

21. Mai 2010

La Fouace Aveyronnaise

Vor einigen Tagen erreichte mich eine Postkarte aus Frankreich mit einem Rezept für „La Fouace Aveyronnaise“. Das musste ich natürlich heute gleich ausprobieren. Es ist ein reiner Hefeteig. Ich habe ihm, entgegen dem Postkartenrezept, noch eine Nacht im Kühlschrank gegönnt und die Trockenfrüchte gegen Rosinen ausgetauscht. Außerdem war mein 405er Weizenmehl nicht ausreichend und wurde mit 550er teilweise ersetzt. Statt normalem Zucker hat mein Fouace-Teig selbstgemachten Vanillezucker bekommen.

Ich habe aus der Gesamtzutatenmenge nur 1 Fouace gemacht. Praktischer wären allerdings 2 Stück, sonst wird es kein offener Ring, sondern fast schon ein Brot (siehe Foto). Geschmacklich ist das Backwerk wunderbar mild hefig, die Krume ist locker-fluffig. Leider habe ich das Video zur Herstellung einer Fouace erst nach dem Backen entdeckt (siehe unten). Beim nächsten Mal bin ich schlauer...

„Aveyronnaise“ leitet sich von „Aveyron“ ab, einem Département im mittleren Süden Frankreichs.

- 350 g Milch
- 30 g Frischhefe
- 800 g Weizenmehl 405
- 200 g Weizenmehl 550
- 4 Eier
- 250 g Butter
- 100 g Vanillezucker
- 20 g Salz
- 100 g Rosinen

Die Hefe in 50 g warmer Milch auflösen und mit den übrigen Zutaten 5-7 Minuten zu einem geschmeidigen, schweren, homogenen Teig verkneten.

Den Teig abgedeckt für 15-20 Stunden im Kühlschrank aufbewahren.

Danach eine (besser zwei) Kugel formen, mittig eindrücken und den Ring nun Stück für Stück mit den umfassenden Händen dehnen.

Den Fouace-Ring für 1,5-2 Stunden gehen lassen.

Mit Wasser abstreichen und bei 200°C 40-45 Minuten backen (bei zwei Ringen nur 15-20 Minuten).

Zubereitungszeit am Backtag: ca. 3 Stunden



www.brotbacken.de