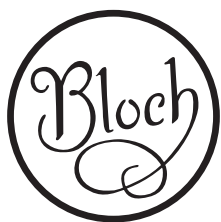


BELGISCH
BAKBOEK
ROYAL



STEFAN ELIAS

BELGISCH BAKBOEK ROYAL



ONZE LEKKERSTE KLASSIEKERS

HANNIBAL





WOORD VOORAF, p. 9

Stefan Elias

BLOCH, p. 11

INLEIDING, p. 13

Greet Draye

GOUDEN BAKREGELS, p. 20

BASISRECEPTEN, p. 24

BAKWEETJES, p. 32

BASIS- BENODIGDHEDEN, p. 34

OCHTENDGLOREN- BROODJES, p. 37

- HARTIG BELEG VOOR OP
OCHTENDGLORENBROODJES, p. 40
- BOERKES NATUUR, MET NOTEN,
ROZIJNEN OF KRENTEN (VEGAN), p. 42
- KROKANTE OVENBAGELS MET
ZAADJES (VEGAN), p. 44
- ZACHTE PUNTJES MET ZONNEBLOEM-
PITTEN EN ZAADJES, p. 46
- PICCOLO'S EN BARM
CAKES (VEGAN), p. 48
- ZOETE KADETJES, p. 51

ZOET ONTBIJT, p. 53

- BOULES ALSACIENNES, p. 54
- RONDELET MET ROOM
EN CHOCOLADE, p. 56
- CROISSANT AMANDINE, p. 57
- GALETJES, p. 58
- CROISSANT CERIZE, p. 61
- POCHE CHOCOLADE, p. 62
- PAIN AU CHOCOLAT – SESAM, p. 64
- RONDE SUISSE MET ROZIJNEN, p. 66
- STREUSELBRIOCHE, p. 68
- BOURBON-VANILLEBRIOCHE, p. 69
- MARITTOZOBRIOCHE, p. 70
- SUIKERVLECHTJE, p. 72
- GEVULDE MASTELLEN, p. 76
- CRÈME BRIOCHE, p. 78
- CRUFFIN (VEGAN), p. 80
- NOISETTE, p. 83
- SUIKERBOLUS, p. 84
- BRIOCHE À TÊTE, p. 86

BROOD OP DE PLANK, p. 89

- BRIOCHE BOULDOUK, p. 92
- VOLKORENBROOD MET VRUCHTEN
EN HAZELNOTEN (VEGAN), p. 94
- BOULOT PERLÉ VANILLE, p. 96
- WIT SESAMBROOD (VEGAN), p. 98
- PULL SANDWICHBROOD, p. 100
- BRIOCHEBROOD MET CHOCOLADE, p. 102
- GROF CAMPAGNEBROOD (VEGAN), p. 104
- BRIOCHE DE NANTERRE
MET ROZIJNEN, p. 107
- GALETTE BRIOCHÉE, p. 108
- ZACHTE NOTENBRETZEL (VEGAN), p. 111
- COUQUE CHIFFON, p. 112
- SEMOLINA FALUCHE (VEGAN), p. 114
- BABKALLAH, p. 116
- PAGNON AMANDE, p. 118

OP DE TAARTSCHAAL, p. 121

- PARIS BREST, p. 122
- TARTE TATIN VAN PEREN, p. 125
- CHOCOLADETAART MET KRIEKEN, p. 126
- GROOTMOEDERS FLANTAART, p. 128
- ZUIDERSE FLANTAARTJES, p. 133
- FLANTAART GOURMAND, p. 134
- ZOMERVRUCHTENTAART, p. 136
- CHEESECAKE, p. 138
- CHAGALL VAN WALNOTEN, p. 140
- LUXEMBOURGOISE, p. 142
- CHARLOTTETAART MET PEREN, p. 144
- KARMELCHOCOLADETAART
MET FUDGE, p. 146
- ECLAIR PARISIEN, p. 149

- TEA PIE MET ZOETE FRUITVULLING, p. 150
- CITRONELLA, p. 152
- CHOUQUETTE, p. 154
- TARTELETTE MAISON, p. 157
- NOTENTARTELETJE, p. 158
- DE LEKKERSTE WORTELTAART, p. 160
- BUDINI DI RISO, p. 162

HEERLIJKE FRUITVLAAIEN, p. 165

- APPELVLAAI, p. 167
- KRIEKENVLAAI (VEGAN), p. 168
- GEDEKTE APPELVLAAI, p. 170
- PRUIMENVLAAI (VEGAN), p. 171
- STEKELBESSEN- OF KRUISBESSENVLAAI (VEGAN), p. 171
- BLAUWE BOSBESSENVLAAI MET HAVERVLOKKENCRUMBLE (VEGAN), p. 172
- RABARBERVLAAI (VEGAN), p. 175
- GEMENGDE BOSVRUCHTENVLAAI (VEGAN), p. 176
- ABRIKOZENVLAAI (VEGAN), p. 179
- PANANENVLAAI, p. 180

WAFELFESTIJN, p. 185

- HARTENWAFELTJES, p. 186
- KLEINE BOTERWAFELTJES MET VANILLE OF CHOCOLADE, p. 192
- LUIKSE WAFELS MET CHOCOLADE, p. 195
- ZACHTE BEWAARWAFELS, p. 196

IN DE KOEKJES-TROMMEL, p. 199

- BOTERTONGEN, p. 200
- KOKOSMACARONS, p. 203
- AMANDELHARTJES, p. 204
- MARGRIETJES, p. 205
- VLAAMSE SPECULOOS, p. 207
- SPECULOOSKOEKJES (VEGAN), p. 207
- KOEKSNOEPJES (VEGAN), p. 208
- ZOETEMOENTJES, p. 209
- GLANDS, p. 210
- RICCIARELLI, p. 212
- MARQUISSETTES, p. 213
- BELGISCHE TRUFFELS, p. 214
- PAIN À LA GRECQUE MET VANILLE, p. 217

VORSTELIJKE CAKE, p. 219

- TULBANDCITROENCAKE MET CITROENFROSTING, p. 220
- TULBANDCAKE MET MAANZAAD EN WITTE CHOCOLADEGANACHE, p. 222
- TULBANDCAKE MET PECANNOTEN EN MELKCHOCOLADEGANACHE, p. 224
- TULBANDCAKE MET BANAAN EN WALNOTEN, p. 227
- TULBANDCAKE MET FRAMBOZEN EN CRUMBLE, p. 228
- TULBANDMARMERCAKE MET MELKCHOCOLADE EN SPECULOOSCRUMBLE, p. 230
- TULBANDCAKE MET CHOCOLADE, p. 232
- TULBANDCAKE MET AMANDELEN, p. 235

ROYAAL GEBAK, p. 237

- ROYAAL GEBAK MET PEREN EN BRESILIENNE, p. 238
- ROYAAL GEBAK MET APPEL EN STREUSEL, p. 240
- ROYAAL GEBAK MET ABRIKOZEN, p. 241
- ROYAAL GEBAK MET BRAAMBESSEN, p. 242
- ROYAAL GEBAK MET VIJGEN EN CRUMBLE, p. 244
- ROYAAL GEBAK MET FRAMBOZEN, p. 245
- ROYAAL GEBAK MET RODE BESSEN, p. 246
- ROYAAL GEBAK MET GEMENGDE BOSVRUCHTEN, p. 246

ZOUT, p. 249

- HARTIGE OVENKOEKEN, p. 250
- PIZZATARTELETTE, p. 256
- CHAUSSON, p. 262
- BRIOCHE PISSALADIÈRE, p. 265
- GEGARNEERDE QUICHE, p. 266



WOORD VOORAF

STEFAN ELIAS

“BAKKEN IS GELUK, MENSEN BLIJ MAKEN EN JEZELF BLIJ MAKEN.”

In dit boek borduur ik grotendeels voort op de recepten uit mijn *Belgisch Bakboek* uit 2016. Ik zocht uit hoe je ermee kunt variëren, met fruit, met kruiden, met beleg... Kortom: de ongelooflijke en oneindige rijkdom aan smaken die je kunt toevoegen. Op Instagram zag ik al het heerlijk dat bakkers uit verre regionen presenteren, waar ik veel inspiratie uit haalde. En op reis kreeg ik recepten toegestopt die ik hier opnieuw creëerde. Wat er exotisch en ingewikkeld uitziet, is in de praktijk soms verrassend simpel, en maak je met enkele eenvoudige producten die bijna iedereen gewoon in huis heeft.

Bakken is geluk. De voldoening van iets uit de oven te halen dat je helemaal zelf gemaakt hebt, de smaak savoureren van je eigengebakken brood. Het plezier van iets op tafel te kunnen zetten dat mensen zichtbaar blij maakt. Bakken is mensen blij maken en jezelf blij maken. Van koffiekoeken smullen op zondagochtend, tijdens een picknick met vrienden zo'n heerlijk hartig brood delen, een taart aansnijden op een feesttafel, een geliefde troosten met een kop koffie en een geurig stuk cake.

Maar bakken is ook hard werk. Voor de beginner, wiens eerste poging mislukt omdat hij niet lang genoeg gekneet heeft of de ingrediënten niet zorgvuldig heeft afgewogen. Want bakken vraagt tijd, toewijding, precisie en geduld, en is in die zin ook een verademing in deze overhaaste maatschappij. Ook voor mij is bakken vaak hard werk geweest. Bij bakkerij Bloch in Gent, waar ik de stiel leerde. De best mogelijke leerplek van het land, maar ook de veeleisendste. Want mijnheer Bloch, mijn patron, was niet de gemakkelijkste. Hij wilde simpelweg alles in ons assortiment wat andere bakkers ook aanboden. Niet een selectie ervan, alles. En vroeg een klant toch naar iets wat we niet hadden, luidde zijn antwoord steevast: “Vandaag is het er niet, maar morgen wel.”

