

Vloerbrood met walnoten en lijnzaad

5-6 minuten

De variaties in brood zijn eindeloos, dat maakt brood bakken ook zo leuk. Neem nou dit brood: verschillende soorten bloem en meel en als extra smaakmakers walnoten en lijnzaad.

Het volkorenmeel en zeker het gebroken lijnzaad kunnen veel vocht opnemen. Het vochtgehalte van dit deeg is daarom wat hoger. Het begint als een plakkerig deeg maar later in het proces wordt het deeg minder plakkerig en handelbaarder. Als je het aandurft kan je aan het einde van de kneedtijd nog 25 gram water extra toevoegen. Doe dit niet als het deeg al héél plakkerig aanvoelt of als je nog niet zoveel ervaring hebt met brood bakken.

Ik heb voor dit brood [Franse bloem T65](#) en [volkoren tarwemeel extra](#) van [De Zuidmolen](#) gebruikt. Als je andere bloem en/of ander volkorenmeel gebruikt kan het zijn dat je het vochtgehalte iets moet aanpassen.

Vloerbrood met walnoten en lijnzaad (2 broden)

Deeg:

- *325 gram tarwebloem*
- *200 gram volkorenmeel*
- *75 gram roggebloem*
- *30 gram boekweitmeel*
- *50 gram gebroken lijnzaad*
- *450 + eventueel 25 gram water extra, 20 – 25 °C*
- *8 gram instant gist*
- *11 gram zout*
- *85 gram walnoten*

Verder:

- *zonnebloemolie om handen en kom mee in te vetten*
- *roggebloem om rijsmantjes en deeg mee te bestuiven*
- *2 rijsmantjes*

- *pizza-/broodbaksteen of bakplaat*
- *braadslede of laag bakblik*
- *pizzaschep of snijplank*
- *rijststroomeel*

Walnoten roosteren: Verwarm de oven voor op 180 °C (boven-/onderwarmte) of 160 °C (hete lucht). Rooster de noten in het midden van de oven, 8 – 10 minuten. Laat ze afkoelen en breek ze in stukjes.

Deeg in een standmixer/spiraalkneder kneden: Doe tarwebloem, volkorenmeel, roggebloem, boekweitmeel en gebroken lijnzaad in de kom. Voeg 450 gram water toe en kneed met de deeghaak 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 in ± 10 minuten tot een soepel deeg. Voeg eventueel na ± 5 minuten langzaam de extra 25 gram extra water toe. Het is een plakkerig deeg, geen bloem of meel toevoegen. Voeg aan het einde van de kneedtijd de walnoten toe en kneed erdoor. Het deeg is goed gekneet als je er een vliesje van kunt trekken. Klik [hier](#) voor een filmpje met uitleg over het trekken van een vliesje van brooddeeg.

Deeg met de hand kneden: Doe tarwebloem, volkorenmeel, roggebloem, boekweitmeel en gebroken lijnzaad in een kom. Voeg 450 gram water toe en roer door elkaar tot een ruw deeg. Dek de kom af en laat het mengsel 30 minuten staan (= autolyse). Voeg gist en zout toe en kneed in ± 20 minuten tot een soepel deeg. Voeg eventueel na ± 10 minuten langzaam de extra 25 gram extra water toe. Het is een plakkerig deeg, geen bloem of meel toevoegen. Voeg aan het einde van de kneedtijd de walnoten toe en kneed erdoor. Het deeg is goed gekneet als je er een vliesje van kunt trekken. Klik [hier](#) voor een filmpje met uitleg over het trekken van een vliesje van brooddeeg.

1e rijs: Leg het deeg in een licht met zonnebloemolie ingevette kom. Vouw de zijanten van het deeg naar het midden en draai het deeg om zodat de mooie kant bovenop ligt. Dek de kom af en laat het deeg in ± 60 minuten tot dubbel volume rijzen.

Vormen: Stort het deeg op een licht met roggebloem bestrooide werkplek en verdeel het met een deegsteker in twee gelijke stukken. Bol beide stukken deeg losjes op. Dek de deegstukken af en laat ze ± 20 minuten rusten. Vorm er vervolgens ronde broden (boules) of langwerpige broden (batards) van. Klik [hier](#) voor uitleg met foto's over het vormen van een boule en een batard. Bestrooi de deegstukken met roggebloem en leg ze met de naad naar boven in de eveneens bebloemde rijsmantjes. Dek het deeg af met plasticfolie.

2e rijs: Laat het deeg in 50 – 70 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 langzaam terugveert.

Oven voorverwarmen: Verwarm 1 uur voordat het deeg de oven ingaat de oven voor op 220 °C (boven-/onderwarmte) of 200 °C (hete lucht). Verwarm de pizza-/broodbaksteen en de braadslede mee.

Als je geen steen hebt dan kunnen de broden ook op een bakplaat afgebakken worden.

Bakken: Los het deeg voorzichtig uit de rijsmandjes op een met rijststrooimeel bestrooide pizzaschep/snijplank of op een bakplaat. Snijd het deeg met een lame of scherp mes enkele keren in. Schuif het deeg met een snelle beweging op de hete steen of zet de bakplaat in de oven. Giet in de mee verwarmde braadslede ± 1,5 dl water en sluit direct de ovendeur. Bak de broden 20 minuten, haal dan de braadslede uit de oven en verlaag als de korst al erg gekleurd is de temperatuur naar 200/180 °C. Bak de broden in nog ± 15 minuten gaar en goudbruin. Leg de broden direct na het bakken op een rooster en laat ze afkoelen. Invriezen gaat prima!

