

19,80 EUR
CH: 24,80 sFR

Ausgabe 01/2020
www.brot-pro.de

Brot pro

Das Magazin fürs Handwerk

Mit Rezepten von:

Max Kugel, Siegfried
Brenneis, Johannes
Hirth, Jörg Schmid,
Sascha Schäfer
und anderen

Mit Retouren Geld verdienen

Müll-Vermeidung



Filial-Handbuch
Verkauf richtig
organisieren



Weizen
Alles, was man
wissen muss



#charitycap
Charity-Aktion der
Brotpuristen

Editorial



Herzlich willkommen bei **BROT**pro.

Kurz vor Ende des Jahres kochte die Empörung noch einmal richtig hoch. Lange sah es so aus, als könne sich die Backbranche der ab Januar geltenden Belegpflicht entziehen. Doch dann interpretierte das Finanzministerium das Gesetz auf ganz eigene Art und all die früheren Bemühungen in Sachen Lobby-Arbeit waren plötzlich nichts mehr wert.

Unter Bäckerinnen und Bäckern gibt es drei Fraktionen. Jene, denen es egal ist, jene, die die Pflicht zum Bon gutheißen und jene, für die die Bürokratie-Fass damit überläuft. Sie gingen auf die Straße und erzeugten eine Menge medialen Rummel. Beim Zentralverband sieht man realistische Chancen, die Anwendungsverordnung noch zu kippen. In dieser Ausgabe vollziehen wir den Weg des Gesetzes noch einmal nach und lassen verschiedene Stimmen zu Wort kommen.

Derweil bleibt es nicht aus, sich auch über andere Probleme der Branche Gedanken zu machen. Und dazu zählt zweifelsohne der Lebensmittel-Abfall. Klaus Borchers aus Hannover hat sich mit diesem Thema sehr ausführlich auseinandergesetzt und interessante Erkenntnisse zusammengetragen, über die wir in dieser Ausgabe berichten.

Interessant auch die Erkenntnisse in Sachen Weizen in dieser Ausgabe. Zunehmend wün-

schen sich Kundinnen und Kunden Produkte ohne das Getreide. Oft auf Basis diffuser Sorgen, genährt von entsprechender pseudowissenschaftlicher Literatur. In unserem Grundlagen-Bericht machen wir einen Ausflug in die Geschichte des Weizens und geben den aktuellen Stand der Forschung wieder. Und die sagt ganz klar: Die Verarbeitung des Getreides macht deutlich öfter Probleme als das Korn selbst.

Und am Ende setzt sich einmal mehr eine Erkenntnis durch: echtes Handwerk und eine Rückbesinnung auf traditionelle Methoden bei der Brotherstellung sind mit Blick auf Qualität und Bekömmlichkeit nicht zu schlagen. Darüber gibt es auch in dieser Ausgabe jede Menge Wissenswertes. Bei der Lektüre wünsche ich gute Unterhaltung und interessante Erkenntnisse.

Herzliche Grüße

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Sebastian Marquardt'. The signature is stylized and fluid.

Sebastian Marquardt, Chefredakteur
redaktion@brot-pro.de

Inhalt ^{1/20}

Handwerk

Alles über Weizen

Die Funktion von Vorteigen

Blick in die Backstube Poilâne

Seth Godin über Lionel Poilâne

Lebensmittel vor der Tonne retten

Pioniere – Das Passader Backhaus

Rohstoffe

Insekten – kommender Protein-Lieferant

Teige mit Backferment lockern

Wirtschaft

Die Bon-Bombe zum Jahreswechsel

#charitycap der Brotpuristen

Mental-Training als Hilfsmittel

Verkauf richtig organisieren

Gründer-Tagebuch – Abbruch

Krebsrisiko durch Nachtarbeit?

Rezepte

Küstenkruste

Urkorn-Insekten-Brot

Gomaringer

Champagnerroggen-Mischbrot

Dinkel-Roggen-Block

Grünteebrot mit gelber Bete

Apfelrotkohl-Brot mit Kaffeekruste

Roggen-Buttertoast



Seite 4

Seite 20

Seite 32

Seite 38

Seite 62

Seite 70

Seite 12

Seite 16

Seite 28

Seite 42

Seite 44

Seite 50

Seite 56

Seite 68

Seite 11

Seite 14

Seite 24

Seite 40

Seite 41

Seite 55

Seite 61

Seite 79



Das zweitälteste und **wichtigste**
Getreide der Welt

Weizen

Kein Getreide wird weltweit häufiger geerntet und gegessen als Weizen. Seit 9.000 Jahren schon bauen Menschen ihn an. Damit ist er eine der ältesten Kulturpflanzen. In 9.000 Jahren passiert eine Menge. In dieser Zeit entstanden unzählige Sorten. Und in diesem reifen Alter muss das Getreide auch noch um seinen Ruf bangen. Ihm wird viel Schlechtes nachgesagt.



Auf gut 25,5 Millionen Hektar wird Weizen in der Europäischen Union angebaut

Weizen blickt auf eine lange Geschichte zurück. Seine Wurzeln liegen in Mesopotamien, dem heutigen Irak. In Mitteleuropa breitete sich das Getreide erst vor 7.000 Jahren aus, als die Menschen hier begannen, sesshaft zu werden. Die Geschichte des Weizens ist stark auch mit gesellschaftlichen Entwicklungen verknüpft.

Emmer und Einkorn, heute als Urgetreide wieder en vogue, waren die ersten regelmäßig angebauten Weizenarten. Aus der Kreuzung dieser Getreide mit verschiedenen Wildgräsern entstand der heutige Saatweizen. Dieses fröhliche Gekreuzte verschiedener Sorten sorgt dafür, dass es heute nicht den einen Weizen gibt. Vielmehr gibt es mehr Weizenarten als er Jahre auf dem Buckel hat. Etwa 1.000 von ihnen werden angebaut.

Dabei brauchte der Weizen eine Weile bis er sich durchsetzen konnte. Lange waren Einkorn, Emmer und Gerste deutlich angesagter, später der Dinkel. Dann aber – im 11. Jahrhundert – begann der Siegeszug des Weißbrotes in Europa, das die Menschen besser verdauten als Vollkornbrote. Und mit ihm entdeckte man auch die Liebe zu diesem neuen Star am Getreidehimmel.

Seine Vorgänger hatten durchaus ihre Vorzüge. Einkorn, Emmer und Dinkel sind Spelzgetreide. Das heißt, dass das Korn von einer Hülle umschlossen wird. Damit

hat es einen Schutzmantel gegen Umwelteinflüsse und lässt sich lange lagern. Unter den damals widrigeren Bedingungen war das ein klares Plus.

Wenn es an die Weiterverarbeitung geht, kommt das Minus ans Licht. Das Korn muss in einer Röllmühle aus dem Spelz gelöst werden. Das ist mühsam und teuer. Entsprechend verschwanden zumindest Emmer und Einkorn vor 60 Jahren nahezu komplett von den Feldern. Erst seit den Neunzigern gibt es eine Rückbesinnung und nennenswerten Anbau.

SORTIERUNG

Alle Weizensorten gehören zur Gattung *Triticum*. Innerhalb derer wird Weizen anhand seiner Chromosomenzahl in drei Gruppen gegliedert.

Die Entwicklungsreihe führt über die diploide, spindelbrüchige Form des Kultur-Einkorns *Triticum monococcum* und die tetraploide, spindelbrüchige Form des Kultur-Emmers *Triticum dicoccum* zu der hexaploiden Weizenform mit zäher Spindel und nacktem Korn.

Einkorn-Reihe

Diploider Weizen, einfacher Chromosomensatz, 14 Chromosomen. Die älteste Gruppe. Einkorn (*Triticum monococcum*) hat unter den gängigen Weizenarten keine näheren Verwandten und wird nur noch selten angebaut.

Emmer-Reihe

Tetraploider Weizen, zweifacher Chromosomensatz, 28 Chromosomen. Wesentlich gebräuchlicher. Zu dieser Reihe gehören Emmer (*Triticum dicoccum*), Hartweizen (*Triticum durum*) und Kamut (*Triticum turanicum*).

Dinkel-Reihe

Hexaploider Weizen, dreifacher Chromosomensatz, 42 Chromosomen. Diese Reihe führt über die diploide Form des Kultur-Einkorns und die tetraploide Form des Kultur-Emmers zu der hexaploiden Weizenform mit nacktem Korn. Dinkel (*Triticum spelta*) und der Weichweizen (*Triticum aestivum*) gehören dieser Reihe an.



Den Körnern des Weizens fehlt die schützende Hülle seine Vorfahren wie Emmer, das macht die Verarbeitung einfacher

Dem spelzenlosen Nacktweizen fehlt etwas von der Robustheit seiner Vorgänger. In der Verarbeitung spart das aber viel Zeit und Aufwand. Zudem ist die Ernte ertragreicher, das Getreide deutlich backfähiger. Auch im Ergebnis ständiger Optimierung durch Kreuzung. Vor allem ging es dabei um die Verbesserung der Qualität. Dafür wählte man Sorten eines Anbaugesbietes und kreuzte sie.

Die systematische Züchtung begann im 19. Jahrhundert und mit ihr die Kreuzung von Sorten ganz unterschiedlicher Anbauregionen. Inzwischen geht es bei der Zucht nicht mehr nur um eine allgemeine Verbesserung des Korns, sondern vielmehr um die gezielte Beeinflussung bestimmter Eigenschaften.

Wollte man früher zum Beispiel noch möglichst lange Halme haben, um das Stroh als Tierfutter oder Dämm-Material einzusetzen, geht es in der Gegenwart eher darum, den Ernte-Ertrag und vor allem auch seine Sicherheit zu erhöhen.

Heute sind die Weizenhalme zwischen einem halben und 1 Meter lang, die Pflanze hat auf dem Feld eine dunkelgrüne Farbe. Erst durch Trocknung erhält sie ihr Goldgelb. Die Blätter des Weizens besitzen kleine Häutchen, gezähnt und mittelgroß.

Gesät wird der in Europa gebräuchliche Winterweizen zwischen September und Dezember in einer Dichte von 300 bis 500 Saatkörnern pro Quadratmeter. Man steckt sie etwa 4 Zentimeter tief in den Boden. Binnen drei Wochen keimen die Samen, überwintern dann aber erstmal bevor die richtige Entwicklung im Frühjahr losgeht. Die Ernte findet im Hochsommer statt. Dann trägt jede Ähre im Durchschnitt 35 Körner.

Sommerweizen wird im Frühjahr gesät. Sein Ertrag ist aber niedriger. Daher spielt er in hiesigen Gefilden kaum eine Rolle.

Rund 750 Millionen Tonnen Weizen werden aktuell jährlich weltweit angebaut, mehr als 260 Millionen Tonnen liegen in Getreidespeichern auf Lager. Selbst in der Reis-Nation Japan steigt der Weizen-Konsum Jahr für Jahr, weil das Interesse an Brot wächst.

Dabei muss das Getreide zugleich zunehmend um seinen einst so guten Ruf kämpfen. In den vergangenen Jahren haben sich mehrere Bücher daran abgearbeitet, dass Weizen dick, dumm und krank machen soll.

Ein Dickmacher ist Weizen per se sicher nicht. Dafür spricht das Verhältnis von Weizenkonsum und dem übergewichtigen Bevölkerungsanteil in verschiedenen Ländern. In Kasachstan, dem Land mit dem



Je kleiner die Type-Nummer von Mehlen, desto geringer ist der Schalenanteil des Korns. Und nur die Schale enthält wichtige Nährstoffe

Durch Züchtung wurde die Gluten-Zusammensetzung im Weizen so verändert, dass der Teig besser zu verarbeiten ist. Folgen für die Verdauung sind nicht auszuschließen



höchsten Pro-Kopf-Verbrauch an Weizen (300 kg pro Jahr) liegt die Rate der Übergewichtigen bei 11%. Anders in Mexiko, wo 34% der Menschen als übergewichtig gelten, der jährliche Pro-Kopf-Verbrauch an Weizen aber bei knapp 5 kg liegt.

Das Weizen dumm machen soll, verdient sicher keine ernsthafte Auseinandersetzung. Das Thema Krankheit allerdings schon.

Grundsätzlich ist es tatsächlich so, dass Menschen an einer Weizensensitivität leiden. Sie haben keine nachweisbare Unverträglichkeit wie Zöliakie oder eine Weizenallergie. Und dennoch geht es ihnen beim Verzicht auf Weizenprodukte nachweislich besser. Aktuell wird an diesem Phänomen geforscht,

viel weiß man noch nicht. Betroffen, so schätzt mal, ist etwa 1% der Bevölkerung. Addiert man Zöliakie-Betroffene (1%) sowie Allergiker (2%) ergibt sich, dass etwa 4% der Menschen Weizen wirklich meiden sollten.

Unwohl fühlen sich nach seinem Genuss deutlich mehr Menschen. Der erste Verdacht fiel auf das Gluten. Das Klebereiweiß, das 85% der Proteine im Weizen ausmacht, ist das Problem bei Zöliakie und damit natürlich der naheliegendste Kandidat. Zumal an ihm kräftig rumgedoktort wird. Gluten besteht aus Glutenin und Gliadin. Bei der Förderung der Teig-Elastizität hilft das Glutenin. Entsprechend wurde bei der Zucht sein Anteil zunehmend erhöht, um die Backeigenschaften des Weizens zu verbessern. Durchaus möglich, dass Menschen darauf anders reagieren, selbst wenn moderner Brotweizen oft weniger Gluten enthält als ältere Sorten oder Urgetreide wie Einkorn. Finden lässt es sich in beinahe allen Getreiden, auch Roggen, Dinkel oder Kamut.



Im Durchschnitt trägt eine Ähre 35 Körner. Damit ist Weizen ergiebiger als Urgetreide

Das Unwohlsein nach Weizenkonsum lässt sich nachvollziehen, die Ursachen sind längst nicht ausreichend erforscht



Forscher stießen im Weizen im Zuge ihrer Untersuchungen noch auf einen ganz anderen Übeltäter: ATIs. Amylase-Trypsin-Inhibitoren sind Proteine, die den Weizen vor Schädlingen schützen. Sie verstärken jedoch auch entzündliche Prozesse im menschlichen Körper, entdeckte Professor Detlef Schuppan von der Universität Mainz im Rahmen seiner Forschungen. Er glaubt, dass die erhöhte Menge ATI in Hochleistungssorten eher Unverträglichkeiten auslöst als Gluten.

Obwohl Weizen nie auf ATI-Gehalt selektiert wurde, unterscheidet er sich in verschiedenen Sorten massiv. Um den Faktor 6 in der Spitze. Dabei enthält moderner Weizen nicht mehr als ältere Sorten oder Urgetreide. Vielmehr hängt der ATI-Gehalt von Sorte und Anbaugebiet ab. Die Forschung steckt noch zu sehr in den Kinderschuhen, um die Wirkung der ATIs klar einschätzen zu können.

Auch im Verdacht und schon etwas besser ergründet: FODMAPs. Das steht für fermentierbare Oligo-, Di- und Monosaccharide und Polyole, letztlich natürliche Kohlenhydrate (also Zucker), die von einigen Menschen nicht gut vertragen werden. Bei ihnen gelangen Teile des Zuckers unverarbeitet in den Dickdarm, wo sich Bakterien über ein Fressfest freuen. Sie fermentieren die Kohlenhydrate und es kommt zu Gasbildung oder Durchfällen. Nehmen Betroffene weniger FODMAPs zu sich, verringern sich die Beschwerden nachweisbar.

Das Problem der Forscher: Aktuell gibt es keine klare Diagnostik. Es ist also eher ein Raten und Vermuten, welchen Einfluss nun Gluten, ATIs oder FODMAPs haben.

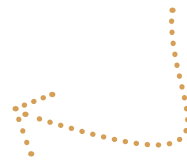
Gerade auf FODMAPs hat die Handwerksbäckerei eine gute Antwort: Lange Fermentation. Denn die Art der Verarbeitungen in der Backindustrie lässt das nicht zu. Arbeitete man früher im Handwerk mit Garzeiten, ist Geschwindigkeit ein Faktor moderner Lebensmittelherstellung. Heute geschehen die Prozesse im Teig binnen weniger Stunden. Inklusiv Zusatz technischer Enzyme, Emulgatoren und Ascorbinsäuren.



Unser Alltag ist voll von Weizenprodukten. Wie so oft kommt es auf maßvollen Genuss an



Oft haben Menschen weniger Probleme mit Weizen, wenn das Brot lange Garzeiten hatte



Menschen mit vermuteter Weizenunverträglichkeit zeigen oft keine Symptome mehr, wenn sie Brote mit langen Garzeiten zu sich nehmen. Gestützt wird diese Beobachtung durch Forschung. An der Uni Hohenheim hat man festgestellt, dass der FODMAP-Gehalt im Teig eine Stunde nach Beginn der Gare einen Höchststand erreicht. Danach wird er massiv abgebaut. Nach fünf Stunden lassen sich nur noch etwa 10% der FODMAPs nachweisen.

Das stärkt letztlich die Vermutung, dass am Ende der Weizen am wenigsten dafür kann, dass es Menschen mit ihm schlechter geht. Vielmehr leiden sie unter dem Umgang mit ihm.

Auf dem Feld hat Weizen zunächst eine satt-grüne Farbe, erst trocken wird er goldgelb

Unstreitig ist, dass Weizen per se eine Menge guter Dinge enthält. Jedenfalls, wenn das volle Korn verarbeitet ist. Auszugsmehle enthalten wenig davon. Ein Weizenmehl Type 405 besteht beinahe ausschließlich aus Gluten und Stärke. Es sättigt also kurzfristig, treibt für kurze Zeit den Blutzuckerspiegel hoch, führt dem Körper aber keine wichtigen Nährstoffe zu.

Mit dem Schalen-Anteil des Korns im Mehl steigt auch die Menge an wertvollen Mineralien und Nährstoffen.

Am Ende ist es wie immer im Leben – Weizen als Teil der Ernährung ist gut und wichtig. Viel mehr noch, wenn man ihm Zeit für seine Reife und Fermentation gibt. Auf den Mix kommt es an. Und für den haben sich in den letzten Jahren – mit der Rückbesinnung auf die Urgetreide – die Möglichkeiten deutlich erhöht. 🍞

Küstenkruste

Mit zwei Vorstufen entwickelt dieser Teig ordentlich Triebkraft und eine gute Bekömmlichkeit. Wer den Sauerteig zweistufig statt einstufig führt, kann auf Backhefe verzichten. So oder so kommt hier ein genauso aromatisches wie saftiges und lange haltbares Brot aus dem Ofen.



Tipp
Bei reduzierter Backhefe lässt sich das Brot auch über Nacht führen.

Vorteig (Poolish)

- ▶ 1,000 kg Weizenmehl 1050
- ▶ 1,000 kg Roggenmehl 997
- ▶ 2,000 kg Wasser
- ▶ 0,020 kg Hefe

Mischen: 4 Minuten langsam
Teigtemperatur: 23°C
Teigruhe: 30 Minuten bei Raumtemperatur, dann über Nacht im Kühlhaus

Kochstück

- ▶ 0,260 kg Dinkelmehl 630
- ▶ 1,300 kg Wasser
- ▶ 0,025 kg Quellsalz

⦿ Auf Raumtemperatur abkühlen lassen oder über Nacht im Kühlhaus lagern.

Sauerteig

- ▶ 1,000 kg Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 0,800 kg Wasser
- ▶ 0,100 kg Anstellgut

Mischen: 2 Minuten langsam
Teigtemperatur: 26°C
Teigruhe: 18-24 Stunden bei Raumtemperatur

Hauptteig

- ▶ 4,020 kg Vorteig
 - ▶ 1,585 kg Kochstück
 - ▶ 1,800 kg Sauerteig
 - ▶ 6,200 kg Weizenmehl 1050
 - ▶ 0,720 kg Dinkelmehl Vollkorn
 - ▶ 2,900 kg Wasser
 - ▶ 0,250 kg Quellsalz
 - ▶ 0,165 kg Hefe
 - ▶ 2,000 kg Kartoffeln (gekocht, gestampft)
- 19,715 kg Teig

Kneten: 10 Minuten langsam, 3-4 Minuten schnell
Teigtemperatur: 26°C
Teigruhe: 60 Minuten, nach 30 Minuten einmal zusammenschlagen


Aufarbeitung

- ⦿ Teigeinlage 750 g
- ⦿ Teigstücke abwägen und rundwirken. Stückgare 45-60 Minuten bei Raumtemperatur.

Backen

Schwaden: normal, nach 10 Minuten Zug ziehen
Backtemperatur: 250°C, fallend auf 230°C
Backzeit: 45-50 Minuten

Rezept & Bilder: Max Kugel

 @max_kugel

Text: Siegfried Brenneis

Trend oder
Irrweg?

Das Krabbeln im Brot

Insekten wie Grillen liefern
wertvolle Proteine und Vitamine

Brot aus Insektenmehl – eklig oder eine gesunde Alternative zu herkömmlichen Lebensmitteln? Seit dem 1. Januar 2018 sorgt die Novel Food-Verordnung der Europäischen Union dafür, dass Speiseinsekten als neuartige Lebensmittel ohne gesundheitliches Risiko verarbeitet und verzehrt werden können. Auf der Südback fanden sich die Tierchen bereits auf einigen Broten.

Insekten haben ganz klare ernährungsphysiologische Vorteile. Experten betrachten sie als unabdingbaren Teil des zukünftigen Speiseplans. Sie enthalten hochwertiges Eiweiß, Ballaststoffe und haben einen hohen Vitamingehalt. Darin sind sie Fleisch zum Beispiel bei Weitem überlegen.

Das Potenzial wird ihnen aber auch zugeschrieben, weil sie ökologisch und nachhaltig produziert werden können.

Erste Anbieter offerieren entsprechend bereits Insekten wie auch Insektenmehl (Buffalomehl). Gerade Letzteres ist in der Zubereitungsvielfalt nicht zu unterschätzen und wird inzwischen nicht nur Broten zugesetzt, sondern auch in Burgern, Keksen, Kuchen, Riegeln, Schokolade und anderen Lebensmitteln verarbeitet.

Insekten zu essen, erfordert anfangs zweifellos eine gewisse Überwindung. Werden sie aber als Mehl im Teig verwendet, schwindet ihre Sichtbarkeit. So reduziert sich der Ekel, die guten Inhaltsstoffe bleiben.

