|  |
| --- |
| Praktijkopdracht: StroopkoekAppelstroop 50 min + wachttijd 50 min Vragen 15 min Koek 60 min |

**** **Inleiding:**

Stroopkoek komt in vele streken voor. Bijvoorbeeld Goudse stroopwafels die van gistdeeg in een wafelijzer gemaakt worden.

De koek in dit recept is een Oud Hollands recept en wordt van wrijfdeeg gemaakt: de suiker en boter worden door het meel heen “gewreven”. En in de oven gebakken.

Stroop wordt gemaakt uit appelsap. Hiervoor kun je appels gebruiken die er niet zo mooi uitzien.

Sap winnen uit vruchten kan op drie manieren:



1. door persen met behulp van een pers
2. door centrifugeren en raspen met behulp van   
   een sapcentrifuge
3. door stoomextractie met behulp van een stoomextractor

Door het sap te laten koken, verdampt het vocht. Hierdoor wordt het sap een stroop. Appelstroop uit de winkel heeft ongeveer een suikergehalte van 70 %.

**Werkwijze: Appelstroop**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ingrediënten:**   * 200 g appels = 2 appels * 30 g bruine basterd suiker * ½ thl kaneel * 10 g boter   **Materialen:**   * snijplankje + keukenmesje * maatbeker van 500 ml * middelgrote pan + plastic lepel * weegschaal | **Voor de docent:**   * 1 fles appelsap om aan te vullen * stoomextractor * maatbeker van 1000 ml |

 **Uitvoering:**

1. Schil de appels niet, haal alleen als het nodig is de slechte plekken weg. Snijdt   
    de appels in vier stukken. Haal de klokhuizen eruit en de kroontjes eraf.
2. Alle groepen doen hun appels in de stoomextractor en je docent haalt met de  
    stoomextractor het sap uit de appelparten. Het sap wordt opgevangen in een  
    maatbeker en daarna verdeeld over de groepen.
3. Onderzoek de pulp die is achtergebleven in de vruchtenzeef van de   
    stoomextractor: wat is de smaak, welke voedingsstoffen zijn er nog   
    achtergebleven?
4. Meet met een maatbeker het volume van het sap dat je gekregen hebt en vul   
    aan tot 100 ml.
5. Doe het sap en de bruine basterdsuiker in de middelgrote pan.
6. Je gaat het sap nu indikken. Breng het sap al roerend aan de kook. Zet het vuur   
    zo laag dat het nog **net** blijft koken. Stop direct als het begint te bruisen.

*Door het koken verdwijnt er water uit het sap en wordt het steeds dikker. De andere stoffen zoals suiker kunnen niet verdampen en blijven achter. Je krijgt dan op het eind een dikke stroop. Maar dat duurt even!*

1. Om te controleren of de stroop goed is kun je ook een druppel stroop in een   
    glas met koud water laten vallen. Blijft de druppel bij elkaar dan is de stroop   
    goed.

12 Laat de stroop iets afkoelen. Meng de boter en de kaneel door de stroop.

**Vragen en opdrachten**

1. Hoe moeten de stroopkoeken duurzaam worden verpakt:  
     
   a. Als ze die zelfde dag nog worden gegeten? .……….………………………….  
     
   b. Als ze langer houdbaar moeten blijven? ……………………………………  
     
   c. Wat maakt de verpakkingen duurzaam? Denk in het antwoord aan: grondstof winning, productieproces, afval.  
     
   ……………………………………………………………………………………………….  
     
   ……………………………………………………………………………………………….  
     
   ……………………………………………………………………………………………….
2. Waarom gebruik je appels die niet zo gaaf zijn voor het maken van appelsap?  
     
   ………………………………………………………………………………………….
3. Op welke drie manieren kun je uit vruchten, sap winnen?  
     
   ………………………………………………………………………………………….  
     
   ………………………………………………………………………………………….
4. Leg uit hoe een stoomextractor werkt.  
     
   ………………………………………………………………………………………….  
     
   ………………………………………………………………………………………….
5. Waaruit bestaat de pulp die in de zeef van de stoomextractor achterblijft?  
     
   ………………………………………………………………………………………….
6. Waarom dampen we sap in?  
     
   ………………………………………………………………………………………….

**sommen**

1. Je begint met 300g appels. Nadat de lelijke plekken en het klokhuis is verwijderd (snijverlies), houd je nog 250 g over. Wat is het snijverlies in procenten?Gebruik de verhoudingstabel. En rond af op hele cijfers

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **%** |  |  | **?** |
| **g** |  |  |  |

1. Uit 1 kilo appels krijg je 450 ml appelsap. De docent heeft bekertjes van 1 dl. Hoeveel bekertjes kunnen er helemaal gevuld worden?

|  |
| --- |
|  |

**Werkwijze: (stroop) Koek**

|  |  |
| --- | --- |
| **Ingrediënten:**   * 60 g boter * 60 g witte basterdsuiker * 1 snufje zout * 2 eetlepels losgeklopt ei (delen met andere keukens) * 115 g bloem * 3 g bakpoeder * Potje bloem * Zelfgemaakte stroop | **Materialen:**   * 1 weegschaal gewichten onder 10 g * beslagkom * 2 messen (waar je beleg mee smeert) * Pollepel * deegroller * Rond uitsteekvormpje van ca. 8 cm * bakmat * Pannenkoekmes * ovenwanten |

 **Uitvoering:**

1. Snijd de suiker + boter met 2 messen in de beslagkom tot kleine klontjes.
2. Roer het meel en bakpoeder erdoor.
3. Roer het ei en zout erdoor en kneed het deeg daarna kort.
4. Laat het deeg even rusten en afkoelen in de koelkast.
5. Verwarm de oven voor op 170 oC.
6. Rol het deeg uit op een (weinig) met bloem bestoven werkblad, tot een lap van   
    2 mm dikte.
7. Leg de bakmat op het rek, en het bakpapier op de bakplaat.
8. Steek een even aantal rondjes eruit en leg ze in verband op beide platen. Benut   
    al het deeg.
9. Bak de koeken op de eerste plaat in 10 min goudgeel.
10. Laat de koeken iets afkoelen en maak ze met het pannenkoekmes voorzichtig   
     los.
11. Draai 1 koek om en bestrijk deze met stroop en leg de andere helft erop. Doe   
     dit met alle koeken.