

goed brood





## BAKKERS IN CIJFERS

Het aantal ambachtelijke bakkerijen is de afgelopen decennia afgenomen van **12.250 in 1959 tot 1760 in 2017**.

Ook de gemiddelde broodconsumptie daalde de afgelopen eeuw: van 102 kilo per persoon per jaar in 1951 tot amper 45 kilo in 2022. Vanaf eind jaren zeventig tot het begin van de 21ste eeuw was het lang redelijk stabiel, rond de 62 kilo, maar de afgelopen vijftien jaar is de broodconsumptie per persoon weer flink gedaald.

BRONNEN: NEDERLANDS  
BAKKERIJ CENTRUM & DE  
BETEKENIS VAN BROOD  
IN DE VOEDING EN DE  
FAKTOREN DIE OP HET  
BROODGEBRUIK VAN  
INVLOED ZIJN, PROEF-  
SCHRIFT VAN G.J.P.M. DE  
BEKKER, 1978

## POSITIEF EFFECT VAN CORONA

Corona pakte gunstig uit voor de ambachtelijke bakkerijen. Doordat consumenten meer thuiswerken en ze lokaal kopen als veiliger gingen ervaren, groeide het marktaandeel van ambachtelijke bakkers – ten opzichte van industrieel gebakken brood in bijvoorbeeld supermarkten – van 13 naar 16 procent.

BRON: NEDERLANDS  
BAKKERIJ CENTRUM

tig. Slechts zestien procent van het brood wordt nog bij ambachtelijke bakkers gekocht. Bizar dat de massa is gewijicht naar liefdeloos supermarktbrood. Dat komt echt niet alleen door de lagere prijs, het is ook gemakzucht. Zijn we massaal vergeten hoe lekker en onderscheidend versgebakken brood is?

Ook mijn ouders verkochten uiteindelijk in 1997 hun zaak. Treurig. Maar de trots op wat is geweest, bestaat nog altijd.

## LIEFDE & PASSIE

Gelukkig gebeurt er op kleine schaal iets moois. Ambachten zijn weer populair. Behalve alternatieve bierbrouwerijen en koffiebranderijen verschijnen er steeds meer kleine, ambachtelijke broodbakkers, vaak met nicheproducten als biologisch, Frans of zuurdesembrood. Juist in een steeds digitalere wereld worden de tastbaarheid, het vakmanschap, de creativiteit en de puurheid van ambachten omarmd. Daar word ik blij van. Albert Heijn speelde erop in en ging Liefde & Passie-broden maken. Een leuke poging, maar ambachtelijk brood? Neuh.

Daarom loop ik graag om voor een ambachtelijke warme bakker. Thuis snijd ik met een scherp gekarteld mes plakjes van het walnootbrood af. De combinatie van het zachte lichtzure desembrood, de ronde herfstachtige smaak van meegebakken walnoten en de stevige knapperige korst maken dit brood geniaal. Beleg is niet nodig. Een lik roomboter volstaat. Goed brood is een cadeautje. <<

Er gebeurt op  
kleine schaal  
iets moois:  
**ambachten zijn  
weer populair**

Loopt u ook een blokje om voor uw favoriete bakker? Reacties (max. 150 woorden) zijn welkom via **tijdgeestreacties@trouw.nl**. Graag naam en woonplaats vermelden.





Zelf een lekker luchtig, smaakvol brood bakken is niet moeilijk, maar een kwestie van doen. Gewoon met de hand. Hoe? De bakkers van Mevrouw de Molenaar in Witmarsum leggen het uit in **tien stappen**.

tekst **Rick Pullens** foto's **Reyer Boxem**

## Het belangrijkste ingrediënt voor een goed brood: tijd

**D**e wieken van de oude graanmolen in het Friese Witmarsum turen trots over de weilanden aan de rand van het dorp. In de naastgelegen bakkerij, de voormalige schuur van de molenaarswoning, zijn bakkers Christa Bruggenkamp (32) en Jippe Braaksma (36) van Mevrouw de Molenaar deze ochtend al uren in de weer.

