



# INHOUD

|                                |     |
|--------------------------------|-----|
| HET VERHAAL VAN FORT NEGEN     | 6   |
| ACADEMY, COMMUNITY EN QR-CODES | 30  |
| PROEVEN EN SMAAKCOMBINATIES    | 32  |
| WILDPLUKKEN                    | 37  |
| UPCYCLING                      | 38  |
| DESEMBROOD                     | 40  |
| VULLINGEN EN CRÈMES            | 200 |
| VIENNOISERIE EN PATISSERIE     | 228 |
| CONDIMENTEN                    | 300 |
| SANDWICHBAR                    | 348 |
| WOORDENLIJST                   | 380 |
| LITERATUURLIJST                | 381 |
| RECEPTENINDEX                  | 382 |
| DANKWOORD                      | 384 |

# HET VERHAAL VAN FORT NEGEN

## Familietraditie

Brood is me met de paplepel ingegoten. Mijn oma en ouders bakten wekelijks brood. Grote volkorenbroden, gebakken in zware, zwarte bakblikken. Het was een proces van lang kneden. Op zaterdagochtend, na het tripje langs de molen om meel te halen, was de mixer hard aan het werk om een stevig volkoren gistdeeg te kneden. Na enkele uren rijzen werden de degen met de hand gevormd, waarna ze in de blikken werden gelegd om verder te rijzen in het raamkozijn bij de verwarming. Een paar uur later werden ze gebakken. Aan het einde van de dag zouden ze worden gesneden en in pakketjes de vriezer in gaan om zo elke dag voor ontbijt en lunch vers brood te hebben. De dikke plakken die ik meekreeg naar school waren stevig met een compacte kruim, en het vulde enorm. Ze waren de brandstof van mijn schoolcarrière. Toch kon ik ze niet altijd waarderen. Op de middelbare school ruilde ik mijn brood nog wel eens met dat van vriendjes, die van die dunne, slappe boterhammetjes van de supermarkt meekregen. Het gras is altijd groener...

Bakken zit dus in mijn natuur. Toen ik op mezelf ging wonen, zette ik de familietraditie voort. Ik wilde geen brood kopen. Daar kon ik een half brood van op zonder vol te raken, want ik was gewend zelfgebakken brood te eten. Als ik bij mijn ouders thuis kwam om de was te (laten) doen kreeg ik soms brood mee, maar ik bakte ook mijn eigen brood op de manier waarop mijn oma en ouders het deden. Ik kneedde mijn deeg met de hand, want ik had geen geld voor een mixer. Brood bakken was iets dat ik gewoon deed, zonder er veel over na te denken.

## Zoektocht naar creativiteit

Na mijn studie communicatiewetenschappen was de logische stap dat ik in een kantoorbaan zou rollen. Ik deed mijn afstudeeronderzoek over medewerkerbetrokkenheid op een communicatieafdeling bij een groot Nederlands bedrijf, maar ik wilde daar niet blijven. Het enorme kantoor, de verlichting, het gebrek aan levendigheid, maar ook het type werk, het was niks voor mij. Ik wilde iets creatiefs doen.

In die tijd waren er weinig banen en heb ik lang gezocht. Tijdens deze zoektocht heb ik samen met mijn toenmalige vriendin een winter in de Franse Alpen doorgebracht, waar we een skichalet runden. Het was een plek waar elke week een nieuwe groep van twintig gasten arriveerde, die we zes dagen in de week voorzagen van ontbijt en een driegangendiner. De chalet had geen professionele keuken - het was meer alsof we een groot gezin verzorgden, maar wel een gezin met twintig skiënde en zuipende volwassenen. We konden hier naar hartenlust koken, bakken en natuurlijk skiën. Bij terugkomst in Amsterdam wilden we blijven koken dus openden we een huiskamerrestaurant waar we in onze woonkamer wekelijks een zelfgemaakt driegangendiner serveerden met producten van de markt, en altijd met een versgebakken brood dat paste bij de gerechten.

Ondertussen bleef ik solliciteren. Na vele gesprekken bij verschillende bedrijven vond ik een plek bij een internationaal reclamebureau, creatief en binnen mijn vakgebied. Eigenlijk was dit geen baan maar een veredelde stage, maar ik hoopte zo door te groeien binnen het bedrijf. Ik zag mezelf al op verschillende plekken op de wereld, in pak (of in elk geval over-



hemd), gewoon belangrijk zijn. Ik werkte op de strategie-afdeling, en verdiende mijn geld door mijn huis onder te verhuren aan toeristen terwijl ik logeerde bij vrienden of mijn broertje. Het was lucratiever om niet thuis te zijn dan om daadwerkelijk naar mijn werk te gaan, maar dat zou ongetwijfeld snel veranderen zodra ik zo'n belangrijke reclameboy zou worden als diegenen die daar rondliepen.

Al snel ontdekte ik dat ik, zelfs met een creatieve baan, niet kon wennen aan het kantoorleven. Het lag niet aan de klanten hoor, die waren tof, en de campagnes die gemaakt werden waren interessant, maar het dagelijks leven op het kantoor vond ik saai. De hele dag stilzitten en naar mijn scherm kijken lukte me nauwelijks. Aan het einde van de dag gingen mijn collega's ook niet naar huis. Iedereen bleef rustig naar zijn computer kijken. Vaak bleef ik ook langer, maar had ik geen idee wat ik nou moest doen. Misschien vond ik het ook wel minder leuk omdat ik het belang niet inzag van de meeste taken die ik kreeg. Het was overigens ook een omgeving waar het aankaarten van het nut van werkzaamheden niet heel erg gewaardeerd werd. Wellicht was dit ook te wijten aan mijn houding, want ik verborg niet dat ik me vervelde. Daar heb ik altijd wel mee geworsteld. Ook op de middelbare school en zelfs op de basisschool werd ik om die reden vaak de klas uit gestuurd. Op de universiteit was het de reden dat ik een groot deel van mijn colleges miste. Omdat ik me op werk een groot deel van de tijd zat te vervelen, had ik geen energie meer over voor leuke dingen, zoals koken en bakken. Het was een neerwaartse spiraal.

