

# Brot

**Gewinnen**



1x Häussler Alpha 2G  
6x Ankarsum Assistent

## DREHTOPF-DUELL

Ankarsum und  
Häussler im Test

## DINKEL

Alles über das  
Urgetreide  
und tolle Rezepte

## ALT IST LECKER

Kreative Rezepte  
für altes Brot

## BROT AM HAKEN

Menschen helfen,  
Freude schenken

IM HEFT

mehr als  
**30 Rezepte**  
zum  
Selbermachen

Herzhaft & süß – traditionell & kreativ – klassisch & glutenfrei

# Oster-Bäckerei

5,90 EUR

A: 6,50 Euro, CH: 11,60 sFR,  
BeNeLux: 6,90 Euro



4 191324 105901

# ALLES WAS AUF, IN UND ZU BROT SCHMECKT – ALLES: AUF DIE HAND!



*Die Menschen  
entdecken ihre Liebe  
zum selbst gebackenen  
Brot wieder. Ich dachte:  
Jemand muss sich doch um  
den Belag kümmern!*  
STEVAN PAUL

SANDWICHES,  
BURGER & TOASTS

## AUF DIE HAND

FINGERFOOD &  
ABENDBROTE

VON  
Stevan Paul

FOTOS  
Daniela Haug

 Brandstätter

**Auf die Hand**  
Sandwiches,  
Burger & Toasts,  
Fingerfood & Abendbrote  
Stevan Paul  
Daniela Haug  
Format 19 x 24 cm  
272 Seiten  
ca. 200 Abbildungen  
Hardcover  
ISBN 978-3-85033-812-7  
€ 34,90, sfr 46,90



# EDITORIAL

In Moskau hat mir Alexander Kurella die Geschichte seiner Bio-Bäckerei erzählt

## Liebe Leserinnen und Leser.

02/2018

Wir konnten uns nicht recht entscheiden – bleiben wir unserer Titelfarbe auch zu Ostern treu oder überraschen wir mal mit einem pinken Cover? Es gab im Verlag unterschiedliche Meinungen. Also beschlossen wir, unsere Leser zu fragen. Mit dem BROT-Forum hat sich auf Facebook eine aktive Gruppe entwickelt, in der die Inhalte dieses Magazins diskutiert, Anregungen ausgetauscht werden. Dort haben wir die beiden Titel-Versionen zur Abstimmung gestellt. Das Ergebnis ist das nun vorliegende Cover.

Uns macht es Spaß, dieses Heft nicht nur für, sondern vor allem mit den Menschen zu entwickeln, für die wir es machen. Insofern freue ich mich über jedes weitere Mitglied unserer Gruppe, aus der wir nicht zuletzt ganz viele Anregungen erhalten.

Anregung hat auch Alexander Kurella gegeben, als er in Moskau durch die Aneinanderreihung von Zufällen eine Bio-Bäckerei gegründet hat. Inzwischen gibt es viele weitere Handwerks-Bäckereien nach seinem Vorbild, selbst in entlegenen Teilen des Riesenreichs. Und Kurellas kleine Bäckerei ist auf Wachstumskurs.

Denn die Liebe zu gutem Brot ist kein mitteleuropäisches Phänomen. Weltweit arbeiten Menschen daran oder backen ihr eigenes Brot. Einigen haben wir für diese Ausgabe wieder





über die Schulter geschaut. Und außerdem eine Menge Rezepte gesammelt, die Ihnen Inspiration und Gaumenfreude sein sollen.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der Lektüre, beim Nachbacken und beim Erkenntnisgewinn. Außerdem freue ich mich, mal von Ihnen zu hören – per E-Mail, Instagram oder eben in unserer Facebook-Gruppe.

Herzliche Grüße

Sebastian Marquardt, Chefredakteur

 @brotmagazin

 /BrotMagazin

 www.brot-magazin.de

Unsere Facebook-Gruppe:

 facebook.com/groups/brotforum

**PS:** Rund um das Magazin sind wir auf der Suche nach Produkten, die Ihnen das Backen schöner oder leichter machen. Unter [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen) finden Sie die ersten beiden Produkte – unsere tolle Schürze (mehr Information auf Seite 8) sowie einen praktischen Gärautomaten (Seite 65)



# INHALT 02/2018

## Verschiedenes

<b>Neuheiten</b> Meldungen rund ums Backen und Genießen	Seite 6
<b>LeserBROT</b> Was unsere Leser/innen backen	Seite 48
<b>Inspiration</b> Alles rund ums Brot: Bücher, Blogs, Instagram & Co.	Seite 58
<b>Mühlen-Finder</b>	Seite 81
<b>Glossar</b>	Seite 126
<b>Auf ein Wort</b>	Seite 129
<b>Vorschau/Impressum</b>	Seite 130



## Selbst ist das Brot

<b>Temperatur-Management</b> Wärme richtig regeln	Seite 62
<b>Einsteiger-Kurs</b> Brotbacken mit Dinkel	Seite 74
● <b>Duell der Drehtöpfe</b> Häussler und Ankarsrum im Test	Seite 87
<b>Übersicht</b> Knetmaschinen abseits des Mainstreams	Seite 94
● <b>Aus Alt mach Lecker</b> Altbrot als Zutat in leckeren Rezepten	Seite 122

## Rezepte

<b>Croissants &amp; Pain au chocolate</b>	Seite 14
<b>Ruchmehl-Giabatta</b>	Seite 20
<b>Schweizer Nussbrot</b>	Seite 21
<b>Dinkel-Buttermilchbrötchen</b>	Seite 29

<b>Roggen-Kornspeicher</b>	Seite 36
<b>Kakao-Brot</b>	Seite 38
<b>Rustikales Weizen-Landbrot</b>	Seite 40
<b>Saftiges Roggen-Mischbrot</b>	Seite 42
<b>Ruch-Brötchen</b>	Seite 44
<b>Paderborner Landbrot</b>	Seite 46
<b>Russisches Borodinsky-Brot</b>	Seite 57
<b>Dinkel-Osterbrot</b>	Seite 73
<b>Bosniaken</b>	Seite 86
<b>Nadja Alessis Hefezopf</b>	Seite 99
<b>Eierlikör-Brioche</b>	Seite 100
<b>Osterhäschen</b>	Seite 101
<b>Pane di Pasqua – Osterbrot</b>	Seite 102
<b>Speedbaking – schnelles Ruchbrot</b>	Seite 120
<b>Brotsalat</b>	Seite 124
<b>Trockenbrot-Tiramisu</b>	Seite 125

## Aufs Brot

<b>Pistazien-Creme</b>	Seite 72
<b>Sharon-Himbeer-Aufstrich</b>	Seite 80
<b>Super-Stullen</b>	
<b>Eiersalat-Smörrebröd mit Staudensellerie</b>	Seite 104
<b>Ofenbaguette „Zwiebelsuppe“</b>	Seite 106
<b>Bohnen-Hummus-Stulle mit Paprika und Dukkah</b>	Seite 108
<b>Warme Kasseler-Stulle mit Senfbutter und Krautsalat</b>	Seite 110

## Glutenfreies Backen

<b>Glutenfrei treiben</b> Ohne Sauerteig und Hefe	Seite 112
<b>Brot herzhaft &amp; hefefrei</b>	Seite 116
<b>Oster-Cheesecake</b>	Seite 117
<b>Kartoffelbrot</b>	Seite 118
<b>Hefestuten</b>	Seite 119





## Rohstoffe

- |  |                 |
|--|-----------------|
| <b>Ruchmehl</b><br>Schweizer Spezialität | <b>Seite 16</b> |
| <b>Butter</b><br>Alles Wissenswerte      | <b>Seite 22</b> |
| <b>Butter selbst herstellen</b>          | <b>Seite 26</b> |
| ● <b>Alles über Dinkel</b>               | <b>Seite 66</b> |




## Menschen & Brot

- |  |                 |
|--|-----------------|
| <b>Täglich frisch</b><br>Brot im Prager Hotel Josef                    | <b>Seite 10</b> |
| ● <b>Einfach Freude schenken</b><br>„Brot am Haken in München“         | <b>Seite 30</b> |
| <b>BioBrot für Moskau</b><br>Vom Demo-Betrieb zur Brot-Bäckerei        | <b>Seite 52</b> |
| <b>Der Geschmack meiner Kindheit</b><br>Samuel Kargl und die Bosniaken | <b>Seite 82</b> |
| <b>Die Zopf-Königin</b><br>Nadja Alessi und ihre Hefezöpfe             | <b>Seite 96</b> |



**26**  
Butter selbst herstellen

Titelfoto: Katharina Arrigoni

 @besondersgut  
 /besondersgut.ch  
 www.besondersgut.ch



## Wie dieses Heft funktioniert

### Vorab

Alle Rezept-Brote in diesem Heft wurden ohne Zusatzstoffe und von Hobby-Bäckern in heimischen Küchen zubereitet sowie in handelsüblichen Haushalts-Öfen gebacken.

