



# PEŁNOZIARNISTA PITA

Pełnoziarniste chlebki pita możesz wypełnić ulubionymi składnikami!

## SKŁADNIKI

na około 4-6 sztuk

- mąka pszenna pełnoziarnista - 250g
- świeże drożdże - 25g
- cukier - 5g
- oliwa z oliwek - 10g
- większa szczypta soli
- ciepła woda - około 2/3 szklanki
- wybrane składniki do wypełnienia pity

- 1** Do pokruszonych drożdży dodaj cukier, zalej ciepłą wodą i odstaw na 10 minut.
- 2** Mąkę wymieszaj z solą, dodaj oliwę, rozczyn z drożdży i wyrabiając ciasto, stopniowo dodawaj ciepłą wodę, aby ciasto było gładkie i sprężyste.
- 3** Wyrobite ciasto odstaw do wyrośnięcia na około godzinę, następnie podziel je na równe części i z każdej części uformuj kulę. Następnie rozwałkuj je na grubość około 0,5 cm.
- 4** Placki po jednym kładź na mocno rozgrzanej patelni (bez tłuszczu) i co chwilę obracaj na drugą stronę – po chwili placek spęcznieje jak poduszka, tworząc w środku kieszonkę.
- 5** Po wystudzeniu pit, możesz je nafaszerować ulubionymi składnikami.