



NEDERLANDSE  
**Coeliakie**  
VERENIGING

## **Basis Broodrecept** **(geen broodmixen)**

### **Ingrediënten**

- 150 gram teffmeel
- 150 gram boekweitmeel
- 50 gram amandelmeel
- 50 gram rijstmeel
- 50 gram quinoameel
- 1 theelepel xanthaangom
- 1 theelepel bakpoeder
- 1 theelepel wijnsteenbakpoeder
- 1,5 eetlepel psyllium vezels
- 1 zakje gedroogde gist
- 1 theelepel zout
- 1 losgeklopt ei
- 200 ml water
- 50 gram olijfolie
- 150-175 gram amandelmelk (begin met 150gr)

### **Bereidingswijze**

1. Doe alle bloem in een keukenmachinekom of gewone grote kom, samen met het zout, xanthaangom, bakpoeder, wijnsteenbakpoeder en psylliumvezel. Meng door elkaar.
2. Los het gist op in 200ml lauwwarm water. Doe hierbij het geklutste ei, 50 gram olijfolie en 150 gram amandelmelk en voeg samen met het meel. Mix met een keukenmachine of handmixer met deeghaken een aantal minuten door. Voeg eventueel een beetje extra amandelmelk toe als het deeg te droog blijft, of juist wat bloem als het deeg te nat is.
3. Verwarm de oven voor op 200 graden.
4. Doe het broodmengsel in een cakeblik en dek af met een vochtige, schone theedoek. Laat zo'n 30-40 minuten rijzen op een warme plaats, eventueel in de oven op de laagste stand met de deur open.
5. Haal het doek van het cakeblik en bak het brood in de oven in zo'n 40-45 minuten goudbruin.

Laat daarna goed afkoelen voordat je het in stukken snijdt. Je kunt het brood een aantal weken in de vriezer bewaren.

**Eet smakelijk!**