### Die Angaben

Wenn im Rezept von Raumtemperatur die Rede ist, sind 20-22°C gemeint. Weicht die Temperatur stark ab, hat das Einfluss auf die angegebene Zeit. Faustformel: pro 5°C verdoppeln die Hefekulturen ihre Tätigkeit. Bei den Angaben zur Wassermenge ist Vorsicht geboten. Jedes Mehl hat andere Eigenschaften und kann unterschiedlich viel Flüssigkeit binden. Es empfiehlt sich, mit etwas weniger Wasser zu beginnen und gegebenenfalls nachzuschütten.

### Die Bewertung

Wir haben jedem Brot einen Schwierigkeitsgrad zugeordnet.





- ★☆☆ - einfaches Rezept
- ★★☆ - Rezept mit Anspruch
- ★★★ - sehr anspruchsvolles Rezept

Die Bewertung richtet sich danach, wieviel Aufwand und Vorkenntnis für ein Brot nötig sind. Zudem gibt es einen Hinweis, ob das Rezept für Einsteiger geeignet ist. Das ist es aus unserer Sicht immer dann, wenn alle Zutaten ohne größere Komplikationen schnell zur Hand sind. So kann es sein, dass ein einfaches Sauerteigbrot nur einen Stern hat, aber keine Einsteiger-Empfehlung, da eben erst Sauerteig angesetzt oder besorgt werden muss. Umgekehrt kann auch ein anspruchsvolleres Rezept für Neulinge geeignet sein, wenn die Zutaten schnell zur Hand sind.

### Fachbegriffe

Brotbacken kommt nicht ohne Fachbegriffe aus. Ab Seite 126 finden Sie daher ein Glossar, in dem alle Fachbegriffe, die in dieser Ausgabe vorkommen, kurz erklärt werden. Zudem haben wir teilweise Video-Links beigefügt, weil Bilder manchmal mehr sagen als tausend Worte. Für den tieferen Einstieg ins Back-Vokabular empfehlen wir die Website [www.baeckerlatein.de](http://www.baeckerlatein.de)

Viel Spaß beim Entdecken und Nachbacken. Wir freuen uns auf Ihr Feedback.

-  @brotmagazin
-  /BrotMagazin
-  www.brot-magazin.de
-  facebook.com/groups/brotforum

● Titelthemen sind mit diesem Symbol gekennzeichnet

Zwei neue **Brotgewürz-Mischungen** gibt es von Just Spice. Das junge Unternehmen vertreibt nach eigenen Angaben Gewürze frei von Zusatzstoffen und Trennmitteln. Das Kurkuma Brotgewürz bringt nicht nur Farbe ins Brot. Neben Kurkuma verleihen ihm Koriander und Kreuzkümmel eine exotische Note, wobei Anis und Pfeffer dem Mix eine warme Schärfe geben. Im Italienischen Brotgewürz dürfen Knoblauch und Zwiebeln nicht fehlen. Zudem verleihen Tomatenflocken eine fruchtige Würze und Oregano, Basilikum sowie Thymian sorgen für die mediterranen Aromen. Beide Gewürzmischungen kann man beim Kneten in den Teig streuen und wie gewohnt verarbeiten. Sie kosten je 4,99 Euro. Bezug: Lebensmittelhandel (unter anderem Edeka)



# Neuheiten

Backen ohne Butter und Ei – und trotzdem lecker – das verspricht Bobei und liefert das erste **vegane Ersatzprodukt** auf Algenbasis. Als Rohstoff dient Chlorella. Die Süßwasseralge wird in einem speziellen Fermentationsverfahren gewonnen, schonend getrocknet und aufgeschlossen. Das dabei entstehende gold-gelbe Algenpulver ist sehr gut löslich und soll sich aufgrund seiner speziellen Zusammensetzung bestens als

Ei- und Butterersatz eignen. Pro 100 Gramm liefert das Pulver 41 Gramm einfach und mehrfach ungesättigte Fettsäuren. Um ein Ei zu ersetzen, soll ein Esslöffel „Bobei“ mit 40 ml Wasser vermischt werden, für die Cremigkeit von Butter sollen es 30 Gramm und Wasser sein. Die 200-Gramm-Packung gibt es für 9,95 Euro. Bezug: <http://www.pureraw.de>



Viele Handschießer haben eine zu hohe Seitenkante, mit der sich die Brote nicht gut vom Tisch aufnehmen und an den Ofen übergeben lassen. Häussler **Backschieber** laufen spitz zu, schießen Brotlaibe behutsam ein und nehmen die Brot aus dem Ofen auch mühelos auf. Aus massivem Buchenholz ist die Zunge in einem Stück gefertigt und mit dem Stiel fest verbunden. Dadurch sind sie stabil und unempfindlich gegen Hitze. Die Holzstiele können auf die gewünschte Länge abgesägt werden. In verschiedenen Ausführungen ab 64 Euro lieferbar. Bezug: [www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

Bereits zum dritten Mal findet am 10. März 2018 das Brot-Festival **Kruste & Krume** statt. In diesem Jahr sind nicht nur 27 Bäcker aus Österreich vor Ort, sondern auch Slow Food-Bäcker aus dem Piemont sowie der Slowakei. Brotliebhaber, die gern selbst backen, kommen bei dem Event auf ihre Kosten. Das Obergeschoss des Wiener Kursalons wird den Zutaten und Arbeitsgeräten gewidmet sein. Neben Bäckermehlen präsentieren Produzenten Getreide, Malze und Malzmehle, Hefen, Honige, Salze und Getreidemühlen. Im Rahmen einer Sauerteig-Börse können Einsteiger, Fortgeschrittene und Profis ihre selbstgezuchteten Sauerteige präsentieren und dabei Erfahrungen austauschen. Für Jugendliche gibt es Informationen zur Bäckerlehre. Tickets sind bei [ntry.at](http://ntry.at) zum Preis von 10 Euro erhältlich. Eventuelle Resttickets gibt es am 10. März an der Tageskasse für 15 Euro. Kinder bis 12 Jahre haben freien Eintritt. Beim Verlassen des Festivals erhalten die Besucher im Austausch gegen ihr Ticket ein Kilo Bäckermehl. Mehr Information: [www.krusteundkrume.at](http://www.krusteundkrume.at)



Foto: Lukas Lorenz



Mithilfe von Köchen hat das Kölner Unternehmen Kaya&Karo jetzt die erste **fair produzierte Kochjacke** aus Bio-Baumwolle entwickelt. Sie ist mit schräger Knopfleiste und hochstehendem Kragen ein styliker Hingucker und rundum funktional: Knitterarm, bei 95° Grad waschbar und atmungsaktiv. Druckknöpfe, umklappbare Manschetten und eine dreifächerige Tasche sind auf den Arbeitsalltag in Profiküchen abgestimmt. Die hochwertigen Stoffe erhalten in der Konfektion an stark strapazierten Nähten eine zusätzliche Verriegelung. Denn nur was lange schön bleibt, ist letztlich auch nachhaltig. Bezug: [www.kaya-kato.de](http://www.kaya-kato.de)

Das Österreichische Waldviertel ist eine der bedeutenden Anbau-Regionen für Roggen und das traditionelle Waldstaudekorn. Hier hat die Autorin Elisabeth Ruckser gemeinsam mit Meisterbäcker Fritz Potocnik die erste Waldviertler **Bio-Backschule** eröffnet, in der es künftig ein umfangreiches Kurs- und Workshop-Programm geben wird. Mehr Information: [www.bio-backschule.at](http://www.bio-backschule.at)

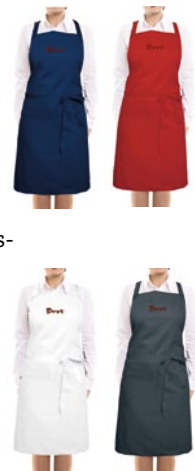


Für frankophile Backfreunde gibt es bei Häussler ein **Baguette-Set**. Es enthält 2,5 Kilo original französisches T65-Baguette-mehl, eine 10-Liter-Teigwanne, französisches Bäckerleinen sowie ein Baguette-Ritzmesser und ist für 59,90 Euro zu haben. Bezug: [www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)





Die **BROT-Schürze** ist da. Wer gutes Brot backt, dem sind auch Umwelt und Produktionsbedingungen nicht egal. Und so wird die „Schürze zum Magazin“ aus zertifizierter Bio-Baumwolle in Portugal gemäß den strengen Richtlinien des Global Organic Textile Standard (GOTS) gefertigt. In der gesamten Produktionskette werden die ökologischen und sozialen Vorschriften eingehalten – vom Weben der Stoffe, über das Färben bis hin zur Konfektion erfolgt in Portugal alles aus einer Hand. Das spart Transportwege und schont die Umwelt. Der Stoff ist hautfreundlich, atmungsaktiv, langlebig, pflegeleicht und knitterarm. Und dabei sieht die Schürze auch noch richtig gut aus mit ihrem schlichten, zeitlosen Design, dem geraden Halsauschnitt sowie Bändern aus Schürzenstoff. Sie ist etwa 80 Zentimeter breit, rund 86 Zentimeter lang und für häufiges Waschen bei 60 Grad geeignet. Erhältlich ist sie Schürze mit dem schlichten BROT-Logo auf dem Latz für 25 Euro in den Farben Blaubeere, Reis, Ingwer, Chili und Mohn. Bezug: [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)



