



R e z e p t

„Alles in Butter“ vom 20.03.2021

„**Ciabatta**“

von Helmut Gote

WDR 5

ZUBEREITUNG:

WDR 5

ZUTATEN FÜR 3 MITTELGROßE CIABATTAS:

- 500 g Mehl Tipo 0 violett *
- 2 g frische Bio-Hefe
- 350 ml kaltes Wasser (plus 20 ml extra)
- 12 g Salz
- 20 g Olivenöl

- ➔ Das Mehl mit dem Wasser locker verrühren, bis gerade alles Wasser aufgesogen ist. 30 Minuten abgedeckt stehen lassen (Autolyse).
- ➔ Anschließend alle Zutaten in der Küchenmaschine 10 Minuten verkneten, bis ein glatter Teig entstanden ist. In einer Schüssel abgedeckt 2 Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen, nach 30 Minuten einmal dehnen und falten, nach 60 Minuten ein zweites Mal.
- ➔ Dann den Teig 18 Stunden abgedeckt im Kühlschrank reifen lassen.
- ➔ Aus dem Kühlschrank nehmen und vorsichtig auf eine bemehlte Arbeitsfläche stürzen. Vorsichtig zu einem Quadrat von etwa 20x20 cm ausziehen, mit etwas Mehl bestäuben und 1 Stunde abgedeckt liegenlassen.
- ➔ Backofen mit dem Backblech auf 250 Grad vorheizen. Teig in 3 rechteckige Ciabatta von etwa 10 cm Breite teilen und vorsichtig nebeneinander auf ein Backpapier legen.
Heißes Backblech aus dem Ofen nehmen, Backpapier mit den Ciabattas darauf umziehen. In den Ofen schieben. Nach Möglichkeit gut schwaden oder die Teiglinge selbst mit Wasser besprühen (Blumenspritze).
Temperatur auf 220 Grad herunterschalten und die Ciabattas in 15 bis 20 Minute fertig backen.

*(Die verwendeten Mehlsorten stammen von Bon'Gu in Ohrdurf/Thüringen.)