



Tortillas - glutenfrei

Zutaten für 4 Personen:

240 g Kichererbsenmehl
120 g Tapiokamehl
1 TL Salz
480 ml Wasser

Zubereitung:

Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben und mit dem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren.

Eine beschichtete Pfanne erhitzen und für kleine Tacos ca. 1/3 Tasse Teig in die Pfanne geben (für größere Tortillas bzw. Burritos gib eine knappe Tasse Teig in die Pfanne).

Jede Tortilla bei mittlerer Hitze 2 Minuten auf einer Seite braten, dann wenden und nochmals eine Minute braten.

Tipp:

Man kann die Tortilla auch gut vorbereiten und einige Tage im Kühlschrank aufbewahren. Wenn man sie wieder schön biegsam haben möchte, einfach alle Tortillas auf einen Teller in den kalten Ofen stellen und dann bei 180°C ca. 8 Minuten erwärmen.

Info:

Du kannst die Tortillas nun nach Belieben weiter verwenden. Die großen Tortillas kannst du füllen und zu einem Burrito aufrollen oder Enchiladas und Quesadillas daraus machen. Die kleinen Tortillas kannst du als Tacos verwenden und sie nach Belieben belegen. Auch als Beilage zum Grillen eignen sie sich hervorragend.