

# BROODS VRIENDSCHAPSBROOD

## Recept voor desemstarter

Wil jij meehelpen om dit bakvirus te verspreiden? Maak dan je eigen BROODS desemstarter voor vriendschapsbrood in slechts 7 dagen!

### BENODIGDHEDEN

- 400 gram biologisch speltmeel\* (20°C)
- spatel (geen metaal)
- ruime mengkom
- vershoudfolie

\*Je kunt hiervoor ook roggemeel gebruiken, hiermee krijg je een iets sterkere desemstarter. Het is dan wel belangrijk dat degenen aan wie je de desemstarter straks doorgeeft, ook roggemeel gebruiken in het recept.

Tips van Edwin: 'Gebruik liever geen theedoek om de kom af te dekken maar vershoudfolie (geen aluminiumfolie), anders droogt de desemstarter eerder uit.'

Mengkom van metaal: yay or nay? 'Dat metaal écht absoluut niet mag, is echt een fabeltje hoor, in de bakkerij zit de desemstarter in grote plastic bakken, maar daarna gaat het natuurlijk gigantische metalen mengkommen in. Geen probleem.'

### BEREIDEN

#### Dag 1

- 150 gram speltmeel (20°C)
- 150 gram water (20°C)

Meng in een kom het water en meel met een spatel door elkaar tot het meel volledig is opgenomen (voelt best stijf aan). Spatel voorzichtig, want je wilt glutenvorming voorkomen. Neem een ruime kom, want het deeg gaat de komende dagen in volume toenemen. Dek de kom af met huishoudfolie en zet weg op het aanrecht (20°C).

#### Dag 2

- 50 gram speltmeel (20°C)
- 50 gram water (20°C)

Voeg de afgewogen ingrediënten toe aan het mengsel van dag 1 en meng voorzichtig. Dek de kom af met huishoudfolie en zet weg op het aanrecht.

#### Dag 3

- 50 gram speltmeel (20°C)
- 50 gram water (20°C)

Voeg de afgewogen ingrediënten toe en meng voorzichtig. Als het goed is, zie je al wat veranderingen ontstaan, zoals luchtballen. Dek de kom af met huishoudfolie en zet weg op het aanrecht.

#### Dag 4

- 50 gram speltmeel (20°C)
- 50 gram water (20°C)

Voeg de afgewogen ingrediënten toe en meng voorzichtig. De fermentatie is nu echt begonnen, hierbij is de juiste temperatuur erg belangrijk. Dek de kom af met huishoudfolie en zet weg op het aanrecht.

#### Dag 5

- 50 gram speltmeel (20°C)
- 50 gram water (20°C)

Voeg de afgewogen ingrediënten toe en meng voorzichtig. Het volume is inmiddels flink toegenomen! Dek de kom af met huishoudfolie en zet weg op het aanrecht. Je desemstarter is bijna bakklaar.

#### Dag 6

- 50 gram speltmeel (20°C)
- 50 gram water (20°C)

Voeg de afgewogen ingrediënten toe en meng voorzichtig. Dek de kom af met huishoudfolie en zet weg op het aanrecht. Dit is de laatste dag, morgen kun je gaan bakken en #deegdelen.

#### Dag 7

Op dag 7 is je desemstarter van BROODS klaar voor gebruik. Als het goed is, heb je nu ongeveer 800 gram massa. Verdeel de desemstarter in vier delen van 200 gram. Drie delen kun je doorgeven om het bakvirus te verspreiden (dek de bakjes goed af met vershoudfolie). Wil je jouw desemstarter gebruiken om te gaan bakken bewaar deze dan op 20°C. Wil je de desemstarter bewaren, dan kan dat in de koelkast.

Wij zijn erg benieuwd naar jullie creaties en de verspreiding van dit bakvirus. Deel jouw desemstarter avontuur met ons (@smaakt en @Edwin\_Desemenzo) op Instagram met: #broodsvriendschapsbrood en #deegdelen.