

Glutenvrije Tarwebrood

Door Ouafae - glutenvrijgenietenmetouafae.nl

Onlangs bakte ik dit heerlijke zachte glutenvrije tarwebrood. Het smaakt zo lekker mensen, precies zoals een tarwebrood! Het recept is zoals het volkorenbrood, maar deels de bruine mix vervangen met de witte mix.

MOEILIKHEIDSGRAAD: MAKKELIJK

AANTAL: 22 SNEETJES

MAAK TIJD: 15 MINUTEN

BAKTIJD: 40 MINUTEN

RIJSTIJD: 50-60 MINUTEN

Benodigdheden:

- 500 ml bruisend bronwater
- 213 gram gekookt heet water
- 1 theelepel suiker
- 12 gram gist
- 37,5 gram zachte roomboter, margarine of zonnebloemolie
- 1 theelepel broodverbeteraar (Allergento)
- 8 gram psylliumvezels (Allergento)
- 100 gram gemalen lijnzaad/havervlokken (60 gram havervlokken en 40 gram lijnzaad malen tot meel)
- 330 gram bruine broodmix van Allergento
- 328 gram witte broodmix van Allergento

Bereidingswijze:

1. Doe in volgorde het gekookte water, bruiswater in een mengkom. Roer door en voeg de suiker en gist toe en roer met een garde en laat 5 minuten staan
2. Maal het lijnzaad en havervlokken in een grinder tot fijn meel, of iets grovere structuur. Net wat je lekker vindt.
3. Voeg een theelepel broodverbeterpasta toe van Allergento en boter of olie en meng nog een keer
4. Meng in een aparte kom de bruinbroodmix van Allergento samen met gemalen lijnzaad/havervlokken, en de psylliumvezels van Allergento
Mix voor 8 min op middelste stand. Vergeet niet na 30 sec de zijkanten mee te schrapen
5. Vet je broodvorm in en doe het beslagdeeg in de vorm. Wrijf met de achterkant van een natte lepel het deeg goed glad en druk goed aan zodat je straks geen luchtballen hebt. De af met een schone doek en laat rijzen voor 50 a 60 min op een warme plek tot de hoeveelheid is verdubbeld
6. Warm de oven op 180 C, wanneer er nog 20 a 25 minuten rijstijd over is. Warm een braadslede mee onderin de oven met eventueel wat grindstenen
7. Spuit het brood in met water en kook 150 ml water
Wanneer je het brood in de oven schuift, giet je het gekookte water in de hete braadslede. Dit zorgt voor stoom. Bak het brood in ongeveer 40 a 45 minuten gaar
8. Na het bakken het brood meteen storten op een rooster. Maak eventueel de zijkanten los met een bot boterhammes. Smeer de bovenkant in met roomboter voor een zachte korst. Theedoek erover en laten afkoelen.
Na afkoelen kun je het brood snijden met een snijmachine tot gelijke sneetjes. In een zipzakje verpakken en invriezen per portie

Notities: