

Platte broden bakken

Ontdek-activiteit: Broden bakken zoals de vrouw uit Sarefat. [TIENERPROOF]



Voor wie

Alle leeftijden, 4-8 jaar, 9-12 jaar, 13-16 jaar, 16+

Duur

40+ minuten

Bijbeltekst:

Toen zei Elia tegen haar: 'Maakt u zich geen zorgen. Ga naar huis en doe wat u van plan was. Maar bak eerst wat brood voor mij en breng me dat. Dan kunt u daarna iets klaarmaken voor uzelf en uw zoon. Want er zal steeds genoeg meel en olie zijn, ook al valt er nog geen regen op het land. Dat heeft de Heer, de God van Israël, beloofd.

De vrouw ging naar huis en deed wat Elia gezegd had. Zijzelf, de mensen in haar huis en Elia hadden elke dag genoeg te eten. De pot met meel raakte niet leeg, en er zat altijd olie in de kruik. Zo had de Heer het beloofd en zo had Elia het gezegd."

1 Koningen 17:13-16

Nodig:

- Bakplaat (elektrisch) of het gasfornuis in de keuken
- Koekenpannen
- Volkorenmeel
- Yoghurt
- Bakpoeder
- Zout
- Beslagkommen/schalen

- Keukenpapier
- Deegrollers
- Printjes van het recept
- Eventueel olie voor een demonstratie bij het verhaal, of zodat het brood niet blijft plakken bij het uitrollen
- Eventueel schorten

Toelichting

In het bijbelverhaal gaat de weduwe brood bakken voor Elia. In het Midden-Oosten eten ze veel platte broden. Je vindt ze ook in de Turkse supermarkt.

De weduwe had maar een klein beetje meel en olie. Ze kon daar nog een paar broden van maken, dan zou het op zijn. Maar toen ze begon met bakken voor Elia, raakte het meel en de olie niet op.

Uitleg activiteit

Vertel dat het bijbelverhaal gaat over een vrouw die nog een mini-laagje olie had en klein beetje meel (laat dat zien). Maar ze begint hier gewoon maar een brood mee te bakken. (Meng het meel en de olie.) Ze denkt dat ze niet genoeg heeft, maar dan zit er opeens nieuwe meel in haar bak. (Vul een mengkom met nieuwe volkorenmeel.)

Ga aan de slag om samen de broden te bakken.

Recept voor 4 platte broden:

- 200 gr volkorenmeel
- 150 gr yoghurt
- 1 tl bakpoeder
- 3 gr zout

Zo maak je het

Laat iedereen z'n handen wassen en eventueel een schort voordoen.

Doe alle ingrediënten in de kom en kneed er een soepel deeg van. Het deeg is klaar als het elastisch en licht plakkerig aanvoelt.

Laat het deeg (indien mogelijk) 15 minuten rusten in vershoudfolie.

Verdeel het deeg in vier bolletjes.

Rol een bolletje zo dun mogelijk uit op bakpapier, eventueel met wat olie of meel eronder, zodat je een platte plak krijgt. Maak er een mooi plat brood van, de vorm maakt niet uit. Als je bezig bent met het uitrollen van een bolletje, leg dan de andere bolletjes onder vershoudfolie, zodat ze niet uitdrogen.

Verhit een koekenpan op een hoog vuur.

Bak de platte broden goudbruin, 2 minuten per kant.

De broden kunnen bij de maaltijden opgegeten worden.

Lekker met dips, zoals tzatziki of hummus.

Bron: uitpaulineskeuken.nl

Tips

- Je kunt door het kookteam of bij een andere ontdek-activiteit zelf hummus of tzatziki laten maken.
- Je kunt een groepje tieners de activiteit laten voorbereiden. Zij maken bijvoorbeeld van tevoren het deeg en verdelen deze over kommen. (In iedere kom het aantal deeg voor 4 of 2 broden.) Deelnemers kunnen zo'n bal deeg nemen en hier platte broden van maken.

Voorbeeld gespreksvragen

- In het verhaal doet God een wonder. Wat is een 'wonder'? Welk wonder doet Hij in dit verhaal?

- Eet jij graag brood? Hoeveel? Hoe zou het zijn als je op een dag opstaat en je weet van tevoren niet of er wel genoeg brood of eten is voor die dag?

