

## Pane di Polenta



Rustikales Stangenbrot mit Polenta und Pinienkernen. Passt toll zu Suppen und Salaten. Ergibt zwei kleine Stangenbrote.

2 kleine Stangenbrote

---

Zubereitungszeit: 30 min

Wartezeit: 3 Std 30 min

Backzeit: 30 min

---

## ZUTATEN

### Für den Teig

300 ml lauwarmes Wasser

15 g frische Hefe

½ TL Honig

50 g Maisgries (Polenta)

250 g Mehl (Type 550), evtl. etwas mehr

50 g Butter

3 EL Pinienkerne  
3/4 TL Salz

## Außerdem

1 Eigelb  
1 EL Wasser

## ZUBEREITUNG

1. Für den Hefeteig die Hefe und den Honig mit 50 ml des lauwarmen Wassers verrühren und stehen lassen.
2. Das restliche Wasser mit der Polenta in einen Topf geben und unter ständigem Rühren erhitzen, kurz köcheln lassen und vom Herd nehmen. Sobald die Masse lauwarm ist, kann der Vorteig zubereitet werden.
3. Dazu 125 g Mehl in eine Schüssel geben, zuerst die aufgelöste Hefe und danach die lauwarme Polenta dazugeben und mit dem Knethaken einige Minuten verkneten. Anschließend den relativ feuchten Teig abdecken und 2 Stunden an einem warmen Ort ruhen lassen.
4. Inzwischen in einer Pfanne die Butter schmelzen und die Pinienkerne kurz darin bräunen. Die Pfanne vom Herd nehmen und abkühlen lassen.
5. Nach der Ruhezeit sollte sich das Volumen des Vorteigs verdoppelt haben. Nun das Salz, das restliche Mehl und die Pinienkerne samt der Butter zum Vorteig geben und ca. 10 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Sollte der Teig noch kleben etwas Mehl unterkneten. Den Teig wieder abgedeckt 1 Stunde ruhen lassen.
6. Ein Backblech mit Backpapier belegen und bereitstellen.
7. Den Backofen auf 230°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
8. Nach der zweiten Ruhezeit den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und in zwei gleichgroße Stücke teilen. Jeden Teigling zu einem Strang (30-35 cm lang) formen, in sich eindrehen und mit Abstand nebeneinander auf das Backblech legen. Mit einem Geschirrhandtuch abdecken und weiter 30 Minuten ruhen lassen.
9. Das Eigelb mit dem Wasser verrühren und die Brote vor dem Backen damit

bestreichen. Wer mag, kann noch Pinienkerne darüberstreuen. Allerdings können diese beim Backen sehr dunkel werden.

10. Bevor ihr die Brote in den Ofen schiebt, die Temperatur auf 200°C reduzieren und die Brote ca. 25-30 Minuten backen. Wenn sie eine goldgelbe Backfarbe haben und sie hohl klingen, wenn man auf die Unterseite klopft, sind sie fertig.