

ITALIEN!

DAS GOLDENE VON GU



SONNENREZEPTE ZUM GLÄNZEN UND GENIESSEN

G|U

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: 2022 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH,
Postfach 860366, 81630 München

© Printausgabe: 2022 GRÄFE UND UNZER VERLAG
GmbH, Postfach 860366, 81630 München



GU ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND
UNZER VERLAG GmbH, www.gu.de

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch
auszugsweise, sowie Verbreitung durch Bild, Funk,
Fernsehen und Internet, durch fotomechanische
Wiedergabe, Tonträger und
Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit
schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Herausgeberin: Adriane Andreas

Projektleitung: Alessandra Redies

Lektorat: Katrin Wittmann


Bildredaktion: Adriane Andreas

Einführende Kapiteltexte: Tanja Dusy

Korrektur: Andrea Lazarovici, Fabrizio Balducci

Covergestaltung: independent Medien-Design, Horst Moser, München

eBook-Herstellung: Viktoriia Kaznovetska

 ISBN 978-3-8338-8728-4

1. Auflage 2022

Bildnachweis

Coverabbildung: Hans Döring (Fotografie); The Noun Project: parkjisun (Cover-Icon)

Fotos: Klaus Arras; Mona Binner; Harry Bischof; Barbara Bonisolli; Becca Crawford; Vivi D'Angelo; Andrea Di Lorenzo; Klaus-Maria Einwanger; EISING STUDIO | FOOD PHOTO & VIDEO Martina Görlach; Fotos mit Geschmack, Urike Schmid und Sabine Mader; Maria Grossmann und Monika Schuerle; Julia Hoersch; Maike Jessen; JUNI; Silvio Knezevic; Kramp + Gölling Fotodesign; Coco Lang; Jana Liebenstein; Mathias Neubauer; Janne Peters; Rogge & Jankovic; Jörn Rynio; Wolfgang Schardt; Michael Schinharl; Anke Schütz; Shabnam Shameli; Nicole Stich; Thorsten Suedfels; Christian Teubner; Peter von Felbert; Nicky Walsh; Alexander Walter; Katrin Winner; Michael Wissing

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-8728 10_2022_02

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben.

Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de

 www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

KONTAKT ZUM LESERSERVICE

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Grillparzerstraße 12

81675 München

Backofenhinweis

Die Backzeiten können je nach Herd variieren. Die Temperaturangaben in unseren Rezepten beziehen sich auf das Backen im Elektroherd mit Ober- und Unterhitze und können bei Gasherden oder beim Backen mit Umluft abweichen. Details entnehmen Sie bitte Ihrer Gebrauchsanweisung.

ABKÜRZUNGEN IN DIESEM BUCH

bzw.	beziehungsweise
ca.	circa
cm	Zentimeter
EL	Esstlöffel
g	Gramm
getr.	getrocknet
i. Tr.	in der Trockenmasse
kcal	Kilokalorie
kg	Kilogramm
l	Liter
Min.	Minute(n)
mind.	mindestens
ml	Milliliter
mm	Millimeter
Msp.	Messerspitze
Pck.	Päckchen
S.	Seite
s.	siehe
Sek.	Sekunde
Std.	Stunde
TK-	Tiefkühl-
TL	Teelöffel



PANE

BROT, BRUSCHETTA, PIZZA

Niemals ohne

Gleich mit der Speisekarte kommt in Italien meist schon ein Korb mit Brot und ein paar Grissini auf den Tisch. Schlichtes Weißbrot, schwach oder, wie in der Toskana üblich, gar nicht gesalzen, damit es als neutrale Beilage den Geschmack der Speisen nicht überdeckt. Mal gibt es für den ersten Hunger vorab ein Schälchen Olivenöl zum Dippen dazu, ansonsten dient das Brot seit jeher als zusätzliche Sättigungsbeilage und ideales Hilfsmittel, um übrige Sauce oder Suppe aufzutunken, es soll ja schließlich nichts verkommen! Brot gehört in Italien einfach zu jedem Essen – auch zu Hause – und ist im Restaurant darum auch ganz selbstverständlich im **Coperto**, der obligatorischen Gebühr für das Eindecken des Tisches, inbegriffen.

