

Rustikales Baguette

Köstlich weiches, rustikales Stangenbrot!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei, fruktosearm
siehe Tipp, eifrei



Für 3 Stück

350g helle glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix Brot von Schär)

50g Kastanienmehl, alternativ: Teff-, Quinoa- oder Buchweizenmehl

50g Kartoffelstärke

400ml lauwarmes Wasser

1 Würfel Hefe

1 TL Salz

1,5 gestrichene TL Xanthan

1,5 TL Backpulver

2 EL Öl

1. Die Hefe im lauwarmen Wasser auflösen. Alle restlichen Zutaten für das Baguette verrühren, auf eine bemehlte Arbeitsplatte geben und mit den Händen kneten.

2. Den Teig in drei Stücke teilen und auf ein Baguetteblech oder auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Eine Stunde an einem warmen Ort aufgehen lassen.

3. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 35 Minuten backen.

Geschmackszutaten für 3 Baguettes:

- Für Zwiebelbaguette: 3 EL Röstzwiebeln (z.B. von Hanneforth) unter den Teig kneten.
- Für Körnerbaguette: 3 EL Körner (Leinsamen, Sesam, Sonnenblumenkerne) unter den Teig kneten.
- Für Schinkenbaguette: 3 EL rohen Schinken, klein geschnitten und kurz in der Pfanne auslassen. Schinkenwürfel abkühlen lassen und unter den Teig kneten.
- Für Walnussbaguette: 3 EL gehackte Walnüsse unter den Teig kneten.
- Für Laugenbaguette: Laugenperlen von Backstars.de nach Anleitung anrühren. Die Rohlinge in die Lauge tauchen, Baguette eine Stunde aufgehen lassen, dann abbacken. Achtung! Lauge ist ätzend! Bitte nach Vorschrift arbeiten!!!
- Pestobaguette: 3 TL Pesto unter den Teig kneten.

Fruktosearm – Tipp: Wer Kartoffelstärke nicht gut verträgt kann auf Tapiokastärke zurückgreifen.