



Das perfekte Ciabatta

Zutaten:

400 g Mehl (Type 550), 1 EL feines Meersalz, 1/4 TL Trockenbackhefe; viel Mehl zum Bearbeiten

Zubereitung:

Die Schüssel luftdicht mit Frischhaltefolie abdecken, damit die Teigoberfläche nicht austrocknet und bröckelig wird. **Den Teig bei Raumtemperatur 12 bis 18 Stunden gehen lassen.** Die lange Gehzeit ist notwendig, damit die Hefe sich gut entwickeln kann und den Teig lockert.

Die Arbeitsfläche mit viel Mehl bestreuen. Den weichen Teig mit einer Teigkarte aus der Schüssel lösen und auf das Mehl geben. **Den Teig mit der Teigkarte von Seite zu Seite ein paar Mal falten** (nicht kneten, weil sonst die Luftblasen aus dem Teig entweichen) und dabei mit viel Mehl arbeiten, da der Teig sehr klebrig ist.

nochmals ein bis zwei Stunden gehen lassen. Derweil den Backofen auf 220 Grad, Umluft 200 Grad, Gas Stufe 5 vorheizen. Den Backofenrost auf die untere Schiene des Backofens schieben. Einen ovalen Bräter (etwa 30 cm Länge) mit Deckel in den Ofen stellen und etwa 30 Minuten mit erhitzen. Im heißen Topf backt der Teig schneller und es entsteht eine schönere Kruste.

Den heißen Bräter aus dem Ofen nehmen, den Teig hinein geben, Deckel auflegen und wieder in den Ofen schieben. So kann keine Feuchtigkeit aus dem geschlossenen Bräter entweichen und das Brot bleibt schön saftig. Dabei zügig arbeiten, damit der Bräter möglichst wenig Hitze verliert.

Etwa 45 Minuten backen. Nach 35 Minuten den Deckel abnehmen.

Das Brot hat ca. 1350 kcal, 40 g E, 5 g F, 283 g KH

Zubereitung: 10 Minuten
Backzeit: etwa 45 Minuten
Gehzeit: 14 bis 20 Stunden

Tipps: Für mehr Geschmack: 2 EL Wasser durch Essig ersetzen.

Ein runder Bräter geht auch, das Brot hat dann allerdings nicht die typische Form.

Wird das Brot angeschnitten, bevor es abgekühlt ist, verdampft viel Feuchtigkeit.
Lieber warten, dann bleibt das Brot schön saftig.

Statt Mehl Type 550 gehen auch Type 405 und Dinkelmehl Type 630.