

Bio Olivenstangerl

Rezept für 10 Stück



Knetzeit: 5 Minuten langsam, 10 Minuten intensiver + 2 Minuten Oliven unterheben

Teigruhe nach dem Kneten: 20 Minuten + 15 Minuten Zwischengare

Gehzeit vor dem Backen: ca. 30 Minuten

Backzeit: ca. 24 Minuten bei 220°C Heißluft

Miele Combidampfgarer: Heißluft Plus, 220°C 100% Feuchte, 12min, 30% Feuchte, 12min


Miele Klimagaren: 3 Dampfstöße manuell auslösen, ca. 24min 220°C



ZUTATEN

- 500g Bio Pizzamehl Type 550
- 10g Salz
- 10g Bio Gerstenmalzmehl
- 20g Bio Olivenöl
- 5g frischer Rosmarin oder andere Kräuter
- 15g frische Hefe
- 280g Wasser 23°C
- 120g Oliven (grün/schwarz gemischt)

Olivenöl zum Bestreichen vor dem Backen.

 Bio Backzutaten und Zubehör finden Sie auf www.derbackprofi-shop.at

ZUBEREITUNG

1. Alle Zutaten genau mit einer Küchenwaage einwiegen, in eine Rührschüssel geben und den Teig wie angegeben kneten.
2. Am Ende des Knetvorganges die Oliven langsam unterheben. Sind diese noch relativ feucht, kann man diese vorab in Mehl etwas wälzen.
3. Den Teig nach dem Kneten mit einem Tuch abdecken und bei Raumtemperatur 20 Minuten rasten lassen.
4. Den Teig auf eine stark bemehlte Arbeitsfläche geben und Teigstücke auswiegen zu je ca. 95g, rund formen bzw. rund schleifen und nochmals ca. 15 Minuten zugedeckt rasten lassen.
5. Mit Hilfe eines Rundholzes die Teigkugeln nun zu länglichen Fladen ausrollen.
6. Von oben beginnend den Teig einwickeln und nach unten ziehen, dass eine schöne Wicklung entsteht. Die Stangerl anschließend doch recht kräftig in Mehl wälzen.
7. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Stangerl auf das Backblech legen.
8. Leicht mit Wasser besprühen, abdecken und ca. 30 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen und in der Zwischenzeit den Backofen auf 220 °C Heißluft vorheizen.
9. Die Stangerl abdecken, mit Olivenöl leicht bestreichen, und ggf. mit Rosmarin Streusalz bestreuen.
10. Mit viel Dampf backen, und die Stangerl recht knusprig aus dem Backofen holen.
11. Nach dem Backen auf einem Küchenrost auskühlen lassen.

Zum online Rezept:

