

Pane Leggero

Autolyseteig

400 g Wasser kalt

225 g Weizenvollkornmehl kleberstark

325 g Weizenmehl Tipo 0 kleberstark

55 g Sauerteigreste vom Auffrischen

Hauptteig

1005 g Autolyseteig

12 g Salz

12 g Honig

12 g Sesamöl

2 g Frischhefe

Anleitungen

Für den Autolyseteig alle Zutaten in der Knetmaschine für 2 Minuten verkneten und dann 45 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

Die restlichen Zutaten bis auf das Sesamöl zugeben und den Teig 2 Minuten langsam, dann 6 bis 7 Minuten schnell auskneten, bis er sich vollständig von der Schüssel löst.

Das Sesamöl zugeben und vollständig in den Teig einkneten.

Den Teig in eine eingölte Teigwanne legen und 60 Minuten bei Raumtemperatur reifen lassen. Ein mal dehnen und falten.

Den Teig für 12 Stunden im Kühlschrank bei 5 °C gut abgedeckt reifen lassen.

Am Backtag den Teig für 90 Minuten bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen.

Auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und etwas mit der flachen Hand entgasen.

Zu einem runden Teigling vorformen. 20 Minuten entspannen lassen.

Zu einem straffen länglichen Teigling ausformen und im bemehlten Gärkorbchen für 60 Minuten mit Schluß oben reifen lassen.

Einschneiden und in den gut auf 240 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofen geben.

Gut schwaden, die Temperatur auf 215 °C herunterstellen. Für insgesamt 60 Minuten dunkel ausbacken.

