



Faltigberger Schafkäse mit Fladenbrot

Das Faltigberger Schäfchäsli spielt bei dieser Vorspeise die klar Hauptrolle, aber ohne das frischgebackene Fladenbrot wäre es einfach nur gut. Die Röstaromen des frisch in der Pfanne gebacken Fladenbrot geben dem gut gereiften Schafkäse zusätzlich ein gutes Fundament.

Fladenbrot ist die urchälteste Brotform. Es wird nur Mehl, Wasser und Salz in der Pfanne gebacken. Ich habe aber mit etwas Sauerteig nachgeholfen, damit das Brot luftiger und aromatischer wird.

Dinkel-Fladenbrot mit Sauerteig

Sauerteig:

30g Dinkelvollkorn
30g warmes Wasser
10g Anstellgut

Hauptteig:

70g Sauerteig
160g Dinkelmehl 630
120g Wasser
4g Salz

Zubereitung:

Sauerteig 9 Stunden bei 30° reifen lassen.

Alle Hauptteigzutaten ca. 10 Minuten von Hand verkneten. Am besten zieht man den Teig dabei auseinander und faltet ihn wieder zusammen, immer wieder. Der Teig wird sehr weich, hält aber gut zusammen.

Hauptteig zuerst 2 Stunden bei Raumtemperatur (23°), danach 12 Stunden zugedeckt im Kühlschrank reifen lassen.

Formen und Backen:

Teig in 4 Stücke teilen und auf einer bemehlten Unterlage rundformen. 1 Stunde ruhen lassen. Für die definitive Formgebung legt man den Teig am besten in einen bemehlten Teller und zieht den den vorsichtig mit den flachen Händen auseinander.

Teigling mit Hilfe des Teller in eine mässig heisse und trockene Bratpfanne kippen und auf jeder Seite ca. 5-7 Minuten backen. Zwischen jedem Backvorgang Bratpfanne von Mehl- und Teigresten befreien.

Fladenbrote noch warm zusammen mit einem halben Schafkäsli und ein paar Zwiebelringen anrichten.



Der weiche Dinkelteig fließt ganz langsam von den Händen





Zwiebel und ein gut gereiftes Schafkäse

