Anisbrot
Khubz ma' Jansun

Dies ist ein lockeres Brot mit knuspriger Kruste. Beim Brotbacken legen arabische Frauen eine Engelsgeduld an den Tag. Oftmals kneten sie das Brot bis zu einer Stunde, damit es leicht und locker wird.
Besonders bei Vollkornbroten sollte man mindestens 10 Minuten durchhalten, auch wenn die Arme anfangen zu schmerzen. Die bessere Brotqualität wird es einem lohnen.

Herkunft: Marokko
Kategorie: Beilagen, Getreide, Brotspeisen

Vorbereitungszeit: 1 Stunde(n)
Zubereitungszeit: 45 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
500 g Weizenmehl
15 g Hefe
250 ml Milch
1 EL Salz
2 EL Anis ganz
1 EL Sesamsamen
50 ml Öl zum Kneten
3 EL Sesamsamen zum Bestreuen

Vorbereitung
Mehl in eine Schüssel geben. In die Mitte vom Mehl eine Mulde bilden und die Hefe hineinbröckeln. Die Milch erwärmen und über die Hefe gießen. Alles umrühren, bis sie sich aufgelöst hat. Das Salz auf den Mehlrand streuen. Alles unter Zugabe von lauwarmem Wasser so vermischen, dass ein gut knetbarer Teig entsteht. Anis und Sesam einarbeiten. Die Hände einölen und den Teig mindestens 10 Minuten kräftig kneten.
In einer zugedeckten Schüssel an einem warmen Ort 20 Minuten gehen lassen. Den aufgegangenen Teig kurz durchkneten, in 3 gleich große Stücke teilen und diese zu runden, flachen Broten formen. Zugedeckt nochmals etwa 20 Minuten gehen lassen.

Zubereitung
Die Oberfläche der Brote mit Wasser bepinseln und mit Sesamsamen bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 220°C 15 Minuten backen.
Dann auf 200°C herunterschalten und noch etwa 30 Minuten backen. Dabei öfter die Kruste mit Wasser bepinseln.
Zum Schluss kann man die Brote noch unter einem Grill überbräunen. Frisch schmeckt Anisbrot besonders gut.

© 2026 coquina.de