



ZUURDESEM STARTER

RECEPT

- Water (36°C) 1,5 l
- Zemelen, je kunt ook rozijnen gebruiken 125 g

Laat 30' weken en filter vervolgens met:

- Vocht (gefilterd) 600 g
- MBZ-bloem of MBD (niet-gecorrigeerde bloem) 1000 g
- Zout 17 g

Laat 24 u. rijzen op kamertemperatuur.

De volgende dag opnieuw versen met:

- Desem 1 kg
- MBZ-bloem of MBD 1 kg
- Zout 17 g
- Water (pas de opgegeven absorptie toe) 580 g

Bewaar de desem in de ijskast (4°C) in een emmer met deksel.

Ververs de desem minstens eenmaal per week om hem in leven te houden.