## Op reis

Terwijl ik worstelde met mijn werk, was mijn toenmalige vriendin aan het reizen. Ze deed vrijwilligerswerk op boerderijen in Californië en vertelde me enthousiaste verhalen. Waar ik mijn carrière in de reclamewereld aanvankelijk enthousiast was begonnen met het lezen van boeken van reclamegoeroes, bleek mijn liefde voor reclame inmiddels bekoeld en spendeerde ik mijn avonden kijkend naar colleges over regeneratieve landbouw en permacultuur, en met het lezen van boeken over deze onderwerpen, aangeraden door mijn vriendin die hier middenin zat. Ik houd van nieuwe dingen leren, dat inspireert me. Iets moet me prikkelen. Mijn hoofdhuid gaat dan tintelen. Dat wil ik het liefst elke week een keer ervaren.

Mijn kantoorcarrière was dus van korte duur. Binnen een halfjaar zegde ik mijn baan op. Mijn vriendin was terug en we woonden antikraak. We konden goedkoop wonen omdat het appartement maandelijks opgezegd kon worden door de woningcorporatie die het huis zou gaan renoveren. Een goede deal die jaren standhield, tot het contract daadwerkelijk werd opgezegd, wat precies samenviel met het opzeggen van mijn baan. Dat was nogal wat. Er waren nagenoeg geen antikraakwoningen meer beschikbaar, dus moest ik op zoek naar een huurwoning in de vrije sector en direct een goedbetaalde baan vinden om een huurhuis te kunnen bekostigen. Naar een serieuze baan was ik al twee jaar op zoek, dus binnen een maand beide vinden zou een uitdaging worden. Regeneratieve landbouw en permacultuur boeide me nog steeds. Het was voor ons dus een makkelijke keuze om het grootste deel van onze spullen te verkopen en te gaan reizen. We gingen WWOOF'en: je werkt dan tegen kost en inwoning op boerderijen. Dit is een relatief goedkope manier van reizen en een



# PROEVEN EN SMAAKCOMBINATIES

Sinds de eerste weken van Fort Negen maken we elke week verschillende gebakjes, croissants en andere specials. Het is een van de redenen dat we een winkel wilden naast het bakken voor restaurants. Wij houden van experimenteren en nieuwe dingen proeven. Veel mensen uit ons team komen uit professionele keukens. Al onze collega's houden van koken en eten, ze zijn nieuwsgierig naar smaak, naar textuur, naar hoe iets voelt in je mond of achterblijft in je geheugen. Een van de eerste ideeën was de cruffin: een croissantdeeg, gebakken in een muffinvorm en gevuld met wisselende vullingen. Elke week maken we minstens twee soorten. De vullingen zijn geïnspireerd op een dessert dat we lekker vinden, een fruitsoort die op zijn piek is, of de smaken komen voort uit een brainstorm. Daarnaast maken we hartige specials, waarvoor we dagoude kaascroissants gebruiken als basis. We gebruiken een gerecht dat we heerlijk vinden als inspiratie, of we vullen ze met iets dat we zelf zouden willen eten als we een kater hebben.

Behalve cruffins en hartige specials maken we ook soezen, taartjes, donuts, ijs, layer cakes, sandwiches en alles daartussenin. Er zit geen strakke lijn in behalve het feit dat we maken waar we zin in hebben en dat we ons laten inspireren door wat er in het seizoen is.

Het werken met wisselende producten vraagt dat je goed leert proeven. Elke paar weken gaan we met een deel van het team om tafel. We beginnen met de groenten en het fruit die op dat moment op hun best zijn. We bespreken bereidingen, we koken, poffen, roosteren, fermenteren, infuseren, en voegen combinaties toe die de smaken versterken of juist in balans brengen. Noten, zaden, kruiden, specerijen, zuren en bitters. Soms begint de brainstorm bij iets dat we over hebben. Restanten brood uit de sandwichbar, kruimels van gesneden broden, room of compote van een ander project. We proberen alles een tweede leven te geven. Geen afval, maar een startpunt van creativiteit. Juist die beperking maakt het proces interessant. Teken op een lege pagina is lastiger dan op een bladzijde waar al wat op staat.

Tussendoor is er ruimte voor spontaniteit. Teamleden kunnen op elk moment suggesties doen. We luisteren altijd naar elkaar en nemen ideeën serieus. Vaak belanden ze als special in de winkel. Soms passen we ze direct toe, soms testen we eerst. Veel van ons hebben gewerkt in keukens waar smaak de hoofdrol speelt. Er is dus een gezamenlijke bagage aan smaakcombinaties, technieken en referenties. Daarnaast lezen we kookboeken en technische naslagwerken. Zonder deze ervaring kan je ook ver komen, er zijn geweldige boeken geschreven over het combineren van smaken met eindeloos veel variaties. Een brainstorm is nooit rechtlijnig, maar als we smaakcombinaties hebben, kunnen we kijken welke basistechnieken we gebruiken om de smaak het beste tot zijn recht te laten komen, technieken waarmee we bekend zijn. Een banketbakkersroom, ganache, praliné of panna cotta, die bouw je op volgens vaste verhoudingen. De smaak geef je door te infuseren of te mengen. Daardoor

is het recept hetzelfde maar de smaak anders. Je hoeft het wiel niet opnieuw uit te vinden, zolang je goed proeft.

Een ander startpunt is het kijken naar de ingrediënten in een bestaand recept en waarom dit ingrediënt in deze vorm in het recept voorkomt. Dit kun je doen om smaak te maximaliseren of juist andere smaken toe te voegen. Denk na over elk ingrediënt in een recept: Is dit de beste vorm waarin ik dit kan gebruiken? Neem bijvoorbeeld amandelmeel. Waarom zou je niet kiezen voor hele amandelen, die je roostert en zelf maalt? Dat geeft een diepere, intensere smaak. Misschien werkt een andere noot beter. Of kun je het combineren met een geroosterd zaad, zoals pompoenpit of zonnebloem. Vanille gebruiken we zelden. Het is een smaak die je veel tegenkomt. Bovendien zijn veel vanilleproducenten gemaakt zonder echte vanille. We kiezen liever voor andere specerijen: kardemom, laurier, citroenschil, steranijs, rozemarijn of basilicum. Infuseer daarmee je melk of room en geef een klassiek recept een ander karakter.

