

# Tutorium: Baguettes selbst backen

von Dr. Björn Hollensteiner, "der Brotdoc", <http://brotdoc.com>

Französische Baguettes gelten als ein anspruchsvolles Brot für Hobbyisten. Wer ein optimales Ergebnis erreichen will, kommt um häufiges Üben nicht herum. Baguettes sollten eigentlich nicht der Einstieg in das Selbstbacken von Brot sein, denn es braucht schon etwas Erfahrung im Kneten von Teigen und in der Handhabung der Teiglinge. Dieses Tutorium soll sowohl Einsteigern mit etwas Erfahrung, als auch schon Fortgeschrittenen helfen, schöne Ergebnisse zu erzielen.



Da Baguettes anspruchsvoller sind, als helle Weizenbrötchen, ist dieses Tutorium etwas aufwändiger und länger.

## Grundsätzliches zu Baguettes:

Ein Baguette ist kein einfaches Weißbrot, das in Stangenform gebacken wird. Es ist anders, etwas Besonderes, auch wenn die Zutaten „einfach“ sind. Das Geheimnis des vorzüglichen Geschmacks guter Baguettes ist eine lange Teigführung mit wenig Hefe oder mit Sauerteig.

Es steht viel Zeit zur Teigreifung zur Verfügung. Hierdurch wird ein intensiver fruchtig - süßlicher oder leicht säuerlicher Krumengeschmack erzeugt.

### **Warum überhaupt Baguettes selbst backen? Es gibt sie doch inzwischen fast überall hierzulande zu kaufen.**

Vielleicht geht es Euch so wie mir. Ich war mehrfach in Frankreich im Urlaub. Zum ersten mal nach dem Abitur mit drei Freunden. Wir fuhrten durch Normandie und Bretagne, zelteten und genossen unsere Zeit. Den Geschmack der Frühstücks-Baguettes, die wir morgens frisch in der Boulangerie erwarben, geht mir heute noch nicht aus dem Kopf.

Ein wirklich gutes französisches Baguette verlangt nach Verwendung guter, sauberer Rohstoffe. Woraus ein Stangenbrot, das sich französisches Baguette nennen will, hergestellt werden darf, legt in Frankreich sogar ein Gesetz fest: Wasser, Mehl, Hefe und Salz. Mehr nicht. Kein Fett, kein Zucker, kein Malz...

In Deutschland werden bei der Herstellung von Baguettes üblicherweise allerlei andere Zutaten verwendet. Vor allem Weißbrot- oder Brötchen-Backmittel. Es gibt gar ein Backmittel namens ["Baguette-Back"](#), welches inzwischen auch für Hobbyisten verfügbar ist. So weit ich weiß, wird dieses in vielen professionellen Bäckereien auch verwendet. Ein Blick in das Kleingedruckte offenbart folgendes:

**ZUTATEN** ^

**Weizenmehl, Weizenvorteig** getrocknet (**Weizenmehl**, Hefe), jod. Speisesalz, Stabilisator: Guarkernmehl, Natrium-Carboxymethylcellulose, **Weizenmalzmehl**, getrockneter **Weizen**-Natursauerteig(**Weizenmehl**, Starterkulturen), Dinatriumdiphosphat, Calciumacetat, Monocalciumphosphat, Emulgator: Mono- und Diacetylweinsäureester von Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren, **Weizenkleber**, Dextrose, Rapsöl, Ascorbinsäure, Enzyme.  
Kann Spuren von **Ei, Soja, Milch, Senf, Sesam** und **Lupinen** enthalten.

*Quelle: Screenshot der Homepage des Hobbybäcker-Versandes*

Wer möchte das alles schon mit seinem Brot essen? Mir vergeht da der Appetit.

