

Boule T80 - französische Landbrötchen

- Montag, Oktober 14, 2019

<https://ketex.de/blog/boule-t80-franzoesische-landbroetchen/>

Nach einem herrlichen Brötchenbackkurs mit [Valesa](#) und [Andrea](#) vor zwei Wochen ist in mir der Wunsch gewachsen, mal wieder Brötchen zu backen. Der Backkurs hat in der Nähe zur französischen Grenze stattgefunden, also ganz in der Nähe der Mühle, von der wir das BIO-Weizenmehl T80 beziehen. Mir war wichtig, dass das Rezept möglichst wenig Hefe enthält. Daher habe ich mich für eine lange, kalte Teigführung entschieden (Teig am Dienstag angesetzt und am Freitag die Brötchen gebacken). Da das französische BIO-Weizenmehl T80 sehr gut Wasser verträgt, habe ich als Teigausbeute 166 gewählt. In der Tat war der Teig beim Rundschleifen auch sehr weich, es hat aber dennoch alles wunderbar funktioniert, und das Ergebnis sind 8 leckere Brötchen mit einer herrlichen Krume. Im Rahmen eines Grillnachmittags sind sie dann meinen Töchtern zum Opfer gefallen...

1. Zutaten

- [500 g französisches BIO-Weizenmehl T80](#)
- 320 g Wasser
- 15 g Salz
- 20 g Butter (wer mag)
- 1 g frische Hefe

[Zubereitung](#)

Zubereitung

2. Zubereitung

Zunächst die Hefe in einer [kleinen Schüssel](#) mit etwas Wasser auflösen. Das Mehl und das Salz in der [Küchenmaschine](#) vermischen. Nun das Wasser sowie die Hefe hinzugeben und auf kleiner Stufe 5 Minuten vermischen. Danach den Teig weitere 5 Minuten auf schneller Stufe weiter kneten. Wer Butter in den Teig geben mag, macht das am besten kurz vor Ende des Knetvorganges. Der Teig löst sich bei mir am Ende vom Schüsselrand.

Anschließend habe ich den Teig in der Schüssel der Küchenmaschine ruhen lassen. Nach 2 Stunden den Teig in eine leicht geölte [Teigwanne](#) geben und falten. Die [Teigwanne](#) in den Kühlschrank geben. Beim oben erwähnten Backkurs wurden die Teige mindestens über Nacht gereift. Im vorliegenden Fall waren es – wie erwähnt – fast 72 Stunden.

Am Backtag den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und bei Zimmertemperatur akklimatisieren lassen. Ich habe die Teigwanne in den Ofen gestellt und die Lampe angeschaltet. Nach guten zwei Stunden habe ich den Teig auf eine bemehlte Arbeitsplatte (alternativ ein [Teigbearbeitungstuch](#) nehmen) gestürzt und

die Oberfläche bemehlt. Den Teig habe ich mit der Teigkarte in 8 gleich große Teile geteilt. Die Teiglinge zu 8 Brötchen [rundscheifen](#), auf ein [Bäckerleinen](#) geben und mit einem [Tuch/Folie](#) abdecken. Ich habe bei einem der Backversuche den [Couronne-Backkranz](#) genommen und das hat sehr gut funktioniert. Gehzeit 90 Minuten. In der Zwischenzeit den Backofen und das Blech vorheizen. Wer mag, schneidet die Teiglinge ein – ich habe darauf verzichtet.

Die Teiglinge vorsichtig auf das heiße Blech setzen und bei etwa 220 Grad für 20 Minuten backen. Gut schwaden und nach 10 Minuten den Dampf ablassen.

-