Om een gerecht goed te kunnen maken, moet je kunnen analyseren wat je proeft. Ik hanteer zelf twee manieren van proeven: op smaak en op ingrediënt. Proeven op smaak betekent dat je probeert te herkennen welke basissmaken je ervaart. Er zijn vijf smaken: zoet, zuur, zout, bitter, umami. Is alles in balans? Is een smaak te dominant? Een overdaad aan zoet bijvoorbeeld, kan andere smaken wegdrukken. Zout en zuur zijn krachtige tools. Ze halen smaken op, breken het gerecht open. Zout versterkt, zuur verheldert. Denk aan hoe je bij koken soms een scheutje azijn toevoegt, of citroenrasp aan een beslag. Diezelfde logica geldt ook voor brood. Veel bakkers streven naar een desemcultuur die alleen melkzuur produceert, zonder azijnzuur. Maar een klein beetje azijnzuur geeft juist die 'zing', een scherpte die brood spannender maakt, zoals een druppel citroensap dat ook doet in een gerecht. Ik kan er geen liters van drinken, maar die druppel haalt het hele gerecht op.

Ik zie smaken als muziek, klinkt heel filosofisch, maar is echt praktisch. Vijf blokken die samen een geheel vormen, als een equalizer. Umami is de bas, de diepte. Zoet en bitter zijn het middengebied, de warmte, de melodie. Zout en zuur vormen de hoge tonen, de highs zoals de high-hats. Zonder dat laatste mis je contrast. Zorg dat in je gerechten alle elementen zijn vertegenwoordigd. En eerlijk, als je gerecht een orkest is en het zout een trompetspeler is die je niet eens hoort, waarom staat hij er dan?

De tweede manier van proeven is op ingrediënt. Je stelt jezelf de vraag: proef ik wat ik wil dat dit ingrediënt doet? En zo niet, wat moet ik aanpassen? Neem rode biet als een vulling. Is de volheid en de zoetheid aanwezig, of kun je de biet beter poffen om water eruit te halen en de smaak te concentreren? Noem je iets een aardbeientaartje, maar proef je de aardbei niet? Dan moet je de techniek aanpassen. Macereren met een beetje suiker en zout bijvoorbeeld, om de smaak intenser te maken. Gebruik fruit dat rijp is, of bereid het eerst: grillen,



# UPCYCLING

In veel bakkerijen en professionele keukens is voedselverspilling nog steeds een hardnekkig probleem. Vanaf de start hebben we bij Fort Negen bewust verspilling proberen te minimaliseren. Elke keer dat we een nieuw product ontwikkelen, denken we niet alleen na over smaak en techniek, maar ook over reststromen. Wat kunnen we ermee als het aan het einde van de dag overblijft? Wat gebeurt er met de kruimels in de snijmachine, met het brood dat net te laat uit de oven kwam, of met een plaat croissants die niet meer verkocht wordt?

Alles wat overblijft krijgt een tweede kans. Soms weten we meteen wat we ermee willen doen. Soms blijft iets zich opstapelen en begint het letterlijk in de weg te liggen. Die fysieke aanwezigheid creëert urgentie. Zodra dat punt bereikt is, gaat het snel. Het probleem dringt zich op, en daagt uit om anders te denken, om nieuwe technieken te proberen of vertrouwde recepten om te buigen.

Omdat we zo bewust met deze vraagstukken omgaan, hebben we geen structurele verspilling van eindproducten. Daar zijn we trots op. In veel bakkerijen loopt het afvalpercentage op tot wel tien procent van de totale productie. Wij zien dat niet als onvermijdelijk, maar als een uitnodiging om slimmer te werken.

Soms wordt een upcyclingproduct zó geliefd dat we bewust meer moeten bakken om aan de vraag te kunnen voldoen. De amandelfoelie is daar het perfecte voorbeeld van. Oorspronkelijk bedacht als manier om dagoude croissants een tweede leven te geven, groeide het uit tot een van onze populairste producten. Inmiddels bakken we elke dag extra croissants, puur om genoeg amandelfoelies te kunnen maken.

Een aantal van onze oplossingen vind je terug in dit boek. Denk aan recepten voor broodsiroop, broodkoki, broodmiso, wentelteefjes, broodpudding, maar ook room of ijs geïnfuseerd met getoaste broodkruimels. Deze recepten zijn geen noodgrepen, maar volwaardige producten die iets vertellen over de plek waar ze vandaan komen. Ze zijn het resultaat van een andere manier van kijken, waarin elk ingrediënt, elk restje, opnieuw begint.



DESEMBROOD

# GRANEN

In het leerproces van het bakken van desembrood heeft het begrijpen van mijn ingrediënten op chemisch en microbiologisch gebied mij enorm geholpen. In principe bak je desembrood met drie ingrediënten: bloem/meel, water en zout. Deze ingrediënten hebben allemaal invloed op de fermentatie en deegstructuur. We gaan in dit hoofdstuk de diepte in.

Laten we beginnen bij de granen. Granen zijn onderdeel van de grassenfamilie (Poaceae) en zijn door kruisbestuiving en selectie geëvolueerd tot de granen die we nu kennen. De eerste gedomesticeerde granen waren waarschijnlijk einkorn en emmer, gevolgd door tarwe. Granen worden ingedeeld in een genus, het geslacht van granen binnen de grassenfamilie. Zo behoren tarwe, durum, emmer, einkorn en spelt tot het genus *Triticum*, terwijl gerst behoort tot genus *Hordeum* en rogge tot genus *Secale*. In biologische classificaties is een genus een taxonomische rang die een groep nauw verwante soorten omvat.

Het genus *Triticum* wordt gekenmerkt door zaden met een hoge zetmeelinhoud en variabele glutenkwaliteit, afhankelijk van de soort. Dit genus heeft een belangrijke rol gespeeld in de landbouwgeschiedenis en blijft een van de belangrijkste voedselbronnen wereldwijd.

Het type graan dat op een plek gecultiveerd wordt is sterk afhankelijk van de ondergrond en het klimaat van die plek. In het zuiden van Europa, waar het warm en droog is, wordt traditioneel veel durumtarwe verbouwd. In het midden van Europa, met een gematigd klimaat, vind je tarwe en in het koudere, vochtige noorden van Europa vind je meer rogge.

Natuurlijk is er overlap, en door het reizen werden granen en recepten wijd verspreid, maar als je van Zuid-Europa naar het noorden reist zie je duidelijke verschillen in de type broden die in de verschillende gebieden traditioneel gemaakt worden.

