



Weizen-Seele

Ein einfaches Brotrezept aus hellem Weizenmehl, ohne Vorteig, ohne Vorstufen, nur eine Teigruhe im Kühlschrank über Nacht. Hefe und etwas Weizenanstellgut geben Ofentrieb und Geschmack.

Eine feinporige Krumme, eine knusprige Kruste und ein milder ausgewogener Geschmack zeichnen dieses Brot aus. Es passt gut zu Antipasti oder einer Caponata siciliana.

Zutaten

300g Weissmehl
170g Wasser
20g Wasser2
6g Salz
15g Weizensauer
2g Frischhefe

Zubereitung

Alle Zutaten ohne Wasser2 auf langsamster Stufe 5 Minuten kneten.

Weitere 8 Minuten auf zweiter Stufe kneten. Nach 3 Minuten 10g Wasser zugeben. Wenn der Teig das Wasser vollständig aufgenommen hat (und nicht mehr an der Knetschüssel klebt) weitere 10g Wasser zugeben. Am Schluss sollte ein weicher Teig entstehen, der nicht an der Knetschüssel klebt.

Teig in einer abgedeckten Schüssel für 14 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Teig auf leicht bemehlter Unterlage einmal dehnen und falten, nach 30 Minuten Ruhe zu einer Rolle formen. Dazu den Teig etwas ausziehen und die langen Seiten zur Mitte

einschlagen. Danach von Hand auf die gewünschte Länge ausrollen. Leicht bemehlen und mit Bäckerleinen abgedeckt 1 Stunde ruhen lassen.

Mit Schluss nach unten auf den heissen Backstein legen. Mit einer eingölten Rasierklinge 3-4 Mal schräg und ca. 1cm tief einschneiden.

In den auf 250° vorgeheizten Backofen schieben, die ersten 10 Minuten mit Dampf backen. Danach Temperatur auf 220° zurrückstellen und Wassergefäß entfernen und weitere 20 Minuten backen.



Nach der Teigruhe im Kühlschrank. Ein eher fester Teig, der zum Formen kaum bemehlt werden muss.



mit Caponata belegt... zwei vereinte Seelen.