

Baguette nach Anis Bouabsa (Frankreichs bester Baguette-Bäcker 2008)

- Sonntag, April 17, 2011

<https://ketex.de/blog/baguette-nach-anis-bouabsa/>

Wie angekündigt, hier das von Lutz in seinem Plötzblog veränderte Rezept für die Baguettes nach Anis Bouabsa, das wir während seines Besuches bei mir gebacken haben.

Die lange Vorlaufzeit von ca. 55 Stunden beeinflusst den Geschmack erheblich. Die Krume wird schön großporig, und der Geschmack ist einfach herrlich. Es ist für mich nicht einfach, das zu beschreiben. Am ehesten trifft vielleicht zu: "aromatisch mild mit einer fruchtigen Note". Mit einer TA (Teigausbeute) von 174 nicht wirklich ein Rezept für Anfänger. Eine gewisse Erfahrung mit feuchten Teigen sollte schon vorhanden sein.

Vielen Dank an Lutz für das tolle Rezept und die Fotos!

1. Vorteig

- 160 g [Weizenmehl 550](#)
- 160 g Wasser
- 0,3 g Frischhefe (ein ganz kleiner Krümel)

Alle Zutaten klümpchenfrei verrühren und für 16-20 Stunden reifen lassen. Ich habe die Hefe 2 Stunden anspringen lassen und dann den Vorteig für 18 Stunden in den Kühlschrank (+5°) gegeben.

2. Hauptteig

- Vorteig
- 350 g [Weizenmehl 550](#)
- 215 g Wasser
- 3 g Bio-Frischhefe
- 10 g Salz

Zubereitung

Zubereitung

3. Zubereitung

Den Vorteig, das Mehl und 165 g vom Wasser verrühren und 30 Minuten abgedeckt für die Autolyse ruhen lassen.

Die Hefe zugeben und 15 Minuten kneten. Das Salz in der Zwischenzeit in den restlichen 50 g Wasser auflösen, in kleinen Portionen zum Teig geben und weitere 7 Minuten kneten. Der Teig sollte sich ganz von der Schüssel lösen und einen straffen Eindruck machen.

Jetzt schließt sich eine Teigruhe von 1 Stunde bei 24° in der Gärbox an.

In dieser Stunde jeweils nach 20 Minuten einmal [stretch and fold](#) einlegen.

Nun den Teig in eine [Teigwanne](#) oder – mit einem feuchten Tuch abgedeckt – in eine große Schüssel geben und für 31 Stunden in den Kühlschrank (+5°) stellen.

Am Backtag 1 Stunde bei Raumtemperatur akklimatisieren lassen. Dann Teile à 220 g abwiegen, vorformen und in [Bäckerleinen](#) 15 Minuten ruhen lassen.

Anschließend zu Baguettes formen und 45-60 Minuten zur Gare bei 22-24 °C stellen. Mit einem [Lame de Boulanger](#) 3-4 mal einschneiden, bei 250° 20-25 Minuten backen und kräftig schwaden. Nach 10 Minuten den Schwaden wieder abziehen lassen.

-