



# ONS BAKBOEK



# ONS BAKBOEK

Meer dan  
300 heerlijke  
recepten



LANNOO





## voorwoord

Niets zo heerlijk als zelfgebakken taart, koekjes, cake of biscuit. En thuiskomen in een huis met de geur van versgebakken brood is altijd een waar genot. Deze derde en volledig herwerkte versie van Ons Bakboek - het kleinere zusje van het alombekende Ons Kookboek® - wil een basishandboek zijn voor de thuisbakker.

Met de meer dan 300 overheerlijke recepten blijf je zeker een hele tijd zoet! Ze werden allemaal uitgetest en goedgekeurd door enkele bakfanaten. Het zijn duidelijk en eenvoudig geschreven recepten van brood, taarten, cake en vlaaien, koffiekoeken, koekjes en klein gebak, wafels en pannenkoeken. Van de gekende klassiekers tot trendy nieuwigheden uit binnen- en buitenland.

Ook wie geen boter, (tarwe)bloem, room, suiker of eieren wil of kan eten, wordt op zijn wenken bediend. De aantrekkelijke foto's van Heikki Verdurme zijn letterlijk de kers op de taart.

Met de stap-voor-stap foto's van enkele basisdegen en -bereidingen tover ook jij gemakkelijk een overheerlijk zelfgebakken dessert op tafel.

Haal die bakschort maar boven en zet je oven alvast aan. We wensen je een smakelijk bakavontuur.



# INHOUD

## 01.

### BASISINGREDIËNTEN + BAKMATERIALEN

Meel en bloem	18
Rijsmiddelen	18
Boter en vetstoffen	19
Eieren	19
Zoetstoffen	20
Smaakmakers	21
Bakmaterialen	24
Bakvormen	24
Bakvormen van blauw staal	24
Bakvormen van porselein, glas en aardewerk	24
Bakvormen van teflon	24
Bakvormen van tin	24
Bakvormen met een antikleeflaag	24
Flexibele bakvormen	25
Welke vorm voor welk gebak?	25
Fantasievormen	25
Koekjessteker	25
Ovenbakplaat	25
Springvormen voor biscuitgebak	25
Taartringen van roestvrij staal of zware kunststof	25
Taartraster met vlechtwerk	25
Vormen voor briochebrood en charlotte	25
Vormen voor brood	25
Vormen voor cake	26
Vormen voor minigebak	26
Vormen voor pizza	26
Vormen voor quiches	26
Vormen voor taarten en vlaaien	26
Ander basismateriaal van a tot z	26
Bakbonen	26
Bakfolie	26
Bakpapier	26
Deegplank	28
Deegradertje	28
Deegrol	28
Deegschrapper of deegmes	28

Elektrische keukenapparatuur	28
Flexibel bakmatje	31
Garde of klopper	31
Keukenkwast	31
Keukenschaar en -messen	31
Keukenweegschaal	31
Maatbeker	31
Mengkommen	31
Palet- of pannenkoekenmes (steekmes)	31
Pannenlikker	32
Raster voor taarten met een vlechtwerkafwerking	32
Roerlepels	32
Spatels	32
Spuitzak en spuitmondjes	32
Suikerthermometer	32
Taartrooster	32
Uitsteekvormpjes	32
Zeef	32
Oven: conventioneel of hetelucht?	33

## 02.

### BROOD EN BROODJES

Basisrecept witbrood	36
Basisrecept lichtbruin brood	38
Basisrecept voltarwebbrood	38
Basisrecept andere meelsoorten: speltbrood	39
Basisrecept zacht zoet gistdeeg voor rozijnenbrood	40
Basisrecept krokant gistdeeg voor stokbrood	42
Appel-amandelbrood of -broodjes	44
Appel-rozijnenbrood of -broodjes	45
Boekweitbrood	46
Brioche	47
Cacaobroodjes	48
Snelle rozijnenbroodjes	48
Driegranenbrood	49
Eenkoornbrood	50





