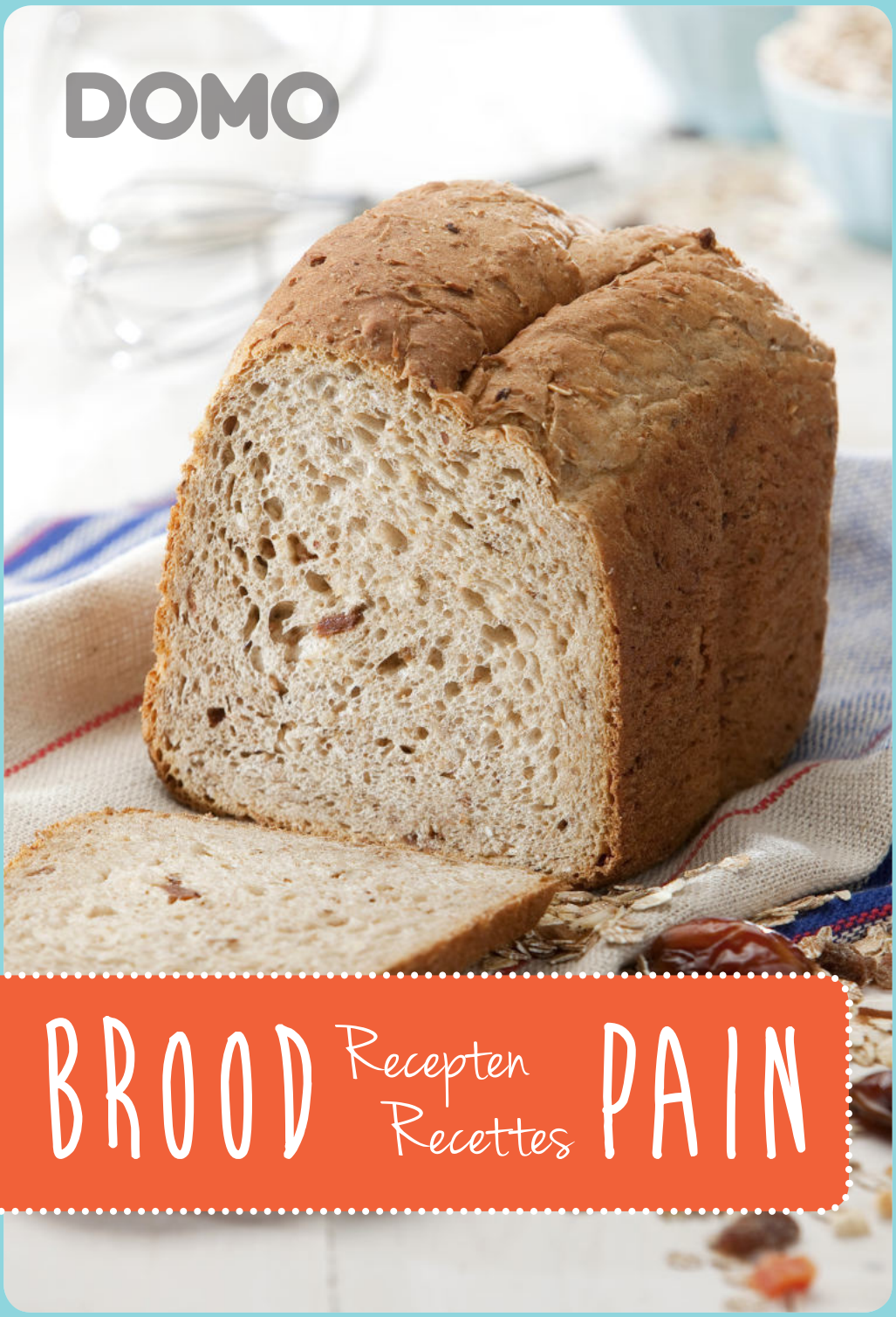
DOMO



BROOD Recepten Recettes PAIN

"Zelf brood bakken:
een heerlijke manier om
gezond te leven"

"Cuire son pain soi-même:
une façon délicieuse
de vivre sainement"

BUITENGEWOON BROOD BAKKEN

Niets leuker dan wakker worden met de **geur van vers gebakken brood**, wetende dat jou een heerlijk ontbijt te wachten staat boordevol smaak en gezonde ingrediënten.

Al meer dan 25 jaar specialiseren wij ons in het ontwikkelen van broodbakmachines, waarmee je **met de minste moeite zelf de lekkerste broden** kan bakken. Altijd vers, altijd gevarieerd en altijd naar jouw zin.

