



Baguettes mit Sauerteig

Zutaten für 2 Baguettes

- 280g Weizenmehl T550 (80%)
- 70g Weizenvollkornmehl (20%)
- 245g Wasser (70 %)
- 70g Sauerteig Starter (20%)
- 7g Salz (2%)
- optional: 0,18g Frischhefe, wenn dein Sauerteig nicht sehr stark ist (0.05%)

Anleitung:

1. Einen Sauerteig im Verhältnis 1:2:2 ansetzen (15g Anstellgut, 30g Mehl und 30g Wasser). Bei 24-27°C ca. 5h reifen lassen, bis er sich verdreifacht hat und auf dem Höhepunkt seiner Aktivität ist.
2. Die Mehle, das Wasser und den reifen Sauerteig grob vermischen und für 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen (optional: 5g Wasser für den Einsatz der Hefe zurückbehalten und diese darin auflösen).
3. Das Salz hinzugeben. Optional Hefe mit dem zurückbehaltenen Wasser verrühren und ebenfalls dazugeben. Für 2-3 Minuten bei niedriger Stufe in der Küchenmaschine oder für 4-5 Minuten mit der Hand verkneten. Den Teig in eine befeuchtete Teigwanne geben, abdecken und 30 Minuten bei 24-27°C ruhen lassen.
4. Teig einmal stark dehnen und falten, anschließend wieder 30 Minuten ruhen lassen. Daraufhin weitere drei Mal dehnen und falten mit je 30 Minuten Ruhezeit dazwischen. Anschließend ca. 1h heranreifen lassen, bis das Volumen des Teiges um ca. 40-50% gestiegen ist.
5. Den Teig abgedeckt für 12-24h bei 5°C in den Kühlschrank stellen.
6. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und in zwei gleich große Stücke teilen. Die Arbeitsfläche leicht bemehlen und die Teiglinge zu Zylindern vorformen. Abdecken und 30 Minuten ruhen lassen.
7. Die Teigzylinder leicht plattdrücken, dann mit den Fingerspitzen die obere Kante engmaschig nach unten (etwa zur Mitte) klappen und andrücken. Dabei mit den Fingerspitzen fest in den Teig drücken, sodass Oberflächenspannung entsteht. Noch weitere zwei bis drei Mal so verfahren, bis eine Teigwurst entsteht. Die Teigkanten verschließen, indem du sie mit

den Fingerspitzen zusammendrückst oder indem du mit dem rechten Handballen die Teignaht auf der Arbeitsfläche andrückst.

8. Die Baguettes Backpapier oder in ein bemehltes Leinentuch legen und für 1- 1/2h aufgehen lassen.

9. Den Backofen mitsamt einem Backstein oder Backstahls auf 260°C Ober-/Unterhitze aufheizen.

10. Die Baguettes einschneiden (siehe meine Tipps im Blogartikel) und mit Dampf 10 Minuten backen. Den Dampf ablassen und bei 235°C weitere 10-15 min ausbacken.