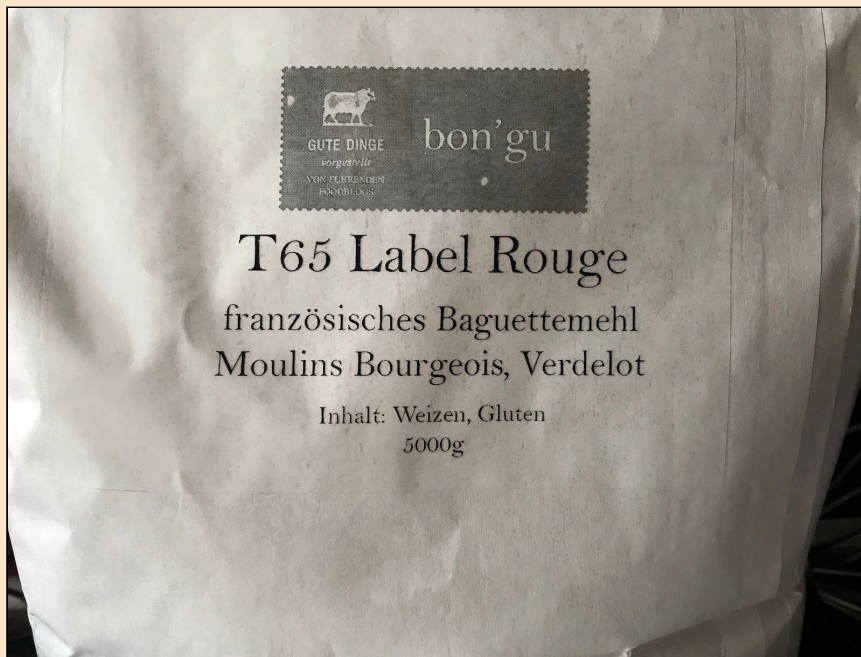
Oft wird auch Malz zugefügt, damit Kruste und Krume eine kräftigere Farbe bekommen, obwohl der Teig nur kurz fermentiert wurde. Time is money. Die Backmittel ermöglichen ein starkes Aufgehen und großes Brotvolumen trotz deutlich niedrigerer Teigausbeute, als es in Frankreich üblich ist.

Deswegen schmecken Baguettes in Deutschland oft eher fade oder hefig-malzig, so wie die daneben liegenden aufgeblasenen Brötchen oder normales Weißbrot. Und die Krume ist deutlich weniger saftig.

Das französische Baguettemehl nennt sich T65. Ähnlich wie in Deutschland ist die Zahl Ausdruck des Ausmahlgrades, bzw. des Aschegehaltes. Das T65 Mehl entspricht vom Ausmahlgrad her am ehesten einer Mischung aus deutschem 550er Mehl und 812er

Weizenmehl. Gluten wird französischen Weizenmehlen fast immer zugefügt, um sie backstärker zu machen. Beim Kauf sollte genau hingesehen werden, ob noch andere Additive auf der Packung vermerkt sind.

“Ach ja...” hört man von deutschen Bäckern deswegen immer wieder, “die panschen ja auch, die Franzosen”. Das ist leider in Teilen wahr, denn auch in Frankreich sind Teigzusätze erlaubt. Oft werden diese bei unseren Nachbarn schon von den Müllern den Mehlen zugefügt, und nicht erst in der Bäckerei. “*Bannette Label Rouge*” T65-Mehl, das in Frankreich sehr bekannt ist, enthält Enzymzusätze (Amylase, Hemicellulase), Ascorbinsäure und Gluten. Es ist in Wirklichkeit kein Mehl, sondern eine Mehlmischung. Wenn wir das aber mit der obigen Zutatenliste vergleichen, ist das zumindest nicht ganz so umfangreich.



Andere französische Mehle sind sauberer, enthalten zum Teil außer Gluten keinerlei Zusätze. Hierzu zählen die meisten biologisch hergestellten T65-Mehle. Oder das T65-Label Rouge Mehl von Bon'gu.de. Fakt ist jedenfalls, daß in Frankreich die handwerkliche Tradition in der Brotherstellung noch einen höheren Stellenwert hat, als hier in Deutschland.

