



Dit volkorenbrood uit de Airfryer is ideaal voor een lekker ontbijt of lunch. Perfect van smaak, vol gezonde vezels en makkelijk te maken.

Ingrediënten

Voor een volkorenbrood van 600 gram

- 1 theelepel zout
- 400 gram volkoren tarwemeel
- 2 theelepels instant gist
- 2 theelepels suiker
- 2 theelepels olijfolie
- 240 milliliter handwarm water

Ook nodig

Airfryer

- de 20 centimeter vorm (die in de Airfryer past)

Bereiden

Doe de ingrediënten in een kom

Pak een kom en doe daarin eerst 1 theelepel zout. Doe daar bovenop 400 gram volkoren tarwemeel, 2 theelepels instant gist, 2 theelepels suiker en 2 theelepels olijfolie.

Water toevoegen en kneden

Meet 240 milliliter handwarm water af. Giet het water beetje bij beetje bij de droge ingrediënten, terwijl je ze met een hand mengt. Kneed het deeg dan 10 minuten. Aan het einde heb je een mooie elastische bol deeg.

Eerste keer 60 minuten rijzen

Dek de kom af met een deksel of wat huishoudfolie. Laat het deeg 60 minuten op kamertemperatuur staan.

Vorm invetten

Gebruik een kleine metalen vorm die in het mandje van je Airfryer past. Vet hem in met 1 theelepel olijfolie.

Deeg rekken en vouwen

Pak een zijkant van het deeg en rek die een stuk uit. Vouw het uitgerekte stuk terug naar het midden van de deegbol. Draai de kom een stukje en herhaal dit met een andere punt. Net zolang tot het deeg weer wat compacter is. De onderkant van de bol is het nu het mooiste glad. Leg het deeg met die mooie kant naar boven in de vorm. Duw hem in een mooie bolvorm.

Tweede keer 60 minuten rijzen

Dek de vorm af door de deegkom er ondersteboven overheen te zetten. Of dek het weer af met wat folie. Laat het deeg nog een keer 60 minuten rijzen.

Bakken in de Airfryer

Verwarm de Airfryer 3 minuten voor naar 180 graden. Zet dan de vorm in het mandje van de Airfryer. Bak het brood 25 minuten op 180 graden.

Optioneel: besproeien met water

Haal het mandje uit de Airfryer. Maak met een plantenspuit de bovenkant van het brood een beetje vochtig. Zet het mandje nog even terug in de Airfryer en laat het nog 30 seconden bakken.

Afkoelen

Laat het brood een paar minuten in de vorm afkoelen. Haal het dan uit de vorm. Leg het brood op een rooster om verder af te koelen.