

Wat is (zuur)desem en hoe start je zelf een desem op?

Naast commerciële [gist](#) bestaat er nog een vorm van [gist](#). Deze vorm ontstaat uit natuurlijke fermentatie (door het gebruik van desem). Maar wat is het en hoe is het anders dan 'gewone' [gist](#)?

Waar een commerciële [gist](#) hoofdzakelijk bestaat uit één specifieke giststam, een giststam die zo ook nog eens zo snel mogelijk werkt, kan een desem bestaan uit heel veel verschillende giststammen. Iedere desem is dus anders, want jouw desembcultuur kan hele andere giststammen bevatten dan de desem van iemand anders die je kent. Verder bevat een desem (naast verschillende giststammen) ook melk- en azijnzuurbacteriën. De unieke samenstelling (bloem- of meelsoort), [hydratatie](#) en de temperatuur waarop de desem fermenteert bepalen grotendeels hoe de desem zich ontwikkelt en bepaalt deels hoe het uiteindelijke brood zal gaan smaken.

Wat alle desembculturen ook gemeen hebben is dat ze niet geoptimaliseerd zijn voor snelheid, het is tenslotte een natuurlijk proces. Ze bevatten dus niet alleen één specifieke giststam zoals in een commerciële [gist](#). Nee, ze kunnen heel veel verschillende giststammen bevatten. Deze stammen werken allemaal op een andere snelheid. Dit betekent dus dat recepten die puur uitgaan van desem veel trager fermenteren dan recepten waarbij je één van de commerciële gistsoorten gebruikt. Het hangt daarbij natuurlijk wel af van de hoeveelheid [gist](#) die je gebruikt ten opzichte van het totale meelgewicht.

Werkt bakken met desem anders dan bakken met gist?

Men zegt wel eens dat je voor het bakken met desem het 'gist proces' even helemaal moet vergeten. Niets is minder waar. Het bakken met een commerciële [gist](#) en desem heeft enorm veel overlappende factoren en vereist ook (grotendeels) dezelfde basiskennis. Bij een warme omgeving gaat alles sneller, is het kouder dan

gaat het trager, er is voldoende deegontwikkeling nodig en ga zo maar door. Twee grote verschillen zijn de tijd die het proces in beslag kan nemen en de kracht van de desemcultuur.

Waar je bij een commerciële gistsoort (binnen de houdbaarheidsperiode op de verpakking) eigenlijk altijd uit kunt gaan van een optimaal werkende giststam (bij juist gebruik), ben je bij desem volledig zelf verantwoordelijk voor hoe goed je desem [in vorm](#) is en hoe goed hij in staat is je deeg te fermenteren. Dit is niet per se een moeilijke zaak, maar wel één van de dingen waardoor het bakken van desembrood voor nieuwe desembakkers vaak 'mislukt'. Er wordt te veel gebakken met een veel te jonge desemcultuur die nog niet in staat is het brooddeeg voldoende te fermenteren. Ook kost het soms even tijd om de verwachtingen over de snelheid van de fermentatie bij te stellen. Heb echt geduld en wees vooral niet al te bang om je deeg te overfermenteren. Geef het voldoende tijd, want het gaat echt heel erg veel trager dan wanneer je bijvoorbeeld 1% instant [gist](#) in een recept gebruikt (volgens de [bakkersformule](#)). Ook ik heb deze fouten gemaakt toen ik net begon. Het vergt dus een iets andere mindset en veel (of nog meer) geduld.

Een desemcultuur opstarten / een desemstarter maken

Heb je nog geen desemcultuur? Ik kan wel opnieuw het wiel uit gaan vinden en het nogmaals uitschrijven, maar Levine van Doorne heeft al [een mooie handleiding geschreven voor hoe je zelf een desemcultuur op kunt starten](#) (Link naar Facebook-Groep '[De Zuurdesem Club](#)', je hebt wel een Facebook account nodig om lid te worden, maar alleen al voor deelname aan de groep zou ik het aanmaken van een account aanraden).

