

Injera (Eritrea) Madpandekager



Injera er en syrnede blød pandekage/fladbrød, der spises med mange forskellige slags tilbehør. Traditionelt vil man servere tilbehøret oven på brødet og give ekstra brød ved siden af. Man river et mundret stykke af brødet og bruger det til at opsamle tilbehøret med fingrene.
Wât er en samlet betegnelse for de mange forskellige slags tilbehør eller saucer man kan vælge at servere til.
Teff er en glutenfri mel baseret på en græsart. Kan købes i helsekostbutikker.

INGREDIENSER

¼ pakke gær eller surdej
460 g. teff mel (eller 200 g. grahamsmel og 200 g. hirseemel)
460 g. hvedemel
1 tsk. salt
1,4 l lunken vand

SÅDAN GØR DU

Bland ingredienserne grundigt i en stor skål til en tynd, glat dej. Tildæk med film og lad den hvile på køkkenbordet. Efter 2-3 dage dufter dejen syrligt, hæver sig og danner bobler. Når dejen synker ned og vand synes på overfladen, er den klar!
Hæld vandet fra og rør dejen godt sammen.
Opvarm en stor non-stick pande til middel varme og hæld et tynd lag dej på panden. Som en lidt tyk pandekage. Lad den bage i ca. 2-4 minutter under låg, til der er dannet lufthuller og pandekagen er helt tør på overfladen. Den skal ikke vendes.

