

Der sechste Sinn in der Küche

Der sechste Sinn in der Küche



© QUANTASTIC Verlag Angelo Zicaro

ANGELO ZICARO

ANGELO ZICARO



Frese mit marinierten Tomaten und Parmesanspänen

Zutaten für 15 Stück und
aufgeschnitten 30 Stück:

Für den Vorteig:

1 g Hefe
250 g Wasser (1000 ml)
225 g Weizenmehl (Typ 1050)

Am nächsten Tag:

112 g Mehl (Typ 405)
114 g Dinkelmehl (Typ 630)
10 g Hefe
12 g Salz
12 g Wasser
10 g Olivenöl (1 EL)

Marinierte Tomaten

für 4 Personen:

240 g Tomaten (2)
20 g Frühlingszwiebeln
4 g Knoblauch (1)
2,40 g Salz
0,40 g Pfeffer
1,40 g Zucker
40 g Olivenöl (5 EL)
0,10 g Oregano

Für die Garnitur:

8 Basilikumblätter
20 g Parmesanspäne

Vorteig

Hefe in einer Schüssel mit kaltem Wasser auflösen, Weizenmehl dazugeben und 2 Minuten mit dem Schneebesen mischen. Mit Frischhaltefolie abdecken und zuerst 2 Stunden bei Zimmertemperatur und anschließend 24 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.

Abschließen des Teiges

Vorteig (Poolish) mit den Mehlen und der Hefe in die Maschine geben. Im 1. Gang 4 Minuten kneten. Das im Wasser aufgelöste Salz in die Maschine geben und in den 2. Gang schalten, bis der Teig homogen und elastisch ist. Danach das Olivenöl hinzufügen und einige Minuten weiterkneten.

In einer Schüssel zugedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

Teigkugeln formen zu je 50 g, zugedeckt 30 Minuten gehen lassen. Dann die Kugeln flach ausrollen (Durchmesser 10-12 cm). In der Mitte ein Loch ausstechen, 30 Minuten bei 27 °C gehen lassen.

Anschließend 12 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 200 °C mit etwas Dampf backen.

Marinierte Tomaten

Die Tomaten waschen, in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und waschen, damit sie nicht zu intensiv schmecken.

Gewürfelte Tomaten und Zwiebeln mit der kleingeschnittenen Knoblauchzehe vermischen und mit Salz abschmecken.

Eine halbe Stunde beizen lassen. Das gewonnene Tomatenwasser abgießen und die restlichen Zutaten dazugeben.

Die Frese mit marinierten Tomaten belegen, auf Tellern platzieren und mit Basilikum und Parmesan garnieren.











Tomatengrundsauce-Abwandlungen