Om je hierbij extra op weg te helpen, hebben we voor jou dit **vernieuwde receptenboekje** gecreëerd. Klassieke recepten hebben we dit keer afgewisseld met unieke recepten die de meest gezonde en interessante ingrediënten gebruiken, zodat het brood niet alleen heerlijk smaakt, maar ook **barst van voedingsstoffen**.

Zo heb je de basis voor een gezonde, gevarieerde én lekkere maaltijd!

Wat je voor het bakken moet weten

- × Doe de ingrediënten telkens in de bakvorm in de volgorde van de ingrediëntenlijst bij het recept.
- × Voor het toevoegen van de gist: maak een kuiltje in de bloem, voeg de gist toe en dek weer af.
- × Zorg ervoor dat de gist niet in aanraking komt met het water of het zout!

= eetlepel

= theelepel

= maatbeker van 200 ml

CUIRE UN PAIN EXTRAORDINAIRE

Rien n'est plus agréable que de se réveiller avec **l'odeur du pain frais**, en sachant qu'un délicieux petit déjeuner vous attend, plein de saveur et composé d'ingrédients bons pour la santé.

Depuis plus de 25 ans, nous nous spécialisons dans le développement de machines à pain qui vous permettent de **cuire de délicieux pains vous-même et sans effort**. Toujours frais, toujours varié et toujours selon vos goûts.

Pour vous aider, nous avons conçu **ce petit livre qui regorge de nouvelles recettes**. Nous avons cette fois alterné les recettes classiques avec des recettes originales, qui mettent en avant les ingrédients les plus sains et les plus intéressants. Ainsi, en plus d'un goût exceptionnel, votre pain **comporte de nombreuses substances nutritives**.

Vous disposez, de la sorte, d'une base pour un repas sain, varié et délicieux!

À savoir avant de commencer à cuire

- × Placez les ingrédients dans le moule de cuisson dans l'ordre où ils figurent dans la liste d'ingrédients de la recette.
- × Avant d'ajouter la levure : creusez un petit puits dans la farine, ajoutez-y la levure et recouvrez.
- × Veillez à ce que la levure n'entre pas en contact avec l'eau ni avec le sel!

= cuillère à soupe

= cuillère à thé

= gobelet de 200 ml

INGREDIËNTEN

Voor we van start gaan, geven we graag al wat gezonde tips en nuttige weetjes mee over enkele bijzondere ingrediënten:

× **Rietsuiker**
Als je suiker gebruikt, gebruik dan ruwe, ongeraffineerde rietsuiker. In tegenstelling tot geraffineerde suiker, bevat deze nog de oorspronkelijke voedingsstoffen, zoals vezels, vitaminen en mineralen.

× **Noten**
Noten bestaan er in vele soorten, en elke soort heeft wel zijn eigen troeven. Amandelen zijn rijk aan calcium en gaan het verouderingsproces tegen, cashewnoten verdrijven vermoeidheid, pistachenoten verlagen de bloeddruk, kastanjes bevatten veel vitamine C en hazelnoten zijn goed voor alles. Walnoten zijn de absolute uitblinkers. Ze verlagen de kans op hart- en vaatziekten en bevatten zelfs kankerbestrijdende stoffen. Een handvol walnoten per dag draagt bij tot een goede gezondheid.

× **Zaden en pitten**
Pijnboompitten, sesamzaad, lijnzaad, pompoenpitten,... Ze behoren net als noten tot de oliehoudende gewassen en zijn bijgevolg rijk aan eiwitten en goede vetzuren, vezels, vitamines en mineralen. Ideaal dus om deze gezonde smaakmaker als krokant element aan je brood toe te voegen.

× **Boekweit**
Boekweit is glutenvrij, werkt cholesterolverlagend, bevat noodzakelijke mineralen en verlaagt bovendien het glucosegehalte, wat boekweit tot een ideaal ingrediënt voor diabeten maakt.

× **Spelt**
Spelt is een oude graansoort, heeft een licht notige smaak en wordt op dezelfde manier gebruikt als tarwemeel. Rijk aan vezels en complexe koolhydraten is spelt uitermate goed voor je huid en je spijsvertering.

× **Zemelen**
Zemelen zijn de omhulsels van de graan- of haverkorrels. Dit is de plek van de korrel waar de meeste voedingsstoffen zich bevinden.

INGRÉDIENTS

Avant de commencer, voici quelques conseils santé et autres informations utiles sur différents ingrédients :

× **Sucre de canne**
Si vous utilisez du sucre, prenez du sucre de canne brut, non raffiné. Celui-ci contient toujours les ingrédients originaux, tels fibres, vitamines et minéraux.

