



Zutaten 2 Laibe:

Trockenzutaten:

180 g helles Reismehl
120 g Hirsemehl
40 g Hafermehl
140 g Kartoffelstärke
15 g Goldleinsamenmehl
6 g Xanthan
4 g Trockenhefe
½ TL Rosmarin

Brühstück:

90 g Haferflocken + 5 g Flohsamenschalenpulver (fiberHUSK)
12 g Salz
400 g kochendes Wasser

Hauptteig:

Brühstück + 20 g Sauerteiganstellgut + 30 g Olivenöl + 100 g Hefewasser
Trockenzutaten
60 g entsteinte Oliven

Stückgare: 60 min
Backzeit: 10 + 25 min
Ofen: 250°C/220°C, OU-Hitze
mit Dampf

1. Für das Brühstück Haferflocken, Flohsamenschalenpulver und Salz in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben und mit dem kochenden Wasser zu einem homogenen Brei vermischen. Bei RT mind. 2 h quellen lassen.
2. Dann das Sauerteiganstellgut, das Olivenöl und das Hefewasser zugeben und vermischen. Die Schritte 1 + 2 können ev. auch schon am Vorabend gemacht werden.
3. Die Trockenzutaten abwiegen und in einer Schüssel vermischen.
4. Auf die Nasszutaten geben und mit dem Knethaken auf niedriger Stufe (bei Kenwood min) kneten. 10 min Pause. Dann für weitere 3 min auf Stufe 1 kneten. Zum Schluss für 1 min die Oliven auf Stufe min unterkneten. Der Teig sollte sich vom Schüsselrand lösen, hat aber eine klebrige Konsistenz.
5. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in 2 gleich große Stücke teilen.
6. Die Teiglinge jeweils 1 x kurz rundwirken und dann zu einem ca. 50 cm langen Teigstrang rollen.
7. Von der Mitte beginnend zu einer Schnecke aufrollen, danach auf eine Backpapier setzen und gut mit Reismehl bemehlen. Mit einem Tuch abdecken. 60 min (bis 120 min) Gare im leicht warmen Ofen (eingeschaltete Ofenbeleuchtung).
8. Ofen rechtzeitig für mind. 30 min auf 250 °C vorheizen. Von Beginn an eine feuerfeste Schale (Ofenboden) und einen Back-/Pizzastein/ein Ofenblech (mittlere Schiene) mitvorheizen.
9. Die Teiglinge sollten nach der Gare deutlich an Volumen zugenommen haben.
10. Die Olivenbrote auf den Backstein transferieren. Ca. 30 ml Wasser in die feuerfeste Schale schütten und die Seitenwände (nicht die Ofenlampe) kräftig mit Wasser besprühen. 10 min bei 250 °C backen. Danach den Dampf ablassen.
11. Für weitere 25 min bei 220 °C OUH backen. Auf einem Gitterrost auskühlen lassen.

Rezepthinweise: das Sauerteiganstellgut dient nur der Geschmacksgebung und wird direkt aus dem Kühlschrank verwendet (ohne Auffrischen). Es kann auch weggelassen werden. Das Hefewasser kann durch normales, lauwarmes Wasser ersetzt werden. In diesem Fall 2 g Trockenhefe mehr verwenden.