Insbesondere die lange, teils kalte Teigführung und die Verwendung von Levain (Weizensauerteig) ist dort noch Alltag. Das sieht und schmeckt man. Es ist der entscheidende Unterschied zwischen einem von französischen Bäckern und deutschen Bäckern hergestellten Baguette.

In Deutschland können wir Baguettes auch mit unserem 550er Weizenmehl oder mit 812er Weizenmehl backen. Wir erreichen bei richtiger Teigführung damit auch gute Ergebnisse, die geschmacklich und vom Mundgefühl her überzeugen. Auf den Gipfel der Baguette-Backkunst gelangen wir aber nach meiner festen Überzeugung nur mit einem guten, außer Gluten möglichst zusatzstofffreien französischen Weizenmehl T65.

Der Grund liegt darin, daß gute französische Müller besonderen Wert auf geschmackliche Aspekte bei der Auswahl ihrer Weizensorten legen. Zudem sind die Anbaubedingungen für Weizen in Frankreich klimatisch besser, als bei uns in Deutschland. Das führt auch zu unterschiedlichen Kleberqualitäten im Teig. Baguetteteige mit T65-Mehl sind oft elastischer als mit deutschem 550er Mehl und damit leichter zu bearbeiten und zu formen.

Bezugsquellen für gutes sauberes T65-Mehl findet ihr am Ende des Tutoriums. Sie sind etwas kostspieliger als deutsche Mehle. Doch es lohnt sich, sie einmal zu testen.

## Baguette-Teige



Baguettes sollen eine dünne, rösche Kruste und eine großporige Krume haben. Die Krume soll etwas glasig aussehen und sehr saftig sein. Hierzu wird der Teig weicher hergestellt, als bei üblichen Weißmehlteigen. Die Teigausbeute bewegt sich in Frankreich üblicherweise zwischen 170 und 174, wenn ein gutes T65-Mehl verwendet wird.

Eine grobe Porung wird erreicht durch ein hochwertiges Mehl, ein hinreichendes Kneten sowie eine besonders lange Stockgare des Teiges, die durch wenigstens einmaliges Dehnen und Falten ergänzt wird. Die anschließende korrekte, schonende, aber dennoch straffe Aufarbeitung der Teiglinge, sowie eine eher kurze Stückgare sind ebenso wichtig. Baguettes müssen so eingeschnitten werden, daß sie länglich einreißen und aufgehen können. Eingeschossen wird bei knapper Gare mit großer Unterhitze (Backstein oder Backstahl), damit noch viel Ofentrieb entsteht und dadurch die tollen Ausbünde. Es wird kräftig geschwadet. Baguettes werden konstant sehr heiß (240 °C für max. 20-23 Minuten) gebacken. Ihr Volumen sollte sich im Ofen gut verdoppeln

Meiner Erfahrung nach ist die korrekte Bearbeitung des Teiglings für eine grobe Porung mindestens ebenso wichtig, wie eine ausreichend hohe Teigausbeute.

Anfängern lege ich deshalb nahe, die Porung zunächst nicht so wichtig zu nehmen und mehr Wert auf die korrekte Formung



zu legen. Hierzu sollte ggf. die Teigausbeute in einen Bereich reduziert werden, bei dem sich der Teig sicher bearbeiten lässt (163-164). In **Rezept 1** lässt sich das ganz einfach dadurch erreichen, indem die zweite Wasserzugabe zum Ende des Knetvorgangs weggelassen wird.

Sobald die Formung gut von der Hand geht, die Teigreifung sicher eingeschätzt werden kann und das Ergebnis optisch gut ist, sollte die Teigausbeute schrittweise erhöht werden. Bei deutschem 550er Weizenmehl ist nach meiner Erfahrung eine Teigausbeute von 167-168 optimal für ein gutes Ergebnis. Mit französischem T65 Mehl kann auch bis zu einer Teigausbeute von 174 erhöht werden.

Alles was darüber liegt, solltet ihr solche Rezepte finden, betrachte ich als Grenzgängerei und für die alltägliche Praxis untauglich. Ihr seid dann mehr damit beschäftigt, den Teig zu beherrschen, als schöne Baguettes zu formen.

