



Bakekurs

Tid: Lørdag 13. oktober 2018. Kl. 10.00 – ????
Deigene bestemmer varigheten på kurset - sett av hele dagen!
Sted: Steinkjerområdet

Surdeigsbaking med lokalt mel og gamle kornsorter

Tema

På kurset fordyper vi oss i:

- Hva ER surdeig?
- Hvorfor er surdeig et viktig verktøy for lokalt mel av gamle kornsorter?
- Hvorfor bake med surdeig?
- Hva skjer i en surdeig?
- Framstilling av surdeig
- Praktisk bruk av surdeig
- Lagring av surdeig
- Ulike fordeiger /bakemetoder

Vi repeterer fra grunnkurset «Framtidens brød av fortidens korn»; forskjellen på gamle og moderne kornsorter, og hvilke hensyn vi må ta når vi baker med lokalt mel og gamle sorter.



Kursinnhold

Instruktøren, Cecilie Røli bor på gården Rølia, i Henning, i Steinkjer. Hun er økobonde og dyrker gamle kornsorter.

Cecilie har fordypet seg i sortenes bakekvaliteter og deres helsegevinster, og legger vekt på surdeigsbaking som et viktig verktøy for sunn og vellykket bakst.

Det bakes sunt, surt og søtt, - og du vil kunne bruke surdeigen på en helt ny måte etter endt kurs. Baksten deles mellom deltakerne.

Vi bruker lokalt mel av gamle kornsorter og bygger videre på grunnkurset «Framtidens brød med fortidens korn». Det er en fordel om du har gått grunnkurset eller bakt en god del med surdeig fra før, men det er ikke et absolutt krav.

Det er tilbud om deltakelse i bakenettverk etter endt kurs.

For første gang kjører vi kurset på en dag. Vi kan ikke fastsette slutt-tidspunkt da dette avhenger av deigenes tempo. Regn med min. 8-10 timer.

Deltakeravgift: 1500,-

Påmelding: www.gullimunn.no kurs og arrangement

Kurs og arrangement!

Ønsker du mer informasjon? Kontakt:

Cecilie: cecilie@gullimunn.no / 92016186