

DINKEL-CHIA-BAGUETTE (VEGAN MÖGLICH)

Posted on 9. April 2017



Wie wäre es mit einem leckeren Baguette, einem Dinkel-Chia-Baguette, mit einer lockerer Krume und einer knusprigen Kruste? Vielleicht für die nächste Einladung zum Brunch oder den nächsten Grillabend?

Einfach gemacht, anfängerfreundlich und gut vorzubereiten.

Der Teig muss für dieses Dinkel-Chia-Baguette nicht speziell geformt werden, sondern nach der Gehzeit nur noch abgestochen werden. Bei der Gehzeit habe ich drei verschiedene Varianten für euch, je nachdem wieviel Zeit ihr dafür habt. Ich bevorzuge dabei die längste Gehzeit von 24 Stunden im Kühlschrank, da der Teig nicht nur einen besonders guten Geschmack durch die , kalte Teigführung erhält, sondern auch für viele Menschen besser verträglich wird, die sonst mit frischem Hefegebäck Probleme bekommen. Egal für welche Variante ihr euch entscheidet, es schmeckt sehr lecker und das ohne großen Aufwand...

Hier findet ihr weitere leckere [Rezepte mit Dinkel...](#)



Zutaten:

(für 3-4 Baguettes)

- 500g Dinkelmehl Type 630
- 250g Wasser, kalt
- 100g Joghurt / Sojajoghurt
- 2 El Chiasamen
- 10g Hefe, frisch
- 2 TL Salz
- 1 Prise Zucker

Zubereitung:

- Ein Baguette-Blech (Ich habe dieses...*) mit einem Bogen Backpapier auslegen. (Macht sich bei diesem Rezept besser als einfetten.)
- Die Hefe mit der Prise Zucker und dem Wasser in einer Rührschüssel auflösen. Thermomix: 2 Min./ Stufe 2 mischen.
- Alle weiteren Zutaten in die Rührschüssel geben und ca. 5 - 8 Minuten mit der Küchenmaschine oder dem Handmixer mit dem Knethacken kneten. Thermomix: 3 Minuten auf Teigknetstufe verkneten lassen.
- Den Teig in einer gut eingeeölten Schüssel abgedeckt gehen lassen, wahlweise für:
- *24 Stunden im Kühlschrank **oder***
- *1 Stunde Zimmertemperatur + 12 Stunden Kühlschrank **oder***
- *2 Stunden Zimmertemperatur*
- Backofen vorheizen auf 250 °C O-U-Hitze oder 230 °C Umluft.
- Nach der Ruhezeit den Teig vorsichtig auf eine sehr gut bemehlte [Silikonmatte](#)/ Arbeitsfläche gleiten lassen und auf der Oberseite auch gut bemehlen.
- Dann werden 3-4 Teigstränge mit einer Teigkarte abgestochen.
- Diese legt ihr nun vorsichtig auf euer Baguette-Backblech. Am besten hebt ihr sie vorsichtig mit Hilfe von zwei Teigkarten rüber und lasst sie in die Mulde des Blechs gleiten.
- Anschließend werden die Teiglinge mit einem scharfen Messer einmal längs oder mehrmals schräg eingeschnitten.
- Wenn ihr eine Dampffunktion im Ofen habt, ist es sinnvoll zu Backbeginn den Brötchen einen Dampfstoß zu gönnen. Sie gehen dadurch besser auf und werden schön knusprig. Alternativ mit einer Blumenspritze ordentlich Wasser in den Garraum des Backofens sprühen.
- Nun werden die Teiglinge für 25-30 Minuten bei 250 °C O-U-Hitze oder 230 °C Umluft goldbraun gebacken.
- Es kann gut sein, dass die Baguettes in eurem Ofen ein paar Minuten länger brauchen, um

knusprig zu werden. Jeder Ofen backt etwas anders.

- 5 Minuten vor Backende könnt ihr einmal kurz die Ofentür weit aufmachen und somit die Feuchtigkeit raus lassen, so werden die Brötchen noch knuspriger.
- Nach dem Backen auf einem [Abkühlgitter](#) auskühlen lassen.

Für vier Baguettes müsstet ihr dann zwei von [diesen*\(klick\)](#) Baguette-Blechen nehmen...







♥ Viel Spaß beim Nachbacken! ♥

*Affiliatelink für Amazon: Mit dem Klick und Kauf über diesen Link unterstützt Du ein wenig meinen Blog. Ich verlinke nur Produkte, die ich selber nutze und für gut befinde. Es entstehen Dir dabei keine Mehrkosten.