

Bereid een zuurdesemstarter met een zuurdesemmaker en bak natuurlijk gezuurd brood met meer smaak en geur.



VEELZIJDIGE BEKER MET DEKSEL

Het functioneert als de deksel van de zuurdesemmaker, maatbeker en bewaarkop. De markeringen aan de zijkant van de beker (cups/grammen en milliliters) helpen je bij het nauwkeurig meten van water en bloem bij elke voeding van de starter. Het deksel op de pot zorgt voor luchtcirculatie en bevordert de actieve culturen in je zuurdesemstarter.



HET BEWAREN VAN DE STARTER

Wanneer veilig bewaard in een veelzijdige beker met deksel, is de zuurdesemstarter altijd klaar voor je volgende bakbeurt. Om ervoor te zorgen dat de starter nooit uithongert, gebruik je de fermentatieklok om de tijd van de meest recente voeding te markeren. Als je de starter op kamertemperatuur bewaart, voed het dan eenmaal per dag; als je het in de koelkast bewaart, voed het dan eenmaal per week.



MAATLEPEL

Gemakkelijk te gebruiken lepel van 5 ml om zout of water af te wegen bij het voeden van de starter. De vorm maakt het eenvoudig om de lepel schoon te vegen na het mengen van de starter.



RUBBEREN BAND

Markeer het initiële niveau van de zuurdesemstarter voordat deze rijst. Je zult zien wanneer de starter verdubbeld is en klaar is om te bakken.



BEWARINGSDEKSEL

Bevestig de afsluitende schijf aan de ring van de zuurdesemmaker om de glazen pot af te sluiten voor het bewaren van zuurdesemdeeg of voor andere fermentaties die je in de koelkast wilt bewaren.

ZORG VOOR DE ZUURDESEMFERMENTER

Voordat je het voor de eerste keer gebruikt, was je alle onderdelen met warm water en afwasmiddel. Spoel het afwasmiddel grondig weg. De onderdelen van de zuurdesemmaker moeten met de hand worden gewassen.

- Gebruik water en een zachte keukenborstel om de maker of beker schoon te maken als het deeg aan de wanden is opgedroogd. Gebruik nooit draadreinigingsborstels of scherp gereedschap.

- Houd de maker tijdens het fermentatieproces uit direct zonlicht en uit de buurt van warmtebronnen in de keuken.

- De gekleurde ring heeft een afdichtingsring aan de binnenkant; verwijder deze wanneer je de ring samen met de afsluitende schijf wilt gebruiken om de bewaardeksel te maken.

- Na gebruik haal je de afdichting uit de ring en was je beide onderdelen met afwasmiddel. Zorg ervoor dat beide droog zijn voordat je de afdichting terug in de pot plaatst.

- Bio-plastic is gebruikt voor elk plastic onderdeel. Dit betekent dat het milieuvriendelijker is omdat het van biologisch materiaal is gemaakt. De bio-plastic onderdelen moeten bij het plastic afval worden weggegooid.

HOE TE BEGINNEN

Om aan je zuurdesem bakavontuur te beginnen, heb je een actieve zuurdesemstarter nodig. Een actieve starter heeft een gistachtige geur en bubbels. Het verdubbelt snel in omvang nadat je het hebt gevoed.

HOE KRIJG JE EEN STARTER?

Optie 1: Je hebt al een slapende starter in je koelkast of iemand geeft je een klein deel van een starter. Dit geeft je een levende starter die je kunt gebruiken in recepten nadat je het één of twee keer hebt gevoed.

Optie 2: Koop gedroogde zuurdesemstarter (bekijk de Kefirko Organic serie). Je krijgt een poedervormige starter die eerst geactiveerd moet worden. Dit kan een paar dagen duren (2-3).

Optie 3: Maak zelf een zuurdesemstarter. Dit proces duurt het langst omdat je een levende starter moet creëren door de micro-organismen in het meel ten minste zeven dagen te voeden.

Optie 2:

Activering van gedroogde starter (Kefirko Organic zuurdesemstarter):

- Combineer 15 g gedroogde zuurdesemstarter + 25 ml lauw water + 30 g bloem en laat het 6 tot 8 uur staan.
- Voeg 25 ml lauw water + 30 g bloem toe en laat het 12 tot 16 uur staan.
- Voeg 60 ml lauw water + 60 g bloem toe. Laat het 12 uur staan.
- Verwijder de helft van het mengsel en herhaal stap 2 totdat de zuurdesemstarter actief is.

Optie 3:

Het maken van een starter vanaf het begin:

Recept voor de starter:

- Combineer 30 g bloem + 30 ml lauw water in een pot.
- Voed het na 48 uur met 30 g bloem + 30 ml water. Laat het 24 uur staan.
- Verwijder de helft van de starter en voed het met 30 g bloem + 30 ml water. Laat het 24 uur staan.
- Herhaal stap 3 elke dag gedurende minstens zeven dagen totdat de starter actief is.

BEGIN MET BAKKEN

Zodra je een actieve zuurdesemstarter hebt, moet je levain maken om te bakken. Dit is de hoeveelheid zuurdesemstarter die je nodig hebt voor het recept dat je wilt bereiden. Levain wordt bereid met hetzelfde type bloem dat ook in het recept nodig is. De stappen zijn altijd hetzelfde:



1. VOED DE STARTER

2. LATEN FERMENTEREN

3. BEGIN MET BAKKEN

Een algemene beschrijving van de stappen die nodig zijn om het beste zuurdesembrood te bereiden. Er kunnen enkele aanpassingen zijn voor verschillende soorten bakken, zoals zoet zuurdesem of gebak. Dit tijdschema heeft betrekking op broodbereiding.

