

KWATTAKLAS EEN BOLLETJE TROOST

*Ik wilde iets
nieuws proberen.
En het heeft een
mooie naam.*



Kwatta

EEN BOLLETJE TROOST

KWATTAKLAS

*Ik ben
Hajah.*



UITLEG

HAJAH HET VRIENDSCHAPSBOLLETJE

Dit is Hajah. Tenminste, dit zijn alle ingrediënten voor Hajah. Hajah wordt een gistdeeg waar je anderhalve week met de klas voor mag zorgen. Als je goed voor Hajah hebt gezorgd, kan zij na 10 dagen een vriendschapsbrood worden.

Op dag 9 mag je Hajah in verschillende bolletjes verdelen: Eén deel gebruik je om iets lekkers van te maken. Eén deel geef je aan een goede vriend of vriendin. Eén deel wordt je nieuwe Hajah.

Je kunt Hajah zelf maken met dit instructieblad. Als je het deeg door wilt geven aan iemand anders, doe er dan deze instructies bij.

DAG 1:

Vandaag doe je alle ingrediënten van Hajah bij elkaar in een grote glazen, aardewerken of plastic kom (geen metaal!).

- 250 ml water
- 100 gram suiker
- 250 gram bloem (of volkorenmeel)
- 1 zakje gist van 7 gram

Dek de kom af met een theedoek (niet met een deksel! Hajah moet blijven ademen!) en laat haar rusten op kamertemperatuur tot de volgende dag.

Vraag: Wanneer vindt jij iemand een goede vriend?

DAG 2:

Roer Hajah een paar keer goed door met Kwatta's houten lepeltje. Hajah houdt niet van metaal. Het kan zijn dat ze gaat bubbelen. Dat is juist goed!

DAG 3:

Roer Hajah een paar keer per dag goed door met Kwatta's houten lepeltje.
Dat vindt zij fijn.

Vraag: Wat weet jouw vriend of vriendin van jou wat niemand anders weet?
En wat weet jij van hem of haar?

DAG 4:

Vandaag heeft Hajah honger gekregen.

Geef haar het volgende te eten:

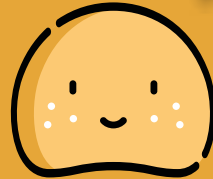
- 200 ml water
- 200 gram bloem
- 250 gram suiker

DAG 5 T/M 8:

Roer Hajah twee á drie keer per dag goed door.

Vraag: Kun je iemand ook missen als je diegene vaak ziet? >>

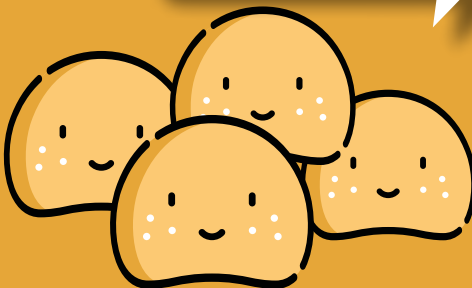
**Mag ik hier
nog even
wachten?**



LET OP!

- Hajah groeit alleen op kamertemperatuur, dus zet haar niet in de koelkast.
- Hajah mag niet worden omgeroerd of bewaard worden in metaal! Daar kan Hajah niet zo goed tegen.
- Dek haar tijdens het groeien af met een doek en niet met een deksel. Zonder zuurstof gaat de gist alcohol maken en dat is niet de bedoeling!
- Als je Hajah wat langer wilt bewaren kan je haar gewoon in de vriezer doen.

**Kijk! Allemaal
nieuwe vrienden!**



DAG 9:

Hajah heeft weer enorme honger! Geef haar hetzelfde eten als wat je haar op dag 4 hebt gegeven. Verdeel haar daarna in 4 porties en geef er 2 of 3 aan vrienden, met een kopietje van deze brief (of download de instructies eenvoudig via de Kwatta-website). Met het 4e portie bak je morgen een Kwatta Vriendschapsbrood. Als je wilt kan je zelf ook nog een portie van het deeg houden, daarmee start je dan weer bij Dag 1.

DAG 10:

Hajah heeft reuze honger! Je kunt kiezen tussen voor een gewone maaltijd met bloem en suiker, óf voor een gezondere versie met volkorenmeel, bananen en wat minder olie. Als je wilt kun je ook nog appel, rozijn of chocola toevoegen.

- 180 gram bloem (of volkorenmeel)
- 200 gram suiker (of twee grote rijpe bananen, fijngeprakt)
- 120 ml olie (of 60 ml, als je bananen gebruikt)
- 120 ml water of plantaardige melk (zoals sojamelk of amandelmelk)
- 2 theelepels bakpoeder
- 2 theelepels kaneel
- 1 mespunt zout
- 1 appel, geschild en in stukjes (optioneel)
- 50-100 gram rozijnen (optioneel)

Verwarm de oven voor op 180 graden en meng in een kom de bovenstaande ingrediënten met één bolletje Hajah-deeg die je gisteren apart hebt gezet. Roer kort maar krachtig tot het een mooi glad beslag is. Vet een langwerpige brood- of cakevorm, tulbandvorm of een springvorm van 24 cm in met olie. Doe het deeg in de vorm en bak de brood ongeveer 45-50 minuten. Laat de Hajah vriendschapsbrood eerst even afkoelen voordat je haar uit de vorm haalt.

Eet smakelijk en geniet van je zelfgemaakte vriendschapsbrood!

