

Siesta-Sandwich

Sachbezeichnung

UrDinkel-Roggenbrot, gefüllt mit Joghurt-Gurken-Aufstrich, Rindfleisch und Peperoni



Ausbeute

20 Stück zu 180 g



Zeitplanung

Zubereitung: 65 Minuten
Ruhezeit: 15 Stunden
Backzeit: 14 Minuten/250°C fallend



Nährwerte (100 g oder 100 ml)

Energie: 607 kJ/145 kcal;
Fett: 4.6 g, davon ges. Fettsäuren 1.6 g;
Kohlenhydrate: 17 g, davon Zucker 1.9 g;
Eiweiss: 9 g; Salz 1.2 g

Zutaten

Vorteig (811 g)

240 g	UrDinkelmehl 720
140 g	Roggenschrot, fein
285 g	Wasser
145 g	Joghurt, Nature
1 g	Backhefe

UrDinkel-Roggen-Fladenbrot (1'750 g)

570 g	UrDinkelmehl 720
285 g	Wasser
811 g	Vorteig
8 g	Backhefe
16 g	Zucker <i>im Wasser auflösen</i>
40 g	Olivenöl <i>nach 2 Minuten begeben</i>
20 g	Speisesalz <i>nach 7 Minuten begeben</i>

Falls der Teig nach der Mischphase die gewünschte Dehnbarkeit noch nicht erreicht hat, kurz und schonend im Schnellgang auskneten.
Teigruhe: 120 Minuten

Zutaten für Fladenbrot (65 g)

40 g	UrDinkelmehl 720 (zum Aufarbeiten und Stauben)
25 g	Roggenschrot fein (zum Ausrollen)

Joghurt-Gurken-Aufstrich (1'000 g)

170 g	Hüttenkäse, Nature
280 g	Joghurt, griechische Art
500 g	Gurken Nostrano <i>grob raffeln</i>
30 g	Knoblauch, schwarz
8 g	Speisesalz
12 g	Flohensamenschalen, gemahlen

Weitere Zutaten (1'234 g)

350 g	Pimientos de Padron, gerüstet, entkernt und halbiert
45 g	Olivenöl
800 g	Rindsplätzli, à la minute <i>kurz anbraten</i>
14 g	Speisesalz
5 g	Pfeffer, schwarz, gemahlen
20 g	Pfefferminzblätter

Herstellung

1

Vorteig

Alle Zutaten 5 Minuten mischen und 12–15 Stunden zugedeckt bei Raumtemperatur gären lassen.

2

Aufarbeiten

Teigstücke von 350 g abwiegen und rund vorwirken. Einige Minuten entspannen lassen, dann auf eine Grösse von 22 cm Ø (auf Roggenschrot) ausrollen. Auf Einschiessapparate absetzen, Oberfläche leicht mit UrDinkelmehl stauben und gären lassen.

3

Backen

In einen heissen Ofen mit Dampf einschiessen und Brote goldbraun backen.

4

Joghurt-Gurken-Aufstrich

Schwarzer (fermentierter) Knoblauch mit einem Spachtel oder Mörser zu einer Paste verreiben. Griechischer Joghurt, Hüttenkäse und Salz dazu mischen. Nostrano Gurke grob raffeln und begeben. Gemahlene Flohsamenschalen am Schluss begeben, um die Masse zu binden. Direkt weiterverarbeiten.

5

Gebratene Pimientos

Die Peperoni im Olivenöl kurz anbraten und leicht salzen.

Hinweis: Pimientos de Padrón sind bei uns auch unter dem Namen Bratpeperoni bekannt. Sie stammen ursprünglich aus dem spanischen Ort Padrón in Galicien. Das gleichnamige Gericht wird in Spanien als Tapas serviert. Die Schoten werden im unreifen, grünen Zustand geerntet. Sie ähneln in Form und Grösse der Jalapeño, sind aber dünnwandiger und deutlich milder.

6

Fertigstellen

Brot kreuzweise vierteln und waagrecht durchschneiden. Je 50 g Joghurt-Gurken-Aufstrich aufdressieren, 40 g gebratene Rindsplätzli in Streifen, 20 g gebratene Pimientos und etwa 3 Stück Pfefferminzblätter einfüllen.