



Zwiebelbrot

Eine rustikale Baguette, dem karamalisierte Zwiebelstücke dezente Röstaromen geben. Gebacken mit einem Hefevorteig. Es ist gut gelungen: Mit weicher Krumme und knuspriger Kruste.

Zutaten

Vorteig:

80 Weizenvollkorn

80g Wasser

0,2g Frischhefe

Autolyseteig:

Vorteig

200g Weissmehl

70g Wasser

Hauptteig:

Autolyseteig

3g Frischhefe

karamalisierte Zwiebeln

55g Wasser

8g Salz (im Wasser auflösen)

1 grosse Zwiebel

1 üppiger Teelöffel Honig

Zubereitung

Vorteigzutaten verkneten und 20 Stunden reifen lassen.

Autolyseteig verkneten und 30 Minuten ruhen lassen.

Derzeit die Zwiebel grob hacken und in Olivenöl andünsten bis sie glasig sind und braune Ränder zeigen. Honig zugeben und ab und zu verrühren bis die Zwiebelmasse etwas zäh und schön braun ist.

Hauptteig:

Zuerst Autolyseteig mit der zerbröckelten Hefe mit der Maschine ca. 3 Minuten kneten. Zwiebeln zugeben und weitere 5 Minuten kneten. Danach ca. 10-15 Minuten weiterkneten und dabei das Salzwasser löffelweise zugeben. Das Wasser sollte jeweils eingearbeitet sein, bevor der nächste "Gutsch" zugegeben wird. Am Schluss sollte sich der weiche Teig ganz von der Knetschüssel lösen. Die Oberfläche sollte feucht und nur leicht klebrig sein.

Danach 1 Stunde abgedeckt auf der Heizmatte ruhen lassen, dabei alle 20 Minuten dehnen und falten (mit dem Teigspachtel in einer Schüssel).

Den Teig abgedeckt 30 Stunden im Kühlschrank reifen lassen. Der Teig sollte dabei aufs Doppelte aufgehen und Blasen zeigen (Hat er beides gemacht).

Am Backtag Teig 1 Stunde bei Raumtemperatur aufwärmen lassen. 3 Teiglinge abstechen und auf bemehlter Unterlage zu Rollen formen. Bemehlen und 15 Minuten ruhen lassen. Mit Bäckerleinen abdecken.

Schonend zu Baguettes formen, dabei einmal längs falten und mit Schluss nach unten weitere 45 Minuten abgedeckt reifen lassen. Der Teig ist sehr weich. am besten, man bewegt ihn mit Hilfe einer Teigkarte.

Teiglinge auf den heißen Backstein legen (mit der metalligen Teigkarte), Überschüssiges Mehl abpinseln und zweimal mit der Rasierklinge schräg einschneiden.

Während 20 Minuten bei 250° Grad backen.



Die Zwiebeln in einer Eisenpfanne karamelisieren. Beschichtete Pfannen sind ungeeignet, da sie zuwenig hitzebeständig sind.



Frisch gebackene Laibe beim Auskühlen.