

Glutenvrije Sandwiches

Door Ouafae - glutenvrijgenietenmetouafae.nl

Heb jij ook behoefte aan een heerlijke zacht sandwichbroodje? Dan moet je zeker deze een keer proberen. Ik maakte ze o.a. met de bruine broodmix van Allergento in combinatie met een andere broodmix. De smaak is perfect! Wil je ze verrijken met zaden, doe dat vooral om ze nog voedzamer te maken!

MOEILIKHEIDSGRAAD: MAKKELIJK

AANTAL: 10 STUKS

MAAK TIJD: 30 MINUTEN

BAKTIJD: 25 MINUTEN

RIJSTIJD: 100 MINUTEN

Benodigdheden:

- 200 gram Schär Bröt mix kleine theelepel zout bij gebruik van Allergento (mix bevat al zout) anders voeg je ongeveer 2 theelepeltjes zout toe
- 200 gram bruine broodmix Allergento
- 400 ml warm water
- 14 gram gedroogde gist
- 1 eetlepel suiker of honing
- 4 eetlepels zonnebloemolie

Bereidingswijze:

1. Meng het warme water met de gist, suiker en olie en roer goed door. Laat voor 5 minuten staan tot het mengsel bubbelt
2. Doe in een grote mengkom de meelsoorten en voeg daar het zout aan toe en meng het door elkaar. Maak in het midden een kuiltje en voeg daar het gistmengsel aan toe
3. Neem een handmixer en mix het geheel voor een paar minuten tot je een mooi glad mengsel hebt. Schraap al het deeg bij elkaar met een deegschrapper en dek af met een doek. Laat rijzen voor ongeveer 60 minuten
4. Bestrooi je werkvlak met rijstmeel of glutenvrije meel en stort je deeg op je werkvlak. Breng het deeg met behulp van een deegschrapper bij elkaar tot een deegbal
5. Bestrooi royaal met meel om de boel makkelijker te maken. Vorm tot een lange dikke staaf en verdeel het deeg in 10 stukken
6. Bol de stukken deeg op met behulp van rijstmeel/glutenvrij meel of vorm ovaaltjes wanneer je ovale broodjes wil
7. Leg de broodjes op een bakplaat bekleed met bakpapier en laat ze afgedekt rijzen voor ongeveer 40 minuten
8. Zet als er nog 25 minuten rijstijd over is de oven aan op 200 C hetelucht en warm een braadslede met eventueel wat stenen mee onderin de oven
9. Als de rijstijd voorbij is kook je ongeveer 250 ml water. Als de broodjes zijn gerezen spuit je de broodjes in met water. Wanneer je de broodjes in de oven schuift giet je het gekookte water in de braadslede en sluit je direct de oven
10. Bak de broodjes in 25 minuten goudbruin. Laat afkoelen op een rooster afgedekt met een theedoek

Notities: