Baguette con Poolish



Tiempo de preparación: 360 Min

Ingredientes

Agua: 700 Gramos
Harina 000: 950 Gramos
Levadura fresca: 5 Gramos
Sal: 20 Gramos
Extracto De Malta: 3 Gramos
Harina de Centeno: 50 Gramos
Poolish: 200 Gramos

Poolish

Agua: 100 c.c.
Harina 000: 100 Gramos
Levadura fresca: 1 gr

Preparación de la Receta

Poolish

- Mezclar *harina*, agua, *levadura*, tapar y llevar a heladera 24 hs.

Baguette

- Mezclar harinas con sal y hacer un volcán.
- Agregar en el centro agua, poolish, *levadura*, extracto de *malta* y trabajar con las manos hasta comenzar a integrar.
- Amasar hasta formar un bollo (en batidora con gancho amasador 3 minutos a velocidad alta y 6 minutos a velocidad media)
- Dejar fermentar 30 minutos y hacer un pliegue cerrando los bordes hacia el centro y dar vuelta.
- Dejar levar tapado 1 hora a temperatura ambiente.
- Dividir en piezas de 350 gramos y dejar descansar 30 minutos.
- Dar forma de baguette (alargada y finamente ovalada).
- Apoyar sobre tela y dejar reposar 90 minutos.

- Acomodar con la tela sobre placas de baguette, hacer cortes en diagonal y hornear a 220º C por 25 minutos .

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/baguette-con-poolish