Hard werken was het, maar ook veel plezier maken. Zoals met de filmpjes die ik maak op YouTube als begeleiding bij mijn bakboeken. Mensen blijven vragen naar meer. Want bakken zorgt voor warmte, gezelligheid, geconcentreerd bezig zijn, iets lekkers en troostends creëren met verrassend simpele ingrediënten. De belangstelling blijft groot. Dat merk ik ook aan de workshops die ik geef: mensen komen vaak wat onzeker binnen, om enkele uren later buiten te stappen met een zak vol heerlijkheden. Een beetje verbaasd over alles wat ze in die tijd zelf gemaakt hebben, en over een namiddag die voorbijgevlogen is.

Dit is alweer mijn vierde bakboek, na het *Belgisch Bakboek*, het *Wereldbakboek* en het *Feestbakboek*. Ik maak deze boeken voor jullie, om jullie kennis te laten maken met de wonderlijke wereld van het bakken, die op zichzelf al een feest is, nog voor het eigenlijke feest begint. Om jullie te laten proeven van een ongekende weelde aan smaken, waarmee je dan ook nog eens eindeloos kunt variëren. Om jullie tips en tricks mee te geven, en jullie culinaire creativiteit te stimuleren. Maar ik maak deze boeken evengoed voor mezelf. Ze zijn mijn catalogus, mijn archief van recepten die ik niet kan en wil vergeten. Het zijn heerlijkheden waar ik zelf zoveel plezier aan beleef, en die ik niet angstvallig voor mezelf wil houden, maar integendeel met iedereen wil delen.

Ik hoop dat jij ze op jouw beurt deelt met vrienden, familie, geliefden. Of er heerlijk in je eentje van genieten, dat mag ook. Heel veel plezier ermee, en smakelijk!



PATISSERIE BLOCH: EEN FAMILIEBAKKERIJ IN DE VOLSTE BETEKENIS VAN HET WOORD

Bakkerij Bloch kent een rijke geschiedenis. In 1899 werd ze in hartje Gent, in de Veldstraat, opgericht door de familie Bloch, die er haar passie voor brood en banket wilde delen. Onder de naam Boulangerie Viennoise verwierf de bakkerij al snel een stevige reputatie onder de lokale bevolking.

In de beginjaren zette Bakkerij Bloch vooral in op traditionele Gentse specialiteiten, zoals het beroemde Gentse brood en diverse soorten gebak. De recepten werden zorgvuldig bewaard en van generatie op generatie doorgegeven. Ondertussen was de naam van de zaak wel veranderd naar Patisserie Alsacienne, een verwijzing naar de herkomst van de familie Bloch.

In de jaren 60 en 70 breidde de bakkerij onder impuls van Jacques Bloch haar aanbod uit met innovatieve producten, waaronder diverse soorten artisanale broden, koffiekoeken en patisserie. Smaken van diverse werelden werden verwerkt in het uitgebreide assortiment.

De jaren 80 en 90 waren uitdagend, met de opkomst van industriële bakkerijen en de veranderingen in de voedselindustrie. Maar Bakkerij Bloch bleef trouw aan haar ambachtelijke traditie, haar nadruk op kwaliteit en klantgerichtheid. Zo wist de bakkerij haar plaats in de markt te behouden en zelfs te versterken, tot ver buiten de Gentse stadsgrenzen.

Bloch sloot in 2008 de deuren maar zou een nieuwe toekomst krijgen. In 2015 blies een Oost-Vlaams ondernemersduo de zaak nieuw leven in, samen met Stefan Elias, die chef was in de bakkerij. Zij hadden een duidelijke missie om de bijzondere producten en recepten opnieuw te delen met het brede publiek. Sinds 2020 is de bakkerij weer geopend en gevestigd in de Sint-Pietersnieuwstraat in Gent.

Vandaag de dag is Bakkerij Bloch niet alleen een geliefde plek voor versgebakken brood, koffiekoeken en zoveel ander lekkers, maar ook een belangrijk onderdeel van de Gentse gemeenschap. Een stad waarin ze helemaal past, met haar focus op zowel traditie en erfgoed als op innovatie en ondernemingszin.



INLEIDING

GREET DRAYE

(Centrum Agrarische Geschiedenis Leuven)

Bakken, of het nu gaat om brood, koek of taart, om hartig of net zoet: altijd speelt graan een hoofdrol. De weg van graan naar brood en ander gebak was lang. Maar iedere stap bepaalde mee de latere culinaire geschiedenis van regio's, landen en werelddelen, en zo ook de verzameling recepten in dit *Belgisch Bakboek Royal*. Die verzameling is bijzonder verscheiden, want de wereld is klein vandaag. Ingrediënten en recepten reisden – en reizen – steeds verder, net zoals mensen. Ze verbinden zo allerlei plekken met elkaar. Je vindt dus wat van de wereld in dit boek. Belgisch gebak is immers niet alleen lekkers van Belgische oorsprong, maar ook alle gebak dat in België wordt gemaakt.

Bakken is ontstaan als thuisbakken, en dat thuisbakken is eigenlijk nooit verdwenen. Het is in de loop van de eeuwen en heel geleidelijk aan wel naar de achtergrond verdwenen. Brood en gebak kopen bij de bakker werd zeker vanaf de negentiende eeuw steeds gemakkelijker en goedkoper. Maar vandaag is thuisbakken helemaal terug: vanuit een verlangen naar 'goed brood', met rijke ingrediënten, gebakken met tijd, 'zoals vroeger'. Dat verlangen stimuleert op zijn beurt een generatie professionele bakkers om het anders te doen. En historici om uit te zoeken hoe het vroeger zat, hier en elders, en welke rol brood en gebak eigenlijk speelden. Brood, zijn makers en eters, het bakambacht, de vele tradities die ermee verbonden zijn, de sociale functies: dat alles wordt omschreven als broodcultuur. Die leeft op veel plaatsen ter wereld heel sterk.

VAN GRAAN NAAR PLATBROOD

Graan is eigenlijk een verzamelnaam voor zaden van grassen. Zo'n 12.000 jaar geleden werden op drie plaatsen in de wereld haast gelijktijdig graansoorten gedomesticeerd: in China, het Midden-Oosten en Midden-Amerika. Van daaruit verspreidde de graanteelt zich de volgende millennia over de rest van de wereld. Tevoren verzamelde en at de mens ook al graankorrels van wilde soorten. Maar dat waren kleine hoeveelheden. Door de soorten in cultuur te brengen – doelbewust te zaaien – namen de opbrengsten toe en werden granen voor zeer lange tijd het belangrijkste onderdeel van het menselijke voedingspatroon. Niet overal werden dezelfde soorten verbouwd. In Europa ging het vooral om gerst, tarwe, rogge en spelt. In Azië gedijde rijst het best, in Midden- en Zuid-Amerika maïs, in Noord-Amerika maïs en later ook tarwe en in Afrika waren het gierst en sorghum.

Rauwe graankorrels hadden weinig smaak, waren moeilijk verteerbaar en hadden ook maar een beperkte voedingswaarde. Geroosterde korrels daarentegen waren lekkerder, voedzamer en ze konden langer worden bewaard. Echt voedzaam werden granen als ze werden geplet en gekookt tot pap. Granen pletten gebeurde eerst manueel, tussen twee stenen of met een stok in een boomstam of kom. Pap koken kon van alle granen. Tot vandaag vind je overal ter wereld granenpap: van polenta over *porridge* tot haverhoutpap en *putupap* van maïs.

Met het mengsel van gekookte granen werd verder geëxperimenteerd. Het kon op een steen worden gedroogd of gebakken tot een koek. De pap – het deeg – rees niet, de gebakken koek was dus plat. Echt brood was het daarom nog niet, wel meelkoek of platbrood. In 2018 werden op een archeologische site in het noorden van Jordanië in een vuurput enkele kruimels van platbrood teruggevonden die dateren uit de periode van de domesticatie van graan. De techniek om platbrood te bakken verspreidde zich over de rest van de wereld. Platbrood kon, net als pap, van zowat alle graansoorten worden gemaakt. Nog voordelen: platbrood was makkelijk mee te nemen en het kon dienen als bord voor andere voedingswaren. Hedendaagse varianten van platbrood zijn in ieder werelddeel te vinden. Denk maar aan *pizza*, *tarte flambée*, *pita*, *knäckebröd*, *focaccia*, *naan*, *papadum*, *matse*, *tortilla*, *roti*, *bannock* en *injera*.

GEREZEN BROOD

Dat het deeg ook kon rijzen, was een toevallige ontdekking die wordt toegeschreven aan de Egyptenaren. Rond 1500 voor Christus werd een restje vergeten deeg bij een nieuw deeg gevoegd om het niet verloren te laten gaan. In dat vergeten deeg hadden de gistcellen die in de lucht zweven en melkzuurbacteriën hun werk gedaan en voor een spontane fermentatie gezorgd. Het brood dat werd gebakken met het gemengde deeg viel in de smaak om zijn luchtigheid. Voortaan werd zowel gegist als ongegist brood gebakken. Naast het gewone brood bakten de Egyptenaren ook feestbrood. Dat werd gezoet met honing, vijgen en dadels en geofferd aan de goden.

