



# Inhoud

INLEIDING	08
INGREDIËNTEN	10
TECHNIEK	15
BASISRECEPTEN	29
BRODEN	65
ZOETE, LUXE BROODJES	101
LEKKERS OM MEE TE NEMEN	127
TAART EN GEBAK	149

# Aquafaba

## *Wat is het?*

*Aqua* betekent water en *faba* betekent boon, en aquafaba is het stroperige kikkererwtenvocht uit een blik kikkererwten. Het is zeer eiwitrijk.

## *Gebruik en equivalent*

Vervangt eiwitten in dezelfde hoeveelheid en is een uitstekend bindmiddel. Aquafaba is stabiel genoeg om meringue, citroentaart, macarons, genoise-deeg en chocolademousse te maken.

Je moet het vocht lang kloppen voor het opstijft.

## *Hoe kom je eraan?*

Je kunt het vocht van kikkererwten uit blik direct als eiwit gebruiken.

Of vang het kookvocht van gedroogde en zelfgeweepte kikkererwten op en kook het in tot een stroperig, dik geheel. Je kunt aquafaba ook van andere peulvruchten, zoals linzen of kidneybonen, verkrijgen.

## *Tip*

Bewaar de aquafaba in een ijsblokjestray en ontdooi alleen de gewenste hoeveelheid voor een recept.

## *Houdbaarheid*

Eén week houdbaar in de koelkast en twee maanden in de diepvries.

## **VOOR 300 ML AQUAFABA VAN KIKKERERWTEN**

200 g gedroogde kikkererwten  
600 ml water

**WEKEN: 24 UUR**

**BEREIDEN: 1 UUR EN 45 MINUTEN**

Week de gedroogde kikkererwten 24 uur in een flinke hoeveelheid koud water. Gooi het weekwater weg en spoel de kikkererwten af. Kook de kikkererwten in een pan met 600 ml water circa 1 uur en 30 minuten op middelhoog vuur. Laat ze uitlekken boven een kom om het kookvocht op te vangen. Verhit het kookvocht op hoog vuur tot het voor de helft is ingekookt.

Het kookvocht moet een vrij stroperige substantie worden. Bewaar het voor gebruik koel in een afgesloten bak of pot die je bij voorkeur eerst met kokend water hebt gesteriliseerd.



# Vetstoffen

## *Wat zijn het?*

Vetstoffen die door extractie uit planten, zoals koolzaad, druivenpitten en cacao, worden gewonnen. Je kunt er baksels een zachte textuur mee geven, er bladerdeeg van maken of het gebruiken voor wat romigheid in een gerecht.

## *Gebruik en equivalent*

Margarine wordt in exact dezelfde hoeveelheid als boter gebruikt. Cacaoboter wordt vooral in crèmes gebruikt en olie vooral in cakes.

## *Hoe kom je eraan?*

Olie en margarine zijn gewoon bij de supermarkt verkrijgbaar. Cacaoboter vind je in gespecialiseerde (bak)winkels en online.

Je kunt ook zelf margarine maken (zie pag. 38).



# Bladerdeeg

**KNEDEN:** 12 MINUTEN  
**BEREIDEN:** 35 MINUTEN  
**RUSTEN IN DE KOELKAST:** 10 UUR



## Voor 1 kg deeg

### Deeg

135 g zelfgemaakte margarine  
(zie pag. 38)  
445 g traditionele tarwebloem (T65)  
9 g zout  
22 g suiker  
170 g water

### Toeren

220 g zelfgemaakte margarine  
(zie pag. 38)

**1.** Maak het deeg. Meng de zelfgemaakte margarine en de tarwebloem in de kom van de keukenmachine 5 minuten op de laagste stand. Voeg het zout, de suiker en het water toe en meng alles 7 minuten op de laagste stand. Leg het deeg op een met bloem bestoven werkvlak en maak er met behulp van een deegroller een rechthoek van 20 x 30 cm van. Wikkel de deegplak in plasticfolie en leg hem 1 uur in de koelkast.

**2.** Rol de zelfgemaakte margarine voor het toeren tussen twee vellen bakpapier tot een plak van 15 x 20 cm.

**3.** Leg de margarineplak in het midden van het deeg.

**4.** Vouw de twee zijkanten van het deeg erover om de margarine in te pakken.

**5.** Maak een eerste toer: rol het deeg drie keer zo lang als breed uit (60 x 20 cm).

**6-7.** Vouw het deeg in drieën. Wikkel het in plasticfolie en laat het 2 uur rusten in de koelkast.

**8.** Herhaal de stappen 5 tot en met 7 vier keer om bij elkaar vijf enkele toeren te maken. Gebruik het bladerdeeg nadat het nog 2 uur heeft gerust of leg het, nog gewikkeld in plasticfolie, in de koelkast.



