

Glutenvrij Marokkaans Brood

Door Ouafae - glutenvrijgenietenmetouafae.nl

Vorige week maakte ik deze heerlijke glutenvrije Marokkaanse ovenbroodjes voor bij de tajine. Tajine is een Marokkaanse stoofpot wat geserveerd wordt in een tajine of gewoon gekookt in een normale pan en geserveerd in een groot bord. Dit betekent dat iedereen met zijn brood dipt in het eten. Normaal schep ik een apart bordje voor Ayman, omdat wij glutenvol brood erbij eten. Maar hij wilde graag ook met ons meedoen uit één bord. Dus dat werd weer een reden om Marokkaans glutenvrij brood te leren maken. Het was best ingewikkeld om de volle smaak van tarwe te evenaren met daarbij de robuuste kleur en uiterlijk die hoort bij het Marokkaanse brood wat ik gewend ben. Ik maakte er vorkprikjes in bij de eerste batch maar die verdwenen tijdens het bakken. Bij de 2de batch maakte ik sneetjes, maar helaas niet diep genoeg waardoor ze niet volledig opengescheurd zijn. Dus de volgende keer dieper insnijden. Het insnijden of prikken zorgt ervoor dat het brood niet bol wordt. Ik moet zeggen dat het hele gezin er heerlijk van heeft gegeten. En ik ben zeer tevreden over de smaak. Persoonlijk vind ik dat de snijtechniek beter kan. Maar ach...ik ben tevreden voor nu :)

MOEILIKHEIDSGRAAD: MAKKELIJK

AANTAL: 10 STUKS

MAAK TIJD: 20 MINUTEN

BAKTIJD: 25 MINUTEN

RIJSTIJD: 3,5 UUR

Benodigdheden:

- 275 gram Schär Bröt
- 275 gram Nutrifree Pan (ook te vervangen in Schär)
- 50 gram boekweitmeel
- 700 gram lauw warm water
- 5 gram gedroogde gist
- 1 theelepel suiker
- 10 gram zonnebloem olie

- 5 gram zout
- 5 gram psylliumvezels (ongeveer 3 theelepels) (allergento)

Bereidingswijze:

1. Meng de gist met water en suiker en roer door. Laat 5 minuten staan
2. Doe de meelsoorten, psylliumvezels en het zout in een mengkom en voeg het gist water in delen toe. Laat mixen in een standmixer voor ongeveer 3 minuten. Vergeet niet na 30 seconden de zijkanten mee te schrapen. Voeg de olie in scheutjes toe en laat verder mixen. In totaal 8 minuten mixen
3. Breng alles bij elkaar met een spatel naar het midden en dek af. Laat het deeg voor 2,5 a 3 uur rijzen. De lange rijstijden zorgt voor meer smaak in het brood
4. Bestrooi het werkvlak na de rijstijd in met wat rijstmeel en stort je deeg
5. Verdeel het deeg in 10 even grote stukken en bol ze mooi op. Laat even 5 minuten rusten onder een schone theedoek
6. Leg ondertussen 2 bakplaten klaar met bakpapier
7. Maak de bollen plat tot cirkels van ongeveer 2,5 a 3 cm dik. Er kunnen 5 op 1 bakplaat
8. Snijd diepe sneetjes van ongeveer 1.5 cm in de broodjes zoals op de foto (4 sneetjes tot een vierkant) en laat afgedekt rijzen voor 30 minuten
9. Warm de oven voor op 210 C met een braadslede onderin de oven. We gaan weer bakken met stoom. Zie hier hoe je dat doet <https://glutenvrijgenietenmetouafae.nl/hoe-bak-ik-met-stoom/>
10. Spuit de broodjes na de rijstijd in met water en bestrooi met grove maismeel
11. Schuif de broodjes in de oven en giet gekookt water in de braadslede. Bak goudbruin in ongeveer 25 minuten
12. Volg dezelfde werkwijze bak de 2de batch broodjes
13. Leg de broodjes na het bakken meteen op een rooster en bedek ze met een theedoek

Notities: