



ONS BAKBOEK



ONS BAKBOEK

Meer dan 300
heerlijke recepten

Ferm Lannoo





voorwoord

Niets zo gezellig als de geur van vers brood, een warme cake in de oven of de zoete geur van net gebakken koekjes.

Deze vierde editie van *Ons Bakboek* – het smakelijke zusje van het bekende *Ons Kookboek*[®] – is dé gids voor wie graag bakt. Beginnende én ervaren bakkers vinden hun gading in meer dan driehonderd zorgvuldig geteste recepten.

Van broden, luchtige biscuits en taarten tot wafels, koekjes en internationale zoetigheden – alles komt aan bod. Ook wie liever geen of minder boter, tarwe, eieren of suiker gebruikt, vindt hier tal van lekkere alternatieven.

Met heldere uitleg, stap-voor-stap-foto's en beelden van het eindresultaat maak je zelf de heerlijkste creaties.

Haal je garde boven, zet de oven op temperatuur en laat je verleiden door de magie van het bakken.

Heb je de bakmicrobe te pakken? Op [SamenFerm.be](https://www.samenferm.be) en via de socials van [@samenferm](https://www.instagram.com/samenferm) vind je meer inspiratie, recepten en (bak)workshops in jouw buurt.

Veel bakplezier!

Het team van Ferm



INHOUD

01.

BASISINGREDIËNTEN + BAKMATERIALEN

Meel en bloem	18
Rijsmiddelen	18
Boter en vetstoffen	19
Eieren	19
Zoetstoffen	20
Smaakmakers	21
Bakmaterialen	24
Bakvormen	24
Bakvormen van blauw staal	24
Bakvormen van porselein, glas en aardewerk	24
Bakvormen van teflon	24
Bakvormen van tin	24
Bakvormen met een antikleeflaag	24
Flexibele bakvormen	25
Welke vorm voor welk gebak?	25
Fantasievormen	25
Koekjessteker	25
Ovenbakplaat	25
Springvormen voor biscuitgebak	25
Taartringen van roestvrij staal of zware kunststof	25
Taartraster met vlechtwerk	25
Vormen voor briochebrood en charlotte	25
Vormen voor brood	25
Vormen voor cake	26
Vormen voor minigebak	26
Vormen voor pizza	26
Vormen voor quiches	26
Vormen voor taarten en vlaaien	26
Ander basismateriaal van a tot z	26
Bakbonen	26
Bakfolie	26
Bakpapier	26
Deegplank	28
Deegradertje	28
Deegrol	28
Deegschrapper of deegmes	28

Elektrische keukenapparatuur	28
Flexibel bakmatje	31
Garde of klopper	31
Keukenkwast	31
Keukenschaar en -messen	31
Keukenweegschaal	31
Maatbeker	31
Mengkommen	31
Palet- of pannenkoekenmes (steekmes)	31
Pannelikker	32
Raster voor taarten met een vlechtwerkafwerking	32
Roerlepels	32
Spatels	32
Spuitzak en spuitmondjes	32
Suikerthermometer	32
Taartrooster	32
Uitsteekvormpjes	32
Zeef	32
Oven: conventioneel of hetelucht?	33

02.

BROOD EN BROODJES

Basisrecept witbrood	36
Basisrecept lichtbruin brood	38
Basisrecept voltarwebrood	38
Basisrecept andere meelsoorten: speltbrood	39
Basisrecept zacht zoet gistdeeg voor rozijnenbrood	40
Basisrecept krokant gistdeeg voor stokbrood	42
Appel-amandelbrood of -broodjes	44
Appel-rozijnenbrood of -broodjes	45
Boekweitbrood	46
Brioche	47
Cacaobroodjes	48
Snelle rozijnenbroodjes	48
Driegranenbrood	49
Eenkoornbrood	50



Sodabrood	50
Sodabrood met pompoen	51
Haverzemelenbrood	51
Gevuld zoet vlechtbrood	52
Kamutbrood	54
Karnemelkbrood	54
Lentebrioche	55
Maisbrood	56
Marsepeinrol	57
Melkbrood	58
Pompoenbriochebrood	58
Notenbrood of -broodjes	59
Pistolets	59
Saffraanvlecht	60
Sandwiches	62
Plukboord met sojameel en chiazaad	63
Tijgerbrood	64
Suikerbrood	65
Vijgen- en dadelbrood	66
Volkoren-rozijnenbroodjes	66
Waldkornbrood met zonnebloempitten	67
Walnoot-hazelnootbrood	67
Zuurdesem maken en bewaren	68
Zuurdesembrood	70
Zuurdesembrood van meergranen	72
Zonnebrood	73

03.