Vanuit Egypte verspreidden de broodbaktechnieken zich over de rest van het Middellandse Zeegebied en werden ze geperfectioneerd. De Grieken ontwierpen bijvoorbeeld gesloten bakovens. Vanaf de tweede eeuw voor Christus gingen ook de Romeinen overstap voor desembrood. Ze ontwikkelden ingenieuze mechanische molens die graan veel fijner konden malen, en tegen de eerste eeuw na Christus telde Rome liefst driehonderd beroepsbakkers. Anders dan platbrood kon je gerezen brood toen niet van alle granen bakken. De Romeinen bakten voornamelijk met tarwe en gerst. Om de smaak van hun brood te verrijken, gebruikten ze olie en reuzel, maar ook komijn, peper, karwij, venkel, sesam en maanzaad. Naast de hartige varianten bestonden er ook zoete, met boter, melk, eieren, honing en fruit. Maar ook van rogge, haver en spelt werd gerezen brood gebakken.

De Romeinse baktechnieken en hun favoriete granen verspreidden zich in het uitgestrekte Romeinse rijk: van Noord-Afrika over Klein-Azië tot Noordwest-Europa, inclusief delen van het huidige Verenigd Koninkrijk. Ze vermengden zich met plaatselijke gewoontes en teelten. Alleen de professionele bakkers verspreidden zich nog niet. Zij zouden op heel wat plekken in de late middeleeuwen opduiken. In de delen van Afrika zonder Romeinse invloeden, in Azië en de Amerika's werd er oorspronkelijk weinig gerezen brood gebakken: de granen die daar toen werden geteeld, leenden zich er minder toe. Dat zou, zeker voor Azië en Afrika, niet veranderen tot vandaag. Platbrood en pap bleven in grote delen van de wereld de voornaamste graanproducten. Wat wel overal parallel liep, is dat brood, zowel gerezen als ongerezen, stilaan een belangrijke status kreeg. Het ging een rol spelen in verschillende religies, het hoorde bij sociale interacties, en de Romeinse dichter Juvenalis wist in de eerste eeuw na Christus dat politici met brood en spelen het volk voor zich konden winnen.

Voor er (veel) professionele bakkerijen waren, was iedereen, waar ook ter wereld, thuisbakker. Of juist: bakte iedereen zelf. Bakken kon zeker thuis: op een bakplaat of in een pan op open vuur. Maar doorgaans werd er gebakken in een gemeenschappelijke bakoven op een centrale plaats in het dorp of de stad. Afhankelijk van het soort brood dat werd gebakken, verschilden de ovens van vorm. Platbrood was licht en dun en had maar een korte baktijd nodig. Ovens voor platbrood hadden een opening bovenaan. De platbroden werden op de wanden 'gekleefd' of op kleine gelaagde bakplaten gelegd. Bakovens voor gerezen en dus zwaarder brood hadden een opening vooraan en zagen eruit als kleine huisjes. De broden werden op de bodem gelegd. Die ovens moesten heet worden gestookt, want brood had een veel langere baktijd dan platbrood. Zorgen voor het vuur, inclusief hout sprokkelen, was van oudsher en haast overal ter wereld vrouwenwerk.

RIJK EN ARM

In Noordwest-Europa duurde het, anders dan in Zuid-Europa, tot de late middeleeuwen voordat brood de plaats innam van pap in het voedingspatroon. Dat was op de akkers te zien. In de vroege middeleeuwen groeiden vooral papgranen zoals haver en gerst, in de late middeleeuwen tarwe en rogge. Er waren uiteraard regionale verschillen: in het noorden van Engeland bleef haver de voornaamste teelt wegens het natte klimaat, terwijl in het zuiden vooral tarwe werd geteeld. In Duitsland was rogge populair, in Frankrijk tarwe. De omschakeling werd ook zichtbaar in de infrastructuur: grote graanschuren, graanmolens, graanmarkten, steeds meer bakovens bij boerderijen op het platteland en bakkerijen in de steden.



Nog aan het einde van de middeleeuwen breidde het gebied uit waar broodgranen werden geteeld en dus brood werd gebakken. De overlevering wil dat Christoffel Columbus in 1492 een zuurdesemstarter bij zich had toen hij aan land ging in het Caribisch gebied en op die manier brood introduceerde in de Amerika's. Dat valt moeilijk met zekerheid te achterhalen. Wat wel vaststaat, is dat in het kader van de zogeheten *Columbian exchange* – de grote uitwisseling van planten, dieren en ziektes – die het gevolg was Columbus' reis en alle latere reizen tussen Europa, Afrika, de Amerika's en Azië, de teelt van tarwe geïntroduceerd raakte in Noord-Amerika. Vooral in de loop van de zeventiende eeuw kende de tarweteelt een sterke expansie aan de oostkust van Noord-Amerika. En met die tarwe werd ook brood gebakken.

Omgekeerd reisden van de Amerika's naar Europa onder andere maïs, maar ook rietsuiker. Die rietsuiker werd vervaardigd door Afrikaanse tot slaaf gemaakten op Amerikaanse plantages. Hij kwam ongeraffineerd aan in de Europese havens, werd daar geraffineerd en was vervolgens een ideaal ingrediënt voor zoet gebak. Vanaf de zestiende eeuw, maar vooral vanaf de volgende eeuw, stonden in handgeschreven of gedrukte kookboeken naast recepten voor gebraad, hutsepot en pasteien ook recepten voor zoet gebak zoals taart of koek mét suiker.

Taarten hadden lang wat weg van brood: het deeg was gelijkend. Maar ze werden luchtiger naarmate de zeventiende eeuw vorderde, bijvoorbeeld door het advies om eiwitten op te kloppen. Die taarten waren er niet voor iedereen. Alleen de allerrijksten,





GOUDEN BAKREGELS

GIST

Alle recepten zijn op basis van verse gist. Werk je met instantgist in poedervorm, gebruik dan de helft van de aangegeven hoeveelheid. Werk je met vloeibare gist, weeg dan de helft meer toe.

DEEG

Weeg eerst alle ingrediënten af volgens het recept. Weeg ook steeds de vloeistoffen af! Een liter melk weegt namelijk meer dan een liter water.

Zorg dat de bloem niet te koud is. Zet ze daarom enige tijd van tevoren op kamertemperatuur.

Doe de ingrediënten in een kom zoals aangegeven en roer met één hand (terwijl je met je andere hand de kom vasthoudt) tot alles goed gemengd is. Stort het deeg uit op een werktafel en kneed het stevig met beide handen, waarbij je het deeg met de handpalmen steeds van je afdruwt, tot het soepel is. Dat kan soms tot meer dan 10 minuten duren.

KNEDEN

Tijdens het kneden meng je de ingrediënten, vorm je het glutennetwerk, zorg je voor kracht en soepelheid. De deegtemperatuur is belangrijk voor het rijzen van het deeg. Te warm deeg rijst te vlug, wat een minder smakelijk eindresultaat geeft. Te koud deeg zal kleverig aanvoelen en te traag rijzen. De ideale temperatuur van deeg is ongeveer 25°C.

De brooddegen kan je met de hand of met een standmixer kneden (bijvoorbeeld de KitchenAid of Kenwood). Het is belangrijk om steeds het recept te volgen. Voeg dus geen vloeistof of bloem toe wanneer je de indruk hebt dat dat nodig is. Een recept is een recept.

Kneed het brood traag met een standmixer, gedurende zeker 10 minuten. Hoe vlugger je kneedt, hoe warmer het deeg wordt, en dat gaat ten nadele van de werking en de smaak. Het deeg is goed gekneet als je er een vliesje van kunt trekken. Neem een stukje deeg tussen je vingertoppen en rek het al wrijvend voorzichtig uit. Als het deeg te snel scheurt, dan moet je nog verder kneden. Als het deeg genoeg gekneet is, vorm het dan tot een bol en laat het rijzen volgens het recept.

DEEGRUST (VOORRIJS EN TUSSENRIJS)

Zorg ervoor dat het deeg tijdens het rijzen altijd is afgedekt met plasticfolie of met een schoon doek om verkorsting te voorkomen.

Tijdens het rijzen ontwikkelt het deeg zijn smaak (alcohol en suikers worden gevormd). De eerste rijs (voorrijs) kan variëren van 5 minuten tot zelfs een uur. Na de voorrijs ontgas je het brood door het deeg plat te drukken en een paar keer toe te vouwen. Door het ontgassen verstevigt je het glutennetwerk en krijg je in het eindproduct meer volume.

De tweede rijs (tussenrijs) varieert tussen 0 en 20 minuten. Tijdens deze rijs wordt de gisting hervat. Na de tweede rijs ontgas je het deeg opnieuw, vorm je het brood en laat je het deeg nog een uur of iets langer narijzen. Daarna bak je het af op de juiste temperatuur. De omgevingswarmte is van groot belang voor het rijzen. Zorg dat de werkruimte niet koud is en het deeg steeds bedekt is door een handdoek of plastic.

BROOD LANG MAKEN

Bestuif de werktafel lichtjes met bloem. Draai daarop het stuk deeg met zijn slot naar boven en druk het uit tot een platte lap. Plooi het deeg van onder naar boven zodat je een halve maan bekomt. Druk stevig aan. Plooi de linker- en rechterzijde naar binnen en druk het deeg opnieuw goed aan. Rol van boven naar beneden het deeg op in drie keer, al drukkend met je vingers. Druk de naad dicht en rol tot de gewenste lengte.

BROOD ROND MAKEN

Bestuif de werktafel lichtjes met bloem. Draai daarop het stuk deeg met zijn slot naar boven en druk het uit tot een ronde lap. Vouw de buitenste rand tot in het midden en druk aan met de toppen van je vingers. Herhaal het vouwen rondom tot je een bol hebt. Leg de bol daarna met de naad (of het slot) naar beneden op de bakplaat. Druk het deeg nog even aan.

SANDWICHES LANG MAKEN

Druk het bolletje deeg plat in een ronde lap. Rol van boven naar beneden het deeg op in drie keer, al drukkend met je vingers. Druk de naad dicht. Plaats je beide handen boven op de sandwiches en rol door te bewegen met je handen de beide uiteinden op een punt. Bestuif, indien nodig, bij het uitrollen van het deeg het werkoppervlak licht met bloem. Als er te veel bloem in het deeg wordt verwerkt, zal het te droog en brokkelig worden. Kleverige degen rol je het gemakkelijkst uit op bakpapier. Op bakpapier komt het deeg beter los. Om een aantrekkelijke, goudbruine tint te verkrijgen, kun je het gebak met opgeklopt ei bestrijken. Meng hiervoor je dooier en eiwit tot een massa. Gebruik een borstel om het gebak te bestrijken.

STOOM GEVEN

Wanneer je stoom geeft, krijgen je broodjes een krokante, blinkende korst. De stoom zorgt voor condensatie op je product (omdat het product kouder is dan de warmte van de stoom). De structuur van het brood zal gelijkmatiger zijn. Enkele tips om stoom te verkrijgen in je oven:

- Plaats tijdens het opwarmen van de oven op de bodem al een bakblik. Giet een scheut water in het bakje of gooi er wat stukjes ijs in wanneer je de broodjes in de oven plaatst, en sluit de oven deur daarna vlug.
- Je kunt ook, wanneer je de broodjes in de oven plaatst, met een propere plantenspuit op de onderkant en zijkanten van de oven water spuiten. Sluit daarna de oven vlug.

BAKKEN

Respecteer de rijstijden en de baktijd. Die zijn noodzakelijk voor een knapperige korst en een lekkere smaak.

Verwarm de oven voor tot de aangegeven temperatuur. In de recepten is dat meestal stap 1, maar voorverwarmen doe je het best ongeveer een kwartier voordat de oven gebruikt wordt. Alle recepten in dit boek zijn gebakken in een conventionele oven. Dat is een standaardoven met elektrische weerstanden boven en/of onder, die hun warmte afgeven aan de ovenruimte. Bak je in een heteluchtoven, zet dan de temperatuur 20°C lager dan aangegeven. Bij een gasoven wordt de warmte weergegeven in standen. Bijvoorbeeld: stand 3 is 180°C, stand 5 is 220°C. Controleer het gebak regelmatig tijdens het bakken om verrassingen te voorkomen. Gebruik steeds een wekker.

Neem gebakken brood onmiddellijk na het bakken uit de vorm en plaats het op een rooster. Anders begint het te zweten, verliest het zijn krokantheid en zal het ook minder lang houdbaar zijn. Vochtige bakvormen gaan bovendien roesten.

BLIND BAKKEN

Blind bakken is een techniek om een taartbodemp zonder vulling te bakken. Fonceer het deeg in de vorm, prik met een vork enkele gaatjes waardoor er lucht kan ontsnappen en de bodem vlak blijft. Bekleed de bodem met bakpapier met daarop rauwe peulvruchten, zodat de rand niet kan wegglijden.

MATEN EN GEWICHTEN

Hoeveelheid	in ml
1 theelepel	5 ml
1 eetlepel	15 ml
1 waterglas	250 ml
1 soepkop	250 ml

Hoeveelheid	in g
1 theelepel	5 à 10 g
1 eetlepel	15 à 20 g
1 snuijfe	de hoeveelheid die je tussen je duim en wijsvinger krijgt
1 mespunt	ongeveer 3 snuijfes
1 ei	50 à 60 g





BASISRECEPTEN

ABRIKOZENCONFITUUR

VOOR 500 G

- 300 G ABRIKOZENMOES ZONDER BROKJES
- 200 G SUIKER
- EEN BEETJE WATER OM DE CONFITUUR VLOEIBAAR TE MAKEN

1. Kook de abrikozenmoes met de suiker al roerend tot confituur.
2. Mix met een staafmixer de confituur fijn. Als de confituur te dik is om op koeken of taarten te smeren, kan je wat water toevoegen.

Tip: Je kan ook abrikozenconfituur kopen in de winkel. Wanneer je die gebruikt om koeken mee te bestrijken, kook de confituur dan in een pannetje met wat water.

ABRIKOZENCONFITUUR OM TE DECOREREN

VOOR 100 G

- 75 G ABRIKOZENCONFITUUR
- 25 G WATER

1. Kook de confituur met het water in een pannetje.
2. Gebruik hem onmiddellijk.

AMANDELFRANGIPANE

VOOR 225 G

- 50 G ONGEZOUTEN BOTER OP KAMERTEMPERATUUR
- 50 G FIJNGEMALEN AMANDELPOEDER
- 50 G BLOEMSUIKER
- 50 G EI
- 20 G TARWEBLOEM
- SNUIFJE ZOUT

1. Klop in een kom de boter smeüig. Voeg de andere ingrediënten toe en roer met een spatel 2 minuten flink door.
2. Bewaar in de koelkast.

BANKETBAKKERSROOM

VOOR 700 G

- 500 G VOLLE MELK
- ½ VANILLESTOK OF 10 G VANILLESUIKER
- 40 G MAIZENA
- 4 EIDOOIERS
- 125 G KRISTALSUIKER

1. Breng in een kookpan 400 g melk met het gespleten vanillestokje of de vanillesuiker aan de kook.
2. Roer intussen in een kom met een klopper de rest van de melk met de maizena glad. Meng daarbij de eidooiers en de suiker. Voeg een beetje van de kokende melk erbij en roer even goed door.
3. Giet het mengsel bij de kokende melk en laat de pap nog even al roerend met een klopper op een warm vuur indikken.

BASISDEEG BRIOCHE

VOOR 500 G

- 35 À 40 G VERSE GIST
- 65 G VOLLE MELK (KOUD)
- 55 G EI
- 260 G TARWEBLOEM
- 20 G KRISTALSUIKER
- 75 G ONGEZOUTEN BOTER
- 5 G ZOUT

1. Verkruiemel de gist in een grote kom en roer die glad met de koude melk en het ei. Doe er dan de bloem, de suiker, de boter en het zout bij en meng verder tot een egaal deeg.
2. Stort het deeg uit op de werktafel en kneed 6 tot 8 minuten tot het soepel is en je een vliesje kan trekken.
3. Je zal merken dat het deeg vrij kleverig wordt. Voeg vooral geen bloem toe maar kneed verder tot het deeg niet meer aan de tafel kleeft. Belangrijk is dat je het deeg vaak met een krabbertje bijschraapt en in een ruimte werkt waar het niet te warm is.

BLADERDEEG OP

FRANSE WIJZE (zie p. 30–31)

VOOR 590 G

- 250 G TARWEBLOEM (HOOG EIWITGEHALTE)
- 5 G ZOUT
- 60 G ONGEZOUTEN MELKERIJBOTER OP KAMERTEMPERATUUR
- 115 G IJSKOUD WATER
- 160 G ONGEZOUTEN KOUDE MELKERIJBOTER OM TE TOEREN

1. Werk in een koude ruimte. Meng de bloem met het zout door de boter. Voeg het ijskoude water toe en kneed kort. Laat 10 minuten rusten.
2. Rol het deeg in een vierkant van 1 cm dik. Duw de koude melkerijboter op een stuk bakpapier plat tot een vierkante plak van ongeveer 0,5 cm dik. Leg de plak in een ruitvorm op het deeg en plooi de hoeken op de boter. Zorg dat het deeg de boter volledig overdekt.
3. Geef het deeg zes toeren van drie. Dat doe je als volgt. Rol het deeg met een deegrol dun genoeg uit (8 à 10 mm), zodat de vetstof optimaal verdeeld wordt. Vouw een derde van het deeglapje naar binnen en vervolgens het andere derde deel erbovenop (dit is één toer van drie). Draai het deeg 90 graden en herhaal deze handelingen nog vijf keer. Laat het deeg tussen twee toeren telkens 15 minuten rusten in de koelkast.

Tip: Het bereiden van bladerdeeg is vrij arbeidsintensief. Als alternatief kan je uitgerold bladerdeeg kopen in de supermarkt.

BOTERCRUMBLE

VOOR 200 G

- 50 G ONGEZOUTEN BOTER OF MARGARINE (VEGAN), OP KAMERTEMPERATUUR
- 50 G KRISTALSUIKER
- 100 G TARWEBLOEM

1. Maak de boter smeug in een kom.
2. Meng er met je handen al wrijvend de suiker en de bloem onder tot het kruimelig wordt. Kneed niet!

BOTERDEEG OF VETDEEG

VOOR 225 G

- 100 G TARWEBLOEM
- 50 G BLOEMSUIKER
- SNUIFJE ZOUT
- 50 G ONGEZOUTEN BOTER OP KAMERTEMPERATUUR
- 25 G EI

1. Maak het deeg een uur op voorhand zodat het goed hard kan worden.
2. Doe alle ingrediënten in een kom en meng al knijpend met je handen tot een egaal deeg. Kneed niet!
3. Verpak het deeg in folie en laat het opstijven in de koelkast.

Tip: Het deeg kan je verpakt in plasticfolie lang bewaren in de diepvries.

BOTERROOM

VOOR 275 G

- 50 G EIEREN
- 30 G WATER
- 100 G KRISTALSUIKER
- 115 G ONGEZOUTEN BOTER OP KAMERTEMPERATUUR

1. Klop de eieren luchtig.
2. Kook het water met de suiker tot 119°C. Voeg de suikersiroop vervolgens bij de geklopte eieren. Blijf kloppen tot het mengsel op kamertemperatuur is.
3. Doe er vervolgens de boter bij en klop verder tot boterroom.

