



Stellingkorenmolen "de Fortuin"

Molenbelt 5, Hattem

038-4443990

www.molendefortuin.nl

Wetenswaardigheidjes en tips voor het bakken van brood.

Het broodbakken op de traditionele wijze vereist enige kennis en inspanning. Maar met de komst van de broodbakmachine, die het lastige kneden en het gevoelige rijsp proces overneemt, is dit een stuk eenvoudiger geworden en kan men gemakkelijk zelf een heerlijk vers brood bakken.

Meel

In onze molen "De Fortuin" wordt het graan nog op de eeuwenoude, ambachtelijke wijze gemalen, namelijk tussen twee liggende molenstenen. Ons eindproduct is daardoor wat "grover" dan fabrieksmeel. Zo maken wij molenaars volkorenmeel, waar niets uit verwijderd of aan toegevoegd is. Dit meel geeft een vrij compact, voedzaam brood wat naast ouderwets smakelijk ook erg goed voor de spijsvertering is.

Voor een wat lichter en voedzaam brood kan men dezelfde hoeveelheid volkorenmeel vervangen door bloem. Neemt men echter alleen bloem dan ontstaat witbrood. Dit is voor de darmflora minder bevorderlijk. Bloem wordt verkregen door het volkorenmeel te zeven, wat builen wordt genoemd. De griesen en de zemelen (de buitenste laag van de graankorrel) worden dan uit het meel verwijderd.

Rijzen

Het rijzen van het deeg is van een aantal factoren afhankelijk. In het tarwemeel zijn gluten aanwezig, die bij het kneden glad worden gestreken en aan elkaar gaan kleven. Daardoor ontstaat een netwerk dat het koolzuurgas uit de gist vasthoudt waardoor het brood beter gaat rijzen. In ons meel zitten nog veel zemelen. Komt zo'n zemel bij een luchtbelletje dan springt dit stuk. Omdat bij bloem deze zemelen ontbreken, rijst dit dus beter.

Voor gist kan men gebruik maken van verse of droge gist. Van verse gist $2\frac{1}{2}$ x zoveel als van droge korrelgist gebruiken. Korrelgist is verkrijgbaar in klein verpakking, meestal drie zakjes van 7 of 10 gram. Droge gist gaat in werking achteruit als er lucht bijkomt. Daarom de droge gist luchtdicht, koel en droog bewaren! Anders iets meer gist toevoegen, normaal is 1% voldoende.

Temperatuur

De temperatuur speelt vooral bij het traditioneel bakken een grote rol. Zorg dat alle te gebruiken ingrediënten op kamertemperatuur zijn. Zet de broodbakmachine nooit op een koude of tochtige plaats.

Vocht

De hoeveelheid vocht is van groot belang. Te nat deeg wordt kleverig, te droog gaat scheuren en rijst moeilijker. Controleer na ongeveer 5 minuten of het deeg een mooie gladde bal is. Indien het deeg te droog is, voeg iets water bij en bij een te nat deeg, doe er iets meel bij. Voor het vocht kan men water, melk, karnemelk, bier al dan niet gemengd gebruiken. Molenaars volkorenmeel vraagt meestal iets meer vocht dan fabrieksbloem. De kwaliteit van het graan, om meel van te maken, is een factor die de molenaar niet altijd zelf in de hand heeft.