KOFFIEKOEKEN

Basisrecept banketbakkersroom	76
Basisrecept gistbladerdeeg	78
Basisrecept bladerdeeg	79
Abrikozenkoeken	80
Abrikozenvierkanten	80
Achten gevuld met pudding	81
Ananaskoeken	81
Croissants	82
Appelbollen	84
Boterkoeken	84
Chocoladekoeken	85
Gedraaide strengen	85
Roomhoortjes	86
Tompoezen	88
Gevulde driehoeken	88
Lange suissen	89
Rozijnenkoeken	90

Spiegelkoeken	92
Zuurdesem kaneelbolletjes	94
Vierkante puddingkoeken	95

04.

TAARTEN, VLAAIEN EN CAKE

Basisrecept gistdeeg voor taarten en vlaaien	98
Appel-flantaart	100
Confituurtaart	100
Feestelijke flantaart	101
Flantaart	101
Bresiliennetaart	102
Fruityvlaai	104
Gesloten appeltaart	104
Limburgse knibbelkesvlaai	105
Rijsttaart	105
Plattekaastaart	106
Rabarbertaart	108
Schuimige puddingvlaai	110
Suikertaart	110
Smurfentaart	111
Basisrecept zanddeeg blind gebakken	112
Bananentaart met witte chocolademousse	114
Chocoladetaart met peren	116
Exotische fruittaart	118
Frambozentaart	119
Kruisbessentaart met schuimhoed	120
Perentaart belle Hélène	121
Basisrecept kruimeldeeg, blind gebakken	122
Abrikozenaart met crumble	123
Aardbeientaart met slagroom	123
Rabarbermelktaart	124
Perentaart met meringue	125
Speculaastaart met karamelsausje	126
Zoete pompoentaart	127
Basisrecept voor bladerdeeg	128
Appelgebak	128
Appeltaartjes met crème anglaise	129
Driekoningentaart	130
Frangipanetaart	132
Frangipanetaart met krieken	133
Gevulde taart met krieken en slagroom	133
Chocoladetaart met notenvulling	134
Sinaasappelspinnetje	134
Mattentaarten	135
Rijsttaart zonder korst	135

Ricottataart	136
Broodpudding	136
Basisrecept biscuitdeeg, koude werkwijze	137
Basisrecept biscuitdeeg, warme werkwijze	138
Sinaasappelbiscuittaart	140
Aalbessentaart	141
Dacquoisegebak	142
Miserable	143
Javanais	144
Slagroomtaart met karamel	146
Truffeltaart	147
Stapeltaart voor 50 personen	148
Verjaardagstaart met slagroom	150
Biscuitrol met frambozen	152
Biscuitrol met chocoladeboterroom	154
Chocoladerolbiscuit gevuld met sinaasappel- of abrikozenjam	155
Kerststronk	156
Paris-Brest	158
Saint-Honorétaart	160
Profiteroletaart	161
Basisrecept quatre-quarts cake	162
Amandelcake	164
Appelkoek	164
Chocoladecake	165
Dadelcake	165
Gemarmeerde chocoladecake	166
Kruidkoek	167
Muffins met rood fruit en gemalen kokos	167
Notencake	168
Rabarberkoek met amandelschuim	170
Sinaasappelcake	172
Vijgencake	172
Plaatgebak	174
Gekaramelliseerde appels op bladerdeeg	174
Kilometergebak	175
Plaatgebak met aalbessengelei	175
Confituurcarrés	176
Plaatgebak met abrikozen	178
Plaatgebak met chocolade en kriekenvulling	179
Plaatgebak met frangipane-appelvulling	180
Plaatgebak met krieken en hazelnoten	181
Plaatgebak met krieken en marsepeincrumble	182
Kruisbessenkoek met havermout	184
Plaatgebak met peren	185
Plaatgebak met schuimlaag	186
Muffin met Berloumi	188

05.