Je kunt ook op zoek naar iemand in de buurt die een desemcultuur heeft waar jij een deel van op mag halen. Maar zelf maken leer je absoluut het meeste van. Je krijgt tenslotte al gevoel voor hoe het voeden/verversen in zijn werk gaat en je leert je desem al kennen. Veel mensen die een desem ophalen hebben geen flauw benul van wat ze er nu eigenlijk mee aanmoeten omdat ze niet begrijpen wat er precies

gebeurt. Wanneer je zelf het hele proces doormaakt dan heb je dit probleem niet of minder.

Rekenhulp voor het voeden/verversen van je desem of voor het maken van een [Levain](#) kun je hier vinden: [Desem of Levain rekenmachine](#).

Desem opstarten in het kort

De versie van Levine is goed en biedt een hele efficiënte manier om een desem op te starten, dit zal dus waarschijnlijk het snelst resulteren in een goede, gezonde en blijde desemcultuur. (Volkoren)Rogge bevat namelijk verhoudingsgewijs veel micro-organismen die het opstarten van de fermentatie een schop onder de kont geven.

Echter kun je van elke soort [bloem, meel of volkorenmeel](#) een desemcultuur opstarten. Het belangrijkste is dat het een 'pure' soort is, zonder toevoegingen als E300 of extra enzymen. Biologisch is helemaal mooi, er worden dan geen bestrijdingsmiddelen gebruikt die de natuurlijke gisten die al in het graan zitten doden.

Verder geldt:

1. Weeg alles, ook water.
2. Werk met ingrediënten op kamertemperatuur en zet de desem weg op kamertemperatuur. Is het warmer dan gaat alles sneller dan wanneer het koud is.
3. Werk schoon.
4. Ververs minimaal het eigen gewicht van de desemcultuur met bloem, meel of volkorenmeel. Dus wanneer het overgehouden deel desem 20 gram is, dan voeg je minimaal 20 gram bloem, meel of volkorenmeel toe. In geval van een 100% [hydratatie](#) desem is dat minimaal in de delen 1:1:1. Na een dag of 10 kun je deze verhouding eventueel ophogen (hoe hoger de verhouding hoe langer het duurt voor de desemcultuur door zijn 'nieuwe voedsel' heen is en hoe trager hij in volume toeneemt).

5. Gooi desem bij het groenafval en spoel het niet weg (je leidingen zullen je dankbaar zijn).
6. Op kamertemperatuur leg je een deksel losjes op een potje, in de koelkast sluit je een desem af tegen uitdroging.
7. Een desem maken kan met iedere soort bloem, meel of volkorenmeel van iedere graansoort. Wil je een tarwebloem desem? Neem dan tarwebloem, wil je een speltbloem desem? Neem speltbloem. Verder kun je overal dezelfde werkwijze voor hanteren en die ziet er als volgt uit voor een desem op 100% [hydratatie](#):

Dag 1	Meng 20 gram bloem/meel/volkorenmeel met 20 gram water in een glazen of plastic potje.
Dag 2	Haal 20 gram uit het potje en voeg aan deze 20 gram desem 20 gram bloem, meel of volkorenmeel en 20 gram water aan toe.
Dag 3 + de rest van je leven	Herhaal dag 2.

Het meest makkelijke schema dat je kunt bedenken.

Mijn desem zakt in, wat moet ik doen?

Op het moment dat je een desem ververst, voeg je vers 'voedsel' toe. In de bloem, het meel of het volkorenmeel zitten veel nieuwe voedingsstoffen voor de gisten. Ook zijn er weer nieuwe sterke eiwitten om gluten te vormen (bij een niet glutenvrije graansoort). De gisten gaan de voedingsstoffen verwerken en produceren hierbij onder andere gas. Dit gas zorgt voor toename in volume. Op een gegeven moment raakt het voedsel op en zakt de desem weer in. Het zal zonder verse bloem, meel of volkorenmeel nieuw meer in volume toenemen, het heeft dus weer nieuw voedsel nodig om dezelfde cirkel te doorlopen. Dit proces van volume toename en inzakken, speelt zich gedurende de hele levensduur van je desem af. Desem gaat dus (bij goede verzorging), ook niet 'over de datum'.

