

Lievito Madre

Lievito Madre (LM) ist ein fest geführter milder italienischer Sauerteig, der aus Weizenmehl Typ 550 und Wasser besteht und nur bei der ersten Herstellung ganz wenig Olivenöl und Honig enthält. Bei Lievito Madre (LM) handelt es sich um einen ursprünglich aus Italien stammenden Natursauerteig, der auch als Mutterhefe oder Pasta Madre bezeichnet wird. Hergestellt wird er klassischerweise aus Weizenmehl Typ 550, kann aber beispielsweise auch aus Dinkel oder Emmer hergestellt werden. Der LM wird fester geführt und hat nur eine leichte milde Säure. Es handelt sich also um einen milden Weizensauerteig, bei dem mehr die Triebkraft im Vordergrund steht eher weniger die Säure.

Dieser kann für helle Brot- und Brötchenteige, süße und salzige Hefeteige, wie Hefezopf, Hefeteilchen, Pizza , aber auch für dunklere Brotteige verwendet werden und wird, wenn er fertig ist, genauso gepflegt, wie andere Sauerteige, außer mit doppelter Menge an Mehl und hälftiger Wassermenge.

Die Herstellung von Lievito Madre ist etwas zeitaufwendiger aber trotzdem relativ einfach.

Lievito Madre ansetzen:

Für den Ansatz und für später wird benötigt: ein hohes schmales Einmachglas mit Deckel oder Schraubglas. Der Deckel liegt einfach lose auf und wird nicht zugedreht (wegen der Gärgase).

Zum mischen des Teiges eine Küchenmaschine verwenden oder mit der Hand kneten.

Weizenmehl Typ 550 und Wasser

In 25-Tagen zu deinem Lievito Madre

Sevi 
bäckt und köchelt

Severine Schmid
Weidenstraße 8
74182 Obersulm

pampered|chef
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN

1. Tag:

100 g Weizenmehl 550 oder Dinkelmehl 630 + 1 EL

50 g Wasser

10 g Honig

10 g Olivenöl oder anderes Öl

Die Zutaten in eine Küchenmaschine geben oder mit der Hand zu einer Kugel formen.

Der Teig sollte relativ fest sein.

Dieser kommt möglichst in ein hohes Glas mit Deckel und wird mit etwas Öl eingepinselt. Er darf an der Oberfläche nicht austrocknen.

Jetzt bleibt die Teigkugel 2 Tage bei Raumtemperatur wind – und lichtgeschützt stehen.

2. Tag: Es muss nichts gemacht werden!

3. Tag: 100 g Weizenmehl 550 oder Dinkelmehl 630

50 g Wasser

100 g von dem Ansatz aus Tag 1

100 g vom Lievito-Ansatz werden abgenommen und mit Mehl und Wasser zu einem glatten Teig verknetet. Den Teig wieder zu einer Kugel formen und in ein neues sauberes Weckglas geben. Die Teigkugel darf wieder mit Öl eingepinselt und dann kreuzweise eingeschnitten werden.

Nun wieder 2 Tage licht- und windgeschützt abgedeckt bei Raumtemperatur stehen lassen.

Der übrig gebliebene Ansatz, kann bereits zum Backen verwendet werden. Einfach 100-150 g pro 500 g Mehl und ein bisschen Salz mit in einen Brot- oder Hefeteig geben. Der Rest der nicht benötigt wird, einmal kurz durchkneten und in ein Glas mit Deckel geben und im Kühlschrank aufbewahren bis zum nächsten Backen.

4. Tag: Es muss nichts gemacht werden.

Sevi
bäckt und köchelt

Severine Schmid
Weidenstraße 8
74182 Obersulm

pampered|chef
SELBSTÄNDIGE DIREKTORIN

5. Tag:

100 g Weizenmehl 550 oder Dinkelmehl 630

50 g Wasser

100 g von dem Ansatz aus Tag 3

Wieder 100 g vom Lievito-Ansatz abnehmen und mit Mehl und Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig wieder zu einer Kugel formen und wieder in ein neues sauberes Glas geben. Kreuzweise einschneiden und jetzt 5 Tage abgedeckt im Kühlschrank lagern.

