

Rotkorn PUR

Zutaten

| | |
|--------------|--|
| 500g | Rotkornweizen Vollkornmehl „extrafein“ |
| 5g | Flohsamenschale, gemahlen |
| 5 g | Hefe, frisch |
| 12 g | Salz |
| 500ml | Buttermilch |
| 100g | Lievito Madre aus dem Kühlschrank |
| 15 g | Öl |



Zubereitung

- Mehl und Flohsamenschalen in einer Schüssel vermischen
- Hefe, Salz, Lievito Madre und Buttermilch zugeben und **10 Minuten** kneten
- Öl zugeben und weitere **2 Minuten** unterkneten
- in eine geölte Teigwanne / Schüssel geben und den Teig von allen Seiten einmal aufnehmen, zur gegenüberliegenden Seite dehnen und drüberfalten
- **3 Stunden** bei Raumtemperatur (**ca. 24°C**) gehen lassen und jeweils nach **1 Stunde** den Teig nochmals dehnen und falten.
- auf eine bemehlten Arbeitsfläche kippen und rundformen
- Mit dem Schluss nach oben ins Gärkorbchen legen
- **90 Minuten** bei Raumtemperatur gehen lassen
- Ofen mit einem Backblech auf **250°C** aufheizen

- Teigling aus dem Gärkorb auf das Backblech stürzen und mit einem scharfen Messer oder Rasierklinge einschneiden
- Mit Dampf anbacken (wenn du keine Dampffunktion hast, gibst du mit ein Pumpsprayer ein paar Sprühstöße in den heißen Ofen und schließt sofort die Ofentür)
- nach **15 Minuten** die Ofentüre öffnen und den Dampf ablassen
- Ofentemperatur auf **210°C** reduzieren und weitere **35- 40 Minuten** fertig backen

Tipp

Backen im Topf: heize einen gußeisernen Topf mit Deckel im Ofen mit auf. Kippe den Teigling vorsichtig in den Topf, schneide ihn ein und schließe den Deckel wie oben beschrieben backen. Diese Methode ersetzt das Backen mit Dampfzugabe