## Rezepte

Anders als bei dem letzten Tutorium gibt es im Folgenden drei Rezepte, die ich für das Üben empfehle. Das erste ist ein Beginner-Rezept, welches auch mit deutschem 550er Mehl gut gelingt und schöne Ergebnisse bringt. Dieses Rezept ist in den Videos zu sehen. Das zweite ist ein Rezept für die Verwendung französischen Weizenmehls T65. In ihm wird ein überreifer Poolish als einziges Triebmittel verwendet. Dies unterstützt die Saftigkeit der Krume und hilft bei einer guten Porung. Das dritte Rezept arbeitet mit einer besonders langen kalten Stockgare über 48 Stunden und erreicht damit eine enorme geschmackliche Tiefe. Es ist mein derzeitiges Lieblingsrezept.

**Anmerkung zu den Rezepten:** Nach den Rezeptanweisungen findet ihr Bilder-Anleitungen zu den Arbeitsschritten sowie zwei Videos, die alles von Anfang bis Ende zeigen. Die Mengen sind auf 1 kg Mehl gerechnet und führen zu 6 bis 8 Teiglingen. Wer weniger backen möchte, oder weniger Platz im Ofen hat, möge einfach alle Zutaten in den Rezepten halbieren. Man kommt dann auf 3 bis 4 Teiglinge.

Anregungen für Rezept 2 habe ich bei *Claudio Perrando* (überreifer Poolish) und *Hannes Iseli* bekommen.

## Rezept 1 (Beginner, Weizenmehl 550, Teigausbeute 167-168)

### **Poolish Vorteig:**

270 g Weizenmehl 550

270 g Wasser

0,3 g Hefe (ein kleines erbsgroßes Stück)

Gut vermischen und 12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen. Er sollte stark blubbern und fruchtig riechen.



### **Hauptteig:**

540 g Poolish Vorteig

370 g Wasser (12-14 °C)

730 g Weizenmehl 550

Die Zutaten mischen für 1 Minute. Dann 30 Minuten den Teig ruhen lassen (Autolyse).

22 g Salz

9 g Frischhefe

zufügen. 6-7 Minuten kräftig kneten (z..B. Kenwood Stufe 1-2), bis der Teig glatt ist und sich von der Schüssel löst.

30-40 g Wasser schluckweise bei Stufe 1-2 unter den Teig kneten. Wenn alles im Teig ist, und sich dieser wieder von der Schüssel löst, das Kneten beenden. Ziel-Teigtemperatur 24-25 °C.

**Stockgare:** 3-4 Stunden, dabei 2 bis 3 mal dehnen und falten (z.B. am Anfang, nach 90 Minuten und noch mal nach weiteren 60 Minuten). Teig muß sich verdreifachen und von Gärblasen durchzogen sein.



**Aufarbeitung:** Abwiegen in Stücke zwischen 200-240 g. Zu Zylindern einrollen. 20 Minuten entspannen lassen. Baguettes formen.

**Stückgare und Backen:** 35 Minuten im Leinentuch mit Schluß oben reifen lassen. Einschneiden, bei 240 °C durchgehend für 20-22 Minuten abbacken. Gut schwaden.

## Rezept 2 (Fortgeschrittene, französisches Weizenmehl T65, Teigausbeute 173)

### **Poolish-Vorteig:**

320 g Weizenmehl T65  
320 g Wasser  
3 g Frischhefe

Gut vermischen und 12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen. Er sollte stark blubbern und fruchtig riechen, darf schon etwas eingefallen sein.

### **Hauptteig:**

643 g Poolish-Vorteig  
340 g Wasser (10-12 °C)  
680 g Weizenmehl T65

Die Zutaten mischen für 1 Minute.  
Dann 30 Minuten Autolyse geben.

22 g Salz  
(3 g Frischhefe)

Zufügen. Das Rezept lässt sich nur mit dem Poolish treiben. Wer sicher gehen will, fügt die 3 g zusätzliche Hefe dem Hauptteig zu. Die Stockgare verkürzt sich dann um 30-60 Minuten. 4 Minuten kräftig kneten (z.B. Kenwood Stufe 1-2), bis der Teig glatt ist und sich von der Schüssel löst.