## Tarwe

De meestgebruikte graansoort in brood en patisserie is tarwe, en er zijn meerdere tarwerassen. Deze tarwerassen verschillen onder andere in percentages eiwitten en zemelen, en ook in de verdeling van de typen eiwitten. Zelfs als je dezelfde graansoort twee jaar achtereenvolgend op hetzelfde stuk land verbouwt, zullen deze percentages verschillen vanwege de beschikbare mineralen in de grond en de beschikbare hoeveelheid regen en zon op bepaalde momenten in de groeicyclus van het graan. Binnen dezelfde oogst kun je zelfs al verschil zien, zeker naarmate het graan langer opgeslagen ligt en afhankelijk van de plek op het veld waar het heeft gestaan. Je kunt je wel voorstellen hoeveel verschil je ziet als je deeg gaat maken van graan uit verschillende regio's, landen of continenten. We experimenteren graag met verschillende graansoorten op vakanties, maar het is altijd wennen. Je kunt recepten dus nagenoeg nooit een-op-een gebruiken en hetzelfde resultaat verwachten. In de bakkerij gebruiken we natuurlijk recepten, maar we mixen degen af altijd op gevoel. Het gevoel voor een deeg ontwikkel je simpelweg door ervaring, door veel deeg te maken en te reflecteren op de broden die je maakt. Tijdens het afmengen bepaal je hoeveel water je nog toevoegt (bijwasen) en hoelang je het deeg mixt op langzame snelheid en kneedt op hoge snelheid.

Tarwe behoort tot de zogenoemde 'naakte' granen. In tegenstelling tot gepelde granen zoals spelt, emmer of einkorn, waarbij het kaf (de harde buitenste schil) na de oogst mechanisch moet worden verwijderd, komt bij tarwe het kaf los tijdens het dorsen (het proces waarbij de graankorrels worden losgemaakt van de rest van de plant). Deze eigenschap maakt het malen aanzienlijk eenvoudiger en heeft hoogstwaarschijnlijk bijgedragen aan de dominante positie van tarwe in de menselijke voeding.

De graankorrel is langwerpig, beige tot goudkleurig met een gladde, stevige schil. Oorspronkelijk uit het Midden-Oosten en is nu een van de meest verspreide gewassen ter wereld. Het heeft een relatief hoge opbrengst per plant vergeleken met de andere soorten die hier besproken worden. Tarwe is wereldwijd het meestgebruikte graan in bakkerijen, dankzij de balans tussen eiwitten, die de gluten vormen, en zetmelen. Dit maakt het mogelijk om een elastisch deeg te vormen dat luchtige structuren biedt, essentieel voor brood en patisserie.

Alleen al in Europa zijn er meer dan 100 rassen, maar het aantal rassen neemt af. Dit komt door de selectie en het kruisbestuiven door zaadhandelaren. Er wordt geselecteerd op de opbrengst per hectare en de hoeveelheid en kwaliteit van de gluten. Tegelijkertijd is er een toenemende interesse in oude rassen, van voor 1970, die zijn ontsnapt aan de moderne hybridisatie- en selectietechnieken en genetische manipulatie. Vaak zijn de korrels van deze oudere variëteiten zachter en produceren ze uniekere smaken. Wij zijn van mening dat het een goede ontwikkeling is dat er steeds meer boeren deze oudere rassen weer verbouwen en eigen zaad bewaren om de diversiteit in het ras te behouden.

Tarwerassen worden ingedeeld op basis van groeiseizoen (wintertarwe of zomertarwe), kleur van de korrel (rood of wit) en de hardheid van de korrel (harde of zachte tarwe).

### Zomer- en wintertarwe

Zomer- en wintertarwe verschillen op meerdere vlakken, waaronder de samenstelling van eiwitten en zetmelen. Over het algemeen heeft zomertarwe een hoger eiwitgehalte dan wintertarwe. Dit komt doordat zomertarwe minder tijd heeft om te groeien en meer energie in de productie van eiwitten (gluten) stopt, wat gunstig is voor bepaalde toepassingen, zoals brood bakken waarbij een sterk glutennetwerk nodig is.

Wintertarwe heeft een langere groeitijd, waardoor de opbrengst van het graan ook net wat hoger is. Wintertarwe wordt in het najaar ingezaaid en komt net boven de grond uit als de winter start. Het plantje groeit nauwelijks gedurende de winter, maar de wortels groeien wel door. In het voorjaar heeft de wintertarwe een kleine voorsprong op zomertarwe omdat het al een uitgebreid wortelsysteem heeft zodra het warmer begint te worden. Hiermee houdt het de grond beter op zijn plek en is het beter in staat om voedingsstoffen op te nemen. De wintertarwe kan daardoor ook eerder geoogst worden. Daarnaast is het resistenter tegen droogte, omdat de plant vocht van dieper uit de grond kan halen.

Zomertarwe wordt in het voorjaar geplant. Het zetmeelgehalte van zomertarwe is vaak lager dan bij wintertarwe, omdat de focus ligt op eiwitproductie in plaats van zetmeelproductie. De eiwitproductie van zomertarwe is belangrijk voor de structuur van cellen en de ontwikkeling van de nieuwe plant. De kortere groeiperiode betekent dat de plant sneller en









# Zadenbrood

voor 2 broden van ca. 1 kg / bereiding: 40 minuten / wachten: 6 uur + 1 nacht / bakken: 45 minuten

| Ingrediënten            | Bakkerspercentage | Hoeveelheid |
|-------------------------|-------------------|-------------|
| Tarwebloem              | 100%              | 1000 g      |
| Water                   | 63%               | 630 g       |
| Zout                    | 2,5%              | 25 g        |
| Starter                 | 12,5%             | 125 g       |
| Bijwaswater (optioneel) | 10%               | 100 g       |
| Zadenpap                | 15%               | 150 g       |
| - Havermout             | -                 | 40 g        |
| - Pompoenpitten         | -                 | 20 g        |
| - Polenta               | -                 | 15 g        |
| - Lijnzaad              | -                 | 25 g        |
| - Havermeel             | -                 | 5 g         |
| - Weekwater             | -                 | 210 g       |

Verwarm de oven voor tot 200 °C. Rooster voor de zadenpap de havermout, pompoenpitten, polenta en het lijnzaad los van elkaar op een bakplaat met bakpapier in 5 tot 10 minuten goudbruin. Meng met het havermeel en het weekwater. Laat 30 minuten staan.

Meng intussen de bloem en het water in een grote kom of de kom van een standmixer met deeghaak. Meng 4 tot 6 minuten op lage snelheid tot alles goed gemengd is. Dek de kom af en laat 30 minuten rusten (autolyse).