Karges Frühstück

Während Brot – für Nicht-Italiener und vor allem für Low-Carb-Anhänger oft kaum verständlich – sogar zu Pasta gegessen wird, spielt es ausgerechnet bei jenen Mahlzeiten, die in anderen Ländern traditionell mit Brot bestritten werden, kaum eine Rolle: Es gibt kein »Abendbrot«, wie wir es kennen, und speziell das Frühstück ist in Italien eine eher brotlose Kunst. Während in Deutschland morgens möglichst nach dem Motto »wie ein König« mit Brot, Wurst, Käse und Eiern geschlemmt wird, besteht die erste Mahlzeit des Tages, die **Prima colazione** in Italien häufig nur aus ein paar in Kaffee getauchten Keksen. Zu früh, zu hektisch, wer zur Arbeit muss, genehmigt sich sein

Frühstück lieber in einer Bar, im Stehen. Auf die Schnelle gibt es einen Espresso mit einem Brioche oder *Cornetto* – ein croissant-ähnliches Gebäck, das pur oder mit Marmelade gefüllt, auf jeden Fall immer leicht süß schmecken muss. Das reicht dann zunächst auch völlig, da das Abendessen in Italien, als eigentliche Hauptmahlzeit des Tages, deutlich später stattfindet.



UN CAFFÈ, der kleine Espresso, zählt in Italien zu den »Grundnahrungsmitteln« und ist darum fast gleichbleibend preiswert.

Üppige Snacks

Die Zeit von morgens bis mittags oder gar abends kann sich ganz schön strecken. Kommt dann doch der kleine Hunger, bieten selbst in den kleinsten Orten Cafés und Bars die Möglichkeit für einen **Spuntino**, einen kleinen Imbiss. Beim zweiten »echten«

Frühstück stehen dann belegte Brote und Brötchen hoch im Kurs: *Tramezzini*, *Panini* oder *Crostini*, aber auch ein Stück *Pizza*, *Focaccia* oder eine *Piadina*. Dazu darf es ruhig noch eine Tasse Cappuccino, einen Caffè latte oder einen Latte macchiato geben. Ab Mittag ist damit Schluss: All diese milchhaltigen Kaffeespezialitäten gelten als zu sättigend. Sie werden in Italien in der Regel nur morgens, aber nie nach einem Essen getrunken – es sei denn von Touristen.

KLEINES KAFFEE-ABC

Caffè espresso: kleiner starker Kaffee – in Italien nicht »Espresso«, sondern einfach nur **caffè** genannt. Ein doppelter trägt das Kürzel *doppio*, ein stärkerer *ristretto* und ein schwächerer *lungo*. Mit einem Schuss Alkohol (Grappa oder Sambuca) wird daraus ein **Caffè corretto**, mit etwas Milch ein **Caffè macchiato**. Wer mehr Kaffee in einer größeren Tasse möchte, verlangt einen mit Wasser verlängerten Espresso, einen **Caffè americano**. Ebenfalls größer sind Kaffees mit Milch: **Caffè latte**, der normale Milchkaffee, **Cappuccino** mit Milch und Milchschaum oder **Latte macchiato:** viel Milch mit wenig Kaffee geschichtet.



SCHÖN WEICH und ungetoastet schmiegt sich beim Tramezzino das Brot fest an den Belag.

Brot – restlos gut

Auch wenn es in Italien mehr und mehr Brote aus Vollkornmehl, **Pane integrale**, gibt, handelt es sich bei den meisten traditionellen Sorten um Weißbrot auf Weizenbasis. Häufig leicht gesäuert oder wie *Ciabatta* mit Olivenöl verfeinert, werden diese Brote weniger stark gebacken und sind somit heller und etwas weniger knusprig als hiesige. Mit Absicht: Sie sollen als Beilage eher neutral schmecken oder mehr der Entfaltung der Aromen ihrer Auflagen dienen als

diese zu übertrumpfen. Trotzdem ist ein (selbst) frisch gebackenes **Landbrot** (s. >) oder eine **Ciabatta** (s. >) mit ofenfrischer, krachiger Kruste auch solo *fantastico*. Weißbrot verliert leider schnell an Geschmack: Die Kruste ist oft schon nach einem Tag weich, das Brot schmeckt einfach etwas »altbacken«. Aus dieser Not machten die Italiener seit jeher eine Tugend. Brotreste wandern z. B. in den berühmten *Panzanella*-Salat (s. >) oder in den Suppenteller. Nicht etwa als kleine Croûtons obenauf, sondern gleich als ganze, dicke Scheiben, die mit bodenständiger *Ribollita* (toskanischer Bohneneintopf) übergossen oder mit Hühnerbrühe, Ei und Käse zur *Zuppa pavese* überbacken werden. Lauter Gerichte, die einer schlichten »Arme-Leute-Küche« (*Cucina povera*) entstammen, und die genau das ausmachen, was wir heute an italienischer Küche kennen und lieben.

Fein belegt

Selbst im kleinsten Ort in jedem Dorf Italiens findet sich eine Bar. Dort treffen sich die Leute nicht nur zum Trinken, sondern auch zum Plaudern, um über Politik und Fußball zu diskutieren, Freunde zu sehen oder kurz der Alltags-Büro-Routine zu entfliehen. **II Bar** ist eine Institution und fester Bestandteil der italienischen Alltags- und Lebenskultur. Neben dem schnellen *Caffè* frühmorgens am Tresen locken am späteren Vormittag oder zur Mittagszeit vor allem belegte Brote und feine Schnittchen zur Brotzeit nach italienischer Art. Wo im Ursprungsland die Wahl zur

Qual werden kann, bieten sich für alle, die diese Barklassiker zu Hause zubereiten möchten, unzählige fantastische Möglichkeiten!

Für belegte **Panini** (ital. Brötchen) eignen sich neben den italienischen Originalen hierzulande gebackene Ciabattabrötchen oder andere etwas größere, rustikale Weißmehlbrötchen. Wie in Italien darf der Belag üppig sein: gekochter oder roher Schinken, Salami, Käse und Antipastigemüse, dazu ruhig auch Tomatenscheiben, Salat oder etwas Rucola. Wer möchte, toastet bzw. grillt die Brötchen, wie in italienischen Bars üblich, im Sandwichmaker oder Kontaktgrill. Ungetoastet und vornehm blass präsentieren sich dagegen **Tramezzini**. Die an englische Sandwichs erinnernden dreieckig zurechtgeschnittenen Brote können problemlos aus Sandwichbrot hergestellt werden – stilecht dann möglichst ohne Rinde. Für das »Dazwischen« (ital. *tramezzo*) eignen sich besonders milde Cremes und Salate auf Mayonnaisebasis, die sich dick aufgetragen gut ans Brot anschmiegen.



RICHTIG KNUSPRIG und fest taugt eine Bruschetta als Snack direkt auf die Hand.

Richtig knusprig

Selbst altbackenes, laffes Brot wird in Form von **Crostini** oder **Bruschette** zum Kracher – denn beide dieser Snack- und Antipastispezialitäten waren einst ebenfalls beste Resteverwertung. In ihrer schlichtesten Form werden dazu einfach Weißbrotscheiben – ruhig vom Vortag – geröstet, mit einer halben Knoblauchzehe abgerieben und mit Olivenöl beträufelt. Die heute beliebten Beläge sind vielfältig und können regional variieren: mal einfach

mit Knoblauch gemischten Tomatenwürfeln oder gebratenem Gemüse belegt oder mit feinen Cremes z. B. aus Bohnen, Oliven oder Leber bestrichen. Die Trennlinie zwischen beiden Röstbrotchen lässt sich mitunter schwer ziehen, einzig durch ihre Größe unterscheiden sie sich: Braucht es für eine *Bruschetta* eine richtig große Brotscheibe (z. B. von einem Landbrot), werden für *Crostini* kleinere verwendet und deshalb auch meist gleich mehrere davon kalt oder warm serviert.



VIVA LA PIZZA Kein italienisches Gericht ist so bekannt, aber auch so oft veranstaltet. In Italien selbst liebt man es klassisch – dort geht nichts über eine schlichte Margherita.

Pizza – eine runde Sache

Einfache Fladenbrote aus Hefeteig haben in Italien eine lange Tradition. So wird auch die vor dem Backen verschwenderisch mit Olivenöl beträufelte und mit Salz bestreute ligurische **Focaccia** von

einigen als Vorläufer der neapolitanischen **Pizza** gesehen. Tatsächlich entsprechen sich beide in ihren Grundzutaten: fein ausgemahlenes Weizenmehl *Tipo 00* (dem in etwa die deutsche Type 405 oder 550 entspricht), Hefe, Salz, Olivenöl und Wasser – *tutto*, einfacher geht's nicht. Etwas schwieriger wird es beim Kneten, Gehenlassen, Formen und Backen. Es ist ein wenig Fingerfertigkeit vonnöten, um den Teig so zu drehen, zu wenden und in Form zu ziehen, dass am Ende eine ebenmäßig rund geformte Pizza wie bei einem professionellen **Pizzaiolo** herauskommt. Auch haben wohl die wenigsten zu Hause einen holzbefeuerten Pizzaofen stehen, der dafür sorgt, dass der Teig in Sekundenschnelle blasig locker aufgeht und bodenknusprig bäckt. Hier helfen im normalen Haushaltsofen nur hohe Temperaturen und – für alle, die gerne häufiger selber Pizza backen – ein spezieller **Pizzastein** aus Schamotte, Lavastein oder Cordierit, der Hitze speichert.

Pizza, gilt genau wie Focaccia nicht als (Beilagen-)Brot sondern als eigenständige Mahlzeit, als **Piatto unico**. Deshalb wird sie auch eigens in einer Pizzeria (wie oft auch die Focaccia in einer *Focacceria*) angeboten und findet sich – anders als hierzulande – selten bis nie auf Karten normaler italienischer Speiselokale. In Neapel ist Pizza bis heute echtes »Streetfood«. Neben der *Pizza Margherita*, die 1889 zu Ehren der gleichnamigen Monarchin wohl erstmals in den Landesfarben gebacken wurde, steht dort vor allem *Pizza marinara* hoch im Kurs. Auch wenn der Name eine Auflage aus

edlen Meeresfrüchten vermuten lässt, wird die Pizza lediglich mit simplem Tomatensugo und Olivenöl bestrichen. Darum war sie früher bestes und preiswertestes Alltagsgericht für einfache Seeleute. Ansonsten ist heute in italienischen Pizzerien erlaubt, was gefällt. Doch was wird in Italien von Experimenten wie der »LSD-Pizza« mit Lakritze, *Salsiccia* und Datteln gehalten? Im Zweifelsfall nicht viel: gefragt sind nach wie vor die schnörkellosen Klassiker.

DO YOU SPEAK PIZZA?

Was verbirgt sich hinter den klangvollen Namen auf der Karte?

Pizza Margherita: die Königliche mit Tomaten, (Büffel-)Mozzarella und Basilikum

Pizza Napoli (= Pizza marinara): die Schlichte, bestrichen nur mit Tomatensauce, Knoblauch, Olivenöl und Oregano

Pizza quattro stagioni: »Vier-Jahreszeiten-Pizza«, bei der jeweils ein Viertel streng nur mit Artischocken, Kochschinken, Champignons oder schwarzen Oliven belegt ist

Pizza capricciosa: die »Kapriziöse«, mit den gleichen Zutaten wie die Quattro Stagioni belegt, allerdings wild gemischt

Pizza ortolana: mit gegrilltem Gemüse wie Auberginen, Zucchini, Paprika, nach Art der »Gemüsegärtnerin«

Calzone: zusammengeklappte Pizzatasche mit unterschiedlichen Füllungen



EINFACHES WEISSBROT

Pane bianco

**Für 1 Brot (ca. 20 Scheiben)
Zubereitungszeit ca. 15 Min.
Ruhezeit mind. 8 Std. 30 Min.
Backzeit 30 Min.
pro Scheibe ca. 85 kcal**

500 g Weizenmehl (Type 550)

Salz $\frac{1}{2}$ Pck. Trockenhefe

Außerdem:

