



Rezeptidee der Woche

Frühling Woche 14 / 2022

## Bärlauch – Kräuterbaguette

|           |                        |
|-----------|------------------------|
| 580g      | Weizen Vollkornmehl    |
| 12g       | Kräutersalz            |
| 2 EL      | Bärlauch Pesto, frisch |
| 30g       | Hefe, frisch           |
| ca. 375ml | Wasser                 |



### Zubereitung für 2 Baguettestangen:

Das Vollkornmehl in eine Schüssel geben, Salz, Bärlauch Pesto hinzufügen.  
Die Hefe in der benötigten Menge Wasser auflösen und zum Mehl geben.  
Mit einer Knetmaschine...bzw. bei dieser kleinen Menge Mehl mit den Händen alles zusammen zu einem geschmeidigen, nicht klebrigen Hefeteig einige Minuten zusammen kneten.  
Dann erfolgt die erste Teigruhe: 30 min.  
Dann den Hefeteig nochmals durchkneten.  
Es folgt eine zweite Teigruhe: 20 min.  
Nun wird der Hefeteig zu zwei Baguette aufgearbeitet. Den Teig halbieren und zu zwei länglichen Stangen formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.  
Die Baguettestangen nochmals ca. 10 bis 15 min. eine Endgare geben.  
Den Backofen auf 240° C vorheizen.  
Teiglinge oben etwas einschneiden und mit Wasser besprühen.  
Die Backzeit beträgt ca. 20 Minuten.  
Unten in den Ofen ein kleines Schüsselchen mit Wasser stellen, damit sich beim backen Wasserdampf bilden kann.  
Baguettestangen nach der Backzeit aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