# Traditionele baguette

**BEREIDEN:** 14 UUR EN  
40 MINUTEN

**RUSTEN:** 30 MINUTEN

**BAKKEN:** 25 MINUTEN



## Voor 2 baguettes van 300 g

360 g traditionele tarwebloem (T65)

255 g water

7 g zout

2 g verse bakkersgist

15 g extra deegwater

- 1.** Maak een traditioneel deeg (zie pag. 40). Verdeel het deeg met een deegschrapper of mes in twee porties van 320 gram.
- 2.** Neem een portie en leg die met de gladde kant op een met bloem bestoven werkvlak. Maak er een rechthoek van en leg die evenwijdig aan het werkvlak. Sla het deeg door: pak hiertoe een lange kant van de rechthoek vast en vouw die naar het midden. Doe dat ook met de andere lange kant: vouw die over de eerste kant.
- 3.** Leg je linkerduim aan het rechteruiteinde en druk hem met drie vingers van dezelfde hand eromheen voorzichtig in het deeg. Laat je duim in de lengte over het deeg glijden en duw het deeg met je andere hand weer dicht. Herhaal deze stappen om de baguette kracht te geven.
- 4.** Leg beide handen in het midden van het deeg. Rol het uit door je handen rollend naar buiten te verplaatsen. Leg het deeg op een theedoek en dek het af met een andere theedoek om te voorkomen dat het uitdroogt. Maak de tweede baguette. Laat ze 45 minuten rijzen op een warme plek. Het deeg is goed gerezen als je er licht met je vinger op drukt en er geen vingerafdruk achterblijft.
- 5.** Verhit de oven tot 260 °C (conventionele oven) met een bakplaat en een bakje water erin. Leg de baguettes op bakpapier op de hete bakplaat. Bestrooi ze met een zeef met wat bloem. Snijd er met een deegmesje met een hoek van 45° één snee over de gehele lengte in. Zet ze 22 minuten met het bakje water in de oven.
- 6.** De baguettes zijn gaar als de korst goudbruin en knapperig is en het brood hol klinkt als je erop klopt. Als je bang bent dat ze niet helemaal gaar zijn, laat ze dan nog 5 tot 10 minuten in de uitgezette oven liggen.



# Volkorenbrood

**BEREIDEN:** 30 MINUTEN

**EERSTE RIJS:** 1 UUR

**RUSTEN:** 30 MINUTEN

**TWEDE RIJS:** 2 UUR

**BAKKEN:** 30 MINUTEN



**Voor 2 broden van 400 g**

360 g volkorenmeel (T150)

260 g water

8 g zout

90 g vloeibare desem (zie pag. 30)

6 g verse bakkersgist

60 g tarwezemelen

- 1.** Kneed in de kom van een keukenmachine met deeghaak het volkorenmeel, water, zout, de vloeibare desem en verkruimelde verse bakkersgist 4 minuten op de laagste stand en dan 6 minuten op de middelste stand (zie pag. 16). Het deeg moet van de wand van de kom loskomen. (Voor handmatig kneden, zie pag. 18.)
- 2.** Leg het deeg in een kom, dek het af met een theedoek en laat het 1 uur op een warme plek (25 tot 28 °C) rijzen.
- 3.** Verdeel het deeg in twee porties en vorm er bollen van (zie pag. 22).
- 4.** Dek ze af met een theedoek en laat ze 30 minuten op een met bloem bestoven werkvlak rusten.
- 5.** Vorm er *batards* van (zie pag. 24). Bevochtig de bovenkant van de broden met behulp van een deegkwast met een beetje water en doop ze dan in de tarwezemelen. Leg ze met de naad naar beneden op een stuk bakpapier.
- 6.** Snijd ze met een snee in.
- 7.** Dek ze af met een theedoek en laat ze 1 uur en 30 minuten tot 2 uur op een warme plek (25 tot 28 °C) rijzen.
- 8.** Verhit de oven tot 260 °C (conventionele oven) met een bakplaat en een bakje water erin. Leg de broden op bakpapier op de hete bakplaat. Besprenkel de bodem van de oven met water en zet de broden 25 tot 30 minuten met het bakje water in de oven. Zet de ovendeur 5 minuten voor het eind van de bereidingstijd open. De broden zijn gaar als ze vanbinnen bruin zijn en de tarwezemelen ook mooi zijn gekleurd.



# Croissants

**VOORBEREIDEN:** 1 UUR EN 30 MINUTEN

**RIJZEN:** 2 UUR EN 30 MINUTEN

**BAKKEN:** 15 MINUTEN



Voor 8 tot 10 croissants

## Croissantdeeg

375 g banketbloem (T45)  
125 g traditionele tarwebloem (T65)  
225 g amandelmelk  
10 g zout  
15 g verse bakkersgist  
60 g suiker  
40 g zelfgemaakte margarine  
(zie pag. 38)

## Toeren

285 g zelfgemaakte margarine  
(zie pag. 38)

## Strijksel

40 g plantaardige melk  
4 g suiker

1. Maak een croissantdeeg (zie pag. 42).
2. Rol het deeg uit tot een platte rechthoek van 1 cm dik. Snijd er driehoeken uit met een korte kant van 12 cm en twee lange kanten van 22 cm. Maak een kleine inkeping (5 mm) in de korte kant van de driehoeken.
3. Spreid de twee punten van de korte kant van de driehoeken iets uit elkaar en rol de croissants niet al te strak op, van de brede kant naar de punt toe. Het puntje moet onderop liggen. Leg de croissants op een met bakpapier beklede bakplaat met minstens 4 cm tussenruimte.
4. Maak het strijksel: klop met behulp van een garde de plantaardige melk en suiker tot een homogeen mengsel. Bestrijk de croissants ermee met behulp van een bakkwast. Laat ze 2 uur en 30 minuten onafgedekt in een ruimte van 25 °C rijzen.
5. Verhit de oven tot 180 °C (heteluchtoven). Bestrijk de croissants nogmaals met het strijksel. Zet ze circa 15 minuten op de met bakpapier beklede bakplaat in de oven. De croissants moeten mooi gerezen zijn en goudbruin worden. Ze blijven twee dagen goed.



Uitsnijden en oprollen



Bestrijken



# Brioche *butchy*

**KNEDEN:** 24 MINUTEN  
**EERSTE RIJS:** 30 MINUTEN  
**RUSTEN IN DE KOELKAST:**  
MINIMAAL 3 UUR  
**TWEDE RIJS:** 2 UUR  
**BAKKEN:** 42 MINUTEN



## Voor 1 brioche

390 g tarwebloem (T45)  
40 g maïzena  
210 g water  
6 g zout  
2 g vanillepasta  
58 g suiker  
16 g verse bakkersgist  
120 g zelfgemaakte margarine  
(zie pag. 38)

## Strijksel

40 g plantaardige melk  
4 g suiker

1. Maak een briochedeeg (zie pag. 46).
2. Verdeel het deeg na een rusttijd van 3 uur in de koelkast met behulp van een deegschrapper in twaalf porties. Vorm er bolletjes van (zie pag. 22) en leg ze in een bakvorm naar keuze, het liefst een roestvrijstalen vierkante bakring.
3. Maak het strijksel: klop de plantaardige melk en suiker met behulp van een garde tot een homogeen mengsel. Bestrijk de brioche ermee met behulp van een bakkwast en laat hem 2 uur op kamertemperatuur rijzen.
4. Verhit de oven tot 170 °C (heteluchtoven) en zet de brioche 42 minuten in de oven. Hij is klaar als hij mooi goudbruin is. Eet hem binnen twee dagen op.



# Madeleines

**BEREIDEN:** 20 MINUTEN  
**BAKKEN:** 20 MINUTEN



**Voor ca. 24 madeleines**

180 g sojamelk  
145 g fijne kristalsuiker  
200 g tarwebloem (T45)  
45 g aardappelzetmeel  
14 g bakpoeder  
20 g amandelmeel  
2 g zout  
50 g kokosolie, gesmolten  
55 g druivenpitolie  
5 g vanille-extract  
20 g geraspte schil van een onbespoten citroen

- 1.** Meng de sojamelk en fijne kristalsuiker tot de suiker volledig is opgelost.
- 2.** Zeef in een kom de tarwebloem, het aardappelzetmeel, bakpoeder, amandelmeel en zout.
- 3.** Meng de kokosolie, druivenpitolie, gezoete sojamelk en het vanille-extract en voeg hier de gezeefde droge ingrediënten en citroenschil aan toe. Meng goed.
- 4.** Verhit de oven tot 230 °C (heteluchtoven). Vet een madeleinevorm in en schep het beslag in een spuitzak. Vul de madeleinevormpjes tot twee derde met het beslag. Zet ze 15 tot 20 minuten in de oven. De madeleines zijn gaar als ze mooi goudbruin zijn.





# Brownie

**BEREIDEN:** 20 MINUTEN  
**BAKKEN:** 20 MINUTEN



**Voor 1 brownie van 8 tot 10 stukjes**

450 g pure chocolade (70%)  
360 g zelfgemaakte margarine  
(zie pag. 38)  
400 g suiker  
400 g water  
200 g tarwebloem (T45)  
6 g bakpoeder  
90 g maïzena  
7 g zout  
100 g noten (bijvoorbeeld  
pecannoten, amandelen,  
hazelnoten)

- 1.** Smelt de pure chocolade en zelfgemaakte margarine au bain-marie. Neem de kom van de pan zodra het mengsel 45 tot 50 °C bereikt.
- 2.** Meng in een kom de suiker, het water en het gesmolten chocolade-margarinemengsel tot een homogeen beslag. Meng dat 5 minuten.
- 3.** Meng in een andere kom de tarwebloem, het bakpoeder, de maïzena en het zout. Voeg dit bij het chocolademengsel en meng alles nog 5 minuten.
- 4.** Verhit de oven tot 170 °C (conventionele oven). Giet het beslag in een ingevette vierkante bakvorm. Verdeel de noten gelijkmatig over de bovenkant. Zet de brownie 18 tot 20 minuten in de oven. Hij is gaar als er een dun krokant laagje op zit.
- 5.** Laat de brownie afkoelen, haal hem uit de vorm om verder af te koelen en snijd hem in stukjes.



# Citroentaart

**BEREIDEN:** 50 MINUTEN  
**RUSTEN IN DE KOELKAST:** 2 UUR  
**BAKKEN:** 20 MINUTEN



Voor 1 taart van 6 tot 8 stukjes

## **Pâte sucrée**

45 g zelfgemaakte margarine  
(zie pag. 38)  
30 g poedersuiker  
1 g vanille-extract  
1 g fleur de sel  
25 g amandelmeel  
100 g patentbloem (T55)  
20 g water

## **Citroencrème**

150 g rietsuiker  
7 g pectine NH (online verkrijgbaar)  
255 g water  
200 g citroensap (van ca.  
4 citroenen)  
7 g geraspte citroenschil van  
een onbespoten citroen  
90 g zelfgemaakte margarine  
(zie pag. 38)

## **Citroengelei**

110 g citroensap  
(van ca. 2 citroenen)  
75 g suiker

## **Italiaanse meringue**

55 g aquafaba (kikkererwtenvocht  
uit blik)  
110 g fijne kristalsuiker  
35 g water

## **Afwerking**

schil van 1 onbespoten citroen  
en 1 limoen

**1.** Maak een *pâte sucrée* (zie pag. 52). Rol het deeg uit met behulp van een deegroller op een met bloem bestoven werkvlak tot een dikte van 3 mm.

**2.** Bedek de bodem van een ingevette taartvorm met een diameter van 22 cm ermee. Markeer de hoeken goed door er met je vingers tegen te drukken. Prik met een vork wat gaatjes in het deeg en zet het 1 uur in de koelkast.

**3.** Verhit de oven tot 180 °C (heteluchtoven). Bak de bodem 20 minuten blind door hem met bakpapier te bedekken en met bakbonen te vullen. Haal de bodem dan uit de oven en verwijder het bakpapier en de bakbonen.

**4.** Maak de citroengelei: kook in een kleine pan het citroensap en de suiker 20 minuten op middelhoog vuur tot je een gelei hebt met een textuur die dikker is dan die van jam. Spreid de gelei uit met behulp van een lepel of (geknikte) spatel over de gebakken taartbodem.

**5.** Maak de citroencrème: meng in een pan de rietsuiker en pectine. Voeg het water en citroensap toe en meng met een garde. Doe de geraspte citroenschil erbij. Verhit al kloppend met de garde op middelhoog vuur tot het mengsel indikt. Laat het dan 1 minuut koken en neem de pan van het vuur. Voeg van het vuur de zelfgemaakte margarine toe en meng alles meteen tot een homogeen mengsel.

**6.** Schenk de citroencrème en daarna de citroengelei op de taartbodem en zet de taart minimaal 1 uur in de koelkast om hem te laten opstijven.

**7.** Maak een Italiaanse meringue (zie pag. 56). Spuit de meringue met een spuitzak in kleine bergjes op de afgekoelde citroentaart. Rasp er wat citroen- en limoenschil over.

