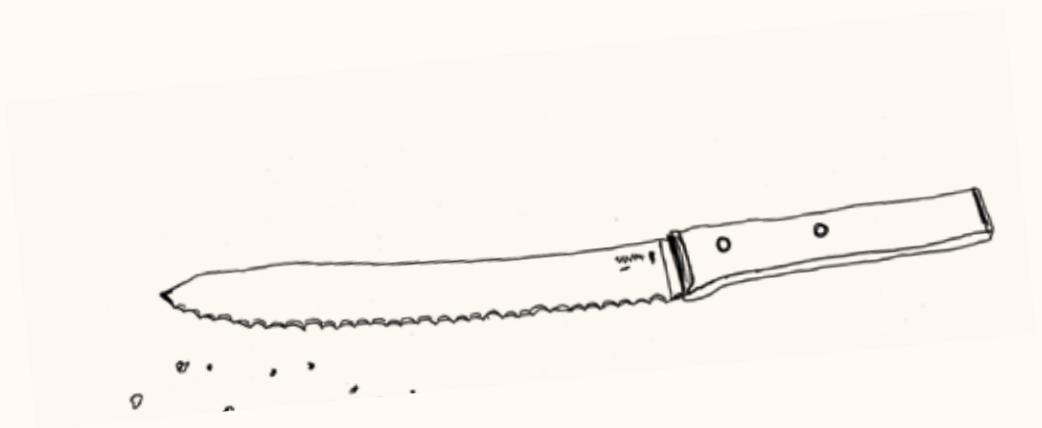


een boek  
over  
brood





# een boek over brood

issa

niemeijer-brown

uitgeverij brandt  
amsterdam 2020

# inhoud

Dit boek is anders dan andere bakboeken.

Na een inleidend hoofdstuk word je stap voor stap meegenomen bij het zelf maken van je eigen brood, in eerste instantie in gedachten, je bent nog niet echt bezig maar raakt op een heel toegankelijke en intuïtieve manier vertrouwd met deeg – en alles wat er in een deeg gebeurt.

Daarna krijg je een aantal recepten om mee te oefenen. Het zijn de echte recepten zoals we ze in de bakkerij gebruiken, maar toch vooral bedoeld als beginpunt, om verschillende technieken te proberen en de verschillen te proeven die ontstaan als je net op een iets andere manier werkt.

Na wat oefening heb je die recepten eigenlijk niet meer nodig. Je kunt je eigen recepten maken, of onze of andere recepten aanpassen. Het laatste hoofdstuk begeleidt je daarbij met nog een aantal tips over hoe het brood precies zo te krijgen als je wilt.

proloog 10

## inleiding

de herontdekking van traditie 30  
mijn keuzes als bakker 34

## wat is brood?

ingrediënten 38  
gist en desem 40  
volkoren, meergranen en witbrood 42  
gezond of ongezond? 44

## zelf brood maken - wat je moet weten

meel, zout, gist en water 48  
kneden, mengen en autolyse 56  
het deeg laten rusten en het deeg omslaan 64  
de broden vormen 72  
het plannen van rusttijden; werken met de koelkast 84  
bakken 86  
het maken en verzorgen van een desem 92  
werken met een voordeeg 100  
het gebruik van percentages 102

## hoe gebruik je de recepten?

ingrediënten 106  
het afwegen van kleine hoeveelheden zout en gist 107  
mengen 107  
temperatuur 108  
rusttijd / rijzen 110  
omslaan 111  
façonnage 111  
bakken 113

