



Bakekurs i Trondheim uke 46 - 2016: «Framtidas brød med fortidas korn»

Fakta

Gamle kornsorter er hvete-, rug-, bygg- og havresorter som ikke har vært utsatt for moderne foredling. Moderne kornsorter er utviklet for å tåle maskinell behandling, både på jordene og i bakeindustrien. De skal gi større avlinger og bedre bakekvalitet. Måleparameterne har derfor vært volum, proteininnhold og glutenstruktur med spesiell fokus på å oppnå optimalt bakeresultat.

Andre måleparameter som f.eks. næringsinnhold og smak, har stått svært lite i fokus. Glutenstrukturen som er endret for å gi et bedre bakeresultat har gitt stadig flere mennesker problemer med fordøyelsen og stadig flere utvikler gluten-intoleranse eller allergier.

Moderne økologiske bønder har sett potensialet i de gamle sortene fordi de egner seg spesielt godt til økologisk dyrking. De er mindre næringskrevende og mer motstandsdyktige mot sykdom.



Del 1: Teori mandag 14. november kl. 18.00 – 21.30

Del 2: Praktisk bakedag

- velg enten tirsdag 15. eller onsdag 16. november

- begge kvelder kl. 17.00 – ca. 22.00

Pris: kr. 2.200,- (kun teori: kr. 500,-)

Sted: Kattem Skole, Uståsen 6, 7082 Kattem

Påmelding: torunn@gullimunn.no

Kursinnhold

Instruktørene Torunn Hernes Bjerkem og Cecilie Røli er to gode naboer på gårdene Bjerkem og Rølia i Henning i Steinkjer. De er begge økobønder og dyrker gamle kornsorter. De har fordypet seg i sortenes bakekvaliteter og deres helsegevinster.

Kurset går over to dager og gir deg teoretisk og praktisk kunnskap om baking med lokalt mel og eldre kornsorter som spelt, landhvete, emmer og svedjerug. Det blir bakst både med surdeig og økologisk gjær. Du får med deg både gode oppskrifter og fersk bakst fra kurset. Det er tilbud om deltakelse i bakenettverk etter endt kurs.

Kurset er delt i to. Teoridelen gir deg grunnlag for å kunne forstå forskjellene mellom gamle og moderne sorter, og variasjonene man må forholde seg til når en baker med lokalt mel. Praktisk bakedag gir deg egne erfaringer under veiledning og erfaringer med forskjellige baketeknikker tilpasset de ulike sortene.

Velkommen til kurs!

Ønsker du mer informasjon? Kontakt

Cecilie: cecilie@gullimunn.no / 92016186

Torunn: torunn@gullimunn.no / 97562667