Seit Kurzem bietet das Unternehmen SchulzBrot die Kreationen der 1887 gegründeten Meisterbäckerei als **Backmischungen** zum Selberbacken an. In Bio-Qualität – von den Zutaten bis hin zur Verpackung. Das Sortiment umfasst derzeit fünf Sorten: Das klassische Pausenbrot, das kräftige Schwarzbrot, das saftige Schulbrot, das traditionelle Abendbrot und das Toastbrot für ein genussvolles Frühstück. Information: [www.schulzbrot.de](http://www.schulzbrot.de)



Backen macht glücklich. Mit der We love baking-Serie von Städter soll es angeblich noch ein bisschen glücklicher machen. Die **Backformen** der Serie bieten besondere Materialstärke und eine hochwertige PFOA-freie Antihaf-Beschichtung mit optimaler Wärmeleitfähigkeit. Die silberne Beschichtung macht die Backformen der Serie auch optisch zu Highlights. Sie soll zudem über besonders gute Antihaf-Eigenschaften verfügen, sodass sich Gebäck ganz leicht aus der Form lösen lässt. Städter bietet auf alle Formen der Serie fünf Jahre Herstellergarantie. Bezug: Fachhandel



Zur Herstellung von Laugenklassikern wie Brezeln oder Laugenstangen braucht man **Brezellaug**. Die von Häussler vertriebene ist unverdünnt, daher unbegrenzt haltbar. Die Teiglinge werden in die verdünnte Lauge (Mischung 1:10) getaucht und anschließend gebacken. 1 Liter Brezellaug kostet 12,50 Euro, die Ersatzflasche (leer) 1,90 Euro, das passende grobe Brezelsalz 5,90 Euro für ein Kilo. Bezug: [www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)





Das Emmer-Dinkelbrot vom Hobbybäcker-Versand ist Sieger des diesjährigen eathealthy Awards. Im Rahmen der Messe „Veggie und Frei von“ verlieh eine Fachjury in 24 Kategorien jeweils einem Produkt das Prädikat „gesund und wertvoll“. In der Kategorie Brot & Brötchen ging der Award an das Emmer-Dinkelbrot, das zwei Ur-Getreidearten zu einem Kraftpaket vereint. Emmer zeichnet sich vor allem durch seinen hohen Mineralstoff- und Eiweißgehalt aus. Im Vergleich zu anderen Getreidesorten weist Emmer einen erhöhten Eisen- und Magnesiumwert sowie einen deutlich erhöhten Zinkanteil auf. Nicht weniger wertvoll ist der Dinkel. Er enthält mehr Mineralstoffe und Vitamine, als das beste Weizen. Zudem punktet der Dinkel mit einem Plus an Verträglichkeit, durch seinen hohen Gehalt an Ballaststoffen und ungesättigten Fettsäuren. Dinkel enthält außerdem Kieselsäure, welche sich positiv auf Haut, Haare, Nägel und sogar auf die Konzentration auswirkt. „In unseren **Backmischungen** ist auch wirklich nur das enthalten, was gebraucht wird. Selbstgebacken ganz nach dem Vorbild unserer Großeltern und mit dem Know How professioneller Bäcker können unsere Brotbackmischungen ohne Vorkenntnisse und im normalen Backofen zuhause gebacken werden“, so Friedrich-Christian Grimm, Inhaber des Unternehmens.

Bezug: [www.hobbybaecker.de](http://www.hobbybaecker.de)



## H'AUSSLER

### Backzubehör und Werkzeuge



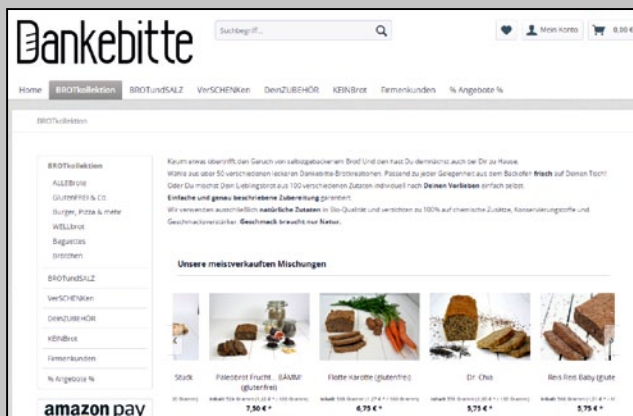
Bei uns finden Sie wunderbares Zubehör rund ums Backen: Formen, Bleche, Körbe, Bretter und Backschieber in allen möglichen Variationen. Dazu hervorragende Ausstecher, Drücker, Teigteiler, Teigwannen, Gärtücher und vieles mehr. Die natürlichen Mehle, Saaten und Backmischungen runden das umfangreiche Sortiment ab.

Webshop und Homepage:

[www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

88499 Heiligkreuztal · Tel. 073 71/93 77-0

Kürzlich wurde in München die Dankebitte GmbH zu den Gewinnern des Start-Up Wettbewerbs des Connect Magazins gekürt und setzte sich damit gegen fast 150 weitere Bewerber durch. Das Unternehmen wurde im Sommer 2015 von Andrea Hadrian und Marc Materne gegründet. Die Kölner haben es sich zur Aufgabe gemacht, **gesundes, leckeres Brot** zu verkaufen. Dabei legen sie Wert auf Bio-Zutaten und die einfache Zubereitung ihrer Brotbackmischungen. In einer spannenden Vorrunde wählte die Community des Wettbewerbs in mehreren Kategorien, welchen Produkten und Dienstleistungen sie den Durchbruch 2018 zutraut. Schon in dieser Runde wurde Dankebitte Sieger der Kategorie Food. Anschließend entschied eine Jury über die drei Start-Up-Sieger des breakthrough 2018 Awards. Dort räumte das Kölner Start-Up dann endgültig ab. Und das in einer technikaffinen Umgebung. Damit hatten die Macher nach eigenen Angaben überhaupt nicht gerechnet. Das Angebot von Dankebitte umfasst inzwischen mehr als 80 verschiedene Mischungen, neuerdings auch für Brötchen, Pizza und Burger-Buns. Alle Produkte sind frei von Konservierungsstoffen, Zuckerzusätzen und anderen Zusatzstoffen. Information: [www.danke-bitte.de](http://www.danke-bitte.de)



Perfekte Backöfen!



Perfekt für Brot, Brötchen, Baguettes, Pizza, Kuchen etc.

Über 60 verschiedene Modelle und Größen

Kostenlos Katalog anfordern!

MANZ Backtechnik GmbH  
Backofenstraße 1-3  
97993 Creglingen-Münster  
Tel.: 0 79 33 / 91 40-0  
[www.manz-backtechnik.de](http://www.manz-backtechnik.de)



In Prag hat das Hotel Josef **eine eigene Bäckerei**

*Jeden Tag frisch  
auf den Tisch*

Wenn die ersten Gäste morgens halb sieben noch leicht verschlafen den Frühstückssaal betreten, riecht es bereits nach frischem Brot – und das Team von Dagmar Kubu hat die erste Backschicht seit halb sechs hinter sich. Denn im Prager Hotel Josef werden Brot, Croissants und Pain au Chocolate jeden Morgen frisch für die Gäste gebacken.



Vor den Augen der Frühstücksgäste rollt Bara Kaninová die Croissants für den nächsten Tag



*Mr. Friday  
fotografiert sich  
lieber selbst.  
Kellner Pascal  
Patek sorgt für  
die gute Laune  
am Buffet*

**D**ie Prager Innenstadt gehört wohl zu den schönsten Europas. Inmitten der historischen Kulisse haben sich die Betreiber des Hotels Josef für viel Glas, Weiträumigkeit und modernes Design entschieden. Und für einen Luxus, den nur wenige Hotels bieten – frisch gebackenes Brot an jedem Tag.

Vor fünf Jahren holte man einen Manager für das Projekt. Einen Franzosen. Er gab der Hotelbäckerei die Handschrift, die sie bis heute trägt. Auch wenn sich einige Mitarbeiter schon nicht mehr an seinen Namen erinnern können. An sein Wirken umso mehr.

Einen Monat lang trainierte Bara Kaninová mit „dem Franzosen“, wie sie sagt. Es war erst der Einstieg. Selbst heute, fünf Jahre später, sei es noch immer „learning by doing, trial and error“, also versuchen, scheitern und weiter versuchen.

Dabei spielen auch die Rohstoffe eine Rolle. Wurde anfangs mit französischen Zutaten gebacken, wollte man später auf einheimische Produkte zurückgreifen. Doch in Tschechien, erklärt Bara, seien die Qualitätsschwankungen zu groß. Daher kommen Mehl und Butter wieder aus Frankreich, Hefe und Milch aus dem Prager Umland.





