

Kochen

Rezept von Jörg Schmid aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 19.08.2026

Focaccia mit Gemüseblumen

Für ca. 4 Personen

Zutaten

Für den Vorteig (Biga)

150 g Weizenmehl Type 550
2 g Hefe, frisch (ca. erbsengroßes Stückchen)
120 g Wasser, ca.

Für den Hauptteig

600 g Weizenmehl, Type 550
10 g Hefe, frisch
15 g Salz, ca.
75 g Olivenöl, plus etwas zum Bearbeiten
320 g Wasser, ca.

Für den Belag

4 Stangen Staudensellerie
etwas Salz
3 Zwiebeln, rot
2 Spitzpaprika, rot
1 Zucchini, klein
12 Cocktailtomaten, z. B. rot und gelb
2 Zweige Rosmarin
etwas Olivenöl
3 EL Sonnenblumenkerne
etwas Meersalz
etwas Pfeffer

Zubereitung:

1. **Für den Vorteig** Mehl, Hefe und Wasser in eine kleine Rührschüssel geben und zu einem Teig verkneten. Abgedeckt über Nacht im Kühlschrank reifen lassen.
2. **Für den Hauptteig** Mehl und Salz in der Rührschüssel einer Küchenmaschine mischen. Den Vorteig (Biga), Hefe, Öl und Wasser zugeben und alles zunächst auf niedriger Stufe ca. 12 Minuten durchkneten, dann weitere ca. 5 Minuten auf mittlerer Stufe durchkneten, sodass ein sehr weicher, elastischer Teig entsteht.
3. Den Teig in eine mit Olivenöl ausgestrichene Schüssel geben und 3 Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen. Währenddessen jeweils nach 1 Stunde Gehzeit den Teig am Schüsselrand nacheinander von 4 Seiten mit geölten Händen greifen, leicht dehnen und zur gegenüberliegenden Seite überklappen.
4. Ein tiefes Backblech mit Olivenöl ausstreichen. Den Teig darauf geben und mit leicht geölten Händen gleichmäßig bis in die Ecken drücken. Teig zugedeckt weitere etwa 15 Minuten gehen lassen.
5. **Inzwischen für den Belag** Sellerie putzen, abbrausen und längs vierteln (siehe Tipp). Zwiebeln abziehen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Spitzpaprika und Zucchini putzen, abbrausen und in ca. 1 cm dicke Ringe bzw. Scheiben schneiden. Tomaten abbrausen, trocknen halbieren. Rosmarin abbrausen und kleiner zupfen.
6. Zucchini-scheiben eventuell halbieren. Selleriestangen längs halbieren und mit etwas Öl bestreichen. Aus dem vorbereiteten Gemüse auf dem Focacciateig Blumen und Blüten arrangieren. Zunächst die Selleriestangen als Blütenstiele auflegen, Rosmarin am unteren Rand anlegen. Tomaten, Paprikaringe, ganze und halbierte Zucchini und Zwiebelringe als Blüten und Blätter anlegen.
7. Teig und aufgelegtes Gemüse mit Olivenöl bestreichen. Mit Sonnenblumenkernen,

Meersalz und Pfeffer bestreuen. Blüten-Focaccia nochmals ca. 10 Minuten zugedeckt gehen lassen.

8. Den Backofen inzwischen auf 250 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Blech auf der 2. Einschubleiste von unten in den heißen Backofen schieben und die Blüten-Focaccia ca. 20 Minuten goldbraun backen.

9. Focaccia herausnehmen, kurz ruhen lassen und genießen.

Tipp1: Wenn der Sellerie ganz bleiben soll, sollte er vorher blanchiert werden, ca. 2-3 Minuten, in kochendem Salzwasser. Anschließend kalt abbrausen, trocknen und wie im Rezept verwenden. Der Teig kann nach Belieben belegt werden, wer möchte kann auch andere Gemüsesorten, wie Karotten aber auch Oliven oder Champignons verwenden. Auch bei den Kernen ist erlaubt was gefällt.

Tipp 2: Für eine perfekte Focaccia ist ein spezielles italienisches Weizenmehl, mit hohem Proteingehalt, ideal. Am besten geeignet ist sogenanntes Pizzamehl: Tipo 0 oder Tipo 00. Wer das nicht bekommt, nimmt, wie im Rezept nur das Weizenmehl Type 550 oder eine Mischung (50:50) aus Weizenmehl Type 550 und Type 405.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-focaccia-mit-gemueseblumen-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.