Nach einer Verbraucherstudie würden 25 Prozent der Menschen Insekten-Brot probieren, wenn ihr Bäcker es anbieten würde. Ein Grund mehr, sich mit dem „Insekten-Trend“ zu befassen.

Für das folgende Insekten-Brot wurden gefriergetrocknete Speiseinsekten verwendet. Sie sind noch unbehandelt, nicht gewürzt oder geröstet. Auf einem Backblech oder in einer Pfanne werden die Mehlwürmer, Grillen und Heuschrecken etwa 5-7 Minuten bei 160-170°C leicht geröstet. Man kann sie zudem mit etwas Öl, Salz und Gewürzen abschmecken. Durch die Gefrierdrying benötigen die Insekten für das Durchgaren nur kurze Hitze.

Insektenmehl wird wiederum einfach dem klassischen Mehl beige-mischt. Eine Zugabe von 5-10 Prozent ist ideal. Das Brot erhält dadurch eine leicht nussige Note, die Krume ist etwas dunkler als üblich.



Auch Brot-Sommelier Axel Schmitt präsentierte auf der Südback ein Insektenbrot



Beine und Flügel sind nicht genießbar – der Rest der Heuschrecke dagegen nahrhaft

Durch das Insektenmehl verlieren die Teige allerdings etwas an Elastizität, die Struktur wird etwas kürzer und die Teige brauchen etwas länger, um sich zu entwickeln. Es gilt also, sich in der Produktion etwas auf den neuen Rohstoff einzustellen.

Ganze geröstete Insekten werden erst zum Schluss der Knetzeit langsam unter den Teig geknetet. Bei Heuschrecken werden Sprungbeine und Flügel zuvor entfernt, da sie nicht zum Verzehr geeignet sind.

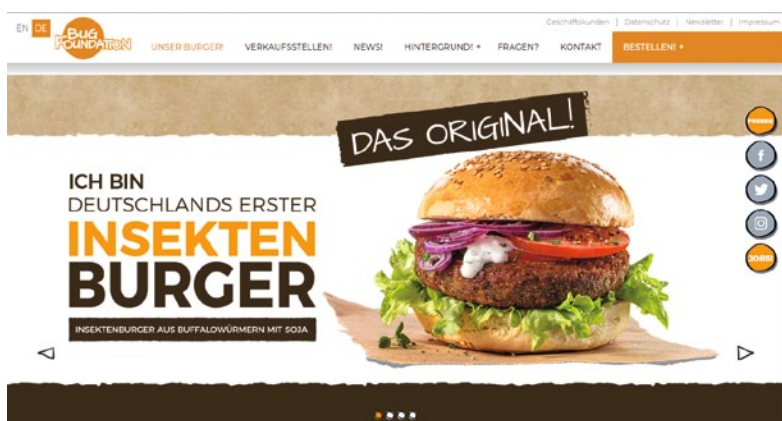
Die Gärtoleranz ist durch das Insektenmehl etwas herabgesetzt, daher sollte man bei freigeschobenen Broten ein Auge auf die Endgare haben.



Mit der richtigen Zubereitung sind Mehlwürmer im Brot plötzlich ein Trend

Ob als Teil gesunder Ernährung, Antwort auf den Anstieg der Weltbevölkerung, Alternative zu Fleisch oder Marketing-Gag – Insekten

sind ein Thema, das medial an Präsenz gewinnen und Aufmerksamkeit binden wird. Es ist eine Möglichkeit, Aufmerksamkeit zu erzeugen und Kunden zu überraschen. Irgendwann sind sie in aller Munde. 🐛



Auch Supermärkte wie Rewe sind mit Produkten wie dem Insektenburger von Bugfoundation bereits auf den Trend-Zug aufgesprungen

ÜBER DEN AUTOR

Siegfried Brenneis ist mehrfach ausgezeichnete Bäcker- und Konditormeister, Betriebswirt des Handwerks, sensorischer Sachverständiger für Brot und Brötchen sowie Feine Backwaren der Deutschen Landwirtschaftsgesellschaft (DLG), Ernährungsberater im Bäckerhandwerk und Teamkapitän der Deutschen Bäcker-Nationalmannschaft. Mit all seiner Kompetenz hat er sich der Erforschung und Förderung der Urgetreide verschrieben.





Urkorn-Insekten-Brot

Ob sie das Welternährungsproblem lösen, das wird sich zeigen müssen. Geschmacklich sagen Insekten in jedem Fall für neue Akzente in der Backwelt. Und in Sachen Marketing bringen sie eine Bäckerei definitiv ins Gespräch. Jedenfalls so lange, wie sie noch nicht zum Standard-Repertoire zählen und überall zu haben sind.

Sauerteig

- ▶ 1,000 kg Dinkelmehl 630
- ▶ 1,000 kg Wasser
- ▶ 0,100 kg Anstellgut

Mischen: 2 Minuten langsam
Teigtemperatur: 26-28°C
Teigruhe: 16-20 Stunden bei Raumtemperatur

Quellstück

- ▶ 1,000 kg Einkornmehl Vollkorn
- ▶ 0,700 kg Buffalowurmmehl
- ▶ 0,700 kg gemahlene Grillen
- ▶ 3,000 kg Wasser

Mischen: 2 Minuten langsam
Teigtemperatur: ca. 22°C
Reifezeit: 2-3 Stunden

Kochstück

- ▶ 1,000 kg Emmermehl Vollkorn
- ▶ 3,000 kg Wasser

⊙ Auf Raumtemperatur abkühlen lassen oder über Nacht im Kühlhaus lagern.

Vorbereitung

⊙ Die gefriergetrockneten Insekten in einer Backform mit etwas Öl, Meersalz und Pfeffer bei 120°C 10-15 Minuten rösten.

Hauptteig

- ▶ 2,000 kg Sauerteig
- ▶ 5,400 kg Quellstück
- ▶ 4,000 kg Kochstück
- ▶ 7,000 kg Dinkelmehl 630
- ▶ 3,000 kg Wasser
- ▶ 0,250 kg Bioland Dinkelkraft
- ▶ 0,200 kg Salz

- ▶ 0,100 kg Hefe
- ▶ 0,100 kg gefriergetrocknete Mehlwürmer (geröstet)
- ▶ 0,050 kg gefriergetrocknete Grillen (geröstet)
- ▶ 0,050 kg gefriergetrocknete Heuschrecken (geröstet)

Zum Bestreuen

- ▶ Roggenmehl 1150
- ▶ Kakaopulver
20,150 kg Teig

Kneten: 6 Minuten langsam, 4 Minuten schnell, kurz vor Ende die Insekten in den Teig mischen
Teigtemperatur: 24°C
Teigruhe: 2 Stunden, dabei zwei- bis dreimal aufziehen

Aufarbeitung

⊙ Teigeinlage 550 g
⊙ Teigstücke abwägen, leicht rundwirken und 10-15 Minuten entspannen lassen. Dann lang formen, in Roggenmehl wälzen und in Leintücher einziehen. Im Kühlhaus 2-3 Stunden entspannen lassen. Danach auf Abziehapparate setzen und fertiggaren lassen. Stückgare 20-30 Minuten bei 25°C. Mithilfe einer Schablone eine Heuschrecke mit Kakao auf die Brote sieben. Jeweils an

BUCHTIPP

Insekten, Glutenfrei, Vegan, Low Carb, Paleo, Laktosefrei und vieles mehr – darum geht es in „Gesundheitsbewusst Backen“, in dem Siegfried Brenneis und Eva-Maria Kötter Chancen für die Bäckerei aufzeigen. Das 240-seitige Buch ist jüngst im Matthaes Verlag erschienen (ISBN 978-3875152142) und für 69,90 Euro erhältlich.

Tipp

Die Insektenmehle lassen sich gegen Leinsamenmehl und die gefriergetrockneten Insekten gegen ganze Leinsamen austauschen. Damit ist das Brot zwar eiweißärmer, aber deutlich ballaststoffreicher. Diese Leinsamen-Variante bedient Kunden, die Insekten als Zutat skeptisch gegenüberstehen und empfiehlt sich für Diabetiker sowie Menschen mit Verdauungsproblemen.

der Seite mit einem scharfen Messer einen Längsschnitt einschneiden und in den Backofen schieben.

Backen

Schwaden: kräftig, 5 Minuten vor Backzeitende Zug ziehen
Backtemperatur: 250°C, fallend auf 210°C
Backzeit: 40-45 Minuten 📏



Text: Manfred Schellin

Oft geht bei Ferment die Triebentwicklung zu Lasten der Glutenstruktur. Am Ende muss im Kasten gebacken werden

Brot **lockern** mit Backferment

Ferment

Vor rund 100 Jahren entwickelte der Ulmer Bäcker, Musiker und Erfinder Hugo Erbe eine Art Brot zu backen, die auf der Gedankenwelt von Waldorf-Gründer Rudolph Steiner und seiner Anthroposophie gründete. Wie passt dieses Erbe zu den heutigen Vorstellungen der Brot-Bäckerei?

Geht es um Backferment, dann stehen sich für Erklärungsversuche zwei Parteien gegenüber – überzeugte Antroposophen auf der einen, Anhänger moderner Biologie auf der anderen. Ein gemeinsames Verständnis ist schwer zu erzielen. Hier geht es um den Ansatz der modernen Wissenschaft.

„Ferment“ war ein aus dem Mittelalter bis ins vorletzte Jahrhundert gebräuchlicher Begriff und bezeichnete etwas, das bestimmte Umwandlungen im Körper fördert, beschleunigt. Darauf aufbauend, könnte man es heute als Katalysator oder Enzym bezeichnen. Allerdings unterschied man früher nicht, ob dieser Katalysator ein Lebewesen (Einzeller, Hefe, Bakterie) oder nur Teil eines Lebewesens (zum Beispiel Protein aus Weizen, Mais, Erbsen oder Blütenhonig) war.



Im Honig konservierte Blütenhefen bringen den Trieb ins Ferment

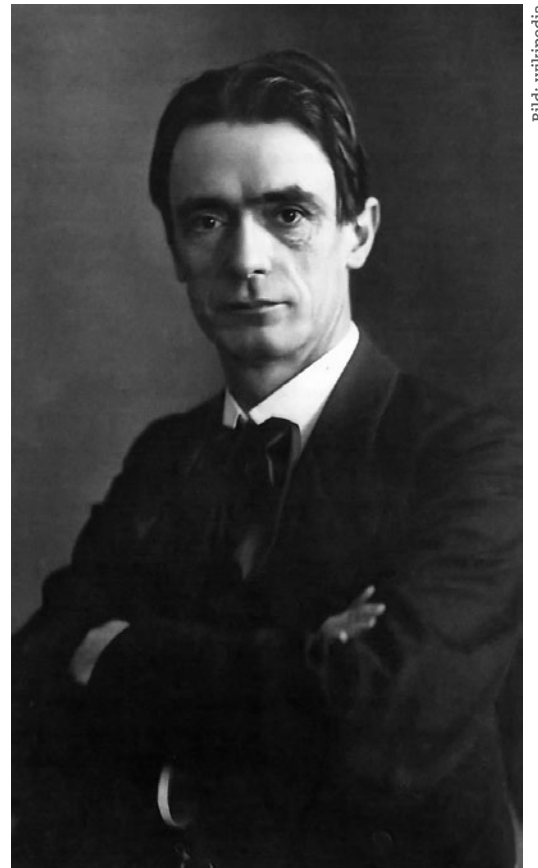


Bild: wikipedia

Die Lehre von Rudolph Steiner (Foto) war Grundlage für Hugo Erbes Backferment-Entwicklung

Wenn man sich die Inhaltsstoffe der heute verkauften Produkte anschaut und mit der Gebrauchsanweisung kombiniert, kommt man – aufs Wesentliche reduziert und von Glaubenssätzen befreit – mit dem Backferment bei der Konservierung von Blütenhefen an. Diese Blütenhefen sind häufig in der Lage, unter geeigneten Umständen (Wasser, Temperatur) Mehl als Futter zu verwerten und sich im (Vor-)Teig zu vermehren.

Je nach Hersteller ist ein bestimmtes Aroma zu erwarten, das mit der Art der Hefe-Gewinnung und -Konservierung zusammenhängt. Es hängt letztlich von der Zusammensetzung der konservierten Mikroorganismen und den angegebenen Inhaltsstoffen ab. Aus Unwissenheit oder Gründen des Marketings bewirbt mancher Hersteller sein Produkt als „hefefrei“. Das ist irreführend und falsch.

Backferment transportiert aktive wilde Hefen. Die Stoffwechselrate ist in der Tüte deutlich reduziert, der Mikroorganismus hat sich auf eine für ihn unwirtliche Umgebung eingestellt. Aber er lebt und arbeitet.

Hefewasser auf Basis von Holunderblüten bringt Triebkraft in den Teig



Es ist den Herstellern mehr oder weniger gut gelungen, möglichst viele Hefen in einen Schlafmodus zu versetzen. Das ist nicht trivial. Wenn eine hohe Konzentration an lebenden, aber schlafenden Hefen erreicht werden soll, sind der technische Aufwand und das notwendige Wissen darum hoch.

Je besser der Prozess gelingt, lebende Hefen schonend in eine Art Winterschlaf zu überführen, desto mehr stehen später zur Verfügung, wenn sie einen Teig fermentieren sollen. Das ist ausschlaggebend für einen effektiven Trieb und eine Führung mit möglichst wenigen Auffrischungsschritten.

Wichtig ist in diesem Zusammenhang noch zu wissen: Sauerstoff ist Gift für die schlafenden Kulturen. Sie sollten unter Schutzatmosphäre verpackt worden sein. Ist das Gebinde offen, muss es rasch verbraucht werden. Selbst unter Schutzatmosphäre büßen diese schlafenden Lebewesen gegen Ende ihrer Mindesthaltbarkeit ein deutliches Stück Triebkraft ein. Bedeutsamer noch: Mit der Zeit verändert sich auch das Aroma im Starter, das sich auf Teig und Brot überträgt.



Zwar ist Backhefe bei entsprechender Teigführung nicht nötig, die Marketing-Aussage „hefefrei“ ist dennoch falsch und irreführend

Die Triebkraft bekommt man mit einer weiteren Auffrischungsstufe zurück, das Aroma bleibt verloren. Das liegt schlicht daran, dass weniger überlebensstarke Stämme die Zeit in der Tüte nicht überlebt haben. Ausgerechnet diese sind allerdings für die Entwicklung der feinen Aromen wichtig.

Hat man einen guten Hersteller erwischt, kann man mit einer einstufigen Führung eine Art Pasta Madre herstellen, die in der Lage ist, ein Brotteig zu treiben. Wirklich anspruchsvolle Teige wie etwa klassischer Panettone oder Pan d'oro profitieren deutlich durch die Mehrstufigkeit der Vorteigführung, weil der Vorteig mit jeder Vermehrungs- oder Auffrischungsstufe eine deutlich höhere Triebkraft entwickelt.

ÜBER DEN AUTOR

Manfred Schellin ist Biochemiker und Dozent der Akademie Deutsches Bäckerhandwerk in Weinheim. Hier lehrt er sein Wissen als Sauerteig-Fachmann, der sich auf Brotaromen in Abhängigkeit von Mehl und Fermentation spezialisiert hat.



Manch ein Hersteller traut seinem Produkt auch nur durch Kniffe zu, überhaupt einen Brotteig zu treiben. Da gibt es Parallel-Vorteigansätze, die irgendwann zusammengeführt werden oder ganz bestimmte Mehle, ohne die eine Führung nicht möglich sein soll. Hohe Gärtemperaturen und lange Teigführungen sind beliebte Mittel, Trieb in Gang kommen zu lassen. Oft leidet darunter die Glutenstruktur, sodass die Teige gern in der Kastenform landen.

Einfache Rezepte funktionieren unzureichend, die Rezeptbeschreibung ist komplex – manchmal beschleicht einen das Gefühl, die Vertriebsgesellschaft hinter manchem Ferment versteht die Mechanismen des eigenen Produktes selber nicht. Oder möchte dem Produkt über Winkelzüge einen Anschein geben, der in Wirklichkeit nicht zutrifft.

Die großen deutschen Hersteller empfehlen die in Deutschland beliebte Trennung von Aromaentwicklung durch natürliche Hefen sowie Milchsäure-Bakterien und Bäckerhefe für den Trieb. Das macht das Verfahren ein-

fach, berechenbar und zuverlässig. Andererseits schränkt man schon durch ein wenig Zuviel an Hefe die Frischhaltung und das Aromaspiel ein.

Verfängt man sich nicht in den Steinerschen Glaubenssätzen, kann man die Fermentpulver auf einfache Weise durch Hefewasser ersetzen. Dazu setzt man sein eigenes Rosinen- oder Fruchtwasser an oder nutzt einen möglichst frischen, sauberen Blütenhonig als Starterkultur.

Vollreife ungespritzte Äpfel aus dem eigenen Garten haben das gleiche Potenzial. Holunderblüten bringen eine große Triebkraft. Mit Kirschen, Pflaumen und Aprikosen/Marillen muss man vorsichtig sein. Sie haben die oft unangenehme Eigenschaft, Gluten verstärkt abzubauen.

Auf diese Weise sichert man sich eine charmante Idee: jahreszeitenabhängige Kulturen bringen Abwechslung, Individualität und eine einzigartige Marketingidee in die Backstube. Bei sorgfältiger Auswahl der Startermaterialien (sauber, reif, unbehandelt) ist man auf der sicheren Seite und den meisten angebotenen Standardprodukten allein bei der Triebkraft überlegen. Und das bei der gleichen Grundidee, nämlich beim Starter auf Nektarhefen zu setzen. 🍯



Ist das Gebinde erst geöffnet, verliert Backferment recht schnell an Triebkraft wie auch Aroma



Modernist Bread über **Sinn**
und Zweck von Vorstufen

Teig-Booster

Vorstufen sind eines dieser Werkzeuge, die oft selbstverständlich zum Einsatz kommen. Warum genau – für diesen Gedanken bleibt im Alltag wenig Zeit. Dabei erfüllen sie mehrere Funktionen im Hauptteig. Das Team von Modernist Bread ist dem nachgegangen.



Eine Vorstufe ist eine kleine Teigmenge, die separat vor dem Hauptteig angesetzt wird und bereits gereift (verwendbar) ist, wenn sie in den Hauptteig gearbeitet wird. Man kann sich eine Vorstufe als vorbereitende Gare vorstellen. Eine Vorstufe gibt dem Hauptteig einen Schnellstart, weil die Hefe darin bereits aktiviert ist.

Die Zutaten, mit denen die Vorstufe verarbeitet wird, profitieren, weil sich Teigruhe und Knetzeit verringern. Wieso die Knetzeit? Wenn Mehl und Wasser gemischt werden, wird die Kettenreaktion, bei der Gluten entsteht, freigesetzt. Eine Vorstufe, die mit einem Teig gemischt wird, beschleunigt nicht nur die Teiggare, sondern ist selbst ein teilweise entwickelter Teig, der die Knetzeit verkürzt.

Vorstufen wurden entwickelt, da Bäcker früher auch obergärige Hefen, den hefehaltigen Schaum, der beim Brauen entsteht, als Lockerungsmittel einsetzten. In einer Vorstufe konnte die Hefe gestreckt und weiterkultiviert werden, sodass der Bäcker nicht mehr zum Brauer laufen musste, um neue Hefe zu besorgen.

Die Verwendung einer Vorstufe unterscheidet sich erheblich von der direkten Teigführung. Bei der direkten Führung wird Hefe zur Gärung eingesetzt, und bereits nach drei Stunden kann das Brot fertig sein. Für direkte Teigführung wird meist mehr Hefe benötigt. Die direkte Führung ist zwar schneller, aber der Teig hat wenig Zeit, sich geschmacklich zu entwickeln.

Mit einer Vorstufe kann die Führung sehr viel länger dauern (12 bis 18 Stunden im Schnitt, mit Poolish schneller). Die Mikroorganismen in einer Vorstufe ernähren sich vom Mehl und produzieren dabei aromatische Nebenprodukte. Die restliche Hefe kommt als Triebmittel später in den Teig (wenn kein Sauerteig verwendet wird). Vorstufen erfordern gute Planung und Zeitmanagement, und Bäcker wissen, dass Hefe auf niemanden wartet.

Das Einarbeiten einer Vorstufe in einen Hauptteig mag als überflüssiger Schritt erscheinen. Schließlich kommt beim Mischen von Mehl, Wasser und Salz mit Hefe in den richtigen Mengen auch Brot heraus. Vorstufen werden denn auch selten in der industriellen Brotproduktion verwendet, weil der zusätzliche Zeitaufwand die Vorteile nicht aufwiegt.

Bei den vielen Broten, die durch eine Vorstufe nur besser werden, sind die positive Aspekte dann auch beeindruckend: Der Geschmack des Brotes ist ausgeprägter, was an den vermehrten Säuren liegt, die sich durch die verlängerte Gare gebildet haben. Die Säure beschleunigt auch die Glutenentwicklung, die die Teigstruktur verbessert.

Auch wenn die Zubereitung einer Vorstufe die Gesamtzubereitungszeit auf den ersten Blick verlängert, führt sie eigentlich zu einer Verringerung der Arbeitszeit. So kann eine Vorstufe die Endgare verkürzen, weil der Teig ja bereits teilvergoren ist. Sauerteig sorgt auch dafür, dass das fertige Brot länger hält. Vielmehr verbessert sich der Geschmack eines Sauerteigbrots mit der Zeit. Am besten schmeckt ein Sauerteigbrot nach drei Tagen, und auch nach vier bis fünf Tagen ist es noch genießbar, weil die saure Umgebung Schimmelbildung erschwert.

Vorstufen lassen sich in zwei Kategorien einteilen: solche, die mit Hefe angesetzt werden (Vorteige), und solche, die nur wilde Hefe und Bakterien enthalten (Sauerteig). 🍷

MODERNIST BREAD

Dieser Text ist ein Vorabdruck aus dem Kompendium Modernist Bread, das gerade im Verlag „The Cooking Lab, LLC“ in deutscher Sprache erschienen ist und bisher nicht da gewesene Einblicke in die Welt des Brotes und seiner Herstellung bietet. Es ist unter anderem hier zu beziehen: tinyurl.com/modernist-bread





Poolish, 9,5 Stunden



Sponge, 5,5 Stunden



Biga, 11 Stunden

In jedem Behälter wurde dieselbe Menge Vorstufe angesetzt. Da sie aber unterschiedlich viel Wasser und andere Hefesorten enthielten, gingen sie (in unterschiedlichen Zeiträumen) auch unterschiedlich stark auf. Wie hoch die Vorstufen stiegen gibt aber keine Auskunft über die Triebkraft. Dadurch soll lediglich angezeigt werden, bei welcher Menge und nach welcher Zeit die Vorstufen ihre ideale Reife erreicht haben.



