



Hauptgericht

Weizenmehltortillas

Für 10 – 12 Stück:

- 450 g Weizenmehl
- 1 TL Salz
- 1 TL Backpulver
- 1 EL Schmalz
- 2 EL Mais-, Erdnussöl oder Schweineschmalz

Mehl, Salz und Backpulver vermischen. Schmalz in Stücke schneiden, mit ca. 180 ml Wasser zur Mehlmischung geben und zu einem festem Teig verkneten. Den Teig in 12 Kugeln formen und dünn ausrollen. Öl in einer Pfanne heiß werden lassen, die Fladen darin nacheinander in ca. 30 – 60 Sekunden leicht braun backen.

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde

Pro Stück:

KJ/kcal: 647/154

EW: 4 g

F: 4 g

KH: 27 g

BE: 2,2