Herstellung von LM – Lievito madre

Foto von Sylvia Angermann

Abhandlung von Sylvia Angermann, gesammelte Erfahrungen aus dem Gemeinschaftsprojekt LM der Gruppe "Backen und Kochen mit Kenwood" aus 2015.
Die Namen der erwähnten Personen haben wir abgekürzt:

Ich schreibe einen möglichen Ansatz, ein paar Varianten zum googeln und einige Anregungen auf. Ich habe einige Personen erwähnt, die Antworten oder Erfahrungen beigesteuert haben. Ich hoffe, das ist ok.
Bitte verzeiht mir die epische Darstellung, aber ich versichere euch, dies ist eine Kurzfassung!

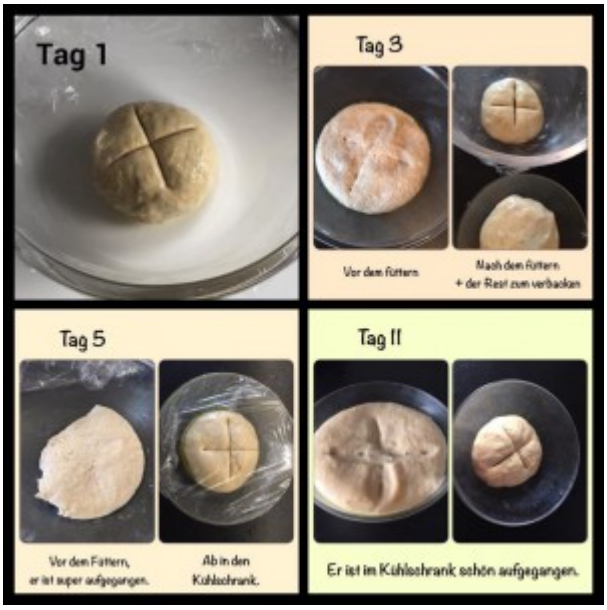
LM ist ein Weizensauerteig, der die Hefe in Hefeteigen unterstützt. Man kann die Hefemenge im Rezept reduzieren und der Teig wird leichter und crosser. Ich benutze ihn für Pizza, Baguette magique oder Brot.
Anwendung: Zugabe von LM 10-20% der Teigmenge; Reduktion der Hefezugabe bis zur Hälfte.

Einige Varianten (bitte selbst googeln):

-boulancheriechen (unten aufgeführtes Rezept)
-brotdoc
-leckertipps
-die kluge Hausfrau
Die Varianten unterscheiden sich in den Mengenverhältnissen von Mehl und Wasser, den Ruhezeiten und der Zugabe der Starterkulturen aus: Honig, Joghurt, Luft
An den unterschiedlichen Methoden erkennt man schon, dass man eigentlich nicht viel falsch machen kann…

Ansatz: (nach boulancheriechen)
1.) Tag 1- 200g Weizenmehl type 550, 100g Wasser, 1EL Olivenöl und 1EL Honig mit der Hand verkneten. Aus dem glatten Teig eine Kugel formen, diese mit Olivenöl einreiben und in eine Glasschüssel legen. Kugel kreuzförmig einschneiden, mit Folie abdecken, 48 h bei RT (Raumtemperatur; 22-25°C) gehen lassen. (Vorsicht, Fruchtfliegen lieben die Gäraromen!)
Kugel verdoppelt sich und riecht leicht säuerlich.
2.) Tag 3- 100g des Ansatzes mit 100g Mehl und 45g lauwarmen Wasser verkneten. Wie unter 1.) beschrieben die Kugel formen, einölen und kreuzförmig einschneiden, in die Schüssel, abdecken, 48h/RT.
3.) Tag 5- wie 2.), bis zur geölten und kreuzförmig eingeschnittenen Kugel. Jetzt aber die Schüssel für 5 Tage in den Kühlschrank stellen.
4.) Tag 11- wie 3.)
5.) Tag 16- wie 3.)
6.) Tag 21- der LM ist fertig.

Der LM riecht mild nach Wein und Honig und hat eine Konsistenz wie Rohmarzipan.
Die jeweils anfallenden Reste können schon verwertet werden. Achtung, auch zu Beginn hat der LM schon Triebkraft, die z.B. Billa W. den herben Verlust eines Deckels einbrachte.
Pflege: Der LM sollte ab und zu aufgefrischt werden: 1Teil LM+1Teil Mehl+1/2 Teil Wasser. Wenn er “müde” ist, kann man eine Messerspitze Honig zugeben.



Fotos Dokumentation Tag 1-21 von Birte Ri

Fragen, die gestellt wurden:

• kann ich ein anderes Mehl verwenden?
-ja, ich habe type 405 verwendet.
Es wurde auch Dinkelmehl verwendet (Billa W., Sandra B., Yvon N. und Alexandra B.)
T65 (Christiane H.)
Manitoba (Rosemarie Sch., Petra M.)

• Erfahrung mit dem Joghurtansatz haben u.a. Petra M., Fiametta M., Petra W., Ma R. oder Christiane H..

• Muss das Glas verschlossen sein oder offen? – am Anfang

Druckausgleich ermöglichen (stärkere Gasbildung), im Kühlschrank ruhig fest verschließen. (Ab und zu Druck rauslassen)
Ich habe das Gefühl, wenn man den LM regelmäßig füttert, verzeiht er einem fast alles.

• Warum immer nur 100g eines Ansatzes nehmen?- weil man sonst zum Schluss einige kg LM im Kühlschrank hat. (Mit einem ungünstigen Verhältnis vom Volumen zur Außenfläche.)

• kann ich den LM mit Roggensauerteig verwenden? -manche sagen nein, ich habe ein Roggenmischbrot mit beiden gebacken und bin mit einem riesigen Brotlaib belohnt worden, der sehr gut geschmeckt hat.

Anregungen:

• der LM scheint Glasbehälter gegenüber Plastikgefäßen zu bevorzugen.

• Man kann den LM trocknen: (Methode nach Angelika H.) etwas frisch gefütterten LM mit Wasser flüssig rühren, auf Backpapier streichen und an warmen Ort trocknen lassen. Flocken in Schraubdeckelglas aufbewahren, bei Bedarf mit Mehl und Wasser wieder anziehen.

So, dann wünsche ich euch viel Spaß beim Ansetzen oder Kommentieren…