Voeg het zout en de starter toe. Kneed 4 minuten op lage stand en 6 minuten op iets hogere stand, tot het deeg van de wanden van de kom loskomt. Voeg eventueel, al knedend, het bijwaswater toe tot het water is opgenomen en het extra water aan kan.

Leg het deeg in een licht ingevette kom. Verdeel de zadenpap erover en vouw dat erdoor. Dek af met een theedoek. Laat 3 uur rijzen op een warme plek (27 °C), of zet de deegkom au bain-marie in een kom met 30 °C water. Vouw het deeg elke 45 minuten (zie pag. 112). Je vouwt dus 3 keer tijdens het rijzen en verversst het au bain-marie water voor nieuw water van 30 °C bij elke vouw.

—————>



# Stokbrood

voor 4 stokbroden van ca. 350 g / bereiding: 40 minuten / wachten: 3,5 uur + 1 nacht / bakken: 45 minuten

| Ingrediënten | Bakkerspercentage | Hoeveelheid |
|--------------|-------------------|-------------|
| Tarwebloem   | 100%              | 1000 g      |
| Water        | 70%               | 700 g       |
| Starter      | 9%                | 90 g        |
| Zout         | 2,5%              | 25 g        |

Meng de bloem met het water in een grote kom of de kom van een standmixer met deeghaak 4 tot 6 minuten tot alles goed gemengd is en laat 30 minuten staan (autolyse). Voeg dan de starter en het zout toe en kneed 5 minuten op lage snelheid. Verhoog de snelheid en mix nog 1 minuut, tot het deeg soepel en elastisch is.

Geef het deeg direct vanuit de mixer een vouw en leg het deeg in een licht ingevette kom. Dek af met een theedoek en laat 1 nacht rusten op 6 °C.

Verdeel het deeg in 4 delen. Vouw ze tot een ovalen bolletje en laat 1 uur rusten. Rol elk stuk deeg uit tot een stokbrood van 40-45 cm lang en leg ze in een met rijst- of roggemeel bestoven couche.

Laat de stokbroden nog 2 uur rijzen op kamertemperatuur, tot het deeg luchtig aanvoelt en licht terugveert als je er met je vinger in duwt. Leg de stokbroden in de couche daarna nog 30 minuten in de koelkast zodat ze ferner kunnen worden.

Verwarm de oven voor tot 260 °C. Leg de stokbroden op een met bakpapier beklede bakplaat, snijd ze in en bak ze 30 tot 35 minuten tot ze goudbruin en krokant zijn. Voeg tijdens het bakken stoom toe aan de oven door een ovenschaal onder in de oven te zetten als de oven aan het voorverwarmen is. Schenk er, als je de stokbroden in de oven legt, kokend water in en sluit snel de deur om de stoom in de oven te houden.

Laat de stokbroden 20 minuten afkoelen op een rooster voordat je ze aansnijdt.

Stokbrood bakken



## Tip:

Rol de stokbroden nadat je ze gevormd hebt over een vochtige doek, en rol ze daarna door toppings naar keuze, zoals pitten en/of zaden. Je kunt ook wat pitten en/of zaden toevoegen aan het deeg wanneer je ook het zout en de starter toevoegt.







VULLINGEN  
EN CRÈMES

# Passievruchten- crèmeux

voor ca. 350 g  
bereiding: 40 minuten  
wachten: 4 uur

- Ingrediënten**
- 1 gelatineblaadje
  - 125 g passievruchtensap van ca. 7-8 vruchten (vers of ontdooid, gezeefd)
  - 65 g kristalsuiker
  - 65 g eidooier
  - 125 g koude roomboter, in blokjes

Leg de gelatine in ruim water en laat 5 tot 10 minuten staan.

Verwarm het passievruchtensap in een steelpan tot ongeveer 40 °C.

Klop intussen de kristalsuiker met de eidooiers los in een kom.

Schenk het warme sap al kloppend bij de eidooiers. Schenk terug in de pan en verwarm al roerend tot 82 °C. Breng het mengsel niet aan de kook, dan kan het gaan schiften.

Haal de pan van het vuur. Knijp de gelatine goed uit en roer door het mengsel. Laat het mengsel afkoelen tot 40 °C.

Voeg de roomboter in 3 delen toe. Mix na elk deel kort met een staafmixer tot alle roomboter is opgenomen.

Schenk de crèmeux in een schaal, leg een vel vershoudfolie direct op het oppervlak en laat minimaal 4 uur opstijven in de koelkast.

# Crèmeux van kokos

voor ca. 500 g  
bereiding: 30 minuten  
wachten: 6 uur

- Ingrediënten**
- 2 gelatineblaadjes
  - 325 g kokosmelk
  - 45 g fijne kristalsuiker
  - 100 g eiwit
  - 100 g cacaoboter, gesmolten en afgekoeld

Leg de gelatine in ruim water en laat 5 tot 10 minuten staan.

Verwarm ⅓ van de kokosmelk met de kristalsuiker in een steelpan tot 45 °C. Voeg de overige kokosmelk en de eiwitten toe en roer goed door. Verwarm al roerend tot 75 °C.

Haal de pan van het vuur en roer er de gelatine door. Laat het mengsel afkoelen tot 40 °C. Voeg dan in 3 delen de cacaoboter toe. Mix na elk deel kort met een staafmixer tot alle cacaoboter is opgenomen.

Spatel de kokosrasp door de crèmeux. Schenk de crèmeux in een schaal, leg een vel vershoudfolie direct op het oppervlak en laat minimaal 6 uur opstijven in de koelkast.

**Tip:**  
Lekker met wat limoenrasp en/of bruine rum.







**VIENNOISERIE  
EN PATISSERIE**

# SUIKER, VET EN EIEREN

## Suiker

Suiker is een verzamelnaam voor koolhydraten met een zoete smaak. In de bakkerij bedoelen we daar meestal kristalsuiker mee: sucrose, een disacharide opgebouwd uit glucose en fructose. Deze suiker wordt gewonnen uit suikerbiet of suikerriet. Bij Fort Negen gebruiken we voornamelijk suikerbiet, omdat deze lokaal groeit. De uiteindelijke stof, sucrose, is chemisch identiek, ongeacht de bron.

