

Original Ciabatta Rezept

Eine schmackhafte Empfehlung
von unserem Senior
Horst Seeberger



Zutaten für 4 Personen:

Für den Vorteig:

5 g frische Hefe
350 g Weizenmehl
250 ml Wasser

Für den Teig:

10 g frische Hefe
5 EL Milch
250 ml Wasser
2 EL Natives Olivenöl extra vergine
20 g Salz
550 g Weizenmehl oder wahlweise 250 g Weizenmehl und
300 g Dinkelmehl 630 mischen (wenn vorhanden, noch
1 EL Malzmehl mit untermischen).

1| Vorteig: 5 g Hefe in 250 ml lauwarmem Wasser auflösen, bis die Hefe kleine Blasen erzeugt. Anschließend das Mehl gründlich unterrühren. Zugedeckt über Nacht gehen lassen.

2| Hauptteig: 10 g Hefe in der handwarmen Milch auflösen (wie oben). Mit 250 ml lauwarmem Wasser, Olivenöl und dem Vorteig mischen. Anschließend Mehl und Salz unterkneten (Salz sollte nie mit Hefe in Kontakt kommen). Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig kräftig kneten (bei Bedarf evtl. noch etwas Mehl zufügen), einölen und zugedeckt (in Frischhaltefolie) ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur gehen lassen. Den Teig in drei gleich große Stücke teilen, in die typische Form ziehen (Ciabatta heißt übersetzt Schlappen) und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Mit Mehl bestäuben, mit Frischhaltefolie bedecken und weitere 2 Stunden an einem warmen Ort gehen lassen.

3| Backen: Den Backofen auf 220 °C Ober- / Unterhitze vorheizen. Das Ciabatta auf mittlerer Schiene in den Ofen schieben und eine Tasse mit Wasser mit hineinstellen. In ca. 30 Minuten goldbraun backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Tipp: Genießen Sie das frische Ciabatta mit leckeren italienischen Antipasti und Gemüse-Spezialitäten aus unserem reichhaltigen Sortiment. Ganz einfach – kommt aber immer gut an – nehmen Sie unsere Gewürzmühle „Agljo, Olio e Peperoncino“, geben etwas davon auf das Ciabatta, etwas Fleur de sel und ein gutes Olivenöl darüber – fertig. Ihre Gäste werden begeistert sein.

Buon appetito :-)

Ihr Horst Seeberger



Vanoni Lebensräume GmbH
Bahnhofstraße 7-9 | 89312 Günzburg
Tel. 08221 - 6449 | Fax. 08221 - 34982

bett.gardine@Vanoni.de | www.Vanoni.de

