



## Backrezept No.4 aus der Getreidemühle Luz

### *Ciabatta-Backmischung*

1kg Backmischung = 10-12 Gebäcke auf 2 Blechen  
500gr. Backmischung = 5-6 Gebäcke auf einem Blech

#### **Zutaten für den Teig:**

1kg Ciabatta-Backmischung  
30g Hefe  
25g Salz (3 Teelöffel)  
2 Esslöffel Olivenöl  
ca. 700 ml Wasser (ca. 25°C)

#### **Teigherstellung:**

Der Ciabatta-Teig wird traditionell eher kühl geführt und sehr gut ausgeknetet. Backmischung mit Salz mischen, Hefe zerkrümeln und das Wasser dazugeben.  
\* 3 Minuten Teig anmischen im langsamen Gang der Teigmaschine, danach  
\* ca. 7-10 Minuten im schnellen Gang den Teig gut dehnbar auskneten.  
\* Erst am Schluss das Olivenöl dazugeben und langsam unterkneten (ca. 1min.).

#### **Teigruhe / Gare:**

Den fertig gekneteten Teig zur Gare in eine mit Olivenöl eingestrichene Schüssel geben. Die Teigoberfläche ebenfalls mit Olivenöl einstreichen. Den Teig abdecken und bei Raumtemperatur (nicht zu warm) 60-75 Minuten gehen lassen.

#### **Teiglinge teilen und formen:**

Der Teig wird vorsichtig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche ausgeschüttet, die Teigoberfläche wird ebenfalls bemehlt. Den Teig nun, ohne den reifen Teig zu bearbeiten, in eine rechteckige Form bringen. Jetzt kann mit einem Teigschaber das gewünschte Ciabattastück abgestochen und vorsichtig auf ein bemehltes Blech gelegt werden.

#### **Zwischengare:**

Um eine gute Lockerung zu erhalten, sollte nun eine weitere ca. 15-25minütige Zwischengare eingelegt werden.

#### **Backen:**

Ciabatta erhält seine typische Kruste und Form durch sehr intensives Backen, deshalb den Backofen auf 250°C vorheizen. Nach dem Einschieben auf 210°C mit Heißluft zurückstellen. Beim Backen von nur einem Blech dieses in die untere Schiene einschieben, da eine hohe Anfangshitze notwendig ist. (Ohne Umluft bei 240°C backen.)  
Backzeit ca. 20-25 Minuten.

**Tipp:** Bereits beim Vorheizen eine flache Aluschale oder ein Backblech mit Wasser in den Ofen stellen, so dass das Ciabatta in feuchter Backatmosphäre anbäckt und so im Ofen ein größeres Volumen bekommt.

Die Getreidemühle Luz wünscht gutes Gelingen und guten Appetit.

**Getreideprodukte sind Natur und sollen es auch bleiben.  
Dafür stehen wir.**