Die kleine Backstube schließt sich direkt an das Frühstücks- Buffet an, so entsteht eine enger Kontakt zu den Gästen



Platz ist in der kleinsten Hütte - auch für Teigroll-Maschinen



Dagmar Kubu leitet die kleine Bäckerei im Josef



Mehl wird regelmäßig aus Frankreich geliefert, ebenso Butter. Die Qualität tschechischer Produkte schwankt zu stark

Sechs Brote gehören zum Standard-Repertoire des Teams, dazu Croissants und Schokoladen-Brötchen. Nur Toast wird eingekauft. Was auf dem Backplan steht, bestimmen – ohne es zu wissen – die Gäste. „Die sind unberechenbar“, sagt Bara und lacht.

Viele kennen sie über die Zeit. Wie diesen einen Gast, der das Rote-Bete-Brot so sehr liebt, dass es immer extra gebacken wird, wenn sein Name auf der Gästeliste auftaucht. Mit unbekanntem Gästen ist das schwieriger. „An manchen Tagen wird fast ausschließlich dunkles Brot verlangt, dann wieder geht fast ausschließlich Baguette.“

Immer wieder fragen Gäste, ob sie das Brot kaufen könnten. Die Antwort ist kurz und klar: Nein. „Wir schenken es ihnen dann bei Abreise“, sagt Bara mit einem Zwinkern. Man sieht der 24-jährigen an, wieviel Spaß es ihr macht. Das Backen, der Kontakt mit den Gästen und ihr direktes Feedback.



Sie bekommt alles hautnah mit, denn gebacken wird gleich neben dem Frühstücks-Buffet. Die Gäste sehen also direkt, woher ihr Gebäck kommt, beobachten das einrollen der Croissants für den Folgetag. Für die Vorbereitungen gibt es im Keller enge Gänge und einen Raum, für den „klein“ noch eine übertriebene Beschreibung ist. Dort stehen die Knetmaschine und der Teigroller für das Tourieren der Croissant-Teige.

Zu dritt arbeiten sie hinter dem schmalen Tresen. Baras Chefin Dagmar Kubu, ihre Kollegin Zuzana Kadlecova. Sie alle arbeiteten zuvor im Cafe Slavia, einer der besten Prager Konditorei-Adressen. Und so spielt auch Süßes eine große Rolle in der kleinen Josef-Küche. Immer wieder kreieren die drei Frauen Petit Fours für Banketts und als Willkommensgeschenke, produzieren Törtchen und beeindruckende Torten. Meist für Veranstaltungen im Hotel.

Und so ist kein Tage wie der andere. An jedem wird neu geschaut, was auf Frühstücks-Buffet kommt, wieviel Brot nötig ist, womit die Gäste überrascht und verwöhnt werden können. Und wenn es ruhiger ist, weniger Tagungen stattfinden, dann wird halt am Stamm-Repertoire gearbeitet.

„Wie haben so viele Croissant-Rezepte ausprobiert“, erklärt Bara und rollt die Augen. Selbst heute fühlt sie sich noch nicht am Ziel. Immer wieder wird ausprobiert, verworfen und neu gedacht. Hilfreich ist dabei die Stimmung im Team. Für die sorgt nicht zuletzt Kellner Pascal, der sich gern als „Mister Friday“ vorstellt, während er sein Tablett mit schwungvollen Bewegungen durch den Gastraum balanciert. In Wahrheit heißt er Patek, übersetzt Freitag.

Immer wieder schaut er den Bäckerinnen über die Schulter, probiert hier, lobt da und ist glücklich, seinen Gästen frisches Brot aus eigener Produktion servieren zu können. Nur als Fotograf ist er nicht zu gebrauchen. Natürlich, sagt er, könne er ein Foto mit der Handy-Kamera machen. Nur um dann heimlich die Kamera zu drehen und ein Selfie aufzunehmen. Spaßvogel. 📷



Sechs Brote zählen zum Stamm-Repertoire, immer wieder werden neue Rezepturen und Kombinationen ausprobiert



Zuzana Kadlecova bereitet die Butter für den Croissant-Teig vor

Rezept auf der nächsten Seite



# PROISSANTS UND PAIN AU CHOCOLATE

Schwierigkeitsgrad:	★★★★
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Hefe
Zeit gesamt:	14-21 Stunden
Zeit am Backtag:	4-6 Stunden
Backzeit:	15-17 Minuten
Starttemperatur:	160°C
Backtemperatur:	160°C
Schwaden:	nein



Rezept und Anleitung:  
Bara Kaninová, Hotel Josef

☉ Alle Zutaten (außer die Extra-Butter) etwa 6 Minuten zu einem bindigen Teig verkneten.

☉ Den Teig zu einer Kugel formen, eng in Plastikfolie packen und für 8 bis 14 Stunden (länger ist besser) im Kühlschrank gehen lassen.

## Basis-Teig\* (für 14 Stück)

- ▶ 500 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Wasser
- ▶ 200 g Vollmilch
- ▶ 25 g Butter
- ▶ 65 g Zucker
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 20 g Frischhefe

## Extras

- ▶ 250 g der besten verfügbaren Butter
- ▶ 14 dunkle Schoko-Sticks für die Füllung
- ▶ 1 Ei zum Abstreichen

\* für Croissants und Pain au Chocolate



☉ Während dessen die Extra-Butter in Form bringen, ideal ist ein Format von etwa 10x15 cm



☉ Den Teigball aus dem Kühlschrank nehmen und in Form rollen – etwa 10x30 cm. Die Butter-Platte darauf legen



☉ Die Butter in den Teig einschlagen



☉ Dein Teig mit der Butter darin, weit ausrollen (das ist anstrengend).



5 Den Teig wie einen Briefumschlag falten: Von einer Seite einen kleinen Streifen einschlagen, von der anderen Seite ein großes Stück einschlagen, so dass beide Enden sich leicht überlappend treffen.



6 Den Teig dann noch einmal übereinander falten. Diese mehrschichtige Teigplatte nun in Plastik hüllen und für 30 bis 45 Minuten in den Kühlschrank legen. Dann wieder ausrollen.

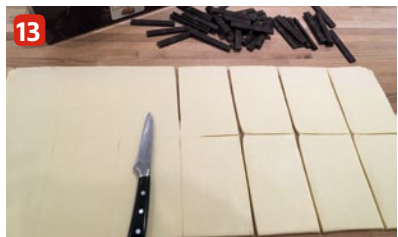
Der Schritt wiederholt sich beinahe. Nach dem Ausrollen den Teig erneut wie einen Briefumschlag falten. Dann wieder für 30 bis 45 Minuten in den Kühlschrank und ausrollen. Danach den Schritt für Croissants noch einmal wiederholen (also 3 Kühlschrank-Ruhezeiten). Für Pain au Chocolate zweimal wiederholen (4 Kühlschrank-Ruhezeiten).



7 Croissants: Den Teig großzügig (zirka 1 Meter) ausrollen. Sollte er Widerstand leisten oder sich zusammenziehen – dreimal übereinander schlagen und für 10 bis 20 Minuten in den Kühlschrank legen.



8-11 Den Teig in Dreiecke schneiden und diese zu Croissants rollen



12-14 Pain au chocolate: Den Teig etwa 60x20 cm ausrollen und in gleich große Stücke teilen. In jedes Stück zwei Schoko-Sticks legen und den Teig jeweils darüber schlagen.

Die geformten Croissants/ Pain au chocolate noch einmal 30-45 Minuten, von Plastik abgedeckt, gehen lassen.

Den Ofen auf 160°C Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Ein Ei verquirlen und die Teilchen damit einpinseln, dann 15 bis 17 Minuten goldbraun backen. ■



Ein typisch **schweizerisches** Mehl

Das  
Mehl mit  
dem  
Ruch



Was in der Schweiz zu den alltäglichen Mehlen zählt, entwickelt sich in Deutschland gerade zu einem Trend – Ruchmehl. Denn dieses grob Gemahlene gibt Broten einen besonderen Pfiff – geschmacklich ebenso wie in der Konsistenz. Was hat es damit auf sich?

**M**eine Mutter pflegte mir als Kind „und bringsch mer no es Pfänderli vom Beck, gäll!“ hinterherzurufen, wenn ich für sie im Dorf ein paar Besorgungen machen musste. Dieses 500 Gramm schwere, längliche, herrlich duftende Brot bestand aus Ruchmehl und oft habe ich es schon auf dem Nachhauseweg angeknabbert. Es gehört zu meiner Kindheit wie die Ovomaltine oder das Aromat. Wir aßen dieses Brot am liebsten zum Frühstück mit einer dicken Schicht Butter und Konfitüre bestrichen.

Viele regionale und kantonale Brotspezialitäten werden ganz oder teilweise mit Ruchmehl gebacken. Solche Brote sind charaktervoll und rustikal angehaucht. Gleichzeitig sind sie sehr mild und vor allem hocharomatisch. Kein Wunder, dass sie in der Schweizer Brotlandschaft fest verankert sind. Aber nicht nur dort.

