

Uit de keuken van Levine: Speltbrood (met kookstuk)

4-6 minuten



Het deeg voor deze speltbroden wordt met een zogenaamd 'kookstuk' gemaakt. Het kookstuk zorgt ervoor dat er in het deeg meer water kan worden gebruikt (het brood blijft daardoor langer vers), het kruim wordt zachter en de broden krijgen meer smaak.

Spelt is kwetsbaarder dan tarwe en dient daarom korter en voorzichtiger gekneet te worden. Er wordt in dit recept ook een autolyse toegepast en het deeg wordt tijdens de 1e rijs twee keer gevouwen. De kneedtijd kan daardoor aanzienlijk verkort worden.

Autolyse: alleen de bloem en/of het meel worden gemengd met het water (en in dit recept wordt ook het kookstuk toegevoegd). Dit mengsel laat je minimaal 20 minuten afgedekt rusten. Tijdens deze rustperiode wordt het vocht goed opgenomen en beginnen de glutenstrengen zich al te vormen. Na de autolyse worden pas gist en zout en overige ingrediënten toegevoegd en wordt het deeg verder gekneed. Het deeg kan na het kneden nog wat slap aanvoelen. Door het deeg te vouwen gedurende de 1e rij is wordt het deeg elastischer en makkelijker te verwerken.

Speltbrood (2 broden)

Kookstuk:

- *150 gram water*
- *50 gram speltbloem type 630*

Deeg:

- *het kookstuk*
- *330 gram speltbloem type 630*
- *300 gram volkoren speltmeel*
- *335 gram + 35 gram water, 25 °C*
- *6 gram droge gist*
- *12 gram zout*
- *15 gram agavesiroop (optioneel)*

Verder:

- *zonnebloemolie om handen, kom en werkplek mee in te vetten*
- *2 rijsmantjes, bestrooid met spelt- of roggebloem*
- *pizza-/broodbaksteen of bakplaat*
- *pizzaschep of grote snijplank, bekleed met bakpapier*
- *braadslede of laag bakblik*

Kookstuk: Breng het water in een pannetje aan de kook en voeg de speltbloem toe. Roer op laag vuur met een garde door elkaar tot de klontjes verdwenen zijn. Schep het mengsel in een schaal en laat het afkoelen. Je kunt dit ook al enkele uren of de avond van tevoren doen. Zet het kookstuk als je het langer wilt bewaren afgedekt in de koelkast.

Autolyse: Kookstuk, speltbloem, speltmeel en 335 gram water kort mengen tot ruw deeg. Laat het mengsel ± 30 minuten afgedekt staan.

Deeg kneden in een standmixer of broodbakmachine: Voeg gist, zout en agavesiroop toe en kneed in ± 5 minuten tot een soepel deeg. Voeg tegen het einde van de kneedtijd de extra 35 gram water langzaam toe en kneed erdoor. Het blijft een kleverig deeg, geen bloem of meel toevoegen.

1e rij: Vorm een bal van het deeg en leg de deegbal in een licht met zonnebloemolie ingevette kom. Vouw het deeg na 20 en 40 minuten: Laat het deeg in de kom, rek de bovenkant van het deeg uit en vouw het over zichzelf terug, doe dit ook met de onderkant en met de zijanten. Draai het deeg om zodat de naden weer onderop liggen en laat het verder rijzen. Laat het deeg na de laatste keer vouwen nog $\pm$ 30 minuten rijzen of totdat het deeg in volume verdubbeld is.

Vormen: Stort het deeg op een licht met zonnebloemolie ingevette of met speltbloem bestrooide werkplek. Verdeel het deeg met een deegsteker in 2 gelijke stukken en bol de stukken deeg losjes op. Dek de deegballen af en laat ze $\pm$ 20 minuten op de werkplek rusten. Vorm er daarna ronde (boules) of langwerpige broden (batards) van. Bestrooi de deegstukken met spelt- of roggebloem en leg ze met de naad naar boven in eveneens bebloemde rijsmantjes. Dek de rijsmantjes af met plasticfolie.

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

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

NB: *je kunt de broden ook op een bakplaat afbakken, de oven hoeft dat niet zo lang van tevoren voorverwarmd te worden. Verwarm een braadslede mee.*

Bakken: Los het deeg uit de rijsmantjes op een met bakpapier beklede pizzaschep, snijplank of op een bakplaat. Snijd de broden met een lame of scherp mes enkele keren in. Schiet het deeg op de steen of schuif de bakplaat in de oven. Giet $\pm$ 1,5 dl (kokend) water in de braadslede en sluit direct de ovendeur. Bak de broden 20 minuten en haal dan de braadslede uit de oven. Trek eventueel het bakpapier onder de broden vandaan. Verlaag als de broden al erg gekleurd zijn de temperatuur naar 200/180 °C. Bak de broden in nog $\pm$ 15 minuten gaar en goudbruin.

Laat de broden op een rooster afkoelen.