

Армянский тонкий лаваш



На 100 грамм:
Калорийность: **266,71 ккал.**
Белки: **7,03 г.**
Жиры: **6,13 г.**
Углеводы: **44,68 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/armyanskij-tonkij-lavash/>

Ингредиенты:

- вода - 1 стакан
- мука - 500 гр
- соль (по вкусу)
- дрожжи (свежие или сухих(8 гр)) - 20 г (я положила сухих дрожжей 2 чайных ложки с верхом)
- масло сливочное (не обязательно) - 50 гр

Приготовление:

Замесите тесто.

Вода + дрожжи + соль + размягченное сливочное масло (не обязательно, но с ним вкусней) + мука .. (я добавляла масло дайте хорошо подняться).

Разделите на небольшие шарики диаметром 5 - 6 см (Если есть время, то дайте еще раз подняться тесту, уже сформированному в шарики, если нет то..), (я давала подняться).

Раскатайте в очень тонкий блин 1 - 2 мм (я раскатывала в 1 мм) (брала прям руками, тесто не рвется, но можно и на скалку намотать...).

И жарьте на нагретой сковороде, на огне выше среднего по 10 - 15 секунд на каждой стороне.. (жарится на сухой сковороде, ничем ее мазать не надо).

(Как только лаваш побелел, пошел пузырями, переверните) Не сушите лаваш, не надо жарить до золотистого цвета и т. п. , все делается очень быстро.

Выкладывайте готовые лавашы между двумя влажными салфетками. (я не поняла как это, поэтому я просто налила в чашку воды, окунала их туда и быстро вытаскивала, сначала они влажные, а потом вода впитывается и они становятся сухими и мягкими.).

(Если лаваш не увлажнить, они будут сухие, а так они получаются мягкими).

И еще...

Пока один жарится, другие (готовые, смоченные) перекладывайте. Между руками так немного покидайте и складывайте опять один на другой. Затем опять раскатали, положили

жариться, готовый смочили, покидали опять все (!) между руками и опять сложили... И так каждый раз, пока не будут сухие.

Когда все подсохли, я их складываю платочком (уголочком) и стопочкой.