

Fladenbrot mit Gelbmehlweizen und Bergkräutersalz

Zutaten

Vorteig

350-370ml	Wasser
100g	Gelbmehlweizen Typ 550
340g	Gelbmehlweizen Vollkornmehl „extrafein“

Hauptteig

s.o.	Autolyseteig
7g	Hefe, frisch
10g	Wasser
10g	Olivenöl
15g	Kräutersalz (Bergkräutersalz)

Außerdem

Oliven, Kräutersal



Zubereitung

Teig vorbereiten

- Wasser mit beiden Mehlen in einer Schüssel gut verkneten.
- Abgedeckt **30 Minuten** ruhen lassen (Autolyse).
- Hefe in 10 ml Wasser auflösen, zum Autolyseteig geben und unterkneten.
- Öl und Bergkräutersalz dazugeben und ebenfalls unterkneten.
- Den Teig in eine geölte Teigwanne geben, von allen Seiten dehnen und falten.

Teig gehen lassen

- **30 Minuten** bei Raumtemperatur ruhen lassen.
- Erneut dehnen und falten (Tipp: Hände leicht anfeuchten, falls der Teig klebt).

- Weitere **30–45 Minuten** gehen lassen und ein weiteres Mal dehnen und falten.
- Noch **60 Minuten** ruhen lassen.

Formen und backen

- Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche kippen.
- Zu einem Rechteck ziehen und in zwei gleich große Stücke teilen.
- Beide Teigstücke nebeneinander auf ein Backpapier legen.
- Mit Olivenöl beträufeln, mit den Fingern Mulden hineindrücken und mit Bergkräutersalz bestreuen.
- Ofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen, Blech einschieben und **20 Minuten** ohne Dampf backen.
- Brote aus dem Ofen nehmen, auf einem Gitter abkühlen lassen – und genießen.