

brood



WETEN

Brood bestaat al duizenden jaren. Het is één van de meest gegeten producten in de wereld. Alleen al in Nederland geven we er jaarlijks ongeveer 2 miljard euro aan uit. Elk land heeft zijn eigen brood. Zo koop je in Italië de foccacia, staat Frankrijk bekend om zijn baguettes en is roti de broodsoort die je in Thailand veel vindt. Maar hoe is brood eigenlijk ontstaan? En hoe werd het vroeger bereid?

Brood is een oeroud product, maar niemand weet precies wie het heeft ontdekt. Het begon in de oertijd toen mensen rauwe granen aten. Later bedacht men dat graankorrels ook gemalen konden worden met twee stenen in plaats van met je kiezen. Met water werd hier een papje van gemaakt, dat vervolgens in de zon of op gloeiend hete stenen werd gebakken. Zacht en luchtig brood ontstond pas in het oude Egypte. Een Egyptische slaaf had de pap van de vorige dag laten liggen. De volgende dag was de pap opgezwollen (rijzen). Hij deed de gerezen pap bij de rest van de ingrediënten en de broden werden een stuk lekkerder en smaakte veel luchtiger. De oude pap heet zuurdesem. Vanaf die dag gebruikte men telkens een stukje zuurdesem om het brood te laten rijzen.

In de middeleeuwen kwamen er pas echte bakkerijen, voor die tijd bakte iedereen zelf brood. Sommige boerderijen hadden zelfs een eigen bakhuis. Tot aan de 19^{de} eeuw was het normaal om met je eigen deeg naar de bakker te gaan. Die bakte er vervolgens brood van. Maar in 1850 waren er ook bakkers met hun eigen deeg.

DOEN

Hoeveel weet jij van brood?

1. Hoeveel boterhammen worden per persoon per week verspild?
 - a. 1
 - b. 2
 - c. 4
2. Hoe kun je brood het beste bewaren?
 - a. In de koelkast
 - b. In een afgesloten broodzak
3. Hoe heet brood dat uit Scandinavië komt?
 - a. Knackebröd
 - b. Roggebrood
 - c. Churros
4. Welke volgorde van zintuigen gebruik je om de kwaliteit van brood te beoordelen?
 - a. Proef, kijk, ruik
 - b. Kijk, proef, ruik
 - c. Kijk, ruik, proef

Wist je dat?

In Nederland verspillen we gezamenlijk 2 miljoen broden per week!

TIP!

Oud brood kun je nog heel goed gebruiken, voor tosti's en croutons!

recept



WENTELTEEFJES

Heb je oud droog brood over? Gooi het niet weg. Je kunt het namelijk prima gebruiken als ingrediënt om mee te bakken. Een echte klassieker zijn wentelteefjes. Lekker om te maken op een regenachtige dag als je die pyjama niet uit wilt trekken.

Ingrediënten:

- 8 - 12 sneden brood
- 5 eieren
- 400 ml melk
- 75 gram suiker
- ½ theelepel kaneel
- eventueel 1 eetlepel vanille extract
- boter om in te bakken

Stap 1: Verhit een grote koekenpan en doe er wat boter in.

Stap 2: Klop in een grote, ondiepe kom de eieren, de melk, de vanille, de suiker en het kaneelpoeder door elkaar.

Stap 3: Leg een aantal sneden brood in het eimengsel en dompel ze onder. Prik gaatjes in het brood. Zodra het brood verzadigd lijkt, keer je de sneden om.

Stap 4: De pan hoort nu klaar te zijn en de boter hoort te sissen.

Stap 5: Haal de sneden brood voorzichtig uit het eimengsel en leg ze in de koekenpan.

Stap 6: Bak het brood aan weerszijden bruin, herhaal het onderdompelen ondertussen met de resterende sneden brood.

Serveer de wentelteefjes (in de zomer) met aardbeien of ander vers fruit. Ook lekker is een plakje rijpe banaan met een snufje kaneel.

ANTWOORDEN

Vraag 1: Antwoord c - 4 boterhammen
Wist je dat we per persoon zo'n 4 boterhammen per week van de afvalbak kunnen redden? Dat zijn ruim 2 miljoen broden per week. Dus vries je brood in en maak van het oude brood wat lekkers. Want elke boterham is het waard om op te eten!

Vraag 2: Antwoord b - In een afgesloten broodzak
Wist je dat brood 2 tot 4 dagen goed blijft in een afgesloten broodzak in de keukenkast, voorraadkast of broodtrommel? Daarna gaat de kwaliteit achteruit en wordt het droger. Je kunt het dan vaak nog wel prima eten. In de koelkast wordt brood sneller oud.

Vraag 3: Antwoord a - Knackebröd
Dat is brood dat in dunne laagjes gebakken wordt. Omdat het zo kraakt als je erin bijt, heet het Knackebröd.

Vraag 4: Antwoord c - Kijk, ruik, proef
Kijk, ruik en proef om de kwaliteit te beoordelen. Als brood muff ruikt of beschimmeld is, dan kun je het beter niet meer eten.



Van alle recepten tegen voedselverspilling kun je ook een filmpje vinden. Scan de QR-code en ga aan de slag!

De stichting Samen Tegen Voedselverspilling wil Nederland steeds meer verspillingvrij maken. Al ons eten en drinken is met aandacht en energie verbouwd, gekweekt, verwerkt, getransporteerd, gekoeld of juist verhit, en verpakt. Door goed met ons eten om te gaan en het niet te verspillen, leveren we een grote bijdrage aan het klimaat en onze leefwereld.

Jong Leren Eten Fryslân en IVN Noord zetten zich gezamenlijk in om een week minder voedsel te verspillen. Dit doen we door lesmateriaal beschikbaar te stellen aan Friese basisscholen. Er zijn vijf lesbrieven met daarin achtergrondinformatie, een leuke opdracht en een heerlijk recept. Elke lesbrieven heeft zijn eigen thema: brood, zuivel, groenten, fruit en aardappels.

De lesbrieven zijn gemaakt in opdracht van de Gemeente Assen, het Duurzaamheidscentrum Assen en Jong Leren Eten Drenthe. De inhoud van lesbrieven is tot stand gekomen met de informatie van Samen Tegen Voedselverspilling, IVN Natuureducatie, Kromkommer, Voedingscentrum en Het Vincent van Goghhuis.

Meer informatie:

- IVN Regio Noord (Facebook)
- jonglereneten.nl