

Het bakken van brood aanpassen aan je eigen agenda (gist en desem)

Er is altijd wel een excuus om niet je eigen brood te bakken. Het aspect tijd is voor veel mensen een hele belangrijke. 'Bread baking? Ain't nobody got time for that!' Gelukkig is het bakken van brood goed aan te passen aan je eigen agenda. Zeker wanneer je de basis onder de knie hebt en de processen begrijpt. Je weet tenslotte dat alles langzamer gaat wanneer je deeg op een koudere plek staat, je deeg relatief koud is of wanneer je minder [gist](#) gebruikt (misschien zelfs een combinatie).

Met de kennis die jij beschikt over het bakken van brood kun je het proces uitrekken zodat het binnen je agenda past. Versnellen van het proces wil ik afraden omdat er dan minder tijd is voor smaak- en structuurontwikkeling.

Belangrijke notitie: Ik ga in dit artikel uit van een brood dat je maakt met [gist](#). Een [voordeeg](#) zoals een [Poolish](#), [Pâte fermentée](#) of [Biga](#) is prima in deze theorie toe te passen. Wil je met [desem](#) bakken? Bekijk dan [die informatie onderaan dit bericht](#). Het commerciële [gist](#) deel is wat 'lastiger' dan het deel over [desem](#).

Bereid zijn om te experimenteren

Om tot een broodbak werkwijze te komen die past binnen jouw agenda of drukke werkdag is het belangrijk dat je bereid bent te experimenteren. Er is niet één oplossing die voor iedereen toepasbaar is. Jouw agenda ziet er zeer waarschijnlijk anders uit dan de agenda van je buurman of buurvrouw. Bovendien is het bij jou thuis misschien warmer of kouder dan bij iemand anders, misschien heeft iemand anders een koelkast die beter werkt dan die van jou. Dat maakt op zich allemaal niet uit, wanneer je bereid bent te experimenteren zal je zeker tot een manier komen die binnen jouw agenda past. Het begrijpen van de processen is hierbij wel cruciaal.

Welke stappen in het proces zijn uit te rekken?

Voordat je een recept succesvol kunt aanpassen aan je eigen agenda is het belangrijk om te weten welke stappen van het broodbakproces uitgerekt kunnen worden. Vanzelfsprekend zijn er handelingen in het proces nodig waar jij wat met het deeg moet doen. Gelukkig zijn er ook stappen waarbij je helemaal niets hoeft te doen behalve wachten. Die wachttijden kunnen we in plaats van inkorten (liever niet doen) ook uitrekken!

Het uittrekken van de rijstijden en rusttijden

De stappen die je kunt uittrekken zijn de wachttijden. Dit zijn de momenten waarop je deeg rijst of je deeg aan het rusten is. Deze wachttijden zijn op twee makkelijke manieren uit te rekken.

1. Het deeg in een koude(re) omgeving laten rijzen en rusten.
2. Het percentage [gist](#) in het deeg verlagen.

Het deeg in een koude(re) omgeving laten rijzen en rusten

Wanneer je het deeg op een koude plek zet zal het fermentatieproces vertragen. De gisten gaan minder snel werken dus je deeg of brood zal minder snel rijzen. Je kunt koud water gebruiken, het deeg in een koude kelder, bijkeuken, een garage of in de koelkast zetten.

Het percentage gist in het deeg verlagen

Naast het verlagen van de [deegtemperatuur](#) en omgevingstemperatuur kun je het gistpercentage verlagen. Door het gistpercentage te verlagen zal het deeg minder snel rijzen. Dit komt doordat er minder actieve gisten in het deeg zitten die in dezelfde tijd minder werk kunnen verzetten. Daarnaast zorgt een kleinere gisthoeveelheid er voor dat het gistcultuur zich minder zal uitbreiden. Dit heeft dus allemaal invloed op hoe snel een deeg of brood rijst. Zie ook voorbeeld optie 3 verderop in dit artikel voor een praktisch voorbeeld.

Een aantal voorbeelden van hoe je het bakken van brood binnen jouw agenda laat passen

Laat ik voorop stellen dat met de bovenstaande twee variabelen heel veel te variëren is. Het zal dus waarschijnlijk even puzzelen worden voordat je een werkwijze hebt gevonden die goed binnen jouw agenda past. Maar zolang je de processen begrijpt en weet waarom je iets doet zal het je waarschijnlijk relatief gemakkelijk afgaan.

Bij alle voorbeelden wil ik je aanbevelen om alles op te schrijven wat je doet, gebruikt en wanneer je iets doet. Dit helpt je om de werkwijze aan te passen en eventuele verbeterpunten in kaart te brengen. Ook helpt je dit om het resultaat consistent te kunnen herhalen.

Een voorbeeld binnen een 9-tot-5 agenda – Optie 1

Werk je de hele dag en wil je in de ochtend je eigen afgekoelde brood eten zonder vroeg uit bed te moeten? Kneed dan in de morgen voordat je naar het werk gaat jouw deeg (zoals je dat altijd doet) en zet het voor de [eerste rijs \(bulkrijs\)](#) in de koelkast. Wanneer je thuis komt van je werk haal je het deeg uit de koelkast en zet je het op het aanrecht om wat op temperatuur te laten komen. Vervolgens kook je, eet je jouw avondeten en leest nog even wat. Een uurtje of 2 nadat je thuiskomt stort je jouw deeg en vorm je het tot je brood. Je laat het rijzen tot het deeg [klaar is om te bakken](#) en bakt het vervolgens. Na het bakken haal je het brood uit de oven en laat het 's nachts afkoelen. In de ochtend heb je dan je eigen verse brood! Na dit voedzame ontbijt kun je het deeg voor je volgende brood kneden en naar je werk gaan.

Een voorbeeld binnen een 9-tot-5 agenda – Optie 2

Deze optie is iets riskanter en vraagt waarschijnlijk om wat experimenteren met tijd en gisthoeveelheid. Ook zal je er iets vroeger voor uit bed moeten. Wanneer je thuiskomt van je werk (of ergens in de avond) kneed je een deeg samen. Vervolgens laat je het rijzen totdat het deeg ongeveer in volume is verdubbeld. Je stort je deeg, vormt je brood en zet het voor je naar bed gaat afgedekt in de koelkast. De [narijs](#) (laatste rijs voor het bakken) zal nu in de koelkast gebeuren. De volgende ochtend kom je uit bed, haalt je het brood uit de koelkast, zet je jouw bak koffie terwijl de oven aan het voorverwarmen is. Wanneer de oven is voorverwarmd [bak je het brood](#). Het brood moet even afkoelen (een uurtje ongeveer) voordat je het kunt aansnijden. Deze werkwijze is vooral prettig wanneer je kleinbrood (bijvoorbeeld bolletjes) bakt. Je kunt dan ontbijten met warm brood en je beleg en verse broodjes meenemen naar je werk.

Voorbeeld optie 2 die bij mij werkt (zo krijg je een idee van wat je kunt verwachten)

Laat ik voorop stellen, dit werkt voor iedereen net iets anders. Dat uit de weg: Als ik mijn deeg tijdens de [narijs](#) in de koelkast zet, staat mijn koelkast altijd [op 4 graden](#) (ik zet deeg laag in de koelkast, daar is het goed koud). Bij mij gaat 1% Instant of 2,5% vers prima (dit kan bij mij prima 10 uur koelkast overbruggen). Je kunt het

deeg beter uit de koelkast nog wat tijd geven als het nog niet [voldoende gerezen](#) is. Als je het brood opnieuw moet opmaken omdat het is ingezakt kost de [narijs](#) wel heel veel tijd (het deeg is dan enorm koud, zoals je weet werkt [gist](#) trager wanneer het deeg koud is). Het blijft experimenteren, maar dat is de 'veilige route'. Ik ga er dan natuurlijk vanuit dat het deeg ongeveer op kamertemperatuur is (dus niet dat je de [bulkrijs](#) op 30 graden, ik zeg maar wat) heb gedaan. Dan duurt het wel erg lang voordat het deeg in de koelkast de temperatuur van de omgeving heeft aangenomen.

Voorbeeld optie 3, gistpercentage verlagen voor een nachtelijke bulkrijs, in de ochtend het deeg opmaken, de narijs geven en bakken

Deze optie is ook één van mijn favorieten. Eigenlijk gebruik ik deze techniek niet genoeg. Een erg mooie methode om het deeg lang de tijd te geven om smaak te ontwikkelen (wat de malsheid over een langere periode ten goede komt). Door het weinige [gist](#) hoeft het deeg eigenlijk nooit in de koelkast de [bulkrijs](#) te doen.

Bij deze techniek verlaag je het [gist](#) enorm. Waar veel recepten uit gaan van 1% tot 1,5% Instant [gist](#) of 2,5% tot 3,75% verse [gist](#). Bij deze methode kun je dit gistpercentage drastisch verlagen (minder [gist](#) is een minder snelle rijs). In plaats van dat het proces dan circa 3 tot 4 uur in beslag neemt kun je het enorm oprekken. Verlaag bijvoorbeeld het [gist](#) eens van 1% instant [gist](#) naar 0,1% instant [gist](#) (of 0,25% verse [gist](#)). In de meeste gevallen kan je deeg dan prima de [bulkrijs](#) gedurende de nacht doen (met koud water en afhankelijk van de kamertemperatuur, in hartje zomer heb je wellicht nog minder nodig).

