

# Haverbrood met kookstuk

Het mooie aan bakken is mede dat je er zoveel kanten mee op kan: zoet, hartig, neutraal. Maar ook de enorme hoeveelheid aan verschillende technieken houden het steeds weer interessant om nieuwe dingen te gaan ontdekken. Zo had ik al vaker gelezen over het gebruiken van een kookstuk, maar er tot nu toe nog nooit wat mee gedaan. Een kookstuk maak je met graankorrels of meel/bloem waarbij je dit samen met voldoende water tot maximaal 65 graden Celsius verwarmt. Het zetmeel gaat verstijfselen en neemt vocht op. Dit maakt dat je een malser brood met meer vocht (en dus een langere versbeleving) krijgt. Ook geeft het wat meer stevigheid aan het deeg bij gebruik van granen die minder sterke gluten hebben. Haver is een graan waar ik dol op ben, de rijke zachte smaak vind ik heerlijk. Toch had ik er moeite mee om het in brood te verwerken en een luchtig brood te houden. Dit komt omdat haver glutenvrij is. Verder dan 15% kwam ik niet, maar met deze methode kreeg ik een prachtig brood dat letterlijk het blik uitrees met 70% tarwe en 30% haver! Wel heb ik nog wat extra gluten toegevoegd, maar misschien was dat achteraf niet nodig geweest. Dat gaan we uitzoeken in een volgend experiment! Het brood heeft een heerlijke haversmaak en heeft een heerlijk zacht kruim en een knapperige korst. Dit recept is goed voor 1 haverbrood gebakken in een broodvorm van 30 x 10,5 cm.



baksels.net ©

## **Ingrediënten:**

### Kookstuk:

- 180 gram havermout
- 250 gram water
- 50 gram heldere, vloeibare honing

## Deeg:

- 420 gram tarwebloem (geschikt voor het bakken van brood)
- 9 gram (bakkers)zout
- 9 gram instant gist
- 20 gram tarwegluten (evt.)
- 230 gram water op kamertemperatuur
- 30 gram ongezoeten roomboter op kamertemperatuur

## Decoratie:

- havermout

## Werkwijze:

- Doe de ingrediënten voor het kookstuk in een pan en verwarm dit al roerend tot maximaal 65 graden Celsius.
- Dek af met huishoudfolie en laat afkoelen tot kamertemperatuur.
- Doe de droge ingrediënten voor het deeg in een kom en meng deze goed door elkaar.
- Voeg nu het kookstuk, water en roomboter toe en kneed machinaal of met de hand tot een soepel deeg waar je een vliesje van kan trekken.
- Bol het deeg op en leg het in een licht met bakspray of olie ingevette kom.
- Dek af met een deksel en zet gedurende ca. 1 uur op een tochtvrije plek van 29 graden Celsius. Je kan het deeg ook op kamertemperatuur laten rijzen, maar dan ben je langer bezig.
- Als het deeg in volume verdubbeld is en je een kuiltje blijft zien als je er met je vinger in prikt, dan is het klaar.
- Druk het deeg uit met de platte hand tot alle luchtballen verdwenen zijn. Zorg dat je een rechthoekige lap krijgt.
- Vouw de linkerkant van de lap naar het midden.
- Vouw de rechterkant *nét* iets over het midden.
- Druk weer aan en rol het deeg van onder af strak op.
- Bevochtig het opgerolde deeg met wat water en rol het stevig door flink wat havermout dat je hebt uitgestrooid over je aanrecht.
- Leg het deeg in een met bakspray ingevette bakvorm.
- Laat het deeg in een vochtige (bakje dampend water er bij zetten) omgeving van 31 graden Celsius in 50-60 minuten rijzen tot dubbel volume. Volg [deze link voor inspiratie](#) voor het maken van je eigen rijsmogelijkheid.
- Als je voorzichtig op het deeg drukt en het veert direct en krachtig terug, dan is je brood nog onvoldoende gerezen, veert het deeg langzaam terug, dan is je brood goed gerezen. Begint je brood deukjes te vertonen en blijft je vingerafdruk staan, dan is je deeg te lang gerezen.
- Verwarm de oven tijdig voor op 230 graden Celsius, conventioneel met onder- en bovenwarmte.
- Zet het broodblik op een rooster onderin de oven, giet direct een klein scheutje water op de verdiepte opvangplaat onderin (of plaats daar een metalen braadslede waarin je het vocht giet) voor de stoomvorming.
- Zet de temperatuur na 20 minuten terug naar 200 graden Celsius en bak nog 13 minuten op deze temperatuur tot de kerntemperatuur van het brood 95 graden Celsius is.
- Haal het brood direct na het bakken uit de vorm en laat verder afkoelen op een rooster.

Bron: eigen recept.