Sodabrood	50
Sodabrood met pompoen	51
Haverzemelenbrood	51
Gevuld zoet vlechtbrood	52
Kamutbrood	54
Karnemelkbrood	54
Lentebrioche	55
Maisbrood	56
Marsepeinrol	57
Melkbrood	58
Pompoenbriochebrood	58
Notenbrood of -broodjes	59
Pistolets	59
Saffraanvlecht	60
Sandwiches	62
Plukboord met sojameel en chiazaad	63
Tijgerbrood	64
Suikerbrood	65
Vijgen- en dadelbrood	66
Volkoren-rozijnenbroodjes	67
Waldkornbrood met zonnebloempitten	68
Walnoot-hazelnootbrood	69
Zuurdesem maken en bewaren	70
Zuurdesembrood	72
Zuurdesembrood van meergranen	74
Zonnebrood	75

### 03.

#### KOFFIEKOEKEN

Basisrecept banketbakkersroom	78
Basisrecept gistbladerdeeg	80
Basisrecept bladerdeeg	81
Abrikozenkoeken	82
Abrikozenvierkanten	82
Achten gevuld met pudding	83
Ananaskoeken	83
Croissants	84
Appelbollen	86
Boterkoeken	86
Chocoladekoeken	87
Gedraaide strengen	87
Roomhoortjes	88
Geglaceerd appel- en perengebak	90
Gevulde driehoeken	90
Langé suissen	91
Rozijnenkoeken	92

Spiegelkoeken	94
Tompoezen	96
Vierkante puddingkoeken	97

### 04.

#### TAARTEN, VLAAIEN EN CAKE

Basisrecept gistdeeg voor taarten en vlaaien	100
Appel-flantaart	102
Confituurtaart	102
Feestelijke flantaart	103
Flantaart	103
Bresiliennetaart	104
Fruityvlaai	106
Gesloten appeltaart	106
Limburgse knibbelkesvlaai	107
Rijsttaart	107
Plattekaastaart	108
Rabarbertaart	110
Schuimige puddingvlaai	112
Suikertaart	112
Smurfentaart	113
Basisrecept zanddeeg blind gebakken	114
Bananentaart met witte chocolademousse	116
Chocoladetaart met peren	118
Exotische fruittaart	120
Frambozentaart	121
Kruisbessentaart met schuimhoed	122
Perentaart belle Hélène	123
Basisrecept kruimeldeeg, blind gebakken	124
Abrikozenaart met crumble	125
Rabarbertaart met speculaas	125
Aardbeientaart met slagroom	126
Perentaart met meringue	127
Speculaastaart met karamelsausje	128
Zoete pompoentaart	129
Basisrecept voor bladerdeeg	130
Appelgebak	130
Appeltaartjes met crème anglaise	131
Driekoningentaart	132
Frangipanetaart	134
Frangipanetaart 2de manier	135
Frangipanetaart met krieken	136
Gevulde taart met krieken en slagroom	136
Mattentaarten	137
Rijsttaart zonder korst	137
Ricottataart	138