Vervolgens maak je de volgende dag het brood op, geef je het de [narijs](#) en bak je het vervolgens. Het is echter niet zo dat de [narijs](#) even lang duurt als de [bulkrijs](#). De tijd dat je deeg 's nachts aan het ontwikkelen is splitsen de gistcellen zich om de zoveel tijd. Dit betekent dat 's morgens de gistcultuur vele malen groter is dan de avond waarop je het deeg voorbereidde. Dankzij de grotere gistcultuur zal de [narijs](#) in een fractie van de tijd gaat ten opzichte van de [bulkrijs](#).

Aanpassen aan eigen agenda, leer de processen kennen

De voorbeelden en indeling van de 9-tot-5 werkdagen kun je aanpassen zoals jij het zelf graag wilt. Er is geen goed of fout. Het gaat er om dat jij weet wat er gebeurt wanneer je iets op een bepaalde manier en onder bepaalde omstandigheden doet. Met deze kennis kun je het broodbakken aanpassen naar jouw agenda en pas jij je niet aan aan het brood.

Oneindig veel mogelijkheden

Laat je niet belemmeren door de gedachte dat je maar één rijs in de koelkast (of op een andere koude plek) kunt doen. Indien gewenst kun je het hele proces in de koelkast doen ([bulkrijs](#), [bolrijs](#), [narijs](#) of welke rijs dan ook), of slechts één van die. Je kunt zelfs het gistpercentage verlagen, een deel van het proces buiten de koelkast en een deel in de koelkast doen. Of een [voordeeg](#) zoals een [poolish](#) of [biga](#) op kamertemperatuur maken, of juist in de koelkast. Eventueel met een [narijs](#) op kamertemperatuur of weer andersom. Experimenteer en geniet van de best mogelijke smaak en deegontwikkeling (laat je een deeg langzaam rijzen, dan kan het zijn dat wat minder deegontwikkeling nodig is tijdens het kneden, dit is een fijne balans die je makkelijker toe kunt passen wanneer je meer ervaring hebt met bakken).

Om rekening mee te houden bij een koelkastrijs: Wanneer je deeg met veel volkorenmeel (in het bijzonder Volkoren [Rogge](#)) lang in de koelkast zet kan dit een zurige toon aan het uiteindelijke brood geven. Sommige mensen hebben dit als voorkeur, anderen willen er liever niets van weten. Probeer, experimenteer en kijk vooral wat bij jou in de smaak valt!

Om rekening mee te houden bij een koude narijs

Doe je de vormrijs of [narijs](#) in de koelkast? Pas dan op met condensvorming op het deeg. De condens (of druppels) kunnen de korst weken waardoor je grote blazen onder de korst kunt krijgen, dit is vaak niet gewenst.

Hoe ga je om met desembroden?

Het proces van een desembrood duurt (bijna) altijd langer dan het proces van een gistbrood. Natuurlijk kun je bij desembrood dezelfde kennis gebruiken als bij broden met commerciële [gist](#). Is het relatief warm, dan gaat alles relatief snel. Is het koeler? Dan gaat alles wat langzamer. Gebruik je meer desem/levain? Dan gaat alles wat sneller dan wanneer je wat minder zou gebruiken. Deze kennis kun je dus ook gebruiken om te spelen met hoe lang de [bulkrijs](#) (of [eerste rijs](#)) ongeveer gaat duren. Echter zit er een belangrijk verschil in de werkwijze met een koude narijs/koelkastrijs (de laatste rijs voor het bakken).

Een koude narijs doen bij desembrood

Eén groot verschil tussen het rijzen van gist- en desemdeeg in de koelkast is dat desemdeeg vaak niet of nauwelijks in volume toeneemt, maar het ontwikkelt zich wel! Zet je dus 's avonds je gevormde desembrood in de koelkast? Dan hoef je niet te wachten tot je deeg door de ['indruktest'](#) komt. Probeer wel te zorgen dat de koelkast maximaal 4 graden Celsius is. Is het warmer in de koelkast? Dan neemt het deeg waarschijnlijk wel duidelijk in volume toe, potentieel zelfs met inzakken tot gevolg. Bij gevormd desembrood uit de koelkast hoef je dus niet de indruktest te doen om te kijken of het ['klaar is met rijzen'](#). Je kunt en desembrood dus zonder het doen van deze controle direct vanuit de koelkast bakken. Zorg wel dat je het desembrood insnijdt ([scoren](#)) om de ovenrijs te controleren. Het grootste deel van de rijs gebeurt dan namelijk in de oven. Door het in te snijden bepaal jij waar het deeg naar buiten rijst, doe je dat niet? Dan [heb je kans dat het brood op ongewenste plekken scheurt](#).