## recepten

baguette tradition 118

baguette blanche 122

baguette à l'ancienne 128

pavé 130

petits pains 136

épi 138

*desem 140*

desem boule 142

desem batard 146

*volkoren 148*

volkoren desem boule 150

volkoren gist boule 152

roggebrood 154

*pain au noix 158*

walnoot / walnoot-vijg 160

walnoot-blauwe kaas 164

pizza bianca 168

pizza 174

*fougasse 178*

desem fougasse 178

fougasse op basis van gist, met olijfolie en salie 192

*pain de mie en pain brié 184*

klassieke pain de mie 186

pain de mie met verlengde rijstijd (elk soort meel) 188

pain brié (zeevaardersbrood uit Normandië) 190

stol 192

brioche 200

challah 206

## eigen keuzes maken

een open structuur bereiken met onregelmatige alveoles 215

het brood een groter volume geven 215

een deeg sterker maken waardoor het vormen makkelijker is 215

een mooie grigne verkrijgen 216

een dunnere korst verkrijgen 216

de korst steviger maken 216

een dunne maar knapperige korst verkrijgen 216

een volle smaak bereiken 217

zorgen dat de kruim langer vers blijft 217

variëren in de mate van zuurheid, het soort zuur en de smaak 217

## appendix

woordenlijst van (Franse) termen 221

de technische eigenschappen van meel 222

kamertemperatuur en luchtvochtigheid 226

watertemperatuur en deegtemperatuur 228

het gebruiken van een 'couche' 229

het maken en gebruiken van een schieter 230

brood insnijden om een gringe te verkrijgen 233

dankwoord 236

register 238



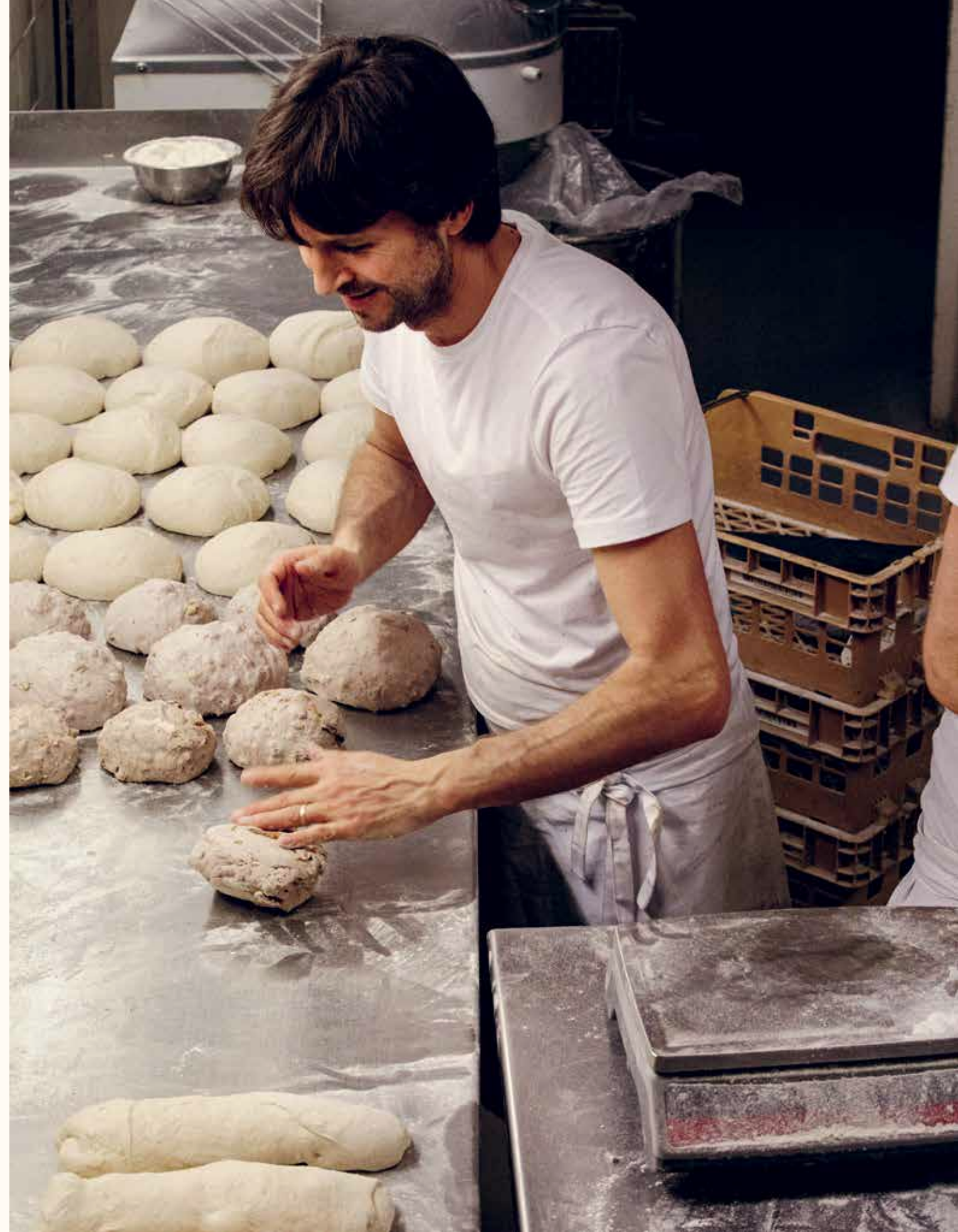
van bakken  
als kind,  
naar thuisbakken,  
naar bakken in een  
houtgestookte steenoven,  
naar het beginnen  
van een bakkerij

als kind

Bakker zijn is voor mij een passie waarvan ik mijn werk heb gemaakt. Een passie die begon als kind met mijn pogingen om allerlei bonbons, taartjes en koekjes te bakken. Ik ben opgegroeid in een familie met een hoge standaard in het koken. Mijn ouders hadden goede vrienden in Rome en we waren vaak in Italië. Daar leerden we om de uren te waarderen die doorgebracht werden in de keuken en daarna aan tafel.

We reisden ook veel, lange vakanties met de auto en trektochten door de bergen. Ik leerde broden en patisserie uit allerlei landen in Europa kennen. Een van onze vaste bestemmingen was een oom die in Zuid-Frankrijk woonde. Voor mij was een van de hoogtepunten daar altijd het bezoek aan de lokale bakker 's ochtends, om croissants en pains au chocolat te halen voor het ontbijt en een baguette mee te nemen voor de lunch, vaak een picknick ergens op een veldje.

Thuis moedigden mijn ouders me aan en gaven me de vrijheid om de keuken te gebruiken wanneer ik maar wilde – soms







werkte in de broodbakkerij, maar hielp ook met de croissants en patisserie, en nam alle taken op me die erbij hoorden. In korte tijd kon ik ervaring opdoen op alle gebieden waar ik in geïnteresseerd was.

een eigen bakkerij beginnen...

Toen ik terugkwam uit Parijs werd het brood dat ik maakte met de recepten die ik zelf ontwikkeld had beter en beter, en uiteindelijk kwam ik uit waar ik wilde zijn. Ik begreep waarom in bijna geen enkele bakkerij het brood zo smaakt als ik me kon herinneren van vroeger, en ik begreep hoe ik de smaken kon creëren waarnaar ik op zoek was. Mijn broer, die in die tijd als kok werkte, stelde voor om samen onze eigen bakkerij en bakkerij-café te beginnen.

Het was een behoorlijke sprong in het diepe. We leenden 250.000 euro, huurden een historisch pand in het centrum van Amsterdam, betegelden de muren, schilderden, kochten tweedehands stoelen en maakten zelf tafels, ontwierpen een toonbank, en kochten een enorm scala aan bakkerijapparatuur, van een Franse steenoven tot werkbanken, rijskasten, deegmachines en koelkasten. Voor het meel bezochten we Europain in Parijs, de jaarlijkse internationale bakkersconventie. Daar bleek echter alles gericht op het 'bakken met een formule'. Er werden bakkerijmachines en bakkerij-ingrediënten aangeboden met als doel het proces te vereenvoudigen, niet om de kwaliteit te verbeteren – de molens boden kant-en-klare meelmixen aan, of meel met meelverbeteraars. Teleurgesteld bezochten we vervolgens een aantal kleinere molens in Frankrijk die steengemalen meel en biologisch meel aanboden zonder toevoegingen. Van de drie molens die het meest veelbelovend leken namen we enkele zakken meel mee om uit te proberen.

De broodrecepten die ik had ontwikkeld en die we wilden gebruiken had ik alleen thuis uitgeprobeerd – met mijn thuisoven, met een koelkast in plaats van een rijskast, en met meel van de supermarkt en natuurwinkels. Ik had ze nooit op grotere schaal gemaakt. Voor veel van de patisserie en viennoiserie die we wilden maken moest ik nog bij het begin beginnen.

We gingen ervan uit dat het allemaal mogelijk moest zijn. simpelweg omdat we vertrouwen hadden (of beter gezegd hoopten)









dat het mogelijk moest zijn om onze eigen recepten te ontwikkelen. Door me voor te stellen hoe ik wilde dat onze croissants en brioches zouden smaken en daarbij recepten die ik kende te verbeteren, hoe ik wilde dat onze macarons zouden zijn en hoe we ze zouden kunnen maken zonder kleur- en smaakstoffen, hoe de perfecte baguette moest zijn – door het beste te nemen van verschillende technieken en lokale traditionele recepten, door de trucjes te vermijden die veel bakkers gebruiken om het proces te vereenvoudigen, door goede ingrediënten te gebruiken, en door simpelweg gebruik te maken van de kennis van wat er in een deeg gebeurt, hoe een deeg ‘werkt’.

