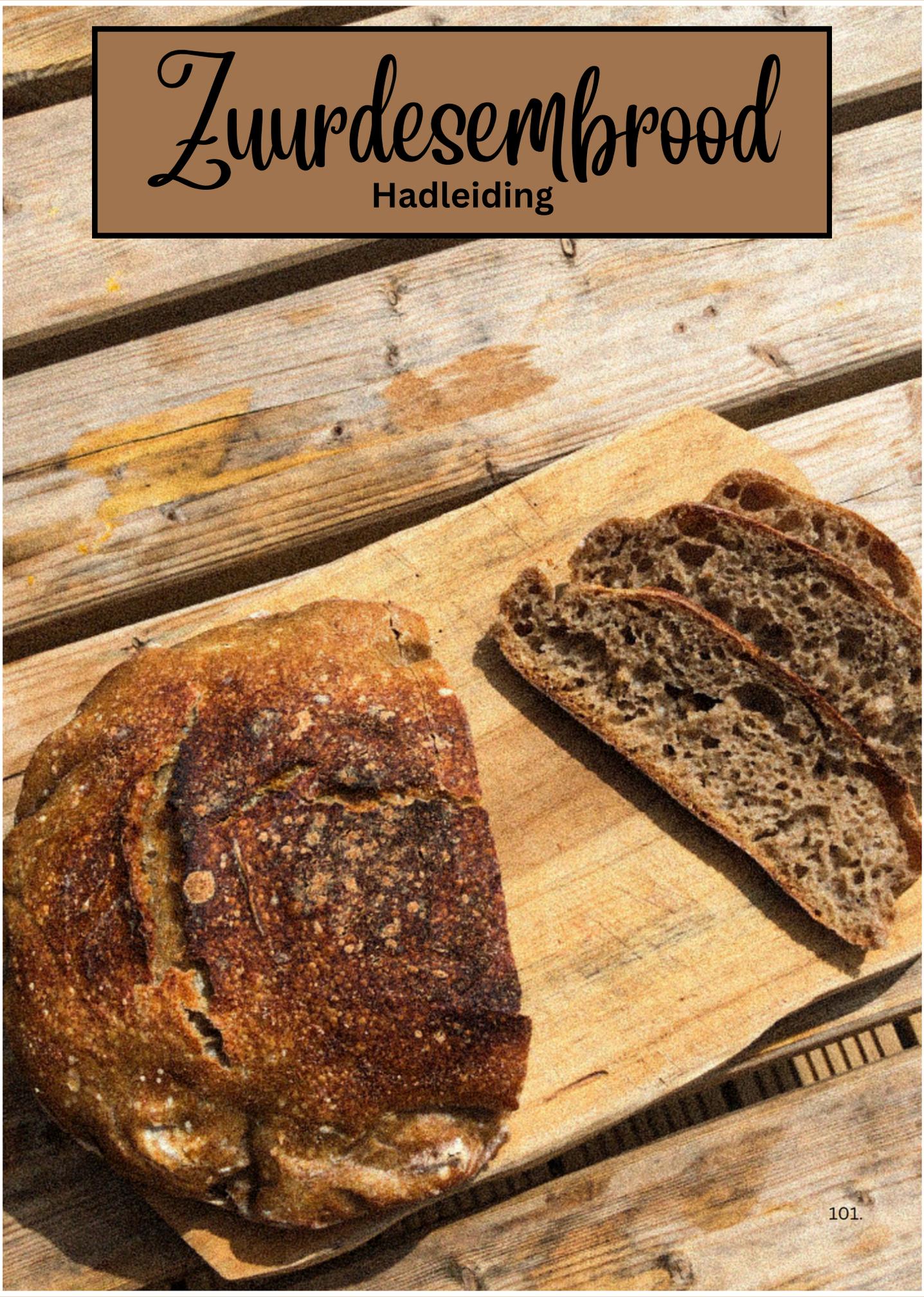


Zuurdesembrood

Hadleiding



Zuurdesemstarter

Dag 1: Meng 50 gram meel met 50 ml water in een glazen pot met losse deksel. Laat 24 uur staan.

Dag 2: Haal 50 gram starter uit de pot en voeg hier 50 ml water en 50 gram meel aan toe. Laat 24 uur staan.

Dag 3 + de rest van je leven: herhaal dag 2

Zodra je starter binnen 8 uur is verdubbeld in volume, is hij klaar voor gebruik. Meestal rond dag 5-8.

Zet je starter op een tochtvrije en donkere plek, waar een temperatuur is tussen de 20 en 25 graden. Ververs minimaal het eigen gewicht van de starter. Dus wanneer je 20 gram overhebt, voeg je minimaal 20 ml water en meel toe. Na 10 dagen kun je de verhouding eventueel ophogen, niet verlagen.

Voeg lauwwarm water toe, zodat het sneller fermenteert; andersom geldt hetzelfde.

Om te checken of je starter klaar is, kun je ook een tl starter in een kommetje water doen. Blijft het drijven, dan zit er genoeg lucht in en is hij gereed voor gebruik.

TIP!

Geef je starter een naam.

Mensen geven hun zuurdesemstarter vaak een naam omdat ze het beschouwen als een levend organisme dat ze moeten voeden en verzorgen.



Zuurdesembrood

  Beide ovenstanden mogelijk

Voor 1 brood

500 gram rogge- of volkorenmeel

150 gram zuurdesemstarter

325 ml lauw water

10 gram zout

20 gram honing

25 ml olie

Meng het water met de starter en laat twee minuutjes staan. Voeg nu de rest van de ingrediënten toe en meng goed. Laat voor 30 minuten rusten. Stretch & fold 4 keer gedurende 2 uur. Bulkrijs voor 3 uur op kamertemperatuur of doe eerst in de koeling (tot 4 dagen), om het vervolgens nog 6 uur te laten bulkrijzen op kamertemperatuur. Leg het deeg op je werkblad en rek het deeg uit tot een rechthoek. Vouw het deeg in 3 en maak dicht. Leg in een ingevette broodbakvorm en laat rijzen tot het boven de bakvorm uitkomt. Giet water over de bodem van de oven en verwarm deze voor op 200 graden. Leg het brood in de oven en bak 35 minuten. Laat even afkoelen en enjoy!



Een hele lange rijs wordt ook wel een bulkrijs genoemd. Let op! Deze lange rijs kan wel 6 uur lang duren!

OF BEKIJK HIER ONZE
YOUTUBEVIDEO!



Shalom Moadim

Eva van Wichen

Het Bijbelse
kookboek, inclusief
voedingsadviezen en
een kijkje in het
mysterie van de 7
feesten van God!



Deze recepten zijn afkomstig ons Bijbelse
kookboek Shalom Moadim. Bestel Hier
jouw exemplaar!

Shalom
Moadim

**Shalom Moadim- Het Bijbelse
feesten bakboek | De Reine Bruid**

*Inclusief btw, exclusief verzendkosten
ISBN: 9789083339696 NUR: 441

dereinebruid.nl

Copyright © 2023 E.V. van Wichen

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij, elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Voor recensies mogen korte bloemlezingen worden gebruikt.