KOEKJES EN GEBAKJES

Amandelkoekjes	192
Amandeldelice	193
Zuurdesem chocolate chip koekjes	193
Bokkenpootjes	194
Mokken	195
Cacaodessert	196
Citroenroomkrokantjes	196
Dacquoisekoekjes	197
Gemberkoekjes	197
Chocolademacarons	198
Gevulde boterkoekjes met frambozenjam	200
Halve maantjes	201
Halve maantjes met noten en kokos	201
Kaneelsterren	202
Havermoutkoekjes met chocolade	204
Hazelnootkoekjes met chocolade en rozijnen	204
Kattentongen	205
Whoopies	205
Kletskoppen	206
Koffiekoekjes	206
Kokosrotsjes	207
Marsepein-suikerkoekjes	207
Lepelkoekjes	208
Kersenkoekjes	209
Madeleintjes	209
Pain à la grecque	210
Rozijnenkoekjes	210
Palmbladeren	211
Petitfours	211
Meringues of schuimpjes	212
Sesamzaadkoekjes	214
Sinaasappelkoekjes met chocolade	214
Tulpjes om te vullen	215
Weense ringen	215
Speculaas	216
Sprits	218
Zandkoekjes	220
Appelmuffins met kaneel	220
Blondies	221
Blondies met witte chocolade en pecannoten	222
Aardbeientaartjes	223
Biscuitkoekjes met frambozenmousse	224
Bosbessenmuffins met streusel	224
Biscuitkoeken gevuld met mascarponeerroom	225
Chocoladecupcakes	225
Cupcakes met rode biet	226

Frambozentaartjes	228
Lierse vlaaijes	229
Merveilleux	229
Frambozencakejes	230
Italiaanse chocolade-amaretti cupcakes	232
Mini ananasmuffins	234
Mini chocoladecupcakes met boterglazuur	234
Minicroissants met chocoladekoffiebonen	235
Minitompoezen gevuld met aardbeien	235
Slagroomgebakjes met fruit	236
Mokkabiscuitrolletjes	238
Pompoencakejes met topping	239
Tarte maison	240
Tartine Russes	241
Tompoezen met frambozen en een karamellaagje	241
Verrassingscakejes met sinaasappel en chocolade	242
Veenbessen-sinaasappelmuffins	243
Vlindercakejes	243
Zwart-wit dessertcakejes	244
Basisrecept voor soezendeeg	246
Bananensoezen	248
Eclairs	248
Eclairs met aardbeienroom	249
Eclairs met plattekaasroom	249
Eclairs met citroenroom en meringue	250
Roomsoezen	250
Eclairs met koffieroom	251
Minisoesjes met krokant karamellaagje en crème suisse	252
Sneeuwballen	252
Soesjes met advocaatcrème	253
Soezen dame blanche	253
Soezen met witte chocoladeroom en passievruchten	254
Soesjes met cappuccinomousse	255
Zwaantjes	256

06.

PANNENKOEKEN, WAFELS EN BEIGNETS

Basisrecept gistpannenkoeken	260
Boekweitpannenkoeken	262
Crêpes suzette	264
Flensjes met chocoladevulling	264
Flensjes gevuld met vruchten	265
Gevulde flensjes belle Hélène	265

Luikse pannenkoeken	266
Mangoflensjes met kokossaus	266
Normandische lekkernij	267
Plattekaasflensjes met rozijnen	267
Pompoenpannenkoekjes	268
Zoete pannenkoekentaart	269
Zuurdesempannenkoeken	269
Basisrecept wafelbeslag zonder gist	270
Basisrecept wafelbeslag met gist	272
Boekweitwafels met koriander	272
Begijnenwafels	273
Chocoladewafeltjes	273
Brusselse wafels	274
Fruitwafels	276
Parijse wafeltjes	276
Roomwafels	277
Vanillewafeltjes	277
Lukken	278
Volkorenwafels	280
Wafels met chocoladestukjes	280
Volkorenwafels met boekweit	281
Wafels met yoghurt	281
Suikerwafels	282
Basisrecept beignetdeeg met bier	284
Ananasbeignets	285
Appelbeignets	285
Oliebollen	286
Ricottaballetjes	287

07.

SLIMME VERVANGERS

Minibroodjes (glutenvrij, lactosevrij)	292
Kikkererwtten-boekweit-rozijnenbrood (glutenvrij, lactosevrij)	294
Sesampistolets (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	294
Boekweitbrood (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	295
Scones (glutenvrij)	295
Noten-pitten-en-zadenbrood (glutenvrij, lactosevrij)	296
Cannellini-sinaasappeltaartje (glutenvrij, lactosevrij)	298
Crumble met walnoot en peer (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	300
Appeltaartje (glutenvrij, lactosevrij, suikerarm, vegan)	300
Biscuitgebak met frambozenroom (glutenvrij, lactosevrij)	301
Granolarepen op basis van honing (glutenvrij, lactosevrij, suikerarm)	301