ACTIE	TIJD NODIG
Levain maken	7-10 uur
Autolyse	1 uur
Levain toevoegen	-
Stretch & fold, bulkrijs	2-3 uur (elke 30 minuten)
Vormgeven	-
Laatste rijzing	3-4 uur
Inkepingen maken en bakken	1 uur

Het bakschema moet worden aangepast op basis van wanneer je je gebakken producten klaar wilt hebben. Als je bijvoorbeeld wilt dat je brood om 16.00 uur op zaterdag wordt gebakken, begin dan op vrijdagavond met het voorbereiden van de levain met actieve zuurdesem. Activeer je starter op vrijdagochtend als deze inactief is geweest in de koelkast.



Scan de code en krijg toegang tot de recepten!
(ALLEEN IN HET ENGELS)

EENVOUDIG WIT BROOD RECEPT

Ingrediënten:

- 500 g tarwebloem + 30 g voor levain
- 350 ml water + 25 ml voor levain
- 10 g zuurdesemstarter
- 10 g zout

Levain maken: Combineer 10 g zuurdesemstarter, 30 ml water en 30 g bloem in de glazen pot van de zuurdesemmaker. Laat het op kamertemperatuur fermenteren totdat het in omvang verdubbeld is (7-10 uur).

Autolyse: In een grote kneedkom combineer je 350 ml lauw water en 500 g bloem. Laat het ongeveer een uur rusten. Enzymen in het bloem breken zetmeel en eiwitten af tijdens deze rustperiode, wat resulteert in een betere kruim en hydratatie in het brood. Dit proces wordt autolyse genoemd.

Levain toevoegen: Meng na de autolyse de levain en 10 g zout erdoorheen.

Stretch & Fold: Het uitrekken en vouwen van het deeg zal nu de komende twee tot drie uur plaatsvinden. Rek het deeg met je handen uit en vouw het elke 30 minuten.

Vormgeven: Na de laatste stretch en fold, vorm je het brood met je handen in de gewenste vorm (bol, baguette, batard) en bedek het om de laatste rijzing voort te zetten.

Laatste rijzing: Dit kan op kamertemperatuur gebeuren (3-4 uur) of in de koelkast (overnight). Het deeg moet minstens in omvang verdubbelen.

Insnijden en bakken: Haal het brood eruit en snijd het in met een insnijdingsmes voordat je het bakt. Insnijden is belangrijk omdat het brood in de oven zal rijzen en insnijdingen voorkomen dat de korst barst. Plaats het in een voorverwarmde pan (dutch oven) en bak het in de oven (ongeveer 1 uur). Eerst 45 minuten afgedekt op 240 °C, daarna 15 minuten op 220 °C zonder deksel. Bak tot goudbruin.

TIPS

- Draai de beker op de ring als je het vergrendeld wilt hebben. Dit voorkomt luchtcirculatie in de pot tijdens het fermentatieproces. Als je de beker niet vergrendelt, wordt de luchtcirculatie ingeschakeld.
- Siliconen worden gebruikt om de deksel van de beker en de afsluitende schijf te maken, waardoor ze kunnen meebewegen met de gasophoping in de container tijdens fermentatie. Je ferment is zeer actief wanneer je ziet dat de deksel omhoog begint te komen of opzwelt.
- Gebruik de markeringen op de zijwanden van de beker om te helpen met meten, of gebruik de maatlepel voor kleinere hoeveelheden.
- De veelzijdige beker is perfect voor het bewaren van de starter in je koelkast. Bedek het met de kleine siliconen deksel van de beker en zet het op het rek van de koelkast. Het zal veilig op je wachten voor de volgende bakbeurt.

HET KIEZEN VAN HET MEEL

De kwaliteit van de ingrediënten is belangrijk bij het bakken met zuurdesem. Het belangrijkste onderdeel, het meel, is waar de actieve micro-organismen voor fermentatie te vinden zijn.

Hoe kies je het meel voor het maken van zuurdesem?

Omdat behandelde en gebleekte tarwe geen levende micro-organismen bevat, is het belangrijk om het niet te gebruiken. Wij raden aan om hoogwaardig lokaal biologisch meel te gebruiken. De beste keuze zou zijn om je eigen graan te malen, maar biologisch meel uit de supermarkt zou ook moeten werken.

Welk type meel is het beste?

Voor de beste resultaten kun je altijd verschillende soorten meel kiezen. Elk type meel zou moeten werken met zuurdesem, maar als je helemaal opnieuw begint met de starter, kunnen volkoren- of roggebloem het proces versnellen. Nadat je starter actief is, kun je altijd verschillende soorten meel gebruiken. Wat belangrijk is, is dat je de starter voedt met hetzelfde type meel als waar je mee wilt bakken.

Werkt glutenvrij meel?

Veel mensen met glutenintolerantie genieten van zelfgebakken zuurdesembrood. Er zijn veel tips en trucs online te vinden over hoe je succes kunt hebben met dit type meel. Het brood dat gemaakt is met glutenvrij meel is meestal compacter en kruimeliger. Meestal zijn toevoegingen zoals xanthaangom of psylliumschil nodig.