Pâte fermentée, 6,25 Stunden




Flüssiger Sauerteig, 3,25 Stunden



Roggensauerteig, 9 Stunden

Rezept: Jörg Schmid
und Johannes Hirth
Bild: Daniel Schneider

 @thereal_wildbakers

 /WildBakers

 www.wildbakers.de



Gomaringer

Das Getreide für sein Gomaringer wächst direkt gegenüber von Jörg Schmid's Bäckerei in Gomaringen. Dank der langen Führung mit Sauerteig hat es ein wunderbares Aroma und schmeckt zu vielen Gelegenheiten. Die helle, luftige Krume würde man unter der kräftig ausgebackenen, krossen Kruste gar nicht vermuten.



Sauerteig Stufe 1

- ▶ 0,500 kg Weizenmehl 812
- ▶ 0,500 kg Wasser
- ▶ 0,050 kg Anstellgut

Mischen: 4 Minuten langsam

Teigtemperatur: 28°C

Teigruhe: 12-16 Stunden bei Raumtemperatur

Sauerteig Stufe 2

- ▶ 1,000 kg Sauerteig Stufe 1
- ▶ 1,000 kg Weizenmehl 812
- ▶ 1,000 kg Wasser

Mischen: 4 Minuten langsam

Teigtemperatur: 30°C

Teigruhe: 4-6 Stunden bei Raumtemperatur

Hauptteig

- ▶ 3,000 kg Sauerteig
- ▶ 7,900 kg Weizenmehl 812
- ▶ 0,530 kg Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 0,530 kg Hartweizenmehl
- ▶ 7,400 kg Wasser
- ▶ 0,200 kg Salz
- ▶ 0,020 kg Hefe (optional)
- ▶ 0,020 kg Brotgewürz
- ▶ 0,850 kg Semmelbrösel (eingeweicht)
- 20,450 kg Teig

Kneten: 8 Minuten langsam,

3 Minuten schnell

Teigtemperatur: 26°C

Teigruhe: 60 Minuten

Aufarbeitung

- ◎ Teigeinlage 750 g
 - ◎ Teigstücke abwägen und langwirken.
- Stückgare bei Raumtemperatur bis zur ¾-Gare, dann über Nacht im Kühlhaus.

Backen

Schwaden: normal,

nach 10 Minuten Zug ziehen

Backtemperatur: 280°C, fallend auf 250°C

Backzeit: 40-45 Minuten ▣

Berliner Start-up **BakeNight** organisiert Backkurse für Verbraucher

Backworkshops in der eigenen Backstube

Nachhaltig, natürlich und regional ist so gefragt, wie schon lange nicht mehr. Die Menschen geben immer mehr acht darauf, wie sie sich ernähren. Wenn man in den sozialen Medien unterwegs ist oder den Fernseher anstellt, sieht man: Backen ist ein Trend-Thema geworden. Trotzdem kämpfen viele handwerkliche Bäckereien mit Umsatzrückgängen, fehlenden Neukunden und man hört man fast täglich, dass wieder eine Bäckerei ihre Türen für immer geschlossen hat. Es stellen sich Fragen: Wie passt das zusammen, wie kann man dem entgegenwirken und den aktuellen Trend zum Vorteil nutzen? „Die Antwort darauf ist simpel“, sagt Victor Neumann, Mitgründer der Firma BakeNight. „Backworkshops machen das Handwerk für die Kunden wieder erlebbar und schaffen so das Verständnis dafür, dass ein handwerklich gefertigtes Brot aus natürlichen Zutaten nicht 99 Cent, wie in der Discount-Bäckerei, kosten kann.“ Er betont, dass die Betriebe durch die Workshops auch ihren Umsatz steigern und Neukunden in den Betrieb lotsen, die gerne wiederkommen.



BakeNight ist eine Online-Plattform für Backkurse in handwerklichen Bäckereien und Konditoreien. Die Bäckereien und Konditoreien führen den Workshop in ihrer Backstube durch und BakeNight kümmert sich um den Rest: Die Vermarktung der Kurse, den Kundenservice vor- und nach den Workshops, die Zahlungsabwicklung und so weiter – im Prinzip all das, wofür sie schlichtweg keine Zeit haben.

Interessierte Teilnehmer buchen bequem ihr Ticket über die Webseite bakenight.com. Somit vernetzt BakeNight eine einkommensstarke Zielgruppe mit den lokalen, handwerklichen Bäckern und Konditoren. Die IT-Plattform macht es den Kunden so einfach wie möglich, die Backkurse in den Bäckereien und Konditoreien zu buchen. Die Bäckereien übernehmen den Job vor Ort und ermöglichen den Teilnehmern der Workshops einen authentischen Einblick in die eigene Backstube.

Das Bewusstsein der Teilnehmer für die nachhaltige Verarbeitung von Rohstoffen sowie für den Umgang mit Lebensmitteln und handwerklicher Arbeit wird durch die Kurse gestärkt. Dabei können die Teilnehmer den Bäckermeister alles rund ums Backhandwerk fragen und gehen am Ende mit ihrem eigenen Brot und Anstellgut nach Hause.

BakeNight wurde im Frühjahr dieses Jahres gegründet und ist seitdem stetig gewachsen. Bereits in 18 Städten arbeitet das Unternehmen mit lokalen Bäckereien und Konditoreien zusammen. Die Kurse finden meist unter der



Woche abends oder auch tagsüber am Wochenende statt. Dabei richtet sich BakeNight nach den Arbeitszeiten der lokalen Bäckereien und stimmt die möglichen Termine sowie Themen, Zeiten und Gruppengröße individuell ab. Die Betriebe können sich mit eigenen Ideen einbringen, die in ihren Produktionsablauf passen. Des Weiteren sind sie in die Preisgestaltung der Kurse eingebunden, sodass eine zusätzliche, gut zu kalkulierende Umsatzgröße entstehen kann. Die Preise für Workshops liegen zwischen 45,- und 130,- Euro pro Person, damit die Rechnung für beide Seiten aufgeht. Der Aufwand für die Betriebe ist denkbar gering, gleichzeitig generieren die Bäckereien neben der zusätzlichen Einnahmequelle auch neue Kunden. So kommen Teilnehmer aus anderen Stadtteilen und Orten in den Betrieb, die ohne den Workshop sehr wahrscheinlich nicht den Weg dorthin gefunden hätten. „Die sehr lokal aufgestellten Bäckereibetriebe können so ihr Einzugsgebiet vergrößern, Stammkunden begeistern und neue dazu gewinnen“, erklärt Neumann.

BakeNight ist ein Ableger des 2016 gegründeten Unternehmens „Art-Night“, das mit Kreativ-Workshops unter Anleitung professioneller Künstler schnell gewachsen und bereits in fünf Ländern aktiv ist. Vor allem Marketing, IT und Kundenservice ist daher kein Fremdwort für das Unternehmen und das merken auch die Bäcker, mit denen BakeNight bereits kooperiert. Vor allem in Berlin, München und Köln sind die Sauerteigbrot-Workshops bereits bis Anfang des kommenden Jahres vollständig ausgebucht – die Kunden stehen bereits auf Wartelisten. Hoch im Kurs stehen auch Brezeln, Macarons und Zimtschnecken, wobei auch glutenfreie und saisonale Workshops, wie zum Beispiel Stollen, sehr gut angenommen werden.

Dabei freut sich das Start-up über jeden Partner und jeden Betrieb, der seine Türen zur eigenen Backstube öffnet und den Teilnehmern einen Einblick ins echt Backhandwerk gibt.

BakeNight übernimmt dabei nicht nur die Vermarktung, sondern unterstützt die Bäckereien und Konditoreien auch bei der Durchführung eines perfekten Kurses. In Anlehnung an ihre Workshoperfahrung aus ihrem Partnerunternehmen ArtNight, das monatlich über 1.400

Mal-Workshops durchführt, hat BakeNight einen detaillierten Ablauf für die Umsetzung der Kurse ausgearbeitet. So können auch Bäcker und Konditoren, die selbst noch keine Workshops durchgeführt haben, problemlos in ihrer eigene Backstube starten. BakeNight unterstützt dabei von Beginn an, was bereits bei der Frage anfängt, wie begrüße und verabschiede ich die Teilnehmer? Oder wie kann ich die Pausen füllen, während die Backwaren im Ofen sind? Die Kernkompetenz des Backens liegt aber selbstverständlich in der Hand der Bäcker und Konditoren und so freut sich BakeNight über jede Geschichte zum Betrieb und den eigenen Produkten, die in den Workshops

erzählt und nachgebacken werden können. Gemeinsam verfolgen beide Seiten das Ziel, den Teilnehmern ein unvergessliches Erlebnis in den Backstuben zu ermöglichen und die Kunden auch langfristig an die eigene Backstube zu binden.

Mit der Mission, gemeinsam das Backhandwerk zu stärken, ergänzen sich die Betriebe und BakeNight sehr gut. Daher bietet BakeNight den Bäckern besondere Konditionen: Durch die kostenlose Bereitstellung von Plakaten, Flyern, Stickern und Schürzen können die Bäcker und Konditoren ihre Stammkundschaft direkt auf die eigenen Kurse aufmerksam machen. Wird das Ticket über den eigenen Rabattcode des Betriebes gebucht, erhalten die Partner 100 Prozent vom Umsatz. Auf die Frage, weshalb in diesem Falle keine Provision verlangt wird, sagt Neumann: „Wir wollen fair sein, und wenn die Bäcker ihre eigenen Stammkunden werben, dann sollen sie auch den kompletten Umsatz erhalten. Wir sind jedoch sehr selbstbewusst, dass wir über unsere Marketingkanäle viele Neukunden werben und in die Bäckereien und Konditoreien bringen können. So lohnt es sich für beide Seiten.“ Beim Workshop liegt es in der Hand vom Bäckermeister oder Konditor, der dann im eigenen Haus zeigen kann, wie faszinierend und toll das echte Backhandwerk sein kann. 🍞



KONTAKT

Victor Neumann
Telefon: 01 60/97 36 44 75
E-Mail: victor@bakenight.com
Internet: www.bakenight.com





Ärger ums
Thermopapier

Bon-Bombe

Am Ende war all die Arbeit doch umsonst? Bereits seit 2016 beschäftigt man sich beim Zentralverband Deutsches Bäckerhandwerk mit der kommenden Belegpflicht. Und lange wähten sich alle Beteiligten sicher, dass die Branche verschont bleiben würde von der Auflage, für jeden Kunden einen Bon zu drucken. Im Augenblick sieht es so aus, als sei das ein Irrglaube. Aber Aufgeben gilt nicht.

Vor mehr als drei Jahren beschäftigten sich Bundestag und Bundesrat mit dem Gesetz zum Schutz vor Manipulationen an digitalen Grundaufzeichnungen. Ein Paragrafenwerk, das in viele Gesetze und Verordnungen hineinwirkt und Steuerhinterziehung erschweren soll.

Teil des Paketes ist eine Änderung der Abgabenordnung, die ab 1. Januar 2020 eine Pflicht vorsieht, im Einzelhandel für jeden Geschäftsvorgang zwingend einen Bon zu drucken und den Kundinnen und Kunden auszuhändigen.

Schnell war klar, dass die Folgen dieser Gesetzgebung zu einer überproportionalen Belastung in verschiedenen Branchen werden könnte, das Backhandwerk eingeschlossen. Entsprechend wurden die Verbände aktiv.

„Wir haben im Frühjahr und Sommer 2016 mit Abgeordneten gesprochen, den Kontakt ins Finanzministerium gesucht, die Landesinventionsverbände mobilisiert“, erklärt Daniel Schneider, Geschäftsführer des Zentralverbandes Deutsches Bäckerhandwerk: „Ich habe hier einen ganzen Stapel mit Schreiben in dieser Sache.“

Die Lobby-Bemühungen hatten Erfolg. Zwar kam die Belegpflicht in die Abgabenverordnung, aber ergänzt um umfassende Ausnahme-Möglichkeiten. So heißt es in in Paragraf 146 bereits, dass „bei Verkauf von Waren an eine Vielzahl von nicht bekannten Personen“ auf die Belegpflicht verzichtet werden könne. Mit dieser Formulierung wähten sich der Einzelhandel weitgehend in Sicherheit.

Entsprechend war es in den zurückliegenden zwei Jahren ruhiger um das Thema geworden. Beim Zentralverband klingelten die Alarmglocken, als Kreishandwerkerschaften im Frühjahr 2019 nach Berlin meldeten, dass Bäckern eben diese Ausnahmeregelung verweigert bliebe.

Am 17. Juni veröffentlichte das Bundesministerium der Finanzen dann einen 20-seitigen Anwendungserlass für Paragraf 146 der Ab-



Ein ganzer Berg an Briefen liegt in den Ordnern beim Zentralverband



In einigen Bäckereien gibt es die Bon-Pflicht längst – als Schutz vor Diebstahl in den Filialen

gabenordnung, um den Finanzämtern vor Ort Klarheit zu geben, wie die neue Regelung umzusetzen sei. Im zweiten Absatz von Punkt 6.9 lag die Bon-Bombe versteckt: „Eine Befreiung i. S. d. § 148 AO kann nur für den jeweiligen Einzelfall beantragt und gewährt werden. Eine Befreiung kommt nur dann in Betracht, wenn nachweislich eine sachliche oder persönliche Härte für den einzelnen Steuerpflichtigen besteht. Die mit der Belegausgabepflicht entstehenden Kosten stellen für sich allein keine sachliche Härte im Sinne des § 148 AO dar.“

Wo Paragraph 148 also noch ausdrücklich von „Gruppen“ spricht, die von der Belegpflicht ausgenommen werden können, deutet der Anwendungserlass das Gesetz um und spricht nur noch

von Einzel- und Härtefällen. Eine recht rabiante Umdeutung des beschlossenen Gesetzestextes.

Entsprechend groß ist die Empörung in der Backbranche. Und die hat in diesem Fall so stark mobilisiert, dass viele Bäckerinnen und Bäcker öffentlichkeitswirksame Aktionen gestartet haben. Etliche Lokalzeitungen haben berichtet, selbst zu Demonstrationen kam es. Auch da mit nennenswerter medialer Begleitung.



Die Belegpflicht ist ein weiterer Tropfen ins Fass wachsender Bürokratie-Belastung

DER TEXT DER ABGABENORDNUNG

§ 146a Ordnungsvorschrift für die Buchführung und für Aufzeichnungen mittels elektronischer Aufzeichnungssysteme; Verordnungsermächtigung (2) Wer aufzeichnungspflichtige Geschäftsvorfälle im Sinne des Absatzes 1 Satz 1 erfasst, hat dem an diesem Geschäftsvorfall Beteiligten in unmittelbarem zeitlichem Zusammenhang mit dem Geschäftsvorfall unbeschadet anderer gesetzlicher Vorschriften einen Beleg über den Geschäftsvorfall auszustellen und dem an diesem Geschäftsvorfall Beteiligten zur Verfügung zu stellen (Belegausgabepflicht). Bei Verkauf von Waren an eine Vielzahl von nicht bekannten Personen können die Finanzbehörden nach § 148 aus Zumutbarkeitsgründen nach pflichtgemäßem Ermessen von einer Belegausgabepflicht nach Satz 1 befreien. Die Befreiung kann widerrufen werden.

§ 148 Bewilligung von Erleichterungen Die Finanzbehörden können für einzelne Fälle oder für bestimmte Gruppen von Fällen Erleichterungen bewilligen, wenn die Einhaltung der durch die Steuergesetze begründeten Buchführungs-, Aufzeichnungs- und Aufbewahrungspflichten Härten mit sich bringt und die Besteuerung durch die Erleichterung nicht beeinträchtigt wird. Erleichterungen nach Satz 1 können rückwirkend bewilligt werden. Die Bewilligung kann widerrufen werden.



SABINE GAUES GEHRDENER BACKHAUS, GEHRDEN, 8 FILIALEN

Ich verstehe den Sinn in der Bon-Aktion nicht. Wenn ich vorhaben sollte, zu schummeln, dann gebe ich den Betrag erst gar nicht in die Kasse ein. Außerdem haben alle Kassen einen Speicherchip, mit dem das Finanzamt elektronisch ganz genau alle Vorgänge einsehen kann.

Von der Umweltverschmutzung mag ich überhaupt nicht reden. Wir Bäcker sind Vorreiter beim Verzicht auf Plastikrührstäbchen und Pappbecher - und nun sollen wir auf Thermopapier Mengen an Bons ausdrucken, die eigentlich Sondermüll sind. Gleichzeitig verursachen wir unnötige Kosten, die an die Kunden weitergegeben werden.

Sollte das Gesetz bis Januar nicht gekippt werden, werde ich zwar jeden Kunden fragen, ob er einen Bon haben möchte, ich werde aber nicht automatisch jedem Kunden einen mitgeben. Sonst kann ich vor dem Tresen auch gleich einen Mülleimer aufstellen, damit das ganze Papier nicht vor unserem Laden und im Umfeld auf der Straße landet.

Für mich ist diese Neuregelung überhaupt nicht nachvollziehbar. Ich hoffe, dass das auf Europäischer Ebene gestoppt wird.

Im Mittelpunkt zwei Kernargumente: Die finanzielle Belastung der Branche ebenso wie Umweltaspekte. Denn wo allerorten über die Vermeidung von Müll diskutiert wird, schätzt man eine Summe von jährlich 5 Millionen verpflichtend ausgedruckter Bons, die kein Kunde braucht. Und das auf Thermopapier, also behandeltem und beschichtetem Material.

Das die Maßnahme eine größere Sicherheit für die Finanzbehörden bringt, wird dabei vehement bestritten, da die Ansprüche an Kassensysteme in Deutschland so hoch seien, das Manipulation auch ohne Bon unmöglich sei. Oder die kriminelle Energie so groß, dass auch ein Belegdruck die Straftat nicht verhindert.

Dabei ist die Meinung in der Branche nicht einheitlich. Es gibt durchaus Vertreter/innen, die die Belegpflicht neutral bis positiv sehen, sie gar als Mittel gegen den Diebstahl in Filialen einsetzen. „Es ist ja legitim“, sagt Daniel Schneider, „wenn Unternehmer den Bon verlangen. Aber das ist nicht Aufgabe des Gesetzgebers.“

Andere wiederum ergeben sich der Situation, glauben, dass so kurz vor Beginn der Belegpflicht ohnehin nichts mehr zu machen ist. Das sieht Daniel Schneider ganz anders: „Vor einem Jahr hätte sich niemand für ein Problem interessiert, das noch so weit in der Zukunft liegt. Jetzt haben wir die volle Aufmerksamkeit.“ Und da all die Gespräche der letzten drei Jahre am Ende nicht zum gewünschten Ergebnis geführt haben, sei jetzt eben die Brechstange anzusetzen. ■



Mit kleinen Demonstrationen haben Bäckerinnen und Bäcker hohe mediale Aufmerksamkeit erzielt

DAVID MISCHO BÄCKER MISCHO, GERSHEIM, 7 FILIALEN

Das Thema schlägt im Augenblick große Wellen. Und natürlich ist die Belegpflicht unter ökologischen Gesichtspunkten nicht ideal. Wir handhaben es aber bereits länger so, dass jeder Kunde seinen Bon bekommt. Wir haben viele Stammkunden, die wissen was sie wollen und das Geld bereits passend auf die Theke legen. Der Bon gibt den Kunden die Kontrolle, ob trotz der Routine richtig gebongt wurde.

Wir setzen auch Ghost-Shopper ein, um sicherzustellen, dass die interne Bonpflicht auch eingehalten wird. Der Bon muss dem Kunden mit dem Rückgeld auf die Theke gelegt werden.

Wir befürworten die Belegpflicht. Nicht, weil uns der ökologische Aspekt egal wäre, sondern weil Diebstahlschutz in der Backbranche oberstes Gebot ist.

Bei den Kunden werden die Bons nicht übermäßig angenommen. Etwa 50 Prozent bleiben wahrscheinlich liegen. Aber wenn der Bon auf der Theke liegt, ist immer die Chance gegeben, dass der Kunde ihn prüft.



Im Abo günstiger

1 Jahr Brot
für € 50 **pro**

Im Abo

€ 29,20 sparen

Brot
pro

040/42 91 77-110

service@brot-pro.de • www.brot-pro.de/abo

Das Abo bringt Ihnen ab der nächsten Ausgabe BROTpro viermal jährlich frei Haus. Der Bezugspreis für das Abonnement beträgt in Deutschland, Österreich und der Schweiz EUR 50,00 (statt EUR 79,20 bei Einzelbezug; Auslands-Abo: EUR 70,00). Das Abonnement verlängert sich jeweils um ein weiteres Jahr. Sie können das Abonnement aber jederzeit kündigen und erhalten das Geld für bereits gezahlte, aber noch nicht erhaltene Ausgaben zurück.





Im Herzen
der
Legende

Zu **Besuch** im berühmtesten
Back-Keller der Welt

Es gibt wenige Bäcker oder Bäckereien von Weltgeltung. Meist sind sie regional oder maximal national prominent. Anders Poilâne aus Paris. Von den USA bis nach Japan erstreckt sich das Vertriebsnetz, Hollywood-Größen lassen sich das Brot liefern, in Medien ist es immer wieder Thema. Selten liest man etwas über den Geschmack des prominenten Backwerks. Zeit für einen Abstecher nach Paris.

Man muss nicht nach Paris reisen, um in den Genuss von Poilâne-Brot zu kommen. Jeden Tag liefert das Unternehmen tausende von Laiben an Endkunden und Geschäfte weltweit. Aber natürlich ist es immer interessant, zur Quelle zu reisen. Und die liegt in der Pariser Rue du Cherche-Midi, im sechsten Arrondissement. Hier gründete Pierre Poilâne 1932 seine Bäckerei. Er kam aus der Normandie und folgte seiner Idee von gutem Sauerteigbrot.

