



Zutaten

Poolish/Vorteig

130g Buttermilch
100g Weizenvollkornmehl
1g Frischhefe

Hauptteig

Poolish/Vorteig
240g Rüebliensaft
400g Halbweissmehl
8g Hefe
10g Salz

Aus dem Rüebliland stammend lag es für mich auf der Hand, ein Brot-Rezept mit Rüeblis zu entwickeln. Ich dachte an ein Baguette. Und da ich momentan mit Buttermilch experimentiere, habe ich den Baguette-Poolish kurzerhand damit hergestellt. Geht prima. Als zusätzliche Flüssigkeit verwende ich ausschliesslich Rüebliensaft. Die Herstellung der Baguettes ist weniger schwierig als du vielleicht denkst. Auch wenn der Teig doch recht weich ist – genau wie Baguette-Teige eben sein müssen. Die lange, kalte Teigführung lässt ein lockeres, sehr saftiges und herrlich schmeckendes Baguette entstehen. Es passt perfekt zu einer Suppe oder einem kalten Znacht und tanzt auch farblich schön aus Reihe.

Zubereitung

Poolish/Vorteig

130g Buttermilch, 100g Weizenvollkornmehl und 1g Frischhefe mischen, 2 Stunden bei Raumtemperaturanspringen lassen und anschliessend über Nacht in den Kühlschrank stellen. Der Vorteig ist eher fest, da das Vollkornmehl relativ viel Wasser bindet.

Hauptteig

Den Poolish/Vorteig und alle restlichen Zutaten (Obacht: nur ca. 90% des Rüebliensafts) bei niedrigster Stufe 5 Minuten mischen. Weitere 10 Minuten auf zweiter Stufe kneten und nach und nach den Rest des Rüebliensafts zugeben. Der Teig ist recht weich und löst sich nur vom Rand, am Schüsselboden klebt er.

Innerhalb der nächsten 2 Stunden 2-4x falten. Du wirst dabei merken, wie der Teig mit jedem Mal falten an Struktur gewinnt. Er wird dehnbarer und weicher. Das Falten geht am besten in einer flachen Form oder in einer Teigwanne. Zwischendurch immer wieder gut abdecken. Dann bis zum nächsten Tag in den Kühlschrank geben. Ob dies nun 20 oder 30 Stunden sind, spielt keine Rolle.

Zu Zylindern Formen

Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und eine halbe Stunde akklimatisieren lassen. Vergiss nicht, jetzt den Backofen vorzuheizen, und zwar auf 250°. Den Teig vorsichtig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche stürzen. Mit den bemehlten Händen vorsichtig in eine etwas rechteckige Form ziehen. Jetzt mit der starren Teigkarte dreiteilen. Die Teiglinge mit den Fingern beider Hände hinten auf der längeren Seite fassen, hochziehen und den Teig nach vorne überziehen und an den vorderen Seite andrücken. Dies bei jedem Teigling wiederholen, bis ein Zylinder entstanden ist. Die Naht mit den Fingern nochmals festdrücken und mit

dieser (das ist der Schluss) nach oben auf ein bemehltes Bäckerleinen oder ein bemehltes Küchentuch legen. Abdecken und 20 Minuten entspannen lassen.

Zu Baguettes rollen

Jetzt mit beiden Händen von innen nach aussen sanft über die Teiglinge rollen und zu Baguettes formen (Achtung: nicht länger als der Backofen resp. der Backstein!). Das geht nicht immer gleich gut. Hast du zu viel Mehl auf der Arbeitsfläche, rutscht der Teig weg. Hast du zu wenig Mehl auf der Arbeitsfläche, klebt der Teigling. Hier ist etwas Fingerspitzengefühl und Erfahrung nötig. Dabei an den Enden etwas mehr Druck ausüben, damit es einen schönen Spitz gibt. So. Und jetzt nochmals mit Schluss nach Oben 30 Minuten ruhen lassen.

Einschneiden

Kurz vor dem Backen werden die Baguettes eingeschnitten. Sie müssen dazu vorher noch umgedreht werden, sodass die unschöne Seite, der Schluss, unten ist. Dies geht am besten mit einem Holzbrett, auf die man die Baguettes kippt und „umrollt“. Die Baguettes werden dann am besten mit einem nassen Messer oder einer Lâme de Boulanger 3x quer, flach eingeschnitten.

Backen

Die Baguettes die ersten 8 Minuten mit Dampf bei 250° backen. Danach den Dampf ablassen und 10 Minuten bei 220° weiterbacken. Dann nochmals 4 Minuten mit leicht geöffneter Backofentür fertig backen, so werden sie schön knusprig. Für einen schönen Glanz direkt nach dem Backen mit Wasser besprühen.

Zeitplan

	<i>Vorarbeiten</i>	<i>Arbeiten am Backtag</i>
	ca. 3 Stunden	ca. 1-2 Stunden
	ca. 36 Stunden	ca. 25 Minuten

Kommt dir ein Begriff Chinesisch vor? Alle Fachbegriffe kannst du auf www.besondersgut.ch nachschlagen. Ebenso findest du dort viele Bilder und Videos, die dir das Brot backen noch leichter machen.