In een ijzeren bak ligt rogge te rusten, waarmee later op de dag brood zal worden gebakken. Een kar vol bakplaten met versgebakken choco-kokoskoeken walmt nog na. Hier géén kant-en-klaar-mixen uit de fabriek, maar enkel pure ingrediënten. Alles wordt gemaakt met steengemalen meel, afkomstig van de naastgelegen molen, waar Bruggenkamp zelf molenaar is. De verkoop gaat op bestelling,

dat voorkomt verspilling.

Hun geheim? "Kwaliteit", denkt Bruggenkamp, "dat proeven klanten." En 'het plaatje' klopt: een molen, met daarnaast een bakkerij die enkel granen uit eigen streek gebruikt. Braaksma: "Niet veel bakkers doen ons dat na".

In de hoek pronkt een kneedmachine. Handig, maar wie thuis brood wil maken, heeft die helemaal niet nodig, verzekeren de bakkers. Gebruik gewoon je handen. Het enige waar je in moet investeren is: tijd, misschien wel het belangrijkste ingrediënt voor een goed brood. En volg onderstaande stappen. Het eindresultaat: een heerlijk luchtige Franse boule. Of, in het geval van Mevrouw de Molenaar, een echte Friese bol.

[mevrouwdemolenaar.nl](http://mevrouwdemolenaar.nl)

1

## KIEZEN EN KOPEN: MEEL EN RIJSMIDDEL

Om brood te maken heb je bloem, water, zout en een rijsmiddel nodig, zoals gist of dessem. Met deze ingrediënten kun je oneindig veel variaties aan broden maken. Zelf bakken begint dus bij de vraag: wat voor brood wil ik maken? In ons geval een luchtige Franse, witte boule op basis van gist.

Maar wit brood is helemaal niet voedzaam? Klopt. Deels althans. Voor het meest voedzame brood gebruik je tarwevolkorenmeel. Bruggenkamp: "Maar we zien vaak dat beginnende thuisbakkers daarmee heel vaste broden krijgen. Wit werkt mooier. En het is nog steeds voedzaam als je tarwebloem van de molen gebruikt, daar zitten nog altijd stukjes zemelen in."

Kortom: steengemalen meel

is een voorwaarde voor goed brood. Koop dit in het winkeltje van de dichtstbijzijnde molen. Neem meteen een half kiloetje roggebloem mee (zie stap 6), wat verse gist en groffe rijstebloem (zie stap 8). Op molenaarsgilde.nl staat een overzicht met molens per provincie. Check wel even het eiwitpercentage van de bloem. Dat moet op 12 procent (of hoger) liggen, anders valt er niet goed mee te bakken.

Waarom geen dessem? Bruggenkamp: "Ik adviseer mensen die niet vaak bakken om eerst met gist aan de slag te gaan en daar mooie resultaten mee te behalen." Wie dat onder de knie heeft kan aan de slag met desembroden, maar daar heb je een goede starter voor nodig. Een verhaal op zich.

2

## AFWEGEN EN KLAARZETTEN

Nonchalance is niet gewenst bij broodbakken, benadrukt Bruggenkamp. Weeg alle grondstoffen vooraf nauwkeurig af en zet ze klaar. "Daarmee leg je de basis voor je brood."

### Ingrediënten:

- 300 gr tarwebloem (steengemalen)
- 180 gr lauw kraanwater
- 5 gr zout
- 3 gr verse gist

### Benodigdheden:

- plastic mengkom
- simpele digitale kookthermometer
- deegkrabber
- 2 theedoeken
- broodmesje (of: ouderwets scheermesje)
- optioneel: pizzasteen om op te bakken

Bij broodbakken gaat het om de drie t's, stelt Braaksma: temperatuur, tijd en toewijding. Van daar ook die thermometer. De temperatuur van de ingrediënten is bepalend voor je eindresultaat. Het deeg van een thuisbakker moet 23-24 graden zijn. Temperatuur dus voordat je begint het meel. Op basis daarvan bepaal je hoe warm het toe te voegen water moet zijn.

Voorbeeld: stel dat het in huis 19 graden is, en je bloem heeft eenzelfde temperatuur, voeg dan lauw water van 30 graden toe om uit te komen op 23-24 graden. >>



# 3

## DEEG MAKEN: KNEED NIET TE VEEL

Meng de tarwebloem en het lauwe water in een plastic kom. Zodra het een samenhangend geheel is ga je op de werkbank verder met kneden. Tot er geen losse bloem meer te zien is.

