

Herman is een vriendschapscake uit Zweden.

Je krijgt hierbij een stukje van het deeg, dat ik op mijn beurt weer van een vriendin gekregen heb. Bij een goede verzorging groeit Herman en kun je na 10 dagen weer stukjes van hem aan iemand anders geven.

Herman houdt van warmte, dus zet hem niet in de koelkast.

Zet Herman ook nooit in de magnetron. Hij wil graag in een ruime glazen of stenen schaal (om te gisten) op het aanrecht. Dek Herman nooit af met een deksel, een theedoek mag wel. Zo zorg je ervoor dat Herman kan ademen. Herman zal groeien door voeding en gisting. Roer Herman altijd met een houten lepel.

Dag 1:

vandaag heb je Herman gekregen, doe hem in een ruime schaal en zet hem op kamertemperatuur.

Dag 2 en 3:

roer Herman een aantal maal per dag goed door met een houten lepel. Herman bubbelt als het goed is en zakt in als je roert.

Dag 4:

Herman heeft honger. Geef hem daarom het volgende te eten:

250 ml melk

125 gr bloem

100 tot 200 gr suiker

Doe dit zo: meng bloem met suiker, doe er de helft van de melk bij, roer goed om klontjes te vermijden, voeg de rest van de melk toe en roer, doe dan het geheel dan bij Herman.

Dag 5, 6, 7 en 8:

roer Herman een aantal maal per dag door (weer met een houten lepel).

Dag 9:

Herman heeft weer honger gekregen. Hij is tevreden als je hem hetzelfde te eten geeft als dag 4, dus:

250 ml melk

125 gr bloem

100 tot 200 gr suiker.

Hierna moet je Herman verdelen in 4 bakjes waarvan je er 3 weggeeft of invriest. Een ingevroren Herman kun je na ontdooiing bakken volgens dag 10, of vermeerderen, te beginnen met dag 1. Bak dus nooit je laatste bakje Hermandeeg.

Dag 10:

Je geeft Herman vandaag voor het laatst te eten. Vul daarom het overgebleven deeg aan met:

140 ml (zonnebloem)olie (of 150 als je volkorenmeel gebruikt)

4 eieren (gemiddelde grootte)

250 g bloem (of 125 gr bloem en 125 gram volkorenmeel)

200 g suiker (veel minder kan ook, bijv. 75 gram)

2 theelepels bakpoeder

1 theelepel zout

2 theelepels kaneel

200 g noten en/of rozijnen o.i.d.

2 kleine appels of 1 grote appel in blokjes.

Meng Herman nog eens goed door elkaar. Vet een tulbandvorm (of evt een cakeblik) in met olie en besprenkel het ruim met kristalsuiker. Giet Herman over in de vorm. Bak Herman in 1,5 uur gaar (gasovenstand 3 à 4, elektrisch 170°C).

Laat Herman een minuut of tien afkoelen in de vorm en stort hem dan voorzichtig op een bord. Bestrooi hem ruim met poedersuiker.

Eet smakelijk!

