

LEVEL: KOMPLEX

ERGIBT 2

FOCACCIA-BROTE

FOCACCIA MIT VERSCHIEDENEN KÖRNERN

Aus der italienischen Mittelmeerküche kamen entscheidende Anregungen für die neue israelische Küche. Die Focaccia, ein traditionelles italienisches Brot, wurde daher in der Region, in der gebackene Fladenbrote ohnehin allgegenwärtig sind, mit Begeisterung aufgegriffen. Anstatt dem Teig Oliven oder sonnengetrocknete Tomaten hinzuzufügen, haben sich die israelischen Köche ihre eigenen köstlichen Varianten ausgedacht.

ZUTATEN

Teig

- 10g frische Hefe
- 1 Esslöffel Honig
- 350ml kaltes Wasser
- 400g weißes Mehl
- 100g Weizenvollkornmehl
- 1 Esslöffel feinkörniges Salz
- 2 Esslöffel natives Olivenöl extra

Belag

- 60g Sesam, nicht geröstet
- 60g Sonnenblumenkerne
- 60g Kürbiskerne
- ½ Teelöffel grobkörniges Salz

ZUBEREITUNG

In der Schüssel eines Standrührgerätes Hefe, Honig, $\frac{3}{4}$ der Wassermenge, weißes Mehl und Vollkornmehl sowie Salz vermengen. Mit dem Knethaken 3 Minuten auf niedriger Stufe kneten, bis sich eine Teigkugel formt. Das Olivenöl hinzufügen und auf mittlerer Stufe weitere 7 Minuten kneten. Währenddessen nach und nach das restliche Wasser dazugießen, bis dieses vollständig vom Teig aufgenommen wurde. Falls kein Standrührgerät mit Knethaken zur Verfügung steht, kann der Teig auch von Hand geknetet werden, bis sich eine Teigkugel formt. Das Olivenöl hinzufügen und dann weitere 8 Minuten kneten, bis der Teig glatt und geschmeidig ist. Die Teigkugel in eine gut geölte Schüssel legen und diese mit Frischhaltefolie abdecken. Den Teig ca. 1 Stunde gehen lassen, bis er seine Größe verdoppelt hat. Auf einer leicht eingefetteten Arbeitsfläche den Teig in zwei gleich große Portionen aufteilen und aus jeder Portion ein 30x15cm großes Rechteck ausrollen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Teigplatten darauflegen. Die Zutaten für den Belag vermischen. Jeweils $\frac{1}{4}$ des Belags auf die Rechtecke streuen und in den Teig drücken, die Teigplatten umdrehen und jeweils ein weiteres Viertel darauf wie beschrieben verteilen. Beide Seiten des Focaccia-Brotessollten nun mit Körnern bedeckt sein. Den Teig für eine Stunde gehen lassen. Den Ofen auf 250°C vorheizen. Die Focaccia-Brote 20 Minuten backen, bis sie goldbraun sind. Vor dem Servieren 10 Minuten abkühlen lassen.

