

## De Voorraadkast: Rijsmiddelen

Een andere aanpak van eten en koken, vraagt ook om een andere vulling van je kasten. Daar gaan we in stapjes naar kijken. We gaan vandaag eens kijken naar Rijsmiddelen.

### Rijsmiddelen

Als je gaat bakken, heb je geen zin om op een stuk karton te kauwen, maar wil je een baksel dat luchtig is. Het is dus de kunst om er een middelje aan toe te voegen dat luchtbelletjes in je deeg geeft. De meest gebruikte op een rijtje:

**Gist** \*: een eencellig levend organisme, het valt onder een schimmel. De schimmel zet suiker om in o.a. koolzuurgas en dat geeft de luchtige structuur aan je baksels. Als gist in aanraking komt met zout want dan gaat het dood en werkt je gist niet meer. (je hebt verse gist en gist in een gedroogde vorm)

\*niet te verwarren met edelgist. Dat is een gist die ooit actief was en gebruikt kon worden in baksels, maar nu is het een inactieve gist, dwz gekweekt, geoogst, gewassen en uiteindelijk gedroogd om het te 'deactiveren'. Edelgist is dus een gedroogde inactieve gist. Het wordt dan ook niet gebruikt als rijsmiddel maar als voedingsstof omdat het waardevolle vitaminen bevat.

### Zuurdesem.

Is een zuur mengsel van meel met water, wat een zuur geworden deeg geeft. Dat mengsel van bloem en water gaat in een warme omgeving spontaan fermenteren. Dit gebeurt doordat de melkzuurbacteriën in de bloem zich gaan vermeerderen. Vandaar dus dat desem ook een merkbaar zurige smaak heeft.

### ***Baking soda, is ook wel natriumbicarbonaat of zuiveringszout genoemd.***

Wanneer baking soda in aanraking komt met zuren, zoals karnemelk, azijn, citroensap, cacao of yoghurt, ontstaan er kleine gasbelletjes die je baksel luchtig maken. Baking Soda begint meteen te werken als het in aanraking komt met zuur, dus als je dit gebruikt moet je het pas op laatst toevoegen, zodat de lucht gevangen kan worden als het baksel in de oven staat.

**Bakpoeder** is een samengesteld mengsel waar Baking soda in zit en een zuur (wijnsteenzuur/citroenzuur) en een stabilisator (zetmeel zoals maizena). Het heeft een minder sterke werking dan baking soda maar door deze samenstelling hoeft er geen zuur ingrediënt in je deeg of beslag te zitten. Het bakpoeder dat in Nederland in de winkel te koop is, wordt zogenaamd dubbelwerkend poeder genoemd, dit wil zeggen dat het 2 rijzingen heeft, één meteen en de tweede pas tijdens het bakken. Daardoor is het minder belangrijk dat je het direct in de oven zet.

**Wijnsteenbakpoeder** is samengesteld uit natriumbicarbonaat (baking soda) en wijnsteen. In die wijnsteen zit wijnsteenzuur waar de bakpoeder mee kan reageren. Daardoor hoef je geen zuur in je deeg te hebben om mee te reageren. Eén theelepel wijnsteenbakpoeder vervang je door 1/3 theelepel baking soda

Regelmatig krijg ik vragen of een bepaald rijsmiddel te vervangen is voor een ander, maar dat is lastig. Het hangt er helemaal vanaf waar je deeg uit bestaat. Het is handiger om ervoor te zorgen dat je zowel baking soda/zuiveringszout als de gewone bakpoeder in huis hebt.