Vereniging
"DE WIERINGER MOLENS"

Molen "De Hoop" Den Oever

Molen "De Onderneming" Hippolytushoef

VOLKOREN TARWE-/SPELTBROOD IN DE OVEN

Ingredienten voor een volkoren-tarwe of volkoren-spelt borrd
Alles op kamer temperatuur
500 gram volkoren meel (spelt of tarwe)
300ml water
15 gram olie/boter
7 gram suiker
7 gram zout
7 gram droge gist

Deeg maken voor de oven
Kneden: Voeg alle ingredienten bij elkaar en kneed het tot zich een homogene bal vormt. Leg het deeg vervolgens op een met bloem bestoven werkvlak en druk het deeg uit met uw handpalm tot u een langgerekte lap krijgt. Rol de lap op en draai hem een kwartslag. Druk het deeg nogmaals plat en rol het daarna op. Herhaal dit uitrollen en oprollen en het kneden tot er een glad en elastisch deeg ontstaat. Sla van tijd tot tijd ook de lucht uit het deeg door de deegbal met een klap op het werkvlak te slaan.
Rijzen: Leg het deeg in een met bloem bestoven kom en dek deze af met een schone theedoek. Laat op deze manier het deeg op een warme plaats rijzen. De oven is hiervoor zeer geschikt. Zet daarvoor de elektrische oven op de laagste stand, bijvoorbeeld 40 of 50 graaden. Zet naast de kom ook een bakje met water in de oven. Indien u met een gasoven werkt, verwarmt u voor op de hoogste stand. Daarna zet u de oven uit en het brooddeeg erin. Laat het brooddeeg ongeveer een uur rijzen tot het in omvang is verdubbeld. Kneed het deeg veervolgens weer goed door.
Narijzen: Breng het deeg in de gewenste vorm en doe het vervolgens in de bakvorm, of leg het op de bakplaat. Dek het deeg af met een vochtige en met bloem bestoven theedoek. Laat het deeg vervolgens nog een uur op een warme plaats rijzen. Het deeg dient hierna niet meer gekneed te worden, maar wordt meteen in de oven gebakken
Afbakken in de oven:
15 minuten voorverwarmen op 220 graden
op de bakplaat 30 minuten bakken
in de bakvorm 40 minuten bakken

MEERGRANENBROOD

1 cup melk
1 eetl. boter
1 1/4 theel. zout
1 cup tarwemeel
5/8 cup volkorenmeel
1/2 cup hele granen (of zemelen)
1 eetl. honing
1 1/2 theel. droge gist

Meer informatie: www.dewieringermolens.nl

Vereniging
"DE WIERINGER MOLENS"

Molen "De Hoop" Den Oever

Molen "De Onderneming" Hippolytushoef

VOLKOREN TARWE-/SPELTBROOD IN DE BROODBAKMACHINE

In de meeste gevallen hoef je weinig te doen als je een brood wilt bakken in een broodbakmachine. De recepten zijn dan ook veel korter en gemakkelijker. Vaak staat er een lijstje ingrediënten en wat instellingen die je op je broodbakmachine moet gebruiken.

Ingrediënten

- 225 ml warm water (45°C)
- 2 eetlepels suiker
- 1 theelepel gist
- 4 eetlepels olie
- 400 gr meel
- 1 theelepel zout



Bereidingswijze

1. Doe het water, suiker en als laatste het gist in de bakpan van de broodmachine.
2. Wacht 10 minuten tot het gist gaat oplossen en schuimen.
3. Olie, bloem en zout toevoegen. Kies het basismenu en start de broodbakmachine.

Je kunt echter ook de broodbakmachine gebruiken voor alleen het kneden en rijzen. Na het rijzen kun je het brood dan in de oven afbakken. Dit werkt goed voor bijvoorbeeld focaccia, ciabatta, pizza, maar ook oliebollen (frituur of olie).

VOLKOREN PANNENKOEKEN (4 personen)

500 gram Volkoren tarwemeel
1 liter Melk
4 Eieren
7 gram Zout

Beslag maken doe je zo:
Doe het volkorenmeel in een beslagkom. Maak in het midden een kuiltje en schenk daarin wat melk. Roer dit voorzichtig door. Schenk nu de rest van de melk erbij. Blijf goed roeren, anders komen er klontjes in het beslag! Roer het beslag net zo lang tot het helemaal glad is. Nu kunnen de eieren erbij. Roer de eieren één voor één door het beslag. Als laatste doe je het zout erbij. Nog één keer goed roeren en het beslag is klaar.