Ruchmehl ist sogar per Schweizer Gesetz definiert, und zwar in der Verordnung Nummer 817.022.109 des Eidgenössischen Departements des Inneren. Um genau zu sein im 2. Kapitel, 1. Abschnitt, im Artikel 5. Dort wird es unter „Normalmehl“ als Mehl definiert, welches noch „einen Teil der äußeren Randschichten enthält“.

In der Schweiz gibt es im Endverbrauchermarkt keine DIN-Typisierung der Mehle. Auf der Verpackung steht einzig „Ruchmehl“ oder „Halbweissmehl“ oder „Weissmehl“. Die Müller – wollen sie Verbandsmitglieder beliefern – halten sich jedoch an die Vorgaben von Richemont, dem in Luzern ansässigen Kompetenzzentrum der Bäckerei-, Konditorei- und Confiseriebranche.

Dieses definiert die mögliche Bandbreite des Ausmahlungsgrades von Ruchmehl. Der Ausmahlungsgrad, auch Mehlausbeute genannt,



## RUCH


Der Ausdruck „ruch“ steht im Schweizer Dialekt für „grob“, „rau“. Denn durch den hohen Ausmahlungsgrad (also den großen Schalenanteil im Mehl) entstehen damit eher dunkle, rustikale Brot.




Bei der Altbachmühle in Wittnau trifft moderne Technik auf historische Bausubstanz

Text und Fotos:  
Katharina Arrigoni

 @besondersgut

 /besondersgut.ch

 www.besondersgut.ch



Dem Ruchmehl-  
Ciabatta-Teig sieht  
man deutlich den  
Schalenanteil  
an, der bei der  
Produktion direkt  
mitvermahlen wird

gibt uns – vereinfacht gesagt – Informationen darüber, wieviel Prozent des ganzen Kornes im Mehl noch enthalten sind. Heißt: Je höher das Gewicht des fertig gemahlene Mehls in Bezug auf sein Anfangsgewicht ist, umso höher ist der Ausmahlungsgrad – respektive umso mehr Schalenanteile sind im Mehl enthalten.

Beim Ruchmehl liegt der Ausmahlungsgrad meist bei rund 85%. Dies entspricht ungefähr einem deutschen Weizenmehl Type 1050 oder einer österreichischen Type W 1600. Was den Geschmack und die Backeigenschaften betrifft, sind beide allerdings meist nicht mit dem Schweizer Ruchmehl vergleichbar.

Ein Ausmahlungsgrad von rund 85 Prozent bedeutet, dass recht viel Schalen-Anteil vom Korn enthalten ist. Das wirkt sich positiv auf den Geschmack aus. Brote mit Ruchmehl sind denn auch äußerst aromatisch und geschmackvoll. Aber auch ernährungstechnisch bieten solche Mehle, die in Richtung Vollkornmehl gehen,

## RUCHMEHL

- wird meist aus Weizen-, seltener aus Dinkelkörnern hergestellt
- hat einen Ausmahlungsgrad von etwa 85 Prozent
- enthält mehr Nahrungsfasern und Ballaststoffe als Weißmehl
- hat eine gute Wasseraufnahmefähigkeit, hohe Hydratationen sind möglich
- gibt den Broten eine rustikale, kräftige Note

einige Vorteile. Sie enthalten nämlich eine ganze Palette an gesunden Vitaminen, Mineral- und Ballaststoffen.

Gerade die Ballaststoffe sind zudem in der Lage, viel Wasser zu binden. Und deshalb haben Teige, die mit eher dunkleren Mehlen erstellt werden, auch eine höhere Wasser-Aufnahmefähigkeit. Das wirkt sich unter anderem positiv auf die Frischhaltung der Brote aus. Man spricht, wenn es um den Wassergehalt in Teigen geht, auch von Hydratation oder Teigausschüttung. Die Hydratation drückt den prozentualen Wasseranteil im Teig in Bezug auf die Gesamt-Mehlmenge aus. Kommen zum Beispiel auf 100 Gramm Mehl 70 Gramm Wasser, beträgt die Hydratation 70 Prozent.

In Deutschland spricht man öfter von der Teigausschüttung. Sie beträgt in diesem Beispiel 170 (100 ist immer die Grundmenge Mehl, 70 die dazu addierte Menge Wasser). Das heißt also: Je höher die Hydratation oder Teigausschüttung, umso mehr Wasser ist im Teig. Bei hochwertigen



Die Schweizer Vorordnung sieht einen Spielraum für Ruchmehl vor. Sein Schalenanteil liegt zwischen dem des Halbweiß- und des Vollkornmehls

gem Ruchmehl sind Hydratationen im Bereich von 90 Prozent problemlos möglich.

In der Schweiz gibt es gerade noch gut 50 wirtschaftlich orientierte Mühlen, wovon drei davon 75 Prozent des Mehlbedarfs herstellen. Adolf Tschudi führt mit seinem Sohn Lukas bereits in der neunten Generation die kleine Altbachmühle in Wittnau, einer kleinen Gemeinde im Kanton Aargau. Um richtig gutes Mehl zu produzieren, sagt er, sei einerseits das Getreide wichtig. Deshalb arbeitet er eng mit regionalen Bauern zusammen. Dies garantiert eine konstante Qualität und die Steuerung der gewünschten Sorten.

Andererseits brauche es – gerade bei anspruchsvolleren Mehlen wie dem Ruchmehl – die nötige Erfahrung am Walzenstuhl.

Dabei nimmt der Prozess vom Korn zum Mehl nur wenig Zeit in Anspruch. „Knapp 10 Minuten“, erklärt Adolf Tschudi mit bescheidener Begeisterung.

Die Mühle ist auf dem neusten Stand der Technik. Und trotzdem fühlt man sich inmitten dieser knatternden Maschinen und in diesem historischen Haus fast ein bisschen in eine frühere Zeit zurückversetzt. In eine Zeit, in der die Welt noch klein und aus heutiger Sicht in Ordnung war. Eine Zeit, in der ich beim „Dorf-Beck“, wo heute eine große Überbauung steht, ein warmes, fein duftendes Pfänderli in die Arme schließen konnte.

Auch deutsche und österreichische Brotkünstler/innen und Bäcker/innen schätzen die einzigartigen Vorzüge des Ruchmehls sehr. Die Nachfrage wird einerseits durch Importe aus der Schweiz abgedeckt. Andererseits gibt es eine steigende Anzahl deutscher Müller, die das Ruchmehl mehr oder weniger erfolgreich produzieren. 🍞



Lukas und Adolf Tschudi vor dem Walzenstuhl. Sie führen die Familien-Mühle bereits in neunter Generation

# RUCHMEHL-CIABATTA

Rezept: Katharina Arrigoni

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen-Ruchmehl
Triebmittel:	Hefe
Zeit gesamt:	28-40 Stunden
Zeit am Backtag:	2 Stunden
Backzeit:	20-25 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C nach 10 Min.
Schwaden:	beim Einschießen



## Tipp

Die Hefe sollte sehr frisch sein, das heißt mindestens noch 3 Wochen bis zum Ablaufdatum haben.

## Autolyse-Teig

▶ 350 g Wasser

▶ 500 g Weizen-Ruchmehl

Zuerst das Wasser und dann das Mehl in eine Schüssel geben. 3 Minuten auf niedrigster Stufe mischen/kneten und bedeckt 30 Minuten stehen lassen. In dieser Zeit gewinnt der Teig bereits enorm an Elastizität. Die Glutenstränge bilden ein stabiles Gerüst.

## Hauptteig

▶ Autolyse-Teig

▶ 3 g Frischhefe

▶ 80 g Wasser

▶ 25 g Olivenöl

▶ 10 g Salz

Diese köstlichen Luftkissen kommen immer gelegen. Hier ist Mut bei der Wasserzugabe gefragt. Der sehr weiche Teig gewinnt noch während der kalten Gare an Stabilität. Mit etwas Fingerschick wird man mit einem wahnsinnig luftigen Brot belohnt.

☉ Die Hefe, das Olivenöl und das Salz zum Autolyse-Teig geben und auf niedriger Stufe 5 Minuten kneten. In den nun folgenden 10 Minuten das Wasser vom Hauptteig tröpfchenweise einarbeiten lassen. Der Teig ist am Schluss sehr weich und löst sich nur vom Schüsselrand. Die Wasseraufnahmefähigkeit jedes Mehls ist unterschiedlich. Deshalb kann es sein, dass weniger oder sogar mehr Wasser nötig ist, um die beschriebene Teigkonsistenz zu erreichen.

☉ Den Teig 2 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen, in dieser Zeit mit der nassen Hand 3 bis 4 Mal falten, so gewinnt er weiter an Elastizität. Dazwischen immer wieder gut bedecken.

☉ Den Teig direkt in der Schüssel – alternativ in einer leicht geölten Teigwanne – und gut bedeckt für 24 bis 36 Stunden bei zirka 6°C im Kühlschrank reifen lassen. Nach dieser Zeit ist der Teig intensiv mit Blasen ausgestattet.

