



Bio-Ruchmehl Ciabatta

Zutaten für ein Ruchmehl-Ciabatta:

- 1000 g Bio-Ruchmehl
- 24 g Olivenöl
- 10 g Hefe
- 26 g Meersalz
- ca. 800 ml Wasser

Zubereitung

Die Zutaten und 600 ml Wasser ca. 6 Minuten zu einem elastischen Teig kneten, danach das restliche Wasser nach und nach unterkneten, weitere 4 Minuten auskneten.

Den Teig in eine flache, geölte Wanne legen, nach 30 Minuten Ruhezeit falten, nach weiteren 30 Minuten nochmals. Abgedeckt für ca. 12 Stunden bei 8-10° C ruhen lassen.

Aus dem Kühlschrank nehmen, bei Raumtemperatur etwa 1 Stunde ruhen lassen. Den Teig vorsichtig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche kippen und je 460 g abstechen. Die Teigstücke vorsichtig von allen 4 Seiten einschlagen, auf den Teigschluss setzen, 10 Minuten ruhen lassen, dann backen.



Im Holzbackofen:
Bei 290°C einschließen.
Backzeit 30 Minuten.



Im Elektro-Steinbackofen:
Oberhitze 290°C,
Unterhitze 190°C
Backzeit 30 Minuten.
Nach dem Einschließen
Ofen ausschalten.



Im Haushaltsbackofen:
Bei 250°C einschließen,
Backzeit 30 Minuten.
Nach 15 Minuten auf 220°C
zurückschalten.

Die Mehlmischung finden Sie
unter: www.backdorf.de

5 kg-Packung
201100

€ 10,90