De verleiding bestaat om nu flink door te kneden. Niet doen. Laat de natuur haar werk doen. Beter gezegd: de tijd. Leg het deeg een halfuur terug in de kom, bedekt met een vochtige theedoek, en zet deze op een warme plek in huis. Door de autolyse (zelfafbraak) in het deeg verlies je minder vitamines en mineralen en vergroot je de kans op een mooie gele kruim.

Na een halfuur haal je het deeg uit de kom. Dat oogt nu slap. Meng het zout erdoor (aan een klein beetje kneden ontkom je niet, het zout moet immers goed opgenomen worden). Voeg daarna met een paar slagen ook de gist toe.

Nu is het tijd om extra water in te wasen. Voeg in totaal 18-21 gram extra vocht toe (afwegen dus!). Temperatuur voordat je dit doet eerst even het deeg, dat moet immers nog steeds 23-24 graden zijn. (Graadje afgekoeld? Voeg dan net iets warmer water toe). Zorg dat het water voor het zicht is opgenomen. Kneed niet te hard door; we willen een grof en luchtig brood.

Let op: als je water toevoegt gaat het deeg plakken. De verleiding bestaat om bloem toe te voegen. Niet doen, waarschuwt Bruggenkamp. "Uiteindelijk zal het deeg van je handen afkomen."



# 4

## RUSTEN EN VOUWEN

Het basisdeeg dat je bij stap 3 hebt gemaakt, moet nu in totaal anderhalf uur rusten. Zet wel een wekker, want om het halfuur wordt het deeg gevouwen. In totaal twee keer: na dertig minuten en dan opnieuw dertig minuten later. Door te vouwen wordt deeg sterk en gladder.

Hoe dat moet? Haal het deeg uit de kom, plaats de bol op een werkbank en maak er een iets plattere licht ovale vorm van die je horizontaal voor je legt (druk het niet té plat). Sla vervolgens de linkerkant van het deeg naar de rechterkant en maak eenzelfde beweging van rechts naar links. Braaksma: "Alsof je, zoals vroeger op de

kleuterschool, een enveloppe aan het vouwen bent". Maak dezelfde beweging ook met de boven- en onderzijde.

Belangrijk: bij de laatste vouw (die van beneden naar boven dus) trek je het deeg over de hele bovenkant van de bol heen, zodat de sluiting aan de onderkant komt te zitten. Leg de bol terug in de kom (sluiting naar beneden).

Laat het deeg opnieuw dertig minuten staan en herhaal het vouwen, om het daarna nog een halfuur in de kom te laten rusten.

Extra tip: doe een klein beetje zonnebloemolie in de kom om te voorkomen dat het deeg aan de bodem plakt.

Ga niet opnieuw kneden, dat hoeft maar één keer!

5

#### VOORVORMEN

Bij het voorvormen geef je het deeg niet alleen een ruwe basisvorm. Je bewerkt het op zo'n manier dat de oppervlaktespanning maximaal toeneemt (zonder dat de huid scheurt).

Bestuif je werkblad met wat bloem en leg het deeg voor je neer, met de sluiting van het envelopje naar boven. Bruggenkamp: "Mensen willen nu altijd weer beginnen met kneden, maar dat moet je niet doen. Bij workshops zeggen wij altijd: je kneedt echt maar een keer."

Vouw opnieuw een envelopje. Laat het brood vervolgens een halfuur liggen (even afdekken met die vochtige theedoek van zojuist) en herhaal de envelopjesprocedure nog een keer. Probeer het deeg met je handen zoveel mogelijk op spanning te zetten zodra je het teruglegt in de kom. Het brood moet nu een redelijke bolvorm hebben. Dit is de tussenvorm.

6

#### VORMEN (EINDVORM)

Na opnieuw een halfuur begin je aan de eindvorm. Eindelijk! Bakkers noemen dit ook wel het opbollen van het deeg, wat in feite neerkomt op: nog meer spanning op het deeg zetten.

Leg de tussenvorm met de sluiting naar je toe op het werkblad. Geef een klein beetje druk, zodat het deeg zich vastplakt aan het oppervlak. Plaats vervolgens je handen aan de zijkant van de bol en maak snelle draaibewegingen, alsof je met je handpalmen een kraan probeert open te draaien. Dit is een kwestie van gevoel en ervaring.

