

## Recepten voor broodbakmachines van Korenmolen De Hoop te Sumar

Heruitgave op basis van de eerdere publicaties uit 2011 van voormalig molenaar Dirk Kamminga, met enige toevoegingen. April 2016, JaBo

[www.dehoopsumar.nl](http://www.dehoopsumar.nl) menu: Recepten



### Basishoeveelheden

Meel: 500 gram, bij grotere machines de hoeveelheden verhoudingsgewijs verhogen  
Theelepels zijn er in verschillende afmetingen, dus even uitproberen, of een afstrijkbare maatschep gebruiken, dat werkt veel handiger. Er zijn maatschepsets te koop van 2,5 tot 15 ml, waarbij een tl (theelepels) 5 milliliter en een el (eetlepel) 15 ml betreft.

Met een theelepels wordt *ongeveer* bedoeld: suiker 4 gram, zout 6 gram, gluten 3 gram, korrelgist 3,5 gram. Naar believen en op basis van ervaringen kan natuurlijk iets meer of minder van deze ingrediënten toegepast worden. Naarmate korrelgist ouder wordt neemt de werking af en zal iets meer gebruikt moeten worden.

### Aanbeveling

In alle recepten de droge stoffen, met uitzondering van de gist, vooraf goed mengen. Daarna eerst het lauwe water in de bakvorm doen en vervolgens het mengsel droge stoffen. De korrelgist als laatste, in een kuiltje bovenin het mengsel. De gist mag, vooral als de timer van de broodbakmachine wordt gebruikt, niet met het water in aanraking komen.

### Algemene opmerkingen

- ✓ In plaats van een aanbevolen broodverbeteraar in broodrecepten op internet (verkopen wij niet i.v.m. de bederfelijkheid ervan) kun je ook een scheutje citroensap gebruiken.
- ✓ Bij tarwe- en speltbrood alsmede bij kruidenbrood kunnen naar eigen smaak zonnebloempitten of wereldzaden worden toegevoegd. Verkrijgbaar bij "De Hoop". Een of meer experimenten waard. Ook rozijnen zitten in ons assortiment.
- ✓ Mocht het brood te snel rijzen en daarna weer inzakken dan kun je de volgende keer proberen om de zaak onder controle te krijgen door wat meer zout toe te voegen.
- ✓ De hier getoonde recepten zijn natuurlijk ook zonder broodbakmachine te maken. Ervaar ook eens om brooddeeg met de hand of met behulp van deeghaken te kneden en te laten rijzen in een beslagkom. Kijk bijvoorbeeld eens naar ons recept Rogge-tarwe/speltbrood op de molensite, onder menukeuze Recepten.

### Recept voor half-volkorenbrood

- 3 dl lauwe water
- 250 gr tarwe- of speltbloem van De Hoop
- 250 gr tarwe- of speltvolkorenmeel van De Hoop
- 1 tl zout
- 2 à 3 tl korrelgist
- 1 el olijf- of zonnebloemolie
- eventueel 2 tl suiker
- eventueel 1 tl gluten voor een beter glutenskelet

*Broodbakprogramma: Volkoren*

### Recept voor WIT BROOD

De bereiding komt overeen met dat van half-volkorenbrood, behalve dat de 250 gr volkorenmeel vervangen wordt door tarwe- of speltbloem.

*Broodbakprogramma: Volkoren*

**Recept voor VOLKORENBROOD**

De bereiding van volkorenbrood komt uiteraard overeen met dat van half-volkorenbrood, behalve dat de 250 gr bloem vervangen wordt door tarwe- of speltvolkorenmeel. Daar volkorenmeel iets moeilijker rijst dan bloem kan geëxperimenteerd worden met de toevoeging van iets meer gist, wat gluten en een scheutje citroensap als broodverbeteraar. Om een Allinsonbrood te verkrijgen wat meer water toevoegen (totaal ca. 4 deciliter)  
*Broodbakprogramma: Volkoren*

**Recept ROZIJNENBROOD**

Neem naar wens het recept van wit- of half-volkorenbrood als basis. Voeg hier de volgende ingrediënten aan toe:

- 1 of 2 zakjes vanillesuiker, naar smaak
- 1 tl kaneelpoeder
- 100 gr rozijnen, meer en iets minder kan natuurlijk ook!

*Broodbakprogramma: Volkoren*

**Recept voor Italiaans KRUIDENBROOD**

Als basis neem je het recept half-volkorenbrood.

