



Bärlauch-Baguette von Sophie Hinkel

Zutaten

Vorteig

75 g Weizenmehl (Type 550)

75 g Wasser

1 Krümel Hefe

Sauerteig

25 g Weizenmehl (Type 550)

25 g Wasser (warm)

3 g Anstellgut (im Supermarkt oder beim Bäcker erhältlich)

Teig

Sauerteig

Vorteig

150 g Weizenmehl (Type 550)

65 g Wasser

5 g Salz

1/2 Bund Bärlauch

Außerdem

etwas Mehl zum Bestäuben

gutes Olivenöl

Knoblauch, gepresst

Zubereitung

Für den Vorteig die Zutaten mischen und für zwölf Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen. Am besten die Schüssel mit den Zutaten mit einem sauberen Leinentuch abdecken.

Auch die Zutaten für den Sauerteig vermischen und für zwölf Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen. Tipp: Wer das Baguette etwas milder mag, kann den Sauerteig etwas wärmer lagern, da sich so mehr mildschmeckende Milchsäurebakterien bilden.

Bei Bedarf und je nach Gusto kann man auch schon ein Knoblauchöl ansetzen: Dazu in ordentlich viel Olivenöl zwei bis drei Knoblauchzehen pressen und ziehen lassen.

Nach der Ruhezeit von zwölf Stunden alle Zutaten, bis auf den Bärlauch und das Knoblauchöl, kräftig kneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht, der nicht mehr an den Rändern der



Knetschüssel kleben bleibt. Kurz vor Ende der Knetzeit kann langsam der gehackte Bärlauch untergemischt werden.

Den fertigen Teig in eine Schüssel mit Öl (wahlweise Knoblauchöl) legen und für 90 Minuten reifen lassen. Je nach 30 Minuten den Teig falten, damit eine bessere Spannkraft entsteht.

Nach der Reifezeit wird der Teig in zwei Hälften geteilt, vorsichtig zu Zylindern geformt, auf eine bemehlte Arbeitsfläche gelegt und mit einem Leinentuch oder einer Folie abgedeckt. Nach 20 Minuten können die Teiglinge nun zu einem Baguette geformt werden.

Die geformten Baguettes ruhen nochmals 30 Minuten und werden dann eingeschnitten und bei 230 Grad für 20 Minuten goldbraun gebacken. Nach circa fünf Minuten Backzeit einen kräftigen Schwung heißes Wasser auf den Boden des Ofens gießen, um Dampf zu erzeugen. So bekommt das Baguette eine richtig schon rustikale, französische Kruste.