Broodpudding	138
Basisrecept biscuitdeeg, koude werkwijze	139
Basisrecept biscuitdeeg, warme werkwijze	140
Chocoladetaart met notenvulling	142
Spinnetje	142
Sinaasappelbiscuittaart	143
Aalbessentaart	144
Biscuitsneetjes	144
Dacquoisegebak	145
Javanais	146
Miserable	148
Slagroomtaart met karamel	149
Stapeltaart voor 50 personen	150
Verjaardagstaart met slagroom	152
Biscuitrol met frambozen	154
Biscuitrol met chocoladeboterroom	156
Chocoladerolbiscuit gevuld met sinaasappel- of abrikozenjam	157
Kerststronk	158
Truffeltaart	160
Ambassadeur	161
Paris-Brest	162
Saint-Honorétaart	164
Profiteroletaart	165
Basisrecept quatre-quarts cake	166
Amandelcake	168
Appelkoek	168
Chocoladecake	169
Dadelcake	169
Gemarmeerde chocoladecake	170
Koffiecake met koffiesaus	170
Kruidkoek	171
Muffins van vruchten	171
Notecake	172
Rabarberkoek met amandelschuim	174
Seventies cake	174
Sinaasappelcake	175
Vijgencake	176
Plaatgebak	178
Gekaramelliseerde appels op bladerdeeg	178
Kilometergebak	179
Plaatgebak met aalbessengelei	179
Confituurcarrés	180
Plaatgebak met abrikozen	182
Plaatgebak met chocolade en kriekenvulling	183
Plaatgebak met frangipane-appelvulling	184
Plaatgebak met krieken en hazelnoten	185
Plaatgebak met krieken en marsepeincrumble	186
Plaatgebak met ontbijtkoek	188

Plaatgebak met peren	189
Plaatgebak met schuimlaag	190
Plaatgebak met speculaasvulling	192
Kruisbessenkoek met haverhout	192
Tarte tatin van zoete raapjes	193

## 05.

### KOEKJES EN GEBAKJES

Amandelkoekjes	196
Amandeldelice	197
Boterdessert	197
Bokkenpootjes	198
Cacaodessert	200
Citroenroomkrokantjes	200
Dacquoisekoekjes	201
Gemberkoekjes	201
Chocolademacaron	202
Gevulde boterkoekjes met frambozenjam	204
Halve maantjes	205
Halve maantjes met noten en kokos	205
Kaneelsterren	206
Haverhoutkoekjes met chocolade	208
Hazelnootkoekjes met chocolade en rozijnen	208
Kattentongen	209
Kleine speculaasjes	209
Kletskoppen	210
Koffiekoekjes	210
Kokosrotsjes	211
Marsepein-suikerkoekjes	211
Lepelkoekjes	212
Kersenkoekjes	213
Madeleintjes	213
Pain à la grecque	214
Rozijnenkoekjes	214
Palmladeren	215
Petitfours	215
Meringues of schuimpjes	216
Sesamzaadkoekjes	218
Sinaasappelkoekjes met chocolade	218
Tulpjes om te vullen	219
Weense ringen	219
Speculaas	220
Sprits	222
Whoopies	224
Zandkoekjes	224
Appelmuffins met kaneel	225

Blondies	225
Aardbeientaartjes	226
Biscuitkoekjes met frambozenmousse	228
Bosbessenmuffins met streusel	228
Biscuitkoeken gevuld met mascaroneroom	229
Chocoladecupcakes	229
Cupcakes met rode biet	230
Courgettebrownies	232
Frambozentaartjes	232
Lierse vlaafkes	233
Merveilleux	233
Frambozencakejes	234
Italiaanse chocolade-amaretti cupcakes	236
Mini ananasmuffins	238
Mini chocoladecupcakes met boterglazuur	238
Minicroissants met chocoladekoffiebonen	239
Minitompoezen gevuld met aardbeien	239
Slagroomgebakjes met fruit	240
Mokkabiscuitrolletjes	242
Pompoencakejes met topping	243
Tarte maison	244
Tartine Russes	245
Tompoezen met frambozen en een karamellaagje	245
Verrassingscakejes met sinaasappel en chocolade	246
Veenbessen-sinaasappelmuffins	248
Vlindercakejes	248
Zwart-wit dessertcakejes	249
Basisrecept voor soezendeeg	250
Bananensoezen	252
Eclairs	252
Eclairs met aardbeienroom	253
Eclairs met plattekaasroom	253
Eclairs met citroenroom en meringue	254
Roomsoezen	254
Eclairs met koffieroom	255
Minisoesjes met krokant karamellaagje en crème suisse	256
Sneeuwballen	256
Soesjes met advocaatcrème	257
Soezen dame blanche	257
Soezen met wittechocoladeroom en passievruchten	258
Soesjes met cappuccinomousse	259
Zwaantjes	260

## 06.

### PANNENKOEKEN, WAFELS EN BEIGNETS

Basisrecept gistpannenkoeken	264
Boekweitpannenkoeken	266
Crêpes suzette	268
Flensjes met chocoladevulling	268
Flensjes gevuld met vruchten	269
Gevulde flensjes belle Hélène	269
Luikse pannenkoeken	270
Mangoflensjes met kokossaus	270
Normandische lekkernij	271
Plattekaásflensjes met rozijnen	271
Pompoenpannenkoekjes	272
Zoete pannenkoekentaart	273
Basisrecept wafelbeslag zonder gist	274
Basisrecept wafelbeslag met gist	276
Boekweitwafels met koriander	276
Begijnenwafels	277
Chocoladewafeltjes	277
Brusselse wafels	278
Fruitwafels	280
Parijse wafeltjes	280
Roomwafels	281
Vanillewafeltjes	281
Lukken	282
Volkorenwafels	284
Wafels met chocoladestukjes	284
Volkorenwafels met boekweit	285
Wafels met yoghurt	285
Suikerwafels	286
Basisrecept beignetdeeg met bier	288
Ananasbeignets	288
Appelbeignets	289
Cavabeignets met popcornpoeder en een chocoladedip	289
Oliebollen	290
Ricottaballetjes	291

## 07.

### HET ANDERE GEBAK

Minibroodjes (glutenvrij, lactosevrij)	296
Kikkererwtten-boekweit-rozijnenbrood (glutenvrij, lactosevrij)	298
Sesampistolets (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	298
Boekweitbrood (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	299

Scones (glutenvrij)	299
Noten-pitten-en-zadenbrood (glutenvrij, lactosevrij)	300
Cannellini-sinaasappeltaartje (glutenvrij, lactosevrij)	302
Crumble met walnoot en peer (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	304
Appeltaartje (glutenvrij, lactosevrij, suikerarm, vegan)	304
Biscuitgebak met frambozenroom (glutenvrij, lactosevrij)	305
Chocoladecake met een topping van cashewnotencrème (glutenvrij, lactosevrij)	306
Flantaart (glutenvrij, lactosevrij)	308
Honinggebak met sinaasappel (glutenvrij, lactosevrij)	308
Paarse vegan cheesecake (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	309
Driekoningentaart (lactosevrij, suikerarm, vegan)	310
Chocolate chip hazelnut cookies (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	311
Boekweitkoekjes (glutenvrij, lactosevrij)	312
Boekweitpannenkoekjes (glutenvrij)	313
Brownies (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	313
Chocolademoeleux (glutenvrij, lactosevrij)	313
Chocoladecupcakes met pistachenootjes (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	314
Gespoten kokoskoekjes (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	314
Chocolade-pindaboter donuts (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	315
Eclairs (glutenvrij, lactosevrij)	316
Notenkoekjes zonder bloem (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	316
Frambozenmacarons (glutenvrij, lactosevrij)	317
Pannenkoeken (lactosevrij, suikerarm, vegan)	317
Roze meringues (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	318
Sprits (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	320
Wortelcupcakes met tofoecrèmetopping (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	320
Frambozencupcakes met frambozentopping (vegan, lactosevrij)	321
Whoopies met citroenmascarpone (glutenvrij)	322
Zandkoekjes (glutenvrij, lactosevrij)	323
Zoete aardappelwafels (glutenvrij, lactosevrij, suikerarm)	324

## 08.

### HEEL DE WERELD BAKT

Aardbei-rabarbercrumble (Groot-Brittannië)	328
Amandelkoekjes met gekonfijt fruit (Marokko)	328
Amaretti (Italië)	329
Anijskoekjes (Libanon)	329