× **Fruits à coque**
Il en existe différentes variétés, chacune d'entre elles possédant ses propres atouts. Les amandes sont riches en calcium et retardent le processus de vieillissement, les noix de cajou combattent la fatigue, les pistaches diminuent la pression artérielle, les châtaignes contiennent beaucoup de vitamines C et les noisettes sont excellentes pour tout. Les noix sont les championnes toutes catégories. Elles réduisent les risques de maladies cardio-vasculaires et contiennent même des substances anticancérigènes. Une poignée de noix par jour contribuent à un bon état de santé.

× **Graines et pépins**
Pignons de pin, graines de sésame, graines de lin, graines de citrouille, ... Tout comme les fruits à coque, ce sont des végétaux oléagineux, riches en protéines, en bons acides gras, en fibres, en vitamines et en minéraux. Il est donc idéal d'ajouter à pain ce type d'exhausteur de goût parfaitement sain. De plus, cela ajoutera donnera un petit côté croquant à votre pain.

× **Sarrasin**
Le sarrasin ne contient pas de gluten, il diminue le cholestérol et contient des minéraux indispensables. Il fait en outre baisser le taux de glucose ; c'est donc un ingrédient idéal pour les diabétiques.

× **Épeautre**
L'épeautre est une ancienne céréale ; il a un léger goût de noix et est employé de la même manière que la farine de froment. Riche en fibres et en glucides complexes, l'épeautre est excellent pour la peau et la digestion.

× **Son**
Le son est l'enveloppe des grains de blé ou d'avoine. C'est la partie du grain où la majorité des nutriments se trouvent.

DOMO

Een feest in huis · La fête à la maison!

INHOUD • CONTENU

1	Walnoten-boekweit	Noix-sarrasin
2	Wilde rijst-polenta	Riz sauvage-polenta
3	Wit brood	Pain blanc
4	Donkere cacao	Cacao foncé
5	Volkoren spelt	Épeautre complet
6	Muesli-dadel	Muesli-datte
7	Cottage cheese-dille	Cottage cheese-aneth
8	Rozijnen-noten	Raisins-fruits de coque
9	Spelt-kamut	Épeautre-kamut
10	Waldkorn	Waldkorn
11	Zuiderse kruiden	Herbes du sud
12	Ahorn-haver	Érable-avoine
13	Yoghurt-zemelen	Yoghourt-son
14	Malse broodjes	Petits pains
15	Glutenvrij brood	Pain sans gluten
16	Pizzadeeg	Pâte à pizza

WALNOTEN-BOEKWEIT
NOIX-SARRASIN

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
× water	*eau*		290 ml	455 ml
× olijfolie	*huile d'olive*	⚥	2	30 ml
× zout	*sel*	✓	1 + 1/2	15 g
× rietsuiker	*sucre de canne*	⚥	2	35 g
× bloem	*farine*		425 g	665 g
× boekweitmeel	*farine de sarrasin*		75 g	120 g
× korrelgist	*levure en granulés*	✓	1	4 g
× walnoten	*noix*		50 g	80 g

Bereiding · Préparation

Hak de walnoten fijn. Doe de ingrediënten - behalve de gehakte walnoten - in de bakvorm en bak het brood op het BASIC programma. Voeg de gehakte walnoten toe na de biep.

Hachez finement les noix. Mettez les ingrédients - à l'exception des noix hachées - dans le moule et cuisez le pain avec le programme BASIC. Rajoutez les noix hachées au bip sonore.

WEETJE • BON À SAVOIR

Walnoten zijn de gezondste noten. Ze zijn een uitstekende bron van eiwitten en antioxidanten voor een goede stofwisseling. Ze helpen ook om de bloeddruk op een gezond peil te houden en bevatten bovendien krachtige kankerbestrijdende zuren.

Les noix sont les fruits à coque les plus sains. Ils constituent une source de protéines et d'antioxydants, favorisant le métabolisme. Ils contribuent à garder la pression artérielle à un niveau sain et contiennent de puissants acides anticancérigènes.

"Rijst in brood? Niet zo vreemd
als je zou denken!"

WILDE RIJST-POLENTA
RIZ SAUVAGE-POLENTA

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	280 ml	430 ml
×	olijfolie	*huile d'olive*	♂ 2	30 ml
×	zout	*sel*	✓ 1 + 1/2	14 g
×	rietsuiker	*sucre de canne*	♂ 2	30 g
×	tarwebloem	*farine de froment*	385 g	495 g
×	volkoren tarwemeel	*farine de froment complète*	50 g	70 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	✓ 1	4 g
×	polenta	*polenta*	50 g	70 g
×	wilde rijst	*riz sauvage*	50 g	70 g

Bereiding · Préparation

Kook de wilde rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Laat goed uitlekken. Doe de ingrediënten - behalve de wilde rijst - in de bakvorm en bak het brood op het WHOLE WHEAT programma. Voeg de wilde rijst toe na de biep.

