

Recept Speltbrood

****maak in minder dan een uur je eigen speltbrood!****

Ingrediënten

- 250 gram speltbloem
- Plus wat extra om te bestuiven
- Een halve theelepel 'baking soda'
(natriumbicarbonaat/zuiveringszout)
- Een halve theelepel zout
- 200 ml karnemelk of yoghurt



Bereiding:

Verwarm de oven voor tot 200 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier. Doe alle droge ingrediënten in een grote kom en meng ze goed.

Doe er (als de oven op temperatuur is !!!) dan de karnemelk bij en meng het tot een kleverig deeg. Leg het deeg op een licht met bloem bestoven oppervlak en vorm er snel een bal van. Druk de bal iets plat met je hand.

Leg het deeg op de bakplaat. Kerf het diep in kwarten in, net niet helemaal tot de onderkant. Bestuif met wat bloem.

Bak 30 minuten of totdat het brood gaar is – het moet goudbruin zijn en hol klinken als je op de onderkant klopt. Laat afkoelen op een rooster.

Tip: sodabrood is het lekkerst als het binnen een dag gegeten wordt. Het kan ook goed ingevroren worden.

Smakelijk namens Coöperatie MarkeLokaal (www.markelokaal.nl)