



Baghetă

Dificultate avansat

Timp de preparare 30 min.

Timp total 3h 45 min.

Mărime porție 3 bucăți

Ingrediente

- 330 g apă
- 10 g drojdie proaspătă, fărâmițată sau 1 linguriță drojdie uscată (4 g)
- ulei, pentru uns
- 500 g făină de pâine, pentru pudrat suprafața de lucru
- 1 ½ linguriță sare

Valori nutritive per 1 felie

Calorii 2531.3 kJ / 604 kcal

Proteine 18.7 g

Carbohidrați 122.3 g

Grăsimi 3.7 g

Fibre 6.2 g

Preparare

1. Puneți în bol apa și drojdia și încălziți 2 min./37°C/viteza 2. Între timp, ungeți ușor un castron mare și puneți-l deoparte.
2. Adăugați în bol făina și sarea și frământați Aluat aluat/2 min. Transferați aluatul în castronul pregătit, acoperiți-l cu folie alimentară sau cu un șervet de bucătărie umezit și lăsați la dospit până când își dublează volumul (cca. 1 ½ oră).
3. Pe suprafața de lucru pudrată cu făină, împărțiți aluatul în trei părți egale, folosind un cuțit foarte ascuțit. Rulați ușor bucățile de aluat sub formă de suluri

și puneți-le deoparte, pe suprafața de lucru pudrată cu făină. Pudrați cu făină și sulurile de aluat, acoperiți-le cu folie alimentară sau un șervet de bucătărie umezit și lăsați-le la odihnă timp de 20 minute.

4. Aplatizați din nou delicat fiecare sul de aluat, dându-i formă dreptunghiulară, având grijă să nu spargeți bulele de aer formate în aluat. Rulați din nou aluatul sub formă de sul și ciupiți marginile cu degetele, ca să se lipească. Dați sulurilor formă de baghetă rulând înainte și înapoi, întinzând ușor dinspre mijloc spre capete. Puneți baghetele cu lipitura în jos, pe hârtia de copt, adunând hârtia între baghete, astfel încât să le separați unele de altele. Astfel, baghetele nu se vor lipi între ele când vor crește. Acoperiți baghetele cu folie alimentară întinsă lejer sau cu un șervet de bucătărie umezit și lăsați-le să crească 45 minute.
5. Cu 20 minute înainte de terminarea timpului de dospire, puneți 2 tăvi în partea de jos a cuptorului, una pe șina inferioară, alta deasupra acesteia, și preîncălziți cuptorul la 250°C.
6. Turnați într-o ceașcă aprox. 100 g apă fierbinte și dați deoparte. Crestați baghetele cu un cuțit foarte ascuțit, făcând 3 creștături oblice pe suprafața fiecăreia. Transferați baghetele prin alunecare, odată cu hârtia de copt, pe tava preîncălzită de deasupra. Rapid, dar **cu mare grijă**, turnați apa fierbinte în tava de jos, pentru a produce aburi și închideți imediat cuptorul pentru ca aburii să rămână în cuptor. Coaceți baghetele 20 minute (250°C) sau până se rumenesc bine. Dacă vi se pare că sunt prea rumene înainte de terminarea timpului de coacere, reduceți temperatura cuptorului la 230°C. Lăsați baghetele să se răcească 20 minute înainte de a le tăia.

Obiecte utile

castron mare, folie alimentară sau șervet de bucătărie, hârtie de copt, tăvi de copt (40 cm x 35 cm), cuptor

Recomandări & Sfaturi utile

- Pentru a verifica dacă baghetele sunt gata de a fi puse în cuptor, presați ușor aluatul cu degetele. Urma lăsată de degete trebuie să dispară lent. Dacă aluatul își revine imediat, înseamnă că nu a crescut suficient. Dacă urma rămâne, aluatul a crescut prea mult. În acest caz, baghetele nu vor crește prea mult la copt, dar vor fi tot gustoase.
- Aburii creați la începutul coacerii vor conferi baghetelor coaja lor crocantă și rumen-aurie. Aveți grijă să nu vă stropiți ori să stropiți vreun element din sticlă al cuptorului. Puteți omite pasul în care produceți aburi în cuptor, dacă doriți.
- Baghetele sunt cele mai bune atunci când sunt proaspete.
- Baghetele au o aromă mai intensă dacă țineți aluatul peste noapte în frigider. După ce a crescut în pasul 2, pliați aluatul pentru ca să elimine aerul, acoperiți vasul cu folie alimentară și puneți-l în frigider. A doua zi, procedați conform instrucțiunilor din rețetă, pornind de la pasul 3. Baghetele ar putea avea nevoie de 10-20 minute în plus pentru a crește, în pasul 4, înainte de coacere.

