



Brood van eigen deeg

Slow Dough haalt mensen over weer zelf brood te gaan bakken

Convivium Haarlem richt haar pijlen op ons dagelijks brood. Met de actie Slow Dough willen de leden mensen overhalen weer echt brood te gaan bakken. Dat kan thuis, maar Liselore Halink van de Haarlemse afdeling hoopt ook dat steeds meer bakkers het desembrood weer gaan omarmen.

door **Annemieke Windt**, convivium Haarlem
foto's **Arthur van Diest**

De laatste jaren zijn er veel schandalen over ons eten naar boven gekomen, ook als het gaat om het brood dat we dagelijks eten. Mensen denken dat ze bij een echte bakker brood kopen waarmee niet is gerommeld, maar goedkoop brood en goed brood gaan niet altijd samen. We zijn vorig jaar desem gaan uitdelen en hebben een demonstratie gegeven bij evenementen in Haarlem. Dat was echt ons startmoment,' zegt Liselore

Halink van convivium Haarlem.

Het doel van die actie was tweeledig: mensen bewustmaken van wat er allemaal komt kijken bij de productie van brood en ze zelf weer brood laten bakken. 'Desembrood heeft tijd nodig. Het goed houden van het moederdeeg, het rijsp proces en het bakproces kost allemaal tijd. Dat maakt dat echt ambachtelijk brood duurder is.'

De Haarlemse afdeling is bij haar Slow Dough-project begeleid door bakker Hein Raat uit Alkmaar. Hij weet als geen ander dat het werken met desem een andere aanpak vraagt. 'Het is net een huisdier,' grinnikt Raat. 'Je moet het moederdeeg

voeden en aandacht geven. Zo houd je het goed. Dat doe je door altijd hetzelfde te doen.' Het moederdeeg houd je goed in een emmer of in kleinere hoeveelheden in een weckpot of jampot. 'Het is ook prima te doen voor mensen die een drukke baan hebben. Je kunt het moederdeeg bewaren in de koelkast en je hoeft helemaal niet iedere dag zelf brood te bakken.' Volgens Halink is Slow Dough en in het bijzonder het bereiden van desembrood een prima manier om alle mensen te bereiken. 'Want brood wordt ook gegeten door vegetariërs en veganisten.'

Raat denkt dat de aandacht voor zelf

desembrood maken gegroeid is door de recente schandalen over ons brood. 'Vorig jaar heeft een uitzending van de Keuringsdienst van Waarde veel losgemaakt. Daarin werd duidelijk dat er een preparaat van mensenhaar wordt gemaakt waardoor ons brood een lekker knapperig korstje krijgt. Maar ook het bericht dat er een muis is gevonden in het brood van de Albert Heijn maakt dat we huiveriger zijn over het brood dat we eten.'

Desembrood heeft in de voorbereiding meer tijd en aandacht nodig dan brood dat wordt gemaakt met gist. 'Het heeft zes tot acht uur de tijd nodig om te rijzen en het deeg is veel gevoeliger voor weersinvloeden. Als het warm weer is rijst het deeg sneller,' zegt Raat. 'Als bakker moet je dat aanvoelen. Je hebt wel vier jaar nodig voordat je werken met levend desem helemaal in de vingers hebt en weet wat je kunt verwachten.' Hij hoopt dat zijn collega's gaan zien dat het mogelijk is met levend desem goed brood te bakken. 'Nu kiezen veel bakkers die wel desembrood in de schappen hebben

liggen voor gedroogd desem.'

In de regio Haarlem wijzen een paar ontwikkelingen op een groeiende interesse onder voedselproducenten om weer puur en ambachtelijk te gaan werken. Zo wordt een Haarlems oergraan opnieuw verbouwd in de Haarlemmermeerpolder. Halink: 'Dat is het Emmergraan, waarmee Jopenbier wordt gebrouwen en waarvan ook brood wordt gebakken. Het is een *superfood* uit de eigen omgeving.' En bij molen de Zandhaas in Santpoort wordt weer meel gemalen en als broodmix verkocht. 'Ik ga daar met mijn kinderen naartoe, zodat ze ook kunnen zien waarvan we ons brood maken.' Werken met je eigen zuurdesem is ook erg leuk, weet Halink uit eigen ervaring. 'Het is brood dat dwingt om met aandacht te werken. Je kunt het niet afracfelen, want dan gaat het niet goed.'

Halink hoopt dat het effect van de Slow Dough-actie is dat consumenten zich weer bewuster worden van wat echt brood is. 'Maar vooral ook wat het niet is.' Ze merkt dat het heel moeilijk is Haarlemmers over te halen anders naar hun broodcon-

Slow Dough, een portie van eigen deeg

Wil je als convivium ook aanhaken bij de actie Slow Dough, een portie van eigen deeg? Dat kan. Slow Food Haarlem heeft een starterskit met plan van aanpak en een flyer die in samenwerking met producenten gebruikt kan worden. Voor meer informatie mail naar haarlem@slowfood.nl.

sumptie te kijken. 'Haarlemmers zijn heel conservatief. Ze vinden brood al gauw te duur. Ze willen dat brood goedkoop en lang houdbaar is. Dat maakt dat bakkers huiverig worden het te verkopen.' Ze vindt het een rare tegenstelling dat aan de ene kant consumenten massaal aan de quinoa en gojibessen gaan, maar hun neus ophalen voor echt ambachtelijk brood. 'We zien dat we heel veel op het gebied van kennis moeten doen. Daar is deze campagne ook op gericht. We willen het gesprek over brood op gang brengen. Slow Food kan met Slow Dough daar een voortrekkersrol in vervullen.'



SLOWFOOD PRESENTEERT IN SAMENWERKING MET DEZE PRODUCENT: SLOW DOUGH, EEN PORTIE VAN EIGEN DEEG.

Wij geven je graag deze Slow Dough Zuurdesemmoeder om eerlijk, puur en lekker brood mee te bakken.

Van mooi meel en puur water maak je brood. Zonder kleur-, geur- en smaakstoffen. Die zijn namelijk al volop aanwezig in de ingrediënten zelf. Met aandacht en geduld bak je zelf thuis brood zoals brood bedoeld is. Dit kan met gist, maar ook op basis van zuurdesem. Hierbij maak je gebruik van een moederdeeg dat eeuwig blijft bestaan, milts je het voedt en met liefde verzorgt.

HOE VOED JE ZUURDESEMMOEDER?

BASIS: 100g zuurdesemmoeder

STAP 1: Voeg 100 g roggebloem (andere bloem kan ook maar rogge reageert het beste) toe en 100 ml water van 30°C. Laat 12 uur fermenteren op kamertemperatuur.

STAP 2: Voeg 300 g roggebloem toe en 300 ml water toe van 30°C. Laat weer 12 uur fermenteren. Als het goed is, is het volume nu verdrievoudigd en is het klaar voor gebruik.