Mehl zum Arbeiten

1. Am Vortag das Mehl in eine Rührschüssel geben und mit 2 TL Salz mischen. Die Hefe mit 350 ml lauwarmem Wasser verrühren. Das Hefewasser zur Mehlmischung geben und alles gut mit den Knethaken des Handrührgeräts oder in der Küchenmaschine vermengen.
2. Den Teig in eine große Schüssel geben (er geht stark auf!) und zudecken. Die Schüssel für mindestens 8 Std. in den Kühlschrank stellen, am besten über Nacht.
3. Am nächsten Tag einen Bogen Backpapier bereitlegen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen, auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem ca. 15 × 10 cm großen Rechteck flach drücken und dieses zu einem länglichen Laib aufrollen. Die Teigenden nochmals leicht rollen, sodass sie spitz zulaufen.
4. Das Brot auf das Backpapier legen und mit Wasser bestreichen, dann mit Frischhaltefolie abdecken und 30 Min. gehen lassen.
5. Inzwischen ein Backblech in den Backofen schieben (2. Schiene von unten) und eine ofenfeste Schale mit Wasser auf den Ofenboden stellen. Den Backofen auf 230° vorheizen (Umluft nicht geeignet).
6. Den Teigling nochmals mit Wasser bestreichen und die Oberfläche mit einem scharfen Messer mehrmals schräg jeweils ca. $\frac{1}{2}$ cm tief einschneiden.
7. Das Backblech kurz aus dem Ofen nehmen. Das Backpapier mit dem Teigling auf das heiße Blech ziehen und diesen im Ofen 20 Min. backen.

8. Die Schüssel mit dem Wasser aus dem Ofen nehmen und das Brot in ca. 10 Min. goldgelb fertig backen. Die Klopfrage machen und das Brot bei Bedarf noch 5-10 Min. weiterbacken. Herausnehmen und das Weißbrot auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

GUT ZU WISSEN

Durch die lange Ruhezeit im Kühlschrank von mindestens 8 Std. 30 Min. oder besser noch über Nacht wird die Krume schön locker und das Brot besonders aromatisch.



TOSKANISCHES LANDBROT

Pane toscano

Für 1 Brot (ca. 700 g)
Zubereitungszeit ca. 30 Min.
Ruhezeit 5 Std. 30 Min.
Backzeit 45 Min.
pro 100 g ca. 275 kcal

Für den Vorteig:

20 g frische Hefe (ca. ½ Würfel)

1 TL Zucker

5 EL Weizenmehl (Type 550)

Für den Hauptteig:

300 g Weizenmehl (Type 550)

50 g Vollkorn-Weizenmehl

50 g Roggenmehl (Type 997)

1 TL Salz

50 g flüssiger Sauerteig (im Beutel oder selbst angesetzt; s. Tipp)

Außerdem:

Mehl zum Arbeiten

Öl zum Arbeiten

Butter für das Backblech

1. Für den Vorteig die Hefe in eine Schüssel bröckeln und mit 8 EL warmen Wasser glatt rühren. Zucker und Mehl dazugeben und alles gut vermischen. Den Vorteig zugedeckt an einem warmen Ort 30 Min. ruhen lassen.
2. Für den Hauptteig alle drei Sorten Mehl zusammen mit dem Salz und dem Sauerteig zum Vorteig geben und grob untermischen. 250 ml warmes Wasser dazugeben und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts oder in der Küchenmaschine 5 Min. rühren, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst. Bei Bedarf noch bis zu 50 ml Wasser dazugeben.
3. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ca. 10 Min. zusammenfalten und drücken, dabei die Hände und die Arbeitsfläche immer wieder mit etwas Mehl bestäuben. Eine Schüssel mit Mehl ausstreuen und den Teig darin zugedeckt an einem warmen Ort ca. 3 Std. ruhen lassen, bis sich sein Volumen verdreifacht hat.