Die war damals nicht gerade en vogue. Weißbrot aus fein gemahlenem hellen Mehl galt als edel. Er aber verarbeitete handwerklich gemahlene Weizen und backte ein klassisches Graubrot, allerdings ohne Roggenanteil. Steingemahlene T80-Mehl wird bis heute verwendet. Denn der Dickkopf setzte sich durch, die Menschen mochten sein Brot, das im Keller unter der Bäckerei aus dem Holzofen kam.

Der war schon lange vor Pierre im Gebäude. Bereits 1791 fand in der Backstube ein Konvent Pariser Bäcker statt. Die Wände atmen Geschichte. Und Pierre sollte sie weiterschreiben. Mit einem 1,9 Kilogramm schweren Bauernlaib, einem Miche (sprich: Miesch), der als Arme-Leute-Brot galt.

Das Viertel rund um die Bäckerei war tatsächlich auch kein reiches. Normale Menschen lebten zu jener Zeit dort, viele Künstler. So manchem unter ihnen erlaubte der alte Poilâne, sein Brot mit Kunstwerken zu bezahlen, wenn das Geld knapp war. So hängt ein kleiner Raum hinter der Verkaufstheke bis heute voll mit kleinen Gemälden von Brot und der Bäckerei Poilâne.



Im Kellergewölbe unter dem Verkaufsraum befindet sich die Backstube – typisch für Pariser Boulangerien



Knetmaschinen wurden in der zweiten Generation eingeführt. Alles andere blieb Handwerk, bis heute



In Reih und Glied kühlen die Laibe nach dem Backen aus



Selbst digitale Waagen sucht man in der Backstube vergebens



Nur steingemahlenes T80-Mehl kommt in das legendäre Brot, einige Mühlen beliefern Poilâne schon seit Jahrzehnten

Von Leinen bedeckt reifen die Teiglinge neben dem Holzofen

War Pierre noch ein volksnaher Handwerker, übernahm mit seinem Sohn eher ein Exzentriker das Familienunternehmen. Gerade 25 Jahre war er alt, als Lionel 1970 von seinem Vater übernahm. Auch er glaubte an das Handwerk und lehrte das seine Angestellten.

In den Augen von Lionel entsteht das beste Brot, wenn es mit den Händen erarbeitet wird und ein Mitarbeiter dabei die Verantwortung für einen Laib trägt – von der Herstellung des Teiges bis zum Gang in den Ofen. Gegenüber seinem Vater änderte er nur ein Detail und führte Knetmaschinen ein, um Kraft und Zeit der Bäcker für das eigentliche Handwerk zu sparen.

Mit seinem unbedingten Qualitäts-Willen war Poilâne zu seiner Zeit ein Wegbereiter der „Retro-Innovation“, der Verbindung aus traditionellem Handwerk und modernen Technolo-

gien. Zugleich war er auch ein Treiber im Unternehmerischen. Poilâne zu einer Marke weit über Paris hinaus zu machen war sein Ziel.

Dafür gab es zwei mögliche Wege – eine Bäckerei nach der nächsten gründen oder Vertriebspartner finden. Lionel entschied sich für den zweiten Weg. Und das erfolgreich. Bis heute kann man den Miche Poilâne im Berliner KaDeWe ebenso kaufen wie in Feinkostläden in Tokio oder Los Angeles. Er habe sich, heißt es heute, auf die Qualität konzentrieren wollen, nicht auf das Management einer Filial-Kette.

Dafür ließ der Unternehmer in den 1980ern eine Manufaktur in Bièvres, einem Vorort von Paris, bauen. Hier, gut 30 Kilometer vom Stammgeschäft entfernt, werden bis heute 24 Holzöfen an sechs Tagen pro Woche befeuert, um den weltweiten Hunger nach Poilâne-Brot zu stillen. 5.000 Laibe, 10 Tonnen Brot wollen gebacken werden. Jeden Tag.

Dem Brot-Absatz half auch das Marketing-Talent Lionels. Und nicht zuletzt eine besondere Freundschaft. Die verband ihn mit dem Surrealisten Salvador Dalí. Brot taucht in dessen Werk immer wieder auf. Einige seiner Werke wurden von Poilâne gebacken – so wie ein



Zum Befeuern des Holzofens dient Abfallholz



Für Salvador Dalí buk Lionel Poilâne einst Möbel und einen Brot-Kronleuchter. Für den kleinen Besprechungsraum der Bäckerei wird er alle vier Jahre neu angefertigt

Vogelkäfig oder auch Möbel für Installationen des Künstlers. Der Kronleuchter aus dieser Partnerschaft hängt bis heute in jenem kleinen Raum, der all die kleinen Gemälde zeigt, mit denen sich Pierre einst bezahlen ließ. Wobei der Leuchter etwa alle vier Jahre neu gebacken wird. Auch Poilâne-Brot hält nicht ewig.

So ganz ohne weitere eigene Läden ging es dann doch nicht. Insgesamt vier sind es heute in Paris, drei von ihnen mit eigenem Holzofen. Im Jahr 2000 wagte Lionel den Schritt nach Großbritannien. Im feinen Londoner Stadtteil Belgravia eröffnete er die erste Filiale außerhalb Paris', drei sind es heute in der britischen Hauptstadt. Beliefert werden sie mit Rohstoffen aus Frankreich.

Die Expansion, das weltweite Vertriebsnetz, die Prominenz der Marke Poilâne – inzwischen auch manifestiert im geschwungenen P auf jedem Laib des Miche Poilâne – sind Lionels Vermächtnis. Dem nahm sich seine Tochter im Oktober 2002 an. Viel zu früh, viel zu ungeplant und viel zu jung.

Gerade 18 Jahre alt war Apollonia Poilâne, als ihre Eltern bei einem Helikopter-Absturz ums

Leben kamen. In jener Zeit arbeitete sie in der Backstube, in der sie aufgewachsen war. Die Zusage für ein Studium an der amerikanischen Elite-Universität Harvard hatte sie gerade in der Tasche. Und plötzlich stand sie vor einer gigantischen Lebensentscheidung.

Sie entschied sich für alles. Nach Harvard ging sie trotz der schwierigen Situation. Von dort aus steuerte sie das Familienunternehmen. Einmal wöchentlich kam der Kurierdienst mit dem Brot. Heute, 16 Jahre später, kann man sagen, dass sie das Erbe in bester Tradition fortgeführt hat.



Von mittellosen Künstlern akzeptierte Gründer Pierre Poilâne gelegentlich auch Bilder seiner Brote oder der Boulangerie als Bezahlung. Sie zieren die Wände des kleinen Besprechungsraums



Boulangerie Poilâne
8 rue du Cherche-Midi
75006 Paris, Frankreich
www.poilane.com



Das Sortiment der Bäckerei geht heute weit über das Miche Poilâne hinaus, aber es bleibt das Signatur-Brot des Hauses



Im kleinen Verkaufsraum herrscht den ganzen Tag rege Betriebsamkeit, zwei Verkäuferinnen behalten den Überblick

Apollonia repräsentiert eine neue Generation. Sie ist nicht die Handwerkerin, wie der Großvater es war, und auch frei von der Exzentrik ihres Vaters. Bestens ausgebildet, führt sie effizient das Unternehmen, pendelt zwischen Paris und London und beantwortet auch nachts noch E-Mail-Anfragen, um Dinge schnell zu regeln.

Sie hat die Expansion verlangsamt, ohne die Marke zu beschädigen. Kontinuität ist ihr Markenzeichen. Noch immer kommt das Brot der Stammfiliale aus dem 200 Jahre alten Holzofen. Neue Bäcker werden weiterhin hier im Keller ausgebildet. So wie Mitarbeiter Lionel, der eigentlich einen guten Job in einem Institut des französischen Verteidigungsministeriums hatte. Vor sechs Jahren kam er aber darauf, dass er lieber etwas mit seinen Händen schaffen und Bäcker werden wollte. Nun fühlt er den Sauerteig, schiebt die Laibe in den Gärkörben immer wieder näher an den warmen Ofen, um die optimale Reife zu erreichen.

Denn Zusatzstoffe gibt es weiterhin nicht. Einziges Triebmittel ist der eigene Sauerteig, angesetzt in den 1950ern. Französisches Meersalz aus Guérande kommt in den Teig und eben steingemahlenes T80-Mehl. Es liegt in seinem Ausmahlgrad zwischen der deutschen Type 1050 und Vollkorn.

Auch die Zusammenarbeit mit den Mühlen besteht teilweise schon seit Jahrzehnten, wurde von den Großvätern der Familienunternehmen begründet. Einmal jährlich wählt die Bäckerei ihre Lieferanten für die kommenden 12 Monate aus.

Mit all diesem Wissen geht man dann zurück in den kleinen eleganten Verkaufsraum, wo den ganzen Tag rege Betriebsamkeit herrscht. Der 1,9-Kilo-Laib ist mit 9,40 Euro beinahe eines der günstigsten Produkte. Trotzdem kann man auch einzelne Scheiben kaufen. In die beißt man dann und ein wenig Enttäuschung steigt auf.

Das Miche Poilâne ist ein solides Sauerteigbrot. Aber mehr denn auch nicht. Manchmal ist die Geschichte hinter einem Produkt bei Weitem spannender als das Produkt selbst. ■



In der Rue du Cherche-Midi begann die Geschichte von Poilâne. Der Großteil der täglich 5.000 Brote wird vor den Toren von Paris gebacken

Der Autor und Redner Seth Godin
suchte Sauerteig und fand einen
interessanten Freund



Seth Godin über **seine Begegnung**

Text: Seth Godin

 www.sethgodin.com

mit dem legendären Bäcker

Treffen mit Poilâne

Vor 20 Jahren traf ich den berühmtesten Bäcker der Welt: Lionel Poilâne. Für eine Rede war ich gerade in Paris und besuchte Poilâne, eine Bäckerei, wesentlich kleiner als ihr Ruf einen glauben lassen würde. Ich hoffte, ein Kilo vom unbackenen Teig mitnehmen zu können, einen Sauerteig, den ich nutzen könnte, um in den nächsten Jahren hunderte Brote davon zu backen.

Mit heimlicher Freude über meine Schlitzohrigkeit, begann ich Brot und Tartes im Wert von 30,- Euro zu ordern. Und dann sagte ich ganz lapidar: „Und einen unbackenen Laib, bitte.“

Die Verkäufer hatten so etwas nicht. Es war unmöglich, nicht verfügbar, nicht erlaubt.

Ein bisschen zwingend sagte ich: „Ich bin sicher, dass Herr Poilâne kein Problem damit hat.“

Aufs Stichwort öffnete sich eine Tür hinter dem Verkaufstresen und ein gut aussehender Mann im Arbeitskittel kam heraus, um sich vorzustellen. Noch bevor er ein Wort sagte, sah ich das Funkeln in seinem Lächeln und war sicher, wir würden uns verstehen.

Statt mich rauszuschmeißen, lud er mich in sein Büro ein. Wir saßen zwei oder drei Stunden zusammen, sprachen über seine Arbeit. Er zeigte mir seine riesige Bibliothek der Brot-Geschichte, dann stiegen wir hinab in den heißen Keller mit dem riesigen Holzofen. Am Ende schickte er mich mit 2 Kilo unbackenen Teiges nach Hause. Ich hielt diesen Starter über Jahre am Leben.

Lionel verstand, dass geteiltes Brot kein verlorenes Brot ist. Dass niemand seinen Sauerteig stehlen konnte, selbst wenn man einen eigenen Teil davon zuhause hätte. Einige Jahre lang trafen wir uns zu ausgedehnten Mittagessen, wann immer ich für eine Rede in Paris war. Ich erklärte ihm das Internet und er zeigte mir die magische Schnittstelle von Großzügigkeit und Eigensinnigkeit.

Ideen, Brot und Bücher – sie alle haben eine Gemeinsamkeit. Sie werden besser, wenn man sie teilt. Eine Haltung von Großzügigkeit und Verbundenheit ersetzt die Angst vor Mangel. Lionel lebte diese Philosophie. Jeden Tag.



ÜBER DEN AUTOR

Der US-Amerikaner Seth Godin gründete mehrfach erfolgreich Unternehmen in unterschiedlichen Branchen. Bekannter wurde er als Redner und Buch-Autor zu den Themen Internet und Online-Marketing.



Foto: Darius Bashar and Archangel

Wann immer Seth Godin in Paris war, traf er sich zu ausgedehnten Mittagessen mit Lionel Poilâne

Als er und seine Frau bei einem Helikopter-Absturz ums Leben kamen, hinterließ er Freunde in allen Teilen der Welt und zwei Töchter im Teenager-Alter. Ich ehrte sein Andenken auf die für mich beste denkbare Weise – indem ich ihm ein Buch widmete. Ich hatte zu jener Zeit allerdings gerade keines in Arbeit und auch keine entsprechenden Pläne.

Das Buch, das ich dann Lionel zu Ehren schrieb, war „Purpe Cow – verändere Dein Business durch Deine Außergewöhnlichkeit“. Es basierte auf seiner Energie und seinen Einfluss auf so viele Menschen. Es änderte auch den Radius meiner eigenen Karriere als Autor.

Lionels älteste Tochter Apollonia übernahm die Bäckerei damals sofort. Einige Außenstehende glaubten, sie sei in der Lage, das zu bewältigen. Aber letztlich war sie noch ein Kind. Und die patriarchalische Einstellung der Bäckerei-Welt wie auch ihrer Stadt waren sicher keine Hilfe.

Sie hat die Qualität der Bäckerei nicht nur bewahrt, vielmehr hat sie den Einfluss von Poilâne noch gesteigert. Apollonia hat die Klarheit und den Einfluss ihres Vaters verkörpert und uns allen gezeigt, was es heißt, Ideen zu teilen und voranzugehen. Vom ersten Augenblick an stand sie da auf eine Weise, die das Andenken an ihren Vater ehrte.

Sie zeigte Großzügigkeit, Übermaß und Eigenwilligkeit im Dienste des Handwerks und der Gemeinschaft.

Ihr neues Buch, ihr erstes in englischer Sprache, ist gerade erschienen. Ihr Vater veränderte mein Leben. Ihr Brot und die Art, wie sie darüber spricht, verändert vielleicht Deines. 🍞

Anzeige

■ MIWE roll-in e⁺

Der Stikkenofen.

Das sparsame Herzstück der rollenden Produktion

- ▶ Einzigartig: Atmosphärisches Backen. Macht unabhängig von Witterungseinflüssen
- ▶ Flexible Charakteristik: MIWE delta-baking
- ▶ Geizt mit Energie – von Anschlusswert bis Wirkungsgrad
- ▶ Backen auf den Punkt: Kerntemperaturfühler
- ▶ Ergonomisch überzeugend: Soft Close-Tür, Fernanzeige, großes Display

Mehr Details:
www.miwe.de/roll-in



Kontaktieren Sie uns:
Telefon + 49 (0)9363 – 680 · contact@miwe.de

MIWE

Champagnerroggen-Mischbrot

Champagnerroggen, der seinen Ursprung tatsächlich in der französischen Region hat, zählt zu den Urgetreiden. Seine Körner sind voluminöser, sein Aroma rund und kräftig, die Backeigenschaften gut. Ein tolles Getreide, mit dem man den Kundinnen und Kunden etwas Besonderes bieten kann.

Rezept & Bild:
Akademie Deutsches
Bäckerhandwerk

Sauerteig

- ▶ 3,000 kg Champagnerroggenmehl Vollkorn
- ▶ 3,000 kg Wasser
- ▶ 0,300 kg Anstellgut

Kneten: 4 Minuten langsam
Teigtemperatur: 28°C
Teigruhe: 15-18 Stunden bei 25°C

Hauptteig

- ▶ 6,000 kg Sauerteig
 - ▶ 3,000 kg Champagnerroggenmehl Vollkorn
 - ▶ 4,000 kg Emmermehl 1300
 - ▶ 4,800 kg Wasser
 - ▶ 0,250 kg Honig
 - ▶ 0,200 kg Salz
 - ▶ 0,100 kg Hefe
- 18,350 kg Teig

Kneten: 6 Minuten langsam,
2 Minuten schnell
Teigtemperatur: 26°C
Teigruhe: 20 Minuten

Aufarbeitung

⊙ Teigeinlage 1.000 g
⊙ Teigstücke abwiegen und rundwirken, anschließend längs aufarbeiten und mit Schluss nach unten in mit Mehl bestäubte Körbchen legen. 60 Minuten Gare. Vor dem Backen nach Wunsch schneiden.

Backen

Schwaden: normal, nach 10 Minuten Zug ziehen
Backtemperatur: 260°C, fallend auf 210°C
Backzeit: 55-60 Minuten ■





Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

Dinkel- Roggen- Block

Ein Rezept von bestechender Einfachheit für ein Brot von hoher Aromatik. Dinkel und Roggen ergänzen sich geschmacklich aufs Beste. Der Einsatz von wenig Backhefe sorgt für eine lange Teigreife und damit für eine gute Bekömmlichkeit. Das Schrot gibt dem Brot einen angenehmen Biss.

Hauptteig

- ▶ 5,800 kg Dinkelschrot fein
- ▶ 4,200 kg Roggenschrot fein
- ▶ 9,100 kg Wasser
- ▶ 0,200 kg Salz
- ▶ 0,002 kg Hefe
- 19,302 kg Teig

Zum Bestreuen

- ▶ 0,300 kg Dinkelschrot mittel

Kneten: 10 Minuten langsam

Teigtemperatur: 28°C

Teigruhe: 30 Minuten

Aufarbeitung

- ⊙ Teigeinlage 1.100 g
- ⊙ Den Teig in Backformen absetzen und 12-18 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

Backen

Schwaden: normal,
nach 10 Minuten Zug ziehen
Backtemperatur: 250°C,
fallend auf 210°C
Backzeit: 50 Minuten ■



BEZUG

Für den Vertrieb der Charity-Caps gibt es eine Website:
www.charitycap.de

Caps für einen guten Zweck

#charitycap

Es gibt verschiedene Wege, mit schlechten Nachrichten umzugehen. Sebastian Däuwel hat sich für diesen entschieden: Das Beste draus machen. Um die Folgen seiner Chemotherapie zu verdecken, ließ er sich ein Cap anfertigen. Und als Leute an der Mütze Interesse hatten, machte er kurzerhand eine Charity-Aktion draus, die gerade richtig ins Rollen kommt.



- 1) Gedacht waren die Caps für das Team der Brotpuristen. Jetzt kann man sie kaufen und Gutes tun
- 2) Sebastian Däuwel kann sich auf sein Team verlassen, er selbst steht seit August nicht mehr in der Backstube
- 3) Zu haben sind die Mützen in Navy-Blau und Weinrot
- 4) Die Krebs-Diagnose führte Sebastian Däuwel geradewegs in eine Charity-Aktion

Sebastian Däuwel und die Brotpuristen-Backstube. Das ist so eine Einheit. Nicht mehr seit August 2019. Da musste der 36-jährige seinen Arbeitsplatz verlassen. Bei ihm war im Juli Lymphdrüsenkrebs diagnostiziert worden. Die Behandlung, die Chemotherapie ist kraftraubend. An Arbeit ist seitdem nicht mehr zu denken.

Die stemmen jetzt das 15-köpfige Team der Brotpuristen und Däuwels Freundin Tamara. „Sie machen das richtig gut. Das gibt mir Gelegenheit, mich auf die Heilung zu konzentrieren“, sagt Däuwel. Und deren Chancen sind bei dieser Krebs-Art relativ hoch. Mehr als 90 Prozent der Betroffenen kommen geheilt aus der Krankheit.

Wobei das mit dem Fokus auf die Arbeit nur so mittel klappt. Dafür ist der Tennisspieler wahrscheinlich zu aktiv. Und zu sehr Sportler im Geist, um die Dinge ruhig abzuwarten.

Begonnen hatte alles damit, das er sich eine Cap anfertigen ließ, um die Glatze infolge der Chemotherapie zu bedecken. Nach einem Post auf Instagram kamen die ersten Fragen nach der Mütze. Wo kann man die kaufen?

Gedacht waren sie eigentlich nur für die Belegschaft der Bäckerei. Aber wenn das Interesse schonmal da ist, kann man auch etwas sinnvolles daraus machen. So entstand die Idee, mit der Cap spenden für die Deutsche Krebshilfe zu sammeln.

Verkauft wird die Mütze für 25,- Euro. 15 davon fließen in Einkauf und Bestickung, die vor Ort in Speyer erledigt wird. 10,- Euro gehen an die Krebshilfe. Gewinn macht auf dem Weg niemand. Es geht um die Sache.

Und die kommt in Fahrt. Nachdem es aufgrund seiner Abwesenheit in der Backstube erstes Gerede, erste Gerüchte gab, entschied sich Sebastian Däuwel, seine Krankheit öffentlich zu machen. Mitte November stellte ein Video online, indem er von der Diagnose und der Charity-Aktion berichtete.

Nach nur fünf Tagen waren die ersten 130 Caps bestellt. Macht 1.300,- Euro spenden. Sebastian Däuwel: „Was ich super finde und womit ich nicht gerechnet habe: Es haben zahlreiche Bäckereien aus ganz Deutschland Caps bestellt. Das ist eine schöne Geste. Zum Beispiel hat die Bäckerei Borchers aus Hannover zehn Caps bestellt, die Holzofenbäckerei Ripken neun Caps, Aurhammer aus Oberammergau und Kloos aus Friedrichshafen waren mit jeweils fünf dabei, Bäckerei Glocker aus Gomadingen mit zwei.“ Aber das soll nur der Anfang sein.

Inzwischen gibt es eine eigene Website für den Verkauf der Caps. Lokale Medien berichten über die Aktion. „Ehrlich gesagt“, so Däuwel, „habe ich mit solch einer Resonanz nicht gerechnet. Vor allem habe ich auch viele Nachrichten bekommen, dass sich so mancher durch mein Facebook-Video ermutigt und bekräftigt fühlt, dass man auch bei solch einer Diagnose nicht den Kopf in den Sand stecken und sich nicht verstecken muss.“

So eine Krebs-Diagnose ist natürlich ein intimes Thema, so der Bäcker: „Aber für mich hat sich das jetzt gut angefühlt. Die Aktion mit den Caps und die positive Resonanz darauf lenken mich ab und stärken mich mental. Und wenn am Ende eine schöne Spendensumme zusammen kommt: umso besser!“ 🍷

Ziele mit **Mentaltraining** erreichen



Vom Spitzensport lernen

Mentaltraining für Bäcker? Verrückte Idee. Neumodisches Zeug. Möchte man meinen. Ist es aber nicht wirklich. Die Geschichte des Mentaltrainings begann bereits in den 1960er-Jahren. Der schwedische Psychologe Lars-Eric Unestahl beschäftigte sich damals schon eine ganze Weile mit Hypnose und Visualisierungen. Anfangs musste seine Frau als Versuchskaninchen herhalten. So sollte sie sich zum Beispiel vorstellen, dass ihre Hand von einem Feuer gewärmt wird. In Wahrheit steckte sie in einem Eimer mit Eiswasser. Unestahl maß derweil die Temperatur. Er wollte wissen, was man mit der Kraft der Gedanken erreichen kann. Dass sie eine weit größere Kraft haben als oft angenommen, ist inzwischen wissenschaftlich nachgewiesen.

Text: Annette Fürst

Experimente wie das von Alvaro Pascual-Leone (siehe Kasten „Neustart im Kopf“) zeigen, dass die Gedanken und Vorstellungen eines Menschen die Struktur seines Gehirns verändern. Wenn es also nicht zwischen Realität und Vorstellung unterscheiden kann, sollte man sich fragen, welche Art von

Gedanken den Alltag prägen und welches Kopfkino wir tagtäglich nutzen.

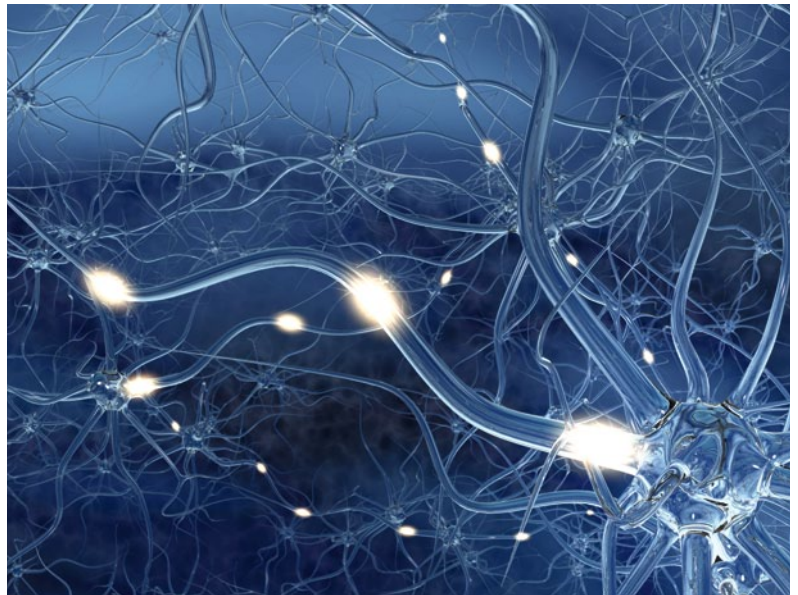
Das Gehirn lernt in so genannten neuronalen Netzwerken, in denen Bilder, Worte, Erlebnisse, Töne, Gerüche und Gefühle abgespeichert werden. Das Hebbsche Gesetz besagt: Zellen,

die gemeinsam feuern, vernetzen sich, vernetzte Zellen feuern gemeinsam. Was bedeutet das für den Alltag eines Menschen? Durch Erlebnisse, Gedanken und Visualisierungen, also unser Kopfkino, verknüpfen wir Zellen miteinander und je häufiger wir in eine bestimmte Richtung denken oder Kopfkino fahren, desto stabiler werden die Verbindungen zwischen den Nervenzellen.

Das lässt sich anhand der Myelinschicht um die Nervenzellen und der Menge der Botenstoffe feststellen, die zwischen zwei Nervenzellen ausgeschüttet werden. Die Tücke dabei ist, dass unser Gehirn versucht, Energie zu sparen. Da bewusste Entscheidungsprozesse sehr viel Energie verbrauchen, liebt unser Gehirn Automatismen, auf die es zurückgreifen kann. Es tut also das, was wir schon immer getan haben.

Jede Wiederholung stärkt das Netzwerk und erhöht die Wahrscheinlichkeit, genau dieses Netzwerk wieder zu aktivieren. Das kennt jeder Mensch, der mal im Urlaub auf der linken Straßenseite gefahren ist. Plötzlich geht das Autofahren gar nicht mehr so einfach und schwupp – hat man den Scheibenwischer betätigt, obwohl es doch der Blinker sein sollte.

Das erklärt übrigens auch die vielen Unfälle mit dem Roller in Thailand oder Bali, wenn Touristen sich denken, dass das Fahren auf der linken Straßenseite gar nicht so schwierig



Das Gehirn arbeitet in neuronalen Netzwerken, die Training brauchen

ist. Dabei stimmt das eigentlich. Aber eben nur bei voller Konzentration. Bis ein Auto entgegenkommt, das Gehirn auf vorhandene Muster zurückgreift und instinktiv nach rechts lenken lässt.

Prinzipiell sind gut funktionierende und schon fast zur Datenbahn ausgebaute neuronale Netzwerke eine super Sache. Wenn es sich um ein positives Netzwerk handelt. Gar nicht gut, wenn es sich um negative Netzwerke handelt. Auch hier werden die Netzwerke durch jede Visualisierung, durch jedes sich hineinsteigern, durch jedes neue Erleben gefestigt. So entstehen nach und nach sich selbst erfüllende Prophezeiungen.

Wer die Dinge negativ gestimmt angeht, wird sie oft auch negativ erleben





Gedanken beeinflussen die Struktur des Gehirns

NEUSTART IM KOPF

2017 erschien bereits die dritte Auflage des Buchs "Neustart im Kopf – Wie sich unser Gehirn selbst repariert" von Norman Doidge. Es ist für alle Menschen empfehlenswert, die in normaler Sprache etwas über das Gehirn lernen möchten. Anhand vieler Beispiele erfährt man, über welche immense Kräfte das menschliche Gehirn verfügt.

Das folgende Beispiel zeigt eindrücklich, welche Möglichkeiten sich mit mentalem Training ergeben könnten. Bereits 1894 hatte Santiago Ramón y Cajal die These, dass wir mit unseren Gedanken das Gehirn formen können. Der spanische Professor Alvaro Pascual-Leone entschied sich, ein Experiment durchzuführen, um den Nachweis dafür zu erbringen. Mittels der transkraniellen Magnetstimulation (TMS) lässt sich das Gehirn ohne physischen Eingriff kartieren, um herauszufinden wie die Landkarte des Gehirns aussieht und wo welche Funktion angesiedelt ist. Pascual-Leone nutzte dieses Verfahren für sein Experiment.

Zwei Gruppen von Versuchsteilnehmern, die zuvor noch nie an einem Klavier gesessen hatten, sollten dasselbe Musikstück im gleichen Zeitraum lernen – fünf Tage hintereinander, je zwei Stunden. Eine Gruppe übte tatsächlich am Klavier, die andere saß vor dem Klavier und stellte sich vor, sie würde spielen. Vor dem Experiment und an jedem Abend wurde jedes Teilnehmer-Gehirn mit der TMS kartografiert. Das Ergebnis: Die Gehirne in beiden Gruppen veränderten sich sehr ähnlich.

Zunächst waren die Leistungen der Gruppe, die am Klavier übte, etwas besser. Doch nach zwei Stunden Übung am Klavier holte die Gruppe, die vorher nur mental trainiert hatte, auf und konnte genauso gut spielen wie die erste Gruppe. Die Vorstellung hat den Grundstein dafür gelegt, die Fähigkeit dieses Stück am Klavier zu spielen in kürzester Zeit zu erlernen.



Angenommen, ein wichtiges Team-Meeting steht an und es gab in der Vergangenheit häufiger Meetings, die nicht gut gelaufen sind. Dann ist das Netzwerk bereits negativ vorgespannt. Steigert man sich vorher ordentlich in diese Gedanken an vergangene schlechte Erfahrungen hinein, stellt sich womöglich noch das eigene Versagen vor, festigt man das Negativnetzwerk. Dann kann man schon davon ausgehen, dass das nächste Team-Meeting furchtbar werden wird.

Dieser Spirale kann man entgegentreten, sie durchbrechen. Denn die eigenen Fähigkeiten lassen sich mental trainieren.

Der Einstieg ins Mentaltraining ist in erster Linie harte Arbeit und bedeutet das bewusste Anlegen eines neuen neuronalen Netzwerkes. Konsequenz und Ausdauer sind die Zauberwörter. Hier stimmt der Spruch: „Machen ist wie wollen, nur krasser.“

Wer ins Mentaltraining einsteigen möchte, kann mit folgenden Schritten beginnen.

1. Wählen der Einstellung

Egal wann man aufsteht und sich für den Arbeitsbeginn unter die Dusche stellt – es gilt, die Einstellung für den neuen Tag zu wählen und so dem Gehirn eine Art Brille auf die Nase zu setzen, um den Fokus zu lenken. Aufgrund der hohen Informationsflut, der man jeden Tag ausgesetzt ist, muss das Gehirn den Fokus lenken und Informationen filtern. Das Gehirn tut brav, was man ihm sagt.

Lautet die Einstellung „Mist, schon wieder liegt so ein langer blöder Arbeitstag mit schwierigen Menschen vor mir“, so wird die Wahrnehmung genau auf den blöden Arbeitstag und die schwierigen Menschen gelenkt. Ist die Einstellung „Auf geht's, mal sehen was ich heute alles bewegen kann“, so liegt der Fokus auf positiven Dingen und dieses Netzwerk wird gefestigt. Dabei geht es nicht darum, sich alles nur schön zu reden, sondern immer wieder auf das zu fokussieren, was positiv ist, um nicht in ein ständiges negatives Netzwerk einzusteigen.

ZIELE IM KOPF ERREICHEN

1964 hat Billy Mills bei den Olympischen Spielen in Tokio für die größte Überraschung überhaupt gesorgt. Er gewann den 10.000-Meter-Lauf der Herren. Mills hatte sich darauf vier Jahre lang akribisch vorbereitet. Auf der einen Seite schrieb er in sein Notizbuch immer wieder Sätze wie „Ich bin in Topform“ oder „Ich werde gewinnen“, auf der anderen Seite lief er dieses Rennen dutzende Male am Tag in seinen Gedanken. Immer und immer wieder. Die große Herausforderung für Billy Mills war, seine eigene Bestzeit um zwei Minuten zu verbessern, um eine Chance auf den Sieg zu haben. Billy überlegte sehr genau, wie viel schneller er pro Runde laufen musste, um siegen zu können. Dann lief und lief und lief er sein Rennen immer und immer wieder in Gedanken. Am Ende stand der echte Sieg.



2. Fokus auf Erfolg, Freude und Dankbarkeit

Zur Zeit sind so genannte Glückstagebücher sehr populär. Es finden sich unterschiedliche Varianten davon in den Buchhandlungen. Auch damit lässt sich das Gehirn trainieren, um neuronale Netzwerke aufzubauen oder zu stärken.

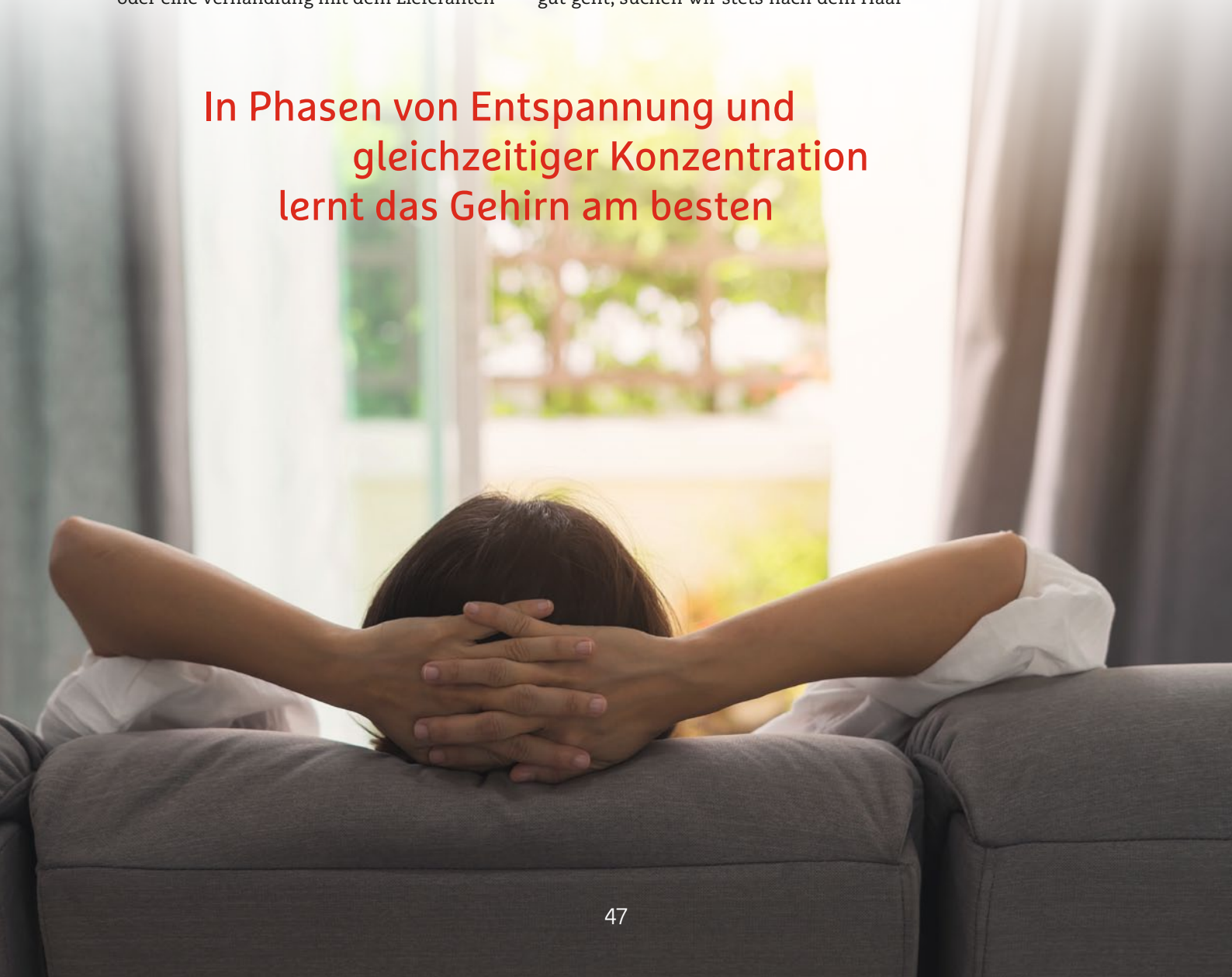
Die Aufgabe ist, jeden Tag drei Dinge aufzuschreiben, bei denen man erfolgreich gewesen ist. Alle Mitarbeiter schon morgens gelobt oder eine Verhandlung mit dem Lieferanten

erfolgreich geführt zu haben, sind Beispiele. Es kann etwas Großes sein oder auch eine winzig kleine Sache.

Die nächste Aufgabe lautet, sich drei Dinge klar zu machen, über die man sich gefreut hat. Das Lächeln des Mitarbeiters, vielleicht ein besonders gut gelungenes Brot oder das „Danke“ eines Kunden.

Zuletzt heißt es, drei Dinge zu finden, für die man dankbar sein kann. Obwohl es uns gut geht, suchen wir stets nach dem Haar

**In Phasen von Entspannung und
gleichzeitiger Konzentration
lernt das Gehirn am besten**



Sich selbst erfüllende Prophezeiungen –
mit dem Formen der Gedanken beginnt
der Weg zur erfolgreichen Umsetzung



in der Suppe, das wir selbstverständlich finden werden. So bekommen wir es mit viel Erfolg hin, unglücklich statt dankbar zu sein. Dankbarkeit ist der Stoff, aus dem das Glück gemacht wird.

3. Positive Selbstgespräche

Fast alle Menschen tun es: Mit sich selbst sprechen – laut oder leise. Fragt sich nun, wie der Umgang mit sich selbst ist. Wohlwollend und zugewandt oder abwertend und kritisch?

ÜBER DIE AUTORIN

Annette Fürst studierte neben ihrer Ausbildung zur Reiseverkehrskauffrau Betriebswirtschaftslehre und anschließend Psychologie. Die Diplom-Psychologin absolvierte Zusatzausbildungen in den Bereichen Training, Business Coaching und Therapie. So deckt sie ein breites Spektrum an Beratungsmöglichkeiten ab, das sie vor allem auch im Bäckerhandwerk zum Einsatz bringt.



Foto: Alexander Bernhardt

Auch hier bastelt jeder Mensch an seinen ganz persönlichen neuronalen Netzwerken. Die Sozialpsychologie hat in Experimenten herausgefunden, dass jeder Mensch sich selbst am meisten glaubt (Cialdini, „Die Psychologie des Überzeugens“). Es sind also schlechte Voraussetzungen für ein langes und glückliches Leben, wenn man sich selbst ständig niedermacht. Entsprechend heißt es hier, sich selbst zu ermuntern, sich gut zuzureden und sich auf die Schulter zu klopfen.

4. Positives Kopfkino

Wenn doch das Gehirn nicht zwischen inneren Bildern und der Realität unterscheiden kann und herausfordernde Aufgaben vor einem liegen, kann man mit positivem Kopfkino einfach so tun, als würde man die Aufgabe oder Herausforderung positiv erleben und meistern, bevor man es wirklich so erlebt. Im Gehirn werden genau die gleichen Regionen aktiviert. Also stellt man sich ein schwieriges Gespräch, eine wichtige Verhandlung oder ein

Teammeeting eben so vor, wie man es gern hätte. Man geht den eigenen Auftritt, das eigene Verhalten in Gedanken ganz genau durch und erlebt alles vorab. Das ist der Stoff, mit dem Spitzensportler arbeiten. Übrigens kann auch Mentaltraining nur das eigene Verhalten und Erleben beeinflussen, eine Fernbedienung für andere Menschen gibt es leider nicht.

Will man noch einen Schritt weiter gehen, so bietet sich der „Inner Mental Room“ von Lars-Eric Unestahl an. Die Visualisierungen sind in einem entspannten und gleichzeitig hochkonzentrierten Zustand noch effektiver. Unestahl entwickelte folgenden Rahmen für die Arbeit mit Sportlern: Zunächst den Einstieg in die Entspannung und dann die Kreation des eigenen „Inner Mental Room“, also eines inneren Mental-Raums.

Eine wirklich gute deutsche Übersetzung gibt es dafür nicht. Es handelt sich um einen inneren Raum, in dem man an den eigenen Zielen

INNERER MENTAL-RAUM

Hier ist eine Audioanleitung für den „Inner Mental Room“ zu finden: www.fürst-class.org/downloads

arbeitet. Dafür wird eine Tafel benötigt, auf die man das Ziel kurz und knackig schreibt, zum Beispiel „Gelassen im Teammeeting“. Positiv formuliert, ohne Verneinungen und nicht zu lang.

Die zweite sehr wichtige Zutat ist ein Bildschirm in diesem inneren Raum. Das kann ein erdachtes Tablet sein oder sogar eine Kinoleinwand. Hier heißt es „den eigenen Film“ immer und immer wieder ganz genau anzuschauen: Wie ganz genau werde ich sein, wenn ich gelassen im Teammeeting bin? Wie fühlt sich Gelassenheit an? Wie ist meine Körperhaltung? Wie werde ich sprechen? Wie gehe ich mit Einwänden um?

Und dann heißt es üben, üben, üben. Denn Mentaltraining ist Training. 📌

Anzeigen



**Natürlich
mit Sauerteig!**

Das BÖCKER Sortiment:

- Starter für Betriebsauerteige
- getrocknet, flüssig, pastös
- Bio-Qualität
- glutenfreier Sauerteig
- glutenfreie Backwaren



B:PURE

BÖCKER GLUTEN FREE

BÖCKER Ernst BÖCKER GmbH & Co. KG
www.sauerteig.de | info@sauerteig.de   



Neukunden und Mehrumsatz durch
Backworkshops.

BakeNight.com hilft dir dabei.



Melde dich bei victor@bakenight.com
und teste unser Konzept unverbindlich
mit dem Betreff: **„BrotPro“**.


 **BAKENIGHT**



Mit **Klarheit** den Verkauf managen

Das Chaos beherrschen

Text & Bilder:
Sabrina Dietel und
Michaela Kluge

 www.die-kluge-beratung.de/

Jede Verkaufsleitung, jede Filialleitung kennt das. Der Tag beginnt im Grunde ohne Probleme und nur kurze Zeit später herrscht Chaos. Ware ist nicht vollständig geliefert worden, die Theken-Präsentation ist lückenhaft und im Laden steht schon die erste lange Schlange ungeduldiger Kunden. Schnell ergibt man sich dem Chaos, der rote Faden geht verloren, der Tag läuft aus dem Ruder. Zeit für Gegenmaßnahmen.

Guter Verkauf braucht Ruhe und Struktur. Wer den Verkauf oder die Filiale leitet, hat Vorbildfunktion. Nicht ganz einfach, wenn dumherum ungefähr nichts nach Plan läuft. Aber es gibt Strategien zur Vermeidung des alltäglichen Chaos'.

Grundsätzlich gilt es natürlich, sich nicht aus der Ruhe bringen lassen. Schließlich muss

jemand mit diesen ständig auftretenden Vorkommnissen besonnen und fachgerecht umgehen können. Eben die Person, die die Verantwortung trägt. Sie muss dem Team ein Vorbild sein, wie ein Fels in der Brandung stehen – egal was kommt.

Grundlage dafür sind natürlich Erfahrungen und das Vertrautsein mit den Abläufen in den Filialen. Wer Abläufe, Räumlichkeiten



Egal ob neue Leute oder Springer – alle müssen gleichermaßen wissen, was zu tun ist

und das Team kennt, kann den Alltag gut strukturieren. An erster Stelle steht die Planung der Schichten.

Im Mittelpunkt steht das Filialhandbuch. Es enthält Ablaufpläne der einzelnen Arbeitsschichten und beugt so einfachen Stolperstellen und Unwissenheit vor. Dem Handbuch können alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter detailliert jeden Arbeitsschritt der Früh- sowie Spätschicht entnehmen. Dabei ist jeder

Schritt mit einem realistischen Zeitrahmen zu versehen. Um das Team nicht zu überfordern und zu frustrieren, sollte der jeweils einen Puffer enthalten. Menschen haben unterschiedliche Arbeitsgeschwindigkeiten. Das gilt es zu beachten.

