoßen. Hier im Bild: Koriandersamen und Salz.



Die Brotstreifen auf einen Teller legen und von beiden Seiten mit dem gewählten Öl bestreichen. Dann von beiden Seiten mit der Gewürz-Salz Mischung bestreuen.



Jetzt kommen die gewürzten Brotsticks für ca. 4-5 Minuten auf dem Rost in den vorgeheizten Ofen. Sie sollten am Ende leicht gold-braun werden.

Danach eignen sie sich super für Dips, als Einlage für Suppen oder auch zum Salat.

Viel Spaß beim Experimentieren!