

Korn-Ficelle nach Dietmar Kappl

Weizensauerteig

50	Weizenmehl Type 700/550
50	Wasser 35°C
10g	Anstellgut

10-12 Stunden reifen lassen.

Poolish

75	Weizenmehl Type 700/550
75	Wasser 10°C
0,5-1g	Hefe

10-12 Stunden reifen lassen.

Quellstück

40	Leinsamen
35	Getreideflocken
35	Sonnenblumenkerne
110	Wasser 35°C

3-4 Stunden bei Raumtemperatur quellen lassen oder 12 Stunden mit der Gesamtmenge an Salz (bitte im Hauptteig wieder abziehen.)

Hauptteig

375	Ruchmehl
240	Wasser 8°C
150	reifes Poolish
100	reifer Weizensauerteig
220	eingeweichtes Quellstück
12,5	Salz

Verfahrensweise bitte dem Originalrezept entnehmen.

(Quelle: Dietmar Kappl)

<https://www.homebaking.at/korn-ficelle/>