70 g Wasser schluckweise bei Stufe 1-2 unter den Teig kneten. Gesamte Knetzeit ca. 8 Minuten. Wenn alles im Teig ist, und sich dieser wieder von der Schüssel löst, das Kneten beenden. Ziel-Teigtemperatur 24-25 °C.

**Stockgare:** 3-4 Stunden, dabei 2 bis 3 mal dehnen und falten (z.B. am Anfang, nach 90 Minuten und noch mal nach weiteren 60 Minuten). Teig muß sich verdreifachen und von Gärblasen durchzogen sein.

**Aufarbeitung:** Abwiegen in 7-8 Stücke zwischen 200-240 g. Zu Zylindern einrollen. 20 Minuten entspannen lassen. Baguettes formen

**Stückgare + Backen:** 35 Minuten im Leinentuch mit Schluß oben reifen lassen. Einschneiden, bei 240 °C durchgehend für 20-22 Minuten abbacken. Gut schwaden.



## Rezept 3 (Fortgeschrittene, französ. Weizenmehl T65, Teigausbeute 168, sehr lange kalte Reifung über 48 Stunden)

### **Poolish-Vorteig:**

130 g Weizenmehl T65  
130 g Wasser (handwarm)  
0,5 g Frischhefe

Hefe im Wasser auflösen, das Mehl einrühren und abgedeckt 12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

### **Hauptteig:**

260 g Poolish  
550 g Wasser (handwarm)  
880 g Weizenmehl T65  
22 g Salz  
2 g Frischhefe

Alle Zutaten in die Knetschüssel geben. 3 Minuten kräftig kneten (z..B. Kenwood Stufe 1-2), bis der Teig glatt ist und sich von der Schüssel löst.

**Stockgare:** 2 Stunden bei Raumtemperatur, dabei drei bis vier mal dehnen und falten. Dann den Teig für **40-48 Stunden** in den Kühlschrank bei **5 °C** stellen. Er sollte danach so aussehen wie das Bild rechts.

**Aufarbeitung:** Nicht akklimatisieren.

Abwiegen in 7-8 Stücke zwischen 200-240 g. Zu Zylindern einrollen. 20 Minuten entspannen lassen. Baguettes formen.

**Stückgare + Backen:** 40-45 Minuten im Leinentuch mit Schluß oben reifen lassen. Einschnitten, bei 240 °C durchgehend für 20-22 Minuten abbacken. Gut schwaden.



© <http://brotdoc.com>



# Videos und Bilder-Anleitungen

Für die folgenden beiden Videos habe ich **Rezept 1** auf seine Alltags- und Jedermanns-Tauglichkeit überprüft. Das Rezept soll mit allen wichtigen verfügbaren 550er Mehlen funktionieren. Ich habe mir für das Video eines der am weitesten verbreiteten 550er Mehle aus dem Supermarkt besorgt. Das **Diamant Weizenmehl 550 backstark** von Plange. Selbst damit ist mir ein einigermaßen guter Teig gelungen sowie eine gute Porung. Geschmacklich war die Familie ganz angetan. Die Videos wurden somit **nicht** mit Spezialmehlen erstellt und sollten damit allgemeintaugliche Anleitungen sein.

## **Video 1 (Zutaten abwiegen und Teig bereiten)**



## **Video 2 (Teiglinge abstechen, formen und backen)**



Es gibt natürlich alternative Methoden der Aufarbeitung. Mein Vorgehen in den Videos ist langsam und wirkt möglicherweise unprofessionell. Das ist mit Absicht so, da ich das Prinzip des schonenden und dennoch straffen Aufarbeitens genau demonstrieren will. Beispielhaft möchte ich zwei Videos von Freunden verlinken, die Profi-Aufarbeitung zeigen.  
Viele Wege führen nach Rom.

