

Zuurdesembrood

Ingrediënten voor 2 broden

- 250 gram zuurdesem starter
- 1000 gram speltmeel (meel=volkoren)
- 17 gram zeezout (zit vol mineralen)
- Ca 800 gram water
- Handje haverzemelen



Hoe maak je het?

1. Als je een desemstarter hebt pak dan 250 gram en laat dit acht uur op kamertemperatuur staan. Je kunt het ook een eetlepel starter uit de koelkast aanvullen met 140 gram volkoren meel, 110 ml water en laat het acht uur op kamertemperatuur komen.
2. Meng de 250 gram starter met 1000 gram volkoren meel (voor deze had ik 800 gram volkoren spelt gebruikt en 200 gram maismeel), 17 gram zout en ca 750-800 ml water. Voeg het water beetje bij beetje toe. Het deeg moet soepel te kneden zijn maar niet te nat.
3. Kneed het deeg nu een dikke 10 minuten goed door (dit doe ik vaak de avond ervoor want in de ochtend lukt me dit vaak niet qua tijd).
4. Laat het deeg drie uur rijzen (dit zou ook de avond ervoor in de koelkast kunnen rijzen).
5. Vet twee bakvormen in en verdeel het deeg over de vormen. Laat het 20 minuten rijzen.
6. Snijd de broden in met een mes en strooi de zemelen erover.
7. Laat het weer 2 uur rijzen. (het rijsproces is nodig zodat het brood luchtig wordt)
8. Verwarm de oven voor op 240 graden en plaats een kom water in de oven (dit zorgt voor de krokante korst van het brood)
9. Plaats de broden in de oven en zet na 10 minuten de oven terug naar 200 graden.
10. Bak de broden nog 25 minuten.
11. Haal de broden uit de blikken en laat ze (bij voorkeur nog twee uur) afkoelen op een rooster. Zo kun je het brood goed snijden en is het niet te warm (en dus niet te zwaar op de maag)

Smakelijk eten. Oh ja het recept lijkt bewerkelijk maar dat is het absoluut niet, en tijd is je vriend in deze, hoe meer gerezen hoe heerlijker het brood!