

19,80 EUR
CH: 24,80 sFR

Ausgabe 01/2021
www.brot-pro.de

Brot pro

Das Magazin fürs Handwerk

Mit Rezepten von:

Christoph Heger,
Dietmar Kappl,
der Fachschule
Richemont und
anderen

Doris Bach und ihre
Görlitzer Brotschmiede

Sinn stiften



Annette Fürst über
Stress-Management



Stevan Paul über
Chancen regionaler
Kooperationen



Matthias Eigl über Inhalte
für Facebook & Co.

Editorial

Herzlich willkommen bei **BROTpro**.



Es ist eine aufregende Zeit, in der wir leben. Eine, die durchaus viel Anlass zum Klagen gibt. Einerseits. Andererseits auch eine, in der sich Märkte neu sortieren. Und das ist immer eine Chance.

Wir haben **BROTpro** vor zwei Jahren auf Basis einer These gegründet: Der Markt der Bäckereien wird sich stark verändern, die Zahl der Betriebe weiter sinken. Auf der einen Seite treibt die Industrie ihre Produkte qualitativ voran. Bei zeitgleich aggressiver Preispolitik. Auf der anderen Seite erlebt ehrliches Brot als handwerklich hergestelltes Genussmittel einen Boom. Wo gesunde Ernährung gesellschaftlich stärker in den Fokus gerät, kann das am Grundnahrungsmittel Backware nicht vorbeigehen. Der Raum für die unentschlossene Mitte – der Gemischtwarenladen mit Industrieware aus der Tüte, getarnt als Handwerksprodukt – wird kleiner.

Was wir vor zwei Jahren nicht ahnten, war eine Pandemie, die die Weltwirtschaft in Teilen lahmlegt und Unternehmen rund um den Globus in existenzielle Not stürzt. Nun leben wir mittendrin in genau so einer Situation und sehen, dass genau die Entwicklung beschleunigt wird. Bäckereien kämpfen, verschwinden vom Markt. Einerseits. Andererseits vermelden einige auch Umsatzwachstum. Und das sind oft die an den Rändern, nicht jene im unentschlossenen Mittelbau.

Der erneute Lockdown, dessen Ausgestaltung mit geschlossenen Cafés und geöffneten Schulen durchaus Fragen aufwirft, macht einen positiv-optimistischen Blick in die Zukunft aktuell nicht gerade einfach. Vor

allem nicht nach all den Investitionen in Corona-sichere Räumlichkeiten. Und dennoch gilt es, diese Situation bestmöglich zu nutzen. Mit Fokus auf das, was möglich ist, und das, was langfristig Bestand hat.

Mit **BROTpro** begleiten wir jene, die sich auf den Weg machen, ihren Kundinnen und Kunden ehrliche Produkte anzubieten, die sich der Vergleichbarkeit mit Industrieware entziehen. Denn darin liegt die Zukunft des Handwerks. Auf diesem Weg gilt es, Vorurteile zu über- und Ideen neu zu denken. Dafür liefert auch diese Ausgabe wieder eine Menge Inspiration und Fachwissen.

So schreibt Christoph Heger darüber, wie man mit Ruchmehl exzellente Produkte ins Regal bringt. In unserem zweiten Teil des Crash-Kurses Food-Fotografie ist zu lesen, wie man die dann mit einfachen Bordmitteln wirksam in Szene setzt. Annette Fürst zeigt auf, wie sich Stress bewältigen lässt, der sich in Zeiten wie diesen ganz automatisch einstellt.

Kurzum: Auch diese Ausgabe ist vollgestopft mit nutzwertigen Informationen für die Backstube, den Verkauf, die Unternehmensführung und das Marketing. Bei der Lektüre wünsche ich reichlich Erkenntnisgewinn und gute Unterhaltung.

Herzliche Grüße

Sebastian Marquardt, Chefredakteur
redaktion@brot-pro.de

Inhalt 1/21



Handwerk

- Mit Software Potenziale finden und nutzen
- Superstullen – Inspiration für attraktive Snacks
- Die ersten Wochen – Helen über ihre Wanderschaft
- Görlitzer Brotschmiede – Wo die Seele Nahrung findet

- Seite 22
- Seite 27
- Seite 32
- Seite 70

Rohstoffe

- Regionale Kooperation – Getreide aus dem Knick
- Erkenntnisse aus dem Erntebericht
- Ruchmehl – Schweizer Spezialität

- Seite 4
- Seite 12
- Seite 16



Wirtschaft

- Beim Abwasser richtig Geld sparen
- Umgang mit Stress lernen
- Inhalte für Social Media finden und planen
- Food-Fotografie – Brot ins rechte Licht rücken
- Google Maps als Marketing-Baustein

- Seite 40
- Seite 44
- Seite 50
- Seite 58
- Seite 66



Rezepte

- Adventsbrot
- Ruchmehl-Laib
- Gerster-Brot
- Haxensemmel
- Alpenspitz
- Pane Venezia
- Volles Weizenkorn

- Seite 10
- Seite 21
- Seite 38
- Seite 56
- Seite 64
- Seite 65
- Seite 79



Feldversuch Knickgetreide

Roggen aus dem Knick

Auf einem kleinen Feld in Schleswig-Holstein versuchen ein Landwirt und ein Kaufmann gemeinsam die alte Tradition und Qualität des hyperregionalen Knick-Getreides zu vermitteln und zu wahren. Ihre Überzeugung: Nur was gegessen wird, kann erhalten werden.

Auf sie mit Idyll! Schleswig-Holstein grünt an diesem Sommertag aus allen Knopflöchern, über allem der blaue Himmel, den es nur hier gibt: königsblau wie in Bayern, aber weiter und mit fliehenden Wolken getupft, die das Sonnenlicht in den Weizenfeldern flirren lassen. Die Kulturlandschaft Schleswig-Holsteins ist einzigartig geprägt von ihren Wallhecken, den Knicks. Einst als Grenzmarkierung und Einfriedung errichtet, rahmen die Knicks bis heute die sonnengelben Rapsfelder, die wogenden Weizenmeere.

Knicks entstanden Ende des 18. Jahrhunderts im Zuge der Agrarstrukturreformen. Einige der Wälle, die die Moränenlandschaft teilen, sind um die 250 Jahre alt. Sie rahmen jeweils sechs bis acht Hektar große Anbauflächen ein, die so genannten Schläge, ursprünglich gelichtete Flurstücke, die urbar gemacht wurden. Das Größenmaß ist kein Zufallsergebnis, sondern das Resultat einer wirtschaftlichen Berechnung: Sechs bis acht Hektar bedeuteten ein Tages- oder Wochenwerk. So war die Aussaat auf einer Fläche dieser Größe genau ein Tageswerk für Tagelöhner, wurde die Koppel mit dem Pferd gepflügt, war das ein Wochenwerk.



Bis an den Knick wächst der Roggen von Christian Saggau an einigen Seiten



Geliefert wird das regionale Vollkornbrot tiefgekühlt an Supermärkte. Die tauen nach Bedarf auf

Unser Ziel ist ein ganz besonderes Flurstück in der Nähe der Gemeinde Schmalensee, Kreis Segeberg. Wir werden von Diplomkaufmann Klaus-P. Wesseling und Landwirt Christian Saggau erwartet, zwei Männer, wie sie unterschiedlicher nicht sein könnten: Wesseling ist Chef der Hamburger Food-Entwicklungs- und Handelsgesellschaft Fawesco, ein Macher, ein Marketing-Mann auch, der sich und andere wortreich für seine Visionen zu begeistern versteht. Er ist ein Anstifter, im besten Sinne: „Ich versuche immer die Leute zu motivieren, auch mal verrückte Sachen zu machen.“

Christian Saggau ist seit über 20 Jahren selbstständiger Landwirt, er spricht mit Bedacht und sagt Sätze wie: „Wir arbeiten schon seit sieben Generationen im Knick. Und wir denken ja tatsächlich nicht in Jahren, sondern in Generationen. Ich hoffe, dass eines meiner vier Kinder vielleicht mal den Betrieb übernehmen wird. Und dafür muss ich einen zukunftsfähigen Betrieb schaffen.“

Es ist ein Glück, dass diese beiden Männer hier zusammengefunden haben, um auf dem drei Hektar großen Roggenfeld, vor dem wir stehen, gemeinsam einen Zukunftsversuch zu wagen. Es geht um Brot, es geht um Tradi-



Auf einem Feld baut Christian Saggau neben modernem Roggen (links) auch eine alte Sorte an. Die Vergleich der Ähren zeigt deutlich, wieviel weniger Ertrag das alte Getreide bringt

tion und es geht vor allem um die Erfahrbarkeit von bester Qualität: Knickgetreide ist hyper-regional, rar und aromatisch, es kommt aus einem einzigartigen Ökosystem, dessen Pflege für für Bäuerinnen und Bauern eine erhebliche Mehrarbeit bedeutet – so etwas ist im konventionelle Massenmarkt nicht vorgesehen, eine Unmöglichkeit.

Was wäre, wenn es dennoch gelänge, dieses einzigartige Getreide in handwerklich gebacktem Brot für viele Menschen erfahrbar und die besondere Qualität auch schmeckbar zu machen? Und was würde das kosten? Die Landwirtschaft, Bäckereien und den Handel? Genau das wollen Christian Saggau und Klaus-P. Wesseling hier herausfinden. Pionierarbeit, wir stehen vor einem Feldversuch.


Geschützt von hügeligen Knicks steht der blaugrüne Roggen jetzt hoch im Feld, es hat viel geregnet. Saggau erklärt Aufbau und Funktion der Knicks, die von Menschenhand gebaut und erstbepflanzt werden. Basis ist ein etwa ein Meter hoher Erdwall, dessen Kern einst jene Steine bildeten, die von Bäuerinnen und Bauern aus dem Feldboden entfernt wurden. Der Erdaushub aus den


umlaufenden Gräben füttert, Grassoden stabilisieren den Wall, dessen Krone eine Pflanzmulde für den Aufwuchs bildet.

Ein zwei bis vier Meter breiter Saumstreifen schafft luftigen Abstand zum eigentlichen Feld. Unter all dem Grün ist der ursprünglich angelegte Wall kaum mehr zu erkennen, die knorrig wachsenden Gehölze sind zu einer dichten Hecke verwoben. Die entsteht, wenn ausreißende Zweige, Halme und Äste nach unten abgeknickt oder gesägt, zur natürlichen Sprossenleiter werden, die langsam die Hecke verdichten. Auf diese Weise bildet sich ein Dickicht aus Brombeeren, Holundersträuchern, Gräsern, Haselnuss, Ahorn und Eichenblatt, es duftet intensiv nach Kamille.

Obenrum und mit reichlich Abstand werfen die Kronen solitärer Bäume bis zu 24 Meter lange Schatten aufs Feld. Überall grünt, sprießt und blüht es und es summt und zwitschert auch ganz gehörig – die Hecken sind bewohnt. Dicke Hummeln brummen emsig durch den Tag, Bienen schauen vorbei, Wildvögel üben Start und Landung. Knicks sind Biotop, schaffen Lebensräume und ökologische Systeme für geschätzt unfassbare 7.000 Tierarten, die hier leben. Laut Angaben des

Text & Bilder:
Stevan Paul

 @stevanpaul.de

 /HerrPaulsen

 www.stevanpaul.de



Klaus-P. Wesseling (links) und Christian Saggau liefern eine Blaupause für regionale Zusammenarbeit, von der alle profitieren

Ein Blühstreifen zwischen Feld und Knick bietet Bienen Nahrung

Naturschutzbundes (NABU) Schleswig-Holstein sind auf nur einem Kilometer Wallhecke bis zu 1.800 Arten beheimatet.

Größere Tiere müssen allerdings draußen bleiben und halten sich auch daran. Knicks sind „viehdicht“, sie schützen das Getreide vor Tierfraß. Wildtiere wie Hirsche und Rehe durchbrechen niemals einen Knick. Und nicht zuletzt schützt dieser Wall vor dem berühmten norddeutschen Wind und damit den Ackerboden vor Erosion. Wer im Sommer auf der Autobahnfahrt durch flächenbereinigte Landschaften schon mal in einen „Sandsturm“ aus ungeschützt abgetragenen Ackerboden geraten ist, versteht hier, warum wir vielleicht anfangen sollten, uns wieder vermehrt mit dem Wissen der Alten zu beschäftigen.

Das Roggenfeld im Knick ist aktiv umgesetzter Naturschutz und der ist aufwändig: Zwölf Kilometer Wildzäune hat alleine Saggau zu pflegen, geregelt ist das durch die Knick-Pflegeverordnung. Geknickt und gesäubert („beigeputzt“) werden die Hecken-Hügel heute maschinell: „Wenn wir die Knicks frei wachsen lassen, wachsen sie kaputt, der Wall muss eine gewisse Pflege erfahren.“ Wesseling ergänzt: „Der Aufwand und die Kosten für Knickgetreide sind höher, ökologisch ist das aber sinnvoller, ohne dass man bio machen muss“, erklärt er. „Meine Intention war es, daraus ein kaufbares, fertiges Produkt zu machen, ohne die gesamte Ernte einfach an irgendeinen Landhandel zu liefern, der dann weiter an die Industrie verkauft.“

Die Idee, Hyper-Regionalität zum Alleinstellungsmerkmal und die besondere Anbauform zum bestechenden Qualitätsmehrwert werden zu lassen, ist nicht gänzlich neu. Vergleichbar ist dies mit dem Weinbau, wo Herkunft und Terroir noch vor der Arbeit des Kellermeisters oder der Kellermeisterin die ersten Weichen für den Erfolg im Verkauf stellen. Sortenrein verortetes Getreide à la „Schmalenseer Südhang“ schien allerdings vor Jahren noch ein Ding der Unmöglichkeit. Das gehe nicht, erklärten Weizenhändler, Analysten und Banker, so funktioniere der Weizen-Welthandel nicht. Ein sortenreines, regionales



Dank der Vollkornmehle sind die Brote auch nach dem Auftauen noch frisch und saftig

Angebot ist im börsennotierten Wirtschaftssystem Weizen nicht angedacht. Daran hat sich im Großen nicht viel geändert, weiß Wesseling: „140,- Euro gibt’s derzeit ungefähr für die Tonne Roggen. Und der Logistiker verdient heute theoretisch mehr Geld als der Müller für’s Mahlen, soweit sind wir.“

Es ist aber mit den Märkten auch ein bisschen so, wie mit der Hummel im Knick, die nach den Gesetzen der Aerodynamik nicht fliegen kann und es ganz offensichtlich doch tut. Ähnlich unbeeindruckt von Marktgesetzen zeigte sich Pasta-Macher Giuseppe Di Martino aus dem italienischen Grangnao. Dort ist man seit ungefähr 2.000 Jahren im Pasta-Geschäft, davon sind die letzten 500 Jahre urkundlich belegt. Als Martino 2010 auf die Idee mit der regionalen, sortenreinen Pasta kam, begegneten ihm alle möglichen



Der Knick erfordert intensive Pflege, schützt das Getreide und bietet Lebensraum für viele Tiere

Einwände: Das gehe nicht, erklärten ihm Bäuerinnen und Bauern, so funktioniere der Weizenanbau nicht. „Wir könnten dir, wenn überhaupt, nur alle zwei Jahre Weizen verkaufen, weil wir im Jahreswechsel auch Raps oder Gerste auf den Flächen anbauen, um die Ertragsnachteile durch Monokultur zu verhindern.“ „Und was wäre“, fragte Di Martino, „wenn ich euch beide Jahre bezahle?“

Mit dieser einfachen Frage gelang es dem Pasta-Mann, gleich am Anfang seiner Bemühungen um die beste Pasta der Welt, mal eben den Weizenweltmarkt zu revolutionieren. Seitdem wird ausschließlich sortenreiner, italienischer Hartweizen mit Herkunftsbezeichnung für Pasta der Pastificio dei Campi verwendet. Di Martino hat eigene Weizensilos aufstellen lassen, er sorgt auch für Transport und Logistik. Auf jeder Packung Pasta der Manufaktur stehen die GPS-Daten des Feldes, dessen Körner in den Nudeln stecken. Auf der Internetseite der Manufaktur finden sich Porträts der Bäuerinnen und Bauern, der Müller/innen, die das Korn gemahlen haben und der Mitarbeiter/innen, die diese Pasta hergestellt und verpackt haben. Und per Tracking-System kann der Standort des Feldes für jeden Pasta-karton betrachtet werden. Hummel: fliegt!

Klaus-P. Wesseling und Christian Saggau sind aus dem gleichen Holz geschnitzt wie Di Martino, und das kleine Feld im Schleswig-Holsteiner Grün ist ihr wohldurchdachtes Versuchsfeld. Die Knickflächen zu fördern, zu erhalten und diese Tradition gleichzeitig mit dem Kultur- und Wirtschaftsgut Brot zu vermitteln, ist langfristig ihr Ziel. Bedenkenträger/innen und Stolpersteine gibt es auch hier, viel Arbeit, kleiner Ertrag, die gesetzlich geregelte Knick-Pflege-Verordnung ist auch nicht ohne. Und am Ende steht die Frage, ob die Konsumentinnen und Konsumenten das gute Brot auch monetär zu schätzen wissen: „Wir erfassen hier auch Kosten, dokumentieren den Mehraufwand und den muss ich draußen verkaufen. Die Idee ist, langfristig Landwirte zu motivieren, das so zu machen, weil wir hier nicht auf Preisdruck gehen, sondern miteinander nach vorn schauen. Der Mehrwert muss sich im Preis wiederfinden“, erklärt Wesseling.



Schleswig-Holstein ist geprägt von den Knick-Landschaften



In der Oldendorfer Mühle lässt Klaus-P. Wesseling das Knickgetreide mahlen

Acht Tonnen Roggen pro Hektar werden es dieses Jahr wohl werden. Gemahlen wird in einer Handwerksmühle in Oldendorf an der Luhe, in der Lüneburger Heide. Dort ist man spezialisiert auf das maßgeschneiderte Mahlen von Spezialprodukten, auch in kleineren Mengen und „on demand“. Gelagert wird sortenrein im eigenen Silo. Die Oldenburger Mühle ist eine der letzten aktiven Wassermühlen und dennoch technisch auf dem neuesten Stand: Das Roggenkorn wird in einem besonderen Verfahren trocken entspelzt und jedes einzelne Korn anschließend laser-gescannt. Das ergibt ein bitterstoffarmes, hochreines Roggenmehl mit Mutterkornbelastung unter der Nachweisgrenze.

Aus dem Premium-Roggenmehl entstehen in Vertrags-Handwerksbäckereien Sauerteigbasierte Brote der Marke Ahoi – reine Roggenbrote, die in Erlenholzbackformen komplett ausgebacken und dann tiefgefroren in den Einzelhandel geliefert werden. Moment mal, Tiefkühlware? „Mit Roggenvollkorn geht das super“, sagt Ahoi-Marken-Chef Wesseling, „die Brote werden sogar noch besser und saftiger.“ Nicht unerheblich ist dabei auch der nachhaltige Aspekt: Basierend auf Erfahrungswerten taut der Einzelhandel die Laibe nur nach voraussichtlicher Nachfrage auf, im besten Fall wird nichts mehr weggeworfen.

Wesseling ist der Dirigent der Idee und begleitet die gesamte Wertschöpfungskette,

Landwirt Saggau verkauft an ihn ab Hof: „Und dann verkaufe ich es der Mühle, kaufe von der Mühle zurück und verkaufe an den Bäcker.“ Gerade in Zeiten des Onlinehandels sei der persönliche Handschlag wieder ein hohes Gut, weiß der Unternehmer.

Fünf Sorten Roggenbrot sind bislang in Norddeutschland unter dem Markennamen Ahoi Kornschnacker Roggen-Vollkornbrot schon im Handel, veredelt mit Buchweizen, Möhrenstreifen, Quinoa oder einer Rosinen-Nussmischung, dazu eine Sorte mit Rauchsalz. Die prächtigen 500-Gramm-Laibe sind in einer umweltfreundlichen Holzspannschale verpackt, von der Landwirtschaftskammer geprüft und mit dem Gütezeichen Schleswig-Holstein ausgezeichnet.

Die Festlegung des Verkaufspreis von zirka 2,99 Euro ist Sache des Einzelhandels – das ist im Wortsinn preiswert, seinen Preis wert – und eigentlich erstaunlich günstig, wenn man um die Geschichte dieses naturbelassenen Brotes und seiner Qualität weiß. Wesseling zuckt mit den Schultern, schneidet noch mehr Brot auf: „Immer höher, weiter, mehr – das kann’s ja nicht sein. Man muss sich ja auch mal mit den kleinen Dingen beschäftigen.“ Das ist so wahr wie natürlich auch eine typisch norddeutsche Tiefstapelei. Mehr Produkte rund um den Knick und auf Basis der regionalen und ökologischen Wertschöpfungs-Idee von Ahoi sind längst angedacht. Da ist schwer was los, im Knick. 🌱





Adventsbrötchen

Brot und Weihnachten – das ist auf den ersten Blick keine klassische Verbindung. Dieses Brot aber beweist, dass beides bestens zusammenpasst. Klassische Weihnachts-Zutaten geben dem luftigen Weizenteig das festliche Aroma. Damit passt es zum Frühstück mit Butter und Konfitüre ebenso wie als Snack zum Nachmittagstee.

Vorteig (Poolish)

- ▶ 4,000 kg Weizenmehl 1050
- ▶ 4,000 kg Wasser (4°C)
- ▶ 0,002 kg Hefe

Mischen: Alle Zutaten klumpenfrei vermischen

Teigtemperatur: 10°C

Teigruhe: 12-18 Stunden bei Raumtemperatur

Hauptteig

- ▶ 8,000 kg Poolish
- ▶ 6,000 kg Weizenmehl 550
- ▶ 3,200 kg Wasser
- ▶ 0,120 kg Salz
- ▶ 0,120 kg Hefe

Spätere Zugabe

- ▶ 2,000 kg Feigen (getrocknet, gestückelt)
- ▶ 2,000 kg Orangeat
- ▶ 0,060 kg Zimt
- ▶ 0,060 kg Nelken (Köpfe, zerdrückt)
- 21,560 kg Teig

Kneten: 5 Minuten langsam, 5 Minuten schnell, die weiteren Zutaten hinzufügen, 5 Minuten schnell

Teigtemperatur: 26°C

Teigruhe: 2 Stunden bei Raumtemperatur

Aufarbeitung

- ⦿ Teigeinlage 1.100 g
- ⦿ Teiglinge abwägen, langwirken und in gestaubten Gärkörben für 60 Minuten zu Stückgare stellen.
- ⦿ Auf den Abzieher absetzen, einschneiden.

Backen

Schwaden: normal

Backtemperatur: 250°C, fallend auf 230°C

Backzeit: 45 Minuten 🟩

Rezept: Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

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.

Erntebericht 2020: **Weniger Anbaufläche, starke Trockenheit**

Regionale Schwankungen

Text: Edda Klepp

Als vergleichbar zum Vorjahr gelten die Mehl-Qualitäten im aktuellen Erntebericht. Besonders Kundinnen und Kunden kleiner regionaler Mühlen sollten dabei jedoch genauer hinschauen und gegebenenfalls ihre Backprozesse anpassen. Die Dürre hat der Landwirtschaft zugesetzt. Die Menge des geernteten Getreides liegt heuer deutlich unter dem Durchschnitt der vergangenen Jahre.

Das dritte Dürre-Jahr in Folge macht sich bei den Getreidequalitäten stark bemerkbar. Erneut seien die vergangenen zwölf Monate durch Wetterextreme, insbesondere starke Trockenheit im Frühjahr, geprägt worden, meldet das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) in seinem diesjährigen Erntebericht. Hinzu komme, dass die Getreide-Anbaufläche im Vergleich zum Vorjahr um 4,7 Prozent geringer gewesen sei. In Summe werde für Getreide, einschließlich Körnermais, eine Erntemenge von rund 42,9 Millionen Tonnen erwartet. Das sind 3,1 Prozent weniger als 2019.

Im Ertrag zeigt sich dies vor allem beim Winterweizen. Hier ist ein Rückgang von zirka 10 Prozent zu verzeichnen. Im Gegensatz dazu habe die Menge des geernteten Roggens um 8 Prozent im Vergleich zu 2019 zugenommen, heißt es in dem Bericht. Kein Wunder, gilt dieser doch bei Trockenheit als besonders resistent. Problematische Auswirkungen hat die Wasserknappheit auf



WAS BESCHREIBT DER SEDIMENTATIONSWERT?

