



Recept voor

Iers Sodabread

Sodabrood dat niet met gist maar met baksoda wordt gebakken was jarenlang het traditionele brood in Ierland. Het is snel te maken en gaat meteen de oven in. Traditioneel werd het in een gietijzeren pan op het gasfornuis of op open vuur in de haard gebakken. Sodabrood is het lekkerst als het binnen een etmaal gegeten worden. Het recept is van Mary Curtis die eens *Farm Woman of the Year* was. Zij moest daartoe een maaltijd maken, de mooiste avondjurk naaien en het wiel van een Landrover zo snel mogelijk verwisselen.

Ingrediënten

340 gr volkorentarwemeel
110 gram tarwebloem
6 gram zout
6 gram baksoda (*)
30 gram zemelen
15 gram tarwekiemen
30 gram boter in blokjes

350 ml karnemelk
Extra bloem om te bestuiven
Bakplaat in de oven

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 220 gr C.
2. Meng het meel, de bloem, het zout, de baksoda, de zemelen en de tarwekiemen in een kom.
3. Wrijf krachtig met je handen de boter erdoor totdat het deeg kruimelig is geworden.
4. Roer vervolgens met een houten lepel zoveel karnemelk erdoor tot een stijf deeg ontstaat.
5. Leg dit op een met bloem bestoven werkblad en kneed het deeg snel met de muus van je hand. Draai intussen het deeg steeds een slag en kneed weer door.
6. Maak een ronde plak van het deeg en leg het op de bakplaat die met bloem bestoven is.
7. Strooi nog wat bloem over het deeg en snijd met een scherp mes een kruis erin.
8. Bak het brood in 45 minuten gaar tot het bruin gekleurd is. Controleer of het brood hol klinkt (als je erop tikt) en laat het afkoelen op een rooster.
9. Eet smakelijk!

(*) Baksoda is niet hetzelfde als bakpoeder. Baksoda wordt ook natriumbicarbonaat of dubbelkoolzure soda genoemd. Baksoda (basisch) gebruik je altijd in combinatie met een zuur, in dit geval karnemelk, om het te laten rijzen.