

Uit de keuken van Levine: Haverbrood

3-4 minuten



Haverbrood (2 broden)

Recept [printen](#)

- 600 gram tarwebloem
- 200 gram volkorenmeel

- 200 gram fijne havervlokken (havermout) + voor de afwerking
- 10 gram droge gist
- 60 gram zachte ongezoeten roomboter
- 25 gram golden syrup (of honing)
- 300 gram water, lauwwarm
- 300 gram melk, lauwwarm
- 18 gram zout
- 2 bakblikken van ± 23 cm

Werkwijze standmixer/KitchenAid: Meng tarwebloem, volkorenmeel, havervlokken en gist in de kom. Voeg de boter (in klontjes), golden syrup, water en melk toe en kneed met de kneedhaak ± 3 minuten totdat alle bloem/meel bevochtigd is. Dek de kom af en laat 25 minuten staan.

NB: na het mengen is het nog geen deeg maar een natte massa. Door het 25 minuten te laten staan heeft de tarwebloem, het volkorenmeel en de havervlokken de tijd het vocht op te nemen. Deze stap dus niet overslaan.

Voeg het zout toe en kneed in ± 10 minuten tot een soepel deeg dat van de wand van de kom loslaat.

1e rijs:

Doe het deeg over in een licht met olie ingevette kom, 1 keer keren zodat alle kanten met olie bedekt zijn. Dek de kom af. Laat rijzen tot het deeg ongeveer in volume verdubbeld is, ± 1 uur.

Vormen:

Druk de lucht uit het deeg (doorslaan) en verdeel het in twee gelijke stukken. Bol ieder stuk deeg losjes op en laat ze afgedekt 20 minuten liggen (het deeg laat

zich na deze rusttijd beter vormen).

Rol beide deegstukken uit tot een lap even breed als de bakvorm. Ieder stuk deeg stevig oprollen en de naad dichtdrukken. Maak het deeg nat met je hand of een kwastje en rol door havervlokken. Met de naad naar beneden in ingevette bakblikken leggen.



2e rijs: Dek het deeg af met ingevet folie en laat in 60 - 90 minuten tot bijna dubbel volume rijzen. Het deeg is genoeg gerezen als je er met een vinger op drukt en het deeg veert langzaam terug.

Verwarm intussen de oven voor op 210 °C.

Bakken:

Oven met boven- en onderwarmte: bak de broden in 35 - 45 minuten gaar en bruin. Dek als de broden te bruin worden af met een stuk aluminiumfolie.

Rofco: verwarm 2 uur voordat de broden de oven ingaan de oven voor op 230 °C. Zet de bakblikken op

de hete steen in de oven en bak tot de broden kleur krijgen, $\pm$ 8 minuten. Verlaag de temperatuur naar 50 °C en bak de broden in nog $\pm$ 35 minuten gaar. Dek als de broden te bruin worden af met een stuk aluminiumfolie. Zet de laatste 10 minuten de dampsleuven open.

NB: in een Rofco B30 hoeft alleen het bovenste bakvlak voorverwarmd te worden, dit duurt ongeveer 1 uur.

Los de broden direct na het bakken uit de bakblikken en laat ze afkoelen op een rooster. Laat de broden tenminste 1 uur afkoelen voordat je ze gaat snijden.