4. Den Teig auf der gut bemehlten Arbeitsfläche noch einmal ca. 10 Min. kneten, bis er sehr elastisch ist, dabei die Hände und die Schüssel leicht einölen. Den Teig dreimal zusammenfalten und in der Schüssel zugedeckt an einem warmen Ort nochmals ca. 2 Std. ruhen lassen, bis sich sein Volumen etwa verdoppelt hat.
5. Den Backofen auf 230° vorheizen (Umluft nicht geeignet). Ein Backblech mit Butter einfetten und den Teig aus der Schüssel behutsam daraufgleiten lassen. Die Oberfläche mit etwas Mehl bestreuen und mittig kreuzweise leicht einschneiden.
6. Eine ofenfeste Schale mit Wasser auf den Ofenboden stellen und das Brot auf der zweiten Schiene von unten ca. 45 Min. backen. Die Klopfprobe machen und bei Bedarf das Brot 5-10 Min. weiterbacken. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

PROFI-TIPP

Sauerteig können Sie zu Hause selbst ansetzen. Allerdings müssen Sie 4-5 Tage einplanen, bis Sie damit zum ersten Mal backen können. So geht's: 100 g Vollkorn-Roggenmehl mit 200 ml lauwarmem Wasser in einem großen Einmachglas verrühren. Die Mischung mit einem Tuch bedecken und ca. 24 Std. bei Zimmertemperatur (ca. 22°) stehen lassen. Anschließend 100 g Vollkorn-Roggenmehl und 150 ml Wasser unterrühren und den Ansatz erneut 24 Std. stehen lassen. Den Vorgang weitere ein- bis zweimal wiederholen. Nun sollten sich an der Oberfläche Bläschen zeigen und die Mischung sollte angenehm säuerlich riechen. Sie kann jetzt zum Backen verwendet werden.



LIEBLINGSKLASSIKER

KNUSPRIGES CIABATTA-BROT

Ciabatta classica

Für 1 Brot (ca. 22 Scheiben)
Zubereitungszeit ca. 20 Min.
Ruhezeit 2 Std.

Backzeit 40 Min.
pro Scheibe ca. 80 kcal

500 g Mehl
2 TL Zucker
Salz
1 ½ TL Trockenhefe
1 EL Olivenöl

Außerdem:

Olivenöl zum Arbeiten
Mehl zum Arbeiten
1 Handvoll Eiswürfel

1. Das Mehl zusammen mit dem Zucker und 2 TL Salz in einer Schüssel mischen. In einer kleinen Schüssel die Hefe und das Olivenöl mit 340 ml lauwarmem Wasser verrühren. Die angerührte Hefe zur Mehlmischung geben und alles ca. 7 Min. bei mittlerer Stufe mit den Knethaken des Handrührgeräts oder in der Küchenmaschine zu einem sehr flüssigen Teig vermengen.
2. Den Teig in eine große geölte Schüssel geben, mit Frischhaltefolie zudecken und an einem warmen Ort ca. 2 Std. gehen lassen.
3. Einen Bogen Backpapier mit Mehl bestäuben, den immer noch sehr klebrigen Teig daraufstürzen und mit bemehlten Fingern und eventuell einer Teigkarte zu einem Rechteck (ca. 30 × 10 cm) formen. Dabei möglichst wenig kneten und bearbeiten, damit viele Luftblasen erhalten bleiben, die typisch für eine Ciabatta sind. Das Brot mit etwas Mehl bestäuben.
4. Den Ofen mit eingeschobenem Pizzastein (2. Schiene von unten) und Backblech (unten) auf 250° vorheizen.

Die Ciabatta mit Wasser besprühen, mit dem Backpapier auf den heißen Pizzastein ziehen und die Eiswürfel auf das Backblech geben.

5. Die Temperatur auf 200° reduzieren und die Ciabatta 30–40 Min. backen. Die Klopfprobe machen und die Ciabatta bei Bedarf kurz weiterbacken. Herausnehmen, das Brot kurz abkühlen lassen und am besten noch warm oder lauwarm genießen. Andernfalls auf einem Rost auskühlen lassen.

GUT ZU WISSEN

Der Teig ist nach der Gehzeit immer noch sehr klebrig. Das macht aber nichts, denn er muss nicht perfekt aussehen, sondern sollte lediglich eine längliche Form haben.

GENUSS-TIPP

Am besten schmeckt die Ciabatta noch leicht warm, dazu ein paar Antipasti und ein Gläschen Wein ... So einfach geht das Dolcefarniente! Auch als Basis für Bruschette und Crostini sind Ciabatta-Scheiben ideal.