Currybrot mit Orangendip

Würziges Currybrot, erfrischender Orangendip. Einfach eine unschlagbare Kombination, Fernweh für deine Geschmacksnerven. Es ist kinderleicht, unglaublich günstig und superschnell! Nicht mal eine Brotbackform brauchst du. Zusammen mit den richtigen Gewürzen wie Curry und Chiliflocken sowie einem fruchtig frischen Orangendip wird es zu einem wahren Gedicht.



Currybrot mit Orangendip | Foto: Linda Katharina Klein
Zutaten für zwei Mini-Laiber (2 Personen): 100 Gramm Weizenmehl + ca. 20 Gramm Mehl zum Verarbeiten | 80 ml lauwarmes Wasser | 1 Packung frische Hefe | 6 TL Currypulver | 1 TL Chiliflocken | 1 TL Paprikapulver | 0,5 TL Salz | 1 Prise Zucker | optional: 1 TL Zitronengraspulver



Currybrot mit Orangendip | Foto: Linda Katharina Klein
Zubereitung (60 Minuten): 1. Hefe in warmes Wasser einrühren, bis sich diese völlig aufgelöst hat. Eine Prise Zucker dazugeben und kurz beiseitestellen. 2. 100 Gramm Mehl abwiegen und mit den Gewürzen vermengen. 3. Hefe dazugeben und den Teig solange per Hand vermengen, bis eine homogene, klebrige Masse entsteht. 4. Schüssel mit einem Handtuch abdecken und für ca. 30 Minuten an einen warmen Ort stellen (Zeit, den Dip vorzubereiten). 5. Backofen auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. 6. Nachdem der Teig aufgegangen ist, diesen mit dem restlichen Mehl bestreuen und zwei kleine Brotlaibe formen. 7. Die Laiber auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und auf mittlerer Schiene ca. 15 bis 20 Minuten knusprig backen. 8. Die Laiber etwas auskühlen lassen, bevor ihr sie anschneidet, damit sie auch in der Mitte schön luftig bleiben.

Nährwerte/Portion: 226 Kalorien | 1,1 Gramm Fett | 43,7 Gramm Kohlenhydrate | 9,6 Gramm Eiweiß

Zutaten für zwei Dips (2 Personen): 2 EL Creme frâiche | 2 EL Joghurt | 1 EL Orangensaft | 1 EL Sweet-Chili-Chicken-Sauce (Asialaden) | Orangenabrieb | 2 Prisen Salz

Zubereitung (2 Minuten): 1. Mit einer Reibe etwas der aromatischen Orangenschale von der Frucht lösen. 2. und restliche Zutaten mit einander vermengen. 3. Kalt stellen.

Dazu passt super: Süßkartoffel-Kokos-Suppe!

Nährwerte/Portion: 99 Kalorien | 7,9 Gramm Fett | 4,6 Gramm Kohlenhydrate | 2,2 Gramm Eiweiß