Zwiebel-Ciabatta



Zutaten

Für 6-8 Ciabattabrötchen

150 g Dinkelmehl (630)
150 g Weizenmehl (550)
5 g Frischhefe
10 g Olivenöl
1 TL brauner Zucker
1 TL Salz
175 ml Wasser
2 Zwiebeln

Zubereitung

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze goldbraun anrösten. Anschließend beiseitestellen und abkühlen lassen.
Die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen und den braunen Zucker hinzufügen.
Dinkelmehl, Weizenmehl, die abgekühlten Zwiebeln und das Salz in einer großen Schüssel vermischen. Die Hefemischung sowie das Olivenöl dazugeben. Alles zu einem geschmeidigen Teig kneten, der nicht mehr klebt. Falls nötig, etwas Mehl oder Wasser hinzufügen.
Den Teig abdecken und für mindestens 1 Stunde, idealerweise 12 Stunden kühl stellen.
Den Backofen (mit Backblechen oder Pizzastein) auf 250 Grad (Umluft) vorheizen.
Den Teig nach dem Ruhen kurz durchkneten (Dehnen und Falten), formen und weitere 20 Minuten ruhen lassen.
Danach auf das heiße Blech geben und bei 200 Grad 20-25 Minuten backen.