American pancakes (Verenigde Staten)	330
Baklava (Armenië, Griekenland, Turkije)	332
Basbousacake (Libanon)	332
Bananecake (Brazilië)	333
Berlijnse bollen (Duitsland)	333
Bossche bollen (Nederland)	334
Bretonse appeltaart (Frankrijk)	336
Clafoutis (Frankrijk)	338
Croquembouche (Frankrijk)	340
Dadelgebakjes (Marokko)	342
Brownies (Verenigde Staten)	344
Chocolate chip cookies (Verenigde Staten)	344
Churros (Spanje)	345
Gazellehoortjes (Marokko)	345
Gesuikerde amandelspiralen (Scandinavië)	346
Griesmeelcake (Marokko)	346
Hot cross buns (Groot-Brittannië)	347
Karnemelkbrood (Ierland)	347
Donuts (Verenigde Staten)	348
Gingerbread men (Groot-Brittannië)	349
Pavlova met rood fruit (Australië en Nieuw-Zeeland)	350
Koek met dadels en walnoten (Marokko)	352
Linzertorte (Oostenrijk)	352
Macarons (Frankrijk)	353
Moelleux (Frankrijk)	354
New York cheesecake (Verenigde Staten)	356
Maisbrood (Marokko)	358
Pain d'épi (Frankrijk)	358
Panettone (Italië)	359
Poffertjes (Nederland)	359
Pastéis de Belém (Portugal)	360
Scones (Groot-Brittannië)	360
Sachertorte (Oostenrijk)	361
Semlor (Zweden)	362
Sesamkoekjes met pistachenootjes (Libanon)	362
Shortbread (Groot-Brittannië)	363
Stol (Duitsland en Nederland)	363
Tarte tatin (Frankrijk)	364
Tarta de Santiago (Spanje)	366
Whoopies gevuld met cappuccinomousse (Verenigde Staten)	366
Torta della nonna (Italië)	367
Vatel (Frankrijk)	368
Victoria sponge (Groot-Brittannië)	370
Wiener Apfelstrudel (Oostenrijk)	372
Worteltaart met roomkaastopping (Groot-Brittannië)	372
Wortelcake met chocoladesaus (Brazilië)	373
Kaneelbroodjes (Zweden)	373
Zwartewoudtaart (Duitsland)	374









deel 01



# **BASIS- INGREDIËNTEN + BAKMATERIALEN**



## BASISINGREDIËNTEN

### MEEL EN BLOEM

Is meel hetzelfde als bloem? Neen. Bij meel wordt de hele korrel van het graan gemalen, inclusief het vliesje. Bij bloem wordt dit meel verder gezeefd. Meelsoorten bevatten dus steeds een hoger percentage zemelen of vezels. Zo is bijvoorbeeld tarwebloem fijner dan tarwemeel.

Er zijn tegenwoordig heel veel soorten meel en bloem te koop die geschikt zijn voor het bakken.

Tarwemeel of -bloem, rogge, boekweit, teff, spelt, kamut, haver, rijst, kastanje, amandel...

Tarwebloem wordt nog steeds het meest gebruikt en wordt terecht beschouwd als het beste broodgraan, maar ook andere granen brengen lekkere broden voort.

De gluten in de bloem spelen een zeer belangrijke rol bij de bereiding van brood. Gluten zijn een mengsel van eiwitten in de graankorrel waarvan het gehalte de bakwaarde van het meel bepaalt. Hoe meer gluten, hoe elastischer het deeg wordt bij het kneden en hoe meer het gaat rijzen.

Bloem van harde tarwe heeft meer gluten dan bloem van zachte tarwe, maar er zijn ook variëteiten van zachte tarwe die veel gluten bevatten. Meestal wordt zachte tarwe met harde tarwe op een professionele wijze gemengd.

Voor glutenvrij bakken verwijzen we naar het hoofdstuk 'Het andere gebak'.

Patisseriebloem is geschikt voor het maken van deeg voor koekjes, gebakjes... waarin geen gist verwerkt is en dat niet moet rijzen in de oven.