Chocoladecake met een topping	
van cashewnotencrème (glutenvrij, lactosevrij, suikervrij)	302
Honinggebak met sinaasappel (glutenvrij, lactosevrij)	304
Paarse vegan cheesecake (glutenvrij, lactosevrij, vegan, suikervrij)	305
Bananenbrood met volkorenmeel (suikerarm)	305
Driekoningentaart (lactosevrij, suikerarm, vegan)	306
Chocolate chip hazelnut cookies	
(glutenvrij, lactosevrij, vegan)	307
Boekweitkoekjes (glutenvrij, lactosevrij)	308
Flantaart (glutenvrij, lactosevrij)	308
Brownies (glutenvrij, lactosevrij, vegan, suikervrij)	309
Chocolademoeleux (glutenvrij, lactosevrij)	309
Chocoladecupcakes met pistacchenootjes	310
(glutenvrij, lactosevrij, vegan)	
Gespoten kokoskoekjes (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	310
Chocolade-pindaboter donuts	311
(glutenvrij, lactosevrij, vegan)	
Sprits (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	311
Pecantaart met ahornsiroop (suikerarm)	312
Focaccia met amandelmeel (glutenvrij, lactosevrij)	312
Ontbijttaartjes met plattekaas (glutenvrij, suikerarm)	313
Éclairs (glutenvrij, lactosevrij)	314
Notenkoekjes zonder bloem (glutenvrij, lactosevrij, suikervrij)	314
Frambozenmacarons (glutenvrij, lactosevrij)	315
Pannenkoeken (lactosevrij, suikerarm, vegan)	315
Roze meringues (glutenvrij, lactosevrij, vegan)	316
Kikkererwten-muffins met walnoten en chocolade	318
(glutenvrij, lactosevrij, vegan, suikerarm)	
Wortelcupcakes met roomkaas-frosting	
(glutenvrij, lactosevrij)	318
Frambozencupcakes met	319
frambozentopping (vegan, lactosevrij)	
Havermoutcake gezoet met appelmoes	319
(glutenvrij, suikerarm)	
Whoopies met citroenmascarpone (glutenvrij)	320
Zandkoekjes (glutenvrij, lactosevrij)	321
Tarte tatin van speltbloem met appel, peer	321
en honing (suikerarm)	
Zoete aardappelwafels (glutenvrij, lactosevrij, suikerarm)	322

08.

HEEL DE WERELD BAKT

Aardbei-rabarbercrumble (Groot-Brittannië)	326
Amaretti (Italië)	328
Anijskoekjes (Libanon)	328
Amandelkoekjes met gekonfijt fruit (Marokko)	329

Pastéis de Belém (Portugal)	329
American pancakes (Verenigde Staten)	330
Baklava (Armenië, Griekenland, Turkije)	332
Basbousacake (Libanon)	332
Bananecake (Brazilië)	333
Berlijnse bollen (Duitsland)	333
Bossche bollen (Nederland)	334
Bretonse appeltaart (Frankrijk)	336
Clafoutis (Frankrijk)	338
Croquembouche (Frankrijk)	340
Dadelgebakjes (Marokko)	342
Brownies (Verenigde Staten)	344
Chocolate chip cookies (Verenigde Staten)	344
Churros (Spanje)	345
Gazellehoortjes (Marokko)	345
Gesuikerde amandelspiralen (Scandinavie)	346
Griesmeelcake (Marokko)	346
Hot cross buns (Groot-Brittannië)	347
Karnemelkbrood (Ierland)	347
Donuts (Verenigde Staten)	348
Gingerbread men (Groot-Brittannië)	349
Pavlova met rood fruit (Australië en Nieuw-Zeeland)	350
Koek met dadels en walnoten (Marokko)	352
Linzertorte (Oostenrijk)	352
Macarons (Frankrijk)	353
Moelleux (Frankrijk)	354
New York cheesecake (Verenigde Staten)	356
Maisbrood (Marokko)	358
Pain d'épi (Frankrijk)	358
Panettone (Italië)	359
Poffertjes (Nederland)	359
Scones (Groot-Brittannië)	360
Sachertorte (Oostenrijk)	361
Semlor (Zweden)	362
Sesamkoekjes met pistachenootjes (Libanon)	362
Shortbread (Groot-Brittannië)	363
Stol (Duitsland en Nederland)	363
Tarte tatin (Frankrijk)	364
Tarta de Santiago (Spanje)	366
Whoopies gevuld met cappuccinomousse	
(Verenigde Staten)	366
Torta della nonna (Italië)	367
Vatel (Frankrijk)	368
Victoria sponge (Groot-Brittannië)	370
Wiener Apfelstrudel (Oostenrijk)	372
Worteltaart met roomkaastopping (Groot-Brittannië)	372
Wortelcake met chocoladesaus (Brazilië)	373
Kaneelbroodjes (Zweden)	373
Zwartewoudtaart (Duitsland)	374







DEEL 01



BASIS- INGREDIËNTEN + BAKMATERIALEN



BASISINGREDIËNTEN

MEEL EN BLOEM

Is meel hetzelfde als bloem? Neen. Bij meel wordt de hele korrel van het graan gemalen, inclusief het vliesje. Bij bloem wordt dit meel verder gezeefd. Meelsoorten bevatten dus steeds een hoger percentage zemelen of vezels. Zo is bijvoorbeeld tarwebloem fijner dan tarwemeel.

