

Starter maken stappenplan | dag voor dag

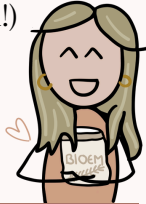


Doel:

Je baby starter laten uitgroeien tot een volwassen starter die (minstens) verdubbelt na een voeding.

Wat heb je nodig?

- Weegschaal
- Schone pot (met deksel)
- Lepel of vork
- Meel of bloem (check de houdbaarheid!)
- (Lauw)warm water
- Elastiekje of stift



Hoe lang duurt het?

Dat verschilt! Afhankelijk van het type bloem/meel en de temperatuur kan het tot wel 21 dagen duren voordat je starter actief genoeg is om lekker mee te bakken. *Heb geduld – echt waar, dit is het waard.*

Naam starter:

Een van de leukste onderdelen van het maken van je eigen starter. "Geef je starter een naam!" en deel dit op de socials! Tag @zuurdesemrecepten.nl.



Dag 1	Datum: __/__/__
Instructies	
1. Doe 50gr bloem/meel en 50gr lauwwarm water in een schone pot (<i>een andere hoeveelheid mag ook, zolang het maar gelijke delen zijn</i>).	
2. Roer goed door.	
3. Zet een streepje of doe elastiekje op het niveau van je gevoede starter.	
4. Zet de pot op een warme plek in je keuken, op kamertemperatuur (<i>niet op de verwarming of in de zon</i>).	
5. Draai de deksel er losjes erop – <i>niet dichtdraaien!</i>	

Dag 2	Datum: __/__/__
Instructies	
1. Neem een schone pot. Voeg toe: <ul style="list-style-type: none">– 50 gr starter (eerst even doorroeren)– 50 gr bloem/meel– 50 gr lauwwarm water	
2. Roeren maar!	
3. Zet weer een streepje of doe een elastiekje op het niveau van je gevoede starter.	
4. Zet de pot terug op z'n plek en leg de deksel er los erop.	

Dag 3	Datum: __/__/__
Instructies	
1. Zag je al wat groei? Ja/Nee	
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid? _____	
3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.	
4. Tijdstip van voeden: __: __ uur	

Dag 4	Datum: __/__/__
Instructies	
1. Zag je al wat groei? Ja/Nee	
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid? _____	
3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.	
4. Tijdstip van voeden: __: __ uur	

Bonustips

- Temperatuurtip:** Je starter houdt van een kamertemperatuur tussen de 21–24°C.
- Gooi ik een deel van mijn starter weg per voeding?:** Ja, dat klopt. Je noemt dit 'starterrestant/discard'. Je kunt dit verzamelen en in een pot in de koelkast bewaren om lekkere baksels mee te maken, zoals pannenkoeken met starterrestant.
- Wat als er niets/weinig gebeurt:** Geen paniek! Blijf dagelijks voeden. Zie je wél wat activiteit, maar nog geen verdubbeling na 7 dagen? Ga dan over op ratio 1:2:2 (voorbeeld: 25 gr starter + 50 gr bloem/meel + 50 gr water).
- Hoe zit het met de hoeveelheden:** In deze uitleg ga ik uit van 50 gr bloem/meel en 50 gr water, maar andere hoeveelheden mogen ook. Denk aan 30 gr bloem/meel en 30 gr water of 100 gr bloem/meel en 100 gr water. Zolang het maar gelijke delen zijn. Door de hoeveelheden lager te houden, verbruik je minder middelen. Het kan namelijk even duren voordat je starter sterk genoeg is. Zo voorkom je verspilling.
- Help, mijn starter stinkt:** Geen paniek, dit is heel normaal. Gewoon blijven voeden.
- Er zit water bovenop mijn starter:** Dat heet "hooch". Het is een teken dat je starter honger heeft. Je kunt dit gewoon door je starter roeren en je starter daarna voeden.





Soms heeft je nieuwe starter gewoon wat meer tijd nodig!

Wist je dat het soms wel een maand kan duren voordat je starter mooi verdubbelt? Daarom heb ik op deze pagina extra dagen toegevoegd, zodat je jouw starter goed kunt blijven volgen en geen voeding vergeet.

Dag 5 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 6 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 7 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 8 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 9 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 10 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 11 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 12 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 13 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 14 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 15 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 16 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 17 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 18 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 19 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 20 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

Dag 21 Datum: __/__/__

Instructies

1. Zag je al wat groei? Ja/Nee
2. Zo ja, hoeveel was je starter gegroeid?

3. Herhaal de instructies zoals omschreven bij dag 2.
4. Tijdstip van voeden: __:__ uur

