

Rezept

# Pane rustico

Ein Rezept von Pane rustico, am 26.04.2024

## Zutaten

### FÜR DEN TEIG:

<b>500 g</b> Weizenmehl (Type 550)	<b>50 g</b> Roggenmehl (Type 1150)
<b>5 g</b> frische Hefe	<b>1</b> Eigelb (Größe M)
<b>75 g</b> flüssiger Sauerteig (selbst gemacht, oder Fertigprodukt)	<b>14 g</b> Salz

### AUSSERDEM:

Öl für die Schüssel	Mehl zum Arbeiten
---------------------	-------------------

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 3 Brote à 350 g | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 700 kcal

## Zubereitung

1. Am Vortag für den Teig in einer Rührschüssel die angegebenen Zutaten und 380 ml eiskaltes Wasser mit den Knethaken des Handrührgeräts oder der Küchenmaschine auf kleiner Stufe ca. 10 Min. mischen. Dann auf höherer Stufe in ca. 8 Min. zu einem glatten Teig verkneten. Eine große Schüssel mit Öl einstreichen, den Teig hineingeben und mit Frischhaltefolie bedeckt im Kühlschrank über Nacht ruhen lassen.
2. Am Zubereitungstag den Backofen mit Backstein (Mitte) auf 230° vorheizen. Den Teig aus der Schüssel auf die mit Mehl bestäubte Arbeitsfläche stürzen und mit der Teigkarte in drei etwa gleich große Stücke teilen. Jedes Stück von zwei gegenüberliegenden Seiten aus entgegengesetzt drehen, sodass in sich verdrehte, ca. 30 cm lange Stangen entstehen.
3. Die Teigstangen auf dem heißen Backstein im Ofen in 30-40 Min. kräftig braun backen. Herausnehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen.