

Focaccia, herzhaft belegt

Für 4 Stücke:

Hefeteig:

500 g Mehl	150 ml lauwarmes	Wasser
100 ml Milch	1 Würfel Hefe (42 g)	2 TL Salz
1 TL Zucker	2 EL Olivenöl	

Bodenbelag:

2 El Olivenöl	1 TL Fenchelsaat	Salz, Pfeffer
---------------	------------------	---------------

Variante mit Feigen:

Feigen, gesechstelt	40 g Parmesan, gehobelt	6 Scheiben Parmaschinken
---------------------	-------------------------	--------------------------

Variante mit Gremolata:

5 Sardellenfilets	1 EL Kapern	1 Zitrone (Zesten, Saft)
1/2 Orange (Zesten, Saft)	4 getrocknete Tomaten	3 Knoblauchzehen
1 Bund glatte Petersilie	2 EL Olivenöl	100 g schwarze Oliven, in Ringen

Für den Teig Hefe in Milch, Wasser und Zucker auflösen. Das Mehl in eine große Schüssel sieben, eine Mulde bilden. Die Hefemilch in die Mulde gießen, mit einer Gabel vorsichtig einen Teil des Mehls unterrühren. Für etwa 30 Minuten an einem warmen Ort abgedeckt gehen lassen.

Dem angedickten Vorteig das restliche Mehl zufügen und zügig zu einem glatten Teig verkneten. Nochmals abgedeckt an einem warmen Ort für 30 Minuten gehen lassen.

Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Teig mit einem Messer in vier Teile teilen, jeweils mit einem Nudelholz ausrollen und nach Belieben formen (siehe Tipp 2).

Die Teigstücke mit Olivenöl bestreichen, mit Fenchelsaat, Salz, Pfeffer bestreuen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, 15 bis 20 Minuten backen.

Nach dem Backen belegen. Entweder mit den gestückelten Feigen, dem gehobelten Parmesan und hauchdünn zerrissenem Parmaschinken. Oder mit einer Gremolata aus Sardellen und Oliven.

Tipps:

Der Hefeteig braucht Zeit und Muße, schmeckt dafür besonders gut. Er sollte sich bei jedem Aufgehen verdoppeln. Gegen starkes Kleben des Teigs hilft Mehl.

Die Teigstücke können Sie quadratisch, rechteckig oder rund formen. Beliebt ist auch die ovale Form wie ein Schiff. In Italien wird der Teig vor dem Backen oft mit den Fingerspitzen mit Punkten versehen. Der Grund: Kräuter können auf unebener Oberfläche einfach besser haften. Es geht auch simpel. Den Teig vor dem Backen mit 4 EL Olivenöl bestreichen und mit frisch gehackten Kräutern (2 Bund oder 1 EL getrocknete Kräuter) bestreuen.

Unter Gremolata verstehen Italiener eine aromatische Würzmischung. Für unsere Focaccia werden die Sardellen, Kapern, Tomaten, Knoblauchzehen und die Petersilie gehackt, mit Zesten und Saft der Zitrusfrüchte, mit Öl und Oliven gemischt.

test April 2015