Meer informatie: www.dewieringermolens.nl

STOKBROOD (FRANS)

Een stokbrood is de Nederlandse naam voor het Franse "baguette". Dit betekent letterlijk "stokje". Stokbrood wordt sinds de jaren 70 ook in Nederland veel gegeten, echter verschilt het wel een beetje van de Franse versie. Vaak wordt er in Nederland gebruik gemaakt van bakkersgist en gewoon meel, in plaats van zuurdesem en harde tarwe. Maar dat maakt natuurlijk weinig uit, je kunt natuurlijk je stokbrood bakken zoals je dat zelf wilt! Hieronder de ingrediënten en bereidingswijze van een stokbrood.

Ingrediënten

- 400 gr bloem
- 1 tl zout
- 1 zakje gedroogde gist
- 1 tl suiker
- 2,2-2,5 dl warm water
- 1 tl olie
- (1 eiwit)



Bereidingswijze

1. Meng het water, suiker en gist en laat dit 10 minuten rusten.
2. Zeef de bloem en zout in een kom en maak een kuiltje in het midden. Roer het gistmengsel met een houten lepel door de bloem tot een plakkerig mengsel.
3. Kneed 10 minuten goed door totdat het deeg soepel is.
4. De bol insmeren met de olie en afgedekt 1 uur op een warme plek laten rijzen.
5. Sla het deeg plat en kneed 1 minuut. Rol het uit tot een (stokbroodlange) rechthoekige lap en rol stevig op.
6. Maak de uiteinden smaller en leg het brood op een ingevet bakblik of in een stokbroodvorm.
7. 40 Minuten laten rijzen onder een ingevet stuk plastic.
8. Verwarm de oven voor op 220°C (heteluchtoven 200°C). Giet 0,5 liter water in een ondiep bakblik en zet deze onder in de oven (voor een krokante korst).
9. Smeer het brood in met (een mengsel van eiwit en) water en maak diagonale inkepingen in de bovenkant.
10. Bak het stokbrood 10 minuten op 220°C, draai daarna de oven terug naar 180°C (160°C) en besprenkel het brood nogmaals met water.
11. Laat de stokbrood nog 15 minuten bakken.

Molen "De Hoop" Den Oever
Vereniging
"DE WIERINGER MOLENS"
Molen "De Onderneming" Hippolytushoef

IERS VOLKORENBROOD

Voorbereiding: 15 min › Bereiding: 1 uur › Klaar in:1 uur 15 min

Ingrediënten

- 140 gr broodmeel
- 350 gr volkorenmeel
- 1 1/4 theelepel zout
- 1 1/4 theelepel baksoda
- 2 theelepels kristalsuiker (eventueel)
- 60 gr boter
- 450 ml karnemelk
- 4 el plantaardige olie

Bereidingswijze

1. De oven voorverwarmen op 200°C/gasstand 6. Een bakplaat of bakvorm van 23x12 cm licht met bloem bestrooien. Broodmeel, volkorenmeel, zout, baksoda en 2 theelepels suiker in een kom zeven. De boter erdoor wrijven. Een kuiltje in het midden maken en hierin olie en karnemelk schenken. Met een spatel roeren tot de droge ingrediënten volledig vochtig zijn. Het deeg op een licht bebloemd oppervlak leggen en maximaal 1 minuut licht kneden. Het deeg in vorm kneden en op de bakplaat of in de bakvorm leggen. Met de vinger een kruis over de bovenkant trekken en de bovenkant insmeren met melk of karnemelk.
2. 30 minuten in de voorverwarmde oven bakken. Het vuur verlagen naar 180°C/gasstand 4, de bakvorm omdraaien en nogmaals 30 minuten bakken.
3. Laat het brood op een rooster afkoelen alvorens het te snijden.

MEER BRRODRECEPTEN

http://allrecipes.nl/recepten/brood-recepten.aspx?o_is=DH_6
http://www.broodrecepten.nl/recepten/standaard/broodrecepten_basis_recepten.html
http://www.smulweb.nl/recepten/broodbakmachine
http://www.brood-bakken.net/standaard-recept-brood-broodbakmachine
http://www.brood-bakken.net/brood-recepten
http://www.korenmolendeleeuw.nl/recepten_overzicht.html
http://www.korenmolendeleeuw.nl/recepten_05.html
http://www.molendehaas.nl/
http://www.simonia.nl/page5.html