Cuisez le riz sauvage suivant les indications reprises sur l'emballage. Égouttez soigneusement. Mettez les ingrédients - sauf le riz sauvage - dans le moule et cuisez le pain avec le programme WHOLE WHEAT. Rajoutez le riz sauvage au bip sonore.

WEETJE • BON À SAVOIR

De naam 'wilde rijst' is nogal misleidend. Het zijn namelijk geen rijstkorrels, maar zaden, die meer eiwitten en voedingsstoffen bevatten dan 'gewone' witte rijst.

Le nom 'riz sauvage' est sans doute source de confusion. En effet, il ne s'agit pas des grains de riz, mais de graines, qui contiennent plus de protéines et de nutriments que le riz blanc 'normal'.

WIT BROOD

PAIN BLANC

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
× water	*eau*		290 ml	450 ml
× boter of olie	*beurre ou huile*	☌	1 + 1/2	3
× zout	*sel*	✓	3/4	1 + 1/2
× suiker	*sucre*	✓	3/4	1 + 1/2
× melkpoeder	*poudre de lait*	☌	3/4	1 + 1/2
× witte bloem	*farine blanche*		490 g	770 g
× korrelgist	*levure en granulés*	✓	3/4	1 + 1/4
× OF verse gist	*OU levure fraîche*		8 g	12 g

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en bak het brood op het BASIC programma. Je kan het melkpoeder ook vervangen door verse melk. Verminder in dat geval het water met dezelfde hoeveelheid als de toegevoegde melk.

Mettez les ingrédients dans le moule et cuisez le pain avec le programme BASIC. Vous pouvez également remplacer la poudre de lait par du lait frais. Diminuez dans ce cas la quantité d'eau en fonction de la quantité de lait ajouté.

TIP · ASTUCE

Weeg de verschillende ingrediënten altijd heel nauwkeurig af en zorg ervoor dat ze vers en op kamertemperatuur zijn. Zo krijg je het beste resultaat.

Pesez toujours très soigneusement les ingrédients et veillez à ce qu'ils soient frais et à température ambiante. C'est ainsi que vous obtiendrez le meilleur résultat.

DONKERE CACAO

CACAO FONCÉ

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	320 ml	505 ml
×	olijfolie	*huile d'olive*	2	35 ml
×	zout	*sel*	1 + 1/2	14 g
×	rietsuiker	*sucre de canne*	2 + 1/2	44 g
×	roggemeel	*farine de seigle*	140 g	220 g
×	volkoren tarwemeel	*farine de froment complète*	85 g	130 g
×	tarwebloem	*farine de froment*	250 g	394 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	1	5 g
×	chapelure	*chapelure*	25 g	40 g
×	cacaopoeder	*poudre de cacao*	1 + 1/2	14 g

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en bak het brood op het FRENCH programma. Gebruik echte, zuivere cacaopoeder, geen afgeleid product.

Mettez les ingrédients dans le moule et cuisez le pain avec le programme FRENCH. Utilisez de la véritable poudre de cacao fraîche, et non un produit dérivé.

WEETJE • BON À SAVOIR

Cacao is een echte bron van antioxidanten, magnesium en ijzer. Hiermee heeft het een positief effect op de bloeddruk en bloedcirculatie. En bovendien: cacao maakt gelukkig!

Le cacao est une source d'antioxydants, de magnésium et de fer. Il a de ce fait un effet positif sur la pression artérielle et la circulation sanguine. Et de plus: le cacao rend heureux!

"Heerlijk rijke cacao,
dat is diep, donker genieten"

VOLKOREN SPELT
ÉPEAUTRE COMPLET

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	310 ml	490 ml
×	kokosolie	*huile de coco*	♂ 2	3
×	zout	*sel*	♂ 1	1 + 3/4
×	volkoren speltmeel	*farine d'épeautre complète*	500 g	786 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	9 g	14 g
×	gebroken lijnzaad	*graines de lin brisées*	♂ 2	3

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en bak het brood op het WHOLE WHEAT programma.

Mettez les ingrédients dans le moule et cuisez le pain avec le programme WHOLE WHEAT.

WEETJE · BON À SAVOIR

Kokosolie is een verzadigd vet, maar is desondanks toch heel gezond. Het stimuleert de verbranding van voeding en bevat een stof die schimmels, bacteriën en virussen te lijf gaat. Met de combinatie van het volkoren speltmeel en het gebroken lijnzaad is dit brood bovendien erg goed voor de darmfunctie en de spijsvertering.

L'huile de coco est une graisse saturée, mais elle est tout de même très bonne pour la santé. Elle stimule la combustion des aliments et contient une substance qui combat les bactéries et les virus. Grâce à la combinaison de farine d'épeautre complète et de graines de lin, ce pain est également excellent pour la fonction intestinale et pour la digestion.

MUESLI-DADEL

MUESLI-DATTE

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	260 ml	410 ml
×	olijfolie	*huile d'olive*	♂ 2	35 ml
×	zout	*sel*	🖌 1 + 1/2	14 g
×	magere melkpoeder	*poudre de lait maigre*	♂ 3	12 g
×	tarwebloem	*farine de froment*	300 g	470 g
×	volkoren tarwemeel	*farine de froment complète*	75 g	115 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	🖌 1 + 1/2	7 g
×	ongezoete vruchten-notenmuesli	*muesli de fruits-noix non édulcorés*	150 g	235 g
×	dadels	*dattes*	65 g	100 g

Bereiding · Préparation

Ontpit de dadels en hak ze fijn. Doe de ingrediënten - behalve de muesli en de dadels - in de bakvorm en bak het brood op het BASIC programma. Voeg de muesli en de gehakte dadels toe na de biep.

Épépinez les dattes et hachez-les. Mettez les ingrédients - à l'exception du muesli et des dattes - dans le moule et cuisez le pain avec le programme BASIC. Rajoutez le muesli et les dattes au bip sonore.

WEETJE • BON À SAVOIR

Dadels bevatten mineralen, vezels en silicium, goed voor haren, botten, gewrichten en brein. Ze kunnen ook beschouwd worden als een preventief medicijn, voor o.a. gezichtsvermogen en spijsvertering.

Les dattes contiennent des minéraux, des fibres et du silicium, excellent pour les cheveux, les os, les articulations, le cerveau et comme médicament préventif, favorisant e.a. l'acuité visuelle et la digestion.

"Altijd een goed idee, zo'n fruitig
begin van de dag"

COTTAGE CHEESE-DILLE
COTTAGE CHEESE-ANETH

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	85 ml	135 ml
×	olie	*huile d'olive*	3/4	1
×	zout	*sel*	3/4	1
×	witte bloem	*farine blanche*	220 g	340 g
×	voltarwemeel	*farine de froment complète*	175 g	275 g
×	bakpoeder	*levure chimique*	1/2	1/2
×	korrelgist	*levure en granulés*	3/4	1 + 1/4
×	OF verse gist	*OU levure fraîche*	8 g	12 g
×	honing	*miel*	3/4	1
×	cottage cheese	*cottage cheese*	150 g	230 g
×	geraspte uien	*oignons râpés*	1 + 1/2	2 + 1/2
×	dille	*aneth*	1 + 1/2	2 + 1/2

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten - behalve de uien en de dille - in de bakvorm en bak het brood op het BASIC programma. Gebruik bij voorkeur vloeibare honing. Voeg de uien en de dille toe na de biep.

Mettez les ingrédients - à l'exception des oignons et de l'aneth - dans le moule et cuisez le pain avec le programme BASIC. Utilisez de préférence du miel liquide. Rajoutez les oignons et l'aneth au bip sonore.

WEETJE • BON À SAVOIR

Cottage cheese is de meest caloriearme kaassoort en bevat glutamine, goed voor de darm-reparatie. Honing helpt dan weer bij hoest, verkoudheid en allergieën.

Le cottage cheese est le fromage le plus pauvre en calories. Il contient de la glutamine, qui répare la flore intestinale. Le miel aide en cas de toux, de rhume et d'allergies.

"Le fromage doux et l'aneth
frais: une combinaison étonnamment parfaite"

Rozijnen-noten
Raisins-fruits de coque

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	115 ml	220 ml
×	halfvolle melk	*lait demi-écrémé*	175 ml	275 ml
×	boter	*beurre*	1 + 1/2	2 + 1/2
×	eieren	*oeufs*	1	2
×	zout	*sel*	1	1 + 3/4
×	suiker	*sucre*	1 + 3/4	2 + 1/2
×	melkpoeder	*lait en poudre*	1 + 1/4	1 + 3/4
×	witte bloem	*farine blanche*	525 g	770 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	1 + 1/4	1 + 3/4
×	kaneel	*cannelle*	1	1 + 3/4
×	droge rozijnen	*raisins secs*	300 ml	450 ml
×	noten	*fruits de coque*	100 ml	100 ml

Bereiding · Préparation

Klop de eieren los. Doe de ingrediënten - behalve rozijnen en noten - in de bakvorm en bak het brood op het BASIC programma. Voeg de rozijnen en noten toe na de biep.

Battez les œufs. Mettez les ingrédients - sauf les raisins et fruits de coque - dans le moule et cuisez le pain avec le programme BASIC. Rajoutez les raisins secs et les fruits à coque au bip.

Weetje • Bon à savoir

Kaneel heeft niet alleen een karaktervolle smaak en heerlijke geur, maar staat ook bekend als immuunversterkend middel, met een gunstig effect op o.a. de bloedsuikerspiegel, het cholesterolniveau en de spijsvertering.

La cannelle a non seulement un goût bien affirmé et une odeur agréable, mais elle est également connue comme tonique immunitaire, avec une influence favorablement e.a. la glycémie, le taux de cholestérol et la digestion.

SPELT-KAMUT*

ÉPEAUTRE-KAMUT*

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	225 ml	350 ml
×	olijfolie	*huile d'olive*	⚥ 2	35 ml
×	zout	*sel*	🥄 1 + 1/2	14 g
×	rietsuiker	*sucre de canne*	🥄 1	12 g
×	speltbloem	*farine d'épeautre*	388 g	610 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	🥄 1	6 g
×	kamut	*kamut*	62 g	98 g

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en bak het brood op het GLUTEN-FREE* programma. Na de biep kan je eventueel nog zaden of pitten toevoegen.
***Opgelet**: enkel de modellen B3958 en B3959 zijn uitgerust met een GLUTEN-FREE programma.

Mettez les ingrédients dans le moule et cuisez le pain avec le programme GLUTEN-FREE. Après le bip sonore, vous pouvez encore rajouter des graines ou pépins.*
***Attention**: seulement les modèles B3985 et B3959 sont équipés avec un programme GLUTEN-FREE.*

WEETJE • BON À SAVOIR

Kamut heeft zijn herkomst in het Oude Egypte en betekent eigenlijk gewoonweg 'tarwe'. Toch bevat kamut veel meer eiwit dan de 'gewone' tarwe die wij hier kennen. Bovendien is kamut beter verteerbaar en wordt het daarom ook beter verdragen door mensen met spijsverteringsklachten.

Le terme « kamut » nous vient de l'Égypte antique et signifie simplement 'froment'. Le kamut contient néanmoins beaucoup plus de protéines que le froment que nous connaissons. Il est en outre plus facilement digéré et convient donc mieux aux personnes souffrant de troubles digestifs.

"Terug naar het Oude Egypte,
in een goudbruin jasje"

WALDKORN

WALDKORN

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	260 ml	415 ml
×	boter of olie	*beurre ou huile*	1 + 1/2	3
×	zout	*sel*	3/4	1 + 1/2
×	suiker	*sucre*	3/4	1 + 1/2
×	witte bloem	*farine blanche*	245 g	375 g
×	waldkornmeel	*farine de waldkorn*	245 g	375 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	1	2
×	OF verse gist	*OU levure fraîche*	12 g	18 g

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en bak het brood op het BASIC programma.

Mettez les ingrédients dans le moule et cuisez le pain avec le programme BASIC.

WEETJE • BON À SAVOIR

Waldkornbrood is meergranenbrood met een vaste samenstelling, waarvan het grootste deel in het waldkornmeel verwerkt zit. Het waldkornmeel bevat een variatie aan granen en zaden, zorgt voor een rijkere smaak en koop je handig kant-en-klaar.

Le pain waldkorn est un pain multigrain à composition fixe, dont la majeure partie est composée de farine waldkorn. La farine waldkorn contient une variété de grains et de graines et procure un goût plus riche. Vous l'achetez directement prête à l'emploi : quoi de plus pratique ?

DOMO

"C'est la Méditerranée qui s'invite dans
votre assiette"

ZUIDERSE KRUIDEN

HERBES DU SUD

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	290 ml	450 ml
×	olijfolie	*huile d'olive*	⚥ 1	1 + 3/4
×	zout	*sel*	✓ 3/4	1
×	suiker	*sucre*	✓ 3/4	1
×	witte bloem	*farine blanche*	490 g	770 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	✓ 1	1 + 3/4
×	OF verse gist	*OU levure fraîche*	11,5 g	18 g
×	melkpoeder	*poudre de lait*	⚥ 1 + 1/2	2 + 1/2
×	marjolijn	*marjolaine*	✓ 1	1 + 3/4
×	basilicum	*basilic*	✓ 1	1 + 3/4
×	oregano	*origan*	✓ 3/4	1
×	tijm	*thym*	✓ 1	1 + 3/4

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en bak het brood op het BASIC programma.

