

# Brood met havervlokken en honing

5-7 minuten



Door karnemelk als vocht te gebruiken krijgt het brood een mooi en zacht kruim. De karnemelk in combinatie met de havervlokken en een beetje honing is extra lekker. Geroosterd is dit brood ook een toppertje!

Variatie: vervang een deel van de tarwebloem door

volkorenmeel. Ook erg lekker!

Het recept is afkomstig van [Outlander Kitchen](#), ik heb het een klein beetje aangepast.

### ***Brood met havervlokken en honing***

#### ***Deeg:***

- *300 gram karnemelk, 20 – 25 °C*
- *90 gram havervlokken*
- *20 gram honing*
- *315 gram tarwebloem*
- *15 gram zachte ongezouten roomboter*
- *5 gram droge gist*
- *6 gram zout*

#### ***Garnering bovenkant brood:***

- *15 gram ongezouten roomboter*
- *1 ½ theelepel honing*
- *havervlokken*

#### ***Verder:***

- *zonnebloemolie om handen, kom en werkplek mee in te vetten*
- *broodbakvorm van ± 21 cm, ingevet en eventueel bekleed met bakpapier*

Roer de havervlokken en de honing door de karnemelk en laat het mengsel staan terwijl je de overige ingrediënten afweegt.

***Werkwijze deeg kneden in een standmixer:*** doe alle ingrediënten voor het deeg in de kom, roer eventueel met een pollepel door elkaar en kneed met de deeghaak in ± 10 minuten tot een soepel deeg dat

van de wand van de kom loslaat, het mag nog een beetje kleven. Het deeg is goed geknead als je er een vliesje van kunt trekken: vet je handen in met wat zonnebloemolie, neem een bolletje van het deeg en trek dat voorzichtig al ronddraaiend uit tot een vliesje (denk aan een kauwgombel). Knead het deeg nog een paar minuten als het snel scheurt en probeer het weer.

***Werkwijze deeg kneden in een broodbakmachine:***

doe alle ingrediënten voor het deeg in de bak en knead in  $\pm 10$  minuten tot een soepel deeg dat van de wand van de bak loslaat, het mag nog een beetje kleven. Het deeg is goed geknead als je er een vliesje van kunt trekken: vet je handen in met wat zonnebloemolie, neem een bolletje van het deeg en trek dat voorzichtig al ronddraaiend uit tot een vliesje (denk aan een kauwgombel). Knead het deeg nog een paar minuten als het snel scheurt en probeer het weer. Volg het recept hieronder vanaf de 1e rij. Je kunt ook het deegprogramma van de broodbakmachine gebruiken (= inclusief 1e rij). Gebruik dan koude karnemelk.

***Werkwijze deeg met de hand kneden:*** doe alle ingrediënten voor het deeg in een kom en roer met een pollepel door elkaar tot alles goed gemengd is. Stort het deeg op de werkplek en knead met de hand in  $\pm 15$  minuten tot een soepel deeg. Het mag nog een beetje kleven. Weersta de neiging om bloem toe te voegen, het deeg wordt tijdens het kneden vanzelf minder plakkerig! Het deeg is goed geknead als je er een vliesje van kunt trekken: vet je handen in met wat zonnebloemolie, neem een bolletje van het deeg en trek dat voorzichtig al ronddraaiend uit tot een vliesje (denk aan een kauwgombel). Knead het deeg nog een paar minuten als het snel scheurt en probeer het

weer.

**1e rijs:** maak een bol van het deeg en leg het in een licht met zonnebloemolie ingevette kom. 1 x keren zodat alle kanten met wat olie bedekt zijn. Dek de kom af met ingevet plastic folie of een douchemuts en laat het deeg op kamertemperatuur in 60 - 90 minuten in volume verdubbelen. Het deeg is goed als je er met een vinger in prikt en het gat blijft zichtbaar.

**Vormen:** stort het deeg op een licht met zonnebloemolie ingevette werkplek en druk de lucht eruit (= doorslaan). Bol het deeg losjes op en laat het afgedekt (zet de kom erover waarin je het deeg hebt laten rijzen) ± 20 minuten liggen.

***Vorm vervolgens het deeg tot een brood:***

- *draai het deeg om zodat de onderkant boven komt te liggen;*
- *rol het deeg (van links naar rechts) met een deegroller uit tot een rechthoek;*
- *vouw de rechterkant tot net over het midden van het deeg, doe hetzelfde met de linkerkant;*
- *rol het deeg weer met een deegroller uit (niet breder dan het bakblik);*
- *rol het deeg vanaf de bovenkant stevig op en knijp de naad dicht;*
- *leg het deeg met de naad naar beneden in het ingevette bakblik.*

**2e rijs:** dek het deeg af met ingevet plastic folie of een douchemuts en laat het op kamertemperatuur in ± 60 minuten tot bijna in volume verdubbelen. Het deeg is goed als je er met een vinger op drukt, de afdruk even

zichtbaar blijft en dan langzaam terug veert. Niet te lang laten rijzen anders zakt het deeg in als je het gaat bestrijken met het boter-/honingmengsel.

**Oven voorverwarmen:** verwarm tijdens de 2e rij de oven voor op 190 °C (boven- en onderwarmte). Als je met hete lucht wilt bakken verlaag dan de temperatuur met 20 °C of volg de gebruiksaanwijzing van de oven.

Smelt de 15 gram boter en roer er de honing door. Bestrijk de bovenkant van het brood met het boter-/honingmengsel en strooi er havervlokken over.

**Bakken:** zet het bakblik op een bakplaat in de oven en bak het brood in ± 45 minuten gaar en lichtbruin. NB: de baktijd van dit brood is iets langer. Als je het te kort bakt blijft de binnenkant vochtig.

Stort het brood direct na het bakken uit het bakblik op een rooster en laat het volledig afkoelen voordat je het gaat snijden. Invriezen gaat prima. Geroosterd ook erg lekker!

Dit recept is eerder ook verschenen op de site van de [Broodbakshop](#).