Er zijn tegenwoordig heel veel soorten meel en bloem te koop die geschikt zijn voor het bakken.

Tarwemeel of -bloem, rogge, boekweit, teff, spelt, kamut, haver, rijst, kastanje, amandel...

Tarwebloem wordt nog steeds het meest gebruikt en wordt terecht beschouwd als het beste broodgraan, maar ook andere granen brengen lekkere broden voort.

De gluten in de bloem spelen een zeer belangrijke rol bij de bereiding van brood. Gluten zijn een mengsel van eiwitten in de graankorrel waarvan het gehalte de bakwaarde van het meel bepaalt. Hoe meer gluten, hoe elastischer het deeg wordt bij het kneden en hoe meer het gaat rijzen.

Bloem van harde tarwe heeft meer gluten dan bloem van zachte tarwe, maar er zijn ook variëteiten van zachte tarwe die veel gluten bevatten. Meestal wordt zachte tarwe met harde tarwe op een professionele wijze gemengd.

Voor glutenvrij bakken verwijzen we naar het hoofdstuk 'Het andere gebak'.

Patisseriebloem is geschikt voor het maken van deeg voor koekjes, gebakjes... waarin geen gist verwerkt is en dat niet moet rijzen in de oven.

Zelfrijzende bloem is dezelfde bloem als patisseriebloem, maar met toegevoegde bakpoeders. Zelfrijzende bloem is geschikt voor het maken van gebak dat tijdens het bakken moet rijzen in de oven, zoals bijvoorbeeld cake, biscuit...

Bewaar meel en bloem op een donkere, droge en luchtige plaats. Kleine hoeveelheden voor dagelijks gebruik kun je bewaren in een blik of voorraaddoos, grotere hoeveelheden liefst in de originele verpakking. Meel of bloem waarin veel vet aanwezig is, bewaar je bij voorkeur niet langer dan twee maanden.

RIJSMIDDELEN

Verse gist

Gist speelt een belangrijke rol bij het bakken van brood en ander gebak op basis van gistdeeg. Het dient als rijsmiddel, maar geeft ook een typische smaak en aroma.

Zout en vetstof mogen niet rechtstreeks in contact komen met gist.

Meng de gist dus door de bloem. Bij een deeg waarin relatief veel vetstof verwerkt is, kun je beter wat meer gist gebruiken. Gistcellen ontwikkelen zich het beste in een omgeving van 25 tot 28 °C. Gistcellen hebben ook wat tijd nodig om zich te ontwikkelen, vandaar dat gistdeeg altijd moet rijzen.

Enkel met gist van goede kwaliteit verkrijg je het beste gistdeegaroma.

Breek de gist in lauwe vloeistof (30 °C). Is de temperatuur hoger dan gaat de werking van de gistcellen kapot.

Bewaar verse gist op een koele droge plaats en niet langer dan nodig.

Gist kan in de diepvriezer bewaard worden. Doe dat bij voorkeur in kleine porties. Bij gebruik van diepvriesgist moet je wat meer gist gebruiken dan normaal, omdat een deel van de rijkskracht verloren gaat. Laat diepgevroren gist ontdooien op kamertemperatuur, zeker niet warmer.

Gedroogde gist

Gedroogde korrelgist is gist waaraan het water onttrokken is. Daardoor kan hij langer bewaard worden. Van nature uit is de samenstelling dezelfde als die van verse gist. Deze gist komt luchtledig verpakt in de handel.

Neem voor korrelgist wat lauwe vloeistof en los er de benodigde hoeveelheid gist in op. Laat een tiental minuten rusten. Deze schuimige massa wordt dan op dezelfde manier als verse gist verwerkt.

Instantgist is een andere vorm van gedroogde gist, maar heeft dezelfde eigenschappen. Instantgist is volgens een speciaal procedé bereid uit verse gist en hoeft je niet op te lossen. Je kunt hem rechtstreeks vermengen met de bloem. Van gedroogde en instantgist gebruik je maar de helft in vergelijking met verse gist.

Bakpoeder

Bakpoeder is een chemisch rijsmiddel. Het is een mengsel van (bak)soda of natriumbicarbonaat, een zuur, citroen of wijnsteenzuur, en fijn zetmeel. Onder invloed van het aanwezige vocht wordt er koolzuurgas gevormd. Dit gas zoekt tijdens het bakken een uitweg, waardoor het deeg uitzet en toeneemt in volume.

