



Kalljästa äppel- & valnötsbaguetter

Kock: **Ylva Lindgren** Tid: **60 min** Portioner: **2**



Vridna dinkelbaguetter med äpple och valnötter. Detta recept kräver minimalt med arbete behövs då degen bara rörs ihop och jäser i kylskåp över natten. Baguetterna blir härligt mjuka och saftiga tack vare rivet äpple i degen. Självklart kan man även jäsa degen över dagen i kylskåpet. Då får man sätta igång tidigt på morgonen så att degen får gott om tid att mogna i kylen, runt 10 timmar, och sedan grädda baguetterna på kvällen.



INGREDIENSER

3 dl kallt vatten
0.25 paket jäst
400 g siktat dinkelmjöl
1 tsk salt
1 tsk flytande honung

1 msk rapsolja
1 st äpple, rivet
1.5 dl valnötter, grovt hackade

GÖR SÅ HÄR

- 1** På kvällen. Mät upp vattnet i en bunke. Tillsätt jästen och lös upp den i vattnet.
- 2** Tillsätt dinkelmjöl, salt, honung och rapsolja. Var noga med att inte hälla saltet direkt i degvätskan, utan häll först i mjöl och sedan saltet i mjölet. Rör ihop tills ingredienserna blandats ordentligt. Ingen knådning behövs!
- 3** Blanda sist i rivet äpple och valnötter. Täck bunken med plastfolie och låt stå i kylskåp över natten.
- 4** På morgonen. Skrapa försiktigt ut degen på mjölat bakkbord. Knåda inte degen, men spänn den genom att ta tag i kanterna och vika inåt mot mitten. Det är inte så noga hur man viker, men det är viktigt att degen spänns och får volym. Vänd gärna skarven som uppstår nedåt mot bänkytan.
- 5** Mjöla degen lätt och dela den i två avlånga bitar. Forma försiktigt delarna, med mjölade händer, till två långsmala vridna bröd. Om du har en baguetteplåt hemma, lägger du bröden i den. Annars lägger du dem på en plåt med bakplåtspapper. Pudra med mjöl.
- 6** Sätt ugnen på 275 grader. Låt baguetterna jäsa under bakduk eller plast i cirka 45 minuter medan ugnen blir riktigt varm.
- 7** Sätt in baguetterna mitt i ugnen, ställ en liten värmeståll fylld med vatten längst ner i ugnen eller släng in ett par isbitar innan du stänger luckan. Sänk värmen till 225 grader. Grädda i ca 20-25 minuter eller tills baguetterna fått fin färg. Knacka gärna på undersidan av brödet för att se om det är färdigt, det ska låta ihåligt.