Mettez les ingrédients dans le moule et cuisez le pain avec le programme BASIC.

WEETJE • BON À SAVOIR

Deze kruiden hebben elk hun heilzame werking. Basilicum is goed voor de spijsvertering, marjolein staat bekend om haar kalmerende werking en tijm en oregano werken ontstekingsremmend.

Ces herbes ont chacune leurs effets bénéfiques. Le basilic est excellent pour la digestion, la marjolaine est connue pour ses propriétés tranquillisantes et l'origan et le thym ont une action anti-inflammatoire.

AHORN-HAVER

ÉRABLE-AVOINE

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	305 ml	478 ml
×	boter	*beurre*	40 g	63 g
×	zout	*sel*	1	10 g
×	rietsuiker	*sucre de canne*	1	8 g
×	tarwebloem	*farine de froment*	375 g	590 g
×	volkoren tarwemeel	*farine de froment complète*	75 g	120 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	1	6 g
×	havervlokken	*flocons d'avoine*	40 g	63 g
×	haverzemelen	*son d'avoine*	75 g	118 g
×	ahornsiroop	*sirop d'érable*	2	30 ml

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en bak het brood op het BASIC programma. Gebruik hoeveboter om het wat gezonder te houden.

Mettez les ingrédients dans le moule et cuisez le pain avec le programme BASIC. Utilisez du beurre de ferme ; il est meilleur pour la santé.

WEETJE • BON À SAVOIR

Haver smaakt vrij zoet. Doe hier ahornsiroop bij en je hebt een vrij zoet brood als resultaat. Haver heeft niet voor niets een goede reputatie, dankzij 9 verschillende mineralen en veel vitamine B en E. Het zou ook goed helpen als kalmerend middel en bijvoorbeeld bij depressie of slapeloosheid.

L'avoine a un goût relativement sucré. Ajoutez-y le sirop d'érable pour obtenir un pain assez sucré. L'avoine a une bonne réputation: il contient neuf minéraux différents et beaucoup de vitamines B et E. Il semble très utile comme tranquillisant et en cas de dépression ou d'insomnie.

YOGHURT-ZEMELEN

YOGHOURT-SON

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
× water	*eau*		150 ml	240 ml
× yoghurt	*yoghourt*		175 ml	275 ml
× olijfolie	*huile d'olive*	♂	1 + 1/2	25 ml
× zout	*sel*	✓	1	10 g
× rietsuiker	*sucre de canne*	♂	2	36 g
× tarwebloem	*farine de froment*		260 g	410 g
× voltarwemeel	*farine de froment complète*		200 g	315 g
× korrelgist	*levure en granulés*	✓	1	6 g
× tarwezemelen	*son de froment*		40 g	63 g

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en bak het brood op het BASIC programma. Gebruik best magere yoghurt, voor een licht en luchtig brood. Volle yoghurt zal een zwaarder brood als resultaat geven.

Mettez les ingrédients dans le moule et cuisez le pain avec le programme BASIC. Utilisez de préférence du yoghourt maigre, pour obtenir un pain léger et aéré. Le yoghourt entier rend le pain plus lourd.

WEETJE • BON À SAVOIR

Yoghurt bevat heel wat gezonde bacteriën, waardoor het - net als de tarwezemelen trouwens - een positieve invloed heeft op onze spijsvertering. Met yoghurt kan je ook vele kanten uit: mager, vol, met fruit... Probeer dus gerust wat te experimenteren.

Le yoghourt contient de nombreuses bactéries utiles et a, de ce fait, une action positive sur notre digestion - comme le son de froment. Il en existe aussi de nombreuses variétés: maigre, entier, aux fruits, ... Tentez donc quelques expériences.

"Yoghourt et pain en un:
le petit déjeuner de rêve!"

