

Recept volkoren en bruin brood



Olie- en Korenmolen Woldzigt

Ingrediënten:

500 gram meel (volkoren of bruin; kan ook met gebuild meel)
2,75 tot 3 dl lauwwarm water
25 tot 50 gram zonnebloemolie of boter (of margarine)
eventueel 7 gram suiker of honing
(voor een knapperige korst en als voeding voor de gist)
7 tot 9 gram zout
7 gram gedroogde gist

werkwijze:

Meng het gist door het meel.

Voeg vervolgens de overige ingrediënten hier aan toe.

Kneed tot het een mooi glad deeg is geworden wat vanzelf loslaat van je handen (circa 20 minuten of 15 minuten in een keukenmachine).

Laat circa 45 minuten rijzen op 30° tot 40° C (kom onder een natte doek).

Nu kun je eventueel vulling aan het brood geven zoals krenten/rozijnen en/of noten.

Kneed eventueel nog even kort door.

Stort het deeg in een bakblik / cakevorm (lengte ongeveer 25 cm).

Je kunt er ook een mooi brood van vormen door (op het natte aanrecht) een grote langwerpige plak te maken van twee keer de lengte van je bakblik. Van deze plak de einden naar binnen vouwen (punten iets over elkaar), zodat de plak de lengte van het bakblik heeft gekregen. Deze plak oprollen en met de vouw naar beneden in het bakblik leggen.

Laat nog eens 30 tot 40 minuten narijzen.

Verwarm intussen de oven voor op 200°C.

Bak het brood gaar in 45 tot 50 minuten.

Eet smakelijk!

Tip: *Ons volkorenmeel van Nederlandse bodem geeft een stevig, zo je wilt compact en wat kruimelig, brood.*

Als je wat vitamine C toevoegt aan het deeg (in poedervorm 0,5 tot 1 gram of eventueel een tabletje van 500 of 1000 mg fijnstampen), wordt het brood wat vaster en ook wat zachter van structuur. Vitamine C wordt vaak toegepast als brood-veredelingsmiddel.