

Sauerteig mit insgesamt 170g Hartweizenmehl und 170g Wasser herstellen

Auch ein Vorteig dürfte funktionieren aus 170g Hartweizenmehl, 170g Wasser und einem Gramm Hefe.

Wenn er fast fertig ist:

400g Hartweizenmehl und 230g Wasser eine Minute rühren, 1-2 Stunden stehenlassen

Sauerteig dazu, langsam ein paar Minuten kneten.

Teig mit nassen Händen auseinanderziehen. Prüfen ob er sich dünn ausziehen lässt.

Wenn ja, 11g Salz zufügen, ca. zwei Minuten schnell rühren.

In Plastikdose aufgehen lassen, zwischendurch einmal falten.

9 Stücke abstechen, kurz rund formen.

Nach 10 Minuten länglich flachdrücken, falten wie ein Handtuch oder Baguette, d.h. ein Drittel von vorne, ein Drittel von hinten.

Einschneiden, in Hartweizenmehl wälzen, mit dem Schnitt nach unten gehenlassen.

Backen bei 250°C, nach 10 Minuten auf 230°C, drei Minuten Umluft macht die braunen Kanten. Umluft aus, fertigbacken.