De eerste paar dagen actief, nu niet meer. Hoe kan dat?

De eerste paar dagen is je desem nog niet goed in balans. Er zitten nog veel bacteriën in die daar niet thuishoren. Het kan zijn dat de desem de eerste paar dagen veel activiteit laat zien door deze (ongewenste) bacteriële activiteit en daarna niets meer. Ga stug verder. De 'niet goede' bacteriën worden op een gegeven moment overmeesterd door de melk- en azijnzuurbacteriën, maar ook de natuurlijke gisten winnen terrein. Zolang er niets raars op je desem groeit en hij geen gekke kleuren laat zien gaat alles gewoon goed, ook als hij niet groeit. Je desem zal nu langzamerhand een stabiele huishouding van (goede) bacteriën en gisten krijgen. Een eventuele nare geur gaat vanzelf weg. Ga dus altijd door, ook als je desem niets lijkt te doen! Ruikt je desem na de eerste 7 dagen binnen 12 uur na verversen naar azijn/verf of staat er vocht op? Dan kun je vanaf nu ook 2 keer per dag verversen.

Er staat schimmel op mijn desem, kan ik nog doorgaan?

Nee, helaas. Je zult het moeten weggooien en opnieuw moeten beginnen. Een desem is het meest vatbaar voor schimmel wanneer hij net nieuw is. Zodra je desem stabiel is, is de kans op schimmel enorm klein. Bij de volgende start van je desem hygiënischer werken!

Wanneer is mijn desem sterk genoeg om mijn deeg te fermenteren?

De ene persoon heeft na 10 dagen een goed actieve desemcultuur, de andere misschien na 21 dagen. Een actieve blijde desem is (grof genomen) minimaal 10 dagen oud en kan zich binnen een halve dag na verversen in de 1:1:1 verhouding minimaal in volume verdubbelen.

Om zeker te zijn dat je desem blij is zet je hem de eerste 21 dagen niet in de koelkast. Na 21 dagen is het vrijwel zeker dat je een blijde desemcultuur hebt als je het schema hebt gevolgd. Je kunt nu de desem in de koelkast zetten. Ververs minimaal 1 keer per week in minstens de 1:1:1 verhouding. Langer weg? Ook geen probleem. Het kan alleen wat meer dagen verversen kosten om hem weer blij te

krijgen. Staat er (donkergekleurd) vocht op? Dat is 'Hooch', even doorroeren en daarna verversen. Niets spannends aan!

Yes! Mijn desem is super actief en kan goed mijn deeg fermenteren, wat nu?

Eenmaal een actieve desem? Dan kun je spelen met verhoudingen, schema's, voedingen en benodigde hoeveelheden volledig naar eigen hand zetten. Van een klein beetje kun je in korte tijd heel veel maken, bijvoorbeeld door het gebruik van een [levain](#). Maak het in het begin vooral niet veel moeilijker dan nodig. Je leert alles vanzelf naar eigen hand zetten als je je eigen desem en je eigen bakschema leert kennen. Zo kun je spelen met hogere verhoudingen om een bepaalde tijd te overbruggen (ook hier hangt het weer af van de temperatuur). Er zit wel exponentiële groei in een desem of [levain](#), dus hoe verder het proces is hoe sneller het accelereert. Dit betekent dus niet dat een verhoging van 1:4:4 naar 1:8:8 het pieken 2 keer zoveel tijd kost maar dat de tijd waarna je desem piekt op deze manier wel (verder) kunt opschuiven.