





# Mediterranes Hermann-Brot

Klassischer Hermannteig-Ansatz wird mit Dinkelvollkornmehl, Oliven, getrockneten Tomaten, Rosmarin und Thymian zu einem Ciabatta-Brot.

etwa 20 Scheiben    etwas Übung erforderlich  bis 20 Minuten



## Zutaten:

### Für das Backblech:

Backpapier

### Hefeteig:

250 g Weizenmehl Type 550  
250 g Dinkelvollkornmehl  
1 Pck. Dr. Oetker  
Trockenbackhefe  
250 ml lauwarmes Wasser  
100 ml Speiseöl, z. B. Olivenöl  
1 Portion Hermann-Teig (200 g)  
etwa 2 TL Salz  
100 g getrocknete Tomaten in Öl  
klein geschnitten  
100 g entsteinte, schwarze  
Oliven  
1 EL gehackter Rosmarin  
1 EL gehackter Thymian

Wie backe ich ein mediterranes Hermann-Brot?:

## 1 Hefeteig zubereiten:

Beide Mehlsorten in einer Rührschüssel mit der Hefe gut vermischen. Wasser, Öl, Hermann-Teig und Salz hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Min. zu einem glatten Teig verarbeiten. Zuletzt Tomaten, Oliven und Kräuter unterkneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort etwa 2 Std. gehen lassen.

## 2 Backblech mit Backpapier belegen. Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze etwa 200 °C**

**Heißluft etwa 180 °C**



## Versuchsküche Rezepte und Tipps

- 3 Den Teig mit Hilfe einer Teigkarte vom Schüsselrand lösen und auf das Blech stürzen. NICHT verkneten, sondern nur zu einer etwa 35 cm langen Rolle formen. Mit etwas Mehl bestreuen und backen.

**Einschub: unteres Drittel**  
**Backzeit: etwa 35 Min.**

Das Mediterrane Hermann- Brot auf einem Kuchenrost erkalten lassen.

### Tipps aus der Versuchsküche

- Es können auch grüne Oliven oder eine Mischung aus grünen und schwarzen Oliven verwendet werden.