Minder dan een week voordat de bakkerij opening was eindelijk alle apparatuur geïnstalleerd en kon ik beginnen met proefbakken. Na twee testrondes kozen we het meel dat het beste werkte en reden we met een gehuurd bestelbusje naar Frankrijk om terug te komen met 900 kilo, het maximale gewicht dat het busje kon dragen. Ik had nog net tijd om een kleine testronde te doen met het nieuwe meel – de broden waren nog ver verwijderd van hoe ze moesten worden.



De bakkerij ging de volgende dag open, en het ging goed! De drie oefenrondes hadden net genoeg informatie gegeven over hoe het meel werkte, hoe de rijstkasten en de oven het best gebruikt konden worden. De broden waren mooi, de croissants en de patisserie precies zoals we ons hadden voorgesteld. We konden voor het eerst de winkel vullen en ontbijt en lunch aanbieden. Klanten werden heel snel vaste klanten. We kregen direct goede recensies in tijdschriften en magazines, en op de zaterdag begon zich een rij te vormen. Alles lukte, was goed genoeg, en langzaam maar zeker kon ik verdere verbeteringen maken en nieuwe recepten ontwikkelen.

Het eerste jaar begonnen mijn bakkerijdagen om half zeven 's ochtends. Ik bakte meestal alleen, terwijl mijn broer de winkel en het café beheerde. Vaak kreeg ik bijzonder gewaardeerde hulp van vrienden – die zich op hun beurt langzaam tot bakker ontwikkelden. 's Ochtends begon ik met bakken zodra ik de deur binnenkwam en maakte ik gebruik van de korte momenten waarin de ovens gevuld waren met broden en croissants om de





pâtisserie te maken, zoals tartelettes, canelés, scones, financiers en sablés. Rond negen uur begon ik met het eerste deeg, om half elf nog twee degen, en om half twaalf het laatste. Om één uur begon ik met het afwegen en vormen van de broden – waarmee ik tot een uur of vier bezig was. Daarna gaf ik de broden een langzame, koude rijs, zodat ze de volgende ochtend precies op het goede moment klaar zouden zijn om weer te bakken (zonder een warme narijs op het einde, zoals in veel bakkerijen de praktijk is). Tussendoor bakte ik meer baguettes en pâtisserie voor de winkel en maakte ik de degen voor de croissants en brioches. In de namiddag en de avond ververst ik het desem, sloeg ik het croissantdeeg om en vouwde ik de boter door het deeg, bereidde de pâtisserie voor de volgende dag zoveel mogelijk voor, maakte de macarons, en vormde ik als laatste de croissants en de brioches om de volgende ochtend te kunnen bakken. Ik was klaar rond elf uur 's avonds.

en nu...

De dagen zien er nu anders uit. We werken meestal met twee of drie bakkers, op drukke dagen met zijn vieren – en soms helpen winkel- en cafémedewerkers ook mee in de bakkerij – zodat de paar vierkante meter werkruimte in de bakkerij op een bijenkorf lijkt. Aangezien we meer bakken, de oven relatief klein is en de winkel 's ochtends soms meteen al druk is, begint een van ons eerder, rond 5 uur. De ander komt om 6 uur, en soms de derde bakker om 7 of 8 uur. We maken met z'n tweeën of drieën elke dag zo'n 400 tot 600 broden, op feestdagen het dubbele. We hebben geleerd hoe we alle voorbereidingen voor de pâtisserie tussendoor kunnen doen, door elke minuut te gebruiken. We bakken de laatste rondes broden en pâtisserie in de vroege middag, en zijn meestal rond een uur of twee klaar. Het werk is intensief, hectisch, levendig. Afhankelijk van de drukte rennen we heen en weer tussen het bakken, de afwas, het maken van de degen, het voorbereiden van de pâtisserie en het bijspringen in de winkel of het bedienen van klanten in het café – soms allemaal tegelijk. En elke handeling die we doen, elke keuze die we maken, komt terug in het brood.







## gist en desem

Als je gist gebruikt, is tijd ook een bepalende factor. Gist heeft tijd nodig, en die kan in meer of mindere mate gegeven worden.

Tot slot is ook de manier van bakken bepalend. Zonder warmte blijft een deeg rauw en is het alleen eetbaar in een heel kleine hoeveelheid. Bovendien zou de ontwikkeling van het deeg net zolang doorgaan totdat het zichzelf zou afbreken. Bakken bepaalt natuurlijk ook een groot deel van de typische smaak en geur van brood, door chemische reacties die alleen plaatsvinden bij sterke verhitting.

Het is goed om je ervan bewust te zijn dat het soort 'Europees' brood waar dit boek over gaat, geëxporteerd is naar de vroegere koloniale rijken. In veel landen heeft het lokale varianten en producten grotendeels verdrongen. Tot op zekere hoogte is het als het ware 'geüniversaliseerd', en hoewel dit soort brood door velen dan ook als universeel ervaren wordt, is dat eigenlijk niet zo.

Een belangrijk onderscheid tussen soorten brood is of het met gist of met desem is gemaakt. Wat zijn de verschillen?

Gist is een organisme dat suikers in het deeg verteert en daarbij koolstofdioxide produceert. Koolstofdioxide laat het brood rijzen doordat dit gas vastgehouden wordt door de gluten in een deeg (netten van eiwitten die ontstaan op het moment dat bloem en water worden gemengd).

Er zijn verschillende soorten gist. Het commercieel verkrijgbare gist staat bekend als 'bakkersgist' en kan gekocht worden in gedroogde vorm of in blokken van 'verse' gist. Het werkt relatief snel, en maakt het mogelijk om een deeg snel te laten ontwikkelen. Brood dat met gist gemaakt wordt heeft eigenschappen die hier een direct gevolg van zijn: lichtheid, een groot volume, maar ook een zachte kruim, een dunne korst, en een milde smaak. Soms is het brood zelfs smakeloos. Dit kan worden tegengegaan door een heel kleine hoeveelheid gist te gebruiken, waardoor een langer ontwikkelingsproces van het brood mogelijk wordt. De smaak kan dan veel sterker worden, puur en delicaat, en de korst steviger en knapperiger.

