



Recept voor

Speltbroodje met desem

Spelt komt hoe langer hoe meer in de belangstelling. Het is een zeer oud graansoort en wordt ook wel oertarwe genoemd. In de molen is zowel speltvolkorenmeel als (gezeefde, witte) speltbloem verkrijgbaar. De vloeibare, biologische desem van korenmolen de Zandhaas is geschikt voor mensen die geen gist willen gebruiken voor het bakken van hun brood. Het smaakt niet zuur zoals zuurdesem.

Ingrediënten

500 gram speltvolkorenmeel (*)
6 gram zout
20 gram vloeibare desem (**)
300 ml water

Kleine eetlepel (olijf)olie
Sesamzaad of maanzaad
Broodbakblik van 500 gram
Olie om broodblik mee in te smeren

Bereidingswijze

1. Meng het speltvolkorenmeel met het zout.
2. Voeg de vloeibare desem en het water toe en kneed met de hand of met de kneedmachine tot er een samenhangende bal ontstaat.
3. Voeg de olie toe zodra er een samenhangende bal ontstaat.
4. Kneed vervolgens minimaal 15 minuten met de hand of 10 minuten met de kneedmachine.
5. Maak de deegbal een beetje vochtig, dek het af en laat het rustig op een tochtvrije plaats rijzen tot 2 maal de oorspronkelijke hoogte (1-2 uur). NB: nooit op de verwarming!
6. Kneed het gerezen deeg nog een keer door. Rol er een deeglap van uit. Vouw de zijkanten een beetje naar binnen en rol de deeglap op tot een broodje dat past in het bakblik. Leg het opgerolde deeg met de naad naar beneden, in het ingevette broodbakblik.
7. Maak de deegbal aan de bovenzijde een beetje vochtig en strooi er de sesamzaadjes of maanzaadjes overheen. Dek het af en laat het rustig op een tochtvrije plaats rijzen tot 2 maal de oorspronkelijke hoogte (30 min – 1 uur).
8. Verwarm intussen de oven voor op 220 gr C.
9. Bak het broodje in ongeveer 30-45 minuten gaar in de oven tot ze hol klinkt (als je erop tikt) en laat het afkoelen op een rooster.
10. Eet smakelijk!

(*) Volkorentarwemeel kan natuurlijk ook gebruikt worden.

(**) In de koelkast bewaren.