Dietmar Kappl, Homebaking Blog: [“Baquettes formen”](#)

Lutz Geißler, Plötzblog: [“Baquettes formen und einschneiden”](#)

## Bilderserien

In den Bilderserien zeige ich die wichtigsten Teigbearbeitungsschritte als Foto. Das soll all jenen helfen, die das Tutorium offline nutzen wollen.

### Dehnen und Falten



Der Teig ist frisch geknetet. Hände befeuchten.



Dann den Teigling nacheinander an allen vier Ecken aufnehmen und nach innen falten, so wie in den folgenden Bildern dargestellt:











Nun den Teig 90 Minuten abgedeckt reifen lassen. Dann sollte der Teig so aussehen:



Nun kommt das zweite Dehnen und Falten. Auch dieses mache ich „feucht“ in der Schüssel.



Man erkennt nun gut, wie gut der Kleber entwickelt ist, der Teig ist schön glatt und elastisch geworden. Genau wie beim ersten Mal verfahren. Von allen vier Seiten dehnen und über die Mitte falten.









Der Teig bekommt dadurch eine schöne Festigkeit, es wird ein schöner „Teigbatzen“, der seine Form behält:



Je nach Reifezeit kann ein drittes Dehnen und Falten erforderlich werden.

## Teiglinge vorformen



Der rechteckige Teigling wird nun in der folgenden Weise zu einem Zylinder zusammengerollt.





Die Teiglinge nun 20 Minuten ruhen lassen, dabei abdecken.

## Baguettes formen

Die Teiglinge umdrehen und mit der flachen Hand vorsichtig entgasen. Dies erfolgt, damit sich die teil sehr großen Gasblasen etwas im Teig verteilen bzw. entleeren.



Baguettes mit beiden Händen formen. Die Hände gut bemehlen. Die linke Hand faltet den Teiglingrand mit Zeigefinger und Mittelfinger über den Daumen, mit der rechten Hand drückt man mit den Fingerspitzen den umgefalteten Teigrand fest. Hierbei nicht zu grob vorgehen, denn sonst zerdrückt man die schon vorhandenen Gasblasen, die nachher die großen Poren werden. Dies auf der ganzen Länge des Teiglins durchführen. Immer wieder zwischendurch die Hände bemehlen.



Den Teigling dann umdrehen und das Ganze nochmals mit dem Teigrand der anderen Seite wiederholen.





Nun folgt das dritte Einfalten. Wieder genau so vorgehen, aber diesmal einen schönen Schluß bilden, der gut mit der Außenkante des Kleinfingers zgedrückt wird.



Dann das Baguette mit der flachen Hand immer hin und her langrollen bis auf ca. 40 cm Länge. Die Teiglinge mit dem Schluß nach oben in das Bäckerleinen legen und mit Folie abdecken.





Es folgt eine Endgare von 30 bis 40 Minuten bei Raumtemperatur. Den Ofen auf 240° vorheizen.

Mit der Kippdielen die Teiglinge aufnehmen und auf das Blech geben, der Schluß muß nun nach unten.



Nun kommt die nächste Hürde. Das korrekte Einschneiden der Teiglinge. Das geht so, wie hier gezeigt. Die Klinge muß schräg gehalten werden und die Einschnitte sollten in der folgenden Weise schräg erfolgen. Sie sollten sich zu etwa 1/3 überlappen. Die Schnitte sollten schnell und sicher erfolgen.



# ICH WÜNSCHE VIEL ERFOLG MIT DEN BACKVERSUCHEN!!

Bezugsquellen für Mehle und Zubehör:

1. Hervorragende französische Baguettemehle ohne Zusätze (außer Gluten) bekommt ihr bei [bongu.de](https://www.bongu.de). Damit erziele ich optisch beste Ergebnisse und erreiche den besten Geschmack. Dort gibt es auch die Holzbretter (Kippdielen), die im Video zu sehen sind.
2. Baguettemehl T65, ebenfalls zusatzfrei, bekommt ihr auch bei [Brotkrümel.de](https://www.brotkruemel.de).