Mit dem Zeitplan soll und darf das Team nicht unter Druck gesetzt werden. Es dient vielmehr der Orientierung und der Eigenkontrolle. Letztlich kann man das Team so auch

Arbeitsplanung KW 36 2. September - 8. September							
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	TO DO
Besuch Filiale A Kontrolle	Puffer	Frei	8 Uhr Werkstatt	Besuch Filiale C	Abruf	Frei	Kunden- beschwerde besprechen MA Mustermann
Besuch Filiale B Kontrolle	Vorbereitung Vorstellungs- gespräch		Kontrolle Filiale C Delegierte Aufgabe umgesetzt?	Besuch Filiale D	Abarbeiten der offenen Aufgaben		Stellen- auschreibung anpassen
10 Uhr - 12 Uhr Büro	15 Uhr Vorstel- lungsgespräch		Puffer	Besuch Filiale A	Puffer		In allen Filialen Aktionen kontrollieren
Besuch Filiale C Aufgabe/Delegieren Temperaturlisten ab- geben	Nachbe- sprechung Vorstellungs- gespräch		Besuch Filiale A	Büro/Puffer			Mitarbeiterge- spräch Termine festlegen MA Kunstmann MA Maier
Besuch Filiale D Kundenbeschwerde MA Mustermann	Puffer		Büro				
Ziele erreicht:							

Eine eigene Wochenplanung erleichtert es, die Prioritäten im Blick zu behalten

stärken, indem neue Leute anhand des Handbuchs einheitlich und effizient eingearbeitet werden. Auch Springer finden auf diese Weise sofort Orientierung. Sollten die erarbeiteten Listen lang und unübersichtlich werden, können sie wie To-Do-Punkte gestaltet werden.

Um Prozesse zu vereinheitlichen und damit auch eine gleichbleibende Qualität sichern zu können, sollten alle Arbeitsschritte detaillierter festgehalten werden. Foto-Dokumentationen können die gleichbleibende Präsentation der einzelnen Theken-Abschnitte wie Snack, Brot, Brötchen oder Gebäck sicherstellen. Dabei ist wichtig, die einzelnen Tageszeiten entsprechend abzubilden.

Keine Frage: Die Erarbeitung dieser Listen und Dokumentationen ist zeitaufwändig. Aber es gilt der Leitsatz „Plane deine Arbeit, dann arbeite nach Plan“. Das Filial-Leben wird mit diesen Grundlagen deutlich einfacher.

Nicht minder wichtig sind das Planen des eigenen Alltags und das Setzen eigener Ziele. Dabei sind drei Kategorien wichtig:

Einteilung → wichtig, weniger wichtig, demnächst

Aufteilung → Ermessen der Zeitintensität, Festlegung der Tageszeit

Verteilung → Delegieren von Aufgaben

FRÜHSCHICHT (6.00 UHR BIS 7.00 UHR)

- ✓ Kasse aus dem Tresor holen
- ✓ Kasse/Bondrucker/Waage einschalten
- ✓ Zeitungen einräumen
- ✓ Semmeln/Brot/Gebäck einräumen
- ✓ Lappen für Kaffeemaschine bereit legen (Milch/Pulver/Tisch)
- ✓ Boden kehren
- ✓ Aufstelltafel aufstellen
- ✓ Preisschilder anbringen
- ✓ Bestellzettel durchgehen und herrichten/anrichten

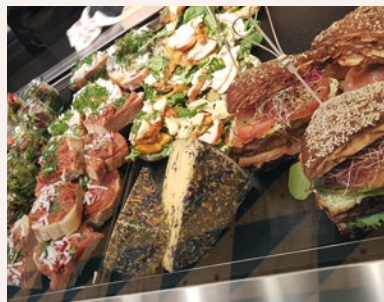


DOPPELSCHICHT

- ✓ Putzpläne erledigen
- ✓ Auffüllen, was nötig ist
- wichtig: Kaffeebohnen maximal 2 Tüten
- ✓ Regelmäßig Boden kehren
- ✓ Theke in Top-Zustand halten
- ✓ Aufstelltafel anpassen
- werbewirksam aufstellen
- ✓ Tische abräumen
- ✓ Wenn Luft - Straße kehren
- ✓ Geschirr spülen
- ✓ Gegen Mittag Geldscheine in Tresor legen
- ✓ Lieferungen/Abholungen in Kasse eingeben
- ✓ Korntraum auf Seite legen für Snacks
- ✓ Zucker auffüllen
- ✓ Milch hochholen, gegebenenfalls in Kühlschrank räumen
- ✓ Tische regelmäßig abwischen
- ✓ Gegebenenfalls Waschmaschine anstellen/Wäsche aufhängen
- ✓ Mittagessen auf Facebook posten

Zum Ende der Doppelschicht

- ✓ Kaffeesatz entleeren
- ✓ Spülmaschine reinigen
- ✓ Tafel für die Frührschicht erneuern





Das Filialhandbuch ist eine ebenso einfache wie praktische Antwort auf die Herausforderungen des Alltags

Und dann geht es um die Umsetzung.

Regelmäßigkeit → keine Filialen vernachlässigen, dennoch keine Routine der Kontrollbesuche einkehren lassen

Konsequenz → Eigenmotivation und Vorbildwirkung

Kontrolle → Verteilte Aufgaben sowie Fehler-Verbesserungen kontrollieren

Es empfiehlt sich, all das aufzuschreiben, um es selbst immer wieder vor Augen zu haben. Dabei gibt es wiederkehrende Routinen und tagesaktuelle Aufgaben. Letztere sollten gleich morgens aufgelistet werden, sortiert nach Wichtigkeit, damit man sich von oben nach unten durch die Prioritäten arbeiten kann. Puffer und Freizeiten sind essentieller Bestandteil der eigenen Planung und sollten nicht vergessen werden.

SPÄTDIENST

- ✓ Zeitungen zusammenbinden
- ✓ Getränke auffüllen
- ✓ Geschirr verräumen
- ✓ Milchkännchen säubern
- ✓ Gebäckzangen säubern
- ✓ Brotmesser säubern
- ✓ Fliesen im Brotregal wischen
- ✓ Müll entsorgen
- ✓ Tische abwischen
- ✓ Sitzkissen ordnen
- ✓ Retoure eingeben

- ✓ Zucker auffüllen
- ✓ Tüten auffüllen
- ✓ Spülmittel auffüllen
- ✓ Glasreiniger auffüllen
- ✓ Becher auffüllen
- ✓ Deckel auffüllen
- ✓ Toiletten-Artikel auffüllen
- ✓ Toilettenpapier
- ✓ Handtücher
- ✓ Papierkorb leeren

- ✓ Kaffee genügend da im Regal?
- ✓ Putzlappen für morgens da?

Reinigen ab 18 Uhr

- ✓ Küche kehren
- ✓ Küche wischen
- ✓ Bäckerbereich kehren
- ✓ Bäckerbereich wischen
- ✓ Verkaufsbereich kehren
- ✓ Verkaufsbereich wischen
- ✓ Café kehren
- ✓ Café wischen
- ✓ Teppiche kehren/saugen
- ✓ Glasflächen reinigen
- ✓ Brotregal fahrbar kehren
- ✓ Spülmaschine reinigen
- ✓ Kaffeemaschine reinigen 18Uhr/14Uhr

Entscheidend ist dann aber auch Selbstkontrolle, also der Abgleich zwischen Vorhaben und Erledigungen am Ende des Tages.

All diese Maßnahmen können allerdings nur dann funktionieren, wenn das Team den Weg auch mitgeht. Eine einsame Verkaufsleitung

— Anzeigen

DETAILLIERTE BEBILDERTE ZUBEREITUNGSANLEITUNGEN SORGEN FÜR EIN GLEICHBLEIBENDES ERSCHEINUNGSBILD UND VERHINDERN MISSVERSTÄNDNISSE



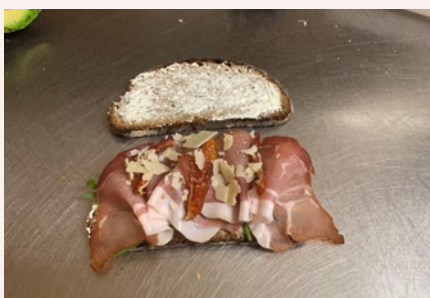
Brotscheiben bis zum Rand bestreichen
Damit die Krume nicht austrocknet
 Auf eine Seite den Rucola verteilen
Es darf nicht zu viel über den Rand schauen



3 Scheiben Parmaschinken leicht wellig darauflegen
Nicht niederdrücken, damit die Fülle bleibt



3 Scheiben getrocknete Tomaten verteilen
Darauf achten, dass diese nicht mehr ölig sind



Etwas Parmesanspäne darauf verteilen
Darauf achten, dass sie zu sehen sind



Etwas Sprossen verteilen
Darauf achten, dass sie zu sehen sind



Die zweite Scheibe Brot leicht auflegen
Darauf achten, dass alles zu sehen ist und nicht niederdrücken, damit die Fülle des Produktes erhalten bleibt

bewegt nicht viel. Das Team muss eingebunden werden, seine Aufgaben übernehmen und klar Teil des Ganzen sein. Entsprechend muss die Verkaufsleitung delegieren, die Stärken einzelner Mitarbeiterinnen erkennen sowie nutzen und alle bei der Umsetzung unterstützen.

Dazu zählt, Änderungen, Herausforderungen und Notwendigkeiten zu erklären. Die Mitarbeiterinnen müssen verstehen, warum zu tun ist, was zu tun ist. Je mehr sie eingebunden sind, desto eher können sie hinter dem stehen, was sie tun und im Verkauf mit Sympathie und Leidenschaft überzeugen. 🍷

ÜBER DIE AUTORINNEN

Sie haben selbst alle Stationen des Verkaufs durchlaufen und jede Menge Erfahrung in der Praxis gesammelt. Als „Zwei Engel fürs Bäckerhandwerk“ geben Sabrina Dietel und Michaela Kluge ihr Know-how an Betriebe weiter.



Nur wenn die Prozesse funktionieren, kann der Verkauf entspannt und überzeugend arbeiten



Grünteebrot mit gelber Bete

Zugegeben, die Mischung aus gelber Bete und grünem Tee klingt zunächst gewöhnungsbedürftig. Aber das Ergebnis überzeugt. Ein saftiges Brot mit angenehmer Aromatik schmeichelt dem Gaumen und macht sich hervorragend auf dem Abendbrotstisch.

Sauerteig

- ▶ 2,500 kg Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 2,500 kg Wasser
- ▶ 0,250 kg Anstellgut Roggen

Kneten: 3 Minuten langsam,
1 Minute schnell

Teigtemperatur: 28°C

Teigruhe: 16 Stunden bei 28°C

Gebrühter Tee

- ▶ 0,200 kg Grüner Tee
- ▶ 4,000 kg Wasser

☉ Das Wasser mit 90°C über die Teeblätter gießen, 10 Minuten ziehen lassen, Tee absieben

Brühstück

- ▶ 1,000 kg Weizenschrot Vollkorn (mittel)
- ▶ 3,900 kg Gebrühter Tee
- ▶ 0,200 kg abgeseibte Teeblätter

Hauptteig

- ▶ 5,000 kg Sauerteig
- ▶ 5,100 kg Brühstück
- ▶ 6,500 kg Weizenmehl 550
- ▶ 0,800 kg Wasser
- ▶ 0,100 kg Joghurt
- ▶ 0,200 kg Salz
- ▶ 0,200 kg Hefe
- ▶ 1,500 kg Gelbe Bete (gewürfelt)
- ▶ 0,800 kg Mandeln (geröstet)
- 20,200 kg Teig

Kneten: 4 Minuten langsam,
4-5 Minuten schnell, kurz vor Ende
Mandeln und gelbe Bete unterkneten
Teigtemperatur: 24-25°C
Teigruhe: 30 Minuten

Aufarbeitung

- ☉ Teigeinlage 300 g
- ☉ Teig auswiegen, anschließend rundwirken und jeweils einen Teigballen in Weizenschrot wälzen, in der Mitte platzieren, auf einen Abziehapparat legen, sodass ein Drilling entsteht. 60 Minuten Gare.

Backen

Schwaden: normal,
nach 10 Minuten Zug ziehen
Backtemperatur: 240°C,
fallend auf 210°C
Backzeit: 45-50 Minuten ■

Rezept & Bild:
Akademie Deutsches
Bäckerhandwerk



Tagebuch vom **Weg in die Selbstständigkeit**

Abbruch

Text: Sascha Schäfer

Über Monate hinweg hat Sascha Schäfer den Weg in die Selbstständigkeit beschritten. Ziel war die eigene Bäckerei in Buxtehude. Das Objekt ist gefunden, der Businessplan fast fertig, die Eröffnung scheint bereits in greifbarer Nähe. Aber dann steht plötzlich doch alles in Frage.



Der Pachtvertrag für den eigenen Laden war schon beinahe unterschriftsreif

Als wir das Tagebuch erstmals besprochen haben, war ich begeistert. Das wäre schließlich auch gute Werbung für meinen neuen, meinen ersten eigenen Laden. Natürlich hat jede Medaille eine Kehrseite. Was, wenn irgendwas schief läuft oder ich es einfach verbocke. Das wäre dann ja auch öffentlich.

Aber daran wollte ich nicht denken. Schließlich bin ich zu 110 Prozent von meiner Geschäftsidee überzeugt. Und ich weiß, dass ich es auch gebacken bekomme. Aber nun wird es doch erstmal keinen eigenen Laden geben.

Mit der ehemaligen „Wunderbar“ in Buxtehude hatten wir endlich eine passende Immobilie gefunden. Der Pachtvertrag war zur Unterschrift bereit. Mit Markus Hübner, unserem Unternehmensberater, kamen wir mit dem Businessplan gut voran. Die Finanzierung machte mir keine Sorgen. Obwohl alles noch ganz am Anfang stand, stellte ich mir immer wieder vor, wie unsere Eröffnungsfeier aussehen würde.

Seit drei Jahren arbeite ich als Bäcker im Hamburger Braugasthaus Altes Mädchen.

Etliche Behördengänge sind erledigt, und dann kommt doch alles ganz anders

Tim Mälzers Bullerei ist nur einen Steinwurf entfernt. Entsprechend kamen wir immer mal wieder ins Gespräch. Das erste Mal kam er vorbei, um meine Franzbrötchen zu loben. Tim sagte, er habe noch nie bessere gegessen. Da war ich stolz wie Bolle.





Mitten in die Planungen für die Selbständigkeiten kommen ganz andere Neuigkeiten. Prioritäten verschieben sich

Als wir uns vor Kurzem mal wieder sahen, fragte ich, ob er als Ehrengast zu meiner Eröffnungsfeier kommen würde. So kamen wir ins Gespräch über meine Pläne und das Konzept fand er richtig gut. Wenn der Termin passen würde, könnte ich ihn einplanen.

Dann regte er an, doch mal über ein gemeinsames Projekt nachzudenken. Mälzer, Bacsau, Nordmann Unternehmensgruppe. Bei den beiden gebe es ohnehin schon Überlegungen für eine offene Bäckerei.

Ich reagierte eher ablehnend, wollte ja aber mein eigenes Ding machen. Vielleicht etwas voreilig. Tim ließ nicht sofort locker. Man könne ja einfach drüber nachdenken, womöglich wäre es ja wie mein eigenes Ding. Es würde eh noch ein Jahr dauern, vielleicht länger.

Bei mir dauerte es nur zwei Wochen, bis etwas ganz anderes unverhofft dazwischen kam. Vielleicht auch nicht ganz unverhofft. Meine Freude war riesig. Ich hatte jeden Tag in jeder Stunde nur an meine Selbstständigkeit gedacht und hart dafür gearbeitet. Plötzlich rückte das in den Hintergrund und ich konnte nur noch daran denken, wie es sein würde, mein eigenes Baby im Arm zu halten. So ein richtiges. Meine Freundin war schwanger.

Meine Eltern waren die ersten, die es von mir erfuhren. Sie freuten sich wahnsinnig, gaben aber auch gleich zu bedenken, ob das denn alles zu schaffen sei – Selbstständigkeit und Neugeborenes. Die Eröffnung war für Dezember oder Januar anvisiert, der Geburtstermin für Ende Januar.

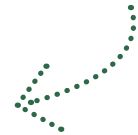
Meine Euphorie und der Glaube an mich selbst waren grenzenlos. Na klar würde ich



Partner Peter Unterschütz, selbst seit einem Jahr Vater, hat Verständnis für die Entscheidung



Tim Mälzer
 öffnet ganz
 neue Türen für
 die Zukunft



das hinbekommen. Aber das Gedankenkarussell war in Gang gesetzt. Tagelang quälte ich mich in Gedanken, zweifelte, war überzeugt, stellte nochmal alles in Frage. Keine einfache Zeit. Aber immerhin eine, in der noch alles offen war.

Kurz vor der Eröffnung hätte es auch theoretisch kein Zurück mehr gegeben. So aber hatte ich alles selbst in der Hand. Natürlich planten wir nur eine kleine Bäckerei. Aber auch die bedeutet 14 bis 15 Stunden Arbeit pro Tag. Und das an 7 Tagen.

Zudem kostet ein Baby Geld. Ich will, dass es meiner Familie gut geht, es an nichts fehlt. Natürlich spielte dieser finanzielle Aspekt eine Rolle in meinen Gedanken. Kann ich ausreichend und sicher Geld verdienen? Kann ich neben der Bäckerei Zeit für mein Kind aufbringen?

Und dann hatte ich immer wieder Tims Angebot im Hinterkopf. Er ist ja nun kein Unbekannter, keine kleine Nummer. Ich weiß schon von ein paar Leuten, die ihn kennen. Sein Wort hat Gewicht.

Klar war – ich muss diese Entscheidung jetzt treffen. Meine Freundin würde mir keine

Steine in den Weg legen, das war klar. Sie weiß, wie wichtig mir der Traum von der Selbstständigkeit ist, wie sehr ich dafür brenne. Aber jetzt ging es nicht nur um mich und meine Träume. Jetzt ging es um meine Familie. Und bei allem Ehrgeiz ist die eben doch das Wichtigste.

Deshalb habe ich entschieden, den Schritt in die Selbstständigkeit jetzt abzublasen. Es ist keine Entscheidung gegen diesen Plan, sondern für die Familie. Ich plane ein paar Wochen Vaterschaftsurlaub. Undenkbar mit einem neu eröffneten eigenen Laden. Aber ich will die vollgekackten Windeln meines Kindes selbst wechseln.

Mein Partner Peter war selbst vor einem guten Jahr Vater geworden. Er hatte Verständnis für meine Bedenken, Prioritäten und für meine Entscheidung. Das war schonmal sehr erleichternd.

Da gab es aber noch unseren Vertrag mit dem Unternehmensberater. Der ist nicht gerade für ein paar Brote zu haben. Es geht schon um ein paar tausend Euro. Vertraglich war seine Honorar-Zahlung in drei Raten festgelegt. Die erste war bereits bezahlt. Und dafür hatte der Berater auch bereits einiges getan.



Jetzt gilt die Konzentration erstmal voll den Brot-Kreationen im Alten Mädchen

Meine Hoffnung war, an dieser Stelle aus dem Vertrag und damit um die beiden weiteren Raten heranzukommen.

Ich bat Markus Hübner um ein zeitnahes Telefontermin. Ich erzählte ihm alles und war gespannt, wie es weitergehen würde. Natürlich fand er es erstmal schade, wollte mich noch überreden, es doch zu machen. Er hatte selbst Spaß an dem Projekt. Das war ihm anzumerken und im Grunde natürlich sehr positiv.

Um den Vertrag, meinte er, solle ich mir mal keine Gedanken machen. Wir würden ihn, so sein Vorschlag, erstmal bis Ende nächsten Jahres ruhen lassen. Entsprechend fallen die weiteren Zahlungen erstmal weg und wenn es doch weitergehen sollte, ist er als Berater wieder am Start. Ende des Jahres setzen wir uns dann zusammen und entscheiden, ob und wie es weitergeht. Ich bin dankbar für die Lösung.

Mittlerweile sind wir privat umgezogen und haben uns ein schönes, großes Nest einge-

richtet. Endlich habe ich zuhause auch mein eigenes Büro, in dem ich meine berufliche Zukunft, neue Brot-Kreationen und Projekte planen kann.

In den nächsten Wochen sitze ich mit Tim Mälzer und Oliver Nordmann zusammen. Dann überlegen wir, wie unsere Zusammenarbeit aussehen könnte. Der eigene Laden in Buxtehude ist nicht komplett vom Tisch. Im nächsten Jahr werde ich entscheiden, was für meine Familie und unsere Zukunft am besten passt.

Erstmal freue ich mich auf die Geburt und konzentriere mich auf die Arbeit im Alten Mädchen. Unsere Gäste sollen sich weiterhin von kreativen Brot-Kreationen überraschen lassen und auf neue Workshops freuen.

Ich bereue die Entscheidung nicht. Ich werde nächstes Jahr einige Seminare besuchen und mich weiterbilden. Das ist das Schöne an meinem Beruf. Man kann immer etwas Neues lernen und es wird nie langweilig. Und dann schauen wir mal, was die Zukunft bringt. 🍞

Apfel-Rotkohl mit Kaffeekruste

Eine Kaffeekruste mit leichter Bitternote trifft auf aromatischen Teig mit Kohl-Aroma. Die Mischung klingt wild, macht aber optisch wie geschmacklich eine richtig gute Figur. Und bietet Kunden bunte Abwechslung im Brot-Regal.

