



Zutaten

Poolish/Vorteig

150g Wasser
150g Weiss- oder
Halbweissmehl
0,1g Frischhefe

Autolyse-Teig

Poolish/Vorteig
350g Weiss- oder
Halbweissmehl
175g Wasser

Hauptteig

Autolyse-Teig
8g Frischhefe
10g Salz

Das Pain d'épi ist ein Stangenbrot, welches in jeder französischen Bäckerei angeboten wird. Klassisch wird es aus einem Baguette-Teig hergestellt. Pain d'épi heisst übersetzt Ährenbrot – aus offensichtlichen Gründen. Dieses Brot eignet sich perfekt für eine Party oder kleine, belegte Brötchen. Denn die einzelnen „Zipfel“ lassen sich ruckzuck abbrechen. Wow-Effekt garantiert!

Zubereitung

Poolish/Vorteig

Am Vortag in der Knetschüssel (oder alternativ in einer kleinen Schüssel) 0,1g Hefe in 150g Wasser auflösen, 150g Weiss- oder Halbweissmehl dazugeben und mit einem Löffel gut mischen. Abdecken und 18-24 Stunden bei Raumtemperatur gären lassen. Der Poolish ist am nächsten Tag mit vielen kleinen Bläschen ausgestattet und um's Doppelte aufgegangen.

Autolyse-Teig

Vorteig, 350g Mehl und 175g Wasser kurz auf niedrigster Stufe mischen und 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen.

Hauptteig

Jetzt nur noch die Hefe und das Salz zum Autolyse-Teig geben. 5 Minuten auf niedrigster Stufe und 5 Minuten auf zweiter Stufe kneten. Der Teig sollte sich vom Rand ganz lösen. Am Boden klebt er noch.

Falten

Den Teig wenn möglich in eine Teigwanne geben. Alternativ eine Gratinform benutzen oder zur Not in der Schüssel lassen. In den nächsten 2 Stunden 2-3x mit nassen Händen rundherum falten. Der Teig gewinnt weiter an Struktur und Zusammenhalt.

Formen

Vergiss nicht, jetzt den Backofen vorzuheizen.

Jetzt drei möglichst gleich grosse Teiglinge – ohne zu viel Luft heraus zu lassen – abstechen. Vorsichtig zu einem Luftkissen einrollen und *10 Minuten abgedeckt entspannen* lassen.

Die Luftkissen allenfalls leicht bemehlen und vorsichtig zu einem Oval flach drücken. Jetzt die längere Seite von oben in die Mitte falten und die untere ebenfalls in die Mitte. Dann den Teigling nochmals in der Mitte falten und mit den Fingern „versiegeln“. Anschliessend mit beiden Händen zu Pain d'épi-Strängen rollen.

Die Rollen mit Schluss nach unten im Bäckerleinen oder auf dem Backpapier abgedeckt nochmals 45 Minuten ruhen lassen, sodass sich das Volumen merklich erhöht hat und die Rollen schön straff sind.

Einschneiden

Die Rollen kannst du entweder bemehlen oder mit Wasser besprühen und in Samen wälzen. Anschliessend mit einer grossen Schere im Abstand von 2-3cm ungefähr mit einem 45°-Winkel einschneiden. Dabei die Zipfel jeweils abwechslungsweise nach links/rechts legen. Achtung: Zipfel nicht ganz durchschneiden.

Backen

Nach dem Scheren-Schnitt die Pains d'épis sofort backen, damit sie nicht „verlaufen“. Die ersten 8 Minuten bei 230° mit Dampf backen. Dann den Dampf ablassen (Backofentüre öffnen). Weitere 8 Minuten bei 230° backen. Und nochmals 3-5 Minuten bei leicht geöffneter Ofentüre, so werden die Pains d'épis herrlich knusprig. Auf einem Gitter abkühlen lassen.

Zeitplan

	<i>Vorarbeiten</i>	<i>Arbeiten am Backtag</i>
	ca. 15 Minuten	1-2 Stunden
	18-24 Stunden	ca. 4 Stunden

Kommt dir ein Begriff Chinesisch vor? Alle Fachbegriffe kannst du auf www.besondersgut.ch nachschlagen. Ebenso findest du dort viele anschauliche Bilder und Videos, die dir das Brot backen noch leichter machen.