☉ Den Teig vorsichtig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche „stürzen“, dann auch oben gut bemehlen und mit Hilfe der Teigkarte und/oder den Händen zu einem Rechteck auseinanderziehen. Den Teig so wenig wie möglich entgasen, also sanft behandeln, sodass die Luftblasen erhalten bleiben.

☉ Mit der Teigkarte die Teigstücke in der gewünschten Größe abstechen und diese auf Backpapier nochmals 30 Minuten gehen lassen. Im sehr gut vorgeheizten Ofen zuerst 10 Minuten bei 250° Ober-/Unterhitze mit Dampf backen. Nach 10 Minuten die Ofentüre öffnen, um den Dampf abzulassen. Weitere 10–15 Minuten bei 220°C ausbacken. ■

# SCHWEIZER NUSSBROT

Ich habe oft von Ruchmehl gelesen und wollte selbst ein saftiges, knackiges Brot damit kreieren. Da es aus der Schweiz kommt, dachte ich zugleich an Milch und Nüsse. So entstand nach ein paar Backversuchen ein „Schweizer Nussbrot“. Hinter einer knusprigen Kruste versteckt es in einer saftigen Krume aromatisch-knackige Nüsse. Dieses Brot passt perfekt zu Käse, Rauchschinken und Salami – kurzum: zu einer kräftigen Brotzeit.

Rezept: Tanja Schlund

☉ Wasser, Buttermilch und Sauerteig in die Rührschüssel geben und auf niedriger Stufe vermischen.

☉ Mehl, Salz, Öl und die Nüsse (überschüssiges Wasser zuvor wegschütten) zugeben. Zuerst auf langsamer Stufe 2 bis 3 Minuten vermischen und dann mit höherer Geschwindigkeit 6 bis 7 Minuten auskneten.

☉ Den Teig in eine bemehlte Schüssel geben und abgedeckt zirka 30 Minuten ruhen lassen.

☉ Nach der Ruhephase auf eine bemehlte Ablage kippen und mit etwas Mehl mehrfach falten und rundwirken. Danach wieder für 30 Minuten zurück in die Schüssel zum Ruhen.

☉ Dann nochmals falten bis sich der Teig schön strafft, rundwirken und mit dem Schluss nach unten in ein bemehltes Gärkorbchen legen. Mit Mehl bestäuben und nochmal zirka 30 bis 45 Minuten gehen lassen. (Wenn sich das Mehl auf dem Teig zu kleinen Inseln bildet, ist die Garzeit erreicht.)

☉ Backofen mit Backblech oder Backstein auf 250°C Ober/Unterhitze vorheizen.

☉ Das Brot direkt vom Gärkorbchen auf das heiße Blech oder den heißen Stein kippen und Schwaden.

☉ Nach 15 Minuten Schwaden ablassen, weitere 35 Minuten bei 230°C fertig backen. ▣

<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	★★★☆☆
<b>Getreide:</b>	Weizen, Roggen
<b>Triebmittel:</b>	Sauerteig
<b>Zeit gesamt:</b>	19 Stunden
<b>Zeit am Backtag:</b>	3 Stunden
<b>Backzeit:</b>	50 Minuten
<b>Starttemperatur:</b>	250°C
<b>Backtemperatur:</b>	230°C nach 15 Min.
<b>Schwaden:</b>	beim Einschließen

## Sauerteig

- ▶ 70 g Roggenmehl 1150
- ▶ 70 g Wasser lauwarm
- ▶ 10 g Anstellgut

Die Zutaten mischen und etwa 16 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen.

## Brühstück

- ▶ 200 g gemischte Nüsse (Walnüsse, Haselnüsse)
- ▶ kochendes Wasser

Die Nüsse mit kochendem Wasser übergießen bis sie bedeckt sind, mindestens 2 Stunden stehen und abkühlen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 400 g Ruchmehl (Weizen)
- ▶ 100 g Roggenmehl 1150
- ▶ 180 g Wasser
- ▶ 170 g Buttermilch
- ▶ 1 EL Nussöl, z.B. Walnussöl
- ▶ 15 g Salz



### Tipp

Wer mit Walnüssen backt – nicht erschrecken, wenn sich der Teig leicht lila verfärbt. Die braune Haut der Walnüsse enthält Jod. Zusammen mit Flüssigkeit reagiert dieses auf die Stärke im Mehl mit der Farbveränderung.



Der abgeschöpfte **Rahm**

# Alles in Butter

Butter ist ein Thema fürs Brot, aufs Brot, für die Pfanne und für die Backstube. Eigentlich weiß jeder Bescheid. Oder nicht? Einmal „Butter“ gegoogelt, und schon kommt eine Meldung über eine halbe Million Einträge. Leider völlig im Chaos, ohne System, nur „irgendwie“ mit dem Wort Butter assoziiert. Etwas Ordnung ist hilfreich.



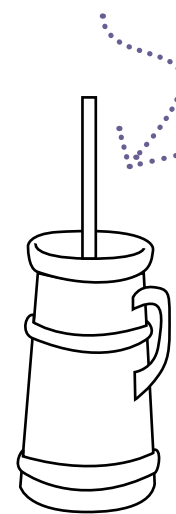
vereinfachte und verkürzte die Arbeit aber deutlich und erhöhte die Ausbeute an Rahm.

Die Funktion ist einfach und nutzt die physikalischen Mechanismen der Masseträgheit sowie der Zentrifugalkraft. Die Rohmilch wird im Behälter der Zentrifuge in Drehbewegung gesetzt; durch die beiden genannten Mechanismen lösen sich Fettteilchen aus der Milch und sammeln sich in den oberen Schichten. Von dort kann man den Rahm abschöpfen oder, je nach Bauart der Maschine, auch direkt ablassen.

Der Rahm muss einige Zeit reifen, bevor er verbuttert, also zu Butter geschlagen wird. Etwa 20 Stunden sind das bei der industriellen Butterherstellung. Bei der Reifung der reinen Sahne ist die Süßrahmbutter das Endprodukt. Das Hinzufügen von Milchsäurebakterien-Kulturen führt zu Sauerrahm- oder mildgesäuerter Butter.

Ihre gelbliche Farbe erhält die Butter durch die Art der Fütterung. Carotinoide sind dafür notwendig. Man findet sie im Gras. Wenn das nicht ausreicht oder die Kühe nur Heu und Kraftfutter bekommen, werden Möhren zugefüttert. Aber auch in der Herstellung wird gerne noch gefärbt. So lässt sich kaschieren, wenn die Butter nicht mehr ganz frisch ist und sich natürlich gelb färbt. In anderen Ländern verzichtet man auf diese Praxis und ist an weiße Butter gewöhnt.

Die Butterherstellung gewinnt auch als Hobby einige Popularität und so sind Milchzentrifugen in verschiedenen Bauarten und Größen erhältlich, viele auch für die Herstellung kleiner Mengen gut geeignet.



**Butter als Zutat im Brot macht die Krume saftig und wattig. Buttertoast und Brioche sind typische Vertreter**

**A**lles beginnt mit Milch. Es muss nicht immer Kuhmilch sein. Gebraucht werden Rahm oder Sahne, was dasselbe ist: Eine Emulsion von feinsten Fetttropfchen. Der Rahm wurde früher in Handarbeit gewonnen, ganz zu Anfang bestand diese Arbeit aus dem Abschöpfen der sich mit der Zeit oben auf der Flüssigkeit absetzenden Fettschicht. Der Rahm wurde dann gestampft, bis sich die Fettklumpchen zu einer Masse verbunden haben – Butter.

Bereits 1876 baute Wilhelm Lefeldt die erste funktionierende Zentrifuge, die Milchschleuder. Sie war natürlich noch handgetrieben,





Einst wurde der Rahm in kleinen Holz-Bottichen gestampft, bis sich Butter und Buttermilch getrennt hatten

20 Liter Milch sind für die Gewinnung eines Kilogramms Butter nötig. Rohmilch oder Vorzugsmilch sind dabei der Ausgangsstoff – je mehr Fettgehalt, umso besser. Magermilch und homogenisierte Vollmilch, gleich ob Frischmilch oder H-Milch, sind dagegen ungeeignet. Durch die Homogenisierung werden die Fetttropfchen soweit verkleinert und feinst verteilt, dass sich der Rahm nicht mehr absetzen kann.

Butter lässt sich allerdings auch direkt aus normaler Supermarkt-Sahne herstellen. Damit umgeht man den ersten Schritt der Rahmtrennung und steigt sozusagen inmitten des Prozesses mit einem vorgefertigten Produkt ein. Doch gerade die Verwendung von nicht industriell behandelte Milch, also Roh- oder Vorzugsmilch, bringt den natürlich Buttergeschmack zu Tage. Wer selbst buttert, hat auch gleich noch ein schmackhaftes Nebenprodukt – die Buttermilch. Das ist der Rahm ohne das Milchlipp. Auch damit lässt sich Leckeres backen.