MALSE BROODJES

PETITS PAINS

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
× water	*eau*		280 ml	440 ml
× boter	*beurre*	⌀	3	5
× eieren	*oeufs*		1	2
× zout	*sel*	✓	3/4	1
× suiker	*sucre*	⌀	1 + 1/2	2 + 1/2
× witte bloem	*farine blanche*		490 g	770 g
× korrelgist	*levure en granulés*	✓	2 + 1/2	3 + 1/2
× OF verse gist	*OU levure fraîche*		15 g	25 g

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en kneed het deeg met het DOUGH programma. Neem hierna het deeg uit de machine en verdeel het in 12 bolletjes. Leg ze op een licht geoliede bakplaat en laat ze ongeveer 40 minuten rijzen op 40°C. Besmeer ze hierna met geklopt ei. Versier eventueel met maanzaad, sesamzaad, amandelschilfers, pompoenpitten... en bak de broodjes in de oven op 200°C.

Mettez les ingrédients dans le moule et pétrissez la pâte avec le programme DOUGH. Retirez ensuite la pâte et répartissez-la en 12 petites boules. Posez-les sur une plaque de cuisson légèrement huilée et laissez-les monter pendant 40 minutes à une température de 40°C. Enduisez-les ensuite d'œuf battu. Décorez de graines de pavot, de sésame, de citrouille, de copeaux d'amandes, ... et cuisez les pains dans le four à 200°C.

TIP • ASTUCE

Je kan aan het deeg nog allerlei ingrediënten toevoegen om meer variatie te creëren, bv. noten, rozijnen, gedroogde vruchten...

Vous pouvez encore rajouter différents ingrédients à la pâte pour créer plus de variation: fruits à coque, raisins secs, fruits secs,...

GLUTENVRIJ BROOD
PAIN SANS GLUTEN

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	325 ml	400 ml
×	olijfolie	*huile d'olive*	2 + 1/2	3 + 1/2
×	zout	*sel*	3/4	1
×	suiker	*sucre*	1 + 1/2	2
×	glutenvrije bloem	*farine sans gluten*	400 g	500 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	5 g	6 g
×	OF verse gist	*OU levure fraîche*	10 g	12 g

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en kneed het deeg met het GLUTEN FREE programma.

Mettez les ingrédients dans le moule et pétrissez la pâte avec le programme GLUTEN FREE.

PIZZADEEG

PÂTE À PIZZA

Ingrediënten · Ingrédients

			750 g	1100 g
×	water	*eau*	245 ml	385 ml
×	olijfolie	*huile d'olive*	2 + 1/2	3 + 1/2
×	zout	*sel*	3/4	1
×	suiker	*sucre*	1 + 1/2	2 + 1/2
×	witte bloem	*farine blanche*	490 g	770 g
×	korrelgist	*levure en granulés*	1 + 1/2	2 + 1/2
×	OF verse gist	*OU levure fraîche*	11,5 g	18 g

Bereiding · Préparation

Doe de ingrediënten in de bakvorm en kneed het deeg met het DOUGH programma. Neem het deeg uit de machine en verdeel het in 6 bolletjes. Leg 1 bolletje op een met bloem bestrooid werkvlak en rol het glad in een ronde vorm met een bebloemde deegrol. Plaats het deeg op een licht ingevette bakplaat en prik erin met een vork. Garneer en bak de pizza gedurende 15 à 20 minuten in de oven, op 200°C.

Mettez les ingrédients dans le moule et pétrissez la pâte avec le programme DOUGH. Retirez la pâte et répartissez-la en 6 petites boules. Placez 1 boule de pâte sur une surface enfarinée et aplatissez-la en une forme ronde avec un rouleau à pâtisserie enfariné. Posez la pâte sur une plaque de cuisson légèrement graissée et piquez dedans avec une fourchette. Garnissez et cuisez la pizza pendant 15 à 20 minutes dans le four à 200°C.

TIP • ASTUCE

Hou je graag deeg voor later? Wikkel de deegbolletjes in huishoudfolie en berg ze in een diepvrieszak op in de diepvries. Zo kan je het deeg nog 2-3 maanden bewaren.

Vous voulez conserver la pâte? Enveloppez les boules dans un film plastique et rangez-les dans le congélateur, dans un sac de congélation. Vous pouvez les conserver pour 2-3 mois.

"Une pizza authentique faite à partir de pâte fraiche: c'est ça, la vraie vie !"

NOTA'S • NOTES

Ontdek onze verschillende modellen broodbakmachines en ons volledige assortiment huishoudtoestellen op de DOMO-website.

www.domo-elektro.be

Découvrez nos modèles de machines à pain différents et notre assortiment complet des appareils électroménagers sur le site web DOMO.

Met dank aan · Nous remercions:

Fotografie · Photographie: Jongeneelen Photographers
Nieuwe recepten · Nouvelles recettes: Liesbeth Leysen · Geert Wynants

WWW.DOMO-ELEKTRO.BE

Compressed by
PDF24
https://ruudskookboek.nl