Daaraan wordt toegevoegd:

- 1 tl marjolein
- 1 tl basilicum
- 2 tl oregano

*Broodbakprogramma: Volkoren*

**Recept MAISBROOD**

- 500 gram Fiesta Panovite Maismeel, verkrijgbaar bij "De Hoop"
- 2 tl korrelgist (5 à 7 gr) van Bruggeman
- 2,6 dl lauw water
- 1 el zonnebloem- of olijfolie
- 2 zakjes vanillesuiker als je van zoet houdt

*Broodbakprogramma: whole weat (volkoren) of Frans*

**Recept TERPENMIXBROOD**

- 500 gr Terpenmix, verkrijgbaar bij "De Hoop" en "De Zwaluw" te Burdaard
- 3 dl water
- 2 tl suiker
- 1 tl zout
- 1 el zonnebloem- of olijfolie
- 2 tl korrelgist

*Broodbakprogramma: whole weat (volkoren) of Frans*

**Recept ZES GRANEN DONKER MOUT MIX**

- 250 gr zes granen mix, verkrijgbaar bij "De Hoop" en "De Zwaluw" te Burdaard
- 250 gr tarwe- of speltbloem
- 3,2 dl water
- 1 el zonnebloem- of olijfolie
- 2 tl korrelgist
- *Broodbakprogramma: whole weat (volkoren) of Frans*

**Recept WALDKORN**

- 500 gr Waldkorn, verkrijgbaar bij "De Hoop" en "De Zwaluw" te Burdaard
- 2 tl korrelgist
- ca. 2,9 dl koud water
- 1 el zonnebloem- of olijfolie
- *Broodbakprogramma: normaal*

## Tips en wetenswaardigheden voor broodbakmachinisten

Volkoren tarwemeel	Is meel van gekneusde tarwe die daarna met onze molenstenen fijn gemalen wordt .
Tarwebloem	Is het fijnste meel van de kern van de tarwekorrel, dus zonder gries en zemelen. In de molen kunnen we met de builmachine, een grote ronddraaiende zeef, het volkorenmeel splitsen in bloem, gries en zemelen, achtereenvolgens van fijn naar grof. Dit "builen" gebeurt met grote regelmaat op de maalzolder, ter hoogte van de winkel en de stelling.
Gluten	Eiwit in de kern van de tarwekorrel. Bloem bevat dus de meeste gluten. Gluten zijn noodzakelijk bij het rijproces en zorgen voor een mooie, elastische structuur van het brood.
Gist	Veroorzaakt het gistingsproces in combinatie met bloem/gluten en (natuurlijke) suiker, in een warme vochtige omgeving. Het vrijkomende koolzuurgas wordt gevangen in het elastische glutenskelet, waardoor het deeg rijst.
Zout	Geeft evenwicht aan het rijproces, maakt het brood wel zouter. Meer dan een theelepel is echt niet nodig. De bakker die het zout vergeet wordt bestraft met plakkerig deeg.
Suiker	Bevordert het gistingsproces, is voedsel voor gist bij aanvang van het rijproces, maar maakt het brood wel zoeter. Niet echt noodzakelijk, hooguit duurt het rijzen wat langer.
Broodverbeteraar	E300, antioxidant, enzym, verschillende namen voor vitamine C. Bevordert het rijproces. Een klein scheutje citroensap heeft hetzelfde effect.
Boter en zonnebloem- of olijfolie	Bevorderen smaak en versheid van het brood en geven een zachte korst.
Melk	Bevordert de smaak en houdt brood langer vers. Bij gebruik van de timer van de broodbakmachine melkpoeder gebruiken in plaats van melk.
Roggemeel	Houdt het vocht langer vast; door toevoeging van een beetje roggemeel blijft brood langer vers. Vervang 50 gr tarwe- of speltbloem eens door roggemeel!
Broodbakmachines	Hiermee kan iedereen op zondagmorgen vers brood op tafel zetten.
Speltbrood en glutenvrij?	Regelmatig wordt gedacht dat speltbrood geschikt is voor mensen met een tarweallergie. Dit is helaas niet het geval. Omdat spelt verwant is aan reguliere tarwe en sterke overeenkomsten in eigenschappen vertoont, is deze graansoort ook niet geschikt voor mensen met bijvoorbeeld coeliakie. Voor speltbrood worden meestal speltrassen gebruikt die een kruising zijn tussen oerspelt en de huidige broodtarwe. Spelt is dus zeer nauw verwant aan tarwe en de eiwitten van deze twee graanrassen lijken erg op elkaar. (Bron: Nederlands Bakkerij Centrum, zie onderaan *) )
Allergisch of niet?	De begrippen voedselallergie en voedselintolerantie worden vaak, ten onrechte, door elkaar gebruikt. Bij iemand met een allergie voor tarwe reageert het afweersysteem op een specifiek eiwit uit de tarwekorrel. Klanten die aangeven allergisch te zijn voor tarwe maar speltbrood toch goed verdragen, hebben waarschijnlijk geen tarweallergie, maar een intolerantie voor tarwe. Hierbij is het afweersysteem niet betrokken. Hoewel het niet wetenschappelijk is bewezen, geven klanten met een tarwe-intolerantie soms aan dat ze wel spelt verdragen. Voor meer info: *) <a href="http://www.nbc.nl/kennis-regelgeving/speltbrood-en-glutenvrij">www.nbc.nl/kennis-regelgeving/speltbrood-en-glutenvrij</a>