Wie füttere ich den Lievito Madre?

Man sollte den LM immer nach etwa einer Woche wieder füttern. Ich habe mir angewöhnt, dass ich meine Sauerteige immer samstags füttere☺

Man füttert ihn im Verhältnis 1:1:0,5, das heißt:

100 g vom Ansatz (den Rest verbrauche ich immer gleich, indem ich diesen einfach in einen Brot oder Hefeteig gebe)
100 g Weizenmehl 550
50 ml Wasser

Alle Zutaten 2 Min/Teigstufe verkneten und in das gesäuberte Glas zurückgeben, etwa 4-5 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen bis sich der Teig mindestens verdoppelt hat, und dann die gewünschte Menge zum Backen verwenden. Den Rest wieder in den Kühlschrank geben. Denkt bitte daran, dass das Glas hoch genug ist, der Teig kann sich sogar verdreifachen, wenn er länger im Einsatz ist.

Manchmal kommt es vor, dass er ein bisschen an Triebkraft verliert, weil man ihn evtl. nicht regelmäßig genug gefüttert hat. Gibt man dann einfach mal wieder etwas Honig dazu, oder füttert ihn mehrfach, also alle 4 Stunden, dann treibt er wieder wunderbar.

Als Hefeersatz nimmt man 10 bis 30 Prozent der Mehlmenge die man für das gewünschte Gebäck verwenden möchte.
Bei einem Teig mit 500 g Mehl verwende ich z.B. 100 g, also 20 Prozent, man kann aber auch durchaus weniger oder mehr nehmen, probiert es aus, Ihr werdet selbst merken, wie der LM wirkt.

Der LM kann auch direkt aus dem Kühlschrank verwendet werden, dann müsst Ihr aber den Teig länger gehen lassen, denn der LM entfaltet seine volle Triebkraft erst nach 4- 5 Stunden.

Gutes Gelingen wünscht Ihnen Ihre Kerstin Rabus mit Pampered Chef