In tegenstelling tot gistdeeg, dat een rijperiode nodig heeft, gebeurt het rijzen tijdens het bakken zelf.

Bakpoeders kunnen verschillen van merk tot merk. Lees steeds de werkwijze aangegeven op de verpakking, maar pas de hoeveelheid bakpoeder soms wel zelf aan.

BOTER EN VETSTOFFEN

De gebruikte vetstof bepaalt grotendeels de smaak van het gebak en vormt tevens de basis waarop smaakstoffen en aroma's tot uiting komen. Enkel vetstoffen die verhit mogen worden, komen in aanmerking voor het bakken. De handel biedt een ruim assortiment aan vetstoffen, zowel dierlijke als plantaardige, die in aanmerking komen voor het bakken.

EIEREN

Eieren vormen een gewaardeerd en belangrijk onderdeel van brood en gebak. Ze doen dienst als bindmiddel, zorgen voor de luchtigheid en geven een goede en volle smaak. Eieren kunnen in hun geheel verwerkt worden of gesplitst worden in dooier en eiwit, afhankelijk van het recept. Voor eivervangende producten verwijzen we naar het hoofdstuk 'Het andere gebak'.



- Werk steeds met verse eieren van goede kwaliteit; dat is nodig voor een goed eindresultaat.
- In de handel zijn er eieren van verschillende groottes verkrijgbaar. In de recepturen met eieren bedoelen we eieren van 50 g.
- Eieren die in een deeg verwerkt worden, moeten vooraf op kamertemperatuur gebracht worden.
- Dankzij de eiwitten vormen eieren een verfijnd bindmiddel in room en puddingen. Worden de hele eieren gebruikt als bindmiddel, dan worden ze bij voorkeur eerst goed losgeklopt, eventueel met wat koude vloeistof, en dan pas gemengd met de hete vloeistof. Verhit het mengsel onder goed roeren op een niet te heet vuur. Een eetlepel zetmeel door de vloeistof met eieren kloppen, helpt om schiften te voorkomen. Worden enkel de dooiers gebruikt om te binden, dan is de kans op schiften kleiner. Toch klop je bij voorkeur ook eerst de eierdooiers goed los met wat vloeistof voor je het mengsel al roerend bij de te binden vloeistof doet.
- Gebruik steeds proper materiaal om eiwit op te kloppen en klop het eiwit liefst in een kom van inox, glas of een degelijk plastic.
- Stijfgeklopt eiwit door een massa mengen maakt de massa luchtiger. Het geeft ook een groter rijsvermogen bij het bakken. Stijfgeklopt eiwit bevat namelijk veel luchtbelletjes die bij verhitting nog gaan uitzetten en zo een groter volume geven.
- Eiwitschuim (voor eiwitschuimpjes of meringue) wordt liefst zo snel mogelijk verwerkt. Goed eiwitschuim moet in pieken staan, maar mag ook weer niet te stijf geklopt zijn.
- Eiwit opkloppen doe je als volgt: doe de eiwitten in een kom, eventueel met een mespuntje zout en klop ze gedeeltelijk op met een garde of elektrische klopper. Voeg er dan een eetlepel griessuiker bij en klop verder. Voeg er als laatste beetje bij beetje de rest van de suiker bij terwijl je blijft kloppen. Hoe fijner de suiker hoe gemakkelijker die opgenomen wordt.
- Gerechten waarin eierdooiers verwerkt zijn, moeten koel bewaard worden.



DEEL 04



TAARTEN, VLAAIEN + CAKE



BASISRECEPT GISTDEEG VOOR TAARTEN EN VLAAIEN

ingrediënten

250 g bloem, 15 g vetstof, 1 g zout,
15 g fijne suiker, 15 g verse gist,
125 ml melk, 1/2 ei, boter om in te
vetten

bereiding

Stort de bloem op het werkvlak in een kring en maak in het midden een kuiltje. Leg de blokjes boter en het zout aan de buitenkant en doe de suiker in het kuiltje.

Los de gist op in de melk. Giet deze beetje bij beetje in het kuiltje. Meng het vocht en de bloem met één hand.

Doe het ei in het midden van het kuiltje als het vocht bijna is opgenomen. Werk vanaf het midden naar de bloem toe tot de vloeistof, het ei, boter en zout zijn opgenomen door de bloem.

Begin met twee handen het deeg intensief te rekken door het uit te duwen met de handpalm en terug te vouwen. Herhaal dit gedurende 10 minuten of tot het niet meer aan de handen kleeft.

