

30. April 2010

## Baguettes au Levain

Der großartige Blog „Au Levain!“ von Janedo70 ist mir schon vor vielen Monaten ins Auge gesprungen. Schon damals hatte ich mir ein Bookmark zu einem langen Artikel gesetzt, der von Janedos Besuch bei Baguette-Papst Anis Bouabsa erzählt und von einem Baguette-Rezept, das Bouabsas Baguettes nicht nachahmt, sondern interpretiert. Die lange und kalte Führung ist letztlich der Garant für eine dünne, krachende Kruste und eine ausreichend lockere und vor allem geschmacksvielfältige Krume. Da ich kein französisches T65 besitze, habe ich auf 812er Weizenmehl zurückgegriffen.

### Weizensauerteig (Levain)

- 30 g Anstellgut (Weizensauerteig)
- 90 g Weizenmehl 812
- 40 g Wasser
- 1 g Salz

### Hauptteig

- Sauerteig
- 500 g Weizenmehl 812
- 375 g Wasser
- 2 g Frischhefe
- 10 g grobes Salz

Die Sauerteigzutaten 1-2 Minuten verkneten und 12-18 Stunden bei Raumtemperatur zur Reifung stellen.

Anschließend den Sauerteig mit Wasser und Hefe vermengen und die übrigen Zutaten zugeben.

Diese Masse mit einer Teigkarte oder einem Spatel so lange vermischen, bis sie homogen ist.

30 Minuten Teigruhe.

Dann mit der Teigkarte den Teig in einer Schüssel alle 20 Minuten je 20-mal ins Schüsselzentrum falten. Dazu die Schüssel nach jedem Faltvorgang um ein Fünftel drehen und erneut den Teig vom Schüsselrand nach innen klappen, damit Luft in den Teig gelangt.

Diesen Vorgang insgesamt 5-mal wiederholen, also insgesamt 1 Stunde und 20 Minuten oder 100 Faltvorgänge.

Nach abschließenden 10 Minuten Teigruhe den Teig für 12-18 Stunden im Kühlschrank lagern.

Am nächsten Tag in vier Teile teilen und Kugeln formen, die 1 Stunde ruhen müssen.

Nun die Baguettes formen, nochmals 45-60 Minuten ruhen lassen, einschneiden und bei 250°C mit viel Dampf 25 Minuten backen.

*Zubereitungszeit am Backtag: ca. 3 Stunden*



[www.brotbacken.de](http://www.brotbacken.de)