

# FOCACCIA MIT DINKELMEHL



## Zutaten

### **Mehlkochstück**

250g Wasser  
50g Dinkelmehl, hell

### **Hauptteig**

Mehlkochstück  
150g Wasser  
450g Dinkelmehl, hell  
15g Olivenöl  
5g Frischhefe  
10g Salz

### **Belag**

1 ganzer Knoblauch  
6 EL Olivenöl  
3 EL Ahornsirup/Agavendicksaft  
2 Zweiglein Oregano  
Olivenöl, Fleur de Sel, nach  
Wunsch Chili

Der Duft von süßem Knoblauch gefällt mir wahnsinnig gut. Und deshalb habe ich in letzter Zeit ein paar Experimente mit karamellisiertem Gemüse gemacht – fernab der Gebrannten Crème. Das tönt kompliziert? Ist es überhaupt nicht. Da ich eine grosse Focaccia-Liebhaberin bin lag es also auf der Hand, ein solches Topping auf dieses tolle Apéro-Gebäck zu zaubern. Zusammen mit dem Oregano harmoniert es einfach wunderbar und wird auch deine Gäste reihenweise verzücken!

## Zubereitung

### **Mehlkochstück**

50g helles Dinkelmehl mit 250g Wasser in einer kleinen Pfanne unter ständigem Rühren – damit es keine „Klümpli“ gibt – aufkochen, bis die Masse dicklich wird. Noch kurziterrühren, bis sich die Masse beim Umrühren grob vom Pfannenboden löst. Abkühlen lassen, abdecken und mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen. Es ist überhaupt kein Problem, das Mehlkochstück 1-2 Tage im Kühlschrank zu lassen. Mach es, wann du Zeit hast und bleib auch beim Brot backen flexibel.



Ich finde es praktisch, das Mehlkochstück am Abend zu machen, so kannst du irgendwann am nächsten Tag mit dem Hauptteig beginnen und die Focaccia backfrisch unter die Gäste bringen.

### **Hauptteig**

Das Mehlkochstück und alle Zutaten 5 Minuten auf kleinster Stufe mischen, dann nochmals 5-7 Minuten auf zweiter Stufe kneten. Der Teig ist *sehr weich*, er löst sich nur knapp vom Rand. Das ist gut so. Den Teig in eine Teigwanne geben oder in der Schüssel lassen. Innerhalb von 2 Stunden *mindestens 3x* mit nassen Händen falten. Zwischendurch immer wieder gut abdecken und eher an den kühlfsten Ort in deinem Zuhause stellen, denn Dinkel hat es nicht gerne zu warm.

## Belag

In den Falt-Pausen kannst du das *Topping vorbereiten*. Dazu alle Knoblauchzehen in Scheibchen schneiden und im Olivenöl 10-15 Minuten goldbraun dünsten. Den Ahornsirup beifügen und 10 Minuten bei relativ hoher Hitze caramellisieren. Achtung: Knoblauch darf nicht anbrennen, deshalb immer schön dranbleiben... Die Oreganoblättchen vom Stiel ablösen und unter die Mischung geben. Jetzt noch würzen, aber das Salz erst am Schluss, damit das Topping nicht wässrig wird.

## Formen

Hast du den Teig genug gefaltet und gefällt dir seine Konsistenz, so gibst du ihn mit Hilfe der Teigkarte auf ein mit *Olivenöl eingestrichenes Backblech* (nicht sparen, sonst klebt es!). Jetzt verteilst du den Belag grob auf dem Teig und drückst ihn mit *allen Fingern*, die dir zur Verfügung stehen hinein. Gleichzeitig ziehst du den Teig *sanft auseinander*, sodass er schlussendlich ca. 1cm dick ist. Jetzt noch salzen.

## Stückgare

Jetzt nochmals 45-60 Minuten abgedeckt ruhen lassen. Nicht vergessen, spätestens jetzt den Backofen bei 220° vorzuheizen. Mit oder ohne Backstein möglich.

## Backen

Die Focaccia bei 220° 25-30 Minuten ohne Dampf backen. 10-15 Minuten auf einem Gitter abkühlen lassen. Frische, ganze Oreganoblättchen darüber streuen und wenn möglich noch lauwarm servieren. En guete!

## Zeitplan

	<i>Vorarbeiten</i>	<i>Arbeiten am Backtag</i>
	ca. 15 Minuten	ca. 3 Stunden
	3-24 Stunden	3-4 Stunden

Kommt dir ein Begriff Chinesisch vor? Alle Fachbegriffe kannst du auf [www.besondersgut.ch](http://www.besondersgut.ch) nachschlagen. Ebenso findest du dort viele anschauliche Bilder, die dir das Brot backen noch leichter machen.