Der Sedimentationswert sagt etwas über die Qualität des Klebereiweiß und seine Quellfähigkeit aus. 3,2 Gramm Mehl werden mit 50 Gramm destilliertem Wasser oder Bromphenolblau gemischt und intensiv geschüttelt. Danach wird die Masse fünf Minuten in einer Schüttelapparatur geschüttelt und es wird eine Milchsäurelösung zugegeben. Es folgt für weitere fünf Minuten Schütteln. Nach Ablauf der Zeit steht der Zylinder mit der Masse fünf Minuten lang senkrecht. Anschließend kann das Volumen des gequollenen Sediments auf dem Zylinder in Millimetern abgelesen werden. Es liegt zwischen 8 bei Kleber-armen und bei 78 bei besonders Kleber-starken Mehlen.

Dinkel. Sie führt zu vermindertem Volumen der Körner und somit einem höheren Schalenanteil – hier zeigt sich im **Sedimentationswert** ein auffälliger Sprung.

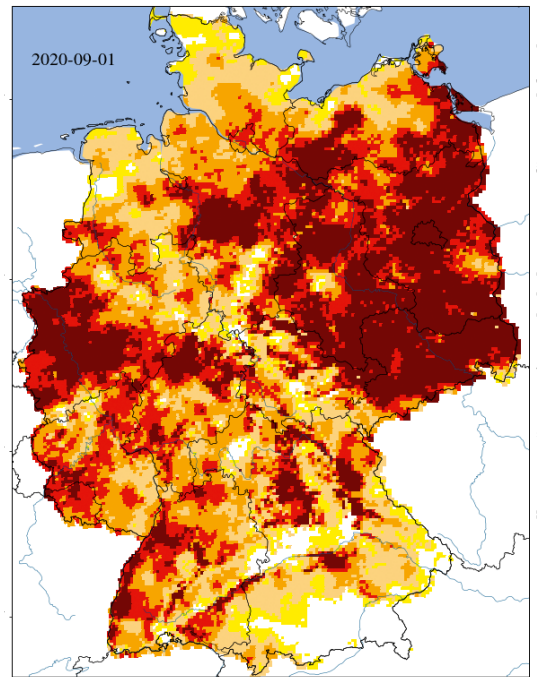
Mehrere Jahre war Bäckermeister Martin Reck im Außendienst bei der Rätze-Mühle in Spittwitz tätig. Mittlerweile hat er die Seiten gewechselt, arbeitet in der Bäckerei Jeremias bei Bautzen. Sein Wissen über die Eigenschaften der Getreide und des hergestellten Mehles kommt ihm bei der Arbeit in der Backstube zugute. Vor allem eines sei derzeit bei der Verarbeitung der Mahlerzeugnisse zu beachten: „Da das Mehl sehr trocken ist, kann dem Teig deutlich mehr Wasser zugegeben werden“, sagt er.

Die Auswirkungen der Dürre gehen mit einer erhöhten **Fallzahl** einher. „In der Rätze-Mühle liegt diese deutlich über 300, mit Tendenz zu 400“, so Reck. Daraus resultiere eine geringe enzymatische Aktivität im Mehl. Für Handwerksbäcker/innen sei dies in der Regel kein Problem.

WAS SAGT DIE FALLZAHL AUS?

Dieser Wert gibt Auskunft über die Backfähigkeit des Mehls. Mindestens 300 Gramm Getreide werden zur Bestimmung gut durchmischt und mit einer Schlagkreuzmühle vermahlen. Davon wird eine kleine Menge entnommen, die vom Feuchtigkeitsgehalt des Mehls abhängt – bei 14 Prozent sind es sieben Gramm. Die Masse wird mit 25 Milliliter Wasser ins Messgerät gegeben, in einem Röhrchen verschlossen und mindestens 40 Mal geschüttelt, sodass es klümpchenfrei ist. Im 95°C heißen Wasserbad wird es anschließend hin und her bewegt; nach 60 Sekunden wird mit einem Messstab im Röhrchen zunächst eine Rührbewegung gestartet, dann wird dieser nach oben gezogen und losgelassen. Je nach Widerstand der Mehlmasse sinkt er schneller oder langsamer nach unten. Die Fallzahl benennt die Summe aus Rühr- und Sinkzeit in Sekunden. Die ideale Fallzahl von Weizen liegt zwischen 250 und 300 Sekunden. Bei Roggenmehl sind es 150 bis 180 Sekunden.

Der Gesamtboden in Deutschland (bis 1,8 Meter Tiefe) war im September 2020 von außergewöhnlicher Dürre gekennzeichnet. Das zeigen die tiefroten Zonen. Bereits die gelb markierten Regionen weisen ungewöhnliche Trockenheit auf



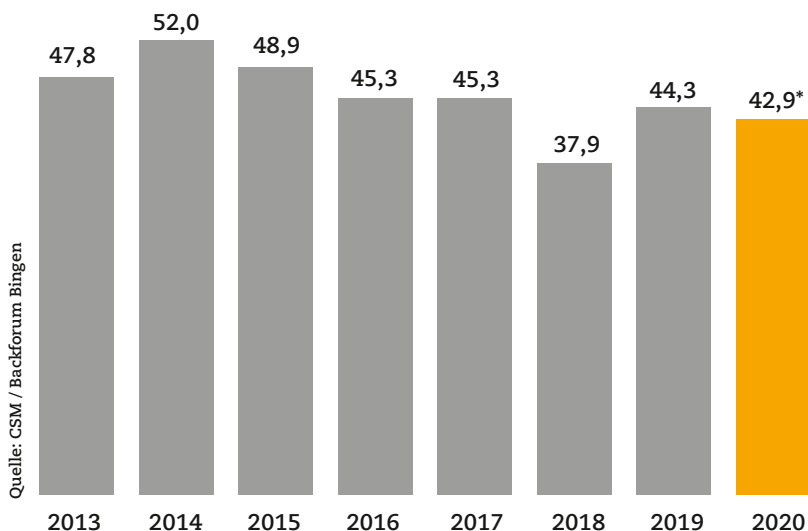
Quelle: UFZ-Dürremonitor Helmholtz-Zentrum für Umweltforschung

Verschiedene Methoden sorgen trotz allem für bekömmliche, aromatische wie auch voluminöse Backerzeugnisse: „Ist die Enzym-Aktivität gering, begegnet man dem mit viel Teigruhe, der Arbeit mit Vorteigen oder der Zugabe von 2 bis 4 Prozent enzymaktivem Gerstenmalz“, sagt der Bäckermeister. Große Mühlen erreichten häufig gleichbleibend gute Werte, weil sie Getreide aus verschiedenen Regionen mischten, sodass dann eine homogene Qualität gewährleistet sei, sagt Reck.



Die anhaltende Trockenheit machte der Landwirtschaft zu schaffen

Getreideernte in Deutschland in Millionen Tonnen



*Schätzung des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL)

Der Blick in den Erntebericht von CSM Bakery Solutions scheint dies zu bestätigen: Für die verschiedenen Regionen gibt das Unternehmen Fallzahlen beim Weizen und Roggen zwischen 180 und 280 an.

Grundsätzlich enthält Dinkel eine höhere Menge Feuchtkleber als Weizen. „Dieser ist aber nicht von derselben Qualität“, so Reck. Es sei daher notwendig, das Mehl in langsamem Gang zu kneten. „Dinkel braucht Ruhe, um ausreichend Wasser aufzunehmen.“ Vorteile

sowie Brüh- und Quellstücke seien da das Mittel der Wahl. Auch könne es sinnvoll sein, den Teig kälter zu führen. Die Schapfenmühle rät, die Teigausbeute bei Dinkelmehl im Vergleich zum Vorjahr um 1 bis 2 zu erhöhen. Für entspanntere Teige Sorge außerdem eine Fettzugabe von bis zu 2 Prozent.

Der Sedimentationswert, der die Qualität des Klebereiweißes angebe, liege idealerweise bei Weizen zwischen 40 und 43 ml, bei Dinkel zwischen 28 und 32 ml, so Reck. In diesem Jahr läge dieser bei Dinkel mit 24 bis 26 ml deutlich darunter, wie beispielhaft der Bericht der Schapfenmühle zeigt. „Das ist aber durchaus noch backbar“, sagt Reck.

Nach einem Bericht von BWAgrar steht das Getreide bei Konsument(inn)en weiterhin hoch im Kurs: „Mit Dinkel verbindet der Verbraucher in erster Linie gesunde Ernährung, Ökologie und vor allem Regionalität“, heißt es in einem aktuellen Bericht. Laut Reck sei es wichtig, die Unterschiede zwischen Ur-Dinkelsorten und solchen, die in der Vergangenheit mit Weizen gekreuzt worden seien, zu beachten. Letztere hätten abweichende Eigenschaften. „Ich rate ohnehin jedem, die

DURCHSCHNITTSWERTE BEIM DINKELMEHL TYPE 630

Erntejahr	2019	2020
Fallzahl	310 – 340 sek.	330 – 360 sek.
Feuchtklebergehalt	39 – 41 %	38 – 40 %
Sedimentationswert	29 – 31 ml	24 – 26 ml

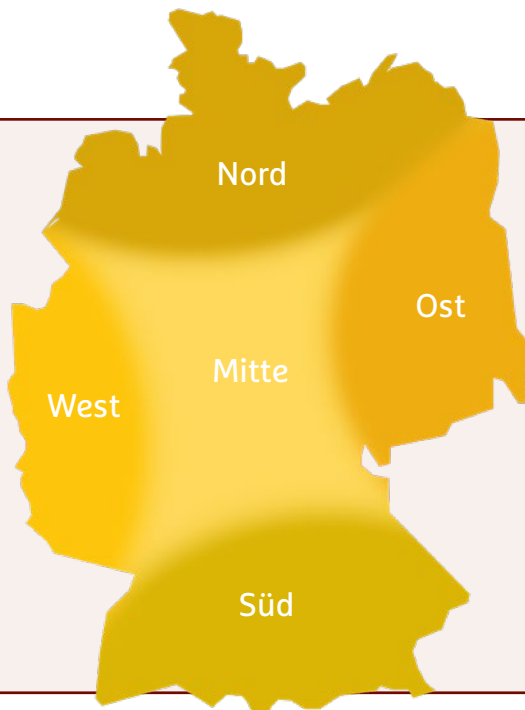
Quelle: Schapfenmühle



Martin Reck ist Bäcker mit langjährig aufgebautem Mühlen-Know-how

QUALITÄTEN BEI ROGGEN-HANDELSMEHLEN 2020

Regionen
Nord Fallzahlen: 220-280 s Amylogramm: 500-1.000 AE, 67-73°C
West Fallzahlen: 190-260 s Amylogramm: 450-900 AE, 67-73°C
Mitte Fallzahlen: 190-250 s Amylogramm: 500-900 AE, 67-71°C
Ost Fallzahlen: 220-280 s Amylogramm: 600-1.000 AE, 67-73°C
Süd Fallzahlen: 180-240 s Amylogramm: 400-800 AE, 67-71°C



QUALITÄTEN BEI WEIZEN-HANDELSMEHLEN 2020

Regionen
Nord Fallzahlen: 220-280 s Feuchtkleber: 27-30%
West Fallzahlen: 190-260 s Feuchtkleber: 27-30%
Mitte Fallzahlen: 190-250 s Feuchtkleber: 28-30%
Ost Fallzahlen: 220-280 s Feuchtkleber: 28-30%
Süd Fallzahlen: 180-240 s Feuchtkleber: 28-30%

Quelle: CSM / Backforum Bingen

Empfehlungen der jeweiligen Mühle genau zu studieren, um regionale Schwankungen einzuplanen.“

Auch Roggen wird in Haushalten und Backstuben zunehmend beliebter. Im Vergleich zum Vorjahr habe sich hier in den Qualitäten nicht viel getan, sagt Reck. Die Teige sollten eher weich und nicht zu kühl geführt werden, heißt es in den Empfehlungen von CSM. Ebenfalls sinnvoll: lange Teigruhezeiten und die Zugabe von Altbrot in gemahlener oder eingeweichter Form.

WAS ZEIGT DAS AMYLOGRAMM?

Eine amylographische Untersuchung gibt Auskunft über die Verkleisterungs-Eigenschaften und das Quellungsverhalten von Mehl. Vornehmlich kommt das Verfahren bei Roggen zum Einsatz, um dessen Backfähigkeit zu messen. Dafür wird ein Mehl-Wasser-Gemisch aus 80 g Mehl und 450 ml destilliertem Wasser in den rotierenden Messtopf des Amylographen gegeben und konstant von 30°C auf mehr als 90°C erhitzt. Der Zähflüssigkeits-Verlauf der Masse wird in Form von Amylogramm-Einheiten (AE) angegeben. Entscheidend ist auch, bei welcher Temperatur das Mehl verkleistert. Das Verfahren bildet damit den Prozess ab, wie ihn die Brotkrume beim Backen durchläuft. In der Regel liegt die Verkleisterungs-Temperatur bei Weizen höher als bei Roggen. Ein optimales Backergebnis ist bei Mehlen der Type 550 und 1050 nicht unter 350 AE zu erwarten. Die gemessene Verkleisterungs-Temperatur liegt idealerweise bei mindestens 77°C. Andere Werte gelten für Weizen-Vollkornmehle: Hier liegen die empfohlenen Werte bei 400 AE und 80°C. Für Roggen gilt: Zwischen 63 und 67°C sowie 350 bis 550 AE kann von einem guten Backverhalten ausgegangen werden. Liegen die Werte darüber, ist dies ein Hinweis auf eher triebschwache und nachstehende Teige.

„Mildere Sauerteige mit nicht zu hohem Endsäuregrad und damit höherer Zugabe zum Endteig unterstützen zusätzlich die Verquellung der Teiginhaltstoffe“, teilt das Unternehmen mit.

Positiv wirke sich die Qualität der diesjährigen Weizenernte aus, heißt es bei CSM. „Die sehr guten Kleberwerte sorgen für ein gutes Volumen im Gebäck“, unterstreicht Reck. „Das bedeutet, man kann die Teige ausreichend kneten, ohne Sorge zu haben, sie zu überkneten.“ Dies sei auch dringend geboten.

„Ist der Feuchtkleber sehr hoch und nicht ausreichend geknetet, kann es passieren, dass sich das Produkt nach dem Ofentrieb wieder zusammenzieht“, erklärt der Bäckermeister. 🍞



Bei hohem Feuchtkleber-Gehalt im Weizen ist das lange Kneten besonders wichtig



Ruchmehl wird in der Regel aus Weizen hergestellt, gelegentlich aus Dinkel

Besonderes Brot nach **Schweizer Art**

Raues Mehl

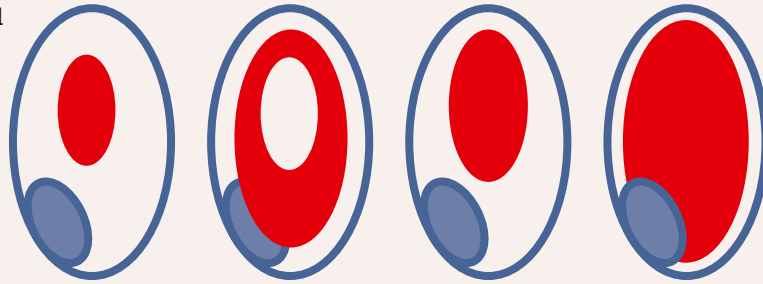
In der Schweiz gehört Ruchbrot schlicht zum Sortiment. Als unspektakuläres Alltagsbrot. In Deutschland hingegen zählt es eher in die Kategorie „Spezialbrot“. Zutat ist das klassische Schweizer Ruchmehl. Doch hinter dem Namen verbirgt sich eine ganze Spannweite von Qualitäten. Was hat es damit auf sich? Und was ist bei der Verarbeitung zu beachten?

Text: Christoph Heger

Die Bezeichnung „Ruchmehl“ kommt aus dem Schweizerischen und bedeutet so viel wie rau oder grob. Es wird üblicherweise aus Weizen oder Dinkel hergestellt. Würde man es mit deutschen Typenmehlen vergleichen, läge es im Bereich eines Weizenmehls 1050. Der gravierende Unterschied ist aber die Art der Vermahlung.

Dazu zunächst ein Blick auf das deutsche 1050er. Hierfür wird dem Korn zunächst 40 Prozent helles Mehl entzogen. Das ist Type 405. Der Rest vom Korn geht in die weitere Vermahlung. So entsteht als sogenanntes Nachmehl das 1050er. Ihm fehlen die Kleberbildenden Proteine. Der Ausmahlungsgrad liegt bei 40 bis 72 Prozent. Zum Vergleich:

Der Ausmahlungsgrad gibt einen Anhaltspunkt dafür, welche Partien des Korns im Mehl enthalten sind



Mehl-Type

Type 405

Type 1050

Type 550

Ruchmehl

Ausmahlungsgrad

40%

40% - 72%

65%

85%

Type 550 hat einen Ausmahlungsgrad von 65 Prozent. Der des Ruchmehls wiederum liegt bei 85 Prozent.

Da Ruchmehl sowohl die inneren Bestandteile mit den Kleberbildenden Proteinen als auch die äußeren Schichten mit höherem Mineralstoffgehalt enthält, zeichnet es sich durch sehr stabile Teige mit ernährungsphysiologischem Mehrwert aus. Backergebnisse aus Ruchmehl sind sehr gut gelockerte Produkte mit offener Porung, angenehm dunkler Farbe und vollmundigem Geschmack. Zugegeben, die dunkle Farbe lässt sich auch mit 1050er erzielen. Spätestens bei der Porung der Produkte aber zeigt sich, dass Ruchmehl trotz ähnlicher Typenzahl auf dem Papier etwas ganz anderes ist. Doch auch Ruchmehl ist nicht gleich Ruchmehl.

Schon der Herstellungsprozess unterscheidet sich bei einzelnen Mühlen. Grundsätzlich ist es so, dass dem Mahlgut das Weißmehl

entzogen wird. Hinzu kommt dann feiner gemahlene Kleie. Das gibt dem Mehl einen dunklen und aromatischen Charakter.

Wer sich mit dem Backen von Ruchbrot beschäftigt, stellt rasch fest, dass Ruchmehle je nach Mühle auch immer entsprechend anders zu verarbeiten sind. Mal haben sie eine bessere Wasseraufnahme, mal eine schlechtere. Und auch die Stabilität der Teige ist immer ein heikles Thema.

Eine Ursache ist, dass in der Schweiz keine so engen Abgrenzungen der Typenzahlen vorgeschrieben sind. Der Korridor für ein 550er liegt laut deutscher DIN-Norm 10355 zwischen 0,51 und 0,63 Prozent Mineralstoffgehalt sehr viel enger als der für Ruchmehl. Original Schweizer Ruchmehl kann einen

Ein Brot wie die Schweizer Alpen –
das gelingt mit dem richtigen Handling





Beim Aufarbeiten von Ruchbrot
ist Feingefühl angesagt



Aufgrund des hohen Schalenanteils
wird Ruchmehl eher lange geknetet

Mineralstoffgehalt von 0,91 bis 1,69 Prozent haben. Da ist der Spielraum sehr groß.

Und genau dieser große Spielraum ist ungewöhnlich. Jede Mühle – in der Schweiz ebenso wie in Deutschland – produziert Ruchmehl nach anderen, internen Vorgaben. Beim Wechsel des Mehles von einer zur anderen Mühle muss man sich also darauf einstellen, bestehende Rezepturen zunächst nur als Anhaltspunkte zu werten. Wie es sich genau mit Stabilität und Wasserbindung verhält, müssen Backversuche zeigen. Rezepturen sind danach entsprechend anzupassen. Größere Mühlen geben hierzu Leitfäden mit an die Hand.

Das Augenmerk sollte bei der Auswahl des Mehls auf der Zutatenliste liegen. Obwohl es sich in erster Linie „nur“ um Mehl handelt, sind bei manchen Mühlen bereits Malze, Ascorbinsäure oder Enzym-aktive Malze enthalten. Das unterstützt die einfachere Verarbeitung und die Ausprägung der typischen Merkmale eines Ruchbrot, ist aber bei Beachtung der nachfolgenden Punkte nicht notwendig, um das gleiche Ergebnis zu erzielen. Also auf in die Backstube.

Bevor es auf den Weg zum „perfekten“ Ruchbrot geht, gilt es, das Ziel genauer zu definieren. Was zeichnet ein Ruchbrot eigentlich aus? „Beim Anblick eines Ruchbrot sollten



Die Stückgare fällt bei Ruchbrot
vergleichsweise kurz aus



Gebacken wird heiß –
bei geschlossenem Zug

sich sofort Bilder von den Schweizer Alpen mit den scharfkantigen Bergzinnen und steil abfallenden Tälern im Kopf auftun. Die wild gerissene, kräftig gebackene und leicht bemehlte Kruste mit ihrer Farbe von dunklem Karamell lässt schon erahnen, was uns beim Anschneiden des Brotes erwartet. Eine riesen Sauerei! Knatternd fährt das Brotmesser in die Kruste und die Splitter verteilen sich in der ganzen Küche. So muss es sein! Im Inneren erwartet uns daraufhin eine gut gelockerte, grob geportete Krume. Glasig-glänzend kann sie sowohl optisch als auch geschmacklich mit malzig-herbem, leicht alpin anmutendem Aroma-Bukettt überzeugen. Die zart-fleischige Krume schmilzt im Mund wie ein Stück beste Schweizer Schokolade.“ So sieht wohl die perfekte Genuss-Beschreibung eines Ruchbrotes aus.

Mit diesem Bild vor Augen und dem Wasser, das einem im Mund zusammenläuft, geht es dann ans Werk. Bei der Verarbeitung von Ruchmehl sind aufgrund der speziellen Zusammensetzung aus Kleberstarkem und Mineralstoff-reichem Mehl mit hohem Schalenanteil folgende Punkte zu beachten:

Teigausbeute

Die TA ist relativ hoch anzusetzen. Die Schalenteile brauchen das Wasser und auch für die offen geportete

Krume sollte genügend Feuchtigkeit zur Verfügung stehen. Die Teige werden sich dadurch nach dem Kneten sehr weich, klebrig und wenig standfest anfühlen. Das sollte jedoch nicht zum Fehler verleiten, Mehl zur Korrektur dazugeben. Die Teige stabilisieren sich während der Teigruhe von ganz allein.

Die TA sollte zwischen 85 und 95 Prozent liegen. Dabei empfiehlt es sich, das Wasser während der Teigbereitung zu splitteln. Zwei Drittel der Wassermenge kommen zum Start in den Teig, der Rest wird verzögert nach und nach dazugegeben. So lässt sich das Klebnetz erstmal gut auskneten und im Anschluss das restliche Wasser darin einlagern.

Anzeige



Die Schweizer Regularien lassen eine große Spannweite beim Mineralstoffgehalt zu. Daher hängt die Qualität von Ruchmehl stark von der Mühle ab

Knetzeit

Da einerseits die Schalentteile lange brauchen, um das Wasser anzulagern, und das Klebernetz andererseits für eine grobe Porung sehr gut ausgeprägt sein muss, sollte die Knetzeit dementsprechend lange gewählt werden. Bei Weizen-Ruchmehl sind folgende Richtwerte anzusetzen: 10 Minuten langsam und 6 Minuten schnell. Wer lieber mit Dinkel-Ruchmehl arbeitet, knetet eher 12 Minuten langsam und 2 Minuten schnell.

Salzzugabe

Bei allen Gebäcken, die sich über ein gut ausgebildetes Klebernetz definieren, empfindet es sich, das Salz erst verspätet im Schnellgang zuzugeben. Dadurch lassen sich die Kleberstränge zunächst gut dehnen und langstrecken. Erst danach werden sie durch die Salzzugabe stabilisiert, fester und damit elastischer.

Teigruhe

Wie bereits erwähnt, fühlen sich die Teige nach der Knetung relativ weich und fließend an. Das relativiert sich im Verlauf der Teigruhe. Man lässt den Teig in einer geölten Wanne erstmal 2 Stunden im Raum stehen. Dabei

sollte er alle 30 Minuten aufgezogen werden. Bereits nach dieser kurzen Zeit lässt sich eine deutliche Stabilisierung feststellen. Im Anschluss geht es für 16 Stunden ins Kühlhaus.