Tip: Wil je snel boterroom maken, meng dan ½ zachte boter met ½ bloemsuiker. De smaak zal wel verschillen van de eerste versie.

BRESILIENNENOOTJES

VOOR 75 G

- 45 G KRISTALSUIKER
- 15 G WATER
- 30 G GEPELDE HAZELNOTEN, LICHT GEROOSTERD OM ZE MEER SMAAK TE GEVEN

1. Kook de suiker en het water op een middelhoog vuur tot karamel. Roer niet. Haal van het vuur zodra de suiker licht gekleurd is. Meng er met een lepel de hazelnoten onder.
2. Bedek een snijplank met bakpapier. Giet er het mengsel op (let op: dit is heel heet) en laat afkoelen.
3. Hak vervolgens fijn tot brésilienne.

BROYAGE

VOOR 240 G

- 120 G FIJNGEMALEN AMANDELPOEDER
- 120 G BLOEMSUIKER

Meng het amandelpoeder onder de bloemsuiker tot één massa.

CHOCOLADEKRULLEN

1. Smeer getempereerde chocolade (zie bakweertjes, p. 33) in een dunne laag op een marmeren of een ander schoon oppervlak. Laat stollen.
2. Trek met een mes in een schuine hoek langs de chocolade, zodat je krullen afschaaft. Je kan ook harde chocolade raspen.

CHOCOLADEPASTA

VOOR 200 G

- 80 G ROOM (40% VET)
- 100 G FONDANTCHOCOLADE, IN STUKJES GEHAKT
- 20 G EI

1. Kook in een kookpan de room en neem daarna van het vuur. Meng er de stukjes chocolade onder, daarna het ei.
2. Laat even afkoelen tot een smeerbare pasta.

FONDANTSUIKER OF SUIKERGLAZUUR

VOOR 200 G

- 175 G BLOEMSUIKER
- 25 G WATER

Laat de bloemsuiker op een zacht vuurtje al roerend vloeibaar worden met het water. Dat gaat heel snel. Zorg dat de suiker niet warmer wordt dan je lichaamstemperatuur. Voel daarom regelmatig met je vinger in de fondantsuiker. Wanneer de fondantsuiker op lichaamstemperatuur is zal hij ook op je gebak glanzen. Te warm geeft een dofte kleur en bovendien zal de suiker na afkoeling afbrokkelen.

Tip: Gebruik een penseel voor het bestrijken van het gebak. Je kan ook de bovenkant van het gebak in de fondantsuiker dompelen en wat te veel is verwijderen met je vingers.

FONDANTSUIKER MET CACAO

VOOR 200 G

- 170 G BLOEMSUIKER
- 5 G CACAOPOEDER
- 25 G WATER

Laat de bloemsuiker op een zacht vuurtje al roerend vloeibaar worden met de cacao en het water. Dat gaat heel snel. Zorg dat de suiker niet warmer wordt dan je lichaamstemperatuur. Voel daarom vaak met je vinger in de fondantsuiker. Wanneer de fondantsuiker op lichaamstemperatuur is zal hij ook op je gebak glanzen. Te warm geeft een dofte kleur en bovendien zal de suiker na afkoeling afbrokkelen.

Tip: Gebruik een penseel voor het bestrijken van het gebak. Je kan ook de bovenkant van het gebak in de fondantsuiker dompelen en wat te veel is verwijderen met je vingers.

GANACHE

VOOR 200 G

- 100 G ROOM (40% VET)
- 100 G FONDANTCHOCOLADE, IN STUKJES GEHAKT

1. Kook in een kookpan de room en neem daarna van het vuur. Meng er de stukjes chocolade onder en laat afkoelen tot lichaamstemperatuur.
2. Als de ganache te koud en te hard is, kan je hem al roerend opwarmen tot hij opnieuw spuitbaar of vloeibaar wordt.

GEREZEN

BLADERDEEG (zie p. 30–31)

VOOR 16 KOEKEN

- 50 À 60 G VERSE GIST
- 280 G KOUDE VOLLE MELK
- 500 G TARWEBLOEM
- 50 G KRISTALSUIKER
- 40 G ONGEZOUTEN BOTER OP KAMERTEMPERATUUR
- 10 G ZOUT
- 250 G ONGEZOUTEN HARDE MELKERIJBOTER UIT DE KOELKAST

1. Werk in een koude ruimte. Los de gist op in de koude melk. Voeg er de bloem, de suiker, de ongezouten boter op kamertemperatuur en het zout bij en meng tot een egale massa. Kneed het deeg een paar minuten verder op de werktafel tot het niet meer kleeft aan het werkblad. Voeg vooral geen extra bloem toe tijdens het kneden.
2. Rol met de deegrol het deeg in een rechthoek van 15 bij 40 cm met een dikte van 6 mm.
3. Druk met de deegrol de harde melkerijboter plat tot een plak van 15 bij 25 cm (dat gaat het gemakkelijkst door de boter tussen twee vellen bakpapier te leggen). Verdeel de boter over twee derden van het deeg. Plooi het deel zonder boter dicht over de helft van het ingeboterde deel en plooi de andere kant van het ingeboterde deeg erbovenop. Druk goed aan.
4. Geef het deeg twee toeren van drie. Dat doe je als volgt. Rol het deeg met

de boter opnieuw uit tot een lap van 20 bij 60 cm. Vouw het deeg in drieën: een derde deeg van links naar rechts, daarna de andere zijde erbovenop. Nu heb je een lap met drie laagjes (toer 1). Draai het deeg 90 graden en herhaal dezelfde bewerking (toer 2).

5. Laat het getoerde deeg een half uur hard worden in de koelkast voor je het verder verwerkt. Merk je tijdens het toeren dat de boter te zacht wordt, plaats het deeg dan even in de koelkast.

GEROOSTERDE GESCHAAFDE AMANDELEN

GESCHAAFDE AMANDELEN

1. Bekleed een bakplaat met bakpapier. Verwarm de oven voor tot 200°C.
2. Verdeel het aantal amandelen volgens het recept dat je maakt op de bakplaat en laat ze 7 tot 10 minuten lichtjes roosteren in de oven van 200°C.

GEROOSTERDE HAZELNOTEN

GEPELDE HAZELNOTEN

1. Bekleed een bakplaat met bakpapier. Verwarm de oven voor tot 200°C.
2. Verdeel het aantal hazelnoten volgens het recept op de bakplaat en laat ze 7 tot 10 minuten lichtjes roosteren in de oven van 200°C.

GEZOUTEN BRIOCHEDDEEG

VOOR 400 G

- 10 G GIST
- 60 G VOLLE MELK
- 210 G TARWEBLOEM
- 60 G EI
- 5 G ZOUT
- 60 G ONGEZOUTEN BOTER OP KAMERTEMPERATUUR

1. Los de gist op in de melk. Meng er de bloem, het ei, het zout en de boter bij tot een egaal deeg.
2. Kneed 6 minuten verder op het werkblad tot het soepel is.

HAVERVLOKKENCRUMBLE

VOOR 100 G

- 25 G ONGEZOUTEN BOTER OF MARGARINE (VEGAN) OP KAMERTEMPERATUUR
- 40 G KRISTALSUIKER
- 35 G HAVERVLOKKEN

1. Klop in een kom de boter smeug.
2. Meng er met je handen al wrijvend de suiker en de havervlokken onder tot het kruimelig wordt. Kneed niet!

HAZELNOOTPASTA

VOOR 225 G

- 50 G ONGEZOUTEN ZACHTER BOTER
- 50 G FIJNGEMALEN GEROOSTERDE HAZELNOTEN
- 50 G BLOEMSUIKER
- 50 G EI
- 20 G TARWEBLOEM
- SNUIFJE ZOUT

1. Klop in een kom de boter smeug, meng er de andere ingrediënten onder en roer 2 minuten flink door.
2. Bewaar in de koelkast.

KAASSAUS

VOOR 600 G

- 350 G VOLLE MELK
- 40 G ONGEZOUTEN BOTER
- 40 G TARWEBLOEM
- 0,5 G GEMALEN ZWARTE PEPPER
- 3 G ZOUT
- 1 EIDOOIER
- 125 G GEMALEN EMMENTALER
- 20 G GEMALEN CHEDDAR

1. Breng de melk in een steelpan aan de kook.
2. Smelt de boter ondertussen in een ander pannetje. Meng er met een klopper de bloem onder en laat onder voortdurend roeren even verder warmen. Dit is de rouxbasis.
3. Neem beide pannen van het vuur als de melk kookt. Giet de kokende melk bij de rouxbasis. Klop met een klopper tot een gladde massa. Laat de saus al roerend nog even verder dikken op het vuur.

4. Neem van het vuur en kruid met peper en zout. Roer er nog een eidooier onder en als laatste de kaas.

MERINGUE KOUDE METHODE

VOOR 225 G BESLAG

- 75 G EIWIT
- 90 G KRISTALSUIKER
- 60 G BLOEMSUIKER

1. Klop het eiwit op tot een schuimige massa en voeg er vervolgens al kloppend de kristalsuiker lepel per lepel aan toe.
2. Voeg de bloedsuiker op dezelfde manier toe en klop op tot een stevige, glanzende massa.

