

Svedje Råg Bröd bladzijde 199 herziene (print)versie 24-1-2021

INGREDIËNTEN (voor 2 grote busbroden)

-1050 gram desem (400 gram volkoren roggemeel, 600 gram water en 50 gram moederdeeg van roggemeel)

-200 gram hele gerstkorrels gekookt in 400 gram water

-200 gram gemengde zaden: pompoenpitten, zonnebloempitten, lijnzaad, sesamzaad (geroosterd, geweekt in 200 gram water)

-200 gram volkoren speltmeel

-200 gram volkoren roggemeel

-18 gram zout

-50 gram honing

-10-100 gram water indien nodig

WERKWIJZE

Dag 1

-Meng in een kom 400 gram volkoren roggemeel, 50 gram moederdeeg en 600 gram water. Leg er een doek over en laat 12 uur staan op kamertemperatuur.

-Kook de 200 gram gerstkorrels in 400 gram water en laat het afkoelen (kookstuk).

-Rooster de pitten en zaden 10-12 minuten in een oven van 150 °C. Week ze vervolgens in 200 gram water.

Dag 2

-Meng alles in de kneedmachine of met de hand tot brooddeeg: de desem, het zout en de honing, het speltmeel en het roggemeel, de gekookte gerstkorrels en het zadenmengsel. Voeg eventueel nog wat water toe als het deeg dit kan hebben.

-Dek af en geef het deeg een voorrijfs van 60 minuten op kamertemperatuur.

-Vet 2 broodblikken in. Verdeel het deeg in 2 stukken. Vorm deze tot rechte broden en leg ze in de broodblikken. Het deeg mag niet hoger dan tot $\frac{3}{4}$ van de bovenrand komen.

-Dek af en geef de deegstukken een narijs van 60 minuten.

-Bak het brood in een oven van 240°C, teruglopend naar 200°C, gedurende 50-60 minuten. Voor de thuisbakker: Verwarm de oven voor op 240 °C. Zet 2 kleine vuurvaste bakjes water onder in de oven. Schuif de broodblikken erin. Zet na 5 minuten de oven terug naar 200 °C (vanwege de compactheid van dit brood). De totale baktijd is 50-60 minuten.

-Haal de broden uit de blikken en wikkel ze in een natte theedoek voordat je ze op een rooster legt om uit te dampen. Zo blijven de broden zacht.

-Brood dat je niet direct gebruikt, kun je eventueel gesneden in een plastic zak invriezen.