De verwerking van suikerbiet en suikerriet verloopt via extractie en raffinage. Bij suikerbiet worden de bieten gewassen, versneden en geweekt in warm water. De vrijgekomen suikers vormen een ruwsap, dat wordt gezuiverd met kalk en koolzuur. Na indamping ontstaan kristallen die worden gecentrifugeerd en gedroogd. De reststromen, zoals bietenmelasse, bevatten weinig suiker en worden gebruikt als diervoeder. Suikerriet wordt uitgeperst, waarna het sap wordt gezuiverd, ingedampt en ingekookt tot kristallisatie optreedt. Rietmelasse is aromatischer en wordt vaak deels in het eindproduct behouden, zoals bij ruwe rietsuiker.

Naast sucrose zijn er ook andere suikers die in bakkerijtoepassingen voorkomen. Enkelvoudige suikers zoals glucose en fructose, tweevoudige zoals maltose en lactose, en vloeibare suikers als honing, agavesiroop en invertsuiker. Ongeraffineerde varianten zoals muscovado, panela en kokosbloesemsuiker bevatten nog melasse en plantaardige bestanddelen, wat zorgt voor een andere smaak en vochtwerking.

Suiker is meer dan een zoetstof. In brood en patisserie beïnvloedt het de fermentatie, structuur, vochtbalans, binding, kleur, stabiliteit en houdbaarheid. Het voedt gisten, verkort de rijs, draagt bij aan korstkleur via karamellisatie en de maillardreactie. In custards en schuimen vertraagt suiker de eiwitstolling, wat resulteert in een gladder, stabiel mengsel. In jam of siroop bindt het vrij water, wat bederf voorkomt.

De rol van suiker is afhankelijk van context en toepassing. In cake heeft suiker een andere rol dan in koek of geklopte room. De hoeveelheid, structuur (kristallen of vloeibaar), het moment van toevoegen en de interactie met andere ingrediënten bepalen het effect.

### Suiker in deeg

Suiker beïnvloedt de deegconsistentie door zijn waterbindende vermogen. Het concurreert met de gluten om water. Eiwitten als glutenine en gliadine hebben water nodig om verbindingen aan te gaan. Door suikertoevoeging blijft er minder vrij water over, waardoor glutenontwikkeling vertraagt en het deeg aanvankelijk stugger aanvoelt. Dat komt niet door de sterkte van het glutennetwerk, maar door onvolledige hydratatie. De structuur kan zich wel ontwikkelen, maar vraagt meer tijd of aangepaste mengvolgorde.

Bij suikerpercentages boven de 10% (ten opzichte van het bloemgewicht) is het aan te raden de suiker pas toe te voegen na glutenvorming. Bij 20 tot 30% suiker wordt deze vaak

pas na volledige deegontwikkeling toegevoegd, zoals ook bij vetstoffen gebruikelijk is.

Door de verminderde waterbeschikbaarheid wordt het deeg compacter en de kruim fijner. Tegelijk helpt suiker vocht vast te houden, ook na het bakken. Dit verlaagt de wateractiviteit, remt microbiële groei en vertraagt uitdroging. Verrijkte degen zoals brioche of panettone kunnen onder andere om deze reden langer vers blijven.

Gisten voeden zich met eenvoudige suikers als glucose, fructose en sucrose. In reguliere brooddegen (tot circa 5% suiker) stimuleert dat de fermentatie. Maar bij hogere gehalten ontstaat osmotische stress: suiker trekt water weg van de gistcellen, waardoor hun stofwisseling vertraagt. Dit resulteert in tragere gasproductie en vertraagde rijs. Desem is nog gevoeliger, omdat wilde gisten en melkzuurbacteriën minder bestand zijn tegen een droge celomgeving. In zoete degen is dus aanpassing nodig. Hogere gistdosering, twee- tot driemaal, is gebruikelijk. Een zoete starter biedt uitkomst, omdat de micro-organismen zich aanpassen aan hoge suikerconcentraties, er andere bacteriën en gisten dominant worden of zelfs een andere spijsvertering activeren.

### Maillardreactie

De donkere kleur en geur van een broodkorst komen grotendeels voort uit de maillardreactie: een reeks reacties tussen suikers en vrije aminozuren onder invloed van hitte. De reactie treedt op vanaf 140-160 °C, in de eindfase van het bakken. In zoete degen (>10-15% suiker) treedt deze reactie eerder en krachtiger op. Dit leidt tot snellere bruining, soms nog voor de kruim gaar is. Vooral bij degen met veel massa of vulling, zoals brioche in een gesloten vorm, vergroot dat het risico op overkleuring en daarmee bittere smaken.

Temperatuurverlaging van 10 tot 20 °C helpt, net als het toevoegen van stoom aan het begin van het bakproces om de oppervlaktetemperatuur tijdelijk te verlagen. Deeg bestrijken met ei of melk kan de warmteoverdracht reguleren en de kleuring gelijkmatiger maken.

### Zoetkracht

Elke suiker heeft een andere zoetkracht. Die wordt uitgedrukt ten opzichte van sucrose (100). Fructose scoort rond de 130, glucose 70, maltose 50 en lactose slechts 20. Deze waarde zegt niets over calorieën of textuur, maar alleen over de waargenomen intensiteit van zoetheid. Fructose kleurt bijvoorbeeld veel sneller dan sucrose en is dus gevoeliger voor verbranden. Glucose is minder zoet maar zeer reactief, lactose draagt nauwelijks bij aan smaak maar wel aan kleurvorming, vooral in zuivelrijke producten.

### Geraffineerd en ongeraffineerd

Geraffineerde suikers bestaan vrijwel uitsluitend uit sucrose. Ze zijn stabiel, consistent en





# Croissants

voor ca. 15 stuks  
bereiding: 50 minuten  
wachten: 3 dagen  
bakken: 20 minuten

## Ingrediënten

*voor het deeg*

500 g T55-bloem  
140 g water  
140 g volle melk  
60 g kristalsuiker  
40 g roomboter  
11 g verse gist  
12 g zout

*verder nodig*

280 g koude roomboter  
20 g eidooier + 5 g melk of water

## DAG 1 – Deeg maken

Meng alle ingrediënten voor het deeg in de kom van een standmixer met deeghaak en mix 6 minuten op lage tot middelhoge snelheid. Verhoog de snelheid en kneed nog 8 minuten, tot je een glad deeg hebt. Vorm een platte schijf van het deeg (geen bal), dek af met folie en bewaar tot gebruik in de koelkast.