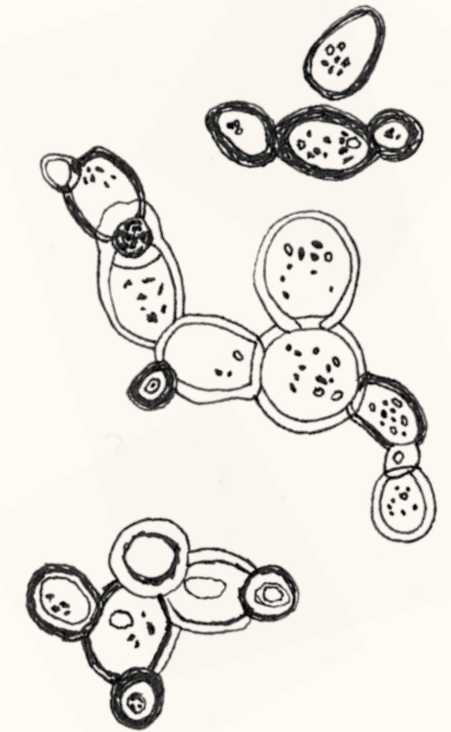
Desem bevat ook gist, maar dan een andere soort. In desem

zit een natuurlijke gist die in granen leeft, en die zelfs gewoon in de lucht zit, die zich heeft kunnen ontwikkelen in de juiste omgeving. De concentratie is minder groot, en de ontwikkeling van een brood op basis van desem gaat langzamer dan dat van brood met commerciële gist (al hangt dat natuurlijk ook af van de hoeveelheid). Een van de eigenschappen van de natuurlijke gist in een desem is dat het tegen een hogere zuurtegraad kan. Als je commerciële gist in een desem stopt, zoals in veel bakkerijen wordt gedaan om het proces te versnellen, is het voor een paar uur actief, maar zal het na verloop van tijd plaatsmaken voor de natuurlijke gisten in het desem, die beter bestand zijn tegen de toenemende zuurtegraad.

Naast natuurlijke gist bevat een desem ook een rijke bacteriecultuur. Die draagt bij aan de vorming van zuren in het deeg, maar ook aan een complex pallet van smaken, met name door de vorming van vluchtige organische vetzuren. Die zuurtegraad heeft invloed op het brood. Het zorgt ervoor dat de kruim veel langer vers blijft, doordat het zuur als een soort conserveringsmiddel werkt, en het verteert de granen al een beetje, waardoor ze voor ons lichter verteerbaar worden.

Vaak wordt aangenomen dat desem gezonder is dan commerciële gist. Dit hangt echter ook af van de werkwijze. Een gistbrood met weinig gist en een lange rijstijd kan lichter verteerbaar zijn dan een snel gemaakt desembrood; en een gistbrood van steengemalen biologisch meel dat weinig gekneet is kan meer voedingsstoffen bevatten dan een desembrood van industrieel gemalen meel dat lang gekneet is.

Het Franse *levain* betekent rijsmiddel en verwijst niet naar zuurheid. Afhankelijk van hoe je een desem gebruikt, kun je de zure smaak namelijk sterker of milder maken of zelfs vermijden, terwijl je wel de kwaliteiten van het desem als rij- en conserveringsmiddel behoudt. Aangezien een desem zich langzamer ontwikkelt, is de smaak vaak rijker en voller, en de korst sterker. Het brood is dan misschien zwaarder dan een brood met commerciële gist, maar het kan wel een heel open en luchtige structuur hebben. Dat heeft minder met de gebruikte soort gist te maken, en meer met de balans tussen de ingrediënten, en de manier waarop je het brood maakt – de keuzes die je maakt bij het kneden, het vormen, het rijzen en het bakken.



moleculen bakkersgist



## volkoren, meergranen en witbrood

Wanneer je een gistbrood en een desembrood maakt op een manier die tot maximale smaakvorming leidt, dan smaakt het gistbrood naar verse graan, licht nootachtig, de smaak die ontstaat doordat de eiwitten in het meel licht 'geroosterd' worden, en licht zoet, de smaak van de suikers die zich ontwikkelen in het deeg en die in de korst karamelliseren tijdens het bakken – pure, subtiele smaken. Het desembrood kan zowel een sterkere of mildere zure smaak hebben, maar is altijd stevig, rijk, vol van smaak, als een wijn die goed gerijpt is. Bij beide soorten brood zorgen chemische reacties in de korst tijdens het bakken voor verbindingen tussen eiwitten en suikers die karakteristiek zijn voor de smaak van elk goed brood – en die de typische broodgeur veroorzaken tijdens het bakken waardoor je het meteen, instinctief, herkent.

Veel mensen in Noord- en West-Europa en in de Verenigde Staten denken bij donker of meergranenbrood aan volkorenbrood, en bij volkorenbrood aan gezond en voedzaam brood. Veel mensen willen ook graag dat hun brood licht en luchtig is – en zien hierin geen tegenstelling. Bakkers, fabrikanten van meelmixen en marketingspecialisten van supermarkten weten dit. Zij zijn maar wat graag bereid tegemoet te komen aan de wens om het allemaal tegelijk te hebben terwijl dit eigenlijk niet kan.

In werkelijkheid is volkorenbrood altijd zwaarder en compacter dan witbrood, de donkere kleur heeft weinig van doen met het soort meel, en volkorenbrood heeft niet altijd een hogere voedingswaarde. De donkere kleur wordt vaak bereikt door geroosterde of verbrande mout aan een wit deeg toe te voegen, waardoor het mogelijk wordt de lichte structuur van witbrood te hebben, maar met de 'gezonde' kleur van volkoren. Een handje granen in het deeg maakt het vervolgens 'meergranen'.

Bij de aanname dat volkorenbrood gezonder is dan witbrood kunnen ook vraagtekens worden gezet. In volkorenbrood zit altijd meer vezel. Voor wie een dieet volgt waarin vaak te weinig vezel zit, is het waarschijnlijk verstandig om volkorenbrood te eten. In landen zoals Frankrijk, Portugal, Italië, en ook in het mediterrane Noord-Afrika, eten mensen over het algemeen witbrood. Zij halen vezels uit andere bronnen, zoals fruit en groenten. Voor vitamines en mineralen is het belangrijker hoe het

*foto: witte en walnoot-vijg petits pains*





## gezond of ongezond?

graan gemalen is en hoe het brood is geproduceerd. Steengemalen meel (in tegenstelling tot met cilinders gemalen meel, de meest gebruikte methode in industrieel verwerkt graan) bevat meer vetten. Bovendien gaan er minder vitamines en mineralen verloren tijdens het maalproces.