Worauf achtet man beim Kauf der Butter? Heute wohl an erster Stelle auf den Preis, der zuletzt stark gestiegen ist (letztes Jahr um rund 70%). Doch Butter ist nicht gleich Butter. Die Süßrahmbutter reift ohne Zusätze. Sie ist mild und auch zum Backen von Torten geeignet.

Der vor der Reifung mit Milchsäurebakterien geimpfte Rahm führt zum besonderen Aroma und dem säuerlichen Geschmack der Sauerrahmbutter.





## Butter gehört in Deutschland aufs Brot, auch gegen den zweifelhaften Rat von Ernährungs-Experten

ter. Braten, Eintöpfe, Fleischzubereitung allgemein sind die geeigneten Anwendungen.

Die mildgesäuerte Butter liegt genau dazwischen. Sie ist mild, und doch leicht säuerlich. Die Milchsäurebakterien werden erst nach der Reifung hinzugefügt. So ist sie denn auch der Deutschen beliebteste Butter.

Die Salzbutter ist einfach nur mit verschiedenen Salzarten vermischt. Man findet sie eher in Frankreich oder Irland und man kann sie auch selber herstellen.

Die Butter geriet schon vor Jahrzehnten ins Visier der Ernährungswissenschaftler, aber auch anderer kompetenter Fachleute. Manchmal waren es nur selbsternannte Warner vor Gefahren durch Butterkonsum, gelegentlich standen Interessen der Margarine-Lobby dahinter.

Die Krankheiten: Herzinfarkt, Arteriosklerose, Bluthochdruck, Übergewicht. Das Cholesterin stand als Übeltäter ganz vorn, seine Hauptquellen waren schnell ausgemacht: Butter und Eier. Doch die Aufregung hat sich inzwi-

schen gelegt. Eine völlige Entwarnung wird es trotzdem nicht geben. Die Fachdiskussion setzt sich fort und viele Kardiologen sehen weiterhin ein hohes Gefahrenpotenzial im Cholesterin.

Die Welt lässt sich nie in einem Satz und dazu noch schwarz-weiß erklären. Es gibt verschiedene Arten des Cholesterins. Seine Aufnahme und Verarbeitung im Organismus wird bestimmt vom Gesundheitszustand, der Disposition und Lebensgewohnheiten einzelner Menschen. Cholesterin wird vom Organismus benötigt und ein gesunder Mensch durch Butter nicht krank.

Butter ist gesund, wenn der Mensch gesund ist und auf alle anderen Faktoren – ausgewogene Ernährung, einigermaßen konstanten Tages-Nacht Rhythmus und ausreichend Bewegung – achtet. Und wer unsicher ob des eigenen Butter-Konsums ist, fragt einen Arzt. Besser als sich durch endlose Diskussionen im Internet verrückt machen zu lassen. ■

Text: Michal Sip

### BUTTER IN DER KUNST

Das Butter nicht nur auf dem Brot eine gute Figur macht, beweist der Koch Vipula Athukorale immer wieder aufs Neue. Der 54-jährige fertigt mit stillem Atem und ruhiger Hand beeindruckende Skulpturen aus dem Material. Damit gewann er 2010 und 2014 jeweils den ersten Platz des „Culinary Worldcup“, der kulinarischen Weltmeisterschaft.

Drei Wochen lang arbeitete er für seinen letzten Sieg an einer Weltkriegs-Szene und verbrauchte 20 Kilogramm Butter dafür. Auch einen Fuß-großen Rolls Royce samt Insassen hat Athukorale bereits präsentiert.

Er ist nicht der einzige mit dieser Leidenschaft, aber er ist wahrscheinlich der Beste. 1984 begann er, sich für Kunst aus Lebensmitteln zu interessieren. Damals arbeitete er in einem Fünf-Sterne Hotel auf Sri Lanka und formte Tischdekorationen. Nach Stationen in Irak, Bahrein und Griechenland wurde der Koch und Künstler in Großbritannien sesshaft. Da schnitzt er nun seine Werke aus Fett.

21 Butter-Skulpturen

[www.delish.com/food/gmp2812/butter-sculptures/](http://www.delish.com/food/gmp2812/butter-sculptures/)



Fotos: Daily Mail

# Auf die Butter, fertig, los



Mit relativ einfachen Mitteln lässt sich Butter auch selbst herstellen. Das ist geschmacklich nicht immer ein Gewinn, in jedem Fall aber interessant. Zumal man gleich zweierlei gewinnt – Brotaufstrich und Buttermilch.

**B**estes Ausgangsmaterial für die eigene Butter ist natürlich weitgehend unbehandelte Rohmilch. Denn je mehr Behandlung der Ausgangs-Rohstoff erfahren hat und je weniger Fett er enthält, desto schwieriger wird es, daraus Butter zu machen.

Wenn Rohmilch nicht zur Verfügung steht, greift man am besten auf Schlagsahne aus dem Kühlregal zurück. Bio-Sahne macht sich da besser, da sie in der Regel weniger behandelt wird, sichtbar am sich absetzenden Rahm. Genau der ist wünschenswert.

Die Rohmilch oder die Sahne werden nun mit dem Mixer geschlagen. Durchaus auf hoher Geschwindigkeit. Während man bei letzterer in der Regel aufhört, wenn sie zu fester Sahne geworden ist, geht es in Sachen Butter jetzt erst richtig los. Wichtig ist ein kalter Ausgangsstoff. Das macht die Weiterverarbeitung der Butter erheblich einfacher.

Durch das weitere Schlagen trennen sich die Feststoffe von der Flüssigkeit und langsam setzt sich Butter ab. Ab da wird es eine recht spritzige Angelegenheit. Denn sie umherfliegenden Butter-Brocken schleudern gern die Buttermilch aus der Schüssel. Also empfiehlt sich eine Abdeckung. Denn allzu frühes Beenden des Vorgangs lohnt sich nicht. Die Dauer hängt stark vom verwendeten Mixer ab und ist entsprechend immer auch Gefühlssache.





Die flüssige Sahne wird bei hoher Geschwindigkeit geschlagen



Wo man sonst zufrieden mit dem sahnigen Ergebnis ist, geht es zum Buttern erst richtig los



Langsam setzen sich die festen Fettbestandteile der Sahne ab

Wenn sich Butter und Buttermilch getrennt haben, kann man letztere abgießen, genießen oder gleich fürs Backen nutzen. Die Butterstückchen presst man leicht zusammen. Sie sollten zunächst gewaschen werden. Denn noch befindet sich Buttermilch in der Masse, die dafür sorgt, dass sie schneller ranzig wird.

In einer Schüssel kalten Wassers (Eiswürfel helfen zusätzlich) drückt man die Buttermasse immer wieder aus. So wird das Wasser schnell milchig. Das Wasser wird dann abgkippt, neu eingefüllt und das Ausdrücken fortgesetzt. Etwa nach dem dritten Wasserwechsel sollte es weitgehend sauber bleiben. Dann ist die Butter es auch, die kann nun direkt aufs Brot.

Das Ergebnis dieses Prozesses ist eine Süßrahmbutter. Und während die Buttermilch aus der gekauften Sahne richtig lecker ist, schmeckt die Butter nicht besonders charismatisch. Wenn man es gern buttriger im Geschmack hat, empfiehlt es sich, die Sahne zuvor leicht zu versäuern.

Dafür kann man sie mit Joghurt versetzen. Zwei gute Esslöffel auf einen halben Liter Sahne vermischt man gut und lässt das Ganze bei Raumtemperatur etwa 12 Stunden stehen. Danach geht es zurück in den Kühlschrank, um die Sahne zum Buttern runterzukühlen.

In dieser Version hat die Butter eine kleine Säurenote und kommt dem gewohnten Geschmack näher. 🍴



Je nach Mixer haben sich nach 10 bis 20 Minuten die Feststoffe gelöst, Butter und Buttermilch voneinander getrennt



In kaltem Wasser wird die Butter gewaschen, damit Buttermilch-Reste sie nicht zu schnell ranzig werden lassen

Ausgabe 02/2018  
www.brot-magazin.de

**Brot**

# Brot

**Genießen**



1x Häussler Alpha 2G  
6x Ankarsum Assistent

**DREHTOPF-DUELL**  
Ankarsum und  
Häussler im Test

**DINKEL**  
Alles über das  
Urgetreide  
und tolle Rezepte

**ALT IST LECKER**  
Kreative Rezepte  
für altes Brot

**BROT AM HAKEN**  
Menschen helfen,  
Freude schenken

Herzhaft & süß – traditionell & kreativ – klassisch & glutenfrei

## Oster-Bäckerei

5,90 EUR  
A: 6,50 Euro, CH: 11,60 sFR,  
BeNeLux: 6,90 Euro



5,90 EUR  
A: 6,50 Euro, CH: 11,60 sFR,  
BeNeLux: 6,90 Euro



**2 für 1**

Zwei Hefte zum  
Preis von einem  
Digital-Ausgaben  
inklusive

**IM HEFT**

mehr als  
**30 Rezepte**  
zum  
Selbermachen

**IM HEFT**

mehr als  
**20 Rezepte**  
zum  
Selbermachen

Brotbacken  
verständlich

Einsteiger-  
Kurs

Jedes Brot  
**Jetzt bestellen!**

[www.brot-magazin.de](http://www.brot-magazin.de)  
040 / 42 91 77-110

# DINKEL-BUTTERMILCHBRÖTCHEN

In diesem Rezept sind selbst gemahlenes Dinkelvollkornmehl und Buttermilch in schmackhafter Weise miteinander kombiniert – als kernige und sättigende Brötchen. Sie eignen sich aufgrund ihres ausgewogenen Geschmacks eigentlich zu allen Belägen.

