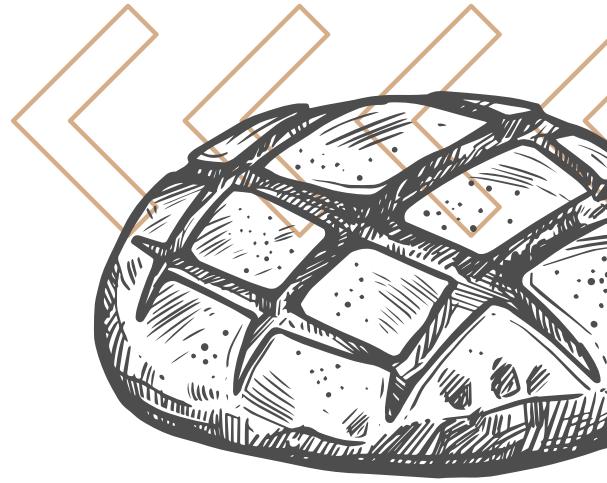


# Lievito Madre



## Lievito Madre ansetzen & pflegen

### Tag 1 - Der Anfang

- 100 g Manitoba-Mehl
- 50 g lauwarmes Wasser (26-28 °C)
- $\frac{1}{4}$  TL flüssiger Honig

Alles gut verkneten, bis ein glatter, fester Teig entsteht.

Zu einer Kugel formen, oben kreuzweise einschneiden.

In ein Glas geben (Deckel nur locker auflegen) und 48 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

### Tag 3-8 - Die tägliche Pflege

Täglich auffrischen mit:

- 100 g bestehender Lievito Madre
- 100 g Manitoba-Mehl
- 50 g Wasser

Alles gut verkneten, zu einer Kugel formen, einschneiden und 24 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen.

### Ab Tag 6:

Die Lievito Madre kann in ein Tuch eingerollt und so ins Glas gelegt werden.

### Ab Tag 8 - Kühlschrankzeit

Ab jetzt wird die Lievito Madre einmal pro Woche aufgefrischt.

- 100 g Lievito Madre entnehmen
- den Rest mit Mehl und Wasser im Verhältnis 1 : 1 : 0,5 füttern

### Beispiel:

100 g Madre + 100 g Mehl + 50 g Wasser

### Weitergeben

Ist deine Lievito Madre aktiv und stabil, kannst du sie problemlos in kleinen Mengen weitergeben. Ein schönes Mitbringsel für Brotliebhaberinnen und Brotliebhaber.

### Gut zu wissen

Mit zunehmendem Alter wird deine Lievito Madre kräftiger und benötigt beim Backen keine zusätzliche Hefe mehr.

### Tipp

Ein Vorrat von 100-150 g im Kühlschrank reicht völlig.  
So bleibt deine Lievito Madre pflegeleicht und zuverlässig.