Snijd de koude roomboter in plakken van 1,25 cm en leg ze in een vierkant van 15 bij 15 cm tussen 2 vellen bakpapier. Sla met een deegroller plat tot een vierkant van circa 17 bij 17 cm en 1 cm dik. Wikkel de roomboter in bakpapier en bewaar tot gebruik in de koelkast.

## DAG 2 – Lamineren en vormen

Rol het deeg uit tot een vierkant van 26 bij 26 cm. Haal de roomboter uit de koelkast en maak soepel door dit ook wat uit te rollen. Leg de roomboter in een ruit op het deeg en vouw de punten over de roomboter zodat deze volledig ingesloten is.

Rol uit tot een rechthoekige lap van 20 bij 60 cm. Vouw beide uiteinden naar elkaar toe. Zorg dat de naad op  $\frac{2}{3}$  van het deeg zit. Vouw het deeg daarna dubbel voor een boekvouw. Op deze manier zitten de twee naden niet op dezelfde plek. Draai het deeg een kwartslag en rol opnieuw uit tot 20 bij 60 cm. Vouw  $\frac{1}{3}$  van deeg dubbel tot  $\frac{2}{3}$  en vouw het laatste gedeelte hier overheen voor een briefvouw.

Laat het deeg na het lamineren 30 minuten in de vriezer en daarna 30 minuten in de koeling rusten. Rol daarna uit tot 20 bij 110 cm en snijd de uiteinden recht af. Leg het deeg met de lange zijde naar je toe. Maak aan de onderkant om de 12,5 cm een kleine inkeping in het deeg. Maak aan de bovenkant na 6,25 cm een kleine inkeping in het deeg en maak vervolgens ook hier om de 12,5 een kleine inkeping. Snijd met mes en liniaal 15 driehoeken uit het deeg, van inkeping naar inkeping. Rek de driehoeken voorzichtig uit tot 25 cm lang. Rol op tot croissants, bewaar ze in de koelkast of vries ze in. Houd er rekening mee dat langere vriesopslag de gistactiviteit vermindert. Dit heeft impact op zowel de rijstijd als het volume van de croissants.







## Cruffins

voor 10 stuks  
bereiding: 1 uur  
wachten: 3 dagen  
bakken: 25 minuten

### Ingrediënten

1 portie croissantdeeg (zie pag. 251)  
150 g fijne kristalsuiker  
roomboter, om in te vetten

Bereid het croissantdeeg volgens de aanwijzingen op pagina 251. Rol het deeg, als het gekoeld is na het lamineren, uit tot een vierkant van 36 bij 36 cm en 3,5-5 mm dik. Rol het deeg strak op en snijd in 10 plakken.

Leg de plakken in de holtes van een ingevette muffinvorm. Laat het deeg rijzen en bak het deeg volgens de aanwijzingen op pagina 252. Bak ze wel 4 minuten langer, of tot ze mooi goudbruin zijn.

Haal de croissantmuffins direct na het bakken uit de vorm en wentel ze door de kristalsuiker tot ze rondom bedekt zijn. Zet ze op een rooster en laat ze afkoelen.

Je kunt de cruffins vullen met een vulling naar keuze, zoals een crème, compote of jam. Smit de vulling vanaf de boven- of onderkant in de gebakken cruffin, en maak eventueel af met een toefje slagroom, een lepel compote of een andere topping.

## Danishes

voor 8 stuks  
bereiding: 1 uur  
wachten: 3 dagen  
bakken: 20 minuten

### Ingrediënten

½ portie croissantdeeg (zie pag. 251)  
400 g crème patissier (zie pag. 214)  
1 ei, losgeklopt  
30 g melk  
fruitcompote (zie pag. 204), naar keuze  
vers fruit, naar keuze

Bereid het croissantdeeg volgens de aanwijzingen op pagina 251. Rol het deeg, als het gekoeld is na het lamineren, uit tot een vierkant van 36 bij 36 cm en 3,5-5 mm dik. Vouw het deeg dubbel, zodat 2 lagen op elkaar liggen en je een rechthoek van 36 bij 18 cm hebt. Duw voorzichtig aan.

Snijd 8 vierkanten van 9 bij 9 cm uit het deeg. Laat de vierkante stukjes croissantdeeg rijzen volgens de aanwijzingen op pagina 252.

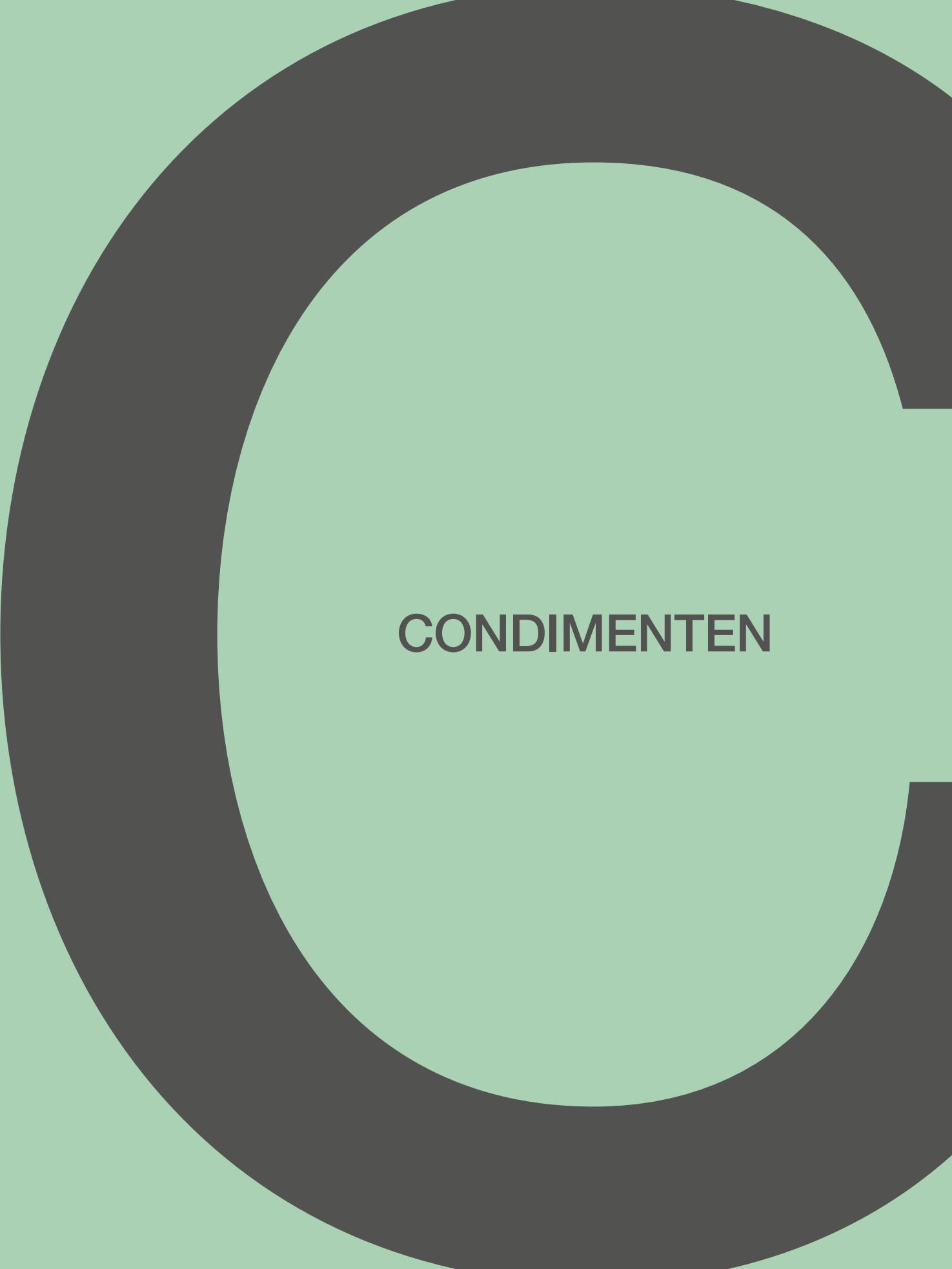
Schep 8 hoopjes crème patissier met een doorsnede van circa 5 cm op een bord of bakplaat met bakpapier. Zet in de vriezer.

