

# DINKELSTOKBROOD (SPELTSTOKBROOD)

Luc Cielen

Voor een stokbrood van ± 300 gram:

Dinkelbloem type 405	180 g
Gedroogde roggedesem	5 g*
Zeezout	5,5 g
Gedroogde gist	5 g (of 10 g verse gist)
Verse spelt-roggedesem	60 g (iets meer kan ook) roggedesem en speltdesem maak ik zelf
Water	112 g

7 minuten kneden

Bulkrijs in koelkast gedurende +/- 8 uur.

Verdelen, afwegen, opbollen en langsteken +/- 30 cm \*\*

In een vorm voor stokbrood leggen \*\*\*

Op een koele plaats afgedekt laten rijzen gedurende +/- 4 uur. Ik gebruik hiervoor een gesloten plastic box met koud water op de bodem en zet dat op de vloer van de kelder of buiten (als het buiten fris genoeg is).

Oven voorverwarmen op 270° (na het inovenen mag de temperatuur zakken tot 250°)

Bakken gedurende 15 à 20 minuten.

Goed stomen bij het inovenen. Tussendoor ook regelmatig stomen (of pot met water in de oven zetten).

Voor een krokante korst, na het bakken en afkoelen nog even – enkele minuten – terugzetten in de hete oven.

-----

\* De roggedesem maak ik zelf. In 2009 ben ik gestart met deze roggedesem en heb hem sindsdien continu onderhouden. Hij heeft zeer goede bakeigenschappen. Wekelijks droog ik een gedeelte van deze desem en maal dit. Deze gedroogde en gemalen roggedesem gebruik ik als meelverbeteraar.



Verse roggedesem op glazen plaat uitgestreken



roggedesem één dag later: gedroogd

\*\* De lengte van het stokbrood kan variëren van 20 cm tot 45 cm. In mijn oven is 45 cm het maximum. Korte stokbroden zijn na het bakken dik, meestal gebarsten, met mooi gebonden kruim met grote gaten. Hoe langer en dunner het stokbrood, hoe krokanter de korst.

\*\*\* Ik leg het gevormde deeg op bakfolie in de bakvorm en schuif het gerezen deeg uit de vorm op de steen van de oven.