MERINGUE WARME (ITALIAANSE) METHODE

VOOR 225 G BESLAG

- 50 G WATER
- 150 G KRISTALSUIKER
- 10 G BLOEMSUIKER
- 75 G EIWIT

1. Kook het water met de suiker tot 120°C. Gebruik daarvoor een kookthermometer tot 150°C en een kookpan met dikke bodem.
2. Begin de eiwitten pas stijf te kloppen als de suiker 100°C heeft bereikt.
3. Giet de suikerstroop langzaam en onder voortdurend kloppen bij het opgeklopte eiwit zodra de stroop 120°C heeft bereikt. Pas op dat stroop niet op de klopper terechtkomt. Blijf kloppen tot het schuim heel luchtig en stijf is en glanst.

PECANNOTENPASTA

VOOR 225 G

- 50 G ONGEZOUTEN ZACHTE BOTER
- 50 G FIJNGEMALEN PECANNOTEN
- 50 G BLOEMSUIKER
- 50 G EI
- 20 G TARWEBLOEM
- SNUIFJE ZOUT

1. Klop in een kom de boter smeug, meng er de andere ingrediënten onder en roer 2 minuten flink door.
2. Bewaar in de koelkast.

PESTO

- 135 G BASILICUMBLAADJES
- 45 G PIJNBOOMPITTEN
- 45 G PARMEZAANSE KAAS
- 25 G OLIJFOLIE
- 2 TEENTJES KNOFLOOK
- ± 3 G ZOUT
- ½ G WITTE PEPER
- ENKELE DRUPPELS CITROENSAP OM DE MOOIE GROENE KLEUR TE BEHOUDEN

Meng alles samen en maal met keukenmachine of staafmixer heel fijn.

Tip: Maak de pesto de dag voordien zodat hij op smaak kan komen.

PIZZASAUS

VOOR 500 G

- 300 G KIPPEN- OF GROENTEBOUILLON
- 8 G SUIKER
- 2 G PROVENÇAALSE KRUIDEN
- 22 G SJALOTTEN
- 10 G VERSE LOOK
- 30 G BOTER
- 16 G OLIJFOLIE
- PEPER EN CAYENNEPEPER NAAR SMAAK
- 20 G BLOEM
- 80 G DUBBEL GECONCENTREERDE TOMATENPUREE

1. Breng de bouillon met de suiker en de Provençaalse kruiden aan de kook.
2. Fruit de sjalotten met de look in de boter en de olie. Mix. Voeg peper, cayennepeper en de bloem toe. Roer glad op een hoog vuur.
3. Giet dit mengsel in de bouillon en roer (op het vuur) tot de saus volledig glad is.
4. Zet het vuur af en meng de tomatenpuree onder de saus.
5. Proef en kruid indien nodig bij met zout.

PRALINÉPASTA

VOOR 200 G

- 125 G GEPELDE HAZELNOTEN
- 25 G WATER
- 75 G KRISTALSUIKER
- 10 G ZONNEBLOEMOLIE

1. Rooster op een bakplaat met bakpapier de hazelnoten een tiental minuten in een oven van 180°C.
2. Kook in een pan met dikke bodem het water samen met de suiker tot een lichte karamel. Giet de karamel over de hazelnoten en laat afkoelen.
3. Breek de massa in stukken en maal ze in een foodprocessor samen met de olie tot een pasta.

SIROOP

VOOR 200 G

- 100 G WATER
- 100 G KRISTALSUIKER

Laat het water samen met de suiker eventjes opkoken.

SLAGROOM

VOOR 300 G

- 260 G ROOM (35 À 40% VET)
- 40 G FIJNE KRISTALSUIKER

Klop de room en suiker samen tot slagroom.

SLAGROOM MET CHOCOLADE

VOOR 310 G

- 260 G ROOM (35 À 40% VET)
- 40 G FIJNE KRISTALSUIKER
- 10 G CACAPOEDER

1. Klop de room met de suiker op tot de slagroom niet meer vloeibaar is.
2. Voeg de gezeefde cacaopoeder (zeven voorkomt cacaobrokjes) toe en klop tot je voldoende stevigheid voelt.

SOEZENDEEG

VOOR 400 G DEEG

- 75 G WATER
- 75 G VOLLE MELK
- 50 G ONGEZOUTEN BOTER
- SNUIFJE ZOUT
- 90 G TARWEBLOEM
- 160 G EIEREN

1. Breng het water en de melk samen met de boter en het snuifje zout aan de kook.
2. Voeg de bloem toe en roer met een spatel op het warme vuur verder om het mengsel te laten drogen. Laat een paar minuten afkoelen.
3. Roer er daarna in drie keer de eieren onder tot alles een glad beslag vormt.

STREUSEL

VOOR 135 G

- 20 G ONGEZOUTEN BOTER OP KAMERTEMPERATUUR
- 30 G GLANZENDE DECORATIESUIKER
- 50 G KRISTALSUIKER
- 1 G KANEEL
- 20 G GEHAKTE GEPELDE AMANDELEN
- 15 G TARWEBLOEM

1. Klop in een kom de boter smeug.
2. Meng er de suikers, de kaneel en de gehakte amandelen onder tot je een egale massa hebt.
3. Roer er vervolgens de bloem onder tot het mengsel kruimelig wordt. Kneed niet!

TAARTBODEM EN VULLING ROYAAL GEBAK

VOOR 8 PORTIES

- 100 G ZACHTE ONGEZOUTEN BOTER OP KAMERTEMPERATUUR
- 100 G EI
- 100 G KRISTALSUIKER
- 50 G FIJNGEMALEN GEPELDE AMANDELEN
- 50 G FIJNGEMALEN GEROOSTERDE HAZELNOTEN (ZIE BASISRECEPTEN, P. 26)
- 1,5 G ZOUT
- 250 G ZANDEEG (ZIE BASISRECEPTEN, P. 29)

1. Gebruik een bakvorm van 10 bij 36 cm en 2,5 cm hoog of een ronde taartvorm van 20 cm diameter en 2,5 cm hoog. Het beste gebruik je er een met een losse bodem. Smeer de vorm lichtjes in met boter. Verwarm de oven voor tot 180°C.
2. Doe de boter in een kom en klop ze smeug. Meng er het ei, de kristalsuiker, het amandelpoeder, het hazelnotenpoeder en het zout onder en roer met een spatel 2 minuten flink door.
3. Haal het deeg uit de koelkast. Bewerk het nog even met je handen en rol het met een deegrol uit tot een rechthoek van 14 bij 38 cm of in een ronde plak van 23 cm diameter en bekleed er de bakvorm mee.
4. Prik de bodem en vul met het beslag.

TAARTBODEM VLAAI

VOOR 1 TAART VAN 4 PORTIES

- ZACHTE BOTER VOOR DE TAARTVORM
- 10 G VERSE GIST
- 40 G VOLLE MELK
- 100 G TARWEBLOEM
- 10 G KRISTALSUIKER
- ½ THEELEPEL ZOUT
- 40 G ONGEZOUTEN BOTER OP KAMERTEMPERATUUR
- 1 LOSGEKLOPT EI OM TE DOREREN

1. Gebruik een ronde taartvorm van 20 cm diameter en 2,5 cm hoog. Het beste gebruik je er een met een losse bodem. Smeer de vorm lichtjes in met boter.
2. Los in een kom de gist op met de melk. Meng er de bloem, de suiker, het zout en de boter bij.
3. Stort het deeg op de werktafel en kneed 6 minuten tot het soepel is. Maak er een bol van en laat 15 minuten rusten.
4. Rol het deeg uit tot een ronde plak van 23 cm diameter en bekleed de taartvorm. Zorg ervoor dat je geen overtollig deeg hebt.

5. Druk het deeg goed aan en duw met je duimen de zijkant een beetje omhoog.
6. Bestrijk de rand met losgeklopt ei en vul de taart met de vulling naar keuze.

TAARTSAUS

VOOR 150 G

- 100 G WATER
- 10 G AARDAPPELBOEM
- 50 G KRISTALSUIKER

1. Giet het water in een kookpan en meng er de aardappelbloem en de suiker onder.
2. Zet de pan op het kookvuur en laat al roerend indikken. Gebruik daarvoor een klopper.
3. Wanneer het kookt, mag de saus van het vuur.

VEGAN AMANDELPASTA

VOOR 160 G

- 40 G MARGARINE VAN GOEDE KWALITEIT
- 40 G FIJNGEMALEN AMANDELPOEDER
- 40 G BLOEMSUIKER
- 20 G WATER
- 15 G TARWEBLOEM
- SNUIFJE ZOUT

1. Klop in een kom de margarine smeug, meng er de andere ingrediënten onder en roer 2 minuten flink door.
2. Bewaar in de koelkast.

VEGAN GEREZEN

BLADERDEEG (zie p. 30–31)

VOOR 16 KOEKEN

- 50 À 60 G VERSE GIST
- 250 G KOUDE AMANDELMELK
- 500 G TARWEBLOEM
- 50 G KRISTALSUIKER
- 40 G MARGARINE VAN GOEDE KWALITEIT OP KAMERTEMPERATUUR
- 10 G ZOUT
- 250 G MARGARINE VAN GOEDE KWALITEIT UIT DE KOELKAST

1. Werk in een koude ruimte. Los de gist op in de amandelmelk. Voeg er de bloem, de suiker, de margarine op kamertemperatuur en het zout aan toe en meng tot een egale massa. Kneed het deeg een paar minuten verder op de werktafel tot het niet meer kleeft aan het werkblad. Voeg vooral geen extra bloem toe tijdens het kneden.
2. Rol met de deegrol het deeg in een rechthoek van 15 bij 40 cm met een dikte van 6 mm.
3. Druk met de deegrol de harde margarine plat tot een plak van 15 bij 25 cm (dit gaat het gemakkelijkst door de margarine tussen twee vellen bakpapier te leggen). Verdeel de margarine over twee derden van het deeg. Plooi het deel zonder margarine dicht over de helft van het deel met margarine en plooi de andere kant van het deeg erbovenop. Druk goed aan.
4. Geef het deeg twee toeren van drie. Dat doe je als volgt. Rol het deeg met de margarine opnieuw uit tot een lap van 20 bij 60 cm. Vouw het deeg in drieën: een derde deeg van links naar rechts, daarna de andere zijde erbovenop. Nu heb je een lap met drie laagjes (toer 1). Draai het deeg 90 graden en herhaal dezelfde bewerking (toer 2).
5. Laat het getoerde deeg een half uur hard worden in de koelkast voor je het verder verwerkt. Merk je tijdens het toeren dat de margarine te zacht wordt, plaats het deeg dan even in de koelkast.

VEGAN PECANNOTENPASTA

VOOR 160 G

- 40 G MARGARINE VAN GOEDE KWALITEIT
- 40 G FIJNGEMALEN PECANNOTENPOEDER
- 40 G BLOEMSUIKER
- 20 G WATER
- 15 G TARWEBLOEM
- SNUIFJE ZOUT

1. Klop in een kom de margarine smeug, meng er de andere ingrediënten onder en roer 2 minuten flink door.
2. Bewaar in de koelkast.

VEGAN TAARTBODEM VLAAI

VOOR 1 TAART VAN 4 PORTIES

- ZACHTE MARGARINE VOOR DE TAARTVORM
- 10 G VERSE GIST
- 40 G AMANDELMELK
- 100 G TARWEBLOEM
- 10 G KRISTALSUIKER
- ½ THEELEPEL ZOUT
- 40 G MARGARINE VAN GOEDE KWALITEIT OP KAMERTEMPERATUUR

1. Smeer met de zachte margarine een taartvorm in van 4 personen (20 cm diameter, 2,5 cm hoog). Het beste gebruik je er een met een losse bodem.
2. Los in een kom de gist op met de amandelmelk. Meng er de bloem, de suiker, het zout en de margarine bij.
3. Stort het deeg op de werktafel en kneed 6 minuten tot het soepel is. Maak er een bol van en laat 15 minuten rusten.
4. Rol het deeg uit tot een ronde plak van 23 cm diameter en bekleed de taartvorm. Zorg ervoor dat je geen overtollig deeg hebt.
5. Druk het deeg goed aan en duw met je duimen de zijkant een beetje omhoog.
6. Bestrijk de rand met een beetje extra amandelmelk en vul de taart met de vulling naar keuze.

VEGAN WALNOTENPASTA

VOOR 160 G

- 40 G MARGARINE VAN GOEDE KWALITEIT
- 40 G FIJNGEMALEN WALNOTENPOEDER
- 40 G BLOEMSUIKER
- 20 G WATER
- 15 G TARWEBLOEM
- SNUIFJE ZOUT

1. Klop in een kom de margarine smeug, meng er de andere ingrediënten onder en roer 2 minuten flink door.
2. Bewaar in de koelkast.

WALNOTENPASTA

VOOR 225 G

- 50 G ONGEZOUTEN ZACHTE BOTER
- 50 G FIJNGEMALEN WALNOTENPOEDER
- 50 G BLOEMSUIKER
- 50 G EI
- 20 G TARWEBLOEM
- SNUIFJE ZOUT

1. Klop in een kom de boter smeug, meng er de andere ingrediënten onder en roer 2 minuten flink door.
2. Bewaar in de koelkast.

ZANDEDEEG

VOOR 400 G

- 175 G TARWEBLOEM
- 25 G FIJNGEMALEN AMANDELPOEDER
- 65 G BLOEMSUIKER
- ¼ THEELEPEL ZOUT
- 100 G ONGEZOUTEN BOTER OP KAMERTEMPERATUUR
- 35 G EI

1. Maak het deeg een uur op voorhand zodat het goed hard kan worden.
2. Doe alle ingrediënten in een kom en meng al knijpend met je handen tot een egaal deeg. Kneed niet.
3. Verpak het deeg in folie en laat het opstijven in de koelkast.

Tip: Het deeg kan je verpakt in plasticfolie lang bewaren in de diepvries.

ZELFRIJZENDE BLOEM

VOOR 1.035 G

- 900 G TARWEBLOEM
- 100 G MAÏSZETMEEL
- 35 G BAKPOEDER

Meng de bloem, het maïszetmeel en het bakpoeder samen en zeef dit.

ZWITSERSE ROOM

VOOR 450 G

- 325 G BANKETBAKKERSROOM (ZIE BASISRECEPTEN, P. 24)
- 125 G SLAGROOM (ZIE BASISRECEPTEN, P. 27)

Meng de banketbakkersroom met de slagroom tot een geheel.



OCHTENDGLOREN- BROODJES

Deze broodjes, krokant of zacht gebakken, zijn allemaal onweerstaanbaar lekker als ontbijt. Het assortiment laat je toe om elke keer wat anders te kiezen of om een gevarieerd ontbijtbuffet op tafel te zetten. Met de boerkes, piccolo's, bagels en zoveel meer is er voor ieder wat wils. Bovendien kun je ze ook beleggen met hartige toppings: met een frisse zelfgemaakte pesto, met caesarmayonaise en kip, of probeer iets helemaal anders met harissa en hummus. Meer dan genoeg opties om jezelf, je vrienden en familie te verwennen. Overgebleven broodjes kun je invriezen als je ze vers gemaakt hebt, zodat je er ook later van kunt smullen.





HARTIG BELEG VOOR OP OCHTENDGLORENBROODJES

TIP

Met dit hartig beleg zijn de ochtendglorenbroodjes ook perfect voor de lunch.

ZALM

VOOR 4 BROODJES

- 100 G SMEERKAAS NATUUR
- 5 G VERSE FIJNGESNEDEN DILLE
- 20 G MIERIKSWORTELPASTA
- 80 G GEROOKTE ZALMSNIPPERS
- 40 G VERSE HALVE KOMKOMMERSCHIJFJES

1. Meng de smeerkaas met de dille en de mierikswortel en smeer er de broodjes mee.
2. Versier met zalm en een paar halve schijfjes komkommer.

GEZOND (VEGAN)

VOOR 4 BROODJES

- 140 G GUACAMOLE (GEPUREERDE AVOCADO OP SMAAK GEBRACHT MET LOOK EN KRUIDEN)
- 60 G KERSTOMATEN
- 10 G VERSE RUCOLA
- 10 G GEROOSTERDE PIJNBOOMPITTEN

1. Smeer de guacamole op de broodjes.
2. Leg daarop twee halve kerstomaatjes, wat rucola en enkele pijnboompitten.



PITTIG

VOOR 4 BROODJES

- 40 G HARISSA (PITTIGE SAUS GEMAAKT VAN TOMATENPUREE, WORTEL, UI, PIMENT, GEMBER, KUMMEL, LOOK EN GEROOKT PAPRIKAPOEDER)
- 40 G HUMMUS (GEPUREERDE KIKKERERWTEN OP SMAAK GEBRACHT MET SESAMPASTA, CITROEN EN LOOK)
- 60 G FETAKAAS
- 30 G GERASPTE WORTEL OF RADIJZENSCHIJFJES

1. Meng de harissa met de hummus.
2. Smeer er de broodjes mee en versier met stukje fetakaas en wortel of radijs.

HAMSALADE

VOOR 4 BROODJES

- 60 G MAYONAISE
- 30 G HARDGEKOOKT EI, IN STUKJES GESNEDEN
- 60 G FIJNGESNEDEN HAM
- ZOUT EN PEPER
- 5 G FIJNGESNEDEN BIESLOOK
- 30 G GERASPTE KNOLSELDER
- 30 G FIJNGESNEDEN AUGURKEN
- 10 G FIJNGESNEDEN VERSE PETERSELIE

1. Meng de mayonaise met het ei en de ham en breng op smaak met een beetje zout, peper en bieslook.
2. Smeer er de broodjes mee en versier met knolselder, augurk en peterselie.

ITALIAANS

VOOR 4 BROODJES

- 80 G GROENE PESTO (ZIE BASISRECEPTEN, P. 27)
- 120 G GEDROOGDE HAMVLINDERS (HAMSNEETJES DIE JE OPKRULT)
- 50 G GEGRILDE COURGETTESCHIJFJES
- 10 G PARMEZAANSCHILFERS

1. Smeer de pesto op de broodjes.
2. Versier met hamvlinders, courgette en parmezaan.

TIP

Maak de pesto de dag voordien zodat hij op smaak kan komen.

KAAS

VOOR 4 BROODJES

- 40 G KERSENCONFITUUR
- 80 G SNEETJES BELEGEN KAAS
- 30 G VENKELSALADE

1. Smeer de confituur op de broodjes en leg daarop de belegen kaas.
2. Versier met venkelsalade.

CAESAR

VOOR 4 BROODJES

- 80 G CAESARMAYONAISE (65 G MAYONAISE GEMENGD MET 10 G PARMEZAAN, 5 G ANSJOVISPASTA EN EEN BEETJE CITROENSAP)
- 80 G GEKOOKTE KIPPENDIJ, IN STUKJES GESNEDEN
- 30 G VERSE SALADE NAAR KEUZE
- 5 G FIJNGESNEDEN BIESLOOK

1. Smeer de caesarmayonaise op de broodjes.
2. Beleg met kippendij, salade en bieslook.

VOOR 8 BOERKES NATUUR

- 15 G VERSE GIST
- 240 G WATER
- 140 G VOLKOREN TARWEBLOEM
- 260 G TARWEBLOEM
- 10 G MARGARINE VAN GOEDE KWALITEIT
- 6 G ZOUT
- BLOEM OM TE STROOIEN

BOERKES NATUUR, MET NOTEN, ROZIJNEN OF KRENTEN ^(VEGAN)

Deze zachte broodjes met zemelen smaken altijd met lekker beleg: bij een picknick, ontbijt of lunch.