Zelfrijzende bloem is dezelfde bloem als patisseriebloem, maar met toegevoegde bakpoeders. Zelfrijzende bloem is geschikt voor het maken van gebak dat tijdens het bakken moet rijzen in de oven, zoals bijvoorbeeld cake, biscuit...

Bewaar meel en bloem op een donkere, droge en luchtige plaats. Kleine hoeveelheden voor dagelijks gebruik kun je bewaren in een blik of voorraaddoos, grotere hoeveelheden liefst in de originele verpakking. Meel of bloem waarin veel vet aanwezig is, bewaar je bij voorkeur niet langer dan twee maanden.

### RIJSMIDDELEN

#### Verse gist

Gist speelt een belangrijke rol bij het bakken van brood en ander gebak op basis van gistdeeg. Het dient als rijsmiddel, maar geeft ook een typische smaak en aroma.

Zout en vetstof mogen niet rechtstreeks in contact komen met gist.

Meng de gist dus door de bloem. Bij een deeg waarin relatief veel vetstof verwerkt is, kun je beter wat meer gist gebruiken. Gistcellen ontwikkelen zich het beste in een omgeving van 25 tot 28 °C. Gistcellen hebben ook wat tijd nodig om zich te ontwikkelen, vandaar dat gistdeeg altijd moet rijzen.

Enkel met gist van goede kwaliteit verkrijg je het beste gistdeegaroma.

Breek de gist in lauwe vloeistof (30 °C). Is de temperatuur hoger dan gaat de werking van de gistcellen kapot.

Bewaar verse gist op een koele droge plaats en niet langer dan nodig.

Gist kan in de diepvriezer bewaard worden. Doe dat bij voorkeur in kleine porties. Bij gebruik van diepvriesgist moet je wat meer gist gebruiken dan normaal, omdat een deel van de rijkskracht verloren gaat. Laat diepgevroren gist ontdooien op kamertemperatuur, zeker niet warmer.

#### Gedroogde gist

Gedroogde korrelgist is gist waaraan het water onttrokken is. Daardoor kan hij langer bewaard worden. Van nature uit is de samenstelling dezelfde als die van verse gist. Deze gist komt luchtledig verpakt in de handel.

Neem voor korrelgist wat lauwe vloeistof en los er de benodigde hoeveelheid gist in op. Laat een tiental minuten rusten. Deze schuimige massa wordt dan op dezelfde manier als verse gist verwerkt.

Instantgist is een andere vorm van gedroogde gist, maar heeft dezelfde eigenschappen. Instantgist is volgens een speciaal procedé bereid uit verse gist en hoeft je niet op te lossen. Je kunt hem rechtstreeks vermengen met de bloem. Van gedroogde en instantgist gebruik je maar de helft in vergelijking met verse gist.

## Bakpoeder

Bakpoeder is een chemisch rijsmiddel. Het is een mengsel van (bak)soda of natriumbicarbonaat, een zuur, citroen of wijnsteenzuur, en fijn zetmeel. Onder invloed van het aanwezige vocht wordt er koolzuurgas gevormd. Dit gas zoekt tijdens het bakken een uitweg, waardoor het deeg uitzet en toeneemt in volume.

In tegenstelling tot gistdeeg, dat een rijperiode nodig heeft, gebeurt het rijzen tijdens het bakken zelf.

Bakpoeders kunnen verschillen van merk tot merk. Lees steeds de werkwijze aangegeven op de verpakking, maar pas de hoeveelheid bakpoeder soms wel zelf aan.

## BOTER EN VETSTOFFEN

De gebruikte vetstof bepaalt grotendeels de smaak van het gebak en vormt tevens de basis waarop smaakstoffen en aroma's tot uiting komen. Enkel vetstoffen die verhit mogen worden, komen in aanmerking voor het bakken. De handel biedt een ruim assortiment aan vetstoffen, zowel dierlijke als plantaardige, die in aanmerking komen voor het bakken.