Aufarbeitung

Nach dem Kühlhaus lässt man den Teig für 60 Minuten im Raum akklimatisieren. Danach erfolgt die Aufarbeitung der Brote sehr vorsichtig zur gewünschten Form. Zur Gare geht es in gestaubte Gärkörbchen – relativ kurz: 15 bis 30 Minuten genügen.

Backen

Nach dem Stürzen der Teiglinge auf den Abzieher bleiben sie nochmal 5 Minuten liegen. Für eine gute Krustenausprägung müssen die Brote heiß angebacken werden – zum Beispiel bei 250°C. Die Temperatur sollte auch danach nicht zu weit fallen, auf 235°C zum Beispiel. Das Brot erfordert normale Schwadengabe, der Zug bleibt die ganze Zeit über geschlossen. Die Backzeit sollte bei 750-g-Broten etwa 50 Minuten betragen.

Wer all diese Punkte berücksichtigt, kann ein eigenes gebackenes Stück Schweizer Alpen in den Händen halten. 🍞

Ruchmehl-Laib

Ein klassisches Ruchbrot ohne viel Schnick-Schnack. Aber mit viel Aroma. Der Poolish unterstützt die Krustenbildung und der Schabziger Klee, der nur in homöopathischer Dosis enthalten ist, unterstreicht den urig-kraftigen Geschmack.

Poolish

- ▶ 2,000 kg Weizen-Ruchmehl
- ▶ 2,000 kg Wasser (handwarm)
- ▶ 0,020 kg Hefe

Mischen: klumpenfrei von Hand

Teigtemperatur: 30°C

Teigruhe: 2 Stunden bei

Raumtemperatur, dann

16 Stunden im Kühlhaus

Hauptteig

- ▶ 4,020 kg Poolish
- ▶ 8,000 kg Weizen-Ruchmehl
- ▶ 5,000 kg Wasser 1 (10°C)
- ▶ 0,070 kg Hefe
- ▶ 0,015 kg Schabziger Klee
- ▶ 1,400 kg Wasser 2 (10°C)
- ▶ 0,220 kg Salz

- 18,725 kg Teig

Kneten: 8 Minuten langsam, dann Wasser 2 und Salz zugeben und 8 Minuten schnell

Teigtemperatur: 24°C

Teigruhe: 2 Stunden bei

Raumtemperatur in geölter Wanne,

zweimal aufziehen, dann 16-20

Stunden im Kühlhaus

Aufarbeitung:

- ⦿ Teigeinlage 450 g
- ⦿ Den Teig für 60 Minuten im Raum akklimatisieren lassen.

⦿ Dann abwägen und vorsichtig rundwirken. Mit Schluss nach unten in gestaubte Gärkörbchen legen.

⦿ 20 Minuten Stückgare im Raum.

⦿ Dann auf den Abzieher stürzen und vor dem Einschließen nochmal

10 Minuten liegen lassen.

Backen


Schwaden: kräftig


Backtemperatur: 250°C,


fallend auf 235°C

Backzeit: 45 Minuten ■

Rezept & Bild: Christoph Heger

 @christoph.heger

 /EinfachBrotMachen-106504397406804

 www.christophheger.de

Tipp

Dieses Grundrezept lässt sich toll zum saisonalen Hit umwandeln: Karottenstifte und frische Kräuter im Frühling, getrocknete Tomaten und Feta-Würfel im Sommer oder eine opulente Nussmischung für den Winter.

Ein **EDV-Projekt** an der Universität in Hohenheim soll helfen, bares **Geld zu sparen**

„Da ist großes Potenzial vorhanden“

Interview: Edda Klepp

Zahlreiche Brote und Brötchen verlassen die Backstube täglich. Wer klug plant, verschwendet dabei weder Personalkosten noch Energie. Im Rahmen des mit Mitteln aus dem European Institute for Innovation & Technology (EIT) geförderten Projekts Pro4Bake soll eine Software entwickelt werden, um hier noch die letzten Einsparpotenziale im Prozess herauskitzeln. Professor Dr. Bernd Hitzmann vom Institut für Lebensmittelwissenschaft und Biotechnologie an der Universität Hohenheim erklärt, wie das funktionieren soll.





Über Software-Systeme ist es heute bereits möglich, den Gärprozess genau zu steuern

B ROTpro: Worum genau geht es beim EIT Food-Projekt PrO4Bake?

Dr. Bernd Hitzmann: Typischerweise werden in einer mittelständischen Bäckerei täglich etwa 50 unterschiedliche Produkte hergestellt. Die Abläufe dabei gleichen sich: Zunächst wird der Teig zubereitet, dann folgen die Teigruhe und die Ballengare. Anschließend wird der Teig in Stücke zur Formgebung eingeteilt und in die Endgare gegeben, zuletzt der Ofen beschickt. Die Frage ist: Welches Produkt muss der Bäcker zuerst und welches zuletzt herstellen, um möglichst effizient zu sein?

Das klingt nicht nach anspruchsvoller Mathematik ...

Bei 50 verschiedenen Produkten gibt es rund zehn hoch 64 verschiedene Kombinationsmöglichkeiten. Aufgrund seiner Erfahrung hat sich der Bäcker einen bestimmten Plan erarbeitet. Aber kann er sicher sein, dass keine Geräte im Leerlauf betrieben werden? Insbesondere bei den Backöfen wird viel Energie verbraucht. Außerdem können Unternehmer häufig noch personelle Ressourcen optimaler einplanen. In einer Vorstudie haben wir herausgefunden, dass bei optimaler Planung zwischen fünf und acht Prozent der Produktionszeit eingespart werden können. Über unser Programm wollen wir eine solche Optimierung gewährleisten. Da ist großes Potenzial vorhanden, zumindest

bei kleineren Bäckereien. Wir sprechen hier nicht von großen Linien-Anlagen.

In der Projektbeschreibung ist die Rede davon, dass Sie mit Hilfe von Simulationen Abläufe verbessern wollen. Wie funktioniert das?

Das Projekt hat zwei Schwerpunkte – zum einen in der Produktion, zum anderen im Verkauf. Beim System zur Prozessoptimierung in der Backstube nutzen wir Simulationen, um den Ablauf in der Bäckerei nachzuzeichnen. Nach bestimmten Kriterien werden einzelne Prozess-Schritte abgebildet, um den bestmöglichen Ablauf zu ermitteln. Hierzu nutzen wir Optimierungs-Algorithmen, die gezielt die Reihenfolge des Produktionsablaufs verändern. In Simulationen wird die neue Reihenfolge zeitlich berechnet, bewertet und dann weiter optimiert.

DER GESPRÄCHSPARTNER

Prof. Dr. Bernd Hitzmann studierte Physik an der Universität Hannover und promovierte im Fachbereich Chemie der Universität Hannover. Es folgten ein Forschungsaufenthalt am California Institute of Technology (Caltech), Pasadena, USA, und eine Tätigkeit am Konzernforschungszentrum von ABB, Heidelberg. 1995 hat er sich an der Universität Hannover im Fachgebiet Technische Chemie habilitiert. Seit 2011 ist Hitzmann Inhaber des Lehrstuhls Prozessanalytik und Getreidewissenschaft am Institut für Lebensmittelwissenschaft und Biotechnologie der Universität Hohenheim.

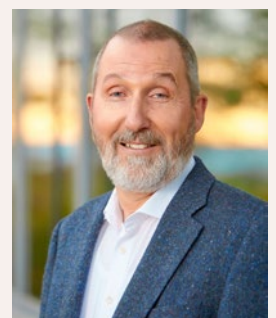


Foto: Universität Hohenheim



Getreideforschung ist seine Passion: „Mikroorganismen und Brot – wie passt das zusammen?“, lautete der Titel einer Kinderuni-Vorlesung, die Prof. Hitzmann 2014 an der Uni Hohenheim durchführte

Indem Sie verschiedene Parameter jeweils anpassen und vergleichen?

Ja, genau.

Spieren da auch Laufwege oder die Zahl der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine Rolle?

Wir diskutieren derzeit noch, ob das berücksichtigt werden soll oder nicht. Erstmal ist es nicht geplant, den Personaleinsatz und die Laufwege aufzunehmen. Prinzipiell ist das aber natürlich möglich.

Im Augenblick geht es also um den reinen Backprozess?

Richtig. Wie in einer Muster-Backstube. Dazu erfassen wir die Dauer, die es braucht, um den Teig zuzubereiten. Wie lange dauern einzelne Prozessschritte? Wie viel Zeit nimmt die Teigruhe in Anspruch? In gewisser Weise zählen die Laufwege und das Personal da schon mit rein. Letztlich bilden wir im Computer nach, was in der Backstube vor sich geht. Ziel ist es, dass der Backofen möglichst durchgehend belegt ist und die Zeit für die Produktion optimal genutzt wird. Das Erfahrungswissen des Bäckers ist dabei zunächst noch nicht berücksichtigt, allerdings kann ein Computer in kurzer Zeit eine Vielzahl verschiedener Kombinationen durchrechnen. Wir glauben, dass wir dadurch zu einem besseren Ergebnis kommen als der Bäcker allein, der mehr oder weniger aus dem Bauch heraus plant und entscheidet.

Wie sind Sie auf dieses Thema gekommen?

Ich unterrichte das Fach Prozessanalytik und Getreidewissenschaft an der Universität in Hohenheim. Hier interessiere ich mich insbesondere für Prozesse in der Bäckerei, die wir optimieren wollen. Wir entwickeln Messtechnik für Betriebe. Zum Beispiel gibt es ein Bildverarbeitungssystem, das das Volumen der Teiglinge bei der Gare misst. Über ein mathematisches Modell kann vorausgesagt werden, wann der Teig den optimalen Zustand der Gare erreicht hat. Bei zu wenig aktiven Hefen im Teig wird dann beispielsweise automatisch die Temperatur erhöht. Bei hoher Aktivität sinkt sie, sodass über die Temperatur geregelt wird, wann der Teigling fertig ist.

Prozesse werden in der Bäckerei auch stark von Rohstoffen beeinflusst ...

Deshalb beschäftigen wir uns mit verschiedenen Analyseverfahren, um Mehle zu charakterisieren. So nutzen wir die Wechselwirkung von Mehl mit elektromagnetischen Wellen wie beispielsweise Licht, um Aussagen über die Backqualität von Mehl zu erzielen. Mit Hilfe mathematischer Modelle beschreiben und analysieren wir den Knetprozess und können so vorhersagen, ob ein Mehl besonders gut oder schlecht für die Produktion von Backwaren geeignet ist. Für Pro4Bake sammeln wir derzeit

DAS PROJEKT

Gegenwärtig kommen in Bäckereien zahlreiche Maschinen zum Einsatz, um den Produktionsprozess zu optimieren. Verringern sich die Herstellungsdauer und die Leerlaufzeit von Maschinen, führt dies zu einer höheren wirtschaftlichen und ökologischen Effizienz. Produktionskosten können dadurch gesenkt und die Auswirkungen des Klimawandels auf die Gesellschaft verringert werden. Das Tool Pro4Bake soll mit Hilfe von Algorithmen und Verfahren der künstlichen Intelligenz den Prozess in der Backstube optimieren.

Derzeit werden kleine und mittelständische Betriebe gesucht, um die Software in der Praxis weiterzuentwickeln. Interessierte erreichen Projektleiterin Susanne Braun von der Universität Hohenheim per E-Mail unter susanne.braun@uni-hohenheim.de.

Daten aus verschiedenen Ländern. So wollen wir das Potenzial bestimmen, das wir durch die Optimierungs-Algorithmen, in der Praxis ausschöpfen können.

Mehl ist Naturprodukt. Keine Charge gleicht der anderen. Werden die unterschiedlichen Verarbeitungs- und Backeigenschaften ebenfalls bei der Analyse berücksichtigt?

Das hat natürlich Einfluss. Beispielsweise kann es passieren, dass das Kneten länger dauert. Die Frage ist, wie sich das auf den Produktionsplan auswirkt. Zunächst ergibt es Sinn, diese Technik überhaupt in diesem Bereich zu nutzen. Im nächsten Schritt untersuchen wir, wie sich Unterschiede bei den Rohstoffen in der Produktionsplanung bemerkbar machen. Wird es den Produktionsplan signifikant verändern oder nicht? Je schlechter das Mehl, desto kleiner ist im Normalfall die Knet-Toleranz. Und umso mehr muss der Bäcker auf die Eigenschaften des Mehles achten und den Zeitplan anpassen. Da habe ich nicht viel Spiel. Umgekehrt gilt: Je höher die Qualität, desto flexibler gestaltet sich der Prozess. Wahrscheinlich lassen sich hier noch weitere Prozente herausholen.



Die Qualität des Mehls hat ebenfalls Einfluss auf die Prozesse in der Backstube. Wie groß dieser ist, sollen weitere Untersuchungen zeigen

Sie bauen also erstmal einen großen Datenpool auf, mit dem Sie dann weiterarbeiten?

So ist es. Das ist ein wichtiger Baustein. Ein zweiter ist im Verkauf angesiedelt. Hier wollen wir ein Modell für Bestellprognosen zur Verfügung stellen. Wir nutzen künstliche Intelligenz, um Vorhersagen zu treffen. Ausgehend von der Planung des Bäckers fließen in die Berechnung weitere Daten ein, zum Beispiel die Ferienzeit, das Wetter und so weiter. Ziel ist es zu bestimmen, wie viele Backwaren in die Ver-

Über eine Verbraucher(innen)-befragung erhoffen sich die Forscher Aufschluss zum Konsumverhalten





Bei 50 Produkten, die täglich in der Backstube hergestellt werden, ergeben sich zehn hoch 64 verschiedene Kombinationsmöglichkeiten für die Produktionsreihenfolge

kaufsstelle geliefert werden müssen, um den erwarteten Konsum abzudecken. Wir wollen eine stundengenaue Beurteilung, wann welche Artikel vorrätig sein müssen. Auf diese Weise optimieren wir den gesamten Prozess von der Produktion bis ins Fachgeschäft.

In welchem Stadium der Entwicklung befindet sich das Projekt derzeit?

Sobald uns eine Liste mit den notwendigen Daten vorliegt, können wir sofort loslegen. Derzeit sind wir auf der Suche nach weiteren Betrieben, die bereit sind, sich an dem Projekt zu beteiligen.

Welche Voraussetzungen muss ein Betrieb erfüllen?

Für das Prognosemodell wäre es hilfreich, die Verkaufszahlen mehrerer Jahre vorzulegen. Es gibt Kassensysteme, die das abbilden. Für das Optimierungssystem in der Produktion benötigen wir im Grunde die Zeiten der verschiedenen Produktionsschritte je Produkt. Nur wenige Betriebe werden diese bislang erhoben haben. Über die jeweilige Retoure wird ermittelt, ob zu wenig oder zu viel produziert worden ist.

Teil des Projektes ist eine Befragung. Wer soll wozu befragt werden?

Die Konsumenten. Wir richten uns an Menschen, die Backwaren kaufen. Inwieweit sind sie bereit zu akzeptieren, dass das Angebot kurz vor Ladenschluss eingeschränkt ist. Wir erhoffen uns Erkenntnisse darüber, wie sich der Kunde tatsächlich verhält. 📊



Verschiedene europäische Institutionen sind an dem Projekt beteiligt

DIE BETEILIGTEN DES PRO4BAKE-PROJEKTES

Universität Hohenheim (Lead und Koordination, Deutschland)
Siemens (Deutschland)
Campden BRI Hungary (Ungarn)
University Turin (Italien)
Consejo Superior de Investigaciones Científicas (Spanien)
Polish Academy of Sciences in Olsztyn (Polen)
Lund University (Schweden)

Das Projekt wird von EIT Food finanziell unterstützt. EIT Food ist ein EU-Projekt mit dem Ziel, Lebensmittelsysteme nachhaltiger zu gestalten und das Vertrauen in Lebensmittelherstellung sowie -verarbeitung zu stärken.

Superstullen

Ein Mischbrot ist ein Mischbrot bleibt ein Mischbrot. Es lässt sich nur bedingt in Szene setzen. Besser ist es, den Kundinnen und Kunden Lust aufs Brot zu machen. Es vom Alltags- in ein Genussprodukt zu verwandeln. Mit wenigen Zutaten und geringem Aufwand gelingen geschmackvolle Kunstwerke, die das Brot auf eine höhere Stufe heben. Mit solchen Ideen lassen sich auch gut neue Sorten einführen.

Tatar-Brot

Edel und besonders: Für die Tatar-Stulle wird feiner Rindertatar vom Metzger, nur leicht gesalzen, auf Sauerteigbrot mit Senf-Frischkäse und Schalotten-Kapern-Vinaigrette serviert. Dazu bitterer Frisée und ein Spiegelei – auch kritische Kunden lieben das!

Zutaten (4 Portionen)

- ▶ 2 Schalotten
- ▶ 1 TL Kapern
- ▶ 1 EL Weißweinessig
- ▶ Olivenöl
- ▶ Salz
- ▶ einige Halme Schnittlauch
- ▶ 2 EL Frischkäse
- ▶ 2 Tl grober Senf
- ▶ eine Handvoll gezupfter Frisée-Salat
- ▶ 300 g Rindertatar
- ▶ 20 g Butter
- ▶ 4 Eier (Größe S)
- ▶ Roggenbrot
- ▶ 4-8 Kapernäpfel
- ▶ schwarzer Pfeffer aus der Mühle

⦿ Die Schalotten pellen, fein würfeln, die Kapern fein hacken und mit einer Vinaigrette aus 1 TL Kapernflüssigkeit, Essig und 3 EL Olivenöl marinieren. Mit Salz würzen. Schnittlauch in Röllchen schneiden und untermengen. Den Frischkäse mit grobem Senf verrühren. Frisée waschen und trocken schleudern.

⦿ Butter und 1 TL Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Eier hineinschlagen und bei milder Hitze in 4-6 Minuten zu Spiegeiern braten. Mit Salz würzen und optional mit einem Ring-Ausstecher rund ausstechen.

⦿ Tatar leicht mit Salz würzen. Die Brotscheiben mit Frischkäse bestreichen, Frisée und Tatar portionsweise (evtl. auch mit Hilfe eines Ringausstechers) darauf anrichten. Den Tatar mit der Vinaigrette beschöpfen. Mit Spiegelei und Kapernäpfeln servieren, Salz und Pfeffer dazu reichen. 🍴

Zubereitungszeit

🕒 15 Minuten



Röstzwiebel-Winterschmalz-Stullen mit Radieschen-Salat

Feines Schmalz mit süßen Apfelstückchen, Majoran und Röstzwiebeln auf Brot und mit frischem Radieschen-Salat serviert – ideale Begleitung zu Apfelmost und Cider nach einem langen Herbstspaziergang.

Zubereitungszeit

🕒 20 Minuten (+ 4-5 Stunden zum Abkühlen und Erstarren des Schmalzes)



Zutaten

▶ Roggen-Sauerteigbrot

Schmalz (ca. 450 g)

- ▶ 150 g Zwiebeln
- ▶ 150 g Gänseschmalz
- ▶ 125 g Schweineschmalz
- ▶ 1 kleiner, rotbäckiger Apfel
- ▶ ½ TL Majoran, gerebelt
- ▶ 1 EL dänische Röstzwiebeln
- ▶ Meersalz oder Salz
- ▶ schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Radieschen-Salat

(4 Portionen)

- ▶ 1 Bund Radieschen
- ▶ Salz
- ▶ 1 EL Weißwein-, Apfel- oder Kräuterssig
- ▶ 1-2 EL mildes Rapsöl

⦿ Die Zwiebeln pellen und fein würfeln.

⦿ Gänse- und Schweineschmalz in einem Topf schmelzen und erhitzen, die Zwiebeln zugeben, unter Rühren 4 Minuten garen.

⦿ Den Apfel schälen, fein würfeln und mit dem Majoran und den Röstzwiebeln unter das Schmalz rühren. Weitere 2 Minuten garen. 2-3 besonders rote Apfelschalen fein würfeln und unterrühren.

⦿ Das Schmalz mit Salz würzen, vom Herd ziehen und unter gelegentlichem Rühren erst abkühlen, dann im Kühlschrank in 3-4 Stunden erstarren lassen.

⦿ Radieschen mit Grün gründlich waschen, die Radieschen in dünne Scheiben schneiden. Einige zarte Blättchen Radieschengrün zupfen und zugeben. Mit Salz, Essig und Öl marinieren.

⦿ Brot in Scheiben und mit Schmalz bestrichen zum Radieschen-Salat servieren. ■

Wurstsalat- Stulle



Die erste Stulle, bei der der Schwäbische Wurstsalat schon drauf liegt. Eigentlich ja Schweizer Wurstsalat, weil auch Käse dabei ist. Da murren dann wiederum die Thüringer und Hessen, die die gute Rotwurst beigesteuert haben. Einigen wir uns doch darauf: Diese Stulle schmeckt allen.

- ⦿ Aus Essig, Öl, Senf und 2 EL Gewürzgurkenwasser eine Vinaigrette anrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden und unterrühren.
- ⦿ Radieschen putzen und in feine Scheiben schneiden. Gurken in feine Scheiben schneiden. Die Zwiebel pellen und in Ringe schneiden. Den Käse in Streifen schneiden.
- ⦿ Brotscheiben mit Lyoner- und Rotwurstscheiben leicht überlappend belegen, mit Käsestreifen, Zwiebelringen, Radieschen und Gurken toppen. Mit der Vinaigrette beschöpfen und servieren, dabei darf die Vinaigrette gerne auch leicht ins Brot einziehen. 🍴

Zubereitungszeit

🕒 15 Minuten

Zutaten (4-6 Portionen)

- ▶ 4-5 EL Weißwein- oder Kräuternessig
- ▶ 5 EL Öl (Sonnenblumenöl, mildes Rapsöl, Olivenöl, gerne auch gemischt)
- ▶ 1 TL scharfer Senf
- ▶ 1-2 Frühlingszwiebeln
- ▶ 4-6 Radieschen
- ▶ 2-3 Gewürzgurken
- ▶ 1 kleine rote Zwiebel
- ▶ 80 g Bergkäse
- ▶ Mischbrot
- ▶ je 150 g Lyoner- und Rotwurst

Ochsensemmel

Das Original stammt vom Viktualienmarkt in München. Hier kommt statt Ochsenfleisch feinstes Rinderfilet zum Einsatz, dazu gibt es Schmorzwiebeln mit frischem Majoran. Im Brötchen serviert – eine Köstlichkeit. Dazu schmeckt gutes Bier.

Tipp

Bei den Zwiebeln kann auch eine kleine, fein gewürfelte Knoblauchzehe mitschmoren. Die Brötchen können zusätzlich dünn mit Butter, Senf oder Meerrettich bestrichen werden.

Zutaten (4 Portionen)

- ▶ 350-400 g Rinderfilet am Stück
- ▶ 5 Zweige Majoran
- ▶ 1 Zweig Zitronenthymian
- ▶ Rapsöl
- ▶ 2 große Gemüsezwiebeln
- ▶ 20 g Butter
- ▶ schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ▶ 4 Brötchen (zum Beispiel Röllchen)

Zubereitungszeit

- 🕒 15 Minuten

🕒 Das Rinderfilet in knapp 1 cm dicke Minutensteaks schneiden (8 Scheiben). 2 Zweige vom Majoran mit dem Thymian fein hacken und mit 2 EL Öl verrühren. Das Fleisch damit marinieren.

🕒 Die Zwiebeln pellen, halbieren und in Streifen schneiden, salzen und in einer Pfanne in 3 EL heißem Öl unter Rühren in 8-10 Minuten bei mittlerer Hitze goldbraun braten.

🕒 Den Ofen auf 50 Grad erwärmen. Übrigen Majoran hacken und beides mit der Butter unter die Zwiebeln rühren. Mit Pfeffer würzen. Im Ofen warm stellen.

🕒 Die Brötchen halbieren und auf einem Gitter im Ofen ebenfalls erwärmen.

🕒 Eine große, beschichtete Pfanne stark erhitzen und die Steaks darin von jeder Seite 1-2 Minuten scharf braten (medium rare bis medium). Mit Salz würzen. Fleisch mit den Zwiebeln in den Brötchen anrichten und sofort servieren. 🍴

Schneller Ofen-Toast „Caprese“



Caprese – die italienische Vierfaltigkeit aus Mozzarella, Tomate, Basilikum und Olivenöl, hier in einer Variante mit Basilikumbutter. Und auch an dieser Stelle gilt: Eine Caprese ist immer nur so gut, wie die Qualität ihrer Zutaten.

🕒 Den Ofen auf 220°C vorheizen. Ciabatta-Brotscheiben auf einem Blech mit Backpapier verteilen.

🕒 Butter schmelzen, Basilikum fein schneiden und unterrühren, die Butter leicht salzen.

🕒 Tomaten in Scheiben schneiden, die Mini-Mozzarella halbieren, leicht salzen.

🕒 Die Brote mit etwas geschmolzener Butter bestreichen, mit Tomate und Mozzarella belegen, mit übriger Butter beschöpfen.

🕒 Im heißen Ofen 4-5 Minuten rösten lassen. Mit Rauke und optional kleineren Basilikumblättchen bestreut sofort servieren. 🌱

Zubereitungszeit

🕒 15 Minuten

Zutaten (4-6 Portionen)

- ▶ Ciabatta
- ▶ 100 g Butter
- ▶ 2 Zweige Basilikum
- ▶ Salz
- ▶ 2-3 sonnenreife Flaschentomaten
- ▶ 6-9 Mini Mozzarella (di bufala)
- ▶ einige Zweige Rauke



Bäckergesellin auf Wanderschaft, Teil 2

Kalte Füße und Limousinen-Fahrt

Der Abschied von Telgte war emotional. Familie, Freundeskreis, Kollegen – alle hatten dazu beigetragen, mir das Fortgehen einerseits schwer und andererseits so schön wie möglich zu machen. Da ahnte ich noch nicht, wie bunt und ereignisreich die ersten Wochen meiner Wanderschaft werden sollten.

Text & Bilder:
Helen Markmann

Nach meinem sanften Fall vom Ortschafts-
schild ging es erst einmal nach
Münster. Ich hatte eine Nacht vor mir,
die für die nächsten drei Jahre untypisch sein
sollte. Ich durfte sie im Kolpinghotel verbrin-
gen. Im Vergleich zu dem, was mich erwartete,
war das großer Luxus.

Gründer und Namensgeber Adolph Kolping
ging eher als Geistlicher in die Geschichte ein.
1991 wurde er seliggesprochen. Doch vor seiner
theologischen Karriere war Kolping selbst
Schuhmacher. In seinem Testament verfügte
er, dass wandernde Gesellen in seinen Häu-
sern stets ein Nachtlager finden.



Nach dem sanften Fall vom Ortsschild hieß es, nicht mehr zurückzuschauen



Im Wald erwarteten mich die Kollegen, um meinen Wanderwillen ein letztes Mal zu testen

Kalt oder nass wurde es in der nächsten Zeit nicht. Aber die Suche nach einem Schlafplatz gestaltete sich manchmal schwierig. In Osna-brück irrten wir zu dritt vier Stunden herum, klapperten alles ab, was sich anbot. In der Unibibliothek waren sie sogar so nett, eine Durchsage für uns zu machen, dass drei wandernde Gesellen auf der Suche nach einem Schlafplatz für eine Nacht sind. Wir saßen derweil in einer Sitzecke und warteten. Umsonst. Als die Bibliothek schloss, hatte sich noch niemand gefunden. Am Ende ließen uns die Freimaurer in ihrem Saal übernachten. Wir empfanden das als große Ehre.

Am nächsten Tag ging es weiter bis zur Bannmeilen-Grenze. Als Wandergesellin habe ich mich verpflichtet, meinem Zuhause für drei Jahre und einen Tag nicht näher als



Beim Losgehen wird gemeinsam „getippt“

50 Kilometer zu kommen. Diese Grenze zu erreichen, ist nach dem Abschied das erste nennenswerte Ereignis der Wanderschaft.

Für mich verlief die Grenze durch einen Wald. Kurz bevor wir dort angekommen waren, ließen mich meine Mitgesellen zunächst allein zurück. Wie schon beim Losgehen stand meine Wille noch einmal auf dem Prüfstand. Ich sollte einen Brief an mich als künftige Einheimische schreiben. Einheimische, das sind wir Gesellen nach der Wanderschaft. Bis dahin bleiben wir Fremde.

Nach Erfüllung der Aufgabe folgte ich den anderen weiter in den Wald hinein. Ein wunderschöner sonniger Tag ging zuende und machte den Weg frei für eine sternenklare Nacht. In der Dämmerung sah ich die Fackeln und eine aufgebaute so genannte Stenzgrenze. Auf Außenstehende mag das Spektakel etwas befremdlich gewirkt haben. Eine Spaziergängerin jedenfalls suchte schnell das Weite.

An der Grenze angekommen, stellten mich die Kollegen vor die Wahl: Umkehr oder Wanderschaft. Ich hätte aus der gemeinsamen Reisekasse ein Zugticket nach Hause



Was für ein Luxus, vom Minister zu einer Nacht im Vier-Sterne-Hotel eingeladen zu werden

bezahlen dürfen. Aber was für eine Frage! Ich überquerte die Grenze und war nun endgültig Fremde.

Waren wir bis hierhin eher in Tippelschritten vorangekommen, sollte es nun beschleunigt weitergehen. Paul, mein Exportgeselle für die erste Zeit, und ich wollten nach Berlin. Dort stand das nächste Losgehen auf dem Programm. Wir hatten Marena, einer Feintäschnerin, versprochen, dabei zu sein.

Für mich stand damit das erste Trampen an. Und ich machte auch gleich den ersten Tramp-Fehler. Ich hatte es verpasst, mit dem Fahrer genau zu besprechen, dass wir an der letzten Raststätte der A2 aussteigen wollten. Stattdessen fuhren wir mit ihm in Richtung Hildesheim.

Es war dunkel und unwahrscheinlich, dass wir es noch zurück zur A2 schaffen würden. Also entschieden wir uns, im Hauptbahnhof Hannover einen Zugführer zu fragen, ob er uns mit nach Berlin nehmen würde. Das Glück war auf unserer Seite. Zwar kamen wir erst nach Mitternacht auf der Losgeh-Party an. Aber wir hatten Wort gehalten.

Für Paul und mich sollte es direkt weiter nach Franken gehen. Aber ich hatte zu große Lust, an Marenas Tippelwoche teilzunehmen. Also



Die Wander-Realität sieht meist anders aus. Aber die Übernachtung im Gastraum eines Autohofs ist immer noch gemütlicher als mit dem Kopf auf dem Tisch bei McDonald's zu schlafen

tauschte ich für einige Tage meinen Exportgesellen, ließ Paul nach Franken abreisen und genoss zusammen mit Michi, einem freireisenden Maler und Lackierer, das Losgehen. Michi brachte mich anschließend nach Franken.

Wir erholten uns ein Wochenende und machten uns dann auf den Weg nach Dresden, um dort mit einer heimischen Schneiderin Geburtstag zu feiern. Außerdem stand Nikolaus vor der Tür. Und zu diesem Anlass gibt es jedes Jahr in Leipzig eine große Weihnachtsfeier bei Amigö. Er nimmt schon seit vielen Jahren Wandergesellen bei sich auf.

So sieht das Gepäck aus, wenn Gesellen wandern





In Schwäbisch Hall habe ich gemeinsam mit Falk einen Monat lang bei der Bäckerei Kretzschmar gearbeitet

Anzeigen

Für mehr
Abwechslung
auf der Stulle



€ 8,50

zu bestellen unter
040/42 91 77-110 oder
service@brot-magazin.de

Die Tage waren inzwischen spürbar kälter, Paul aber noch immer in sommerlicher Kluft unterwegs. Für solche Fälle legen wir Wandergesellen gern irgendwo einen sogenannten Bunker an. Paul hatte seinen bei einer Familie in Stuttgart eingerichtet. Das nächste Ziel stand fest. Zwei schöne Tage verbrachten wir dort, halfen in der ehemaligen Waldorfschule der Kinder beim Kochen des Schulessens.

Und schon begaben wir uns auf den Weg nach Kiel, wo wir den inzwischen Einheimischen Max pünktlich zum Geburtstag seines Vaters nach Hause brachten. Gefeiert wurde riesig und mit Live-Musik.

Für den nächsten Streckenabschnitt nach Rügen brauchten wir drei Tage. Das war ungewöhnlich lange, hing aber auch mit ungewöhnlichen Ereignissen zusammen. Am zweiten Abend wollten wir uns auf Herbergs-Suche begeben und sprachen Leute in einer Raststätte an, ob sie uns mit in den nächsten Ort nehmen könnten.

Unter den Befragten war auch der Fahrer eines Ministers. Er meinte, wir müssten schon seinen Chef fragen. Gesagt, getan. Der Minister war einverstanden. Und so erreichten wir den nächsten Ort in der präsidialen Limousine. In einem Hotel hatte er abends ein Treffen. Auf dem Weg fragte der Minister uns, wo wir übernachten würden. Wir antworteten, dass wir uns nach Ankunft auf die Suche machen würden. Da griff er zum Telefon und reservierte zwei Einzelzimmer mit Frühstück in dem Hotel.

Uns stockte der Atem und wir konnten unser Glück kaum fassen. Vor allem als sich herausstellte, dass es sich um ein feines Vier-Sterne-Haus mit angeschlossenem Brauhaus handelte, in dem wir gleich noch zum Abendessen eingeladen waren.

Gestärkt und ausgeschlafen erreichten wir Rügen am nächsten Tag, verbrachten einige Tage in idyllischer Lage in einer wunderschönen Herberge, bevor es zurück nach Franken ging. Mit 13 weite-

HAÜSSLER

**Holzbacköfen
Pelletbacköfen
Ladenbacköfen**

Komplett mit Schamotte-
stein ausgekleidet. Für
die optimale Backqualität
in ruhender Atmosphäre.

Telefon 07371/9377-0
www.backdorf.de





Von Schwäbisch Hall aus machten wir uns auf den Weg in meine Heimat

ren Wandergesellen feierten wir ein weniger besinnliches, dafür aber gemütliches und fröhliches Weihnachtsfest. Höhepunkt war unser Weihnachtessen, das wir für die anderen Wandergesellen, eine befreundete Familie und ihre Freunde kochten.

Silvester verbrachten wir bei einem Bäcker-Kollegen in Düren. Dort trafen wir den freireisenden Bäcker und Konditor Falk, der sich gerade auf die Suche nach einer Arbeitsstelle machte. Das stand für mich auch an, ich wollte den ersten Job aber ungern allein antreten. Und so bot Falk mir an, ihn zu begleiten.

Gemeinsam machten wir uns auf den Weg nach Schwäbisch Hall. Dort hatte er von einer Bäckerei gehört, die gerade Aushilfen suchte. Es war schon dunkel, als wir kurz hinter Heilbronn die Straße entlang gingen. Ein kleiner Bus fuhr an uns vorbei, hielt an und plötzlich waren wir eingeladen mitzufahren. Das traf sich gut.



Der Abschied vom Kretzschmar-Team kam viel zu schnell. Wir hatten uns gerade eingelebt

Es stellte sich heraus, dass die beiden Kinder im Bus darauf bestanden hatten. Kurz zuvor hatten sie auf einem Flug Wandergesellen gesehen und viele Fragen. Dort ergab sich allerdings keine Möglichkeit, sie zu stellen. Die boten wir nun.

Natürlich kamen wir schnell zum Thema Schlafplatzsuche. Der Vater und die Kinder luden uns ein, die Nacht bei ihnen zu verbringen. Zuhause angekommen, erwartete uns die Mutter der Familie. Zwar fühlte sie sich im ersten Moment überrumpelt, war dann aber schnell einverstanden. Zum Abendessen bekamen wir Maultaschen – wir waren definitiv im Schwabenlände angekommen. Es waren die ersten, viele sollten in den nächsten Tagen folgen. Nach einem ausgiebigen Frühstück am kommenden Tag brachte uns die Familie noch zu einer gut gelegenen Straße und wir verabschiedeten uns von den freundlichen Gastgebern.

Das Wetter war inzwischen weniger freundlich. So nass und so kalt, dass wir in kürzester Zeit durchweicht und -gefroren waren. Wir schafften es trotzdem bis zum Nachmittag zumindest in die Nähe unserer Zielbäckerei. Gerade machten wir uns auf die letzten Kilometer, als uns ein Mann aus einer Gartenlaube zurief. Er lud uns zum Aufwärmen in seine Hütte ein. Es hätte in diesem Moment kaum eine bessere Idee geben können.

Meine Socken dampften, als ich meine Füße an den warmen Ofen hielt. Kurzerhand standen Tee und – natürlich – Maultaschen auf dem Tisch. Schnell stellte sich heraus, dass unser spontaner Gastgeber Jochen die Seniorchefin der Bäckerei aus seiner Jugendzeit kannte. So konnten wir Renate direkt anrufen.

Sie war sehr hilfsbereit und organisierte gleich eine Unterkunft bei Freunden, die in Jochens Nähe wohnten. Am Folgetag luden die Freunde uns ein, es war Sonntag, sie zum Neujahrsempfang in die Kirche zu begleiten. Abends saßen wir mit den Senior-Chefs beim Essen zusammen, klärten alle Fragen der Zusammenarbeit und konnten uns auf die nächsten vier Wochen freuen. Die beiden ließen uns sogar ihr Auto da, damit wir am nächsten Morgen nicht so weit laufen mussten.

Einmal mehr hatten wir großes Glück. Über der Bäckerei war gerade eine große Wohnung frei, in der wir uns niederlassen durften. Komplett leer wirkte sie zwar zunächst nicht einladend, aber Matratzen, ein Sofa sowie ein Fernseher waren schnell gefunden. Und im Sozialkaufhaus von Schwäbisch Hall durften wir uns Dinge für vier Wochen leihen.

Die Zeit verging wie im Flug. Kaum eingelebt, ging die Reise weiter. Zum Abschied hinterließen wir ein Brot-Schaustück für das Schaufenster der Bäckerei.

Während ich mich in Schwäbisch Hall aufgehalten hatte, war meine Oma Gertrud verstorben. Das ist auch für Wandergesellen ein Anlass, die Bannmeile zu durchbrechen. Ich begab mich also in die Heimat, um von ihr Abschied zu nehmen. Es tat sehr gut, ein paar Tage mit der Familie zu verbringen und den Zusammenhalt zu spüren. Aber nach kurzer Zeit machte ich mich wieder auf den Weg. 🍴



Als Dank für die schöne Zeit hinterließen wir ein Wandergesellen-Schaustück auf Hohenloher Brot

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 roll-in e⁺



MIWE

Gerster-Brot

Ein Klassiker, der hier und da in Vergessenheit geraten ist. Früher wurden die Teiglinge für eine stärkere Kruste und längere Haltbarkeit noch während des Brennvorgangs in direkt beheizte Öfen geschoben und kamen dabei in Kontakt mit den offenen Flammen. Heute wird der gleiche Effekt durch das Abflämmen der Laibe mit einer offenen Gasflamme vor dem Einschließen erreicht. Auch die Ofenkapazität kann durch dieses Verfahren besser ausgenutzt werden, da die Brote mit kleinerem Abstand zueinander geschoben werden können.

Sauerteig

- ▶ 2,700 kg Roggenmehl 1150
- ▶ 2,200 kg Wasser
- ▶ 0,200 kg Weizengrundsauer (nicht triebfähig)

Mischen: Grundsauer im Wasser aufschlämmen, mit dem Mehl mischen
Teigtemperatur: 27°C
Teigruhe: 12-16 Stunden bei Raumtemperatur

Hauptteig

- ▶ 5,100 kg Sauerteig
- ▶ 4,300 kg Roggenmehl 1150
- ▶ 3,000 kg Weizenmehl 1050
- ▶ 5,100 kg Wasser
- ▶ 0,220 kg Hefe
- ▶ 0,220 kg Salz

- 17,940 kg Teig

Kneten: 12 Minuten langsam

Teigtemperatur: 27°C

Teigruhe: 60 Minuten bei Raumtemperatur

Streiche

- ▶ 0,010 kg Kartoffelstärke
- ▶ 0,350 kg Wasser (kalt)

Zubereitung: Kartoffelstärke mit kaltem Wasser anrühren und kurz aufkochen. Heiß verarbeiten.

Aufarbeitung

- ⊙ Teigeinlage 500 g
- ⊙ Teiglinge abwiegen und leicht vorwirken.

⊙ Danach straff länglich aufarbeiten und auf Bretter legen. Eventuell Bretter für eine einfachere Handhabung mit Roggenschrot bestreuen.

⊙ Oberfläche der Teiglinge abflämmen. Das Abflämmen der Brote kann mit Hilfe eines Gersterapparates oder eines Gasbrenners erfolgen.

⊙ Abgeflämmte Teiglinge mit Wasser bestreichen und auf den Abzieher absetzen, längs einschneiden.

⊙ Stückgare: 15-20 Minuten.



Rezept & Bilder:
Richemont Fachschule



@richemont_fachschule

/richemontfachschule

www.richemont.swiss



Schonend aufarbeiten



Backen

Schwaden: normal,
nach 15 Minuten Zug ziehen
Backtemperatur: 250°C,
fallend auf 230°C
Backzeit: 35 Minuten

Für zusätzlichen Glanz die Brote
nach dem Ausbacken sofort mit
heißer Streiche bestreichen. 🍞



Abflämmen



Vor der Stückgare einschneiden



Nach dem Backen abstreichen



Text: Edda Klepp

Bäckereien können sich von
Abwassergebühren befreien lassen

Teigausbeute zu Geld machen

Zweieinhalb Mal so teuer wie Frischwasser ist Abwasser. Ein Kostenfaktor, den noch zu viele Bäckereien vernachlässigen. Wer Backwaren herstellt, kann sich von einem Teil der Abwassergebühr befreien lassen. Schließlich landet eine Menge Wasser im Teig. Viele Kommunen gehen hierbei von Pauschalen aus. Den individuellen Verbrauch zu prüfen, kann sich lohnen.



In vielen Bereichen einer Bäckerei wird Frischwasser verbraucht, zum Beispiel beim Spülen. Nicht alles landet wie dieses hinterher wieder in der Kanalisation.

Wasser ist unverzichtbarer Bestandteil im Teig. Je nach Menge hat es außer technologischem auch spürbar wirtschaftlichen Einfluss: Mehr Wasser kostet schließlich entsprechend mehr Geld. Für die Entsorgung sogar bis zu zweieinhalb Mal so viel wie frisches Trinkwasser. Das liegt daran, dass die Aufbereitung aufwändiger ist als die reine Durchleitung zum Wasserhahn. Bei der Herstellung von Backwaren im Betrieb gelangt ein hoher Anteil des Frischwassers jedoch nicht wieder in die Kanalisation, sondern verbleibt im Produkt.

Durchschnittlich 75 Liter pro 100 Kilogramm Getreidemahlerzeugnisse sollen laut einer Berechnung der Detmolder Bundesforschungsanstalt für Getreideforschung (heute Max-Rubner-Institut (MRI)) aus dem Jahr 2003 im Produktionsprozess verbraucht werden. Bis heute – fast zwei Jahrzehnte später – gilt diese gutachterliche Stellungnahme noch immer als Basis für die Berechnung einer möglichen Gebührenbefreiung.

„Grundsätzlich dürfen in Deutschland nur Gebühren für Leistungen erhoben werden, die auch tatsächlich in Anspruch genommen werden“, erklärt Heiko Lesche, Geschäftsführer der Uwat GmbH. Das Ingenieurbüro und Labor für Umweltfragen befasst sich unter anderem mit der Ermittlung von Abwasser-Verlustmengen. Für jeden Anschluss bestehe die Möglichkeit, sich von Gebühren befreien zu lassen, sagt Lesche. Die Menge des Abwas-

sers entspreche schließlich in der Regel nicht der Menge des eingeführten Frischwassers.

Beim Normalverbrauch, zum Beispiel in Haushalten, ist dies durch eine Durchschnittspauschale von vornherein geregelt. Anders sieht es häufig im gewerblichen Umfeld aus. Hier übersteigt der tatsächliche Verbrauch an Nutzwasser, zum Beispiel als Zutat im Brot, die pauschal veranschlagte und haushaltsübliche Verlustmenge deutlich. Wer dabei weitere Kosten sparen will, muss aktiv tätig werden und beim Abwasserentsorgungsdienst einen entsprechenden Antrag stellen.

Lesche rät, sich dazu die aktuelle Gebührenverordnung der jeweiligen Kommune genau anzuschauen: „Hier muss die Möglichkeit der Gebührenbefreiung erwähnt sein“, sagt er. Ebenso stehe dabei, wie genau der Nachweis über die tatsächliche Abwassermenge erfolgen soll. Ein Anruf beim örtlichen Versorgungs-Unternehmen kann darüber Aufschluss geben. Häufig, so Lesche, gehen



In seinem Ingenieurbüro ermittelt Heiko Lesche unter anderem Abwasser-Verlustmengen für Unternehmen

Der Verbrauch an so genanntem nichtkanalbelastendem Trinkwasser setzt sich zusammen aus:

- dem Schüttwasser zur Teig- und Massenbereitung,
- den notwendigen Wasseranteilen zur Herstellung von Füllungen und Überzügen,
- der Menge Trinkwasser, die als Feuchte während der Gärungs- und Backprozesse von den Teigoberflächen aufgenommen wird und
- den Wasseranteilen, die zum Abstreichen von Teigen und Backwaren vor und nach dem Backen notwendig sind.

Quelle: Schreiben des MRI vom 25.02.2010

Für den Nachweis der Menge produzierter Backwaren ist die Mehlmenge entscheidend



diese von Pauschal-Berechnungen wie dem Detmolder Gutachten aus.

Darüber hinaus ist der Nachweis über eine konkrete Messung möglich. „Sie können einen Zwischenzähler in der Produktion installieren und so die genaue Wassermenge bestimmen, die dort bei der Herstellung verbraucht wird“, so Lesche. Bei Bäckereien könne dies einen Wert von 75 bis zu 120 Litern pro 100 Kilogramm Mehl ergeben, sagt er, oder etwa 20 bis 25 Prozent des eingesetzten Frischwassers.

Ein Schreiben des Max-Rubner-Instituts aus dem Jahr 2010 erklärt die große Spanne von 75 bis 120 Litern. Auf Anfrage bestätigte Dr. Elisabeth Scieurba vom MRI die Zahlen, die sich auf die gutachterliche Stellungnahme von 2003 beziehen. So wird in dem Schreiben ein Durchschnitts-Sortiment in Bäckereien angesetzt, das zu 50 Prozent Brot sowie zu je 25 Prozent Kleingebäck und feine Backwaren



Markus Theißen
vom Verband
des Rheinischen
Bäckerhandwerks
verweist Betriebe
häufig auf die
Kostensparnis
beim Abwasser

beinhaltet. Bei den feinen Backwaren wird zudem von 40 Prozent gefüllten und überzogenen Hefefeingebäcken ausgegangen. Jedem Segment wiesen die Forscherinnen und Forscher einen durchschnittlichen Wasserverbrauch zu.

Die Modellrechnung bezieht sich auf Umfrageergebnisse, die im Zuge einer Untersuchung für das Gutachten erhoben wurden. Wie viele Betriebe daran teilnahmen, also wie viele Datensätze dem Ergebnis zugrunde liegen, kann Scieurba nicht sagen. Fest steht: Viele Sortimente heutiger Bäckereien unterscheiden sich deutlich von diesen Werten.

Durchschnittlicher Trinkwasserverbrauch bei der Backwarenproduktion laut Max-Rubner-Institut

Segment	Anteil Mahlerzeugnisse (in kg)	Trinkwasser (in l)
Brot	50	40
Kleingebäck	25	25
Feine Backwaren	25	10

Quelle: Schreiben des MRI vom 25.02.2010

CHECKLISTE GEBÜHRENBEFREIUNG

- ☑ Bei Interesse sollten Firmeninhaber und -inhaberinnen beim Abwasserentsorgungs-Unternehmen nach der aktuellen Gebührenverordnung fragen. Hierin finden sich Angaben, wie der Nachweis zur Gebührenbefreiung erbracht werden kann. Ist dies nicht der Fall, lässt sich gegebenenfalls telefonisch nachforschen.
- ☑ Nach Erhalt des Gebührenbescheides haben Unternehmen – je nach Kommune – zwischen vier Wochen und bis zu einem Jahr Zeit, anschließend einen Antrag auf Befreiung zu stellen. Erkundigen sollten sie sich vorab nach der Frist.
- ☑ Wichtig ist der Nachweis, dass tatsächlich Backwaren im Betrieb produziert werden. In der Regel ist es ausreichend, die eingekaufte Mehlmenge zu belegen. Hilfreich ist es, dem Antrag außerdem das Schreiben des MRI beizulegen. Dieses erhalten Bäckereibetriebe unter anderem bei Innungen und Fachverbänden.
- ☑ Neben der Möglichkeit, pauschal 75 Liter pro 100 Kilogramm Mahlerzeugnisse als Verlustmenge geltend zu machen, können Unternehmerinnen und Unternehmer ihr Sortiment auch genauer analysieren und die Daten aus der Tabelle als Grundlage nutzen, um einen konkreten Wert zu ermitteln. Dies bietet sich vor allem an, wenn sich das Sortiment deutlich von den MRI-Angaben unterscheidet und der tatsächliche Wasserverbrauch bei mehr als 75 Litern pro 100 Kilogramm Mehl liegt.

Durchschnittlicher Trinkwasserverbrauch pro 100 kg Mahlerzeugnisse laut MRI

Segment	Trinkwasser (in l)
Brot	75 bis 85
Kleingebäck	95 bis 115
Feine Backwaren, darunter:	10 bis 85
• Mürbeteige und Massen	10 bis 25
• gefüllte Hefefein- und Blätterteiggebäcke	60 bis 85

Quelle: Schreiben des MRI vom 25.02.2010

Auch Markus Theißen, Technischer Unternehmensberater beim Verband des Rheinischen Bäckerhandwerks, hat regelmäßig mit dem Thema zu tun. „Wir sprechen das in Betrieben immer wieder an. Viele wissen noch nicht, dass sie sich von Abwassergebühren befreien lassen können“, sagt er. Bei Interesse stellt der Verband seinen Mitgliedern das MRI-Schreiben und einen Antragsvordruck zur Verfügung.

Bäckereien könnten die nachweislich bezogene Mehlmenge vorlegen, um eine pauschale Befreiung auf Basis der Durchschnittswerte zu erwirken. Theißen verweist außerdem auf eine zweite Möglichkeit, nämlich die Berechnungen des MRI als Grundlage zu nutzen, sie allerdings dem eigenen Sortiment – anteilig nach Segmenten – anzupassen. Wer beispielsweise mehr Brot und Brötchen, dafür aber weniger feine Backwaren produziert, kommt dann auf einen anderen Wert. „Normalerweise läuft das problemlos durch, die Gesetzeslage ist da recht transparent.“ Hin und wieder komme es vor, dass noch weitere Fragen beantwortet werden müssten. Abschlägige Bescheide seien Theißen jedoch nicht bekannt.

Grundsätzlich seien in dem Gutachten sehr großzügige Referenzwerte verwendet worden, so der Unternehmensberater. „Natürlich können wir auch noch über Schwaden diskutieren, hier müsste dann tatsächlich ein Durchlaufzähler am Ofen installiert werden“, sagt er. Ob sich der Aufwand lohne, sei fraglich. Auch Lesche warnt davor, es mit dem Nachweis allzu genau zu nehmen: „Das kann nach hinten losgehen, wenn Ihr tatsächlicher Verbrauch deutlich unter der Pauschale liegt.“

Anzeigen

MEYERMÜHLE
100% BIO
Bio-Mühle Nr.1

BIO premium

Französisch, Mediterran.
Probieren Sie jetzt unser neues Bio-Spezialmehl für französische und mediterrane Gebäcke!

Landshuter Kunstmühle | Tel. (0871) 607- 0 | www.biomehl.bio

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

Von Bäcker Für Bäcker
unabhängig – problemorientiert – praxisnah

www.baeckereitechnologie.de



Tel. +49 (0) 7425 – 327 880

Personal Coaching > Lösungen & Strategie entwickeln

Produktionsberatung > Technologische Erneuerungen umsetzen und begleiten

ERFA-Kreise / Für Praktiker Auf Augenhöhe ohne Kennzahlen
Ein fachliches Netzwerk für Produktion & Verkauf

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



Wie sich mit **Druck** besser umgehen lässt

Stress richtig managen

Text: Annette Fürst

Stress ist immer eine Sache der persönlichen Empfindung. Manche Menschen blühen unter Druck auf, andere zerbrechen daran. Dabei lassen sich äußere Faktoren selten ändern. Wohl aber die eigene Einstellung dazu und der Umgang damit. Wer seine Muster erkennt, kann Techniken lernen, sie besser zu managen. Und Belastungen gelassener zu begegnen.

Wie würden wohl Angestellte in Bäckereien reagieren, die den Satz „Stress gibt es nicht, den macht man sich!“ zu hören bekommen? Im Angesicht genervter, Masken verweigernder Kundschaft, neuer Anordnungen der Regierung

oder auch des ganz normalen Arbeitsaufkommens. Begeistert wären sie vermutlich nicht, manche vielleicht sogar verärgert.

Doch woran liegt es, dass die einen unter dem hohen Arbeitsaufkommen erst richtig aufblühen, während andere sich schon von drei Aufgaben überfordert fühlen? Ist das genetisch bedingt? Oder liegt

es am Umgang mit Anforderungen, die von außen auf Menschen einströmen? Ist Stress per se negativ und ungesund? Welche Zutaten braucht es, um die Umstände als Stress zu erleben, sodass es auf Dauer der Gesundheit schadet?

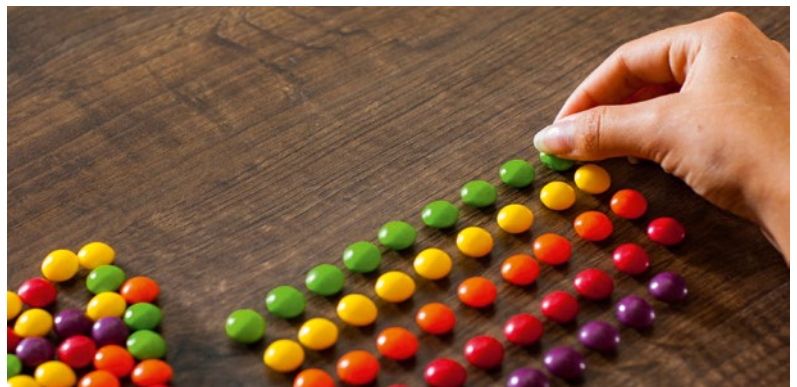
Es gibt positiven Stress. Kunstschaffende oder Schauspieler/innen berichten immer wieder von Lampenfieber und dem genau richtigen Quäntchen Aufregung, das glasklares Denken ermöglicht und zu Höchstleistungen motiviert.

Was Menschen belastet, ist negativer Stress. Oft geht er mit Gefühlen von Ohnmacht und Hilflosigkeit einher. „Ich schaffe das nicht mehr“, denken sich Betroffene dann und sind verzweifelt.

Wer weiß, wie Stress entsteht, hat die Möglichkeit, damit besser umzugehen und Lösungen zu finden. Folglich gilt es zunächst zu verstehen, wie durch eigenes Zutun aus Anforderungen Stress wird. Und nein, das hat nichts mit „eigener Blödheit“ zu tun. Es sind gelernte Muster, oft Jahrzehnte alt, und viele von ihnen funktionieren unterbewusst.

Der Mensch ist und bleibt – so fortschrittlich unsere Welt auch sein mag – ein Beutetier und diese uralten Muster sind tief im Inneren abgespeichert. Ein Beutetier lebt umso länger, je genauer es seine Umwelt beobachtet und nach Gefahren absucht. Genau das tut der Mensch unbewusst auch.

Wenn Menschen stark gefordert werden entscheiden sie blitzschnell und unbewusst,



Perfektionismus ist eine der Einstellungen, die Stress begünstigen

ob es sich um ein neutrales Ereignis handelt, eine aktivierende Herausforderung oder eine Gefahr. Nach diesem ersten Bewertungsprozess folgt ein zweiter, bei dem instinktiv Fähigkeiten, Kompetenz und Ressourcen mit der Anforderung abgeglichen werden. Ganz nach dem Motto: „Kann ich das oder kann ich es nicht?“

Dieses automatisierte Abgleichen trifft auf ganz persönliche Verarbeitungsmuster in Form von Werten und Gedanken. Der Psychotherapeut und Stress-Experte Gert Kaluza nennt sie stressverstärkende Denkstile.

Beispiele für solche stressverstärkenden Denkstile sind:

Personalisieren – alles auf sich beziehen

Ein Kunde kommt mit schlechter Laune in den Laden und die Verkaufskraft zuckt zusammen. Unbewusst und unwillkürlich denkt ein Teil von ihr, dass die schlechte Laune des Kunden etwas mit ihr zu tun hat.

Katastrophisieren – den Teufel an die Wand malen

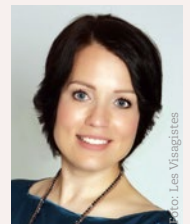
Im Volksmund würde man auch sagen, aus einer Mücke einen Elefanten machen.

Werden einem die vielen negativen Nachrichten zuviel, lohnt es, den eigenen Medienkonsum zu reduzieren



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. Internet: www.furst-class.org



ENTSPANNUNGS-TECHNIKEN, DIE FÜR DEN UMGANG MIT BELASTUNGEN WAPPEN

Autogenes Training wurde Anfang des 20. Jahrhunderts in Berlin entwickelt. Es basiert auf Selbst-Beeinflussung, die auf die Aktivierung des sogenannten Erholungs-Nervs Parasympathikus abzielt. Ist dieser aktiviert, führt dies zu einer Beruhigung des Körpers. Anfangs ist Autogenes Training nicht so ganz einfach zu erlernen und braucht etwas Disziplin, doch dann geht es fast wie von allein.

Anders als das Autogene Training arbeitet **Progressive Muskelentspannung** mit der gezielten Anspannung bestimmter Muskelgruppen und anschließend bewusster Entspannung. Es ist leicht zu erlernen und hat den großen Vorteil, dass dadurch auch die Körperwahrnehmung geschult wird.

Es läuft etwas in der Bäckerei schief, die Kollegin sieht schon die Kündigung auf sich zukommen und das Unternehmen den Bach hinuntergehen.

Schwarz-Weiß-Denken – ganz oder gar nicht, null oder hundert

Es gibt keine Grautöne mehr, man könnte sagen, alles ist wunderbar – oder die Welt versinkt im Chaos.

Generalisierung – alles in einen Topf werfen

Alle Kundinnen und Kunden sind immer respektlos und unverschämt.

Selektive Wahrnehmung – nur noch bestimmte Dinge sehen

Es ist, als ob man eine Brille auf der Nase hätte, die zum Beispiel nur zeigt, wie schrecklich die heutigen Auszubildenden sind.

Auch die Wertesysteme, mit denen Menschen aufgewachsen sind, haben Einfluss darauf, wie sie mit den Anforderungen umgehen und diese verarbeiten.

Dazu gehören als Beispiel:

- **Perfektionismus:** Es müssen immer 150 Prozent sein, alles andere ist nicht gut genug und ich fühle mich als Versager.
- **Alle müssen mich mögen:** Ich ertrage Ablehnung nicht und darf daher nicht „Nein“ sagen. Dann kenne ich keine Grenzen und bin schnell überarbeitet.
- **Einzelkämpfertum:** Ich mache es am besten allein, auf andere ist kein Verlass. Ich kann aber auch niemanden um Hilfe bitten.

Es zeigt sich schnell, dass das Stress-Empfinden tatsächlich durch eigene Bewertungen einer Situation entsteht. Der Mensch erlebt nicht die Anforderung per se als stressig, sondern erst die Situation, die durch die Bewertungen entsteht.

Selbst schuld? Ganz so einfach ist es nicht und auch nicht fair. Alle Muster, die ein Mensch einmal gelernt hat, sind ursprünglich Lösungsversuche gewesen. Nun mögen sie überholt sein, doch ohne Reflexion laufen diese Muster weiter und führen zu Stresserleben, auch wenn das heute vielleicht nicht mehr nötig wäre.



Entspannungstechniken helfen, langfristig mit stressigen Situationen besser umzugehen



Auch simple Dinge wie gesundes Essen und ausreichend Schlaf sind wichtige Faktoren bei der Stressbewältigung

Gleichzeitig gibt es natürlich viele Situationen, die förmlich danach rufen, als Stress erlebt zu werden, zum Beispiel ein aggressiver Kunde, der sich wegen der Maskenpflicht beschwert. Das ist für viele Verkaufskräfte ein enormer Stressfaktor.

Tritt Stress auf, ist die Reaktion darauf entscheidend. Grundsätzlich ist der Körper sehr gut für den Umgang mit kurzfristigem Stress ausgerüstet. Typischerweise werden zunächst Adrenalin und Noradrenalin ausgeschüttet und der Körper auf diese Weise aktiviert. Als Beutetier denkt der Mensch unbewusst, er müsse in so einer Situation einem Raubtier entkommen oder sich durch Angriff verteidigen. Infolgedessen steigen Herzschlag und Blutdruck. So werden die großen Muskelgruppen besser durchblutet, deren Anspannung wird gefördert.

Alle nicht unbedingt notwendigen Aktivitäten werden wiederum zurückgefahren, zum Beispiel die Verdauung oder die Libido. Was interessiert eine attraktive Person, wenn es gilt, sich gegen ein Raubtier zu verteidigen? Das Immunsystem arbeitet auf Hochtouren und das Schmerzempfinden wird reduziert. All das ist sinnvoll und stellt keinerlei Problem dar, weil ein solches Ereignis im Regelfall nur kurz andauert. Anschließend kommt das System wieder zur Ruhe, Adrenalin und Noradrenalin werden abgebaut.

Problematisch wird es, wenn ein Mensch unter Dauerstress steht. Dann reicht die kurzfristige Reaktion nicht aus, der Körper muss langfristiger reagieren. Das geht mit einem erhöhten Cortisolspiegel einher. Dieser hat Auswirkungen auf Leistungsfähigkeit, Denkvermögen und den Körper. Psychosomatische Erkrankungen wie Bluthochdruck oder Neurodermitis können durch ständigen Stress verstärkt werden.

Anzeige

MHS

SCHNEIDETECHNIK GMBH

WAS HABEN SIE DRUNTER?

DIE ERSTE VOLL IN DER THEKE INTEGRIERBARE BROTSCHNEIDEMASCHINE



NEU

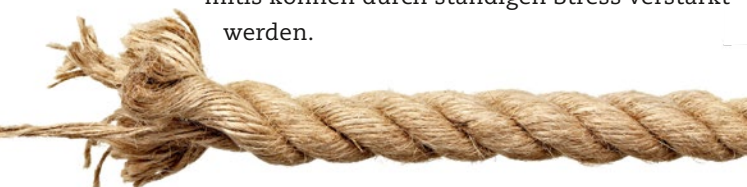
SCHUBLADE ZUM EINFACHEN EINLEGEN UND ENTNEHMEN DER BROTE



MHS INTEGRAL TOUCH

MIT TOUCH-DISPLAY

KEIN AUSSCHNITT IN DER THEKE NOTWENDIG





Oft liegen dem Stress-Verhalten gelernte Muster zugrunde. Wer sich dessen nicht bewusst ist, fällt immer wieder in sie zurück

Im Verhalten zeigen Menschen sehr unterschiedliche Antworten auf Stress. Manche ziehen sich zurück, andere werden aggressiv. Das zeigt sich während der Pandemie sehr schön im Verhalten einiger Kundinnen und Kunden.

Viele Menschen versuchen, ihr Stressempfinden mit Alkohol, Essen oder anderen Süchten zu kompensieren. Ist das Stresslevel hoch, stellen sich Gedächtnis- und Konzentrationsprobleme ein. Betroffene fühlen sich hilflos und ohnmächtig, sie bekommen regelrechte Angstzustände. So kann Stress langfristig zu Depressionen, Angsterkrankungen und Burnout führen.

Mit dem Phänomen Stress ist also nicht zu spaßen. Es ist daher dringend anzuraten, sich mit den eigenen Reaktionen auf die Anforderungen von außen auseinanderzusetzen. Folgende Fragen helfen bei der Analyse:

- Welche Anforderungen führen bei mir zum Stressempfinden?
- Welche Gedanken habe ich in solchen Situationen und durch welches Kopfkino kurbele ich selbst den Stress so richtig an?

KOGNITIVE UMSTRUKTURIERUNG

Denkmuster sind nicht in Stein gemeißelt. Sie lassen sich verändern. Im Folgenden finden sich einige Techniken, die dazu führen, dass sich Gedanken wandeln. Es ist zunächst viel Arbeit und eine bewusste Entscheidung. Aber es lohnt sich.

1. Realitätstest

Frage ans Selbst: Ist es wirklich so? Was spricht für die eigene Sichtweise? Was spricht gegen die eigene Sichtweise? Welche anderen Gründe könnte es für ein Verhalten geben?

2. Entkatastrophisieren

Frage ans Selbst: Ist es wirklich so schlimm? Was könnte schlimmstenfalls passieren? Wie wahrscheinlich ist das? Was wäre noch schlimmer?

3. Frage nach Ressourcen und Kompetenzen

Frage ans Selbst: Wann wurde eine solche Situation schon gemeistert? Was hat damals geholfen? Wie hat das funktioniert?

4. Zeitliche Relativierung

Frage ans Selbst: Wie werden die eigenen Gedanken über die Situation in einer Woche oder einem Monat aussehen? Wie wird sich die Situation beim Rückblick in zehn Jahren darstellen?

- Wie reagiere ich in belastenden Situationen?
- Was hat mir dabei schon geholfen?
- Was trage ich selbst dazu bei, dass sich die Situation verschlimmert?

Stress und die auf Dauer damit verbundenen Folgen sind ein ernst zu nehmendes Problem. Es ist daher gut zu wissen, wo man ansetzen kann, um Stress zu reduzieren oder besser mit ihm umzugehen. Dafür gibt es mehrere Ansatzpunkte.

1. Ändern im Außen, was man ändern kann
Wem es möglich ist, an den stressauslösenden Anforderungen, die einströmen, etwas zu verändern, sollte das tun. Beispiel: Die vielen negativen Berichte über Corona werden zum Stressfaktor. Da hilft Medienabstinenz. Tipp: Nur noch einmal am Tag die Nachrichten schauen oder alle Benachrichtigungen für die sozialen Medien ausschalten.

2. Energie-Batterien aufladen

Viele Menschen vergessen in stressigen Zeiten, dass es wichtig ist, die eigenen Energiebatterien aufzutanken und etwas für sich zu tun. Dabei geht es um solche als positiv empfundenen Aktivitäten, die Energie zurückgeben. Das Ausruhen auf der Couch und vor dem Fernseher mag kurzfristig nett sein, doch dadurch tankt man langfristig keine neue Energie. Manche Menschen lesen gern ein Buch, andere hören Musik, gehen mit dem Hund im Wald spazieren oder kochen mit Freunden. Alle sollten für sich selbst herausfinden, was guttut, und das dann konsequent in den Alltag einbauen.

3. Entspannung lernen

Techniken wie Progressive Muskelentspannung oder Autogenes Training werden zu oft



Im Gehirn spielen sich unter Druck Prozesse ab, die an das Verhalten von Beutetieren erinnern. Daraus resultieren dann die Muster Angriff, Erstarrung oder Flucht



unterschätzt. Beide sind wissenschaftlich fundiert und gut evaluiert. Hat ein Mensch eine solche Technik erlernt, behält er diese Fähigkeit für den Rest seines Lebens. Eine dauerhaft gesenkte Grund-Anspannung hilft, mit schwierigen Zeiten im Leben besser zurechtzukommen. Dafür gibt es übrigens viele von der Krankenkasse unterstützte Kurse.

4. Ausgewogene Ernährung und ausreichend Schlaf

Dazu ist nicht viel zu sagen, außer dass man genau das tun sollte.

5. Die Einstellung ändern

Insbesondere wenn an den äußeren Umständen nichts zu ändern ist, bleibt nur die Änderung der eigenen Einstellung. Hier gibt es verschiedene Techniken, die – langfristig angewandt – dazu führen, Denkmuster umzuprogrammieren und sich damit das Leben leichter zu machen.

6. Das Gute im Schlechten suchen

Es gibt kaum Situationen, in denen es nicht etwas Gutes im Schlechten gibt. Wer diesen Punkt sucht und findet, wird feststellen, dass sich die Situation relativiert.

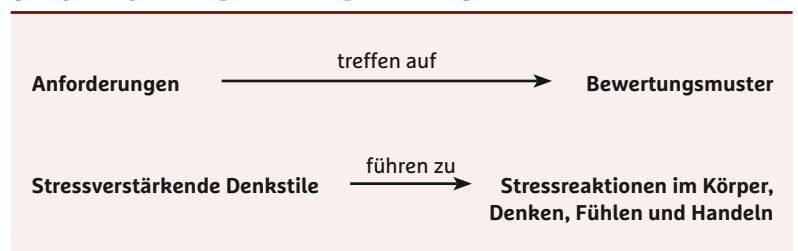
7. Die eigene Einstellung klug wählen

Die persönliche Einstellung zu den Dingen funktioniert wie ein Filter, den man sich selbst auf die Nase setzt und der einschränkt, was das Gehirn einem zeigt. Eine negative Einstellung führt im Regelfall dazu, das eigene Stresslevel zu erhöhen, da der Fokus auf dem Negativen liegt. Dies gilt es zu ändern.

Ganz klar, alle Techniken im Zusammenhang mit Denkmustern, der Einstellung oder dem Wertesystem ändern im Außen gar nichts. Die Anforderungen bleiben, eine anstrengende Kundin oder ein nerviger Kollege sind nach wie vor da. Allerdings kann man sich selbst stoppen, noch Öl ins Feuer zu gießen und das eigene Stresslevel zusätzlich zu erhöhen. 🚫

Von dauerhaftem Stress ist es kein weiter Weg bis zu Depression oder Burnout. Umso wichtiger ist der richtige Umgang damit

INNERE VORGÄNGE, DIE SICH IN STRESS-SITUATIONEN BEMERKBAR MACHEN





Wie Unternehmen **Ideen für Social-Media-Postings** finden

Nähe durch Transparenz

Social Media gehört heute zur Unternehmens-Kommunikation dazu. Doch was soll auf Facebook, Instagram und Co. gepostet werden? Was bewegt die Kundschaft? Welche Themen eignen sich? Tipps für den Social-Media-Alltag für Sinnfluencer/innen und solche, die es werden wollen.

Text: Mathias Eigl

Viele Verantwortliche in Unternehmen haben das Gefühl, die Inhalte für ihre sozialen Netzwerke sprichwörtlich „an den Haaren herbeiziehen“ zu müssen. Es fehlt eine klare Strategie oder es mangelt einfach an Ideen. „Was soll ich auf Facebook und Instagram posten?“ Das Problem liegt schon in der Frage.

Am Beginn der Themenplanung geht es nicht um einzelne Kanäle. Über allem steht das Unternehmen selbst. Wer die Frage nach Facebook, Instagram, Tiktok und Co. zunächst

ruhen lässt und sich erstmal auf den Betrieb konzentriert, wird leichter kreativ werden. Vier Gesetze der Unternehmens-Kommunikation sind hierbei zu beherzigen:

1. Menschen wollen eine Lösung für das Problem, das sie gerade beschäftigt.
2. Menschen interessieren sich für Menschen.
3. Menschen interessieren sich für Geschichten.
4. Transparenz erzeugt Vertrauen.



Unternehmerinnen und Unternehmer sollten sich für ihre Social-Media-Strategie mit ihrem Markenkern beschäftigen

Diese Grundregeln dienen als Hilfestellung. Und zwar übergreifend für alle Kanäle, in denen später Beiträge gepostet werden. Darüber hinaus spielt den Unternehmen bei der Erstellung ihrer Inhalte – im Netz ist auch gerne von Content die Rede – ein Trend in die Hände: Vorbei sind die Zeiten, in denen schöne Bilder alleine ausreichen, um dauerhaft im Social Web begeistern zu können. Im Gegenteil: Menschen sehnen sich nach Sinn.

Ein Beleg hierfür ist die Fridays-for-Future-Bewegung, die vielfach über die sozialen Netzwerke koordiniert wird und unter anderem dort zu Demos aufruft. Do-it-yourself-Themen sind aktuell ebenfalls hoch im Kurs, genauso wie Koch- und Back-Accounts auf Instagram, wo zum Beispiel täglich „Schnelle Rezepte für Berufstätige“ veröffentlicht werden. Kurzum: Menschen wünschen sich eine Lösung für ein Problem, das sie gerade beschäftigt. Gleichzeitig sind sie offen für alles, was ihren Alltag erleichtert oder verschönert.

Auch Tiktok hat bereits sogenannte „Sinnfluencer/innen-Kampagnen“ ins Leben gerufen, um Jugendlichen sinnstiftende Impulse zu liefern und die Komplexität mancher Themen verständlich zu machen. Die jungen

„Andresen – dein Handwerksbäcker“ aus Neumünster kommuniziert die Unternehmenswerte offen auf der eigenen Facebook-Fanpage





Über Umfragen fand Snapchat heraus, dass junge Menschen auf Social Media gerne Hintergrundinformationen geboten bekommen

Leute nehmen das dankbar auf. Eine Umfrage des Social-Media-Dienstes Snapchat führte überraschend zu dem Ergebnis, dass junge Menschen an Hintergrundinfos zu aktuellen Geschehnissen sogar sehr interessiert sind. Ein wichtiges Signal in Richtung der Unternehmen. In der Regel sind diese schließlich Experten auf ihrem Gebiet.

CONTENT-IDEEN FÜR 30 TAGE

1. Hinter die Kulissen schauen
2. Fakten über das Unternehmen posten
3. Druckbare Checklisten anbieten
4. Expertentipp vorstellen
5. Lieblings-Tool vorstellen
6. Nach einer Meinung fragen
7. Eine „häufig gestellte Frage“ beantworten
8. Unternehmens-Vision posten
9. Aktion bewerben
10. Fun Fact posten
11. Gewinnspiel veranstalten
12. Teilen, wer oder was das Unternehmen inspiriert
13. Follower fragen, wo sie sich befinden
14. Unternehmens-Strukturen darstellen
15. Karrieren im Unternehmen vorstellen
16. Hobbies der Mitarbeiter/innen vorstellen
17. Unternehmensgeschichte zeigen
18. Die Nutzer/innen aufrufen, Fragen zu stellen
19. Offene Stellen veröffentlichen
20. Arbeitsabläufe vorstellen
21. Arbeitsplätze präsentieren
22. Testimonials vorstellen
23. Den Followerinnen und Followern danken
24. Erfolgsgeschichten posten
25. Produkte/Dienstleistung vorstellen
26. Die Geschichte hinter der Marke erzählen
27. Über aktuelle Weiterbildungen berichten
28. Eine Statistik veröffentlichen
29. Kostenlose Chat-Beratung anbieten
30. Umfrage erstellen

Karin Steinhoff,
Inhaberin der
Bäckerei Steinhoff
in Borgeln, zeigt
in Postings immer
wieder ihr Gesicht



Genau dieses Expertenwissen ist gefragt. Sinn und Zweck eines Unternehmens ist es, ein Problem der Kundinnen und Kunden zu lösen. Dafür bezahlen jene Geld. Die Automobilindustrie baut Autos, damit Menschen von A nach B kommen. Bäckereien backen Brot, damit sie mit Genuss und Nährwert ihren Hunger stillen. Die Erwiderung auf die Frage, was ein Unternehmen in sozialen Netzwerken posten soll, kann nur eine Gegenfrage sein: Welches Problem löst es genau?

Erst aus der klaren Antwort zu dieser Frage ergeben sich sinnvolle Content-Ideen. Ist die Kernaufgabe, die Leitidee des Unternehmens deutlich, wird sie inhaltlich wieder aufgefächert. Brot backen schließlich viele. Aber was bedeutet dies für den jeweiligen Betrieb genau? Welche Werte verbindet das Unternehmen damit? Welche Geschichte steckt dahinter? Diese



Videos sind ein beliebtes Format in sozialen Netzwerken. Nicht alle fühlen sich dem auf Anhieb gewachsen

Erkenntnisse sollten aufgeschlüsselt werden. Multimedial werden sie dann in verschiedene Kommunikationstechniken verpackt auf den jeweiligen sozialen Kanälen gepostet.

Entscheidend ist, sich hierbei immer wieder in die Perspektive der Kundinnen und Kunden zu begeben. Viele Unternehmen wechseln Facebook und Instagram mit reinen Werbekanälen. Sie nutzen diese ausschließlich, um ihre Produkte anzupreisen. Mit der Realität in den Social Media hat das allerdings wenig zu tun. Kurzfristig kann ein hübsches Produktbild einen Kaufanreiz schaffen. Um aus Interessierten dauerhaft neue, loyale Kundinnen und Kunden zu machen, reicht das jedoch nicht mehr aus.

Unternehmen besitzen Expertise und sollten sich entsprechend positionieren. Und das auf möglichst unterhaltsame und kurzweilige Art und Weise. Hierfür ist es hilfreich, sich mit den drei weiteren zuvor

genannten Kommunikations-Gesetzen zu beschäftigen. Um in sozialen Netzwerken Expert(inn)en-Status zu erlangen, können daraus abgeleitet verschiedene Arten des Storytellings genutzt werden.

Da sich Menschen für Menschen interessieren, liegt es nahe, die eigenen Mitarbeitenden unterschiedlicher Abteilungen einzubeziehen und ihre spezifischen Kenntnisse und Fähigkeiten in den Redaktionsplan aufzunehmen. Dies kann man sehr niedrig-schwellig gestalten. Nicht alle trauen sich, vor einer Kamera frei zu sprechen. Um Bereitschaft zur Mitarbeit zu erzeugen, sollte dies berücksichtigt werden. Es müssen schließlich nicht gleich aufwändige Videos sein.

Erfahrungsgemäß fällt es vielen Menschen schwer, in eine Kamera zu sprechen. Insbesondere diejenigen Laien sind unsicher, die keinerlei journalistische Vorerfahrung haben. Zwar kennen sie sich auf ihrem Gebiet sehr

Anzeige

Cool+Call
+49 711 65883-60



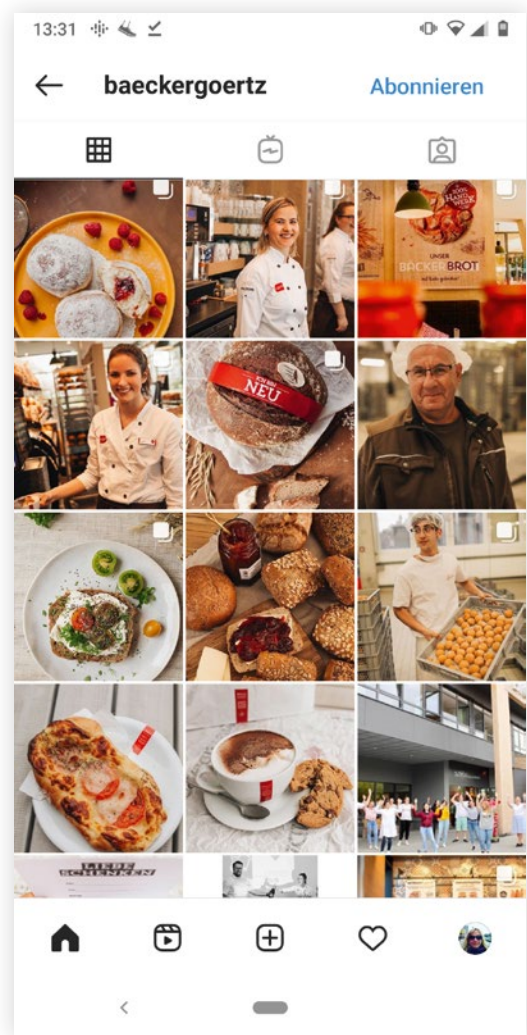
Damit Ihr Brot frisch bleibt,
setzen Sie auf Sicherheit mit uns!

Bei Störung an Kühl- & Tiefkühlmöbeln

24/7 Kälte- Klima Hotline Wartung, Instandhaltung Reparatur, Dichtheitsprüfung Fernüberwachung, Fernwartung Inbetriebnahme, Montage, Demontage



Auch eine gute Möglichkeit: Die Bäckerei Naumann aus Kefenrod nutzt regelmäßig die Story-Funktion von Instagram. In diesem Beispiel für eine Umfrage



Die Bäckerei Görtz mit Sitz in Ludwigshafen schafft auf Instagram eine gelungene Mischung aus ansprechenden Produktfotos und Blicken hinter die Kulissen

gut aus, sind vor der Kamera dann allerdings gehemmt. Die Lösung: Ein Foto mit einem ansprechenden Text kommt in den sozialen Netzwerke sicher auch gut an.

Unternehmen, die ihren Expert(inn)en-Status in Social Media festigen wollen, sollten vor allem eines tun: ihr Wissen teilen. Und das so oft und über so viele Kanäle wie möglich. Nur so werden sie sichtbar und bleiben in Erinnerung. Sichtbarkeit erzeugt Transparenz. Und Transparenz wiederum mündet in Vertrauen – neben Aufmerksamkeit die wichtigste Währung in sozialen Netzwerken.

ÜBER DEN AUTOR

Mathias Eigl hat nach einer Ausbildung zum Kaufmann im Einzelhandel das Studium „Informationsmanagement und Unternehmenskommunikation“ absolviert. Noch während des Studiums gründete er 2013 die Agentur ULM ME für Digitale Kommunikation. Seit sieben Jahren unterstützt er mit seinem Team Unternehmen dabei, ihre Story zielgerichtet über digitale Kanäle zu verbreiten.

www.ulm.me



Wenn Content auf einer Fanpage von Nutzerinnen und Nutzern gefunden wird, weil sie nach einer Lösung für ihre Fragestellung suchen, wird dies als fachliche Kompetenz wahrgenommen. So könnten Bäckereien beispielsweise Tipps geben, wie sich das Brot länger frisch hält, wie Brötchen geformt werden oder der eigene Sauerteig gelingt. Bäckermeister Ricardo Fischer zum Beispiel gibt als „Brotprofi“ regelmäßig Einblicke in seinen Alltag und beantwortet Fragen zum heimischen Brotbacken seiner Follower/innen. 60.000 Menschen folgen ihm inzwischen auf Tiktok.

Gepostet werden sollte überall dort, wo sich die gewünschte Zielgruppe aufhält, zum Beispiel auf Facebook, Instagram, Tiktok, LinkedIn, Youtube und Co. Empfehlenswert ist es, dort mehrmals pro Woche Inhalte zu veröffentlichen, um im Gedächtnis zu bleiben und zu Nutzerinnen und Nutzern dauerhaft eine Beziehung aufzubauen. Nicht vergessen werden sollte dabei der Markenkern, für den das Unternehmen steht.



Neben Facebook und Co. drängen immer wieder neue Player auf den Markt, zum Beispiel das chinesische Netzwerk Tiktok

Wer eine gute Story zu erzählen hat, macht sich dadurch übrigens auch für andere Medien interessant. Nicht selten wird zum Beispiel die regionale oder die Fachpresse durch ein Posting auf eine Geschichte aufmerksam und nimmt Kontakt auf, um darüber zu berichten.

Ein Beispiel: Eine Social-Media-Agentur, die gerade neu auf den Markt kam, wollte sich vom Wettbewerb abheben. Der Inhaber war überzeugt davon, seine Sache besser zu machen als die Konkurrenz vor Ort. Zu diesem Zeitpunkt wussten seine potenziellen Kund(inn)en das jedoch nicht. Um sich abzuheben, überlegte er sich eine besondere Aktion: 30 Tage lang übernachtete er bei seinen Facebook-Kontakten und berichtete auf seinem Facebook-Profil darüber. Die Gastgeberinnen und Gastgeber hatte er vorher noch nie persönlich getroffen.

Ziel der Aktion war es, Aufmerksamkeit zu generieren und herauszufinden, was eine Facebook-Freundschaft tatsächlich ausmachte. Die Aktion fand im Jahr 2011 statt. Damals wurde Facebook in Deutschland gerade richtig groß. Das Experiment führte den Berater zu Menschen, die er vermutlich sonst nie aufgesucht hätte. Er übernachtete an ungewöhnlichen Orten: im Schaufenster eines Friseurs, in einem Lkw (mit Dachfenster und Blick auf die Sterne), auf einer Großbaustelle und in der Mensa einer Hochschule. Verschiedene Medien berichteten darüber.

Mit einer verrückten Idee schuf der Berater große Reichweite, indem er etwas tat, das ihn neben dem etablierten Wettbewerb sichtbar machte. Noch nie war es so einfach, sich durch gute Ideen bekannt zu machen. Soziale Netzwerke machen es möglich, jederzeit und von überall spannend und informativ über Themen zu berichten, die die Menschen interessieren. Nicht alle müssen direkt bei ihren Facebook-Freund(inn)en einziehen. Der eine oder andere Blick hinter die Kulissen und sympathische Geschichten aus der eigenen Bäckerei wirken ebenfalls Wunder. 🍪

Anzeige



REGO® HERLITZIUS
The Bakery Equipment People

www.rego-herlitzius.com

REGO® PM 60 - 100

Mehrwertaktion –
Planeten-, Rühr- und Knetmaschinen **rostfrei**



REGO® PM 60

Listenpreis + Zusatzkessel
22.650,- + 1.666,- = ~~24.316,-~~

14.750,-

alternativ mit Zusatzkessel
und Kesselhubwagen
22.650,- + 1.666,- + 5.250,- = ~~29.566,-~~

17.000,-



REGO® PM 80

Listenpreis + Zusatzkessel
27.500,- + 2.555,- = ~~30.055,-~~

18.950,-

alternativ mit Zusatzkessel
und Kesselhubwagen
27.500,- + 2.555,- + 5.250,- = ~~35.305,-~~

21.200,-



REGO® PM 100

Listenpreis + Zusatzkessel
33.750,- + 3.017,- = ~~36.767,-~~

24.950,-

alternativ mit Zusatzkessel
und Kesselhubwagen
33.750,- + 3.017,- + 5.250,- = ~~42.017,-~~

27.200,-



REGO® Kesselhubwagen

- Stufenlose elektrische Höhenverstellung
- Genaue Kesselpositionierung
- Problemloser Standortwechsel
- Leicht zu reinigen
- Praktischer Akkubetrieb
- Maximale Belastung 100 kg

Aktionspreise gelten für Gehäuse in Edelstahl.
Alle Preise zzgl. MwSt. gültig bis 31.12.2020

JETZT BESTELLEN UND MEHRWERT NUTZEN!

Tel.: 02 02 / 269 200 - 10 · mail@rego-herlitzius.com

Haxensemmel

Im Lockdown werden Bäckereien wieder zu Nahversorgern. Diese Haxensemmel ist eine komplette Mahlzeit, die man aber praktisch auf die Hand nehmen kann. Auch außerhalb von Pandemie-Zeiten überzeugt man mit diesem schmackhaften Snack.

Vorteig (Pâte Fermentée)

- ▶ 2,000 kg Weizenmehl 812
- ▶ 1,375 kg Wasser
- ▶ 0,025 kg Salz
- ▶ 0,040 kg Hefe

Kneten: 4 Minuten langsam
Teigtemperatur: 24°C
Teigruhe: 2 Stunden,
bei Raumtemperatur,
dann bis zu 2 Tage in
der Kühlung

Brühstück

- ▶ 2,420 kg Haferflocken (fein)
- ▶ 4,840 kg Wasser (kochend)

Zubereitung: Das Wasser über
die Haferflocken gießen
und mischen, dann voll-
ständig auskühlen lassen

Hauptteig

- ▶ 3,440 kg Pâte Fermentée
- ▶ 7,260 kg Brühstück
- ▶ 7,580 kg Weizenmehl 1050

- ▶ 3,100 kg Wasser
- ▶ 2,060 kg Biertreber (frisch)
- ▶ 1,030 kg Rapsöl (nach 1-2 Minuten
Mischzeit sukzessive begeben)
- ▶ 0,270 kg Hefe
- ▶ 0,200 kg Salz (gegen Ende
der Knetzeit)

- 24,940 kg Teig

Kneten: 12-15 Minuten langsam
Teigtemperatur: 27°C
Teigruhe: 90-120 Minuten bei
Raumtemperatur

Topping

- ▶ 0,620 kg Eistreiche
- ▶ 1,240 kg Haferkleie

Füllung

- ▶ 0,160 kg Butter
(weich, zum Bestreichen)
- ▶ 1,100 kg Schweinshaxen
(geschmort, gezupft, mit Sauce)



Rezept & Bilder:
Richemont Fachschule

Richemont

@richemont_fachschule

/richemontfachschule

www.richemont.swiss

Aufarbeitung

- Teigeinlage 240 g
- Teiglinge abwägen und rund aufschleifen, dann etwas flach drücken, mit Eistreiche bestreichen und Oberfläche in Haferkleien tunken.
- Auf Abzieher absetzen und zugedeckt etwa 20 Minuten gut gären lassen.
- Die gegärten Teiglinge mit einem Teigschaber rautenförmig zu drei Vierteln abdrücken.

Backen

Schwaden: normal, nach 10 Minuten Zug ziehen
Backtemperatur: 230°C, fallend auf 200°C
Backzeit: 20-25 Minuten

BAYERISCHER KRAUTSALAT ALS BEILAGE

- 500 g Weißkohl (geschnitten)
- 12 g Speisesalz darüber streuen, gut mischen und 20-30 Minuten ziehen lassen
- 200 g Speckwürfel
- 75 g Zwiebeln (fein gehackt) in Bratpfanne andünsten
- 15 g Gemüsebouillon
- 85 g Wasser
- 50 g Kräuter-Weinessig
- 50 g Rapsöl
- 12 g Senf (mild)
- 5 g Kümmel (ganz)

Alle Zutaten gut mischen und mindestens 2 Stunden ziehen lassen



Mit dem Teigschaber werden die Semmeln eingedrückt



Krautsalat sollte vorproduziert werden, damit der Weißkohl mit den Zutaten gut durchziehen kann. Gut verschlossen ist der Salat im Kühlraum bei 5°C etwa 3-4 Tage haltbar



Die angebratenen Schweinshaxen mit Gemüse und der Flüssigkeit in einen Schmortopf oder eine Gastro-Norm-Schale geben und zugedeckt bei 180°C etwa 75-90 Minuten weich schmoren lassen. Danach die Sauce durch ein Sieb passieren und beiseitestellen. Gemüse entfernen. Das Fleisch der geschmorten Haxen vom Knochen lösen und in Stücke zupfen



Semmel quer aufschneiden und Schnittflächen beidseitig mit Butter bestreichen. Je 45 g Krautsalat, 45 g warmes gezupftes Schweinshaxen-Fleisch sowie 10 g Sauce einfüllen



Crashkurs **Food-Fotografie**, Teil 2

Ins rechte Licht gerückt

Um gute Food-Fotos zu machen, muss man kein Profi sein. Wer etwas Zeit und Geld investiert, kann schnell zu brauchbaren Ergebnissen kommen. Das hat der erste Teil des Crashkurses Food-Fotografie in der letzten **BROTpro**-Ausgabe gezeigt. Technisch gute Fotos sind aber erst die halbe Miete. Schließlich muss man die eigenen Produkte auch in Szene setzen.

Text und Bilder:
Jan Schnare

In der letzten Ausgabe von **BROTpro** drehte sich im ersten Teil dieses Artikels alles um die technische Seite der Food-Fotografie. Nun soll es um die emotionalen Aspekte des Bildermachens gehen. Ein Foto muss nicht nur scharf und gut ausgeleuchtet sein, sondern die Betrachterinnen und Betrachter auch emotional ansprechen.

Hat man eine Kamera und Licht, kann man sein Foto-Model in Szene setzen und begin-

nen, das Bild zu komponieren – man spricht hier tatsächlich von der Bildkomposition. Dabei gibt es Regeln, um ein Motiv interessanter und harmonischer zu gestalten. Viele von ihnen kennt man und wendet sie intuitiv beim Betrachten von Fotos an. Wenn ein Bild als schön wahrgenommen wird, kann man davon ausgehen, dass mindestens eine dieser Regeln befolgt wurde. Der goldenen Schnitt ist ein berühmtes Beispiel, bei dem das Bild – ganz grob gesagt – in einen, bezogen auf die



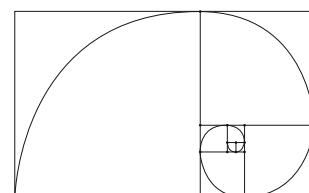
Über den Sucher oder das Display der Kamera lässt sich die Bildkomposition jederzeit überprüfen. Was in Natura langweilig wirken mag, sieht in der Kamera vielleicht gerade spannend aus

Gesamtfläche, knapp zwei Drittel und einen gut ein Drittel großen Teilbereich zerlegt wird.

Verbreitet ist auch die Drittelregel. Dabei teilt man ein Foto in drei horizontale und drei vertikale Drittel, sodass man ein Gitter von neun Feldern hat. An den Schnittpunkten der Feldlinien kann man nun besonders interessante Bereiche eines Bildes ausrichten. Zum Beispiel die Krume eines Brotes. Außerdem folgt das menschliche Auge ganz automatisch bestimmten Reizen. Scharfe, helle oder bunte Bereiche ziehen Augen an, unscharfe, dunkle und triste lenken den Blick weg. Darüber hinaus harmonisieren bestimmte Farben gut – Stichwort Komplementärfarben. Backwaren sind meist bräunlich/gelblich. Das passt gut zu pastelligen Blau- und Grün-Tönen. Solche Farben kann

man durch Teller, Tischdecken oder Beilagen ins Spiel bringen. Ein belegtes Brötchen mit knackig grünem Salat kommt erst dann richtig zur Geltung, wenn auch ein paar rote Tomaten über den Tisch kullern.

Bei allen Regeln gilt: Wenn ein Foto als harmonisch wahrgenommen wird, passt die Komposition auch meist. Und das ist ein sehr wichtiger Punkt in der Produkt- und Food-Fotografie. Das Motiv sollte ansprechend sein und ein positives Gefühl beim Betrachten auslösen. Polarisierende, abstrakte oder zu unnatürliche Fotos haben durchaus ihren Reiz in künstlerischer Hinsicht, erzeugen jedoch eher in provokativen Ausnahmen den gewünschten Werbeeffect. Sie können bei potenziellen Kundinnen und Kunden dazu führen, dass sie unbewusst versuchen, den



Um einen harmonischen Bildausschnitt zu wählen, können sich Fotograf/innen am Prinzip des goldenen Schnittes orientieren

Requisiten sind ein Muss, um Lebensmittel ansprechend in Szene zu setzen. Dabei gilt grundsätzlich: weniger ist mehr. Denn das schmückende Beiwerk soll dem Hauptdarsteller ja nicht die Show stehlen



Sinn des Bildes zu hinterfragen – das Produkt gerät in den Hintergrund.

Dennoch sind Kreativität und Experimentierfreude nicht verboten. Betrachtende dürfen gern zum unbewussten Mitdenken angeregt werden. Wenn man vom Baguette nur die vordere Hälfte zeigt, ergänzt das Gehirn automatisch die hintere. Das geschieht unbewusst und wird auch nicht als störend empfunden. Im Gegenteil: Wer mit Fotos Wissen bei den Betrachtenden voraussetzt – in dem Fall also, wie ein Baguette komplett aussieht – belohnt sie unbewusst damit, dass sie beim Anschauen der Aufnahme von diesem Wissen Gebrauch machen dürfen. Wenn die Bildkomposition durch solche Tricks außerdem noch voller und stimmiger wirkt, ist es ein doppelter Gewinn.

Ein Brot auf weißer Fläche kann technisch noch so gut fotografiert sein – ansprechend ist es trotzdem nicht



Einen erheblichen Anteil an einer stimmigen Bildkomposition im Lebensmittelbereich hat das Foodstyling. Nahrung zeigt man am besten in ihrem natürlich Umfeld. Das kann ein Teller sein, ein Tisch mit Brettchen, aber auch ein Bäckerei-Tresen, auf dem das frisch belegte Brötchen mit einer schönen Serviette wartet. Durch solche Fotos entsteht in den Köpfen der Kundinnen und Kunden ein Bild, das sie mit Erfahrungen verknüpfen. Sofort werden Emotionen geweckt: Morgens in der Bäckerei – das Brötchen auf dem Tresen, es riecht nach heißem Kaffee, druckfrischen Tageszeitungen und natürlich reichlich Gebackenem. Solches „Kopfkino“ entsteht ganz unfreiwillig beim Betrachten eines solchen Bildes. Und wer positive Emotionen mit einem Produkt verbindet, kauft es viel eher.

Erlaubt ist beim Foodstyling alles, was natürlich ist und dazugehört. Die Zeiten, in denen die Food-Fotografie mit vielen Tricks gearbeitet hat, um künstlich perfekte Produkte zu zeigen, sind vorbei. Beim Abschneiden einer Scheibe Brot fallen Krümel aufs Brettchen – die dürfen aufs Bild. Und wenn das belegte Brötchen mit herzhafter Remoulade bestrichen ist, darf gerne mal ein Tropfen daneben gehen. Beim Betrachten entsteht so der Eindruck, dass das ein „echtes“ Bild ist – so wie auf dem Foto sehen die Produkte auch im



Farben sind beim Food-Styling ein wichtiges Thema. Zu den erdigen Tönen von Broten und Gebäck passen bläuliche oder grünliche Farben gut. Krümel und Mehl auf dem Schneidebrett sind dabei durchaus erlaubt

Laden aus, nichts ist (scheinbar) gestellt. Das wirkt ehrlich und schafft Vertrauen.

Brote, Brötchen oder süße Gebäckteilchen sehen alleine auf neutralem Untergrund langweilig aus. Daher dürfen auch die Nebendarsteller beim Foodstyling nicht fehlen. Auch hier gilt: Auf's Bild darf alles, was passt. Die frischen Semmeln werden in den meisten Fällen von den Kundinnen und Kunden aufgeschnitten und erstmal mit Butter bestrichen. Ein Messer, etwas Butter, eine Serviette, vielleicht ein Glas mit Orangensaft oder eine Tasse Kaffee – all das sind Requisiten, die harmonisieren. Doch man darf nicht übertreiben. Das zu verkaufende Produkt steht immer im Mittelpunkt und bekommt die volle Aufmerksamkeit. Alle Requisiten finden nur ganz dezent drumherum statt.



Um den Fokus nicht zu sehr vom Produkt wegzulenken, kann man die bereits angesprochenen Reize nutzen, auf die Menschen reagieren. Das Produkt muss in seinem Zentrum scharf und richtig beleuchtet sein. Die Deko darf gerne dort stehen, wo es etwas dunkler ist und nicht das Schärfezentrum liegt, wo nicht mehr ganz so viel passiert. Dadurch wandert der Blick automatisch zum Hauptmotiv.

Beim Komponieren eines solchen Fotos wird man nach einem prüfenden Blick durch den Kamerasucher immer mal wieder einzelne Gegenstände des Bildes verschieben, die Kamera etwas näher ans Motiv heran- oder etwas weiter weg bringen. Schon kleinste Veränderungen haben Einfluss. Kommt man

Das Brot im Zentrum ist gut beleuchtet und die entscheidenden Stellen sind scharf. Die Tomaten verschwinden im Vordergrund in leichter Unschärfe in einem etwas dunkleren Bereich und lenken dadurch nicht ab



Das voluminöse Mischbrot ist stark aufgegangen und hat eine rustikal aufgebrochene Kruste, wodurch es noch größer wirkt. Das Bild wurde daher in diesem Fall aus einem flachen Winkel aufgenommen. Weintrauben und Käse bringen eine emotionale Komponente ins Spiel – denn fast alle Menschen mögen die Kombi zu frischem Brot



Hier harmoniert die grüne Gurke mit dem rötlich-violetten Brot. Auch Blau hätte man noch ins Spiel bringen können, das hätte sich dann aber womöglich mit dem Grün „gebissen“

partout nicht weiter, kann man eine zweite Meinung einholen oder erstmal etwas anderes machen. Auch wird es zu Beginn erforderlich sein, mit der Lichtsetzung herumzuzperimentieren. Es ist daher besonders empfehlenswert, die Kamera auf einem Stativ zu montieren, damit man auf dem Display oder im Sucher direkt sieht, was sich verändert. Mit jedem Foto wird man feststellen, dass man das eigene Können steigert.

Auch die Position der Kamera hat einen Einfluss auf das Bild. Fotografiert man sehr steil von oben, fehlen Plastizität und Tiefe. Alles sieht flach und gleich aus. Ein solcher Effekt kann wunderbar künstlerisch aussehen, zeigt ein Produkt aber nicht so, wie es eigentlich ist. Ein zu flacher Winkel ist aber auch nicht gut, weil zum Beispiel der Brotlaib zu einem flachen Kasten mutiert, der kein Volumen hat und das Bild nicht gut ausfüllt. Ideal sind schräge Winkel zwischen



Ein Brot fast senkrecht von oben zu sehen, wirkt eher unnatürlich und passt nur in seltenen Fällen gut. Bei diesem Motiv bietet es sich jedoch an, um die tolle Struktur der Kruste zu zeigen

etwa 40 und 60 Grad. Bei flachen Backwaren geht man etwas höher, bei voluminösen weiter runter.

Egal wie gut und erfahren ein Fotograf ist: Die Bildkomposition – und dazu zählt auch das Foodstyling – ist immer eine anspruchsvolle Aufgabe. Hier gibt es kein richtig oder falsch. Jedoch kann man durch bestimmte Vorgehensweisen Aussagen oder Effekte erzeugen, die mal mehr, mal weniger gewünscht sind. Daher erfordert dieser Schritt viel Übung und Erfahrung. Wer ganz neu in die Thematik einsteigt, sollte sich auf Plattformen wie Pinterest, Instagram oder 500px umschauen. Hier gibt es zu bestimmten Suchbegriffen unzählige hervorragende Beispiele, wie man Essen gekonnt in Szene setzt. Natürlich sind auch Fachbücher oder Zeitschriften in diesem Bereich hilfreiche Lektüren.

Ist das Foto im Kasten, ist die Nacharbeit meist unerlässlich. Ein bisschen mehr Kontrast, etwas Helligkeit, mehr Sättigung – das sind Dinge, die einfach notwendig sind, um den letzten Schliff zu verleihen. Gerade, wenn man sich sein Werk ein paar Tage später noch einmal anschaut, sieht man oft Verbesserungsbedarf, der sich durch die Nachbearbeitung bewerkstelligen lässt. Dazu muss man nicht gleich teure Profi-Software kaufen. Smartphones bieten oft schon ab Werk die Möglichkeit, die wichtigsten Parameter einzustellen. Und für PC sowie Mac gibt es kostenfreie Bildbearbeitungs-Programme, mit denen kleinen Anpassungen in Minuten-schnelle erledigt sind.

Fotografie ist kein Hexenwerk. Aber eben auch ein Handwerk, das Übung erfordert; und idealerweise ein bisschen Talent. Aber es ist eben auch nichts, was alle Menschen aus dem Effeff beherrschen. Beherrscht man einige Grundlagen und tastet sich langsam an die Materie heran, kann man kurzfristig enorme Fortschritte machen und sich mittelfristig sogar zum Semi-Profi entwickeln. Welches Budget man dafür einsetzt, ist nebensächlich. Ein paar Investitionen in einen einfachen Blitz mit Softbox und Fernauslöser sowie ein stabiles Stativ sind auf jeden Fall empfehlenswert, eine teure Profi-Kamera muss es für den Anfang nicht sein. Wer an der Sache dran bleibt und sich stetig weiterentwickelt, kann schon bald eigene Werbefotos machen und viel Geld für externe Dienstleister sparen, wodurch sich etwaige Investitionen schnell amortisieren. 📷

Food-Styling bedeutet nicht nur, ein Lebensmittel in seinem natürlich Umfeld zu zeigen. Es ist auch möglich, charakteristische Zutaten – wie bei diesem Bierbrot – auf dem Bild unterzubringen. In Verbindung mit der „Biergarten-Tischdecke“ ergibt sich sowohl farblich als auch inhaltlich eine stimmige Komposition



Alpenspitz

Mit wenigen Zutaten und Handgriffen lassen sich diese aromatische Brötchen produzieren. Ihre Form sorgt für Aufmerksamkeit im Regal, der hervorragende Geschmack für wiederkehrende Kundinnen und Kunden.

Sauerteig

- ▶ 0,160 kg Anstellgut
- ▶ 1,600 kg Roggenmehl 997
- ▶ 1,600 kg Wasser (40°C)

Mischen: Anstellgut im Wasser lösen, anschließend Mehl einmischen

Teigtemperatur: 30°C

Teigruhe: 12-16 Stunden bei Raumtemperatur

Hauptteig

- ▶ 3,360 kg Sauerteig
- ▶ 8,400 kg Weizenmehl 550
- ▶ 6,200 kg Wasser
- ▶ 0,250 kg Backmalz (enzymaktiv)
- ▶ 0,350 kg Roggen-Röstmalz

- ▶ 0,130 kg Hefe
- ▶ 0,200 kg Salz

- 18,890 kg Teig

Kneten: 5 Minuten langsam, 6 Minuten schnell

Teigtemperatur: 26°C

Teigruhe: 20 Minuten

Topping

- ▶ Kümmelsalz

Aufarbeitung

- ⊙ Teigeinlage 50 g
- ⊙ Teigkugeln schleifen und abgedeckt 30 Minuten entspannen lassen.

⊙ Anschließend Weckerl formen und mit Schluss nach unten für 20-30 Minuten in ein bemehltes Leinentuch ablegen.

⊙ Teiglinge wenden, auf Einschießer absetzen, mit Wasser bestreichen und mit Kümmelsalz bestreuen.

Backen

Schwaden: kräftig

Backtemperatur: 240°C

Backzeit: 14-16 Minuten ■

Rezept & Bild: Dietmar Kappl

🖨️ www.homebaking.at





Pane Venezia

Mehl, Wasser, Hefe, Salz. Mehr braucht es nicht für dieses hoch aromatische Brot. Der Geschmack kommt über zwei Vorteige und eine lange Reifezeit ins Gebäck. Das hat das Zeug zum Star im Regal. Es funktioniert für den kleinen Snack zwischendurch ebenso wie für ein opulentes Abendessen.

Vorteig 1 (Pâte fermentée)

- ▶ 2,500 kg Hartweizenmehl
- ▶ 1,300 kg Wasser (10°C)
- ▶ 0,010 kg Hefe
- ▶ 0,010 kg Salz

Mischen: 4 Minuten langsam
 Teigtemperatur: 16°C
 Teigruhe: 3 Stunden bei Raumtemperatur,
 10-15 Stunden in der Kühlung

Vorteig 2 (Poolish)

- ▶ 1,500 kg Weizenmehl 550
- ▶ 1,500 kg Wasser (10°C)
- ▶ 0,010 kg Hefe

Mischen: klumpenfrei von Hand
 Teigtemperatur: 16°C
 Teigruhe: 12-15 Stunden in der Kühlung

Autolyseteig

- ▶ 2,500 kg Hartweizenmehl
- ▶ 3,500 kg Weizenmehl 550
- ▶ 5,000 kg Wasser (20°C)

Mischen: klumpenfrei von Hand
 Teigtemperatur: 22°C
 Teigruhe: 60 Minuten bei Raumtemperatur (kann bis zu 4 Stunden)

Hauptteig

- ▶ 11,000 kg Autolyseteig
- ▶ 3,820 kg Pâte fermentée
- ▶ 3,010 kg Poolish
- ▶ 0,170 kg Salz
- ▶ 0,050 kg Hefe
- 18,050 kg Teig

Kneten: 5-6 Minuten langsam,
 1 Minute schnell
 Teigtemperatur: 26°C
 Teigruhe: 70-90 Minuten in geölten Teigwannen (viereckig)



bei Raumtemperatur, nach 30 und 60 Minuten jeweils aufziehen

Aufarbeitung

- ⦿ Teigeinlage 600 g
- ⦿ Den Teig abwägen, die Teiglinge zu runden Laiben formen.
- ⦿ Anschließend zu länglichen Teigstücken ausformen und mit Schluss nach oben in bemehlte Gärkörbe legen.
- ⦿ Für 12-18 Stunden im Kühlhaus zur Gare stellen. Die Teiglinge direkt aus dem Kühlhaus auf den Einschießer absetzen und zweimal schräg einschneiden.

Backen

Schwaden: kräftig, nach halber Backzeit Zug ziehen
 Backtemperatur: 250°C, nach 5 Minuten fallend auf 195°C
 Backzeit: 35-40 Minuten 🍞

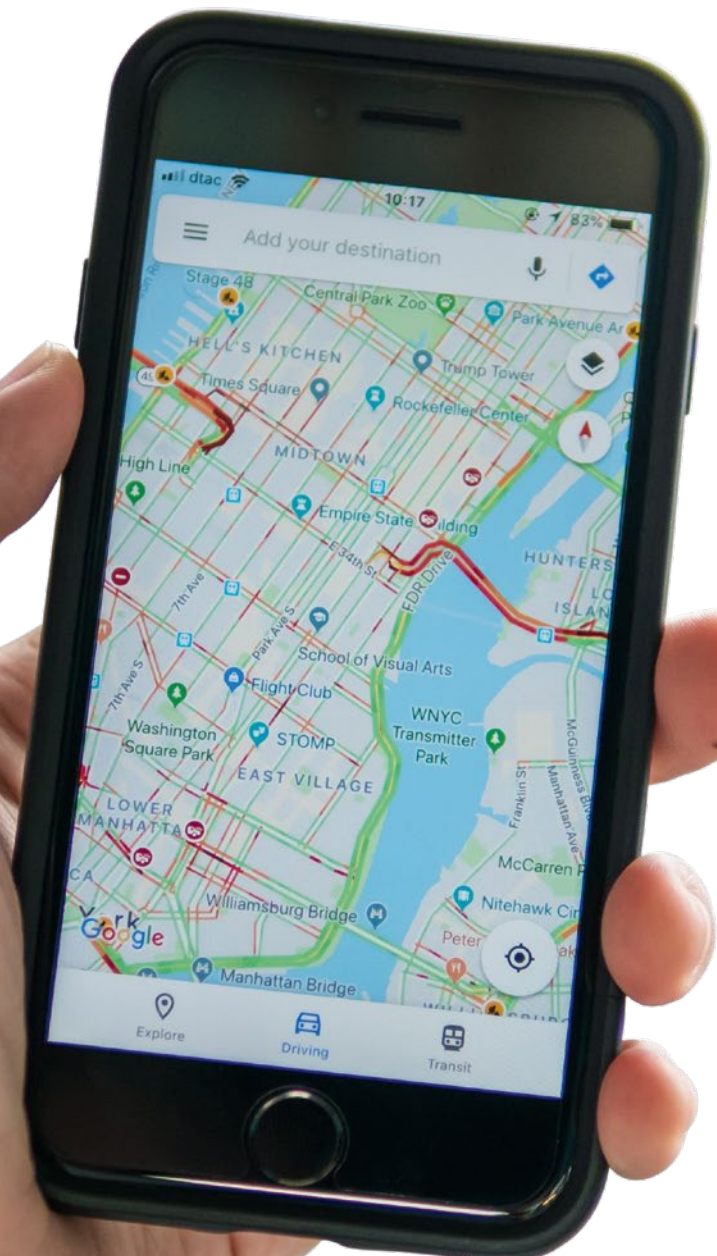
Bäckereien und Cafés werden vielfach über Google Maps **gesucht**

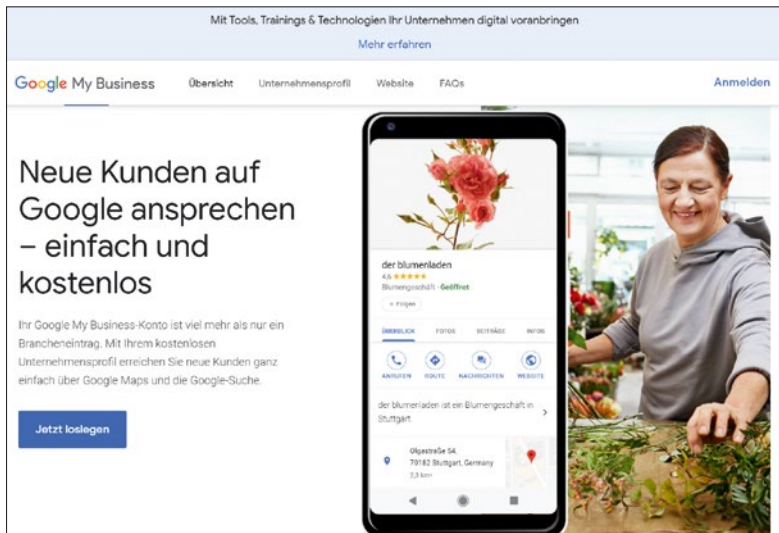
Einfach gefunden werden

Text: Edda Klepp

Als Unternehmen im Netz präsent zu sein, ist heute Standard. Eine eigene Website reicht allerdings längst nicht mehr aus. Google Maps wird noch zu häufig unterschätzt. Dabei gibt der Dienst seinen Nutzer(inne)n Hinweise auf lohnende Ziele in der Nähe. Ein Business-Konto zählt daher zu den Must-haves. Einladende Fotos gehören unbedingt dazu.

Der Klassiker: Eine Geschäftsfrau ist fremd in der Stadt. Zwischen zwei Terminen möchte sie schnell einen Kaffee trinken. Google Maps ist ihr erster Ansprechpartner. Der Dienst weiß zuverlässig, wie weit die nächsten Cafés entfernt sind und gibt weitere Entscheidungshilfen. Die Auswahl fällt nicht schwer, denn außer bei einem Suchergebnis sind bei allen anderen kaum zusätzliche Informationen zu finden. Bei diesem einen aber wird die Frau fündig. Es sticht optisch eindeutig heraus.





Mit wenigen Klicks lässt sich bei Google My Business ein Unternehmens-Account erstellen

Produktfotos und Bilder vom gemütlichen Ambiente laden direkt zum Kommen ein. Doch Google weiß noch mehr: Die Öffnungszeiten, ein Website-Link und einer direkt zur Speisekarte sind ebenfalls hinterlegt. Das Kaffeeangebot klingt nach guter Qualität. Die Bewertungen durch andere Nutzerinnen und Nutzer sind positiv. Eilig macht sich die Geschäftsfrau auf den Weg. Bei dieser Auswahl, so entscheidet sie spontan, ist auf die Schnelle auch noch ein Stück Kuchen drin.

Zu viele Unternehmen unterschätzen nach wie vor den Einfluss von Google-Suchergebnissen auf ihre potenziellen Kundinnen und Kunden. Dabei ist ein eigenes Business-Profil tatsächlich kostenlos. Während Firmen dafür bezahlen, dass ihre Werbung in der Google-Suchmaschine auf der ersten Seite direkt über den Suchergebnissen landet, wird ein Business-Eintrag bei entsprechenden Keywords kostenfrei mit angezeigt.

Das liegt daran, dass Google seine Dienste daran ausrichtet, den Suchenden den möglichst größten Nutzen zu bieten. Ziel ist es, für sie das optimale Ergebnis zu präsentieren. Mehrere hundert Variablen wertet der Algorithmus des Suchmaschinen-Riesen ständig aus. Besonders hoch sortiert er jene Profile ein, die relevante, aktuelle und umfangreiche Daten zur Verfügung stellen.

Wer einen Business-Account bei Google anlegen möchte, kann dies mit wenigen Klicks über die Seite „Google My Business“

LINK

Google My Business: www.google.com/business/



tun. Eine eigene Webpräsenz ist hierfür keine Voraussetzung. Bei dem Eintrag führt Google Schritt für Schritt durch den Prozess und fragt wichtige Daten ab. Hierzu zählen:

- Firmenname
- Anschrift
- Unternehmenskategorie, zum Beispiel Bäckerei
- Öffnungszeiten
- Kontaktdaten wie Telefonnummer, Website etc.
- weitere relevante Schlagworte

Anschließend muss sich das Unternehmen verifizieren, damit nicht irgendwer dort Fremdeinträge tätigt. Sinnvoll ist es außerdem, den Eintrag um ein Logo und verschiedene Fotos zu ergänzen. Das stärkt den Wiedererkennungseffekt und bietet Anreize, als Kunde oder Kundin mal vor Ort vorbeizuschauen. Filialisten können zudem weitere Standorte anlegen und über ihren Account verwalten.

Die Daten des Business-Accounts werden nicht nur in der normalen Suchmaschine angezeigt, sondern auch bei anderen Google-Diensten, zum Beispiel Maps. Wie im Eingangsbeispiel beschrieben, sind Unternehmen hier einfach auffindbar. Und nicht nur das: Nutzerinnen und Nutzer werden auch die Zusatzinformationen angezeigt. Sind Telefonnummer oder E-Mail-Adresse hinterlegt, können sie darüber mit einem Klick Kontakt aufnehmen. Oder sie wählen einen

VORTEILE DES GOOGLE-MAPS-BRANCHEN-EINTRAGS

1. Das Unternehmen ist online präsent.
2. Es wird bei lokalen Suchanfragen besser gefunden.
3. Bildergalerien zeichnen ein umfassendes Bild und machen Lust auf einen Besuch vor Ort.
4. Kundinnen und Kunden können dort Bewertungen abgeben und die anderer lesen.

Fazit: Eine gute kostenlose Werbung für die eigene Bäckerei.



Auch online lässt sich Kritik einfangen – mit ruhigen Worten und großzügigen Gesten, wie der Einladung zu einem Kaffee

Standort direkt als nächstes Ziel aus und lassen sich dorthin navigieren.

Großen Einfluss haben hierbei die hinterlegten Fotografien. Auch Besucher/innen können ihre Bilder über Google hochladen, zum Beispiel wenn sie eine Bewertung abgeben. Nicht immer entsprechen diese allerdings dem Qualitätsanspruch einer Bäckerei. Es lohnt sich, regelmäßig selbst für entsprechende Inhalte zu sorgen und hochwertige Fotos anzufertigen.

Entscheidender noch als Bilder sind die Bewertungen anderer Nutzerinnen und Nutzer. Liegen die im Durchschnitt bei mehr als 4 Sternen, macht das einen guten Eindruck. Wer darunter liegt, kommt nicht umhin, sich mit Kritiken auseinanderzusetzen. Dabei schaffen Ehrlichkeit und Transparenz Vertrauen.

Wird zurecht kritisiert, empfiehlt sich eine Antwort mit einer Entschuldigung – verbunden mit der Einladung auf einen Kaffee beim nächsten Besuch. Wo Kritik unberechtigt ist, kann sie gerade gerückt werden. Immer aber in verständnisvollem und freundlichem Ton. Ist sichtbar, dass sich ein Unternehmen positiv mit Kritik auseinandersetzt, steigert das den Vertrauenswert enorm.

Ein interessanter Service ist das Zahlenwerk, das Google My Business mitliefert. So wird im Dashboard angezeigt, wie viele Einblendungen auf Google Maps es in der Vergangenheit gegeben hat. Klicks auf die Website, hochgeladene Bilder und die Häufigkeit der Routenplanung werden ebenfalls ausgewertet.

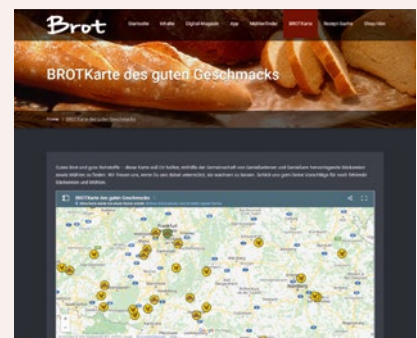
Nicht zuletzt spielt das Thema Kontrolle eine Rolle, wenn es um Google Business geht. Wer einen eigenen Account pflegt, behält die Oberhand darüber, welche Informationen Google über das Unternehmen weitergibt. Andernfalls kann es passieren, dass Nutzer/innen ihre ganz eigene Agenda in ein solches Profil schreiben. Diesen Wildwuchs an Informationen gilt es von vornherein zu unterbinden. 📌



Wer an einem fremden Ort gutes Brot sucht, nutzt bevorzugt Google Maps

DIE BROTKARTE DES GUTEN GESCHMACKS

Unter www.brot-magazin.de/karte finden Genießerinnen und Genießer im Netz hervorragende Bäckereien sowie Mühlen. Auch diese Karte greift auf Daten aus Google Maps zurück. Um die Ergebnisse zu verbessern und mehr Qualitätsbetriebe sichtbar zu machen, kann jede und jeder auf der Seite über ein Formular Empfehlungen abgeben und die entsprechenden Daten hinterlegen.





Das **Rundum-Sorglos**-Paket!

SBS TOP-Police.

Die SHB präsentiert die SBS TOP – eine Multi-Risk-Police mit herausragendem Leistungsspektrum inklusive dynamischer Betriebsschließungsklausel.

Das Zugpferd in der Angebotspalette an Versicherungsprodukten, die die SHB im Portfolio hat, ist die SBS TOP-Police, das Nachfolgeprodukt der SBS PLUS, der Multi-Risk-Police für Bäcker. Die komplett neu gestaltete SBS TOP-Police ist deutlich kundenorientierter ausgerichtet und bietet jetzt noch mehr Versicherungsschutz. Die Versicherungssumme und der zu zahlende Beitrag des Bäckers bemessen sich nach seinem Umsatz. Im Grundpaket sind bereits die essentiellen Risiken abgedeckt, wie beispielweise Feuer, Einbruchdiebstahl, Leitungswasser, Sturm, Elementar und die daraus resultierenden Betriebsunterbrechungsschäden. Darüber hinaus umfasst das Nachfolgeprodukt höhere Bargeldentschädigungen bei Einbruchdiebstahl und Raub, einen Bauvorhaben-Schutz, eine Schädlingsbekämpfung und deckt Ausstellungs- und Messegüter ab. Zudem ist das Betriebshaftpflichtrisiko mit seinen unterschiedlichen Facetten enthalten. Die Deckungssumme für Sachschäden beträgt nun 20 Mio. EUR, für Personenschäden 15 Mio. EUR und für Vermögensschäden 5 Mio. EUR. Der Diebstahl von Bargeld aus einem KFZ ist bei vorhandenem Wertschutzbehältnis nun mit 20.000 EUR mitversichert. Die Betriebsunterbrechung hat eine Haftzeit von 24 Monaten. Die SHB sichert die Bäcker auch zukünftig gegen Betriebsschließung ab. Wir bieten die dynamische Betriebsschließungsvariante an. Die neue Multi-Risk-Police für Bäcker kommt zum 01. Oktober 2020 auf den Markt.

Die Dienstleistungen der SHB gegenüber dem Bäckerhandwerk sind vielfältig. Angefangen von dem speziellen Know-How der „Zielgruppe

„Bäcker“ über die entsprechende Produktgestaltung, sowie die Betreuung im Schadenfall. Die Mitarbeiter sprechen die Sprache der Bäcker, haben eine exzellente Vernetzung zu Dienstleistern nach einem Schadeneintritt und sorgen für eine schnelle unbürokratische Schadenabwicklung, um den Produktionsausfall beim Bäcker so gering als möglich zu halten. Der führende Versicherer im backenden Gewerbe bietet für seine Mitglieder moderne und flexible Versicherungsprodukte an, steht im Schadenfall vertrauensvoll an ihrer Seite und zeigt bedarfsgerechte Lösungswege auf. Getreu dem Motto – „Sicherheit ist unser Handwerk.“



Bei uns sind Sie verSICHERT.



Bio-Bäckerin mit **Mission**

Wo die Seele Nahrung findet



Die offene Backstube ist in einem Gewölbe untergebracht

Mit der Görlitzer Brotschmiede hat sich Doris Bach einen Lebenstraum erfüllt. Als einzige Bio-Bäckerei am Ort schuf die neunfache Mutter und Autodidaktin ein besonderes Konzept, gut erreichbar in der Altstadt von Görlitz. Vor dem Holzbackofen treffen sich Interessierte regelmäßig, um Wissenswertes über regionale Rohstoffe und die handwerkliche Herstellung von Backwaren zu erfahren.

Eine deutsche Durchschnittsfamilie hätte an zwei Kilogramm Brot mehrere Tage zu essen. Nicht so die von Doris Bach. Mit Ehemann und neun Kindern am Tisch reicht die Menge gerade mal für etwa einen Tag. Wie gut, dass sie eine so leidenschaftliche Bäckerin ist.

„Ich kenne überhaupt nur selbst gebackenes Brot. Schon meine Mutter hat immer gerne welches gemacht“, sagt Bach. Der Schritt zur eigenen professionellen Backstube mit Holzbackofen war da nicht mehr weit. Heute leitet die Unternehmerin die Brotschmiede in Görlitz – auch wenn ihr Mann Michael als Inhaber eingetragen ist.

Dort produziert Doris Bach mit drei Vollzeitkräften und einer Auszubildenden handwerkliche Brote und Brötchen in Bio-Qualität. Gleichzeitig kümmert sie sich um den Verkauf und organisiert regelmäßig Veranstaltungen. Eine gute Idee einfach brach

liegen zu lassen, fiel ihr nicht ein. Belohnt wurde Bachs Engagement in diesem Jahr mit der Nominierung für den sächsischen Adelle Award, der seit 2017 jährlich von der Dresdner Coachin und Mentorin Daniela Kreißig an Gründerinnen und selbständige Frauen aus Sachsen verliehen wird. In der Jury sitzen Unternehmerinnen und Unternehmer aus der Privatwirtschaft. Der Award soll Frauen in der Wirtschaft sichtbar machen.

„Mir ist wichtig, dass Menschen Sinnhaftes erleben“, sagt Bach. Wie ein goldener Faden durchwirkt dieses Mantra ihr Schaffen. „In den Menschen steckt enormes Potenzial. In Solidarität vereint, könnten sie diesen Planeten in einen leuchtenden Stern verwandeln.“ Brot zu backen sei in diesem Sinne ein nahezu schöpferischer Akt.

Text & Bilder:
Edda Klepp

Der Hof, auf dem Doris Bach 20 Jahre lang lebte, ist auch in ihrem neuen Zuhause präsent





Doris Bach und ihr Team arbeiten mit einem Holzbackofen



Die fertigen Teiglinge warten darauf, eingeschossen zu werden

Erlernt hat sie die Brotback-Kunst in Eigenregie. „Ich bin komplette Autodidaktin“, sagt sie. An ihrer Seite steht seit mehr als zehn Jahren der Bäckermeister André Ipacs, als Betriebsleiter. Ein Konzept, das die zuständigen Behörden überzeugte. „Früher war die Bäckerei an den landwirtschaftlichen Hof angegliedert und über diese Urproduktion sowie den Direktvertrieb Teil des Betriebs.“ Mit Ipacs an der Seite konnte die Bäckerei auch ohne Meistertitel des Inhaber-Paares in die Görlitzer Altstadt ziehen.

„Hier wird die Seele genährt“, beschreibt die Bäckerin ihre Brotschmiede-Philosophie, die auch religiös geprägt ist. Was im ersten Augenblick nach dem ganz großem Pathos

klingt, bekommt im Gespräch mit der Bäckerin schnell einen pragmatisch-handfesten Unterbau. Sie redet nicht allein von Veränderung und wohlklingenden Idealen, sie setzt sie auch um.

Die Bäckerin hatte eine ganz eigene Vorstellung davon, wie zukunftsfähige Bildungseinrichtungen aussehen müssten. In Görlitz gab es keine Schule, die dem in ihren Augen gerecht wurde. Also schuf sie 2010 selbst eine: die Freie Waldorfschule Görlitz. „Ich bin eine Gründungspersönlichkeit“, beschreibt sich Doris Bach selbst. Sieben Jahre lang war sie in der Schule auch als Geschäftsführerin tätig, dann gab sie den Staffelstab weiter und kümmerte sich um die Umsetzung anderer Ideen.

Mit dem Projekt Bildungswelten 21 entwickelt sie ihre Vision seit 2019 weiter. Der Grundgedanke: Neben Schulen unter staatlicher Aufsicht sollen andere, wertige Bildungseinrichtungen entstehen, die diesen gleichgestellt sind. Plätze, an denen Menschen Lehrende und Lernende zugleich sein dürfen, unabhängig von Alter, sozialer, kultureller, geografischer und religiöser Herkunft.

Die strikte Trennung zwischen Privat- und Berufsleben, zwischen kraftzehrenden Verpflichtungen und erholsamer Kür, lehnt Bach ab. „Meine Bäckerei ist ein Lebensort“, sagt sie. Das Wissen um natürliche Rohstoffe, deren Eigenschaften, Herkunft und die handwerkliche Verarbeitung möchte die Bäckerin weitergeben. „Durch Bewusstsein und Lernen entsteht Achtsamkeit gegenüber allem Lebendigen“, ist sie überzeugt. Hierfür möchte sie Raum bieten.

Zum Beispiel beim „Meet & Greet vorm Holzbackofen“, das jüngst in der Backstube stattfand. Unter dem Motto „biologisch, regional, saisonal, nachhaltig und fair“ konnten die Teilnehmenden gemeinsam lokal gewachsene und verarbeitete Lebensmittel verkochen und ein abwechslungsreiches Drei-Gänge-Menü genießen.

Soziales Miteinander trotz physischer Abstandsregeln zu gestalten, ist Doris Bach gerade in der Pandemie-Zeit sehr wichtig: „Da physische Nähe aufgrund der gegebenen Verordnungen derzeit nicht möglich ist, emp-



Alle Brötchen werden von Hand gewirkt

finde ich soziale Begegnung in einer anderen bewussten Qualität als sehr kostbar“, sagt sie.

Die Arbeit mit natürlichen Rohstoffen und Getreide hat in Bachs Familie eine lange Tradition. 1995 zog die gebürtige Nordhessin auf den rückübergebenen Hof ihrer Großeltern bei Görlitz in der Lausitz. Schon als Kind hatte sie ihn immer gerne besucht. Ihr Vater war 1953 aus der DDR in den Westen geflohen. Seit 1974 kehrte er regelmäßig zurück, um in seiner Heimat nach dem Rechten zu sehen. Mit Doris Bach und auch ihren drei Brüdern im Schlepptau.

„Ich war immer tief in der Lausitz verwurzelt“, erzählt sie. Als die Rückübergebung des Görlitzer Hofes 1993 abgewickelt werden konnte, stand für sie fest: Nun war es Zeit, endlich dorthin heimzukehren. „Wir hatten nicht das Gefühl, in die Fremde zu ziehen. Im Gegenteil. Es gab einen bestehenden Freundeskreis“, erinnert sie sich.

Mit „wir“ sind Doris Bachs Mann Michael und das erste gemeinsame Kind gemeint, das damals gerade drei Monate alt war. „Ich habe insgesamt 20 Jahre auf dem Hof gelebt. Acht unserer neun Kinder wurden dort geboren.“ Zunächst hatte das Paar den Einfall, auf dem

Gelände einen Hotelbetrieb einzurichten. „Gott sei Dank haben die Banken das abgelehnt“, ist Doris Bach rückblickend froh.

Während ihr Mann Arbeit suchte und schließlich auch fand, verbrachte die ehemalige Betriebswirtschaft-Studentin ihre Zeit auf dem Hof. „Ich war ja permanent im Mutterschutz“, erzählt sie lachend. Neben Getreideanbau auf 24 Hektar Bio-Anbaufläche entstanden im Laufe der Zeit weitere Standbeine. „Wir hatten Milchschafe und haben phasenweise auch Käse hergestellt.“

Überwiegend
produziert
der Betrieb in
Demeter-Qualität





Um ihre Brote bekömmlicher, haltbar und aromatisch zu machen, kommen in der Brotschmiede verschiedene Sauerteige zum Einsatz

Bald schon wurde in der Küche in den Kachelofen ein Holzbackofen eingebaut. Auf Backblechen von 40 mal 60 Zentimetern buk Bach neben dem Eigenbedarf dienstags und freitags Brot, um Bestellungen aus dem Freundeskreis zu erfüllen. Stetig wurde es mehr.

Die offizielle Gründung der Brotschmiede-Bäckerei auf dem Hof fand im Jahr 2000 statt. Die Lektüre eines Buches, das ein Demeter-Landwirt verfasst hatte, brachte Bach gleichzeitig in Kontakt mit dem ältesten Bio-Verband Deutschlands sowie der anthroposophischen Weltanschauung Rudolf Steiners, dem Gründer der Waldorf-Pädagogik.

Fasziniert ist Bach auch von der Theorie der sogenannten Purpose Economy. Der amerikanische Ökonom Aaron Hurst prägte diesen Begriff und entwickelte daraus eine Wirtschaftstheorie, nach der es einen Wandel geben müsse – hin zu einem System, das durch sinnvolle Ziele einen positiven Einfluss auf die Gesellschaft schaffe. Gerade in der aktuellen Krise zeige sich, welche betriebswirtschaftlichen Konzepte entwicklungsbeständig seien, sagt Bach. Regionale Kreisläufe und eine gute Vernetzung vor Ort zählten dazu.



23 unterschiedliche Brötchensorten werden in der Backstube hergestellt

Von den Kenntnissen, die sie als Landwirtin erlangte, profitiere sie bis heute, so die Bäckerin. „Über die Zusammensetzung des Getreides weiß ich genau Bescheid.“ Vor allem Roggen werde in der Lausitz angebaut. „Das liegt am Untergrundgestein und der Sandbeschaffenheit. Wir haben hier einen sehr leichten Boden“, erklärt Bach. Roggen wurzele tief und könne sich daher die Nährstoffe weit unten aus der Erde holen.

Die geologische Beschaffenheit des Untergrundes wirke sich sogar auf die Bauweise von Gebäuden aus, weiß Bach zu berichten.



Gern probiert sich Bach an neuen Saaten, wie beispielsweise bei diesem Hanfbrot

„Die Höfe hier in der Gegend sind überwiegend eingeschossig. Im Gegensatz dazu konnten reiche Leute auf gutem Grund mit besseren Bodenwerten größere und höhere Gebäude bauen. Früher galt Roggen daher als das Getreide der armen Leute, Weizen hat sich als das der Reichen etabliert“, erklärt sie.

2013 läuteten die Bachs ein neues Kapitel ihrer Familiengeschichte ein. Sie kauften ein Haus in der Görlitzer Altstadt, ein Voll-Sanierungsobjekt in der Langenstraße 32. Hier sollte die Brotschmiede einziehen. 2015 war es dann soweit. Doch nicht nur der Betrieb verlagerte seine Produktion, auch die Familie zog in das mehrstöckige Gebäude um. Auf 18 mal 18 Metern Grundfläche und mit



Die Porung im glutenfreien Brötchen entsteht, wenn Wasser beim Backprozess verdampft

einem 250 Quadratmeter großen Garten gab es genügend Platz zum Leben und Arbeiten. Unterdessen kümmerte sich Ehemann Michael um seinen 2006 gegründeten Bio-Laden im Görlitzer Bahnhof.

21 verschiedene Brot- und 23 Brötchensorten stellen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Brotschmiede regelmäßig her. Am Donnerstag, dem intensivsten Produktionstag der Woche, kommen während der Nachtschicht zwischen 100 und 120 Laibe aus dem Holzbackofen. Außerdem rund 500 Brötchen – jedes einzelne handgewirkt. Vertrieben werden die Backwaren im eigenen Ladengeschäft sowie über Lieferkund(inn)en und auch über die Marktschwärmerei, eine digitale Verkaufsplattform.

Etwa 30 Kundinnen und Kunden begrüßt Doris Bach täglich in ihrem eigenen Laden.



Nachhaltigkeit und Regionalität sind Doris Bach wichtig



Schon früher hat Doris Bach gerne Brot gebacken. Ihre Leidenschaft machte sie zum Beruf



Durchschnittlich 6,90 Euro lassen sie jeweils in der Kasse. Seit Einführung der Kontaktbeschränkungen bietet die Brotschmiede die Möglichkeit des Fensterverkaufs, damit es nicht unbedingt nötig ist, das kleine Geschäft zu betreten. „Jeder hat die Wahl“, sagt Bach. In dem 56.000-Seelen-Ort sei die Brotschmiede die einzige Bio-Bäckerei, erklärt sie.

Für Görlitzer Verhältnisse sieht sich Bach im gehobenen Preissegment – verglichen mit dem backenden Wettbewerb in der Stadt. „Wir verarbeiten überwiegend sächsische Getreide in Demeter-Qualität. Ich schätze, vier von fünf meiner Kunden legen Wert darauf.“ Bundesweit sieht der Preis-Vergleich anders aus: „Gemessen an anderen Bio-Bäckereien bewegen wir uns preislich eher im unteren Drittel“, sagt Bach.

Dass die Demeter-Bio-Maßstäbe auch eingehalten werden, ist ihr wichtig. Bei einem Anteil unter 90 Prozent dürfte Bach das Siegel nicht

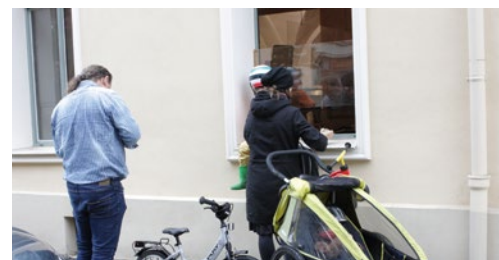
mehr führen. Die meisten Brote backt sie aus dem vollen Korn. Drei verschiedene Sauerteige kommen regelmäßig zum Einsatz, ein Roggen-, ein Weizen- und ein Dinkelsauer. Alle drei hat Bach selbst kultiviert. „Zum Standard-Sortiment gibt es wechselnde Jahreszeiten-Brote“, erklärt die Bäckerin. Im Herbst stehe beispielsweise ein Hutzelbrot mit Trockenfrüchten und Nüssen auf dem Programm.

Mit Hutzeln sind gedörnte Birnen gemeint, die bereits am Baum trocken geworden sind. „Dazu kommen Datteln, Rosinen, Feigen, Walnüsse und Mandeln in den Roggen-Sauerteig.“ Als typisches Herbstbrot und Vorläufer vom Stollen läute es passend die kalte Jahreszeit ein, meint Bach. „Derzeit probieren wir uns noch an der Rezeptur. Im November soll es dann ins Sortiment.“

Stolz ist Bach auch auf die Entwicklung eines glutenfreien Brötchens mit Chiasaat und Leinsamen, das ohne Triebmittel auskommt.



Mehr als 100 Teiglinge gehen nachts in den Holzbackofen



Seit coronabedingt Kontakt-Beschränkungen gelten, bietet die Brotschmiede ihren Kundinnen und Kunden die Möglichkeit des Fensterverkaufs



Am Vormittag wird der Holzbackofen erneut angeheizt, um für den Nachmittag zu backen

„Durch das Kneten werden die Schleimstoffe der Saaten in den Teig eingearbeitet. Die Teigausbeute liegt bei 190. Flohsamen, die wir als Mehl verwenden, binden das Wasser“, erklärt die Görlitzerin. 12 Prozent Hafer und ein sehr hoher Nussanteil sorgen für einen hohen Proteingehalt; Meersalz, Agavensirup und Walnusskerne für ein intensives Aroma. „Der Teig gärt nicht. Das Volumen kommt über das Wasser ins Brötchen. Die Porung wird verursacht, sobald es verdampft.“

Geplant war, die Verkaufsstelle neben der offenen Backstube in diesem Jahr um einen Cafébereich zu erweitern. Die Corona-Pandemie hat Doris Bach einen Strich durch die Rechnung gemacht. „Wir haben bereits ein paar

Kuchen ins Sortiment aufgenommen, auf weitere Sitzplätze jedoch vorerst verzichtet“, sagt sie. „Banken finanzieren aktuell solche Vorhaben nicht.“ Auch der Umbau des Kreuzgewölbekellers zum Lagerraum für Teige in Langzeit-Gare muss warten.

Und der Hof? „Derzeit lebt dort eine sogenannte Wächtermieterin, um Vandalismus zu verhindern“, berichtet Bach. Demeter-Status hat das Gut im Moment nicht, wohl aber das Bio-Label nach EU-

Richtlinien. Die 23-jährige Tochter der Bachs möchte als Heilerziehungspflegerin dort in der kommenden Zeit eine Wohngruppe gründen, deren Bewohnerinnen und Bewohner sich dann in verschiedenen Werkstätten um Küche, Garten und Landwirtschaft kümmern.

„Das ist eine sehr sinnstiftende Aufgabe. Es geht nicht nur um kranke Menschen, sondern allgemein um solche, die das Bedürfnis nach Seelenpflege und einem geordneten Tagesrhythmus haben“, erklärt Doris Bach. Ein Erbe ganz nach ihrem Geschmack. 🍞



GÖRLITZER BROTSCHMIEDE

Inhaber: Michael Bach
 Langenstraße 32
 02826 Görlitz
 Telefon: 03581/8778681
 E-Mail: info@brotschmiede-goerlitz.de

VORSCHAU

BROTpro gibt es viermal jährlich.
Die nächste Ausgabe erscheint
am 3. März 2021

Darum geht es unter anderem:



☉ Verfahrensdokumentation – aufwändig, aber wichtig



☉ Triticale – interessant
oder Irrweg?



☉ Ursprüngliches Backhandwerk –
die Hart Bageri in Kopenhagen



☉ Neue Ansätze für die Personalsuche

HERAUSGEBER
Tom Wellhausen, Sebastian Marquardt

REDAKTION
Hans-Henny-Jahn-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

AUTORINNEN UND AUTOREN
Matthias Eigl, Annette Fürst,
Christoph Heger, Dietmar Kappl,
Edda Klepp, Helen Markmann,
Stevan Paul, Jan Schnare

FOTOS
Alekssei, Andrea Thode, Antonioguillen,
areebarbar, bozhdb, Светлана
Лазаренко, contrastwerkstatt,
EtiAmmos, eyetronic, fotoman1962,
gena96, golubovy, Grecaud Paul,
h_lunke, Ivelin Radkov, JackF, Lars
Gieger, lassedesignen, LIGHTFIELD
STUDIOS, MARIMA, M.Dörr &
M.Frommherz, Med Photo Studio,
metamorphworks, MIRACLE MOMENTS,
nakedking, Nicole Lienemann, pavel
siamionov, photocrew, photostriker,
picsfive, Ralph, Robert Kneschke, Ronny,
Sandra, shocky, smartmediadesign,
Steve, Studio Romantic, Surasak,
Svetoslav Radkov, Timmary, tournee,
wachwit, WavebreakMediaMicro

VERLAG
Wellhausen & Marquardt
Mediengesellschaft bR
Hans-Henny-Jahn-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)
Julia Großmann, 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 über-
nommen werden. Mit der Übergabe
von Manuskripten, Abbildungen,
Dateien an den Verlag versichert der
Verfasser, dass es sich um Erst-

veröffentlichungen 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**

Volles Weizenkorn

Körnerbrote sind in der Regel ein Roggenthema. Hier aber kann der Weizen seine Aroma-Karte spielen. Und das macht er richtig gut. Grob geschrotet und ergänzt um geröstete Saaten freut sich nicht nur der Gaumen, sondern zudem das Gewissen. Denn dieses Brot schmeckt auch nach einer Woche noch richtig gut. Da bleibt nichts übrig.

Brühstück 1

- ▶ 5,000 kg Weizenschrot grob
- ▶ 5,000 kg Wasser (kochend)
- ▶ 0,300 kg Salz

Mischen: Schrot und Salz mit dem kochenden Wasser übergießen und gründlich mischen
Teigtemperatur: 80°C
Teigruhe: 4 Stunden bei Raumtemperatur abkühlen lassen (bis zu 24 Stunden)

Brühstück 2

- ▶ 5,000 kg Saatenmischung
- ▶ Wasser

Herstellung: Die Saaten anrösten und mit reichlich Wasser ablöschen. Bis zu 24 Stunden abkühlen lassen. Vor der Weiterverarbeitung abtropfen lassen.



Sauerteig

- ▶ 5,000 kg Weizenschrot fein
- ▶ 4,200 kg Wasser (45°C)
- ▶ 0,300 kg Anstellgut

Mischen: Anstellgut im Wasser lösen, anschließend Schrot einmischen
Teigtemperatur: 35°C
Teigruhe: 12-18 Stunden bei Raumtemperatur

Hauptteig

- ▶ 10,300 kg Brühstück
- ▶ 9,500 kg Sauerteig
- ▶ 5,000 kg Saatenmischung
- 24,800 kg Teig



Kneten: 10 Minuten langsam
Teigtemperatur: 24-26°C
Teigruhe: 60 Minuten bei Raumtemperatur

Aufarbeitung:

- ⦿ Teigeinlage 1.100 g
- ⦿ Den Teig in Formen geben und 2-4 Stunden bei Raumtemperatur zur Endgare stellen.

Backen

Schwaden: normal
Backtemperatur: 200°C
Backzeit: 60 Minuten ▣



Rezept:
Sebastian Marquardt
Bild: Jan Schnare

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