



Das Verzascatal ist ein Paralleltal des Maggiatals, und selbstverständlich gibt es dort ebenso gute Brote wie das berühmte „Pane valle Maggia“... Höchste Zeit also, auch nach diesem traumhaft schönen Tal inmitten des Tessin, nördlich des Lago Maggiore, ein Brot zu benennen... Es handelt sich um ein wildes Tal mit zahlreichen Wasserfällen und dem gleichnamigen Flüsschen, welches frühzeitig zur Ansiedlung von Sägewerken und natürlich von Mühlen eingeladen hat. In Frasco, der vorletzten Gemeinde im Tal, bildete sich – aus der großen Not ab den 1930er Jahren heraus – ein kleines Handwerkszentrum: Spinnereien, Wollfärbereien, Holzverarbeitung. Doch bereits im 19. Jahrhundert siedelten dort Handwerksbetriebe wie Kalkbrennöfen, Ölpresen und Steinmühlen.

Der Verein des „Museo di Val Verzasca“ hat 1994 eine alte Mühle aus dem Jahr 1880 sowie ein kleines Elektrizitätswerk, welches seit den 1920er Jahren die Dörfer mit Strom versorgte, angekauft und wieder instand gesetzt. Die Mühle verfügt über zwei Mahlstühle mit horizontalen Holzlöffelrädern und über einen Brotbackofen. Bei den alljährlichen „Schweizer Mühltagen“ ist auch diese Mühle zu besichtigen.

Obleich seinerzeit in den Tessiner Mühlen vorwiegend Mais und Roggen vermahlen wurden, habe ich mich für ein reines Ruchmehlbrot entschieden, welches dem Charakter rustikaler Tessiner Brote entspricht. Dabei wollte ich – natürlich neben Wasser – nur drei Zutaten verwenden: Ruchmehl, Sauerteig, Salz. Dabei ist ein mittel- bis großporiges, saftig-knuspriges, geschmackvolles Brot mit nur leichter Säure entstanden. Wichtig ist die Verwendung eines Schweizer Ruchmehls mit hohem Proteingehalt – bei Verwendung deutscher Ruchmehle bitte unbedingt zunächst die Wassermenge (Schütt-Salzwasser) reduzieren.

Gesamtzutaten (für gut 1 kg Brot)

- 570 g Wasser
- 30 g Anstellgut (Weizen)
- 660 g Ruchmehl
- 13,5 g Salz (Meersalz)

Zubereitung (Fertigstellung ca. 15 Uhr, nicht 12 Uhr, wie bei meinen sonstigen Rezepten)

Tag 1 – 16:35 Sauerteig

- 200 g Wasser, lauwarm
- 30 g Anstellgut (Weizen)
- 180 g Ruchmehl

Vermengen, 14 Stunden bei guter Raumtemperatur (20–24 °C) gären lassen

Tag 2 – 6:40 Autolyse

- 280 g Wasser, lauwarm
- 480 g Ruchmehl

Verkneten, 90 Minuten quellen lassen

Salz-Schüttwasser

- 90 g Wasser, warm
- 13,5 g Salz

Das Salz im Wasser auflösen, abkühlen lassen. Wer sich unsicher ist, wie viel Wasser sein Ruchmehl bindet, nimmt zunächst nur 40 g Wasser und gibt den Rest nach Bedarf zum Hauptteig.

Tag 2 – 8:15 Hauptteig

- Autolyseteig
- Sauerteig

Mit dem Handrührgerät vermengen, dann schluckweise das Salz-Schüttwasser unterkneten. Der nächste Schluck Wasser folgt immer erst, wenn das Wasser vollständig vom Teig aufgenommen ist und sich der Teig vom Schüsselrand löst. Das Kneten dauert etwa 8–10 Minuten, es ist ein elastischer Teig entstanden. Nun folgen insgesamt 2 ¼ Stunden Teigruhe bei eher kühler Raumtemperatur (ich hatte 15 °C).

Tag 2 – 9:15 Den Teig mehrfach dehnen und falten („stretch & fold“) und 45 Minuten ruhen lassen.

Tag 2 – 10:00 Den Teig wiederum dehnen und falten, 45 Minuten Teigruhe.

Tag 2 – 10:45 Einen (ausreichend großen!) Gärkorb mit einem gut mit Stärkemehl bepuderten Teigtuch auslegen. Den Teig vorsichtig zu einem Laib wirken, ohne den Teig zu entgasen, mit Ruchmehl bestreuen und mit dem Schluß nach oben in den Gärkorb legen. Mit Frischhaltefolie umhüllt für 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Tag 2 – 13:50 Den Laib aus dem Kühlschrank nehmen, nicht akklimatisieren lassen. Mit mehreren Parallelschnitten (oder ganz nach Wunsch) ca. 1 – 1,5 cm tief einschneiden. Bei 250°C ohne Schwaden einschießen. Die Ofentür leicht geöffnet halten (Kochlöffel einklemmen).

Tag 2 – 13:53 3 Minuten nach dem Einschießen schwaden. Ab sofort den Ofen ganz schließen.

Tag 2 – 13:56 Nach weiteren 3 Minuten entschwaden.

Tag 2 – 14:20 Nach insgesamt 30 Minuten Backzeit den Ofen auf 200°C herschalten und 30 Minuten fertig backen. Wer sein Brot nicht so typisch dunkel möchte, wie die Originalbrote im Tessin, schaltet den Ofen bereits nach 15 Minuten herunter.

Tag 2 – 14:50 Das Brot noch 10 Minuten lang im ausgeschalteten, leicht geöffneten Ofen lassen.