Speltbrood met knoflookpoeder en kruidenzout...via Anneke Bleeker

Benodigdheden:  
325 gram speltmeel  
karnemelk  
1 theelepel natriumbicarbonaat  
citroensap  
1 ei  
kruidenzout  
eetlepel knoflookpoeder (verse knoflook kan natuurlijk ook)

Werkwijze:  
Meng met een pollepel in een kom het speltmeel met de natriumbicarbonaat, het citroensap (flinke scheut), het kruidenzout, de knoflookpoeder en het ei.  
Vervolgens voeg je karnemelk toe tot je een mooi glad egaal mengsel hebt. Doe dit in porties zodat je niet te veel bijvoegt. Eerder vermeldden we in andere recepten 250 ml karnemelk, maar in de praktijk is het maar net hoe het 'voegt', mijn ervaring is dat dit regelmatig iets meer is.  
Het mengsel moet wel stevig zijn uiteraard maar gemakkelijk te mengen.  
In plaats van karnemelk kun je ook water nemen.   
Citroen of appelazijn zorgen voor het rijzen van het natriumbicarbonaat. Karnemelk heeft deze functie ook dus citroensap was in dit geval een extra toevoeging.  
Wij bakten het brood in de slow cooker en vanaf het moment dat het beslag in de pan ging, ging de knop om op stand 2 dus moest de pan nog beginnen met opwarmen.  
Drie uur later ongeveer was het brood klaar, het liet mooi los van de kant en kwam gemakkelijk los.  
Met een scherp dun mes prikken wij in het brood om te kijken of er geen beslag meer blijft kleven. Als dat wel zo is nog iets langer laten garen.  
De pan vetten we in met roomboter en bestrooien deze met een beetje speltmeel voor het beslag erin gaat.

Wie dit brood in de oven wil bakken: glazen cakevormen zijn ideaal, zo bakten wij namelijk onze broodjes voor we een slow cooker in huis kregen.  
In de oven op 170 graden drie kwartier tot een uur laten garen. Iedere oven reageert weer anders en het kan zijn dat je op het laatst nog wat bovenwarmte moet toedienen, maar ook dat is een kwestie van zelf bepalen en je eigen oven kennen.

De vraag of deze wijze niet veel energie kost kunnen we met 'nee' beantwoorden, de slow cooker neemt niet veel en gaart de gerechten langzaam, wat in de smaak tot uiting komt.  
Eerlijk gezegd heb ik nog nooit met zoveel plezier brood en cake gebakken als vanaf het moment dat ik ging experimenteren met de slow cooker.

Het kruidenzout dat wij in dit brood gebruikten is een pittig zoutmengsel uit Georgië. Dit is niet in Nederland te koop maar je kunt een eigen mengsel van kruiden met zout maken of een standaard versie uit de natuurwinkel nemen.  
De hoeveelheid bepaal je zelf, over smaak valt niet te twisten.  
Van het pittige kruidenzout gingen twee theelepels in dit brood.