

## Recipe to rule the world



### Vegan vijgen-walnoten-chocoladebrood voor SuperPowers

#### 01. Ingrediënten

- 330 gr half speltbloem/half speltmeel
- 6 gr zuurdesem\*poeder\*
- 6 gr baksoda\*\*
- 400 ml kokosmelk
- 10 ml koolzaadolie
- 50 gr walnoten
- 50 gr chocolade (drops)
- 100 gr gedroogde minivijgen



\* In de niet-veganvariant kun je het zuurdesem vervangen door een ei. Dit heeft gevolgen voor stap 03, stap 04 en stap 07.

\*\* Baksoda is niet hetzelfde als bakpoeder. Baksoda is puur natriumbicarbonaat en heeft iets zuurs nodig om zijn rijzende werk te kunnen doen (in dit recept is dat de chocolade). Bakpoeder is baksoda met daaraan al iets zuurs toegevoegd.

#### 02. Mengklaar maken

Draai de dop van de fles olie.  
Open het blikje kokosmelk.  
Breek de walnoten in stukjes.  
Verwijder de steeltjes van de minivijgen en snij deze in stukjes.



#### 03. Eerst de vloeistoffen

Roer met een garde de kokosmelk en de koolzaadolie goed dooreen.

\* Als je een ei gebruikt, dan dit in deze stap toevoegen.



#### 04. Dan de poedervormige bestanddelen

Roer met een garde (een luie F mag hier overstappen op een mixer) het bloem/





meelmengsel en het zuurdesem en het baksoda door het vloeistofmengsel.

\* Als je een ei hebt gebruikt, dan de zuurdesem weglaten.

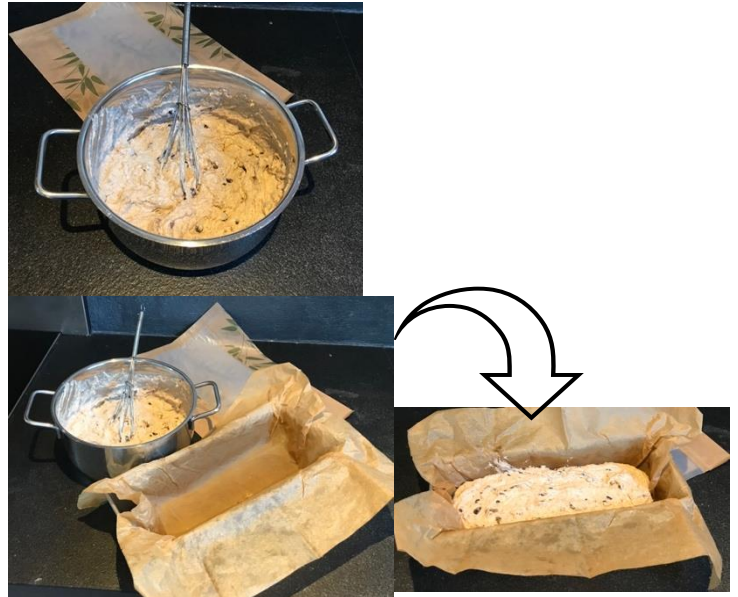
#### 05. Tenslotte de vulling

Roer met een garde de vijgen, de walnoten en de chocolade door het kale deegmengsel.

#### 06. Bakgereed maken

Neem een cakebakblik en bekleed deze met volkeren bakpapier.

Schep het gevulde deegmengsel in de bakvorm.



#### 07. Bakken - deel 1

Plaats het bakblik iets onder het midden in de oven. Stel de temperatuur in op 42 °C en de tijd op 30 minuten.

\* Deze stap is nodig om het zuurdesem wakker te kussen. Als je een ei hebt gebruikt, dan kun je deze stap vervangen door voorverwarmen op 180 °C.



#### 07. Bakken - deel 2

Stel de temperatuur in op 180 °C en de tijd op 1 uur en 05 minuten.

Resultaat: zie beginfoto's.