Der übrig gebliebene Ansatz wieder zum Backen verwenden oder im Kühlschrank aufbewahren, bis er verbacken wird!

6.-9. Tag: Es muss nichts gemacht werden!

10. Tag

100 g Weizenmehl 550 oder Dinkelmehl 630

50 g Wasser

100 g vom Ansatz aus Tag 5

Der Teig aus dem Kühlschrank hat jetzt vielleicht schon ein paar Bläschen.

Wieder 100 g vom Lievito-Ansatz abnehmen und mit Mehl und Wasser zu einem glatten Teig verkneten.

Den Teig wieder zu einer Kugel formen und in sauberes hohes Glas geben.

Nochmal 5 Tage abgedeckt in den Kühlschrank stellen!

Den weggenommenen Ansatz wieder zum Backen verwenden oder im Kühlschrank aufbewahren.

11.-14. Tag: Es muss nichts gemacht werden!

Sevi
bäckt und köchelt

Severine Schmid
Weidenstraße 8
74182 Obersulm

pampered|chef
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN

15. Tag

100 g Weizenmehl 550 oder Dinkelmehl 630

50 g Wasser

100 g vom LM-Ansatz aus Tag 10

Wieder 100 g vom Lievito-Ansatz abnehmen und mit Mehl und Wasser zu einem glatten Teig verkneten und zu einer Kugel formen, in ein sauberes Glas geben und kreuzweise einschneiden und nochmal 5 Tage abgedeckt in den Kühlschrank stellen!

16.-19. Tag: Es muss nichts gemacht werden!

20. Tag

100 g Weizenmehl 550 oder Dinkelmehl 630

50 g Wasser

100 g vom LM-Ansatz aus Tag 15

Wieder 100 g vom Lievito-Ansatz abnehmen und mit Mehl und Wasser zu einem glatten Teig verkneten.

Danach nochmal 5 Tage abgedeckt in den Kühlschrank stellen!

21.-24. Tag: Es muss nichts gemacht werden!

25. Tag

100 g vom Ansatz jetzt nochmal abnehmen und mit 100 g Mehl und 50 g Wasser füttern und in ein neues sauberes Glas geben.

Jetzt 4 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen. Er sollte sich in dieser Zeit verdoppeln. Wenn dies nicht der Fall ist, kann man nun 2-3 x alle 4 Stunden füttern. Den Teig ruhig warm stellen z.B. ins Badezimmer in den Backofen mit eingeschaltetem Licht oder auf oder neben die Heizung. Manchmal muss man den LM noch 4-5 x füttern und geduldig sein.

Wenn der LM sich verdoppelt hat darf er wieder in den Kühlschrank zurückgestellt werden oder natürlich in Eurem 1. Brot oder Hefeteig verbacken werden.

Sevi
bäckt und köchelt

Severine Schmid
Weidenstraße 8
74182 Obersulm

pampered|chef
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN

Auffrischung, Pflege und Verwendung von LM

Füttern alle 10-14 Tage

Den Ansatz aus dem Kühlschrank nehmen, soviel Mehl und Wasser dazu geben, wie man benötigt, immer im Mischungsverhältnis 2:1 – 2 Teile Mehl und 1 Teil Wasser! Es kann die komplette Menge gefüttert werden und es muss nichts abgenommen werden. Er kann auch mehrmals hintereinander gefüttert werden, damit er eine schöne Triebfähigkeit entwickelt. Der Lievito Madre sollte sich mindestens verdoppelt haben, danach darf er wieder zurück in den Kühlschrank gestellt werden oder man nimmt das ab was man zum Backen braucht.

Am besten immer sauber und keimfrei arbeiten und jedes Mal ein neues sauberes Glas verwenden.

Sevi 
bäckt und köchelt

Severine Schmid
Weidenstraße 8
74182 Obersulm

pampered|chef
SELBSTSTÄNDIGE DIREKTORIN