

Dinkelkorn desembrood

Jan de Graaf

Simpel te maken, oergezond, voedzaam en vooral: lekker!

Maak 's avonds rond etenstijd in een kwartiertje het deeg en zet het bakblik weg met een doek erover. Bak 's ochtends het gerezen brood in plm 55 minuten op 190° gaar.

Ik kreeg een recept van Christina Oppermann, een cursiste in de Reader-Coach opleiding. Dinkelkorn is speltmeel; ik had daar romantische plaatjes bij want mijn moeder komt uit Twente, het land tussen Dinkel en Regge - en Nordwalde in Duitsland waar Christina woont, is daar niet ver vandaan. Hoewel elk mogelijk verband achteraf een eigen verzinsel bleek te zijn, smaakt het brood ook zonder deze nostalgische bijsmaak voortreffelijk.



Bereiding (zuur) desem: het Moederdeeg

Je kunt dit brood met gist maken; ik kies voor desem. Een schone jampot voor een kwart vullen met speltmeel en dit aanlengen met zoveel water dat er een smeug papje ontstaat. Zet in de koelkast en roer dagelijks even om. Voeg steeds wat speltmeel en water toe. Geleidelijk zie je belletjes ontstaan en ruik je een lichtzure geur. Na vier tot vijf dagen is de pot ½ vol en de desem rijp. Nu kun je het eerste brood ermee gaan bakken. Dit is je Moederdeeg, dat je steeds ververst maar toch een jarenlange ketting gaat vormen. In de koelkast blijft het 7-10 dagen goed. Het bijzondere aan werken met desem is natuurlijk, dat je vanaf dit moment de baas bent over een kolonie bacteriën. Het zijn je eigen goedaardige huishoudbacteriën die eerst als luie donders in hoeken en gaten rondhingen, maar nu door jou aan het werk worden gezet. Je kunt hun enthousiasme en dankbaarheid ruiken en proeven – en elke keer weer aan het werk zien in het trots zwellen van je brood.

Bereiding Desembrood van volkoren speltmeel

1. Haal de desem 's ochtends uit de koelkast en doe er nog wat meel en water bij. Meng 's- avonds met de pollepel in een grote kom het meel, de desem en steeds zoveel (lauw) water, tot een soepele maar kleverige klomp deeg ontstaat.
2. Neem hiervan stukjes af en vul de schoongemaakte jampot weer tot plusminus éénderde. Doe er wat water bij en roer tot een papje; zet weg in de koelkast voor je volgende brood.
3. Nu doe je één of twee (kleine) theelepels zout bij het deeg en roer dit door. Goochel de klomp deeg met de pollepel in de ingevette vorm.
4. Versieren: bestrooi met sesam, zonnebloempit, haver of speltvlokken. Kwast de bovenzijde in met water zodat de pitjes aan de korst hechten, ook naar de zijkanten.
5. Zet de vorm bedekt met een doek weg (kamertemperatuur) tot de volgende ochtend.

Rijzen: is jouw kolonie goed op je ingespeeld, dan zie je in de ochtend een prachtig, tot de rand van de vorm gerezen brood. De rijs is ongeveer tot het dubbele van het volume van het deeg. Als de rijs na 12 uur wat minder is, kun je nog een paar uur wachten of de volgende keer wat meer desem aanmaken. Oppimpen door het brood in een lauwwarme oven te zetten helpt maar veroorzaakt gemakkelijk overrijs: het deeg kruipt je vorm uit maar stort tijdens het bakken weer in. Elk brood is weer anders, en er zijn eigengereide broden bij.

Bakken: schuif het brood in het midden van de koude oven, stel in op 180 à 190 graden en bak het gaar in 55 tot 60 minuten. Schud het brood uit de vorm op een grill of snijplank. Klop met je knokkel op de korst – als het hol klinkt is het brood gaar. Indien niet: nog een minuut of vijf zonder vorm in de oven.

Opmerkingen: ook als basis voor krenten- (gewelde) rozijnen- en/of notenbrood is dit recept geschikt. Als je wilt kneden moet er minder water bij het deeg, zodat het niet zo kleverig is. Bestuif het aanrecht met speltmeel en kneed het deeg goed door, zet in de kom met een doek erover een paar uur weg. Daarna nog een keer goed doorkneden en in de vorm doen. Rijstijd totaal 10 - 12 uur.

Bewaren: gewikkeld in een doek is het brood goed houdbaar, maar kan wat hard en droog worden. Een vochtige doek helpt om tot het laatste kapje te kunnen genieten. Een halfje of sneetjes invriezen werkt ook.

Variaties: in het oorspronkelijke recept wordt de versiering door het deeg gemengd en wordt 50 gram verse gist aangemaakt met lauwwarm water en twee eetlepels vruchtenazijn.

Het bakblik bestuiven met meel na het invetten geeft aan het gebakken brood een ambachtelijke uitstraling. Je kunt er ook 50 gram lijnzaad doorheen doen (voor de vlotte stoelgang).

BENODIGD

Volkorenbrood:

500 gram volkoren (spelt)meel
400 cl water (0,4 liter)
1 - 1½ theelepel zout
½ sjempot desem

Voor versiering:

Zonnebloempitten
Sesamzaadjes
Spelt- of havervlokken

Materiaal:

Mengkom
Houten pollepel
Bakblik (cakevorm)
Kwastje
Wat (olijf of andere) olie om het bakblik in te vetten.

Dit brood kan ook met een zakje droge gist (7 gram) gemaakt worden, of met 40 gram verse gist (aanlengen met lauw water) rijstijd plm 1 uur.