

Pita 口袋餅

材料：

預備食材

4 人份

高筋麵粉 360 克

酵母粉 8 克

水 240ml

鹽 10 克、糖 5 克

橄欖油 2 大匙

乾煎過的洋蔥 1 顆（加熱過不會嗆）

去皮彩椒 2 顆

香菜一小把

九層塔一小把

風乾番茄 50 克

黑胡椒、奧勒岡、鹽糖 都適量

檸檬初榨橄欖油 適量

檸檬汁、檸檬皮絲 適量

生菜粗絲（蘿蔓或美生）一小碗

喜歡的蛋白質（肉類豆類都可）

做法：

1. 麵粉、酵母粉、水、鹽糖、橄欖油這些通通拌勻出筋成團不沾手的程度蓋上保鮮膜醒麵一小時。
2. 分小塊滾圓蓋上保鮮膜鬆弛 10 分鐘後桿成圓片厚度約 0.5 公分，烤箱 170 烤澎澎的即可。
3. 其他材料拌均勻醃個半小時入味（吃起來要酸酸甜甜的）。
4. 餅對半夾入餡料，就能享受美食了。