

# KOM ONS BAK NÍ BOERBROOD



By Food lovers recipes

## KOM ONS BAK NÍ BOERBROOD

Daars hy, jou plantjie het n huppel in sy stap, n flikker in die oog en is op soek na avontuur.

Nou goed, hier gaan ons en maak seker jy verstaan elke stap/fase, want dit gaan jou eindproduk bepaal. Moet asseblief net nie weghardloop nie, dit is regtig nie moeilik nie. As jy kan brood bak gaan dit help, maar dit is nie n vereieste nie.

Ek gebruik graag bakkers formules as ek bak, veral brood, want dan pas jy jou resep aan by die hoeveelheid meel wat jy het om te gebruik. Die formule waarmee ek werk kom oorspronklik van n baie goeie vriend af en ek plaas sy oorspronklike skrywe/instruksies onder aan. Ek moet bieg, ek het amper n jaar aan-en-af gesukkel en menige baksteen gebak voor Kobus my gered het. Lees asb sy stukkjie, ek is seker julle sal net soveel baat vind daarby as wat ek het.

## Basiese suurdeeg boerbrood

My 178% Formule. (Onder is uitgewerk vir een groot boerbrood van +/- 1.5kg)

Formule % \*Mate Notas

100% = Meel 920g

55% = Water 510g

10% = Jou gevoerde plantjie 90g

10% = Vet of olie of botter 90g (Ek verkies uitgebraaide varkvet)

1.8% = Suiker 20g

1.2% = Sout 10g

\*Afgerond na die naaste 5 toe

Nou reg, n formule werk so. Meel se gewig is 100% (920g), dus is water wat 55% is, 55% van die meel se gewig, maw  $920g \times 55\% = 510g$ . Kom ons kyk na jou plantjie wat 10% van die meel se gewig moet wees,  $920g \times 10\% = 92g$  (rond af na 90g).

Dus al die persentasies is n persentasie van die meel se gewig.

Fase 1 – Maak jou Spons

\*Hierdie fase moet jy self beplan. Ek deel graag hoe ek dit doen, maar dit gaan van jouself afhang. Klink erg, maar vir my begin dit 2 dae voor ek bak, onthou net, dit is net 3 klein stappies.

2 Dae voor – 8 uur die aand. Haal plantjie uit die yskas en voer hom. Los hom buite.

1 Dag voor – 10:00 die oggend. Voer die plantjie, maar moenie halveer nie.

Tussen 18:00 en 20:00 – volg resep vir die Spons, ook bekend as die “Poolish”

Spons

460 g van die meel (50%)

510 g kamer temperatuur water (al die water)

90 g plantjie

So maak mens:

In n maat beker, meng die water en jou plantjie saam. Plaas die meel in n groot genoeg mengbak (nie metaal) en roer met n

houtlepel tot goed gekombineer. Bedek met kleef plastiek en los oornag op 'n koelerige plek in jou kombuis (+/- 18c). More oggend as jy opstaan behoort hy ryp en reg te wees en dan weet jy ook sommer dat die Kaap weer Hollands is wat jou plantjie aanbetref.. (Sien foto)

Die foto is 'n foto wat wys hoe jou Spons moet lyk wanneer hy reg is.

Fase 2 – meng en rus die deeg.

In hierdie fase meng jy die res van die meel in die spons in en los dit sodat die vog die meel kan laat uitswel. Bakkers praat van dat die vog die res van die meel moet “hidreer”. Hierdie fase behoort nie meer as 30 min te duur nie.

Fase 3 – meng res van die bestanddele in en knie.

Meng nou die sout en die suiker in

die spons in. Hou ook jou vet of ander smeermiddel byderhand, en werk dit in die deeg in soos jy knie. Probeer dit vermy om die olie oor droë meel te giet, dit gaan net sulke oliebolletjies maak wat nie maklik inknie in die deeg nie.

En na die mengery en rus, moet jy knie. Hierdie is die aktiewe deel van die proses. Knie is ook nie om die deeg te ‘boks’ nie. Nee, dis 'n proses van rek en vou en rol. Aan die begin druk 'n mens maar die goed saam en trek dit uitmekaar, maar as die deeg eers begin vorm, dan is dit rek en vou en rol om die gluten te ontwikkel sodat jy 'n gladde deeg uit die proses kry.

Hoe lank knie mens? Totdat die deeg glad is. Tegnies behoort mens aan te hou totdat jy die deeg so kan strek dat jy 'n boek deur die gerekte deeg kan lees... Dít het ek nog nooit-ooit reggekry nie...

Fase 4 – rus die deeg vir so 30 minute. Dis nodig sodat die deeg kans kry om te “ontspan” (jy't dit immers nou erg verweer!)

Fase 5 – pan jou brood (as jy broodpanne gebruik)

Smeer vooraf jou broodpan met die nodige smeermiddel of spuitolie. Plaas die deeg binne in en laat rys die deeg op 'n matige warm plek. Maak voorsiening in die keuse van jou pan dat die deeg ongeveer in grootte gaan verdubbel. (Voor jy begin bak, moet die brood basies die vorm van die eindproduk hê.)

Fase 6 – voorverhit die oond tot 180 grade C.

As jy die brood in die oond sit, gooi 'n handvol ysblokkies in die oond om stoom te maak in die kritieke eerste kwart van die bakproses vir 'n lekker bros kors. En bak die brood teen 180g C vir ongeveer een uur.

Geplaas deur Albert Buitenhuis

Foto: Best Lourens



Foto: Marné Jacobs – Hier is die begin van my heel eerste suurdeegbrood. My suurdeegplantjie het homself mooi gedra en nou is dit tyd om te bak. Ek volg nog heeltyd die resep soos op die blog.