

## Starter Zuurdesembrood Maken: Zelf je eigen zuurdesemstarter opkweken

Er gaat niets boven de geur en het knisperende geluid van vers brood dat net uit de oven komt. Bij Korenmolen De Lelie delen we die liefde voor écht ambachtelijk brood. Met pure ingrediënten en traditionele methodes laten we zien hoe jij zelf aan de slag kunt.

Veel thuisbakkers starten met droge gist, maar steeds meer mensen kiezen voor zuurdesem - vanwege de diepere smaak, betere structuur en lange houdbaarheid van het brood. De basis van élk zuurdesembrood is een actieve zuurdesemstarter (ook wel desem of levain genoemd).



Zelf een zuurdesemstarter maken is eenvoudiger dan je denkt: je hebt maar twee ingrediënten nodig een beetje geduld en 5-10 minuten per dag. Na 7–14 dagen (soms wat langer) heb je je eigen levende cultuur waarmee je heerlijke broden kunt bakken.

### Belangrijk om vooraf te weten:

- Vorbereidingstijd: minimaal 7 dagen, vaak 10–14 dagen voordat hij echt krachtig is. Het feitelijke werk is slechts 5 minuten per dag.
- Temperatuur: bewaar de starter consequent tussen 20–25 °C (ideaal 22–24 °C). Schommelingen vertragen het proces flink.
- Kies één methode en wissel niet halverwege van voeding of verhouding; dat verwart de cultuur.
- Gebruik bij voorkeur biologisch volkoren roggemeel voor de start: het bevat veel meer natuurlijke micro-organismen en enzymen → fermentatie gaat sneller en betrouwbaarder.
- Na de opstartfase kun je overstappen op (biologische) tarwebloem voor een mildere smaak.

### Wat heb je nodig?

- Keukenweegschaal (nauwkeurig tot op de gram).
- Glazen pot met wijde opening (liefst 500–1000 ml, schroefdop of weckpot).
- Schone lepel of spatel.
- Elastiekje of watervaste stift (om hoogte te markeren)
- Roggemeel (100% volkoren, biologisch) + lauwwarm water (ca. 25–28 °C, geen kraanwater met chloor als je twijfelt → even laten staan of gefilterd water).

### Stap-voor-stap: je eigen zuurdesemstarter maken

#### Dag 1 – De start:

- Meng 50 gr roggemeel en 50 gr lauwwarm water tot een glad, dik beslag (pannenkoekdeeg-achtig).
- Doe in de schone pot, markeer het niveau met een elastiekje of stift.
- Dek losjes af (deksel niet vastdraaien, of doekje/erover) → er moet lucht bij kunnen.
- Zet op een warme plek (20–25 °C, geen direct zonlicht).

#### Dag 2:

- Je ziet waarschijnlijk nog weinig activiteit – dat is normaal.
- Gooi alles weg, behalve 50 g starter.  
Voeg toe: 50 g roggemeel + 50 g lauwwarm water.
- Goed roeren, terug in de pot, niveau markeren, weer op dezelfde plek zetten.



## Starter Zuurdesembrood Maken – Zelf je eigen zuurdesemstarter opkweken (vervolg)

### Dag 3 t/m 7:

- Herhaal elke dag exact hetzelfde: 50 g starter overhouden, rest weggooien (“discard”).
- 50 g roggemeel + 50 g lauwwarm water erbij.
- Roeren, afdekken, markeren.
- Rond dag 3–5 zie je vaak de eerste bubbeltjes, een zurige geur (appelig, bierachtig, soms even aceton-achtig) en rijzing (soms verdubbelt hij al even, soms zakt hij weer in). Dat is goed: het leven komt erin!

### Dag 8 en verder – wanneer is hij klaar?

Je starter is klaar om brood mee te bakken als hij aan deze kenmerken voldoet (meestal na 7–14 dagen):

- Hij verdubbelt (of meer) in volume binnen 4–8 uur na voeden
- Veel bubbels aan de zijkant en bovenkant, luchtig en soepel van structuur
- Drijftest: Neem een theelepel starter (niet roeren vlak ervoor) en laat vallen in een glas water. Blijft hij drijven? Dan is hij actief genoeg om te bakken!
- Als hij na dag 8–10 nog niet verdubbelt of niet drijft: gewoon doorgaan met dagelijks 1:1:1 voeden (50 g starter + 50 g meel + 50 g water). Soms heeft hij 2–3 weken nodig, vooral als het kouder is in huis.

### Extra tips voor succes:

- Gooi de discard (niet gebruikte deel van de starter) niet altijd weg: maak er crackers, pannenkoeken of “discard-wafels” van.
- Ruikt hij ineens heel vies (rotte appels, nagellakremover-extreem, of er zit schimmel op)? Begin dan opnieuw – dat is zeldzaam als je hygiënisch werkt.
- Zodra hij actief is: je kunt overstappen naar 100% tarwebloem (of mix) als je een milder zuurdesembrood wilt.
- Onderhoud: Voed dagelijks als je vaak bakt. In de koelkast? 1× per week voeden volstaat.

### Wil je meteen aan de slag met bakken?

Bekijk ons favoriete basisrecept voor zuurdesembrood of kies een super beginner-vriendelijk recept op de site.

Opmerking: ons basisrecept voor zuurdesembrood begint met het activeren van de starter nadat deze in de koelkast is bewaard. Is de starter al actief dan kan je de eerste stap overslaan.

Veel bakplezier! 🍞 🥖

Heb je vragen tijdens het proces? Laat het ons weten.

Korenmolen De Lelie