## EIEREN

Eieren vormen een gewaardeerd en belangrijk onderdeel van brood en gebak. Ze doen dienst als bindmiddel, zorgen voor de luchtigheid en geven een goede en volle smaak. Eieren kunnen in hun geheel verwerkt worden of gesplitst worden in dooier en eiwit, afhankelijk van het recept. Voor eivervangende producten verwijzen we naar het hoofdstuk 'Het andere gebak'.



- Werk steeds met verse eieren van goede kwaliteit; dat is nodig voor een goed eindresultaat.
- In de handel zijn er eieren van verschillende groottes verkrijgbaar. In de recepturen met eieren bedoelen we eieren van 50 g.
- Eieren die in een deeg verwerkt worden, moeten vooraf op kamertemperatuur gebracht worden.
- Dankzij de eiwitten vormen eieren een verfijnd bindmiddel in room en puddingen. Worden de hele eieren gebruikt als bindmiddel, dan worden ze bij voorkeur eerst goed losgeklopt, eventueel met wat koude vloeistof, en dan pas gemengd met de hete vloeistof. Verhit het mengsel onder goed roeren op een niet te heet vuur. Een eetlepel zetmeel door de vloeistof met eieren kloppen, helpt om schiften te voorkomen. Worden enkel de dooiers gebruikt om te binden, dan is de kans op schiften kleiner. Toch klop je bij voorkeur ook eerst de eierdooiers goed los met wat vloeistof voor je het mengsel al roerend bij de te binden vloeistof doet.
- Gebruik steeds proper materiaal om eiwit op te kloppen en klop het eiwit liefst in een kom van inox, glas of een degelijk plastic.
- Stijfgeklopt eiwit door een massa mengen maakt de massa luchtiger. Het geeft ook een groter rijsvermogen bij het bakken. Stijfgeklopt eiwit bevat namelijk veel luchtbelletjes die bij verhitting nog gaan uitzetten en zo een groter volume geven.
- Eiwitschuim (voor eiwitschuimpjes of meringue) wordt liefst zo snel mogelijk verwerkt. Goed eiwitschuim moet in pieken staan, maar mag ook weer niet te stijf geklopt zijn.
- Eiwit opkloppen doe je als volgt: doe de eiwitten in een kom, eventueel met een mespuntje zout en klop ze gedeeltelijk op met een garde of elektrische klopper. Voeg er dan een eetlepel griessuiker bij en klop verder. Voeg er als laatste beetje bij beetje de rest van de suiker bij terwijl je blijft kloppen. Hoe fijner de suiker hoe gemakkelijker die opgenomen wordt.
- Gerechten waarin eierdooiers verwerkt zijn, moeten koel bewaard worden.



deel 02



**BROOD**  
**+**  
**BROODJES**



# BASISRECEPT WITBROOD

## ingrediënten

500 g tarwebloem, 20 g verse gist of 10 g droge gist, 280 ml lauw water, 10 g boter of 1 eetlepel olie, 8 g zout, boter om in te vetten



## bereiding

Bij gebruik van droge gist, meng deze met de bloem. Strooi de bloem in een kring op het werkvlak en maak in het midden een kuiltje. Leg de blokjes boter aan de buitenkant. Strooi daar eveneens het zout. Los de verse gist op in lauw water en giet het mengsel beetje bij beetje in het kuiltje. Meng het vocht en de bloem met één hand.

Werk vanaf het midden naar de bloem toe tot de vloeistof, de boter en het zout zijn opgenomen door de bloem. Bij gebruik van olie, voeg deze toe nadat het water is opgenomen door de bloem.

Begin met twee handen het deeg intensief te rekken door het uit te duwen met de handpalm en terug te vouwen. Herhaal dit gedurende minimaal 15 minuten. Voeg geen bloem toe, maar kneed het deeg voldoende uit.

Trek van het deeg een stukje af en maak er een balletje van.

