

uitdekeukenvanarden.blogspot.nl

French Mixed-Grain Bread versie 2

7-9 minuten



Een aantal recepten op mijn blog verdienen echt een make-over. Neem bijvoorbeeld het recept voor het [French Mixed-Grain Bread](#) van 10 januari 2007. Als ik naar de foto bovenaan dat recept kijk schieten de tranen me in de ogen. Ook aan het recept zelf

mankeert het één en ander. Bij de ingrediënten staan enkele ingrediënten in theelepels aangegeven. Ik meet tegenwoordig niets meer af in thee- en eetlepels maar weeg alles af. Dat is veel nauwkeuriger en als je alles afweegt kun je ook de achterliggende formule uitrekenen, de zogenaamde bakkersformule, en aan de hand daarvan het recept aanpassen. *Tip:* gebruik voor de kleine hoeveelheden zoals gist en zout een weegschaal die op 0,1 gram nauwkeurig kan wegen, bijvoorbeeld een [lepelweegschaal](#).

Ik weet nog dat in de tijd dat ik het recept op mijn blog zette ik het brood regelmatig heb gebakken. We vonden het erg lekker, maar daarna ben ik het uit het oog verloren. Ik heb toen steeds de broden op een bakplaat afgebakken, tegenwoordig bak ik dit soort broden (vloerbroden) altijd af op een pizza-/broodbaksteen. De korst wordt dan dunner en knapperiger.

Tijd voor een herkansing!

Nog even over de bakkersformule: Daar zijn toch wel wat misverstanden over. Zo is er niet één bakkersformule maar heeft ieder brood zijn eigen formule. Aan die formule kun je zien of het recept in balans is, wat voor deeg je krijgt en ook wat voor brood er uiteindelijk uit de oven komt. Het uitgangspunt is altijd de totale hoeveelheid bloem en/of meel, die is altijd 100%. De overige ingrediënten zijn afgeleid van die 100%.

Ik heb het recept uit 2007 omgezet naar grammen, opnieuw uitgerekend en aangepast. Ook de werkwijze heb ik gewijzigd.

Het vochtgehalte in het oorspronkelijke recept is 58,5% en dat is eigenlijk weinig, zeker voor dit soort brood. Om het vochtgehalte uit te kunnen rekenen

moet je eerst weten hoeveel bloem/meel er in het recept gebruikt wordt: 60 gram bloem uit de poolish + 480 gram + 35 + 40 gram bloem en meel uit het deeg = 615 gram. Deze 615 gram is de 100% in de formule.

Er wordt totaal 360 gram water in het deeg gebruikt: 60 gram in de poolish en 300 gram in het uiteindelijke deeg. $360:615 \times 100 = 58,5\%$. Tegenwoordig gebruik ik meer vocht in brooddeeg: het uiteindelijke brood wordt daardoor luchtiger en wordt minder snel oudbakken. Hoe meer vocht in het deeg, hoe kleveriger het wordt en hoe lastiger het wordt om te verwerken. In onderstaand recept heb ik het 'beschaafd' gehouden: het vochtgehalte is verhoogd naar 65%. Het deeg is licht kleverig deeg maar nog wel goed te verwerken. Als je een nog luchtiger brood wilt kun je het vochtgehalte ook nog verder verhogen, bijvoorbeeld naar 70%. *Tip:* vet je handen in met een beetje olie als je het deeg aanraakt, het plakt dan niet aan je handen.

Hieronder staat de werkwijze voor het deeg in een standmixer kneden. Je kunt het deeg uiteraard ook in een broodbakmachine of met de hand kneden.

Ik heb zowel in de poolish als in het deeg [Franse bloem T65](#) van de Zuidmolen gebruikt. Dit kan uiteraard vervangen worden door andere tarwebloem.

De broden heb ik net als in 2007 in mijn simpele inbouwoven thuis gebakken (met boven-/onderwarmte en nu op een steen) en niet in de Rofco oven die ik in mijn workshopruimte gebruik.

De moraal van dit verhaal: oefening baart kunst :-).



