



Katharina & Nicolas Traub

❖ Lekker en gezond ❖

Brood bakken

met zuurdesem

DELTA

INHOUD

VOORWOORD 4

BASISKENNIS 7

BENODIGDHEDEN 8

INGREDIËNTEN 12

DE STARTER 18

ZUURDESEM MAKEN –
BASIS EN KNOWHOW 24

HET DEEG MAKEN 28

GOED OM TE WETEN 34

RECEPTEN 39

BRODEN 41

Eenvoudig speltbrood 42

Boerenbrood 44

Emmerbrood 46

Gedraaid brood 48

Authentiek roggebrood 50

Pompoenpitbrood 52

Rustiek oerbrood 54

Donker toastbrood 56

Frans zuurdesembrood 58

Landbrood 60

Kamutbrood 62

Aardappelbrood 64

Walnotenbrood 66

Anijsbrood 68

Franse fougasse 70

Volkoren speltbaguette 72

Artisanaal brood 74

Italiaanse ciabatta 76





Pão Alentejano	78
Olijvenbrood	80
Uienbrood	82
Wijnbrood	84
Zoeteaardappelbrood	86

BROODJES 89

Klassieke kaiserbroodjes	90
Kleine volkorenbaguettes	92
Volkoren molenbroodjes	94
Kruidige roggebroodjes	96
Puntige karwijbroodjes	98
Meergranen zielenbroodjes	100
Kamutbroodjes	102
Pittige twistbroodjes	104
Rustieke eenkorenbagels	106
Burgerbroodjes	108
Melkbroodjes	110

HARTIGE BROODJES 113

Bierstengels	114
Kaas-spekstengels	116
Italiaanse focaccia	118
Peren-tijmbagels	120
Knofflook-citroenbroodjes	122

REGISTER 125

MOEILIKHEIDSGRADEN


gemakkelijk


gemiddeld


moeilijk





RECEPTEN

Zelfgebakken brood is gewoon heerlijk. Vooral als je geduldig alle voorbereidingen hebt getroffen en als daarna precies het gewenste resultaat uit de oven komt. Wij werken daarvoor volgens een paar principes.

Onze recepten zijn aangepast aan de omstandigheden die bij ons in de keuken heersen. De recepten kunnen onder andere omstandigheden uiteraard variëren: een deeg kan, ook als het precies is bereid volgens recept, plakkeriger of steviger zijn, sneller of langzamer rijzen of meer of minder baktijd nodig hebben. Hieruit blijkt dat bakken een kunst is. Die bestaat eruit dat je de recepten aanpast aan de respectievelijke, eigen omstandigheden. Meestal zijn er echter slechts kleine aanpassingen nodig.

We verwarmen de oven altijd ten minste 30 minuten voor. Zo weten we zeker dat de hoge temperatuur die nodig is om te bakken ook echt is bereikt. Zelfs als de oven al eerder deze temperatuur aangeeft, hebben wij geduld.



Eenvoudig SPELTBROOD



INGREDIËNTEN

VOOR 1 BROOD

VOOR DE ZUURDESEM

- 85 g gebuild tarwemeel
- 85 g water (28°C)
- 9 g lichte starter

VOOR HET AUTOLYSEDEEG

- 250 g speltbloem
- 160 g water (28°C)

VOOR HET HOOFDDEEG

- 7 g zout

BEREIDING

Meng de ingrediënten voor de zuurdesem en laat die afgedekt 12 uur rijzen op kamertemperatuur.

Meng bloem en water voor het autolysedeeg, maar kneed niet, en zet dit afgedekt 45 minuten weg.

Meng dan de zuurdesem met het autolysedeeg en zout. Kneed dit 3 minuten langzaam en dan nog 3 minuten snel.

Leg het deeg in een licht met olie ingevette schaal en laat het 3 uur rijzen. Rek en vouw het ondertussen na 30, 60 en 90 minuten.

Haal het deeg uit de schaal en leg het op een met meel bestoven werkvlak. Vorm er een brood van en laat dat afgedekt in een goed met meel bestoven rijsmandje 12 uur rijzen bij 4°C.

Verwarm de oven met een chamottesteen voor op 245°C.

Stort het brood op de baksteen en snijd het in. Bak het 15 minuten in de hete oven. Verlaag de temperatuur dan naar 230°C en bak het in nog 25 minuten gaar.

