

Naam recept: Molenbol

Bijzonder: Een goed en makkelijk basisrecept voor de beginnende broodbakker. Door meer bloem dan volkorenmeel aan het brood toe te voegen wordt het een luchtig en makkelijk verteerbaar brood. Dit recept is ook de perfecte basis om verder uit te bouwen. Maak er een granenbrood van door er wat lijnzaad, sesamzaad aan toe te voegen. Of misschien wel wat maanzaad erbovenop?

Hoeveelheid: 10 tot 15 sneetjes brood

Bereidingstijd: 15 minuten kneden/60 minuten eerste rij/60 minuten tweede rij

Bakvorm: Op een ingevette bakplaat

Oven: Voorverwarmen op 230°C en 40 minuten midden in de oven bakken.

Ingrediënten:

- 400 gram tarwebloem Witte Wieken van De Vriendschap
- 100 gram volkoren tarwemeel van De Vriendschap
- 25 gram verse gist of 8 gram gedroogde gist
- 8 gram zout
- 10 gram suiker
- 300 gram handwarm water
-

Bereiding:

Stap 1: Doe het afgewogen meel en zout in de mengkom. Laat het gist oplossen in het water met de suiker. Laat het even staan en begin met kneden. Voeg al knedend de 300 gram warm water toe. Kneed het deeg zeker 10 minuten in de machine of 15 minuten met de hand tot een mooi zacht deeg ontstaat.

Stap 2: Bol het deeg op: maak een rechthoek van het deeg. Vouw de buitenkanten naar binnen. Keer het deeg om, zodat de bolle kant boven ligt. Duw de onderkant met de palm van de handen naar beneden en maak er een ronde bol van. Zo ontstaat een spanning op de bol.

Stap 3: Leg het opgebolde deeg op een warme plaats te rijzen. Zeker 50 minuten.

Stap 4: Na de eerste rij: druk het deeg weer zachtjes plat tot een rechthoek. Herhaal Stap 2 en bol het deeg opnieuw op. Leg het weer weg om te rijzen. Zeker 50 minuten.

Stap 5: Verwarm de oven voor. Pak ondertussen de bol deeg en leg deze op een ingevette bakplaat of op bakpapier. Snijdt met een mes zachtjes een kruis in de bovenkant van de strakstaande bol. Let op: niet te diep!

Stap 6: Plaats het bakblik in het midden van de op 230°C voorverwarmde oven en bak het brood in ongeveer 40 minuten goudbruin.

Molentip: Leg het deeg te rijzen in een oven die rond de 30 °C graden is voorverwarmd met een bakje water om de lucht vochtig te houden. Heeft u geen oven die zo laag verwarmd kan worden? Zet dan de bol met deeg in de oven met een bak warm water.

Molentip: Pas naar eigen inzicht de verhouding volkoren tarwemeel en bloem aan om de stevigheid van het brood te bepalen. Hoe meer volkoren, hoe zwaarder en voedzamer het brood.

Molentip: Houdt u van lekker mals brood? Gooi er eens een flinke klont margarine doorheen. Dat maakt het brood soepel.

Dit recept wordt u aangeboden door korenmolen De Vriendschap te Weesp.