

Uit de keuken van Levine: Meergranen desembrood

7-10 minuten



Dit recept is gebaseerd op de 1-2-3 methode: je neemt 1 deel zuurdesem, 2 delen water en 3 delen bloem/meel. Je komt dan uit op een hydratatie (vochtgehalte) van 71,4%. Dat is aan de hoge kant, maar omdat er ook nog 5-granenvlokken die vocht opnemen aan het deeg zijn toegevoegd krijg je toch een deeg dat niet al te nat is c.q. niet al te veel plakt. In vergelijking: een "standaard" brooddeeg heeft een hydratatie van 57 - 63%. Nieuwsgierig hoe je de hydratatie van deeg kunt uitrekenen? Bij het recept voor het [Millers loaf](#) heb ik uitgelegd hoe je dat doet.

Je kunt dit brood zowel zonder als met gist bakken. Zonder de toevoeging van gist is de werkwijze iets anders, zie het recept hieronder.

Door de toevoeging van de 5-granenvlokken krijgt dit brood extra smaak. Je kunt in plaats van 5-granenvlokken ook havervlokken of andere vlokken gebruiken.

Meergranen desembrood

Deeg:

- 100 gram [actief zuurdesem](#) op basis van tarwebloem, 100% hydratatie
- 200 gram water, 20 – 25 °C
- 200 gram tarwebloem
- 100 gram volkorenmeel
- 50 gram 5-granenvlokken (reformwinkel)
- 7 gram zout
- 2 gram droge gist *

Verder:

- 5-granenvlokken voor de bovenkant
- zonnebloemolie om handen, kom en werkplek mee in te vetten
- rijsmantje (optioneel)
- broodbak-/pizzasteen of een bakplaat

* Je kunt dit brood ook zonder toevoeging van gist bakken. De werkwijze is dan iets anders. Zie de tekst vanaf Werkwijze zonder toegevoegde gist.

Ververs de desem 6 – 12 uur van tevoren

Werkwijze deeg in een standmixer kneden: doe desem, water, tarwebloem, volkorenmeel en 5-granenvlokken in de kom, roer eventueel met een pollepel door elkaar en kneed met de deeghaak in ± 3 minuten tot een ruw deeg. Dek de kom af en laat het mengsel ± 20 minuten staan (= autolyse).

Voeg de gist en het zout toe en kneed in 5 – 10 minuten tot een soepel deeg. Het deeg is goed gekneet als je er een vliesje van kunt trekken: vet je handen in met een klein beetje zonnebloemolie, neem een stukje van het deeg af (formaat golfbal) en trek dat voorzichtig al ronddraaiend uit tot een vliesje (denk aan een kauwgombel). Kneed het deeg als het snel scheurt nog een paar minuten en probeer het weer.

Werkwijze deeg in een broodbakmachine kneden: doe desem, water, tarwebloem, volkorenmeel en 5-granenvlokken in de bak. Kneed in ± 3 minuten tot een ruw deeg. Zet de machine uit, doe de deksel dicht en laat het mengsel ± 20 minuten staan. Voeg de gist en het zout toe en kneed in ± 10 minuten tot een soepel deeg. Het deeg is goed gekneet als je er een vliesje van kunt trekken: vet je handen in met een klein beetje zonnebloemolie, neem een stukje van het deeg af (formaat golfbal) en trek dat voorzichtig al ronddraaiend uit tot een vliesje (denk aan een kauwgombel). Kneed het deeg als het snel scheurt nog een paar minuten en probeer het weer.

Werkwijze deeg met de hand kneden: doe desem, water, tarwebloem, volkorenmeel en 5-granenvlokken in een kom en roer met een pollepel door elkaar tot alles goed gemengd is. Dek de kom af en laat het mengsel

± 20 minuten staan (= autolyse).

Voeg de gist en het zout toe en stort het deeg op de werkplek en kneed het met de hand in ± 20 minuten tot een soepel deeg. Weersta de neiging om bloem toe te voegen, het deeg wordt tijdens het kneden vanzelf minder plakkerig! Het deeg is goed geknead als je er een vliesje van kunt trekken: vet je handen in met een klein beetje zonnebloemolie, neem een stukje van het deeg af (formaat golfbal) en trek dat voorzichtig al ronddraaiend uit tot een vliesje (denk aan een kauwgombel). Kneed het deeg als het snel scheurt nog een paar minuten en probeer het weer.

1e rijs: vorm een bal van het deeg en leg de deegbal in een licht met zonnebloemolie ingevette kom, 1 x keren zodat alle kanten met wat olie bedekt zijn. Dek de kom af met ingevet plastic folie of een douchemuts en laat het deeg in ± 60 minuten in volume verdubbelen. Het deeg is goed als je er met een vinger in prikt en het gat blijft staan.

