

Vouwtechniek voor deeg – Algemene instructie

Benodigdheden

Gekneed deeg (elke soort gistdeeg)

Licht bebloemd werkblad of bakpapier

Eventueel een deegschrapper

Stap 1: Voorbereiding

1. Leg het deeg op een licht bebloemd werkblad of bakpapier.
2. Strooi eventueel wat bloem over het deeg zodat het niet plakt.

Stap 2: Eerste vouw

1. Druk het deeg voorzichtig iets plat met je handpalm tot een rechthoek of vierkant (niet te dun, het deeg moet luchtig blijven).
2. Vouw één kant van het deeg naar het midden.
3. Vouw de andere kant eroverheen, zodat het deeg als een brief in drieën ligt.

Stap 3: Draai en tweede vouw

1. Draai het deeg een kwartslag (90°).
2. Herhaal het vouwproces: zijkant naar midden, andere kant eroverheen.
3. Vorm het deeg terug tot een bol door de zijkanten zachtjes naar onder te vouwen.

Stap 4: Rusten

1. Leg het deeg in een licht ingevette kom of laat het op het bakpapier rusten.
2. Dek het af met een doek of plastic folie.
3. Laat het deeg 30 minuten tot 1 uur rusten (afhankelijk van het recept en de rijstijd).

Stap 5: Eventueel herhalen

Voor luchtiger en steviger deeg kun je stap 2–4 nog een keer herhalen na de eerste rustperiode.

Stap 6: Portioneren en vormen

1. Verdeel het deeg in de gewenste porties (bijvoorbeeld bolletjes, stokbroden of ciabatta).
2. Laat de porties 30–60 minuten rusten voordat je ze verder verwerkt of bakt.

 **Tips**

Werk zacht en voorzichtig, zodat je de lucht niet uit het deeg drukt.

Licht bebloemen helpt plakken voorkomen, maar te veel bloem kan de korst droog maken.

De vouwtechniek is vooral handig bij deeg met lange rijstijd of koude fermentatie, maar kan bij bijna elk gistdeeg worden toegepast.