



Main de Nice

Auch „Monte-dessus“ genannt, aus Nizza

Die Main de Nice stammt aus der Stadt Nizza in der Provence-Alpes-Côte d'Azur und verdankt ihren Namen ihrer charakteristischen Form, die einer Hand mit vier Fingern ähnelt. Auch bekannt als „Monte-dessus“, wird sie unter anderem in einem Porträt über Picasso von Robert Doisneau abgebildet. In Italien gibt es ein ähnliches Brot, das als „Manina Ferrarese“ bekannt ist.

2

STÜCK À 450 G

23 °C

TEIGTEMPERATUR

250 °C

BACKTEMPERATUR, 25 MIN

Zutaten für 2 Stück

Farine de Tradition T65	1000 g
Wasser	560 g
Salz	20 g
Hefe	10 g
Levain liquide (Sauerteig)	150 g
Olivenöl	80 g

Zubereitung

Basistemperatur

Für die Berechnung der Wassertemperatur: 54 bis 58 °C. Alle Zutaten für das Kneten in die Rührschüssel geben.

Kneten

Etwa 3 Minuten auf Stufe 1 kneten. Weitere 5 Minuten auf Stufe 2 kneten.

Konsistenz

Pâte batarde – etwas feucht und klebrig.

Teigtemperatur

Der Teig sollte eine Temperatur von 23 °C haben.

<i>Gare</i>	1 Stunde bei Raumtemperatur ruhen lassen, danach 12 Stunden bei 3 °C.
<i>Falten</i>	Nach 1 Stunde und 30 Minuten dehnen und falten.
<i>Teiggewicht</i>	Teigstücke von 450 g abwiegen.
<i>Formen</i>	Den Teig zu einer ovalen, langen Form bringen. Etwa 1 Stunde entspannen lassen. Den Teig auf etwa 1 Meter Länge und 15 cm Breite ausrollen. Die beiden Enden der Teigbahn einschneiden und dann wie ein Croissant zur Mitte hin aufrollen. Die beiden „Finger“ der linken Seite auf die rechte Seite klappen und leicht auseinanderziehen, um eine Handform zu bilden.
<i>Endgare</i>	Etwa 1 Stunde ruhen lassen.
<i>Backen</i>	Ca. 25 Minuten bei 250 °C in einem Ofen mit Steinboden und starkem Dampf backen. Auf einem Gitter abkühlen lassen.

QUELLE: MOULINS BOURGEOIS, FRANCE