Meng het ei met de melk in een kommetje. Bestrijk de bovenkant van de gerezen deegvierkantjes met het eimengsel en leg op elk stukje een bevroren rondje crème patissier. Duw licht aan.

Bak de danishes volgens de aanwijzingen op pagina 252, tot ze goudbruin en knapperig zijn. Laat ze afkoelen op een rooster.

Vul de kuiltjes van de danishes met fruitcompote en garneer met vers fruit. Serveer op kamertemperatuur.





CONDIMENTEN

# Ingelegde sjalot

voor ca. 200 g  
bereiding: 15 minuten  
wachten: 3 uur

- Ingrediënten**  
100 g snelle pekels (zie pag. 322)  
20 g bietensap (kant-en-klaar, of gebruik het sap van de bieten op pag. 312)  
200 g sjalot, in dunne ringen

Breng de pekels met het bietensap in een steelpan aan de kook. Schenk over de sjalot in een hittebestendige kom en laat afkoelen in de koelkast.

# Coleslaw

voor ca. 500 g  
bereiding: 15 minuten  
wachten: 20 minuten

- Ingrediënten**  
250 g witte kool, in dunne reepjes  
100 g wortel, in dunne reepjes  
35 g sjalot, in dunne plakjes  
50 g mayo de luxe (zie pag. 334)  
20 g sushi-azijn (zie pag. 335)  
8 g citroensap  
5 g zout

Meng alle ingrediënten in een kom en laat minstens 20 minuten rusten.

# Ingelegde rode ui en komkommer met sumak

voor ca. 300 g  
bereiding: 15 minuten  
wachten: 2 uur

- Ingrediënten**  
200 g komkommer, in dunne plakjes  
120 g rode ui, in dunne plakjes  
10 g sumak  
10 g sushi-azijn (zie pag. 335)  
10 g natuurazijn

Meng alle ingrediënten in een kom en roer goed door. Laat 2 uur staan en roer elke 30 minuten door.

# Kosho

voor ca. 50 g  
bereiding: 20 minuten

- Ingrediënten**  
20 g chilipepers naar keuze, fijngesneden  
20 g geraspte citrusschil van 7-8 citrusfruit naar keuze  
10 g zout

Meng alle ingrediënten in een vijzel en maal tot een puree.

Je kunt de kosho meteen gebruiken, maar je kunt hem ook op kamertemperatuur tot 3 maanden laten fermenteren om de smaak te laten ontwikkelen. Zet in de koelkast zodra je de smaak lekker vindt.







**SANDWICHBAR**

## Sandwich gerookte biet

voor 1 broodje  
bereiding: 10 minuten

### Ingrediënten

2 sneden aardappelbrioche (zie pag. 188)  
60 g beurre blanc-spread (zie pag. 338)  
90 g gerookte bieten (zie pag. 312), in plakken  
10 g hazelnoten, geroosterd en grof gehakt  
2 bladeren kropsla  
5 g gemengde bieslook en kervelblaadjes  
5 g citroensap  
5 g olijfolie  
15 g Parmezaanse kaas, geraspt  
roomboter, om in te bakken  
peper

Verhit wat roomboter in een koekenpan en bak de brioche aan beide kanten goudbruin. Laat een beetje afkoelen.

Bestrijk beide sneden brioche met de beurre blanc-spread en beleg een snee met de bieten, hazelnoten, kropsla, bieslook en kervel. Besprenkel met het citroensap en de olijfolie en bestrooi met de Parmezaanse kaas en wat peper. Leg de andere snee brioche erop.

## Kimchi-hotdog

voor 1 broodje  
bereiding: 15 minuten

### Ingrediënten

1 hotdog (zie pag. 308)  
1 portie tamago (zie pag. 318)  
1 hotdogbroodje (zie pag. 191)  
60 g gebakken kimchi (zie pag. 328)  
10 g gebakken uitjes (zie pag. 317)  
mayo de luxe (zie pag. 334) en mosterd (zie pag. 335), naar smaak  
10 g koriander- en basilicumblaadjes  
neutrale olie, om in te bakken

Verhit wat olie in een koekenpan en bak de hotdog rondom tot deze mooi bruin is. Verwarm in dezelfde koekenpan de tamago.

Snijd het hotdogbroodje open en leg met de snijkanten naar beneden in de pan. Rooster tot de snijkanten goudbruin zijn.

Beleg het hotdogbroodje met de kimchi, tamago, hotdog en zigzag er de mayo de luxe en mosterd over. Bestrooi met de gebakken uitjes, koriander en basilicum.