Het belangrijkste is echter de intensiteit waarmee vervolgens het deeg gekneet wordt. Om een lichte en regelmatige kruim in weinig tijd te krijgen wordt deeg vaak intensief gekneet, wat leidt tot de oxidatie en verlies van veel van de aanwezige vitamines. Het deeg (meestal op basis van bloem) wordt hierdoor gebleekt, waarna net zo makkelijk het perfect witte supermarktbrood kan worden geproduceerd als een donker meergranenbrood. Bij een echt volkorenbrood van volkoren tarwemeel gaan de vezels natuurlijk niet verloren tijdens het intensieve kneden en het brood blijft bruin, maar vitamines (en smaak) verdwijnen wel.

Vaak wordt de vraag gesteld of brood überhaupt gezond is. Brood staat symbool voor snelle koolhydraten en gluten en zou zwaar verteerbaar zijn.

Dit is een reële vraag als je kijkt naar de snel gebakken broden die in de supermarkt liggen, maar ook bij veel kleine 'ouderwetse' bakkerijen (waar geproduceerd wordt op een wijze die zich maar weinig onderscheidt van industrieel gemaakt brood). Ook 'hippe' bakkerijen werken vaak op dezelfde wijze, daar zijn dan alleen het uiterlijk en de presentatie ambachtelijk. Het brood heeft bijna geen voedingswaarde – afgezien van de koolhydraten – en door het snelle werken zijn de granen nauwelijks 'voorverteerd' en inderdaad zwaar op de maag. Bovendien worden allerlei hulpstoffen toegevoegd die op hun beurt niet voor iedereen even makkelijk verteerbaar zijn, bijvoorbeeld extra gluten en melkpoeder, of er wordt gebruikgemaakt van graansoorten die zo gemanipuleerd zijn dat ze extra gluten vormen.

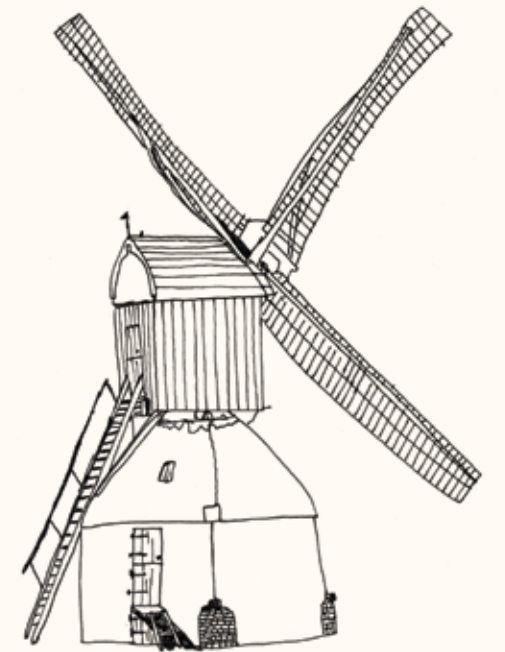
Een brood dat gemaakt wordt met steengemalen meel en met een langzamer proces, waarbij de gluten gedeeltelijk worden afgebroken en het graan wordt voorverteerd door zuren, en waarbij het deeg niet of minder intensief wordt gekneet, vormt


juist een zeer rijke voedingsbron, vol essentiële mineralen, vitamines en eiwitten, en is veel lichter verteerbaar.

De opkomst van speltmeel (voor brood, maar ook bijvoorbeeld in producten variërend van koekjes en cake tot muesli en croissants) kun je in dezelfde context zien. De meelfabrikant, en op hun beurt ook de bakker en de supermarkt, laat de klant graag geloven dat speltmeel gezonder is en geschikt is voor mensen met glutenintolerantie – en eigenlijk iedereen. De suggestie wordt gewekt dat het natuurlijker en authentieker is, en de prijs kan ook gelijk een stukje omhoog. Hierbij wordt opnieuw voorbijgegaan aan het feit dat het productieproces van brood bepaalt hoe zwaar of licht verteerbaar een brood is, en ook voor een groot deel hoe hoog het glutengehalte is. Tenzij iemand een heel specifieke allergie heeft, is het verschil tussen gewone tarwe en spelt chemisch gezien klein ('zuivere' spelt is bovendien bijna niet te vinden). Er worden in beide broodsoorten gluten gevormd, in meer of mindere mate afhankelijk van de intensiteit van kneden, de lengte van de rijstijd, het zuurgehalte, of er gebruik wordt gemaakt van extra sterke varianten graan, en of er door de bakker of de meelfabrikant gluten worden toegevoegd aan het meel.

### mijn keuze

Ik kies als bakker voor productiemethoden die de voedingswaarde behouden en versterken, en de smaak van ieder soort meel naar voren laten komen. Volkorenbrood bak ik precies vanwege zijn eigen dominante smaak, gekarakteriseerd door de grote hoeveelheid vezels. Wit of 'grijs' brood (met meel dat tussen volkoren en wit in zit) eveneens voor zijn eigen smaak waarbij er, doordat er minder vezels in zitten, meer ruimte is voor andere, meer subtiele smaken om naar voren te komen. Het hangt ook af van hoe je het brood wil combineren met ander eten. Voor kaasfondue zou ik zonder twijfel kiezen voor een baguette, voor een sandwich met groenten of sla kan een grijs desembrood perfect zijn. Vanuit mijn achtergrond met de Franse en mediterrane keuken kies ik vaak voor verschillende soorten witbrood, die balans kunnen bieden aan allerlei smaken, zonder te domineren. In plaats van meergranenbrood te maken, probeer ik de smaak van het meel zelf zo goed mogelijk te ontwikkelen.





## zelf brood maken - wat je moet weten

meel, zout, gist en water 48

kneden, mengen en autolyse 56

het deeg laten rusten en het deeg omslaan 64

de broden vormen 72

het plannen van rusttijden; werken met de koelkast 84

bakken 86

het maken en verzorgen van een desem 92

werken met een voordeeg 100

het gebruik van percentages 102



## hoe kies je meel, zout en gist en wat doet water met je deeg?

De makkelijkste manier van brood maken is niet anders dan het mengen van bloem, water, zout en een rijsmiddel zoals gist of een thuisgemaakt desem, dit dan een tijdje laten rusten om het daarna in een goed voorverwarmde oven te doen... Maar door te kijken naar h oe je die stappen doet en door het vormen van deeg al dan niet als vierde stap toe te voegen, kun je heel veel verschillende soorten brood maken, alle van een heel goede kwaliteit.

Hieronder zal ik deze stappen een voor een toelichten: mengen, het laten rusten en rijzen van het deeg, vormen (indien van toepassing), en bakken. Het doel is om te begrijpen wat er gebeurt wanneer je met een deeg werkt zodat je ook ziet en begrijpt wat er gebeurt wanneer je de recepten in dit boek uitprobeert. Je kunt dan van tevoren voorspellen hoe het brood zal worden, welke smaak het krijgt, hoe het eruit zal zien, hoe het zal voelen en hoe het zal ruiken, simpelweg door te kijken naar de werkwijze die wordt toegepast in een recept en de ingrediënten die worden gebruikt.

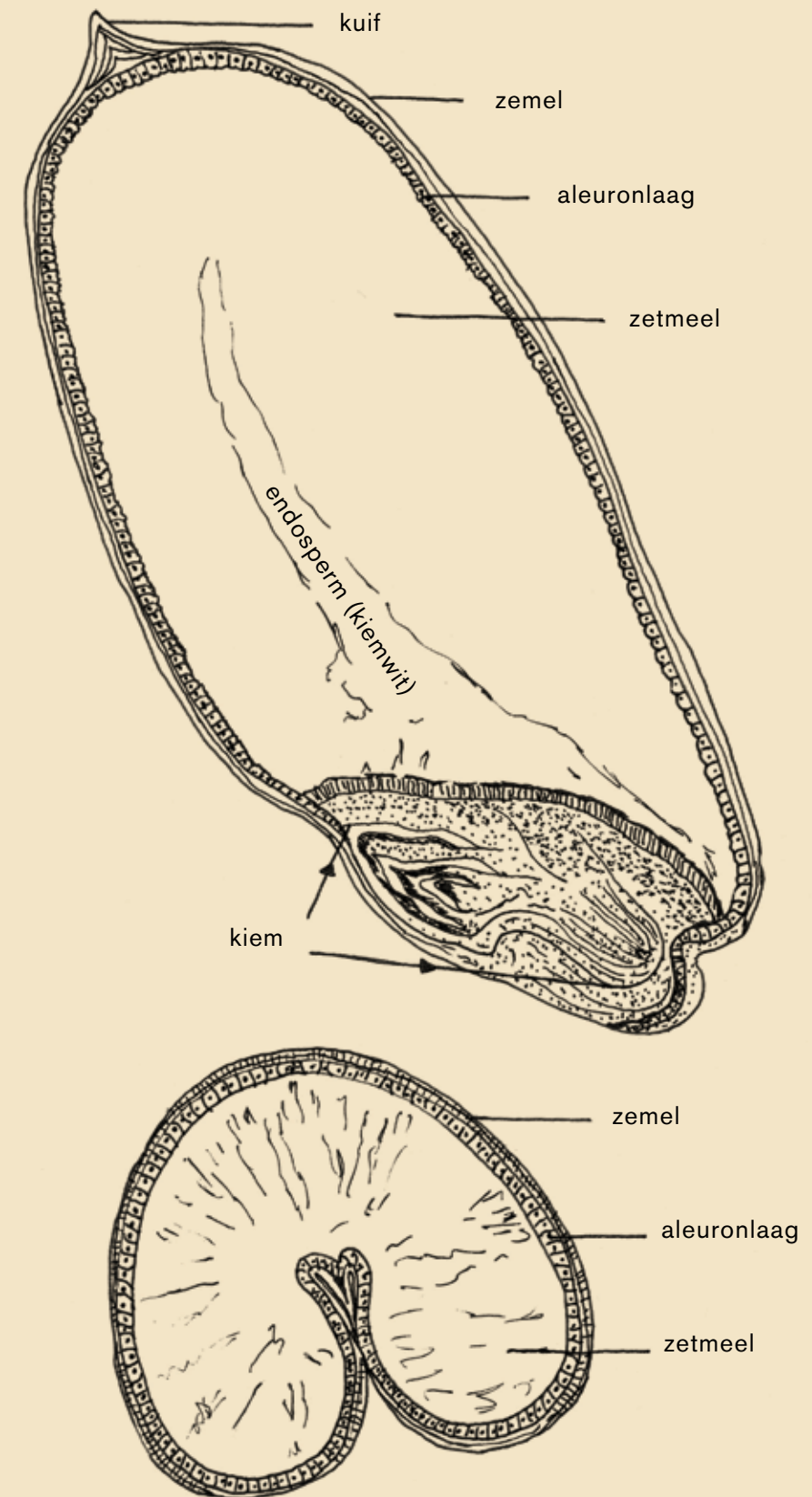
Als eerste zal ik wat meer uitleggen over de basisingrediënten die je nodig hebt.

Voordat je brood gaat bakken zul je meel, zout en gist in huis moeten halen. In dit stuk gaan we in op de keuzes die je hierbij maakt – en de gevolgen die het heeft wanneer je een bepaalde soort meel gebruikt, of een andere hoeveelheid water, voor het karakter van het brood.

### meel

We beginnen met meel, het eerste ingrediënt dat je nodig hebt om deeg te maken. Elk soort meel dat je gebruikt heeft andere eigenschappen, moet anders worden verwerkt, en leidt tot een ander eindresultaat. In de appendix gaan we iets verder in op de technische eigenschappen waar je naar zou kunnen zoeken – als je zover wilt gaan. Hier is het de bedoeling om je een algemeen idee te geven van de keuzes die er zijn.

Er bestaat niet zoiets als meel dat voor alles geschikt is. Als bloem op deze manier wordt verkocht, dan betekent het dat





het nergens echt goed voor werkt. Maar als je geen keuze hebt kun je het gewoon gebruiken. Voordat ik me echt verdiepte in het bakken deed ik dat zelf ook. Een taartje of koekje wordt misschien niet zo krokant als wanneer je patisseriebloem zou gebruiken, een brood krijgt misschien niet dezelfde open structuur of mooie korst als wanneer je broodmeel gebruikt. Een brood zal iets compacter worden en iets minder mooi zijn vorm behouden tijdens het bakken, maar kan nog steeds veel beter en lekkerder worden dan het brood dat doorgaans in de supermarkt of bij de bakker verkocht wordt – zeker de moeite van het bakken waard.

Als het mogelijk is, koop dan meel waarop bijvoorbeeld 'broodmeel', 'meel voor witbrood' of 'meel voor volkorenbrood' staat. Deze benaming verwijst vooral naar de hoeveelheid en de eigenschappen van de eiwitten in de bloem. De eiwitten zijn nodig om een netwerk van gluten te maken dat het brood samenhoudt en dat de gassen vasthoudt die gevormd worden tijdens het rijzen en het bakken. Wanneer je het meel bij de supermarkt koopt, probeer dan de meelmixen te vermijden, en kijk of er niet te veel toevoegingen in zitten.

Ascorbinezuur is geen probleem; het is vitamine C en heeft een positief effect op het behoud van de smaak en kwaliteiten van de bloem tijdens het maken van brood. Amylase is ook niet iets om van te schrikken; het is een enzym dat van nature aanwezig is in meel en dat essentieel is voor het maken van brood. Soms wordt het toegevoegd als er te weinig amylase in het meel zit. Probeer wel alles te vermijden dat bedoeld is om de bloem of het deeg witter te maken of te bleken, en probeer ook bloem zonder toegevoegde suikers (bijvoorbeeld lactose) of vetten te kopen.

Wanneer je naar een molen gaat, of naar een ambachtelijke bakkerij (niet van het soort dat zelf meelmixen gebruikt) kun je proberen wat meer gericht te vragen. Bijvoorbeeld naar broodmeel dat geschikt is voor baguettes (uitrekbaar, niet te elastisch, niet te sterk), of naar meel dat minimaal twee weken geleden gemalen is, maar liever nog een maand (het meel heeft dan een beetje kracht ontwikkeld en is minder plakkerig, waardoor je het makkelijker kunt verwerken met een beter resultaat als gevolg). Of, wanneer je het brood in een pan in de oven bakt, juist



## pavé

Een pavé is een brood met een bijna rechthoekige vorm, vernoemd naar het soort straattegel waarover wielrenners zich elk jaar van Parijs naar Roubaix vechten in een van de beroemdste wielklassiekers. Het kan met een soortgelijk deeg worden gemaakt als een baguette – het deeg voor de baguette tradition geeft het beste resultaat. Belangrijk is een goede ontwikkeling tijdens de voorrijs, om vervolgens de broden snel te vormen, waarbij je ze veel spanning meegeeft maar de naad niet te goed afsluit, waardoor deze tijdens het bakken weer openbarst. Om dat mogelijk te maken bak je de broden ondersteboven, met de naad boven. De pavé is anders dan de baguette wat betreft de verhouding kruim en korst. Ook de grootte en de handelingen bij het vormen zijn net iets anders. Dat zorgt voor een licht afwijkende smaak, ook al is het brood van precies hetzelfde deeg gemaakt. Het is moeilijk om dit verschil onder woorden te brengen, ook al omdat elke keer dat je bakt de smaak net iets anders wordt door verschillen in het meel, in de temperatuur en het bewerken. Probeer het uit: maak de twee soorten brood op dezelfde dag van hetzelfde deeg.

### ingrediënten

**broodmeel** 1000 gram

**type** meel T55 of T65, gemiddelde sterkte, uitrekbaar

**water** 600-660 gram (60-66%)

**zout** 20 gram (2%)

**gist** 2 gram (0,2%)

**autolyse** 45 minuten

**kned** niet, behalve voor het mengen van de ingrediënten

**gewicht van een deegstuk** ongeveer 500 gram

### methode

Zoals bij de baguette tradition, lees op pagina 120-121. Je kunt beide methodes gebruiken, maar let erop dat het brood goed ontwikkeld is voor het vormen, en let erop dat de ontwikkeling tijdens de narijs niet te sterk is (maximaal 15 tot 18 uur in de koelkast). Het deegstuk moet nog genoeg kracht hebben om te kunnen openen zonder dat je het insnijdt en de naad moet nog zichtbaar zijn

deze hoeveelheden zijn  
voor 3 pavés





## épi



Een épi is simpelweg een andere vorm die je met een baguette-deeg kunt maken. Je knipt de baguette een aantal keer in met een scherpe schaar, steeds op dezelfde afstand, nadat je hem hebt ingesneden met een rechte lijn, vlak voordat je de baguette in de oven doet. Je houdt de schaar op een hoek van 45 graden, maar zonder dat je het deeg optilt zoals bij de petits pains, en je let op dat je niet helemaal tot de onderkant doorknipt. Na elke knip leg of vouw je het geknipte stukje deeg (dat nog steeds vastzit) naar de zijkant, in een snelle beweging zodat het deeg niet weer gaat plakken. Je legt de stukjes steeds om en om aan de ene en de andere kant neer. De naam épi is Frans voor korenaar, omdat dat de zeer fraaie vorm is die het brood nu krijgt.