1. Bekleed een bakplaat met bakpapier. Verwarm de oven voor tot 220°C.
2. Verkruimel de gist in een grote kom en roer die glad met het water. Voeg de rest van de ingrediënten toe en meng alles tot een egaal deeg.
3. Stort het deeg uit op de werktafel en kneed 8 tot 10 minuten tot het soepel is. Laat 30 minuten rusten.
4. Weeg 8 porties af van 80 g. Vorm er mooie ronde bolletjes van en leg ze op de bakplaat. Zorg dat er voldoende afstand is. Laat 60 tot 70 minuten rusten.
5. Bestuif de boerkes met bloem en bak ze 10 tot 12 minuten in een oven van 220°C.

TIP

Voor boerkes met noten, rozijnen of krenten meng je na het kneden onder het deeg 75 g walnoten in stukjes met 20 g water of 75 g rozijnen/krenten met 10 g water. Het deeg zal kleverig aanvoelen maar de vruchten zullen het water tijdens de eerste rust opslorpen. De rest van de werkwijze is hetzelfde, behalve dan dat je porties van 90 g afweegt.

Ik bak deze broodjes vaak voor bij kaasschotels. Ik weeg ze dan de helft af en bak ze iets minder lang.



VOOR 12 BAGELS

- 25 À 30 G VERSE GIST
- 300 G KOUD WATER
- 500 G TARWEBLOEM
- 10 G ZOUT
- 10 G MARGARINE VAN GOEDE KWALITEIT
- 100 G ZAADJES NAAR KEUZE: ZONNEBLOEMPITTEN, BLAUW MAANZAAD, SESAMZAAD, BRUIN OF GEEL LIJNZAAD, GIERST, HAVERVLOKJES, POMPOENPITTEN...

KROKANTE OVENBAGELS MET ZAADJES ^(VEGAN)

Je kent ze wel: die heerlijke broodjes met een gat erin die qua uiterlijk zo lijken op een donut. Dit recept is familie van de Belgische pistolet, in een ring gevormd en gebakken in de oven.

1. Bekleed een bakplaat met bakpapier, vul een propere plantenspuit met water en verwarm de oven voor tot 230°C.
2. Verkruimel de gist in een grote kom en roer die glad met het water. Meng er de bloem, het zout en de margarine onder.
3. Stort het deeg uit op de werktafel en kneed 6 tot 8 minuten intens tot het soepel is. Laat 20 minuten rusten op kamertemperatuur.
4. Verdeel het deeg in twaalf porties van 70 g en bol ze op. Laat de bolletjes nog eens 15 minuten rijzen.
5. Druk je duim volledig door het midden van een bolletje. Neem het dan in je handen, plaats beide duimen in het gaatje en draai het bolletje met je vingers eventjes in het rond tot een ring van 10 cm diameter.
6. Besproei de bovenkant met de plantenspuit en druk die kant in de zaadjes naar keuze.
7. Plaats de bagels op de bakplaat met wat ruimte tussen en laat ze 60 tot 70 minuten narijzen.
8. Besproei de bagels nogmaals en bak ze 16 tot 18 minuten krokant op 230°C.





QUICHE SPINAZIE EN CHORIZO

- 200 G DIEPVRIESBLADSPINAZIE
OF VERSE BLADSPINAZIE
- 200 G SCHIJFJES PIKANTE CHORIZO
- 25 G GROF GERASPT PARMENZAANSE
KAAS

1. Snijd de bladspinaze fijn, stoom enkele minuten en laat afkoelen. Of ontdooi de diepvriesbladspinazie, die hoeft niet voorgestoomd te worden. Knijp het vocht uit de spinazie en strooi op de vulling.
2. Schik de schijfjes chorizo op de spinazie.
3. Bak de quiche 30 à 40 minuten in een oven van 200°C en versier daarna met geraspte Parmezaanse kaas.

QUICHE HAM, BROCCOLI EN BRIE

- 100 G GEKOOKTE HAM
- 150 G BROCCOLI
- 200 G BRIE
- 20 G BLADPETERSELIE

1. Snijd de ham in kleine stukjes en strooi op de vulling.
2. Snijd de broccoli in kleine roosjes (hoeven dan niet geblancheerd te worden) en leg op de ham.
3. Snijd de brie in plakjes van 3 bij 4 cm en schik op de broccoli.
4. Bak de quiche 30 à 40 minuten in een oven van 200°C en versier met bladpeterselie.

QUICHE ZALM, PREI EN PECORINO

- 150 G PREI
- 200 G GEROOKTE ZALM
- 100 G FIJN GERASPT PEORINO
- 10 G DILLE + 10 G EXTRA VOOR
VERSIERING

1. Snijd de prei in rollen van 1 cm breed en blancheer die 3 minuten. Laat goed uitlekken in een vergiet en strooi op de vulling.
2. Snijd de zalm in kleine stukjes, leg op de prei en strooi er de kaas op. Snijd de dille fijn en strooi die op de kaas.
3. Bak de quiche 30 à 40 minuten in een oven van 200°C. Versier met extra grof gesneden dille.

QUICHE ZALM EN BROCCOLI

- SNUIFJE CAYENNEPEPER
- 150 G GEROOKTE ZALMSNIPPERS
- 200 G KLEINE BROCCOLIROOSJES
- 10 G DILLE

1. Breng de quichevulling op smaak met een snuifje cayennepeper.
2. Schik de zalm op de vulling en daarop de broccoli.
3. Bak de quiche 30 à 40 minuten in een oven van 200°C en versier met grof gesneden dille.

QUICHE LORRAINE

- 2 UIEN
- BEETJE BOTER
- 100 G STUKJES LICHT GEROOKT SPEK
- 100 G HAM, IN STUKJES GESNEDEN
- 75 G GERASPT EMMENTALER

1. Snijd één ui in blokjes, bak die met wat boter en laat afkoelen.
2. Meng het vlees met de ui en verdeel op de vulling.
3. Snijd de tweede ui in ringen, schik die op de vulling en strooi daarop de geraspte kaas.
4. Bak de quiche 30 à 40 minuten in een oven van 200°C.







QUICHE SPEK, KERSTOMAATJES EN ROQUEFORT

- 150 G LICHT GEROOKT SPEK
- 125 G HALF ZONGEDROOGDE KERSTOMAATJES + 25 G EXTRA VOOR VERSIERING
- 75 G ROQUEFORT
- 10 G FIJNGESNEDEN BIESLOOK

1. Schik het spek op de vulling met daarop de kerstomaatjes.
2. Strooi daarop de in blokjes gesneden roquefort.
3. Bak de quiche 30 à 40 minuten in een oven van 200°C en versier met tomaatjes en bieslook.

QUICHE AARDAPPEL EN HAM

- 150 G AARDAPPELEN
- 100 G PREI
- 100 G HAM
- 3 G LOOK
- 20 G GEMALEN EMMENTALER

1. Schil de aardappelen en kook ze tot ze bijna zacht zijn. Laat afkoelen.
2. Snijd de prei in rollen van 1 cm breed. Blancheer 3 minuten en laat goed uitlekken in een vergiet. Laat afkoelen.
3. Snijd de ham in stukjes, meng onder de prei en breng op smaak met versnipperde look. Verdeel op de vulling.
4. Snijd de aardappel in schijfjes, versier er de vulling mee en strooi daarop de gemalen kaas.
5. Bak de quiche 30 à 40 minuten in een oven van 200°C.

COLOFON

Recepten

Stefan Elias

Historische inleiding

Greet Draye (CAG)

Eindredactie

Jan Haeverans

Fotografie

Piet De Kersgieter

Séverine Lacante (p. 10)

Art direction

Natacha Hofman

Projectcoördinatie

Stephanie Van den bosch

Vormgeving

Tim Bisschop

Druk & Inbinding:

die Keure, Brugge

Onze dank gaat uit naar iedereen die zijn hart en ziel in dit bakboek heeft gelegd. In het bijzonder bedanken we Natacha Hofman en Stephanie Ryckaert en Pots&things (Instagram: *Lovepotsandthings*) voor de keramiek.

Uitgever

Gautier Platteau



HANNIBAL
BOOKS

ISBN 978 94 6494 151 7

D/2024/11922/58

NUR 440

© Hannibal Books, 2024

www.hannibalbooks.be

Het Centrum Agrarische Geschiedenis (CAG) is het expertisecentrum voor het agrarisch erfgoed in Vlaanderen en Brussel. CAG bestudeert de geschiedenis en het erfgoed van landbouw, platteland en voeding van 1750 tot vandaag.

www.cagnet.be



Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, 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.

De uitgever heeft geprobeerd voor alle teksten, foto's en afbeeldingen de wettelijke voorschriften inzake copyright toe te passen. Wie meent nog rechten te kunnen laten gelden wordt verzocht zich tot de uitgever te richten.

Deze publicatie is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich aansprakelijk voor de eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

FOTOCREDITS

Front- en backcover

© Piet De Kersgieter

P. 10

© Séverine Lacante

P. 12

Austrian Archives (S) /
brandstaetter images /
picturedesk.com

P. 15

Getty Images

Alle andere afbeeldingen

© Piet De Kersgieter