



## Kochen

Robert Schorp      Mittwoch, 16.11.2016

### Überbackene Seelen Für ca. 12 Stück

#### Zutaten

##### Für die Seelen

1 kg Mehl (Type 405)  
22 g Salz  
14 g Hefe  
20 g Backmalz  
grobes Meersalz  
1-2 EL Kümmelsamen

#### Zum Überbacken

##### Tomate-Schinken

8 Tomaten  
200 g Butter  
18 Scheiben gekochter Schinken  
18 Scheiben Greyerzer oder Bergkäse  
1 Bund Schnittlauch

##### Birne-Gorgonzola

2 Birnen (z. B. Williams Christ)  
1 TL Zitronensaft  
1/2 Bund Petersilie  
ca. 250 g Gorgonzola  
Pfeffer  
60 g Saure Sahne

#### Zubereitung

1. Am Vortag Mehl, Salz, Hefe, Backmalz und 750 ml Wasser zuerst ca. 6 Minuten auf kleiner Stufe, danach ca. 9 Minuten auf höchster Stufe in einer Küchenmaschine, zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
2. Den Teig mit Wasser benetzen und ca. 3 Stunden im Raum auf einem leicht mit Wasser benetzten Tisch oder Blech ruhen lassen. Zwischendurch immer wieder mit Wasser benetzen (besprühen).
3. Teig in 12 Portionen (ca. 150 g) teilen. Aus den Portionen längliche Seelen (Brote) formen.
4. Den Backofen auf 230 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen.
5. Die Seelen-Teiglinge auf die vorbereiteten Backbleche setzen. Teiglinge mit etwas Wasser bestreichen. Meersalz und Kümmel darüber streuen. Teiglinge erneut ca. 15 Minuten gehen lassen
6. Teiglinge im Ofen auf mittlerer schiene ca. 20 Minuten goldbraun backen.
7. Herausnehmen und abkühlen lassen.
8. Zum Überbacken den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein bzw. zwei Backbleche mit Backpapier belegen.
9. Tomaten abbrausen und trocken tupfen. Tomaten in dünne Scheiben schneiden.
10. Die Seelen halbieren. Die Hälfte (ca. 6 Stück) jeweils mit etwas Butter bestreichen. Mit je einer Scheibe Schinken und Tomaten belegen.  
Mit einer Scheibe Käse abdecken. Seelen auf die Backbleche legen.
11. Für die übrigen Seelenhälften Birnen schälen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen.

Birnen in Spalten schneiden und mit Zitronensaft beträufeln.

12. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Mit saurer Sahne,

Salz und Pfeffer verrühren. Gorgonzola grob zerbröckeln.

13. Übrige Seelenhälften mit saurer Sahne bestreichen. Birnenspalten darauf verteilen. Gorgonzola darüber streuen.

14. Alle Seelen im Ofen auf mittlerer Schiene ca. 10 Minuten goldbraun überbacken.

15. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden.

16. Seelen herausnehmen. Den Schnittlauch über die Tomaten-Schinken-Seelen streuen und alle servieren.