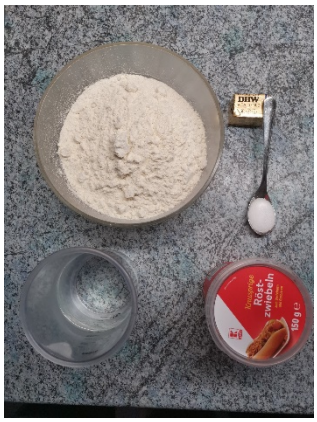
Zwiebelbaguette aus Hefeteig

Zutaten:

500 g	Mehl
350 ml	Wasser, lauwarm
1 Würfel	Hefe
150g	Röstzwiebeln
2 TL, gestr.	Salz



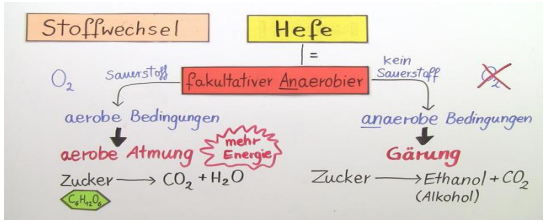
Zubereitung:

1. Das Mehl in eine Rührschüssel geben und das Salz gut darin verteilen. Die frische Hefe fein zerbröseln und in die Rührschüssel geben, ebenfalls gut verteilen.
2. Röstzwiebeln dazu geben.
3. Nach dem groben Verrühren, den Teig von Hand kneten.
4. Nun sollte der Teig wenigstens 1 Stunde ruhen/gehen.
5. Baguettes in Form bringen.
6. Baguettes: Bei 180°C ca. 25 Minuten backen. Waserbehältnis unten in den Ofen stellen

Warum geht ein Hefeteig auf?

! Hefegärung = Fermentation !

→ Mehl und hefeeigene Enzyme spalten Stärke in Doppelzucker, später in Einfachzucker
→ Einfachzucker wird zu Kohlenstoffdioxid und Wasser abgebaut
→ Klebernetz fängt entstandenes Kohlenstoffdioxid auf und bildet Volumen/Poren im Teig



→ **Wichtige Faktoren sind: Zeit, Temperatur, Ruhe**