

Whole Wheat Sandwich Bread with Oats and Pecans

5-7 minuten



Op het forum van [Bakkerswereld](#) kwam een link naar [Food Network](#) voorbij met 12 recepten van Amy Scherber, schrijfster van het boek "Amy's Bread". Meer over dit boek en Amy's bakery in New York kan je lezen in de posting ["Is wat je ver haalt lekker? \(2\)"](#). In deze posting staat ook het recept voor Chocolate (Peanut) Butter Buns.

Het Whole Wheat Sandwich Bread with Oats and Pecans staat ook bij de 12 recepten op Food Network. Het is geen "1-2-3 brood", niet binnen een paar uur klaar dus. Het begint met het maken van een sponge de avond van tevoren. Doordat er vrij weinig gist in wordt gebruikt zijn de rijstijden langer. Dit komt de smaak alleen maar ten goede!

Zo heb ik het gemaakt (vertaald uit het boek):

Whole Wheat Sandwich Bread with Oats and Pecans
2 broden van ± 22,5 x 12,5 cm (9 x 5 inch)

- 1 theelepel gist
- 60 gram warm water, 40 – 46 °C
- 595 gram volkorenmeel

- 375 gram tarwebloem
- 180 gram havermout/-vlokken + extra voor de afwerking
- 20 gram zout
- 360 gram sponge starter (recept hieronder)
- 600 gram koud water, 24 °C
- 45 gram honing
- 30 gram melasse (zoute stroop, te vervangen door keukenstroop)
- 30 gram olie
- 240 gram geroosterde pecannoten, grof gehakt (roosteren in een droge koekenpan)

Sponge Starter

- 360 gram water, 40 – 46 °C
- ¼ theelepel gist
- 480 gram tarwebloem

Roer alle ingrediënten met een pollepel in een grote kom goed door elkaar roeren tot zich een stijf deeg vormt. Het wordt zachter/slapper als het deeg een tijdje staat. Je kunt de starter ook mengen met de paddle/deeghaak van een standmixer. Zet de sponge afgedekt weg. Je hebt nu twee opties:

1. Laat de sponge op kamertemperatuur ongeveer 6 - 8 uur (of hele nacht) staan. Het zal in volume verdriedubbelen. Als het begint in te zakken is het klaar voor gebruik.
2. Als je de starter niet na 6 - 8 uur wilt gebruiken zet het dan direct nadat je het gemaakt hebt in de koelkast. Laat het minstens 14 uur in de koelkast rijzen voordat je het gaat gebruiken. Voor gebruik eerst op kamertemperatuur laten komen of gebruik warm water (29 - 32 °C) bij het maken van het deeg in plaats van het koude water zoals omschreven in het recept. Je kan de sponge 2 dagen in de koelkast bewaren.



En dan nu het brood zelf:

Los de gist in een grote kom (van bijvoorbeeld een KitchenAid) op in het warme water. Laat 3 minuten staan.

Meng volkorenmeel, tarwebloem, havermout en zout. Voeg aan het gistmengsel, de sponge starter, het koude water, de honing, de melasse en de olie toe. Goed roeren. Voeg het meel/bloemmengsel toe en roer tot een kleverige massa. Kneed het vervolgens met de deeghaak (of met de hand) tot een compact en elastisch deeg ($\pm$ 6 - 8 minuten). Voeg als het te droog is nog wat water toe en als het te nat is nog wat bloem. Maak een losse bal van het deeg en laat het afgedekt 20 minuten staan (deze periode heet de autolyse).



Doe het deeg over op een licht bebloemde (of ingevette) werkplek en druk het uit tot een rechthoek van 2,5 cm dik. Strooi de gehakte pecannoten over het deeg. Vouw het deeg zodat de pecannoten binnenin komen: linkerdeel tot over de helft en daar de rechterhelft overheen, eventueel nog een keer omdraaien en herhalen. Kneed vervolgens de pecannoten door het deeg in 2 - 3 minuten. Als het deeg 'tegenstribbelt' laat het dan 5 minuten liggen en ga dan verder met kneden.



Maak een losse bal van het deeg en doe het in een licht ingevette kom, samen met eventueel eruit gevallen noten. Deze kunnen na de 1e rijds makkelijk in het deeg verwerkt worden. Deeg 1 keer keren zodat alle kanten met wat olie bedekt zijn. Laat het deeg op kamertemperatuur (23 - 25 °C) in 2½ - 3 uur tot dubbel volume rijzen. Je kunt het deeg ook in de koelkast zetten en pas de volgende dag vormen en bakken: laat het 1 uur rijzen of totdat het 'puffy' is, niet tot dubbele volume, en zet het dan in de koelkast. Laat het de volgende dag 2 uur op kamertemperatuur verder rijzen en vorm het dan.



Stort het deeg als het deeg in volume is verdubbeld voorzichtig op een licht bebloemde (of ingevette) werkplek. Duw losse pecannoten in het deeg en verdeel het deeg in twee gelijke stukken. Vorm van ieder stuk deeg een brood.

Spreid de havermout/-vlokken voor de garnering uit in een platte schaal. Bevochtig de bovenkant van ieder brood met wat water (met kwastje of plantenspuit). Rol de broden door de havermout. Doe de broden met de naad naar beneden in ingevette bakblikken/broodbussen. Dek het deeg af met ingevet plastic folie en laat de broden in ongeveer 2 uur tot (bijna) dubbel volume rijzen.



Verwarm de oven 30 minuten voor het einde van de rijstijd voor op 220 °C. Als je een pizzasteen hebt verwarm die dan mee, verwarm anders een 'gewone' bakplaat. Zet een lege hittebestendige lage schaal, bijvoorbeeld een braadslede, op de bodem van de oven en verwarm die ook mee. Breng tegen het einde van de rijstijd 240 ml water aan de kook.



Zet de bakblikken/broodbussen op de hete pizzasteen of bakplaat. Gooi direct en voorzichtig (bescherm je hand met een keukenhandschoen of handdoek!) het kokende water in de braadslede en sluit direct de ovendeur. Besproei na 1 minuut de broden 6 - 8 keer met water, sluit de deur weer en herhaal dit na 1 minuut.

Bak de broden 15 minuten en verlaag dan de temperatuur naar 190 °C. Bak de broden in nog 20 - 25 minuten gaar en bruin. Het is gaar als het hol klinkt als je op de onderkant klopt. Als de zijanten nog te licht gekleurd

zijn, zet de broden dan zonder bakblik direct op de pizzasteen/bakblik en laat ze nog 5 - 10 minuten langer bakken. Zet de broden op een rooster en laat ze volledig afkoelen voordat je ze gaat aansnijden.