

Uit de keuken van Levine: Pistolets van speltbloem

6-7 minuten



Zijn het geen beauty's, deze pistolets gemaakt van speltbloem? Ik vind ze prachtig, mooie ovenrijs, knapperig van buiten, luchtig en zacht van binnen en ze zijn nog lekker ook. Dit zijn blijvertjes! Ik heb al bedacht dat als ik ze weer ga bakken een deel van de speltbloem ga vervangen door speltmeel. Gisteren deelde ik al foto's van deze broodjes in Facebook, Twitter en op het [Broodbakforum](#) en de verzoeken om het recept vlogen me bijna om de oren. Gelijk maar even achter de computer gekropen om het recept uit te typen. Ik "moet" mijn lezers natuurlijk een beetje vertroetelen nadat ik zo

lang afwezig was. En ja, het gaat best wel weer goed me, hoewel er afgelopen week bij controle plotseling andere medische complicaties boven zijn komen drijven waar serieus naar gekeken moet worden.

Goed, dan nu over naar de broodjes. Het recept is een beetje anders dan anders. Er wordt in het deeg een “kookstuk” gebruikt. Door dit kookstuk krijgen de pistolets meer smaak en blijven ze langer vers. Je kunt het tegelijk met de levain maken. In de koelkast blijft het kookstuk een week goed.

Ik heb deze pistolets in mijn gewone oven thuis (met onder- en bovenwarmte) op een pizzasteen gebakken en niet in de Rofco oven in de workshopruimte. Bij gebrek aan een pizzaschep (alle broodbakspullen zijn in de workshopruimte) heb ik de gevormde pistolets laten rijzen op een snijplank met daarop een stuk bakpapier. Deze snijplank is net zo groot als de pizzasteen, dus geen gehannes tijdens het in de oven brengen van de pistolets. Dat ik daar nou niet eerder op gekomen ben!

De steen in mijn gewone oven is 40 x 30 cm. Tien van deze pistolets passen daar met geen mogelijkheid tegelijk op. Ik heb dat opgelost door de pistolets in twee keer te bakken. De 1e vijf heb ik op kamertemperatuur laten rijzen, de andere vijf heb ik (ook op een met bakpapier beklede snijplank en in een grote plastic zak) in de koelkast gezet om de rijs te vertragen. Toen de 1e vijf pistolets in de oven stonden heb ik de andere vijf uit de koelkast gehaald en op kamertemperatuur verder laten rijzen.

Het recept voor deze broodjes is afkomstig van de site [The Art of Baking](#). Hieronder mijn versie.



Speltpistolets (10 stuks)

Levain:

- 7 gram roggedesem, 100% hydratatie
- 70 gram speltbloem
- 70 gram water, ± 20 °C

Kookstuk:

- 150 gram water
- 50 gram speltbloem

Deeg:

- de levain
- het kookstuk
- 555 gram speltbloem
- 260 gram water
- 14 gram zout
- 3 gram droge gist

Hieronder staat de werkwijze voor het deeg kneden in een standmixer. Het deeg kan uiteraard ook in een broodbakmachine of met de hand gekneet worden. Let er wel op dat de broodbakmachine deze hoeveelheid deeg aankan.

Maak de levain ± 16 uur van tevoren: roer roggedesem, speltbloem en water door elkaar. Dek de kom af en laat op kamertemperatuur staan tot gebruik.

Kookstuk: breng het water in een steelpannetje aan de kook, zet het vuur uit en roer er meteen de speltbloem door. Blijf roeren tot alle klontjes verdwenen zijn. Doe het mengsel in een schaaltje en zet het afgedekt in de koelkast tot gebruik.

Deeg kneden in een standmixer: doe alle ingrediënten voor het deeg in de kom. Kneed op de laagste stand gedurende ± 7 minuten. Kneed vervolgens nog 1 minuut op een iets hogere stand.

1e rijs en vouwen: vorm het deeg tot een bal en leg de deegbal in een licht met zonnebloemolie ingevette kom, 1 x keren zodat alle kanten met een beetje olie bedekt zijn. Dek de kom af en laat het deeg ± 90 minuten rijzen. Ik heb het deeg in de oven met het lichtje aan laten rijzen.

Vouw het deeg gedurende die 90 minuten na 30 en 60 minuten als een brief in drieën (stretch & fold): 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 zijkanten. Draai het deeg om zodat de naden aan de onderkant komen te liggen.

Vormen: stort het deeg op een licht met speltbloem bestrooide werkplek. Druk de lucht eruit en verdeel het deeg in 10 gelijke stukken. Bol de

stukjes deeg op en laat ze afgedekt ± 15 minuten afgedekt rusten.

Vorm er vervolgens pistolets van: Druk de bolletjes deeg plat tot een ovaal lapje. Niet te plat en te groot! Vouw de onder- en de bovenkant naar het midden, druk zachtjes aan. Vouw vervolgens de onder- en bovenkant naar elkaar toe en knijp de naad dicht. Laat de uiteinden puntig toelopen. Dit gaat eigenlijk vanzelf als je de slag te pakken hebt. Rol de broodjes vervolgens nog wat langer. Leg de broodjes met de naad naar beneden op een met bakpapier beklede pizzaschep. Bestrooi ze desgewenst met een beetje speltbloem.

Je kunt de broodjes ook op een bakplaat laten rijzen, bak ze dan ook af op de bakplaat.

Oven voorverwarmen: verwarm de oven met daarin een broodbak-/pizzasteen 1 uur voordat de broodjes erin gaan voor op 230 °C (onder- en bovenwarmte). Verwarm een lege hittebestendige lage schaal, bijvoorbeeld een braadslede, mee.

2e rijs: laat de pistolets op kamertemperatuur in 30 – 45 minuten rijzen totdat ze ± 1,5 x zo groot zijn geworden.

Bakken: snijd de pistolets met een lame of een scherp (gekarteld) mes 2 x in en schuif de pistolets met bakpapier en al op de hete steen. Giet in de meeverwarmde braadslede ± 1 dl kokend water in (pas op voor je handen!). Sluit direct de ovendeur. Bak de pistolets 10 minuten en haal dan de braadslede uit de oven (pas op: er kan nog heet water in zitten). Trek eventueel ook het bakpapier onder de pistolets vandaan. Bak de pistolets in nog 7 – 10 minuten gaar en goudbruin (totale baktijd 17 – 20 minuten). Leg de pistolets direct na het bakken op een rooster en laat ze afkoelen.

Je kunt de pistolets invriezen. Laat ze voor gebruik ontdooien en "piep" ze ± 5 minuten op in een op 200 °C voorverwarmde oven zodat ze weer knapperig worden.