Vormen: stort het deeg op een licht met zonnebloemolie ingevette werkplek en druk de lucht eruit (= doorslaan). Bol het deeg losjes op en laat de bol afgedekt met plastic folie ± 20 minuten liggen. Bol het deeg vervolgens nog een keer op - nu wat steviger - om er een rond brood (een boule) van te maken of vorm er een langwerpig brood (een batard) van.

Maak de bovenkant van het deeg nat met een beetje water en rol het door 5-granenvlokken. Bestrooi de onderkant van het deeg met (rogge)bloem en leg het deeg ondersteboven - met de naad naar boven - in een bebloemd rijsmandje.

Het gevormde deeg kan ook op een stuk bakpapier op een pizzaschep of bakplaat rijzen.

2e rijs: dek het deeg af en laat het in ± 60 minuten tot bijna in volume verdubbelen. Het deeg is goed als je er met een vinger op drukt en het langzaam terug veert.

Oven voorverwarmen: verwarm tijdens de 2e rijs de oven met daarin een broodbak-/pizzasteen voor op 240 °C (boven- en onderwarmte). Als je met hete lucht wilt bakken verlaag dan de temperatuur met 20 °C of volg de gebruiksaanwijzing van de oven. Verwarm een lege hittebestendige lage schaal, bijvoorbeeld een braadslede, op de bodem of onderste richel van de oven mee.

Bakken: leg een stuk bakpapier op een pizzaschep of op een omgekeerde bakplaat (= zonder rand). Stort het deeg voorzichtig uit het rijsmandje op de pizzaschep of omgekeerde bakplaat. De goede kant van het deeg - wat de onderkant in het rijsmandje was - komt nu bovenop te liggen. Snijd het deeg met een scherp mes in.

Schuif het deeg met papier en al op de hete steen. Giet in de meeverwarmde braadslede ± 2 dl kokend water in (pas op voor je handen!). Sluit direct de ovendeur. Draai de temperatuur terug naar 220 °C.

Als je het deeg op een bakplaat hebt laten rijzen bak het dan op dezelfde bakplaat af.

Verlaag na 20 minuten de oventemperatuur naar 200 °C. Trek het bakpapier onder het brood vandaan en haal de braadslede uit de oven (pas op: er kan nog heet water in zitten). Bak het brood in nog ± 20 minuten gaar (totale baktijd ± 40 minuten).

Laat het brood op een rooster volledig afkoelen voordat je het gaat snijden. Dit brood kan uitstekend ingevroren worden. Laat het brood ontdooien en piep het voor het serveren ± 5 minuten op in een op 200 °C voorverwarmde oven zodat de korst weer knapperig wordt.

Werkwijze zonder toegevoegde gist:

Kneden: voeg na de autolyse het zout toe en kneed het deeg met de deeghaak ± 5 minuten in een standmixer, 5 – 10 minuten in een broodbakmachine of met de hand ± 10 minuten. De gluten in het deeg hoeven niet volledig ontwikkeld te zijn (je kunt nog geen goed vliesje van het deeg trekken). Tijdens de lange rijstijden en het tijdens de 1e rijtjes vouwen van het deeg ontwikkelen de gluten zich verder.

1e rijtjes en vouwen: maak een bal van het deeg en leg de deegbal in een licht met zonnebloemolie ingevette kom, 1 x keren zodat alle kanten met wat olie bedekt zijn. Dek de kom af en laat het deeg 45 minuten rijzen.

Vouw het deeg na 45 minuten 2 x als een brief in 3-en (stretch & fold): laat het deeg in de kom en trek voorzichtig 1 kant van het deeg omhoog, vouw het terug over het deeg. Doe dat ook met de andere 3 kanten. Draai het deeg dan om zodat de naden aan de onderkant komen te liggen. Laat het weer 45 minuten rijzen en vouw het deeg dan nog een keer zoals hierboven beschreven.

Laat het deeg verder rijzen totdat het in volume is verdubbeld, 1 ½ – 3 uur. Het deeg is goed als je er met een vinger in prikt en het gat blijft staan.

Vormen: zie de tekst in het recept met toegevoegde gist.

2e rijtjes: laat het deeg in 2 - 3 ½ uur tot bijna in volume verdubbelen. Het deeg is goed als je er met een vinger op drukt en het langzaam terug veert.

Volg verder het recept vanaf Oven voorverwarmen in het recept met toegevoegde gist.

