

Flatbread med hummus och grönsaker

Antal personer: 4 | Tillagningstid: ca 40 minuter

Ingredienser

4 pizzadegar
1 gurka
½-1 knippe mynta
1 burk grekisk-inspirerad yoghurt
1 lime
1 paket malen spiskummin
1 förpackning tomat (400 g)
1 Romansallat
1 paket gomashio
1 burk hummus

Dessutom: Salt, mjöl, olivolja

1. Dela varje pizzadeg på hälften och kavla ut på mjölat bord till flatbread, ca 1 cm tjocka. Låt dem vila i rumstemperatur i ungefär 15 minuter.
2. Skölj under tiden grönsakerna och myntan.
3. Tärna gurkan och skär myntan fint, men spara några blad till garnering.
4. Lägg yoghurt i en skål tillsammans med myntan och gurkan. Riv i limeskal och tillsätt ½ tsk salt samt spiskummin efter smak.
5. Halvera limen. Rör ihop såsen och smaka av med färsk limejuice.
6. Dela tomaterna i klyftor eller större bitar och skär sallaten grovt. Servera i skålar.
7. Pensla flatbreaden med olja och strö över gomashio. Tryck ner sesamfröna lätt i degen.
8. Hetta upp en stekpanna, tillsätt en generös mängd olja och stek tunnbröden 3-4 minuter på var sida tills de har fått en fin färg och är genomgräddade.

Du kan, om du vill, använda 2 stekpannor och hålla bröden varma i ugnen på 150 grader medan de sista steker färdigt.

Servering: Servera tunnbröden på tallrikar och bre på hummus. Toppa med tomat, sallat, sås och myntablåd, samt en nypa gomashio.