

Zelf bakken

De recepten in dit boek zijn zo bedacht dat je bijna alles zelf kunt doen.
Bij onderstaande stappen heb je wel wat hulp nodig.

DE OVEN

Deze kan ontzettend heet worden, niet alleen de bakplaat zelf, maar ook de ovendeur en handvatten. Daarom is het belangrijk dat je altijd ovenwanten gebruikt.

VERHITTEN IN EEN PAN

Voor sommige recepten moet je boter, chocolade of melk verhitten in een pannetje. Hiervoor is het handig om een schort te dragen, zodat er geen spetters op je kleding terechtkomen.

SCHILLEN, SNIJDEN, RASPEN

Messen, schillers en raspes kunnen erg scherp zijn! Er zijn speciale kindermessen en dunschillers verkrijgbaar.

DE ELEKTRISCHE MIXER

Voor veel recepten heb je een elektrische mixer nodig, om te mengen, kneden of te kloppen. Zorg dat je nooit met je vingers in de buurt van een draaiende mixer komt. Dus pik tijdens het mixen niet stiekem een lik uit de kom!



MARTIN
220V 50Hz
1000W
1000/110V
IPX4
CE

De oven

De oven is misschien wel het belangrijkste dat je nodig hebt voor de recepten in dit boek, want zonder oven wordt bakken wel heel lastig.

BAKTIJD

Hou er rekening mee dat de oventemperaturen en baktijden per oven kunnen verschillen. Hou je baksel daarom tijdens het bakken goed in de gaten, maar probeer de oven daarbij zoveel mogelijk dicht te laten.

TEMPERATUREN

Alle temperaturen zijn gebaseerd op ovens met onder- en bovenwarmte. Heb je een heteluchtoven? Zet de temperatuur dan 10-15 °C lager dan in het recept aangegeven staat.

MIDDEN

Zorg ervoor dat je baksel altijd in het midden van de oven staat. Bij koekjes plaats je de bakplaat dus gewoon in het midden. Voor een springvorm plaats je het rooster net iets onder het midden, zodat de springvorm zich in het midden van de oven bevindt.



Bakvormen bekleden

Om te zorgen dat je baksel goed uit de bakvorm komt is het heel belangrijk om de vorm in te vetten met boter (of bakspray) én te bekleden met bakpapier. We geven je een paar foefjes om dit makkelijk te doen:

CAKEVORM/VIKANTE BAKVORM

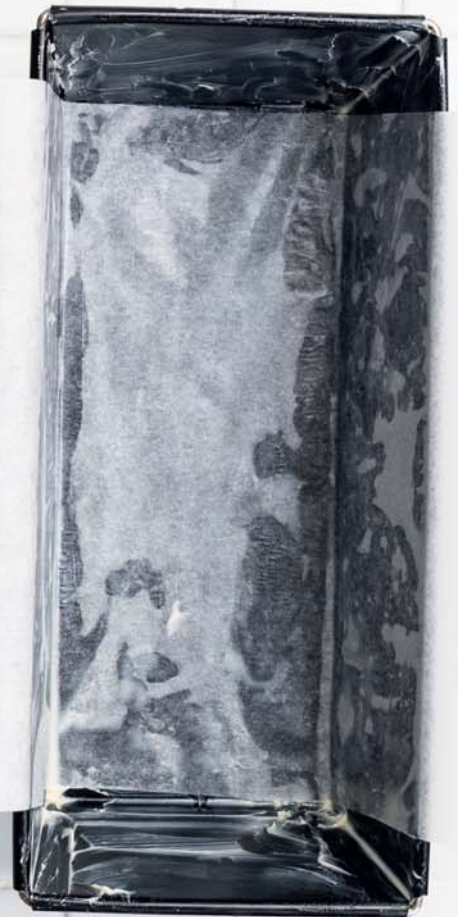
Plaats de vorm met de onderkant naar boven op je werkblad. Leg er een opgerold stuk bakpapier op en knip het bakpapier af zodat het even lang is als de lengte van de bakvorm. Vet de vorm in met boter en leg het bakpapier erin; twee zijden van de vorm blijven zo onbedekt. Druk het bakpapier goed aan zodat er geen beslag tussen kan komen.

SPRINGVORM

Neem een vierkant stuk bakpapier en plaats dit op de bodemplaat van de springvorm. Plaats daar de rand van de springvorm omheen en klik deze vast. Het bakpapier zal aan de onderkant uitsteken. Vet de binnenkant van de rand in met boter.

-WIST JE DAT-

de springvorm zo
heet omdat de vorm
open 'springt' als je
hem los klikt?



Technieken

KNEDEN

Je duwt, je drukt, je rolt, wat een werk.
Maar van kneden word je supersterk!



KOEKJES UITSTEKEN

Een hart, een ster, een schop of ruit:
goed drukken, dan komt de vorm eruit.



MIXEN MET EEN GARDE

Je klopt, je draait, je roert met beleid.
Anders raak je de kluts nog kwijt.



BESTUIVEN

Bloem op het blad, op het deeg, op je hoofd.
Ja, we ruimen het op, beloofd is beloofd.



Is de cake al gaar?

Gaar betekent voldoende gebakken. Voldoende gebakken betekent: lekker! Aan de buitenkant kun je niet zo goed zien of een cake al gaar is van binnen. Als je de cake te vroeg uit de oven haalt, is-ie aan de binnenkant nog niet goed genoeg gebakken, dat is niet lekker. Gelukkig is er een heel makkelijk trucje om te testen of een cake gaar is. Gebruik hiervoor een houten satéprikker. Steek tegen het einde van de baktijd de prikker in het midden van het baksel en haal deze er weer uit. Let op: de cake, vorm en oven zijn dan wel gloeiend heet! Zit er geen beslag meer aan de prikker, dan is het baksel gaar. Zit er nog wel beslag aan, dan moet je cake nog wat langer bakken.



Ingrediënten



BLOEM

Om bloem te maken, heb je graankorrels nodig. Deze korrels worden fijngemalen tot meel. Dit meel is lichtbruin van kleur omdat de (bruine) vliesjes van de korrels er nog in zitten. Als meel gezeefd wordt blijven die vliesjes achter in de zeef en hou je bloem over. Bloem en meel worden heel veel gebruikt bij het bakken!



EIEREN

Deze eieren zijn door een kip gelegd. Ei-genlijk is de kip de 'fabriek' van het ei. In sommige recepten heb je een heel ei nodig en soms enkel het eigeel of eiwit. Maar hoe scheid je makkelijk het eiwit van het eigeel?

- » Breek een ei in een bakje.
- » Maak van je ene hand een kommetje - met je vingers iets uit elkaar - en hou deze boven een ander leeg bakje.
- » Giet het ei in het kommetje van je hand en laat het eiwit tussen je vingers doorglippen. Zorg dat de eidooier heel achterblijft in je hand.



BOTER

Als we het over boter hebben in dit boek bedoelen we altijd ongezoeten roomboter. Boter wordt gemaakt van melk. In een boterfabriek wordt het vet, ook wel room genoemd, van de melk gescheiden. Deze room wordt stevig door elkaar geschud. Dit heet karnen. Daardoor klontert hij samen tot een boterige massa. Boter dus! (Pssst: het vocht dat is achtergebleven noemen we karnemelk.)



SUIKER

Suiker zorgt voor de zoete smaak in de baksels. In dit boek gebruiken we verschillende soorten suiker, zoals fijne suiker, poedersuiker, basterdsuiker en kristalsuiker. Alle suiker wordt gewonnen uit suikerbiet, suikerriet of de suikerpalm. Door de planten in water te verhitten komt de suiker vrij in het water. Tijdens het afkoelen vormt de suiker zich tot kleine kristallen. Het water met de suikerkristallen wordt vervolgens gezeefd, zodat de suiker overblijft.

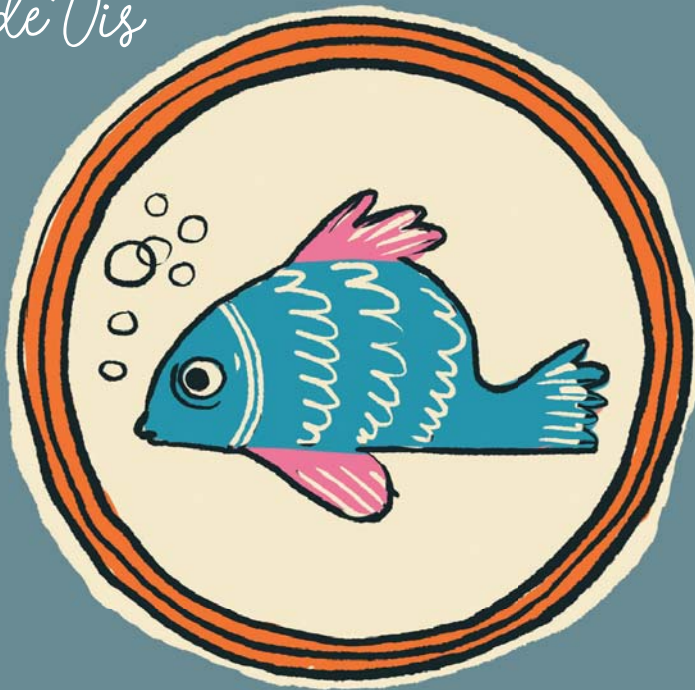
De familie Bakker

Mevrouw



Meneer

Wal de Vis



Bloem

Tantes vriendin

Tante



Floor

Opa



Oma



LENTE

Als ijskristallen smelten
en een bloesem spant de knop,
als de merels takjes sparen
en de koe loeit weer volop,

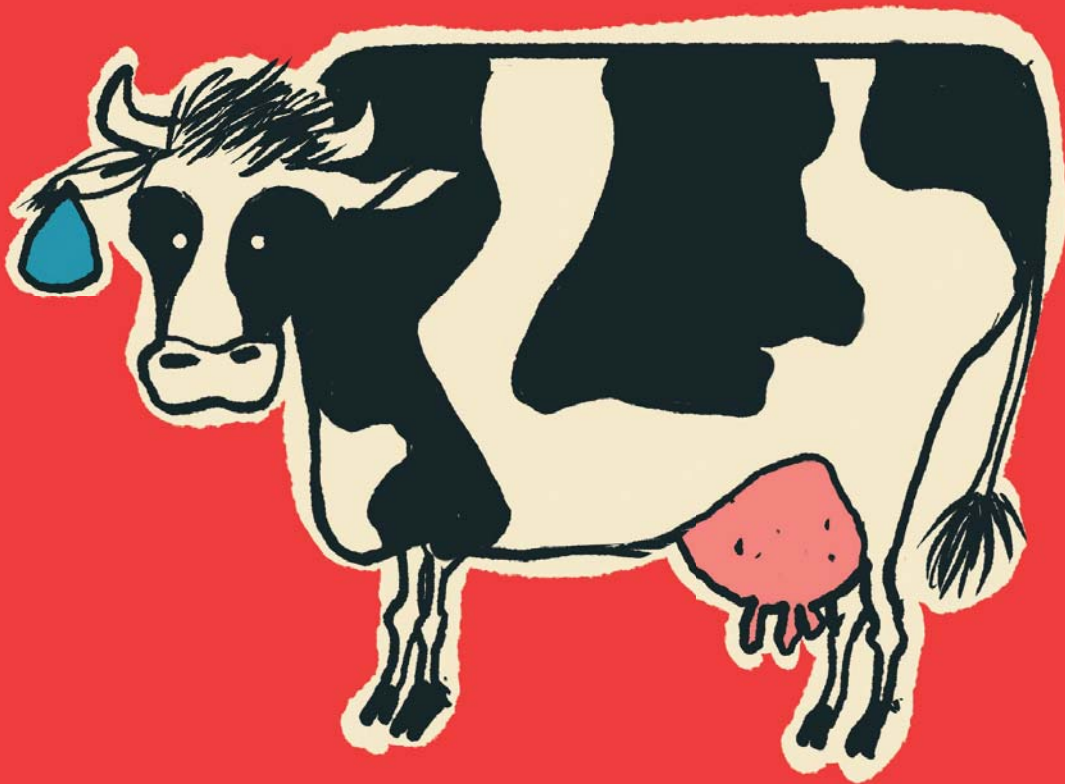
als kippen van de leg zijn
door chocolade-eitjes,
en meneer vertelt in geur en kleur
over de bloempjes en de bijtjes,

als de winterjas naar zolder kan
en 't groen groeit aan de bomen,
dan weet de familie Bakker
dat de lente is gekomen.

DE HIK

Een koe was te vlug aan het bikken,
waardoor ze ontzettend moest hikken.

Dus Opa riep 'boe!'
tegen die koe,
maar daar kon ze nou niet echt van schrikken.



Boe



HIKWEETJES:

Volgens Oma kom je van de hik af als je zeven kleine slokjes water neemt en één grote.

Volgens Mevrouw moet je aan je tong trekken.

Meneer houdt zo lang mogelijk zijn adem in.

Een Amerikaanse varkensboer heeft het record op zijn naam staan. Zijn hikaanval duurde namelijk 68 jaar! Van 1922 tot 1990.



WORTELTJESTAART

EEN RECEPT VOOR 12 TOT 14 PUNTEN

Wortel in een taart klinkt misschien gek, maar als je deze worteltjestaart eenmaal geproefd hebt dan wil je niets anders meer! Deze taart werd verzonden in een tijd waarin suiker erg moeilijk verkrijgbaar was. Omdat er in wortels natuurlijke suikers zitten, gebruikten mensen die om taart mee te maken. Het frisse roomkaasglazuur maakt deze worteltjestaart helemaal af.

INGREDIËNTEN

Voor het beslag:

300 gram wortels
1 sinaasappel
175 milliliter zonnebloemolie
275 gram lichtbruine basterdsuiker
¼ theelepel zout
3 eieren
200 gram bloem
5 theelepels bakpoeder
1 eetlepel speculaaskruiden
100 gram donkere rozijnen
75 gram walnoten, in stukjes gebroken

Voor het roomkaasglazuur:

125 gram roomkaas, op kamertemperatuur
50 gram boter, op kamertemperatuur
100 gram poedersuiker

Verder nodig:

boter, om in te vetten
30 gram walnoten, in stukjes gebroken
ronde springvorm van 24 centimeter

WAT MOET JE DOEN?

- » Verwarm de oven voor op 180 °C. Vet de springvorm in met boter en bekleed de bodem met bakpapier (zie blz. 12).
- » Was de wortels goed schoon en rasp ze met een grove rasp.
- » Rasp met een fijne rasp de schil van de sinaasappel en doe deze samen met de zonnebloemolie, basterdsuiker en het zout in een kom.
- » Klop dit met een handmixer met gardes 3 minuten door. Doe de eieren erbij en mix alles nog kort door elkaar. Doe de bloem, het bakpoeder en de speculaaskruiden bij het beslag en roer deze erdoor. Meng tot slot de geraspte wortel, rozijnen en walnotenstukjes door het beslag.
- » Schep alles in de bakvorm en bak de worteltjestaart gaar in 55-65 minuten. Test of de taart gaar is met een satéprikker (zie blz. 16). Laat de taart afkoelen in de vorm.
- » Doe alle ingrediënten voor het roomkaasglazuur in een kom en mix dit enkele minuten met een handmixer met gardes tot een romig glazuur. Bestrijk de afgekoelde taart met het glazuur en bestrooi dit met de extra gehakte walnoot.

WIST JE DAT:

Konijnen niet kunnen zweten? Ze raken hun warmte kwijt via hun lange oren.

Een vrouwtjeskonijn ook wel een voedster wordt genoemd?
En een mannetjeskonijn noemen we een rammelaar.



Konijnen 's nachts ook keuteltjes leggen? Deze keutels noemen we 'blindedarmkeutels'. De keutels eten ze zelf weer op, omdat deze heel voedzaam zijn. Eet smakelijk! De keutels die ze overdag leggen, laten ze lekker liggen.

Wortels eigenlijk helemaal niet zo gezond zijn voor konijnen?
Er zit namelijk heel veel suiker in. Van te veel wortels krijgen ze buikpijn.

Het verhaal gaat dat de oranje wortel speciaal is gekweekt voor Willem van Oranje? Er zijn dus ook andere kleuren wortels: wit, geel, zwart, groen, paars, blauw, rood en roze.

Wanneer je een wortel in de breedte doorsnijdt, de binnenkant dan lijkt op een oog? Toevallig zijn wortels ook nog eens heel goed voor je ogen.

Walnoten de vorm hebben van hersenen? Daarom worden ze ook wel 'hersenvoedsel' genoemd.

Sommige mensen denken dat je slim wordt van walnoten? Weet jij iemand die wel een handjevol walnoten kan gebruiken?





MUISJESSCHUIM

EEN RECEPT VOOR EEN TROMMEL VOL

Deze schuimpjes zijn perfect om de geboorte van een broertje of zusje mee te vieren. Door eiwit samen met suiker heel luchtig op te kloppen krijg je een heel mooi schuim. Als je dit bestrooit met muisjes en in de oven laat drogen krijg je dit heerlijke muisjesschuim. Maar ook zonder muisjes zijn deze schuimpjes erg lekker... Dan kun je ze ook eten als er even geen nieuw broertje of zusje is.

INGREDIËNTEN

3 eieren (alleen het eiwit)
snuf zout
100 gram fijne suiker
90 gram poedersuiker

Verder nodig:

60 gram roze en/of blauwe muisjes
spuitzak met gekarteld spuitmondje, als je die hebt

WAT MOET JE DOEN?

- » Verwarm de oven voor op 100 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier.
- » Zorg dat de kom en garde(s) schoon en vetvrij zijn, want er mag geen spoortje eigeel in het eiwit zitten! Doe de eiwitten met het zout in een kom en klop deze op met een handmixer met gardes. Voeg beetje bij beetje de fijne suiker toe en klop het mengsel tot het eiwit stijf is en de suiker is opgelost. Spatel tot slot de poedersuiker door het schuim.
- » Schep met een lepel hoopjes schuim op de bakplaat of doe het schuim in een spuitzak met een gekarteld spuitmondje om mooie figuurtjes te spuiten op de bakplaat. Bestrooi het schuim met de muisjes. Zet de bakplaat in de oven en laat het schuim 2½ uur drogen in de oven. Na die tijd zet je de oven uit, maar laat deze dan wel dicht zodat de schuimpjes afkoelen in de oven.
- » Bewaar de muisjesschuimpjes in een koektrommel of luchtdichte verpakking, zodat ze knapperig blijven.

- TIP -

Kijk op blz. 18 om te lezen hoe je gemakkelijk een ei kunt scheiden!



S₁ P₃ E₁ L₂ T₁
D₁ T₁
D₁ T₁
D₁ T₁
D₁ T₁



SPELTBROODJES

EEN RECEPT VOOR 12 BROODJES

Spelt is de voorvader van tarwe. Tegenwoordig worden de meeste broden van tarwe gebakken. Met het 'oergraan' spelt kun je ook heerlijke broodjes bakken, zoals deze. Als je alleen speltbloem gebruikt, zijn de broodjes licht van kleur. Wil je iets donkerder brood, dan kun je de helft van de bloem vervangen door speltmeel.

INGREDIËNTEN

Voor het deeg:

500 gram speltbloem
7 gram gedroogde gist
10 gram zout
30 gram boter, op kamertemperatuur
300 milliliter lauwwarm water

Voor bovenop:

2 eetlepels sesamzaad
2 eetlepels maanzaad

Verder nodig:

bloem, om het werkblad mee te bestuiven

WAT MOET JE DOEN?

- » Doe alle ingrediënten voor het deeg in een kom en kneed deze door elkaar. Kneed het deeg minimaal 10 minuten goed door tot een soepel brooddeeg. Dit kun je doen door het deeg op je werkblad te leggen, een paar keer uit te duwen en dubbel te vouwen. Doe het deeg in een kom, dek de kom af met plasticfolie en laat het deeg 1 uur rijzen op een warme en tochtvrije plek.
- » Leg een stuk bakpapier op de bakplaat of in een grote ovenschaal. Bestuif je werkblad met bloem. Verdeel het deeg in 12 gelijke stukjes, rol er op je werkblad bolletjes van en leg ze met wat tussenruimte op de bakplaat (of in de ovenschaal). Laat de broodjes nog 1 uur rijzen op een warme en tochtvrije plek.
- » Verwarm de oven voor op 220 °C.
- » Doop een kwastje in water en bestrijk hiermee voorzichtig de bolletjes deeg. Bestrooi de bolletjes met de sesam- en maanzaadjes. Bak de broodjes in 20-25 minuten goudbruin en gaar.