French Mixed-Grain Bread – versie 2

(2 broden)

Poolish:

- *60 gram tarwebloem*
- *60 gram water, 20 °C*
- *0,1 gram droge gist*

Deeg:

- *de poolish*
- *480 gram tarwebloem*
- *40 gram volkorenmeel*

- 35 gram roggemeel
- 340 gram water, 20 – 25 °C
- 4 gram droge gist
- 10 gram zout

Verder:

- zonnebloemolie om handen, kom en werkplek mee in te vetten
- 2 rijsmantjes, bestrooid met (rogge)bloem
- pizza-/broodbaksteen of bakplaat
- pizzaschep of een snijplank, bekleed met bakpapier
- braadslede of laag bakblik

Poolish: Meng tarwebloem, water en droge gist in een kom. Dek de kom af en laat het 8 – 10 uur op kamertemperatuur staan. Gebruik de poolish voordat hij weer in gaat zakken.

Deeg in een standmixer kneden: Doe de poolish, tarwebloem, volkorenmeel, roggemeel en water in de kom. Meng dit in ± 3 minuten tot een ruw deeg. Dek de kom af en laat het mengsel ± 30 minuten staan (autolyse). Voeg gist en zout toe en kneed het in ± 6 minuten tot een soepel en licht kleverig deeg. Het deeg is goed geknead als je er een vliesje van kunt trekken.

1e rij: Vorm een bal van het deeg en leg de deegbal in een licht met olie ingevette kom, 1 x draaien zodat alle kanten met een beetje olie bedekt zijn. Dek de kom af met ingevet plasticfolie of een douchemuts en laat het deeg op kamertemperatuur rijzen totdat het in volume verdubbeld is, 60 – 90 minuten.

Vormen: stort het deeg op een licht met olie ingevette of licht met bloem bestrooide werkplek en duw de lucht eruit (doorslaan). Verdeel het deeg met een deegsteker in twee gelijke stukken. Bol beide stukken deeg losjes op, dek ze af en laat ze ± 20 minuten rusten.

Bol het deeg nogmaals op om er ronde broden (boules) van te maken of vorm er langwerpige broden (batards) van. Via het tabblad 'Broodbaktips' bovenaan mijn blog kun je filmpjes bekijken hoe dat vormen in z'n werk gaat.

Tip: In een gewone maat oven en op een rechthoekige steen (30 x 40 cm) kun je 2 niet al te grote broden in één keer bakken. Twee batards of een boule en een batard naast elkaar gaat prima. Twee boules is wat krap.

Bestrooi het deeg met een beetje (rogge)bloem en leg de deegstukken met de naad naar boven in eveneens bebloemde rijsmandjes. Dek het deeg af met plasticfolie of een douchemuts.

2e rijs: Laat het deeg op kamertemperatuur in 45 – 60 minuten tot bijna in volume verdubbelen. Het deeg is goed als je er met een vinger op duwt, de afdruk even zichtbaar blijft en dan weer langzaam terugveert.

Oven voorverwarmen: Verwarm de oven met daarin een pizza-/broodbaksteen 1 uur voordat het deeg de oven ingaat voor op 230 °C (boven-/onderwarmte) of 210 °C (hete lucht). Verwarm een braadslede mee.

Bakken: Los het deeg voorzichtig uit het rijsmandje op de pizzaschep. *Tip:* gebruik een snijplank die even groot is als je pizza-/broodbaksteen.

Snijd het deeg met een scherp (gekarteld) mes of

lame enkele keren in.



Schuif het deeg met papier en al op de hete steen.
Giet in de mee verwarmde braadslede $\pm 1,5$ dl water
(pas op voor je handen!). Sluit direct de ovendeur.

Tip: Als je geen pizza-/broodbaksteen hebt dan kun je
het brood ook op een met bakpapier beklede bakplaat
afbakken.

Bak de broden 20 minuten, trek het bakpapier eronder
vandaan en haal de braadslede uit de oven (pas op:
er kan nog heet water in zitten). Verlaag eventueel de
temperatuur (als de korst al erg gekleurd is) naar
200/180 °C en bak het brood in nog ± 15 minuten
gaar en bruin. Leg de broden direct na het bakken op
een rooster en laat ze afkoelen.



Wil je nu eens precies weten hoe de bakkersformule werkt en wat je ermee kunt? In mijn eerste boek [Brood uit eigen oven](#) staat een uitgebreide uitleg met voorbeelden en ook in mijn tweede boek [Meer brood uit eigen oven](#) komt de formule weer aan bod. Dit bericht bevat affiliatie links.