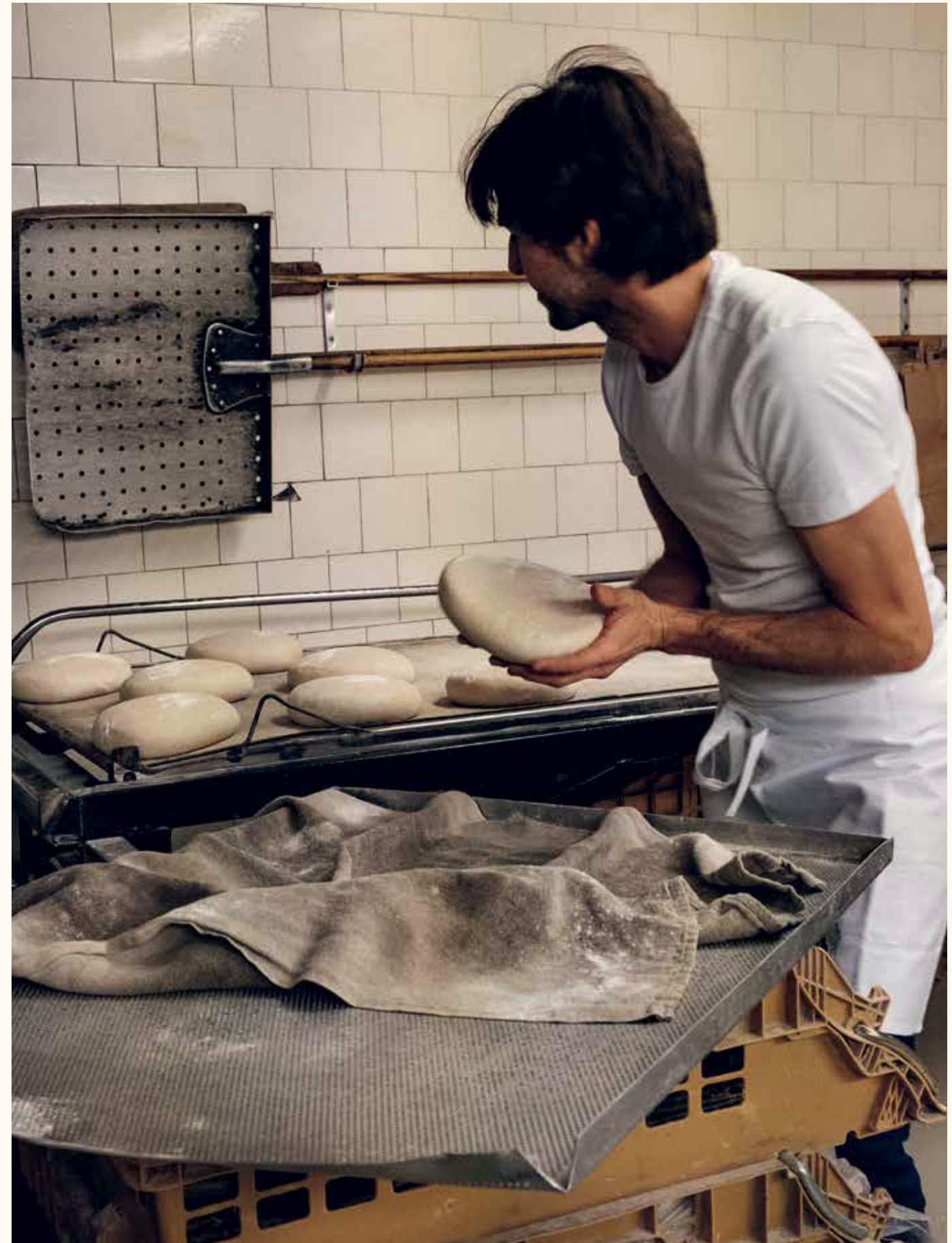


## desem

Er zijn veel verschillende soorten brood die met desem gemaakt worden, en dus ook veel mogelijke recepten. Hier kijken we naar twee van de meest gemaakte soorten in Frankrijk. Een zuurdesem boule, gemaakt met Type 80 meel (bise), en een zuurdesem batard, gemaakt met wit Type 65 meel. Het zijn beide traditionele landbroden en ze lijken op sommige van de broden die je vindt op het platteland in Italië, Portugal, Zwitserland en Duitsland – hoewel in elke regio weer met een andere nadruk: lichter of zwaarder, zuurder of minder zuur, een stevigere of een zachtere korst, et cetera. Om een voorbeeld te geven van beide methodes en de verschillen in de textuur en smaak wanneer je het ene of het andere soort desem gebruikt, maken we de boule met een sterker, compacter en zuurder desem, en de batard met een lichter, vloeibaar desem. De boule zal net iets compacter worden, en een duidelijkere zure smaak krijgen, terwijl de batard een hele open, luchtige structuur krijgt en een volle, rijke maar niet noodzakelijk zure smaak zal ontwikkelen. Beide broden zullen een sterke, smaakvolle korst hebben en een aantal dagen goed blijven.

In de bakkerij maken we beide soorten brood met een vloeibaar desem. De recepten zijn precies hetzelfde, behalve wat betreft de hoeveelheid water – simpelweg om te compenseren voor de verschillende hoeveelheid water in het desem zelf, en een klein beetje voor het gebruik van een ander type meel in ons voorbeeld (T65 of T80). Een vloeibaar desem moet vóór de autolyse toegevoegd worden, en een vast desem achteraf. De reden is dat bij gebruik van een vloeibaar desem een groot deel van het benodigde water voor het deeg in het desem zit. Zonder het desem is het deeg te droog om goed te kunnen mengen.

Ik geef hier een basismethode. Je kunt hier heel goed mee variëren, bijvoorbeeld door in plaats van de langere rijs in de koelkast een kortere rijs bij kamertemperatuur te geven. De zure smaak wordt hierdoor milder, tegelijkertijd zullen er echter minder suikers in het deeg zitten omdat de amylase minder tijd heeft het zetmeel af te breken. Het brood heeft dus letterlijk een minder ontwikkelde smaak – maar is ideaal als je een brood wil zonder zuur in de smaak en met een lichtere korst.







walnoot-vijg en walnoot



walnoot-blauwe kaas



# walnoot-blauwe kaas

deze hoeveelheden zijn voor 4 walnoot-blauwe kaas broodjes

## ingrediënten

**broodmeel** 400 gram

**type** meel T65, gemiddelde sterkte

**desem** 200 gram (verhouding meel en water: 1-1)

**water** 220-240 gram (*samen met water in het desem: 64-68%*)

**zout** 7 gram (*1,4%*)

**blauwe kaas** 140 gram, stevige, vaste, bijvoorbeeld danish blue, in kleine stukjes gesneden en dan weer gekoeld in de koelkast (*28%*)

**walnoten** 125 gram, licht geroosterd en afgekoeld (*25%*)

**autolyse** 45 minuten (meel, water en desem)

**kned** niet, behalve voor het mengen van de ingrediënten

**gewicht van een deegstuk** ongeveer 250 gram

## methode

deegtemperatuur na mengen en autolyse: 26 graden. Voeg de walnoten toe na de autolyse en nadat je het zout kort door het deeg hebt gemengd. Breek een gedeelte van de walnoten vlak voordat ze je toevoegt zodat een deel van de olie uit de walnoten zich door het deeg mengt. Meng opnieuw kort; het hoeft nog niet perfect gemengd aangezien de walnoten nog beter door het deeg worden verspreid tijdens het toevoegen van de blauwe kaas.

Om de kaas toe te voegen leg je het deeg neer op een licht vochtig werkblad, maak je het plat en rek je het uit. Neem iets meer dan de helft van de kaasstukjes en verdeel deze over het oppervlak, waarbij je erop let dat er steeds een (heel klein) beetje ruimte zit tussen de stukjes, zodat ze niet samensmelten tot een grote laag. Rol het deeg op als een pannenkoek, draai 90 graden, horizontaal, en druk opnieuw plat (indien nodig nadat je het werkoppervlak opnieuw vochtig hebt gemaakt zodat het deeg niet plakt). Verdeel de overgebleven kaas over het deeg en rol opnieuw op. Geef een enkele vouw en bewaar het deeg in een licht bebloemde of licht ingevette kom.

rusttijd (voorrijs): ongeveer 2-3 uur gedeeltelijk op kamertemperatuur, gedeeltelijk in de koelkast, omslaan halverwege, in elk