Trek het balletje tussen je vingers uit elkaar. Als het deeg scheurt, moet je nog verder kneden omdat het nog onvoldoende elastisch is. Scheurt het niet, dan is het deeg voldoende gekneed.

Bestuif het werkoppervlak met bloem en vorm het deeg tot een bol.

Dek het af met een vochtige handdoek of met huishoudfolie en laat voorrijzen op kamertemperatuur gedurende 30 minuten of tot het deeg in omvang verdubbeld is. Leg het niet op de verwarming.

Bestuif het werkoppervlak met bloem en leg het deeg erop.

Druk het deeg plat in een rechthoek om de lucht eruit te krijgen.

Vouw het in drieën bij elkaar. Laat de deegnaad naar boven.

Keer het een kwartslag en herhaal deze handeling.

Begin het deeg op te bollen door van bovenaan naar onder het deeg al

drukkend met de vingertoppen op te rollen voor een lang brood. De deegnaad komt onderaan. Voor een rond brood dien je verder op te bollen tot een bol.

Bestuif de bovenkant van het deeg met een plantenspuit met water. Bestuif het geheel met tarwebloem.

Leg het opgebolde deeg met de deegnaad naar onder op een beboterde bakplaat of in een beboterde broodvorm.

Dek het deeg af met een vochtige handdoek of met huishoudfolie. Laat 40 tot 60 minuten narijzen op kamertemperatuur of tot het deeg in omvang verdubbeld is.

Verwarm de oven voor op 200 °C. Bak het brood ongeveer 35 minuten. Haal het uit de oven en ontvorm. Laat het op een taartrooster uitdampen en afkoelen.





---

# BASISRECEPT LICHTBRUIN BROOD

---

## ingrediënten

250 g voltarwemeel, 250 g tarwebloem,  
20 g verse gist of 10 g gedroogde gist,  
300 ml water, 15 g boter of 1 eetlepel olie,  
8 g zout, boter om in te vetten

---

## bereiding

Meng de twee soorten bloem. Voor de verdere werkwijze: zie basisrecept witbrood.



---

# BASISRECEPT VOLTARWE- BROOD

---

## ingrediënten

500 g donkerbruine bloem of voltarwe-  
bloem,  
20 g verse gist of 10 g gedroogde gist,  
300 ml water, 15 g boter of 1 eetlepel olie,  
8 g zout, boter om in te vetten

---

## bereiding

Zie basisrecept witbrood.



[www.lannoo.com](http://www.lannoo.com)

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

**Coördinatie:** Annemie Morris

**Recepten:** Christel Delen, Hilde Jammaers en Annemie Morris

**Marketing:** Anne Vangehuchten

**Vormgeving:** Katrien Van De Steene - Whitespray

**Fotografie:** Heikki Verdurme & Shutterstock & Unsplash

**Bakmaterialen:** BergHOFF® Belgium en privébezit

**Bereiding recepten:** Sofie De Haes

Als u opmerkingen of vragen heeft, dan kunt u contact nemen met onze redactie:  
[redactielifestyle@lannoo.com](mailto:redactielifestyle@lannoo.com)  
[info@kvlv.be](mailto:info@kvlv.be)

Kom koken en bakken bij KVLV!

KVLV, Vrouwen met vaart is een sterk netwerk van 85.000 vrouwen verspreid over 860 lokale groepen in Vlaanderen.

Je kent ons misschien van Ons Kookboek®, dé kookbijbel.

Jaarlijks organiseert KVLV zo'n 4500 kookworkshops.

Zowel beginnende als ervaren koks komen er aan hun trekken.

Van een gezond aperitiefhapje met groenten tot een fabuleuze taart met veel slagroom:

je leert het allemaal!

Vind een workshop in je buurt  
via [kvlv.be](http://kvlv.be)

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2019

D/2019/45/150 - NUR 441

ISBN: 978 94 014 6043 9

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