Sauerteig

- ▶ 1,900 kg Roggenmehl 1150
- ▶ 1,500 kg Wasser
- ▶ 0,190 kg Anstellgut

Mischen: 3 Minuten langsam
Teigtemperatur: 28°C
Teigruhe: 16-18 Stunden bei Raumtemperatur

Vorteig

- ▶ 1,900 kg Weizenmehl 550
- ▶ 1,260 kg Wasser
- ▶ 0,020 kg Hefe

Mischen: 3 Minuten langsam
Teigtemperatur: 24°C
Teigruhe: 2 Stunden bei Raumtemperatur, dann über Nacht im Kühlhaus

Aromapaste

- ▶ 0,470 kg Altbrot (gemahlen)
- ▶ 1,400 kg Wasser

- ⦿ Wasser aufkochen, das Altbrot unterrühren und nochmal kurz aufkochen lassen. Dann abkühlen lassen (3-4 Stunden oder über Nacht im Kühlhaus)

Kaffeestreiche

- ▶ 0,560 kg Roggenmehl 1150
- ▶ 0,950 kg Wasser
- ▶ 0,120 kg Kaffeebohnen (grob gemahlen)
- ▶ 0,003 kg Hefe

- ⦿ Die Zutaten mischen und 30 Minuten stehen lassen

Hauptteig

- ▶ 3,400 kg Sauerteig
- ▶ 3,180 kg Vorteig
- ▶ 1,870 kg Aromapaste

- ▶ 3,150 kg Weizenmehl 1050
- ▶ 1,260 kg Weizenmehl Vollkorn
- ▶ 1,260 kg Roggenmehl 1150
- ▶ 1,900 kg Rotkohl (geschnitten)
- ▶ 16 Äpfel (gewürfelt)
- ▶ 0,080 kg Hefe
- ▶ 0,030 kg Pfeffer (frisch gemahlen)
- 19,525 kg Teig

Kneten: 5 Minuten langsam, 3 Minuten schnell
Teigtemperatur: 26°C
Teigruhe: 30 Minuten


Aufarbeitung

- ⦿ Teigeinlage 650 g
- ⦿ Teigstücke abwägen, lang in Gärkorbchen mit Schluss nach oben aufarbeiten. 30 Minuten Gare bei Raumtemperatur, danach etwa 2 Stunden im Kühlhaus. Dann die Brote stürzen und mit der Kaffeestreiche abstreichen. Nochmal zirka 30 min ruhen lassen

Backen

Schwaden: normal, nach 10 Minuten Zug ziehen
Backtemperatur: 250°C, fallend auf 220°C
Backzeit: 40-45 Minuten

Rezept & Bild: Sascha Schäfer

 @brotsommelier_backsau



1,3 Milliarden Tonnen genussfähige
Nahrungsmittel landen jährlich
weltweit im Müll



Retouren **sinnvoll** verwerten

Abfallvermeidung

1,3 Milliarden Tonnen noch genussfähiger Lebensmittel landen jährlich weltweit im Müll. Auf Platz zwei der weggeworfenen Produkte: Backwaren. Das ist ethisch ein Problem, aber auch wirtschaftlich. In seiner Abschlussarbeit zum Brotsommelier hat sich Klaus Borchers intensiv mit dem Thema auseinandergesetzt und Wege aufgezeigt, die Lebensmittelabfall vermeiden und Retouren gewinnbringend verwerten.

Text: Klaus Borchers,
Sebastian Marquardt

Für Klaus Borchers ist die Situation sehr klar: „Sowohl mit Blick auf das weitere Ansteigen der Weltbevölkerung als auch auf die damit verbundene weitere Intensivierung der Landwirtschaft ist unser heutiger Umgang mit Nahrungsmitteln nicht länger akzeptabel. Zwei Zahlen genügen, um die Tragödie zu verdeutlichen: Von den sieben Milliarden Menschen auf der Welt hungert täglich rund eine Milliarde. Gleichzeitig würde die globale Lebensmittelproduktion theoretisch ausreichen, um nicht nur sieben, sondern neun, zehn oder gar zwölf Milliarden Menschen zu ernähren.“

Die Frage nach der Lebensmittelverschwendung stellt sich auf vielen Ebenen, nicht nur der ethischen. Da sind auch schlichte wirtschaftliche Aspekte. Es gibt verschiedene Untersuchungen diverser Organisationen, die sich teilweise widersprüchlich gegenüberstehen.

Die Studie „Global Food Losses and Food Waste“ der Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) aus dem Jahr 2011 beziffert die weltweiten Verluste an Lebensmitteln, die für die menschliche Ernährung geeignet wären, auf 1,3 Milliarden Tonnen im Jahr. Danach werden in Europa

und Nordamerika pro Kopf und Jahr etwa 900 Kilo Lebensmittel produziert. Die Verlustmenge davon liegt zwischen 280 und 300 Kilogramm, also bei rund einem Drittel.

Am geringsten sind dieser Studie zur Folge die absoluten Verluste in Süd- und Südostasien. Dort werden von 460 Kilo produzierten Lebensmitteln etwa 150 verschwendet, was ebenfalls etwa einem Drittel entspricht. Die Menge liegt aber im Vergleich mit Europa und Nordamerika absolut um fast die Hälfte niedriger.

Dabei findet das Wegwerfen genussfähiger Nahrungsmittel in allen Teilen der Wertschöpfungskette statt. Teilt man die Gesamtmenge der Verluste von im Mittel 290 Kilogramm auf den Ursprung ihres Entstehens auf, so entfallen in Nordamerika und Europa etwa 95 bis 115 Kilogramm auf Verluste in Privathaushalten, also am Ende der Wertschöpfungskette. Andere Verlustquellen finden sich auf den vorgelagerten Stufen, etwa bei der Ernte, bei Verarbeitung und Transport sowie im Handel und bei der Lagerung.

Der Wert der Verluste bei Konsumenten ist in Südafrika und Südostasien mit 6 bis 11 Kilo pro Kopf und Jahr um ein Vielfaches geringer. Die Studie kommt zu dem Schluss, dass die Verluste an Lebensmitteln in den industrialisierten Ländern Nordamerikas, Europas und Asiens etwa genauso groß sind, wie in den Entwicklungsländern Afrikas und Asiens. Sie entstehen allerdings auf unterschiedlichen Stufen der Wertschöpfungskette.

Dabei werden in den Ländern mit höherem Einkommen tendenziell mehr Lebensmit-



Klaus Borchers hat sich intensiv mit dem Thema der Abfallvermeidung auseinandergesetzt



Backwaren liegen nach Obst und Gemüse auf Platz zwei der weggeworfenen Lebensmittel

tel verschwendet, die noch für den menschlichen Verzehr geeignet wären. Dagegen gehen in den Ländern mit geringerem Einkommen die meisten Lebensmittel während der Erzeugung und Verarbeitung verloren. Die Verluste bei Handel und Konsumenten sind in den Industriestaaten mit 220 Millionen Tonnen im Jahr fast so hoch wie die gesamte Produktion an Lebensmitteln in Afrika südlich der Sahara.

Je höher die Erwartungen des Handels und der Verbraucher/innen an die Verfügbarkeit qualitativ hochwertiger und in ihrer Beschaffenheit stets gleicher Produkte sind, umso größer wird die eingeplante Produktionsreserve seitens der landwirtschaftlichen Erzeuger angesetzt. Damit sollen sowohl witterungsbedingte Risiken bei der Erzeugung von Lebensmitteln pflanzlichen Ursprungs als auch krankheitsbedingte und durch andere Einflüsse hervorgerufene Beeinträchtigungen bei der Tierhaltung bereits auf dieser frühen Stufe ausgeglichen werden.

5 Millimeter Umfang machen den Unterschied, ob ein Apfel in die Güteklasse 1 fällt





Schon bei der Ernte werden genussfähige Lebensmittel aussortiert, die von Standards abweichen

Eine Milliarde Menschen leidet an Hunger. Das macht Lebensmittelverschwendung auch zum ethischen Problem



Die sich daraus ergebenden, über den wirklichen Bedarf hinausgehenden Mengen, erhöhen wiederum den Anteil an nicht verzehrten, also verschwendeten Nahrungsmitteln. In den meisten Fällen ist nicht einmal eine Verwertung zur Tierfütterung wirtschaftlich sinnvoll, sodass diese Lebensmittel schlussendlich einer sinnvollen Verwendung ganz und gar entzogen bleiben, obwohl ihre Erzeugung erhebliche Ressourcen gebunden hat.

Die europäischen Privat-Haushalte nehmen am Aufkommen verschwendeter Lebensmittel ganze 53 Prozent ein. Die Unterschiede innerhalb der EU sind dabei gravierend. Mit erschreckenden 541 Kilogramm pro Person und Jahr liegen die Niederlande an der Spitze, während für Slowenien nur 72 Kilogramm ermittelt wurden – 13,3 Prozent des Spitzenwertes.

In Europa gibt es zudem einen hohen Einfluss der Gesetzgebung auf die gesamte Wertschöpfungskette der Lebensmittelerzeugung

Lebensmittel-Abfälle basieren oft auf zu großzügigen Einkäufen



und des Handels. Zahlreiche Vorschriften und Verordnungen regeln die Herstellung, den Umgang und das Inverkehrbringen von Lebensmitteln. Dazu gehören unter anderem strenge Bestimmungen über Güte und Beschaffenheit vieler Lebensmittel. So entscheiden beispielsweise 5 Millimeter Umfang über die Frage, ob ein Apfel der Handelsklasse 1 zugeordnet werden kann. Diese „cosmetic standards“ werden zum Teil vom Handel eingefordert, weil zum Beispiel bei Obst und Gemüse aus seiner Sicht eine stets gleiche und gleichbleibende Größe von Verbraucherseite erwartet und verlangt werde. Das Mindesthaltbarkeitsdatum mag ebenso Faktor sein. 53 Prozent der Konsument(inn)en haben laut dieser Studie keine genaue Vorstellung, was dieses Datum konkret bedeutet.

Für Deutschland hat die Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) zwischen Mai 2016 und Oktober 2017 im Rahmen einer umfangreichen Erhebung erstmals repräsentative Ergebnisse über Menge, Art und Zusammensetzung von Lebensmittelabfällen in privaten Haushalten



Die Befragung der Borchers-Kunden zeigte Problembewusstsein

ermittelt. Die an der Studie beteiligten etwa 7.000 Haushalte haben über einen Zeitraum von einem Jahr Tagebücher geführt und in detaillierten Befragungen Auskunft über den Umgang mit Lebensmitteln gegeben.

Die umfangreiche Studie ermittelt als Abfallmenge pro Haushalt 109 Kilogramm pro Jahr. Der statistische Haushalt wird mit zwei Personen angesetzt und liefert also einen jährlichen Wert von 55 Kilogramm pro Person und läge damit um mehr als die Hälfte unter dem Wert, den die FAO Studie ausweist. Hier muss allerdings berücksichtigt werden, dass die GfK Studie ausschließlich die Verluste in den Haushalten und nicht die Verluste auf den anderen Stufen der Wertschöpfungskette erfasst hat.

Alle Erhebungen weisen darauf hin, dass bei der Aufteilung nach bestimmten Lebensmit-

telgruppen stets Obst und Gemüse mit etwa 44 Prozent an erster Stelle liegen, gefolgt von Brot und Backwaren mit einem Anteil von etwa 15 Prozent. Alle anderen Gruppen machen in der Summe deutlich weniger aus als diese beiden Bereiche.

Damit liegt nahe, dass die Backbranche Handlungsbedarf hat. Seine Abschlussarbeit hat Klaus Borchers genutzt, die Kundinnen und Kunden seiner Bäckerei in Hannover zu befragen. Deutlich wurde aus den Ergebnissen, dass es auf Verbraucherseite ein Problembewusstsein wie auch eine realistische Einschätzung der Situation in Sachen Lebensmittelverschwendung gibt. 70 Prozent der Befragten gab dabei selbstkritisch zu, Nahrungsmittel vor allem wegzuworfen, weil zuvor zu viel gekauft wurde.

Als Lösungsansatz halten nur 18 Prozent der Borchers-Kunden eine Verringerung des Angebots für richtig. Vielmehr sei gezielteres Einkaufen die Lösung (53 Prozent). Von der Bäckerei selbst wird eine „bessere Verwertung der Überschüsse“ erwartet.

Letzteres ist ein wichtiges Thema in der Branche. Bei der Erwartung eines breiten Angebotes bis in die Abendstunden müssen zwangs-

Anzeigen

Helmut Schön (+Team)
 Bäckermeister / Techniker
 Coach & Mediator

Von Bäcker zu Bäcker unabhängig – problemorientiert – praxisnah

Der Bäcker Coach / Produktionsberatung

- Ursachen erforschen
- Lösungen erarbeiten
- Strategien entwickeln
- Technologische Begleitung
- NEU: Nährwertberechnung
- Fachliche Begleitung

ERFA-Kreise / Für Praktiker (für Produktions- u. VK-Leiter/innen)
 fachliche Weiterbildung auf Augenhöhe / ohne Kennzahlen

Bäckereitechnologie – Bildungsreisen – Projektplanung
 www.baecereitechnologie.de / Tel. +49 (0) 7425 – 327 880

Über 35 Jahre Betriebs- und Produktionsberatung
 Seit mehr als 10 Jahren „praktische ERFA-Kreis-Arbeit“

Schnitzer
 Partnerbäcker

So schmeckt Vollkorn!

100% Vollkorn

So backen Vollkorn-Körner!

Wir kreieren Ihre Vollkorn-Rezepte

0781 50475-30
 www.schnitzer.eu

Die Lebensmittelverschwendung ist in Europa ungleich verteilt, Spitzenreiter sind die Niederlande



läufig Retouren entstehen. Einen Ansatz, sie mit einem klugen Sortiments-Management zu minimieren, gab es in Ausgabe 2/19 von **BROTpro**. Das dort vorgestellte Konzept korrespondiert mit der Bereitschaft von mehr als 50 Prozent der Kundinnen und Kunden, kurz vor Feierabend ein nur noch eingeschränktes Sortiment zu akzeptieren, die Klaus Borchers im Rahmen der Umfrage ermittelt hat.

Da für die Produktion der Backwaren jede Menge Ressourcen investiert wurden, muss es jedoch eigentlich Ziel sein, sie auch zu 100 Prozent zu verwerten. Ansätze gibt es mit der Herstellung und aktiven Vermarktung von Brot-Chips oder Semmelmehl. Die doppelte Verarbeitung macht es schwierig, bei ehrlicher betriebswirtschaftlicher Betrachtung Deckungsbeiträge zu erzielen. Spenden an Tafeln oder andere soziale Einrichtungen erzielen keine Einnahmen, führen die Retouren aber einer sinnvollen Verwertung zu. Ähnlich die Abgabe als Tierfutter.

Einige Unternehmen haben gute Erfahrungen mit der Abgabe von Vortagesprodukten zum halben Preis gemacht. Da stellt sich allerdings die Frage nach der Wertschätzung für Backwaren, die bei echter handwerklicher Herstellung oft am zweiten Tag eine noch bessere Aromenentwicklung haben.

Klaus Borchers wiederum hat es geschafft, mit Retouren inzwischen Deckungsbeiträge zu erzielen. Dafür nutzt sein Unternehmen die App „Too good to go“. 2015 in Dänemark gegründet, legt das Unternehmen eine dynamische Entwicklung hin und beschäftigt bei der deutschen Tochter inzwischen 50 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Bisher haben hierzulande mehr als 2 Millionen Menschen das Angebot genutzt, bei dem etwa 4.000 Unternehmen in 910 Städten mitmachen.

Das Modell ist relativ einfach. Unternehmen – Lebensmittelhändler, Restaurants, Bäckereien – stellen eine definierte Anzahl

von Portionen zur Verfügung, die klar in der App bepreist werden. Im Fall Borchers sind es pro Filiale 10 Pakete à 3,- Euro, in denen abends Produkte im Wert von mindestens 6,- Euro liegen. Ausschließlich solche, die in die Retoure gegangen wären.

Nutzerinnen und Nutzer der App buchen das Angebot online und zahlen direkt in der App. 2,7 Millionen mal bisher deutschlandweit. In einem vorgesehenen Zeitfenster können sie die Waren dann abholen. Der App-Anbieter erhält 0,85 Euro für jede Bestellung und schüttet den Rest an die Unternehmen aus.

Einen Kannibalisierungseffekt kann Klaus Borchers nicht feststellen. In seiner Beobachtung wird die App mehrheitlich von jungen Menschen genutzt – oft aus finanziellen Gründen, aber auch aus dem Bewusstsein heraus, Lebensmittel vor der Mülltonne zu retten. Es sind vor allem Kundinnen und Kunden, die die Bäckerei sonst nicht hätte.

Seine Alternative ist die kostenintensive Entsorgung der Lebensmittel bei einem zertifizierten Dienstleister. Für Borchers eine klare Rechnung: „Nach einigen Monaten Anlaufzeit waren die durch den App-Verkauf erzielten Erträge größer als die Kosten für die Entsorgung. Die ab dem 7. Monat erzielten Überschüsse über die Entsorgungskosten summierten sich in den acht Folgemonaten auf etwas mehr als 5.000,- Euro.“ Seit Nutzung

Auch ein mangelndes Verständnis für das Mindesthaltbarkeitsdatum trägt zum Abfall bei





Abgerechnet wird in der App, abgeholt zu einer vorgegebenen Zeit im Laden

der App hat sich das Entsorgungsvolumen der Bäckerei um 60 Prozent verringert.

Zudem bringt der Einsatz einen Marketing-Effekt mit sich. Lokale Medien haben darüber berichtet, bei Abholung der Pakete kommen Kundinnen und Kunden miteinander ins Gespräch. Das alles zahlt positiv auf das Image der Bäckerei ein.

Auch Plattformen wie die 2012 in Berlin gegründete Initiative foodsharing.de sind eine Möglichkeit, Retouren

einer sinnvollen Verwertung zuzuführen. Dahinter steht ein gemeinnütziger Verein. Daher ist das Projekt strikt unkommerziell und basiert auf ehrenamtlichem Engagement.

Ob nun aus ethischen Gründen oder schlicht wirtschaftlichen – es lohnt sich, das Thema Retouren anzugehen. Ob nun im Sinne ihrer Vermeidung oder im Sinne einer konstruktiven Verwertung. Am Ende lässt sich sogar neues Erlöspotenzial erschließen. Daneben dient es dem Gewissen ebenso wie dem Image des Betriebes. 🌱



Ein Team von 50 Mitarbeiter/innen leitet Laure Berment als Geschäftsführerin von Too good to go in Deutschland



Plattformen wie foodsharing.de retten Lebensmittel mit ehrenamtlichem Engagement

Anzeige

HAÜSSLER

Ladenbacköfen

Komplett mit Schamottestein ausgekleidet. Für die optimale Backqualität in ruhender Atmosphäre.

Telefon 07371/93 77-0
www.backdorf.de





„Wahrscheinlich krebserregend“: Nachtarbeit in der Kritik

Macht die Nacht krank?

Schon im Jahr 2007 wurde bei der Weltgesundheitsorganisation (WHO) der Verdacht geäußert, Nachtarbeit könne das Krebs-Risiko erhöhen. Aktuelle Untersuchungen des Themas stärken den Verdacht. Gleichwohl gibt es noch offene Fragen.

Für die WHO-Agentur für Krebsforschung (International Agency for Research on Cancer – IARC) haben 27 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus 16 Ländern Erkenntnisse zusammengetragen. Im Ergebnis ordnen sie Nachtarbeit der Risikostufe 2A zu, „wahrscheinlich krebserregend“. Das betrifft laut Bundesagentur für Arbeitsschutz

und Arbeitsmedizin etwa 7 Prozent der Arbeitnehmer/innen in Deutschland, zum größten Teil Männer.

Damit fallen Nachtschichten in dieselbe Risikogruppe wie der übermäßige Verzehr von rotem Fleisch oder das Pflanzenschutzmittel Glyphosat. „Sicher krebserregend“ sind Alko-



In einer groß angelegten Studien-Auswertung wurde die Nachtarbeit als möglicher Auslöser von Tumore in Brust, Darm und Prostata eingestuft

hol und Wurst in entsprechender Dosierung. Eine schlussendliche Wertung ist aber schwierig, denn die Experten benennen nur das grundsätzliche Risiko eines Stoffes oder Umstandes. Offen lassen sie die Häufigkeit oder Intensität, die nötig ist, um das Risiko zu steigern.

Insofern ist auch nicht klar, wie oft oder intensiv Nachtarbeit vorliegen muss, um tatsächlich das Krebsrisiko für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu erhöhen. Das IARC-Papier konstatiert „eingeschränkte Nachweise“ für Tumore in Brust, Prostata und Darm, ausgelöst durch Nachtarbeit.

Die Diskussionen innerhalb des Gremiums waren durchaus kontrovers, wie Teilnehmer berichten. Denn es gibt auch neuere Studien, die keinen Zusammenhang zwischen Arbeitszeit und Krankheitsrisiko erkennen. Andere halten ihn für eindeutig belegt und sind in ihrer Herleitung durchaus überzeugend. Das Problem liegt unter anderem in der Einordnung der biologischen Befunde. Die ist auch für Experten überaus anspruchsvoll.

Unabhängig davon ist das Gesundheitsrisiko von Schichtarbeit inzwischen hinlänglich belegt. Der Wechsel des Arbeitsrhythmus gilt als förderlich für Herzinfarkte, Schlafstörungen oder Bluthochdruck.

Insofern stellt sich die Frage nach Arbeitszeiten ohnehin. Für die Backbranche liegt die Antwort in langer Teigführung. Sie schafft Vorteile auf vielen Ebenen. Die Produkte zeichnen sich durch bessere Bekömmlichkeit, mehr Aroma und längere Haltbarkeit aus. Das Backstuben-Team wiederum kann morgens mit dem Abbacken der am Vortag produzierten Backwaren einsteigen. Nachtarbeit entfällt. Der Umstieg mit Investitionen in Kühltechnik und dem Ausgleich wegfallender Nachtzuschläge ist anspruchsvoll, das Ergebnis aber ein Quantensprung in Produkt- und Lebensqualität. 🍞



Die Stückgare über Nacht steigert Produkt- und Lebensqualität

Vom **Bio-Hof** zur Backstube

Pionier-Arbeit

Gerhard Göttsch, Matthias Schiller und Olaf Knickrehm (von links) auf einem der Felder, auf denen das Bio-Getreide für das Passader Backhaus angebaut wird



Von der Pionierarbeit als Öko-Betrieb, der Verarbeitung und Verwendung des eigenen Kornes, den Besonderheiten eines Bio-Betriebs, von Schicksalsschlägen und den Problemen, in einem abgelegenen Gebiet Personal und Nachwuchs zu finden. Diese und mehr Geschichten liefert das Passader Backhaus.

Passade, ein kleines Dorf, idyllisch gelegen am gleichnamigen See, inmitten der Probstei im Landkreis Plön, Schleswig-Holstein. Es gibt hier ein romantisches Hotel unter Reet mit einem kleinen Café. Auf dem See bietet der Kieler Wasserski-Club Schnupperkurse an. In den Sommermonaten zieht nicht nur das zahlreiche Touristen hierher. Und dennoch ist man nicht mittendrin, im sommerlichen Ostsee-Trubel. Das Meer ist etwa 10, Kiel knapp 20 Kilometer entfernt. Lage, Lage, Lage, würde der Immobilienmakler schwärmen. Aber die Erreichbarkeit dieser Lage wird mitunter auch zum Nachteil.

