

Ruchmehl-Baguettes

Vor- und zubereiten: ca. 15 Min.

Aufgehen lassen: ca. 45 Min.

Backen: ca. 25 Min.

Ergibt 6 Mini-Baguettes

500 g Ruchmehl

1½ TL Salz

½ TL Zucker

½ Würfel Hefe (ca. 20 g), zerbröckelt

3 dl lauwarmes Wasser

2 EL Olivenöl

Ruchmehl zum Bestäuben

1. Mehl, Salz, Zucker und Hefe in einer Schüssel mischen. Wasser und Öl begeben, mischen, zu einem weichen, glatten Teig kneten.
2. Teig in 6 Portionen teilen, von Hand zu gleichmässigen Rollen formen, in die Backformen legen. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 45 Min. aufs Doppelte aufgehen lassen. Teig mit wenig Mehl bestäuben, mit einer Schere einschneiden.
3. **Backen:** ca. 25 Min. in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Baguettes herausnehmen, etwas abkühlen, aus der Form nehmen, auf einem Gitter auskühlen.

Stück: 320 kcal, F 5 g, Kh 54 g, E 12 g