Bol het op en laat 15 minuten afgedekt rijzen onder huishoudfolie of een vochtige keukenhanddoek.

Druk het deeg plat om de lucht eruit te laten.

Bol op en rol het uit in een ronde vorm van 2 à 3 mm dikte.

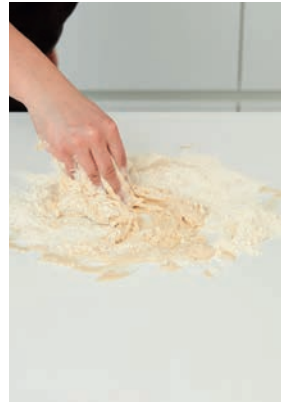
Leg in een ingeboterde taartvorm van 24 à 26 cm Ø.

Bekleed de rand. Druk het onder aan de rand aan, trek niet aan het deeg maar laat het 'meegeven'. Rol het teveel aan deeg over de randen af.

Werk de taart af volgens recept.

Bak gevuld in een voorverwarmde oven van 200 °C gedurende 30 à 35 minuten (volgens het soort gebak).

Haal de taart onmiddellijk na het bakken uit de vorm. Leg daarvoor een rooster op de bovenkant van het gebak en keer de taart om. Haal er de taartvorm af. Leg er een rooster op en draai de taart om die tussen de roosters zit. Haal het bovenste rooster eraf. Laat de taart afkoelen op het onderste rooster.





BANANENTAART MET WITTE CHOCOLADEMOUSSE

ingrediënten

Zanddeeg op basis van 250 g bloem,
125 g boter, 100 g fijne suiker,
1 g zout, 1 ei, boter om in te vetten

VOOR DE VULLING:

4 bananen, sap van 1 citroen,
150 g witte chocolade, 500 ml slag-
room, 2 zakjes vanillesuiker

VOOR DE AFWERKING:

150 g witte chocoladeschilfers

bereiding

Maak een zanddeeg volgens het basisrecept op p. 112.

Pel de bananen en snijd ze in schijfjes van ongeveer 3 mm dik. Wentel de bananenschijfjes door het citroensap en leg ze dakpansgewijs op de taartbodem. Smelt de in stukjes gehakte witte chocolade au bain-marie en laat wat afkoelen. Klop de room lichtjes op met de vanillesuiker en meng er voorzichtig de witte chocolade door. Verdeel de witte chocolademousse over de bananen en strijk glad. Bestrooi met witte chocoladeschilfers.







CHOCOLADETAART MET PEREN

ingrediënten

250 g bloem, 125 g boter, 100 g fijne suiker, 1 g zout, 1 ei, boter om in te vetten

VOOR DE VULLING:

170 g fondant smeltchocolade,
75 g boter, 3 eieren, 100 g fijne suiker,
1 zakje vanillesuiker

VOOR DE PEREN:

500 ml water, 250 g fijne suiker,
1 kaneelstok, sap van ½ citroen,
3 peren of 1 blik peren van 800 g op
eigen sap

VOOR DE AFWERKING:

5 eetlepels geroosterde amandel-
schilfers

bereiding

Maak een zanddeeg volgens het basisrecept op p. 112 en laat 30 minuten rusten in de koelkast.

Rol het deeg uit op een met bloem bestoven werkvlak en leg het in een ingeboterde taartvorm van 24 cm Ø. Maak de randen gelijk.

Breng het water met suiker, kaneel en citroensap aan de kook. Schil de peren, halveer ze en haal er het klokhuis uit. Doe ze in de suikersiroop en laat pocheren tot ze mals zijn. Haal de peren uit het vocht en droog ze met keukenpapier. Snijd ze in kwartjes en daarna nog eens in de helft.

Smelt de chocolade met de boter au bain-marie en laat even afkoelen.

Meng 2 eierdooiers en 1 ei in een kom. Voeg suiker en vanillesuiker toe en klop met de gardes van de mixer tot het volume verdubbeld is.

Spatel er de gesmolten chocolade door. Klop de eiwitten tot stevige sneeuw met pieken. Spatel deze door het chocoladebeslag. Giet het beslag in de taartvorm. Schik er de peren in met de punt naar het midden en de bolle kant naar boven.

Bak in een voorverwarmde oven van 180 °C gedurende 35 minuten.

Haal uit de oven, ontvorm en laat afkoelen op een taartrooster. Strooi er amandelschilfers over.





NOTEN-PITTEN-EN-ZADEN-BROOD



ingrediënten

100 g tapiocabloem, 80 g kikkererwtenmeel, 80 g rijstmeel, 50 g aardappelbloem, 30 g kastanjemeel, 7 g zout, 10 g suiker, 7 g xanthaangom, 8 g droge bakkersgist, 300 ml water, 20 ml olijfolie, 1/2 koffielepel appelazijn, 2 eieren, 3 eetlepels noten-, zaden- en pittenmengsel (hennep, chia, lijnzaad, pompoenpitten, walnoten...)

bereiding

Meng de verschillende bloem- en meelsoorten samen met het zout, de suiker en xanthaangom in een grote kom. Voeg ten slotte de gist toe. Meng in een andere kom het water, de olie, azijn en eieren met een mixer. Voeg de twee mengsels samen en klop 3 minuten op een lage snelheid met een mixer. Doe er de het noten-, zaden- en pittenmengsel bij en meng nog eens goed met een lepel.

Vet een cakevorm van 24 à 26 cm Ø in met olie en stort het deeg hierin. Strijk de bovenkant plat. Laat nog 25 minuten rusten op kamertemperatuur.

Verwarm ondertussen de oven voor op 180 °C.

Bak het brood 30 à 35 minuten. Ontvorm en laat afkoelen op een rooster.





CANNELLINI-SINAASAPPELTAARTJE



ingrediënten

1 blik van 400 g cannellini-bonen,
80 g vaste honing, 1/2 koffielepel
vanille-extract, 2 eieren, 50 g gema-
len amandelen, 1 koffielepel gluten-
vrij bakpoeder, 50 g olijfolie, een
snuifje zout

VOOR HET GLAZUUR:

100 g zijden tofoe, 1 eetlepel olijfolie,
sap van 1/2 onbespoten sinaasappel,
1 eetlepel vaste honing, 1/2 koffie-
lepel oranjebloesemwater

VOOR DE AFWERKING:

zeste van 1/2 onbespoten sinaas-
appel

bereiding

Bekleed de bodem van een kleine springvorm met bakpapier. Laat de bonen goed uitlekken en pureer ze in een blender samen met de honing en het vanille-extract. Voeg de eieren een voor een toe en mix goed. Stort dit mengsel in een kom en voeg de amandelen, het bakpoeder, de olijfolie en het zout toe. Giet het beslag in de taartvorm en bak ongeveer 25 minuten in een voorverwarmde oven op 180 °C. Prik met een spies in de taart om te controleren of ze voldoende gebakken is. Laat de taart even in de vorm afkoelen, ontvorm en zet op een taartrooster.

Maak het glazuur terwijl de taart in de oven staat. Mix alle ingrediënten in een blender tot een glad geheel. Zet het mengsel in de koelkast tot de taart is afgekoeld.

Bestrijk de taart met het glazuur en versier met wat sinaas-appelrasp.





www.lannoo.com

Registreer je op onze website en we sturen je regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Met medewerking van: Christel Delen, Hilde Jammaers, Annemie Morris, Mieke Van Dingenen, Christine Van Soom, Laura Van Roey

Marketing: Lore Callens, Anne Vangehuchten, Inne Van Engeland

Vormgeving: Katrien Van De Steene - Whitespray

Fotografie: Heikki Verdurme, Wout Hendrickx, Veronique De Walsche (Artifix), Laurence Bemelmans (As cooked by Ginger), Laura Noppe

Bakmaterialen: BergHOFF® Belgium en privébezit

Bereiding recepten: Sofie De Haes, Elise Van de Poele, Mieke Van Dingenen

Als je opmerkingen of vragen hebt, dan kun je contact nemen met onze redactie:
redactielifestyle@lannoo.com
ferm@samenerm.be

Bak (en kook) mee met Ferm

Ferm is een sterk netwerk voor en door vrouwen. Je kent Ferm misschien van Ons Kookboek®. Deze kookbijbel – met oorsprong in 1927 – werd opgenomen in de Canon van Vlaanderen en blijft vandaag dé referentie voor kookliefhebbers. Jaarlijks organiseert Ferm duizenden kookworkshops over heel Vlaanderen. Zowel beginnende als ervaren kookfanaten komen er aan hun trekken. Van een gezond aperitiefhapje met groenten tot koken met restjes, of een fabuleuze taart met veel fruit: je leert het allemaal! Vind een workshop in je buurt via SamenFerm.be. Je vindt er net als op onze socials (@samenerm) tal van andere (bak)recepten en inspiratie.

Monique De Dobbeleer, Directeur Ferm vzw

© 2025 Ferm

© 2025 Uitgeverij Lannoo nv

D/2025/45/456 – NUR 441

ISBN: 978 90 599 6082 4

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervaelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave zijn uitdrukkelijk niet toegestaan.