„Bevor ich hier angefangen habe, musste ich erstmal nachgucken, wo Passade überhaupt liegt“, sagt Oliver Grube mit einem Lächeln. Grube, kräftig, fester Händedruck, arbeitet erst seit 2018 im Passader Backhaus. Anfang 2019 hat er dann die Produktionsleitung übernommen. „Wenn man aus Kiel kommt, verschlägt es einen doch eher selten hierher.“ Für den Verkauf sei das kein Problem. Sowohl Touristen als auch Anwohner sorgten für ausreichend Auslastung des Hofladens.

Nur Nachwuchs zu bekommen sei zusätzlich zu den üblichen Problemen, mit denen viele

Bäckereien derzeit zu kämpfen haben, durch die Lage nochmals erschwert. Minderjährige Azubis, die nicht um die Ecke wohnen und per Rad oder Moped anreisen können, erreichen die Bäckerei einfach nicht. Oder besser gesagt, nicht zur passenden und nach Jugendarbeitsschutzgesetz erlaubten Zeit.

„Der erste Bus aus Richtung Kiel kommt hier um kurz vor 7 Uhr an, da haben wir Bäcker unsere Arbeit zum größten Teil erledigt“, so Grube. „Wenn wir dann in Schulen um Nachwuchs werben, stellen wir uns natürlich schon die Frage, wie viel Sinn ergibt das, wenn die von uns angesprochenen und interessierten Jugendlichen gar nicht die Möglichkeit haben, uns zu erreichen.“ Der derzeitige Azubi ist 35, da stellt sich das Problem aktuell nicht.

Personell ist das Unternehmen momentan ohnehin gut aufgestellt. „Das war aber bei Weitem nicht immer so“, gesteht Grube. „Wir kommen da schon aus einem Tal, hatten mit argen Personalsorgen zu kämpfen, waren ständig unterbesetzt. Da waren schwierige Jahre dabei“, beschreibt Grube die Situation vor seinem Antritt im Passader Backhaus. Ein Schicksalsschlag tat das Übrige. Der plötzli-

Text: Christoph Bremer
Bilder: Christoph Bremer, Henrik Matzen, Claudia Heckl



Nicht nur Vollkornmehl wird verarbeitet, auch Weißmehl kommt zum Einsatz. Wie bei diesem Ciabatta-Teig





Im Passader Backhaus wird auch im Holzofen gebacken

che Tod eines langjährigen Mitarbeiters warf die Bio-Bäckerei weit zurück.

Dass sich die Lage inzwischen derart verbessert hat, dass man zeitweise sogar einen Bäcker zu viel hatte, hat auch mit Grube zu tun. Es mag ein Stück weit an seiner positiven Art liegen, dass er ehemalige Kollegen nach Passade lockte. Aber das allein war sicher nicht der ausschlaggebende Punkt, wie er selbst zugibt. „Geregelte Arbeitszeiten ohne Überstunden, dazu eine gesicherte Fünf-Tage-Woche und sonntags zumeist frei – das sind schon Pfunde, mit denen wir wuchern können“, so Grube. „Work-Life-Balance, die Vereinbarkeit von Beruf und Familie, wird für die meisten Arbeitnehmer immer wichtiger. Das gilt auch für uns Bäcker“, so Grube. Als Vater zweier kleiner Kinder weiß er, wovon er spricht.



Das Backen im Holzofen ist ein Imagefaktor und etwas Show. Um Wirtschaftlichkeit geht es weniger

Doch neben den harten spielen auch weiche Faktoren eine Rolle. „Die ganze Bio-Sache sorgt für eine ganz andere Stimmung. Hier herrscht ein komplett anderes Miteinander, als ich es aus meiner vorigen Station, einer konventionellen Backstube, gewohnt war“, so Grube. Auch der Umgang mit Fehlern sei ein ganz anderer. Das liege am Respekt vor dem Produkt. Vom Rohstoff angefangen, bis hin zum fertigen Brot. Das wirkt sich dann auch auf den Ton in der Backstube aus. „Der ist manchmal fast schon zu nett“, schmunzelt er.

Verantwortlich für dieses Miteinander und damit Tonangebend ist Olaf Knickrehm. Der hochgewachsene Mann ist geschäftsführender Gesellschafter und ein echtes Passader Urgestein. Nicht nur, weil er aus der Gegend kommt. Schon als Student hat er hier als Verkäufer gearbeitet und den Backbetrieb seitdem mit aufgebaut. „Ich war auch zwischendurch woanders, habe während und nach meinem Studium in Hamburg gelebt und gearbeitet, aber am Ende hat es mich hierher zurückgezogen.“ In die Gegend und in den Betrieb, wie er sagt. Auch wenn seine Freunde sich gewundert hätten. „Du willst doch jetzt nicht etwa wieder Brot verkaufen, haben Sie mich gefragt“, sagt er mit einem Lächeln.



Olaf Knickrehm holt eines der Lochbleche, durch die das Getreide „geblasen“ wird



Der Diplom-Betriebswirt erzählt mit Begeisterung von den Anfängen. Als der Landwirt Gerhard Götsch den Hof seiner Eltern zu einem Bio-Betrieb umgebaut hat. „Da haben hier viele mit dem Kopf geschüttelt und gedacht, lass den mal machen, der wird schon wieder zur Vernunft kommen und sein



Produktionsleiter Oliver Grube an einer Mühle, die vor allem für Demonstrationszwecke genutzt wird

Korn so anbauen, wie sich das gehört.“ 1974 war das und Göttsch somit einer der ersten Öko-Landwirte in Schleswig-Holstein. Sein Antrieb für die Neuorientierung war die – wie man heute weiß berechnete – Sorge, dass sich die Pflanzenschutzmittel als Rückstände in Nahrungsmitteln wiederfinden und darüber hinaus Boden und Lebewesen belasten.

„Am Anfang hatte er echte Pionierarbeit zu leisten. Es gab ja kaum Erfahrungswerte, wie so eine Umstellung funktioniert, wie man das wirtschaftlich hinbekommt. Und Literatur zu dem Thema war auch Mangelware“, so Knickrehm. Göttsch hatte also viel zu lernen und probierte viel herum, bis er es verstand, seine Anbaumethoden derart anzupassen, dass sie für die Böden des Hofes und die Witterung der Region passten. 2013 ging er in Rente. Seitdem bewirtschaftet Matthias Schiller, ebenfalls erfahrener Bio-Bauer, die 220 Hektar großen Flächen. Aber man sieht Göttsch noch immer mal wieder bei der Arbeit. So ganz kann er es nicht lassen.

Bis die ersten Brote aus dem selbst angebauten Bio-Getreide entstanden, dauerte es aber noch etwas. Mitte der 1980er-Jahre entschloss sich Susan Göttsch, die Frau von Gerhard, aus dem eigenem Korn Brot zu backen. Auch, damit der Hof mit der Bäckerei eine verlässliche Abnehmerin für sein hochwertiges Getreide hatte. Die Bäckerei wiederum profitierte umgekehrt von den kurzen Wegen.

Doch auch wenn Susan Göttsch für ihre vierköpfige Familie ohnehin schon immer Brot



selber machte – von der Idee bis zur Eröffnung der Backstube vergingen dann noch einige Jahre. Nachdem alle Behördengänge getan, die Genehmigungen eingeholt und die nötigen Umbauten im Wohnhaus vorgenommen waren, eröffnete 1987 die Hofbäckerei. Seitdem hat sich viel getan. Bis 1993 der Hofladen eröffnete, wurde noch aus dem Flur des Wohnhauses verkauft.

Die beiden Tiroler Steinmühlen wurden 1997 im Zuge einer Erweiterung der Backstube durch ein moderneres Gerät ersetzt. Die alten Mühlen mussten von den Bäckern säckeweise bestückt werden, sie waren laut und arbeiteten staubintensiv. „In der Theorie

Die Mühle des Passader Backhauses. Die Ferkar-Universal-Mühle arbeitet nach dem Prinzip rotierender Messer und ist luftgekühlt. Dadurch wird eine Erwärmung des Mahlgutes vermindert und das Getreide schonender vermahlen. Der Effekt: Wärmeempfindliche Inhaltstoffe bleiben erhalten

Beim Wirken ist Teamwork angesagt. Passend zur Saison sind hier gerade die Teiglinge des Kürbisbrottes in der Mache



war die Idee eigentlich toll: Von außen sollten unsere Kunden zusehen können, wie in der Backstube das Getreide gemahlen wurde. In der Praxis waren die Scheiben aber eigentlich immer völlig verstaubt und man konnte nicht durchgucken“, so Knickrehm. Die jetzige Schlagmühle arbeitet effizienter, sauberer und erwärmt zudem das Mahlgut viel weniger und schont damit wärmeempfindliche Inhaltsstoffe.

Vor Kurzem erst wurde in neue Öfen investiert. Drei Stikkenöfen und zwei Etagenöfen sind nun im Einsatz. Zeitgleich installierte man eine Wärmerückgewinnung. 20 Ton-

nen CO₂ wurden so seit Mai 2019 eingespart. „Es war eigentlich ein Wahnsinn, dass wir 400 Grad nutzlos durch den Schornstein feuern und gleichzeitig mit Öl heizen“, so Knickrehm.

Dass so ein Betrieb immer im Wandel ist, zeigte sich aber schon zu Beginn. „Nach den ersten paar Jahren stellte sich die Frage, ob man nicht expandieren, das Ganze etwas größer aufziehen müsse“, beschreibt Knickrehm Überlegungen aus der Zeit Anfang der 1990er-Jahre. Ein Filialgeschäft wäre im Grunde naheliegend gewesen. „Ich fand das Konzept für uns aber nie überzeugend, das sollen mal

Auch im Winter wird natürlich angebaut, die Saat des Winterroggens ist bereits aufgegangen





Das Schwarzbrot, mit dem die Geschichte der Backstube begann, besteht hauptsächlich aus grobem Roggenschrot



Olaf Knickrehm, geschäftsführender Gesellschafter des Passader Backhaus

lieber andere machen.“ Knickrehm und seine Kollegen setzten lieber auf mobilen Verkauf. Auf Wochenmärkte und auf feste Touren. Von Kiel, Eckernförde über Neumünster und Rendsburg bis vor die Tore Lübecks werden inzwischen 28 Wochenmärkte mit Verkaufswagen bedient. Dazu kommen zehn Touren verteilt auf vier Wochentage, von Dienstag bis Freitag. Neben dem Hofladen gibt es je eine Filiale in Kiel und Preetz.

— Anzeige

ATLAS DER MEISTER ALLER KLASSEN

Top-Backqualität

Autopilot Backkammerdruck
Schuss-auf-Schuss-Backen

Hightech-Funktionalität

IQ TOUCH Steuerung mit REMOTE-Fernzugriff
Leichtlauftür mit hygienischer Backkammer

Energysaver

Verbrauchsanzeige von Wasser und Energie
Schwadenrückgewinnungssystem

WACHTEL

Found in the best bakeries of the world





Drei Filialen hat die Bäckerei. Herzstück des Unternehmens ist der eigene Hofladen direkt an der Backstube

Auch das Angebot hat sich mit der Zeit gewandelt, aber ein Klassiker, sozusagen das „Erstgeborene“, ist noch immer im Programm: das Passader Roggenschrot. Neben einem Weizenvollkornbrot war es das erste Brot, dass in dem damals kleinen Laden angeboten wurde. Das Rezept hatte Susan Göttisch von

der Mutter eines Erntehelfers bekommen. Mit der Zeit wurde es immer weiter verfeinert.

Die Kundinnen und Kunden lieben dieses Sauerteigschwarzbrot, bestehend aus Roggenschrot, etwas Dinkel sowie Sonnenblumenkernen und Leinsamen. Wobei es diese Sorte mittlerweile etwas schwerer hat als noch zu seiner Anfangszeit. „Vollkorn ist ein wenig aus der Mode gekommen“, sagt Knickrehm. „Man möchte das Gegenteil annehmen, da das Thema gesunde Ernährung für viele Menschen eine immer größere Rolle einnimmt



Ein Klassiker entsteht: das Passader Roggenschrot

Verkaufswagen versorgen Brotliebhaber auf zahlreichen Wochenmärkten sowie auf festgelegten Touren durch verschiedene Ortschaften



und Vollkorn da eigentlich die Nase vorn hat. Aber auch Brotsorten unterliegen halt modischen Schwankungen. Vor 10, 15 Jahren mussten wir den Leuten zum Beispiel noch erklären, was Dinkel ist.“ Inzwischen würden die Kunden explizit danach fragen. „Dinkel hat derzeit einen sehr guten Ruf“, so Knickrehm.

Die hohe Nachfrage nach Weißmehl führt dazu, dass das Passader Backhaus immer mehr davon zukaufen muss. Zwar verarbeitet man das Getreide des Bio-Hofes in der hauseigenen Mühle weiterhin selbst, aber die kann halt nur Vollkorn. „Die Herstellung von Auszugsmehlen ist nicht ganz so trivial, den Aufwand können und wollen wir hier gar nicht betreiben“, so Knickrehm.

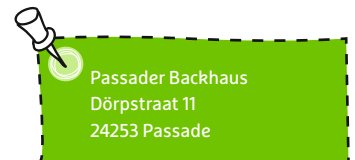
An der Nachfrage nach Kuchen und Teilchen läge der höhere Bedarf an Weißmehlen aber nicht. „Wir haben das Angebot in diesem Bereich erst erweitert, dann aber wieder stark reduziert“, sagt Knickrehm. Natürlich bietet man auch hier etwas an, vom Nougathappen über Berliner bis hin zum in Norddeutschland obligatorischen Franzbrötchen, aber im Vergleich zu den meisten anderen Bäckereien ist das Angebot überschaubar. Hoher Zeit- und







Das Passader Roggenschrot: Ein Anteil Dinkelvollkornmehl dient zur Verfeinerung der Krume. Leinsamen und Sonnenblumenkerne runden den Geschmack dieses herzhaften Brotes ab

Materialaufwand bei erheblich mehr Risiko hatten zu einem Umdenken geführt. „Ein verregener Tag und unsere Verkaufswagen kamen mit dem ganzen Kram wieder zurück“, so Knickrehm über teils ernüchternde Verkaufszahlen.

Als man sich dann wieder auf das Kernthema Brot fokussierte, lief es besser. Die Akzeptanz dieser Umstellung, wie wohl jede Veränderung, hat bei den Kunden schon ein bisschen gedauert. „Als dann einer auf Facebook schrieb, Passader Backhaus seien doch die, die nur Brot haben, da wusste ich, nun ist es endgültig angekommen.“ Aber vor allem gingen Umsatz und Gewinn hoch, während die Kosten sanken. „Und davon“, freut sich Knickrehm, „träumt doch jeder Unternehmer.“ 🌱



 /PassaderBackhaus
 www.passader-backhaus.de
 info@passader-backhaus.de
 /PassaderBackhaus



Brache gehört zum Ökolandbau dazu. Durch Klee wird der Boden natürlich mit Stickstoff versorgt und muss nicht, wie bei der konventionellen Landwirtschaft, künstlich von außen gedüngt werden

VORSCHAU

BROTpro gibt es viermal jährlich.
Die nächste Ausgabe erscheint
am 26.02.2020

Darum geht es unter anderem:



🕒 Jim Lee und seine Purebread Bakery in Taipeh



🕒 Aktivistin – Zu Besuch bei
Ulrike Detmers von Mestemacher



🕒 Mehr als Malz-Rohstoff – Gerste

HERAUSGEBER
Tom Wellhausen

REDAKTION
Hans-Henny-Jahnn-Weg 51
22085 Hamburg

Telefon: 040/42 91 77-300
redaktion@brot-pro.de
www.brot-pro.de

LEITUNG REDAKTION/GRAFIK
Jan Schönberg

CHEFREDAKTION
Sebastian Marquardt
(verantwortlich)

REDAKTION
Mario Bicher, Vanessa Grieb,
Chiara Schmitz, Jan Schnare

AUTOREN
Klaus Borchers, Siegfried Brenneis,
Sabrina Dietel, Annette Fürst, Seth
Godin, Johannes Hirth, Michaela
Kluge, Max Kugel, Olga Rau, Sascha
Schäfer, Manfred Schellin, Jörg Schmid

FOTOS
Africa Studio, alexklich, Andy Ilmberger,
benjaminolte, Bits and Splits,
contrastwerkstatt, DanBu, DDRockstar,
detry26, Eberhard, Eigens, elmar gubisch,
elnaiz, fotomek, Gabrieuskal,
industrieblick, Jacob Lund, Jeanette Dietl,
Johanna Mühlbauer, karepa, Kittiphan,
lassedesignern, Mario Hoesel,
M.Dörr & M.Frommherz, Milan,
Nailla Schwarz, Nir_Merkulov,
peterschreiber.media, photocrew,
Photogrevy, Racle Fotodesign, rdnlz,
Rüdiger Nold, Stefan, Sagittaria,
soupstock

VERLAG
Wellhausen & Marquardt
Mediengesellschaft bR
Hans-Henny-Jahnn-Weg 51
22085 Hamburg

Telefon: 040/42 91 77-0
post@wm-medien.de
www.wm-medien.de

GESCHÄFTSFÜHRER
Sebastian Marquardt
post@wm-medien.de

VERLAGSLEITUNG
Christoph Bremer

ANZEIGEN
Christoph Bremer (Leitung)
Sven Reinke

GRAFIK
Sarah Thomas, Martina Gnaß,
Bianca Buchta, Jannis Fuhrmann,
Kevin Klatt
grafik@wm-medien.de

ABO- UND KUNDENSERVICE
Leserservice BROTpro, 65341 Eltville
Telefon: 040/42 91 77-110
Telefax: 040/42 91 77-120
E-Mail: service@brot-pro.de

ABONNEMENT
Jahresabonnement für:
Deutschland: € 50,-
EU und Schweiz: € 50,-
Übriges Ausland: € 70,-

Das Abonnement verlängert sich
jeweils um ein weiteres Jahr, kann
aber jederzeit gekündigt werden. Das
Geld für bereits bezahlte Ausgaben
wird erstattet.

EINZELPREIS
€ 19,80
CH: 24,80 sFR

DRUCK
Silber Druck oHG
Otto-Hahn-Straße 25
34253 Lohfelden
www.silberdruck.de
Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem
Papier. Printed in Germany.

COPYRIGHT
Nachdruck, Reproduktion oder
sonstige Verwertung, auch
auszugsweise, nur mit ausdrücklicher
Genehmigung des Verlages.

HAFTUNG
Sämtliche Angaben wie Daten, Preise,
Namen, Termine usw. ohne Gewähr.

BEZUG
BROTpro erscheint viermal jährlich.
Direktbezug über den Verlag.

Für unverlangt eingesandte Beiträge
kann keine Verantwortung übernommen
werden. Mit der Übergabe von Manu-
skripten, Abbildungen, Dateien an den
Verlag versichert der Verfasser, dass es
sich um Erstveröffentlichungen handelt
und keine weiteren Nutzungsrechte
daran geltend gemacht werden können.

**Brot
pro**

**DEUTSCHES
BROTINSTITUT e.V.**


FÖRDERMITGLIEDSCHAFT
BROTpro unterstützt als Fördermitglied
das Deutsche Brotinstitut e.V.

**wellhausen
marquardt
Mediengesellschaft**

Roggen-Buttertoast

Das Toast-Brot ist ein Klassiker am Frühstückstisch und als Grundlage für leckere Sandwiches. Frisch geröstet schmecken die knusprig leichten Scheiben zu Süßem wie Herzhaftem lecker. In dieser Variante kommt neben Sauerteig auch viel Roggenmehl zum Einsatz, wodurch das Brot mehr Eigengeschmack erhält und länger frisch bleibt.

Rezept & Bild: Olga Rau

 @bakedicted

Tipp

Direkt nach dem Backen kann das Brot mit einer Honig-Wasser-Mischung eingestrichen werden, um der Kruste einen Glanz und leichte Süße zu verleihen.

Sauerteig

- ▶ 1,640 kg Wasser
- ▶ 0,730 kg Roggenmehl 997
- ▶ 0,730 kg Roggenmehl Vollkorn
- ▶ 0,270 kg Anstellgut

Kneten: 5 Minuten langsam mischen
Teigtemperatur: 30°C, fallend auf 24°C
Teigruhe: 12-14 Stunden bei Raumtemperatur

Hauptteig


- ▶ 3,100 kg Sauerteig
- ▶ 5,100 kg Wasser
- ▶ 6,730 kg Weizenmehl T65 (alternativ Weizenmehl 550)
- ▶ 1,820 kg Roggenmehl 997
- ▶ 0,550 kg Butter (kalt)
- ▶ 0,200 kg Salz
- ▶ 0,180 kg Honig
- ▶ 0,050 kg Frischhefe
- 17,730 kg Teig

Kneten: 5 Minuten langsam, 4 Minuten schnell
Teigtemperatur: 24°C
Teigruhe: 2 Stunden bei Raumtemperatur

Aufarbeitung

- ⦿ Teigeinlage 1.000 g
- ⦿ Teig in Backformen geben und 5 Stunden in der Kühlung zur Gare stellen (alternativ 2 Stunden im Raum).

Backen

Schwaden: normal, nach 10 Minuten Zug ziehen
Backtemperatur: 240°C, fallend auf 200°C
Backzeit: 40-50 Minuten 

Jetzt bestellen



Sauerteig – lecker, gesund, aber ein Buch mit sieben Siegeln? Das muss nicht sein. Denn wer das Zusammenspiel der Mikroorganismen versteht und weiß, wie man sie steuert, kann souverän damit umgehen. Mit dieser Fibel bleiben keine Fragen offen. Vom Anstellen des eigenen Sauerteigs über seine Pflege bis hin zu Problemlösung und Langzeitsicherung sowie kreativer Reste-Verwertung wird alles erklärt, was im Backalltag wichtig ist. Fachlich fundiert, pragmatisch und praxiserprobt. Gezeigt werden klassischer Sauerteig, Lievito Madre, Japanische Hefe, Marvin, das Multitalent sowie glutenfreier Sauerteig. Und zu jedem von ihnen gibt es im Anhang gleich Rezepte. So kann der Backspaß direkt beginnen.

www.brot-magazin.de/einkaufen
oder 040/42 91 77-110