**Dit is Herman, deeg voor vriendschapsbrood**

*Je moet Herman als volgt verzorgen. Zet hem als je hem krijgt niet in de koelkast, maar zorg dat hij warmte krijgt. Dek hem nooit af met een deksel, maar met een theedoek. Zo zorg je ervoor dat hij kan ademen: Herman zal groeien, dus doe hem in een ruime schaal.*

**Dag 1:** Vandaag heb je Herman gekregen, laat hem aan je huis wennen en doe niets met hem.

**Dag 2:** Roer Herman een paar keer per dag goed door met een houten lepel.

**Dag 3:** Roer Herman een paar keer per dag goed door met een houten lepel.

**Dag 4:** Herman heeft honger.   
 Geef hem daarom 250 ml melk, 125 gram bloem en 200 gram basterdsuiker.

**Dag 5:** Roer Herman een paar keer goed door.

**Dag 6:** Roer Herman een paar keer goed door.

**Dag 7:** Roer Herman een paar keer goed door.

**Dag 8:** Roer Herman een paar keer goed door.

**Dag 9:** Herman heeft weer honger.   
Geef hem vandaag 250 ml melk, 125 gram bloem en 150 gram basterdsuiker.   
Verdeel hem dan in vier gelijke porties. Een portie mag je zelf houden en de andere drie geef je weg.

**Dag 10:** Je geeft Herman voor de laatste keer eten.   
Vul het deel wat je zelf hebt gehouden aan met 15 ml olie, 3 eieren, 250 gram bloem, 90 gram basterdsuiker, 2 theelepels bakpoeder, 2 theelepels kaneel, 200 gram gewelde rozijnen, 100 gram (gehakte) walnoten of hazelnoten en de twee appels in kleine blokjes.   
Meng Herman door elkaar, giet hem in een ingevet cakeblik en bak hem.

**Herman afbakken:**

* Verwarm de oven voor op 150 graden.
* Bak Herman voor tenminste 1,5 uur.

**Boodschappenlijst voor het afbakken:**

* 150 ml ‏olijfolie
* 3 ‏eieren
* 250 gram ‏bloem
* 90 gram ‏witte basterdsuiker
* 2 theelepels ‏bakpoeder
* 2 theelepels ‏kaneel
* 200 gram ‏gewelde rozijnen
* 100 gram ‏walnoten of hazelnoten
* 2 ‏appels (b.v. Jonagold)
* 1 klontje ‏roomboter (om de vorm in te vetten)