



BAKKEN – najaar 2020

## Havermoutpannenkoeken voor een gezond ontbijt

### Nodig:

1 tas havermout - 1 tas melk of kokosmelk - (1 lpl suiker) - 2 eieren - boter - esdoornsiroop - bloemsuiker

### Werkwijze:

1. Meng alle grondstoffen tot een homogeen beslag.
2. Verwarm een kleine koekenpan met een klontje boter.
3. Giet er een weinig beslag in en bak aan beide kanten tot goudbruine pannenkoekjes.
4. Dien de pannenkoekjes op met esdoornsiroop.

## Instant brood

### Nodig:

350 g bloem - 7 g gedroogde gist - 7 g zout - 15 g suiker - 15 ml olijfolie - 150 g yoghurt - 100 ml water

### Werkwijze:

#### **Dag -1**

1. Maak het deeg met de hand of de keukenrobot door alle ingrediënten te mengen.
2. Kneed tot een soepel deeg dat loskomt van de wand.
3. Verdeel het in twee gelijke delen en leg elke helft in een kom met deksel.
4. Opgelet het deeg zal in omvang verdubbelen.
5. Plaats in de koelkast tot de volgende dag.

#### **Dag 0**

1. Verdeel het deeg in 6 stukken, strooi wat bloem op het werkvlak en rol de stukjes deeg met een deegrol uit tot schijven van 5 mm dikte.
2. Verwarm een antikleefpan en bak de broodjes 3 min. aan elke kant.



## Franse baguette

### Nodig:

Voordeeg: 110 g bloem - 2 g gedroogde gist - 110 g water

Het deeg: 625 g bloem - 9 g gedroogde gist - 2 klpl zout - 375 g water

### Werkwijze:

1. Maak het voordeel, meng de bloem, gist en water.
2. Dek af met plasticfolie en plaats gedurende 3,5 uur in de koelkast.
3. maak het deeg, stort het voordeel op de 625 g bloem, de 9 g gist en het water.
4. Voeg als laatste het zout toe, kneed goed tot een gladde deegbal.
5. Dek af met een vochtige doek en laat 1,5 uur rijzen.
6. Klop de lucht uit het deeg en verdeel in 4 (300 g).
7. Rol het deeg tot gelijke bolletjes, bestuif met bloem en dek af, rusttijd 35 min.
8. Druk de lucht uit tot een lange rol en leg op bakpapier.
9. Rusttijd 1,5 uur onder een vochtige doek.
10. Geef de broden enkele insnijdingen ( met een gillemesje ).
11. Verwarm de oven voor op 230°C en plaats er enkele kommetjes heet water bij.
12. Bestrooi de broden met een weinig bloem en bak gedurende 20 min.

## Koekjes voor Piet en Sinterklaas

### Nodig:

250 g zelfrijzende bloem - 250 g boter - 140 g bloedsuiker - 1 pakje vanillesuiker -  
150 g geschaafde amandelschilfers- 1 lpl melk

### Werkwijze:

1. Meng in aangegeven volgorde de ingrediënten en kneed de massa tot een glad deeg.
2. Laat het deeg gedurende 30 min. In de koelkast rusten.
3. Rol het deeg uit tot een dikte van ca. 4 mm.
4. Steek vormpjes uit of snij in vierkantjes en leg op bakpapier.
5. Bak gedurende 10 min. op 180°C in een voorverwarmde oven.



## **Kokosrotskes**

### Nodig:

4 eiwitten - 125 g suiker - 100 g geraspte kokos - 2 lpl maïzena - 1 lpl limoensap

### Werkwijze:

1. Klop de eiwitten met de suiker tot een meringues.
2. Meng de maïzena met de kokos en limoensap.
3. Meng het eiwit met de kokos en breng aan in een spuitzak met grote spuitmond.
4. Bak op 160°C gedurende 20 min.

## **Ficelles met olijven en gebakken sjalotjes**

### Nodig:

Basisdeeg: 3 g gedroogde gist - 250 g bloem - 175 g lauw water - 1 klpl zout  
Gebakken sjalotjes: 2 sjalotjes - 2 klpl olijfolie  
olijven 10 stuks

### Werkwijze:

1. Meng de gist met lauw water en zet 10 min opzij en voeg daarna de bloem en zout toe tot een glad deeg.
2. Vorm een mooie deegbal en dek af met een vochtige doek.
3. Laat het 1,5 uur rijzen tot het in volume verdubbeld is.
4. Laat de fijngesneden sjalot karamelliseren in een pan met olijfolie.
5. Laat nadien uitlekken op keukenpapier.
6. Snij de olijven in kleine stukjes.
7. Sla de lucht uit het Basisdeeg en verdeel in twee.
8. Kneed de helft van het deeg met sjalot en de andere helft met olijven.
9. Verdeel elk deel in drie en rol ze uit tot ze elk zo'n 25 cm lang zijn.
10. Strijk elke ficelles in met losgeklopt ei met een beetje water.
11. Laat nog 1 uur rijzen tot ze in volume verdubbeld zijn.
12. Verwarm de oven voor op 250°C, bestrooi de ficelles met extra bloem en bak ze in 15 tot 20 min. tot ze goudbruin zijn.



## **Brood met roquefort met noten en peer**

### Nodig:

150 g roquefort - 2 peren - 60 g gepelde en gehakte hazelnoten - 1klpl verse tijm -  
3 eieren - 1 dl melk - 50 g gruyère - 200 g bloem - 11 g gedroogde gist -  
40 g zachte boter

### Werkwijze:

1. Maak een gist deeg met bloem, gist, eieren, melk en zachte boter.
2. Voeg de stukjes peer, gehalte nootjes, tijm, geplette roquefort en gruyère bij het gistdeeg.
3. Giet het deeg in een vorm bekleed met bakpapier.
4. Leg er extra hazelnoten en tijm op.
5. Laat het deeg gedurende 1 uur rijzen op kamertemperatuur.
6. Bak 30 tot 40 min. op 180°C.
7. Serveer met een frisse salade. Lekker !

## **Broodpudding pancakes**

### Nodig:

450 oud brood - 1/2 l melk - 2 eieren - 50 g bruine suiker - 1 zakje vanillesuiker –  
2 lpl bloem - rozijnen

### Werkwijze:

1. Week het brood in de melk.
2. Meng alles goed en voeg er de eieren de suiker en de bloem toe.
3. Bak kleine pannenkoekjes.



## Donuts

### Nodig:

30 ml water - 125 ml melk - 5 g gist - 50 g gesmolten boter - 2 eieren - 290 g bloem - 1 lpl olie

### Werkwijze:

1. Men het water, melk, suiker en gist en laat 10 min rusten
2. Voeg de bloem, de gesmolten boter en de eieren toe en maak een gistdeeg.
3. Laat het deeg 45 min rusten.
4. Rol het dik uit tot een rechthoek van 1 cm dikte. En leg op een vel bakpapier.
5. Steek rondjes uit met een ring en in het midden van het rondje met een appelboom.
6. Laat 30 min rusten.
7. Bak de donuts in frituurvet op 160°C.
8. Wentel na het bakken in kristalsuiker.

## Pain à la Grecque

### Nodig:

250 g bloem - 25g suiker - 100 g boter - 6 g gedroogde gist - 125 g melk

### Werkwijze:

1. Maak een gistdeeg en laat 20 min rijzen.
2. Strooi kristalsuiker op tafel, neem kleine hoeveelheden deeg, rol uit op bakpapier.
  1. Bak op 180°C gedurende 10 à 15 min.
  2. Als het gebak uit de oven komt, snij in stukken van 10 cm lang.
  3. Laat koud worden.

## Gentse Mokken

### Nodig:

250 g zelfrijzende bloem - 150 g boter - 75 g bruine suiker - kaneel

### Werkwijze:

1. Het deeg lichtjes bewerken, rol het deeg in een vorm van een rol.
2. Laat even opstijven in de koelkast.
3. Als het deeg goed vast is snij dan in schijfjes van 0,5 cm dikte.
4. Leg de schijfjes op bakpapier en bak op 180°C gedurende 10 a 15 min.



## **Pan baignât**

### Nodig:

Ovenkoeken - 500 g tomaten - 1 ui - 2 teentjes look - 3 lpl olijfolie - 1 doos tonijn –  
1 handvol zwarte olijven - 6 hardgekookte eieren

### Werkwijze:

1. Snij het brood horizontaal in tweeën.
2. Snij twee tomaten in schijfjes en de andere ontpitten en in stukjes hakken.
3. Meng de stukjes tomaat met de fijngesneden ui en look.
4. Bestrijk de binnenkant met olijfolie.
5. Leg de fijngehakte tomaten op het onderste deel van de broodjes.
6. En daarna bedekken met uitgelekte en verkrumelde tonijn en olijven.
7. Hak de eieren fijn en strooi ze over de tonijn voor het geheel met tomatenschijfjes te bedekken.
8. Strooi er nog wat zout en peper over, bedek het geheel met de tweede helft van het brood en wikkel alles in aluminiumfolie.
9. Warm op op 180°C gedurende 20 min. of op de grill van de bbq.

## **Amandelruiten**

### Nodig:

200g zelfrijzende bloem - 150 g boter - 100 g kristalsuiker - 1 eierdooier –  
100 g amandelschilfers - 5 lpl melk

### Werkwijze:

1. Kneed de bloem, suiker, boter en eierdooier met koele handen tot een samenhangende bal.
2. Laat gedurende 20 min. Rusten.
3. Rol het deeg uit op bakpapier.
4. Strijk er de melk over en strooi er de amandelschilfers over.
5. Druk de amandelen losjes in het deeg, strooi er een weinig kristalsuiker over.
6. Bak het deeg als één geheel op 180°C gedurende 15 a 20 min.
7. Neem bakblik uit de oven, laat het even staan en snijd dan met een scherp mes ruiten van het deeg.
8. Neem van de bakblik en laat ze bekoelen.

## **Krokante kaasdoeken (super eenvoudig)**

### Nodig:

150 g geraspte oud Brugge -



2 lpl gemengde zaden ( sesam, maanzaad, zonnebloempitten, lijnzaad ....)

Werkwijze:

1. Beleg een bakplaat met bakpapier en verwarm de oven voor.
2. Rasp de kaas en maak er hoopjes van op het bakpapier.
3. Bestrooi met een weinig zaadjes.
4. Plaats in de oven en bak gedurende 5 a 7 min op 180°C.

**Kaaskoekje 2**

Nodig:

100 g boter - 100 g geraspte oud Brugge - 100 g zelfrijzende bloem

Werkwijze:

1. Meng alle ingrediënten tot een goed samenhangend deeg.
2. Maak van het deeg een worstje, pak in en plaats gedurende 30 min in de koelkast.
3. Snij van het worstje schijfjes van ongeveer 0,5 cm en leg op bakpapier.
4. Druk even aan met de Palm van uw hand en bestrooi met overige kaas.
5. Bak 15 min op 180°C goudbruin.



## Inhoud

Havermoutpannenkoeken voor een gezond ontbijt .....	1
Instant brood.....	1
Franse baguette .....	2
Koekjes voor Piet en Sinterklaas .....	2
Kokosrotskes .....	3
Ficelles met olijven en gebakken sjalotjes.....	3
Brood met roquefort met noten en peer.....	4
Broodpudding pancakes.....	4
Donuts .....	5