Raak het deeg niet te veel aan, werk snel, ook om te voorkomen dat het aan je handen gaat plakken. Laat tijdens het draaien je handen een beetje naar beneden zakken alsof je het deeg aan de onderkant instopt. De bodem van de bol moet de hele tijd het werkoppervlak blijven raken, het is de as waar het deeg omheen draait.

Bol op spanning? Doe het terug in de kom. Leg voordat je dit doet wel een droge theedoek in de kom, licht bestoven met roggebloem.

7

#### EINDRIJS

De gevormde bol gaat vervolgens met kom en al (of voor wie de smaak te pakken heeft: in een rijspanmandje) twaalf uur de koelkast in. Bij Mevrouw de Molenaar gebeurt dit overnacht. Ook thuis is dat handig. Als je het deeg rond acht uur 's avonds in de koelkast zet, kun je de volgende ochtend meteen na het ontbijt beginnen met bakken. Op een zondagochtend bijvoorbeeld. Het doel van zo'n lange narijs: volumevermeerdering.



8

#### VOORVERWARMEN EN INSNIJDEN

Verwarm de volgende ochtend de oven voor op 230 graden. Pas als deze goed warm is, begin je aan de volgende stap: het insnijden van het deeg.

Leg de eindvorm met de sluiting naar boven op het werkblad. Kerf met een bakkersmesje de bovenkant van de bol in. Braaksma: "Het moet een heel scherp mesje zijn. Dat kan ook een ouderwets scheermesje zijn." Teken vier lijntjes op de bovenkant van het brood, alsof je boter, kaas en eieren gaat spelen. Op de plekken waar de inkervingen zitten zal de bol in de oven openknappen.

Extra tip: voor een mooi bakresultaat is een pizzasteen ideaal, voor meer smaak aan het brood. Leg deze tijdens het voorverwarmen in de oven. En strooi wat grof rijstbloem op de pizzasteen. Dat voorkomt dat je deeg blijft plakken tijdens het bakken. Bakken op een gewone metalen bakplaat kan ook (insmeren met wat olie/bekleden met bakpapier) >>



Christa Bruggenkamp (32)  
van Mevrouw de Molenaar.

En ook even  
kloppen: klinkt  
het brood hol  
dan is het gaar

# 10

## AFKOELEN, SMULLEN EN EVALUEREN

Als het goed is, ligt er nu een goudbruine bol voor je neus met openknappende korst en een witte, luchtige binnenzijde. De verleiding is groot om het brood meteen aan te snijden, maar – en dit is belangrijk – laat het brood altijd eerst afkoelen. Pas na een halfuur kun je het voor het eerst proberen te snijden. Braaksma: “Anders ben je vooral aan het hakken”. Afkoelen kan het beste op een rooster, om te voorkomen dat er vocht op-hoopt onder de vloerkorst.

Tijd voor de eindevaluatie. Ziet het brood er aantrekkelijk uit? Is de korst knapperig en dun? Staat het brood mooi op zijn voetje? En proef. Iets te flauw? Doe er dan een volgende keer een grammetje meer zout in. Oefening baart kunst. De derde t uit het bakkersadagium staat niet voor niets voor: toewijding. <<

Bakt u graag zelf brood? Stuur uw reactie in max. 150 woorden naar **tijdgeestreacties@trouw.nl**. Graag naam en woonplaats vermelden.



# 9

## BAKKEN

Spuut vlak voordat je gaat bakken een paar keer met een plantenspuit wat water in de oven. Door de stoom wordt de korstvorming uitgesteld en komt het brood straks langer omhoog.

Bak het brood met de boter-kaas-en-eieren-inkerving naar boven op 230 graden. Maar elke oven is anders. Een exemplaar met boven- en onderwarmte kan zomaar twintig graden heter moeten worden gestookt dan een hetelucht-

oven. Leer vooral je eigen oven kennen.

Zet de oven na een kwartier terug naar 215-220 graden. Laat het brood nog twintig minuten bakken. Kijk wat er gebeurt. Als de temperatuur niet hoog genoeg is, krijg je een slappe, bleke kleur. Vergeet ook niet te ruiken. Gaat het bakken te hard, dan waarschuwt je neus wel. Even kloppen op het eindresultaat werkt ook. Als een brood hol klinkt, is het gaar.