



# Recept Kyck

Molen Kyck over den Dyck  
Noordendijk 144  
3311 RR Dordrecht  
078 6310001

HANDMATIGE BROODBAKRECEPTEN

## Volkorentarwebrood (2)

500 gram	Volkoren tarwemeel en witte bloem (bijv. half om half)
10 gram	Broodverbeteraar
5 gram	Droge gist (of 10 gram verse gist)
300 ml	Water (met of zonder melkpoeder)
5 gram	Zout
20 gram	Olijfolie, zonnebloemolie of margarine

- Meng meel, broodverbeteraar en zout door elkaar
- Meng verse gist en suiker met een beetje lauw water en laat het even staan (droge gist kan direct bij het meelmengsel)
- Voeg gist en meelmengsel samen en kneed met behulp van lauw water tot een elastisch deeg dat niet plakt.
- Maak een ronde bol en laat die 30 minuten afgedekt rijzen.
- Vervolgens goed doorkneden en in de beboterde broodvorm doen
- Afgedekt op warme plaats nogmaals 45 minuten laten rijzen
- In de voorverwarmde oven op 220° C in 35 à 45 minuten gaar bakken. (Het brood klinkt dan hol)
- TIP:  
Het kneden moet langdurig en stevig gebeuren voor een goed rijspoces.