- ☉ Alle Zutaten in die Knetschüssel der Küchenmaschine geben und 5 Minuten langsam verkneten. Dann für weitere 2 Minuten bei höherer Geschwindigkeit kneten, bis der Teig glatt aussieht. Er sollte sich vom Schüsselrand lösen. Wenn er zu fest wirkt, können noch bis zu 20 g Wasser zusätzlich eingeknetet werden.
- ☉ Den Teig nun für 60 Minuten abgedeckt in einer Schüssel ruhen lassen. Er sollte sich sichtbar vergrößern.
- ☉ Einmal dehnen und falten. Für weitere 60 Minuten abgedeckt ruhen lassen.
- ☉ Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und mit der bemehlten flachen Hand etwas flach drücken. In 9 Teiglinge von 90 bis 95 Gramm teilen.
- ☉ Nach Belieben formen: entweder rund schleifen oder einfach rechteckige Teiglinge abstechen. Wer mag, kann auch Stränge formen und daraus hübsche Einstrang-Zöpfchen („Flesserln“) kneten.
- ☉ Die Teiglinge für 45 Minuten im Leinentuch (oder Geschirrhandtuch) abgedeckt bei Raumtemperatur reifen lassen.
- ☉ In der Zwischenzeit den Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- ☉ Die Teiglinge auf den Einschießer mit Backpapier wenden, einschneiden und in den Ofen auf den Backstein/das heiße Blech befördern, dann schwaden.
- ☉ Die Ofentür schließen und die Temperatur auf 230°C senken. Die Teiglinge für 20-22 Minuten backen. 🍴

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Zeit gesamt:	16 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	20-22 Minuten
Starttemperatur:	240°C
Backtemperatur:	230°C nach dem Einschließen
Schwaden:	beim Einschließen

## Vorteig (für 9 Brötchen)

- ▶ 90 g Dinkelvollkornmehl
- ▶ 60 g Wasser
- ▶ 1 g Frischhefe

Die Hefe in einer Schüssel im Wasser auflösen, das Mehl hinzugeben und gut verrühren. Von Hand zu einer Kugel kneten. Mit einer Folie abdecken und 12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 250 g Buttermilch
- ▶ 55 g Wasser
- ▶ 360 g Dinkelvollkornmehl
- ▶ 50 g Dinkelmehl 630
- ▶ 10 g Flohsamenschalenpulver
- ▶ 10 g Rohrzucker
- ▶ 4 g Frischhefe
- ▶ 10 g Salz

Tipp

Das Flohsamenschalenpulver hilft, mehr Wasser im Teig zu binden. Die Brötchen werden auf diese Weise saftiger. Wer das Pulver nicht hat, kann es weglassen, aber 20 bis 30 ml Wasser weniger zum Hauptteig geben.

Rezept & Bilder: Björn Hollensteiner

[f](#) /brotdoc

[🌐](#) www.brotdoc.com



# Freude am Haken

Wie eine **hundert Jahre** alte Idee heute noch **Menschen hilft**

München und Hamburg sind Deutschlands teuerste Städte. Und trotzdem herrscht in beiden Armut. Manchmal ganz offensichtlich, viel öfter aber versteckt. In der einen Stadt kam jemand auf eine gute Idee, dem zu begegnen. In der anderen wurde sie erfolgreich umgesetzt. Brot am Haken heißt die Aktion und geht zurück auf eine italienische Nachkriegs-Tradition.

**N**eapel nach dem ersten Weltkrieg. Viele Menschen haben alles verloren. Sie leben in Armut. Doch noch immer gibt es eine wohlhabende Schicht in der süditalienischen Stadt. Niemand kann mehr sagen wie es genau begann. Aber schnell setzte sich der „Caffe sospeso“ durch, der aufgehobene Kaffee.

Espresso gehört in Italien zum Leben wie das Brot in hiesigen Gefilden. Teil des Alltags und und Zeichen für Lebensqualität. In der Nachkriegszeit aber wurde er zum Luxus, den sich nur noch wenige leisten konnten. Wer aber den einen zu zahlen vermochte, konnte auch einen zweiten kaufen. Den ließ man aber

„aufheben“. Bis jemand ins Cafe kam, der sich keinen leisten konnte und stattdessen fragte: „Gibt es einen Aufgehobenen?“.

Die Wirtschaftskrise der letzten Jahre ließ die Frage wieder öfter hören, die Tradition aufleben. Nicht nur in Neapel. Über viele andere Länder kam die Idee bis in die Türkei, wo sie „Askida Kahve“ – Kaffee am Haken – heißt. Denn hier wird der Bon eines bezahlten, aber nicht getrunkenen, Kaffees an einen Haken gehängt, wo man ihn abziehen kann, um ihn einzulösen.

In der Türkei erfuhr die Idee aber auch eine Erweiterung. Der Hamburger Bäcker Sören





Michael Spitzenberger hat die Idee vom Brot am Haken in München erfolgreich gemacht, jetzt kommt der nächste Entwicklungsschritt



In Italien gehört der Espresso zum täglichen Leben wie Brot. Hier wurde die Idee vor hundert Jahren geboren



**Mit seiner Konzern-Erfahrung bringt Michel Regnet Struktur in all die Ideen**



**Bedürftigkeit sieht man dem Äußeren nicht immer an, Brot am Haken stellt Vertrauen über Kontrolle**

Özer entdeckte vor einigen Jahren einen Beutel in einer türkischen Bäckerei. Dort hinein kam Brot, das andere Kunden bezahlt, aber nicht mitgenommen hatten. Quasi „aufgehoben“.

Er nahm die Idee mit nach Hamburg, nannte sie Brot am Haken und erzielte viel mediale Aufmerksamkeit. Die war am Ende größer als das Interesse, aktiv mitzumachen. Und so kam das gut gemeinte Projekt nicht recht vom Fleck.

Dafür braucht es wahrscheinlich einen Menschen wie Michael Spitzenberger. Lehre zum Hotelkaufmann, Studium der Betriebswirtschaftslehre und schon währenddessen bereits im Geschäft mit Immobilien. Aber Spitzenberger interessierte sich immer schon für mehr,

machte eine Heilpraktiker-Ausbildung, war ein Parkettleger-Unternehmen beteiligt und letztlich spezialisiert auf die Vermittlung von Immobilien für den Einzelhandel.

„Die Läden“, sagt er, „sind immer auch der Spiegel eines Viertels“. Und so ist es seine Mission, die richtigen Geschäfte mit den richtigen Flächen in Verbindung zu bringen. Immer auch mit dem Blick aufs große Ganze. Was passt in die Umgebung, wie passt die Umgebung zum Laden.

Aber auch das füllt ihn nicht aus. Vor vier Jahren ist er aktiv auf der Suche nach einem sozialen Projekt, in das er sich einbringen kann. Bei seiner Suche stößt er auf das Projekt von Sören Özer. Die beiden kommen in Kontakt. Özer ist nicht zufrieden mit dem Vorankommen, Spitzenberger motiviert, etwas daraus zu machen. Im März 2015 legt er los.

Dabei ist ihm vom ersten Augenblick eines wichtig: Professionalität auf allen Ebenen. „Mein Herz“, sagt der 50-jährige, „schlägt in zwei Richtungen – Soziales, aber eben auch Wirtschaft.“ Das beginnt schon beim optischen Auftritt. Wieder treffen Dinge glücklich zusammen. Der Hamburger Design-Student Thilo Schinkel steht vor seiner Diplom-Arbeit und möchte nicht für die Schublade arbeiten. Er sucht ein Projekt aus der Praxis und trifft ebenso auf Sören Özer. Er entwickelt einen



professionellen Auftritt für Brot am Haken. Der nächste Schritt war die Eintragung der Marke. „Wenn wir uns anstrengen, etwas Gutes auf die Beine zu stellen“, sagt Spitzenberger, „dann soll nicht jemand daherkommen können und es kaputt machen.“ Dabei gibt es zu diesem Zeitpunkt in Deutschland bereits Projekte gleichen Namens. Sie aber bleiben unbehelligt. Man will keinen Streit. Aber Klarheit.

Im Münchner Impact Hub, einem Treffpunkt für Unternehmensgründer und Querdenker, findet Michael Spitzenberger Mitstreiter, die seinen Ansatz teilen. Eigentlich würde er gern ein gemeinnütziges Unternehmen gründen, eine gGmbH. Doch seine Frau bremst ihn. All der Aufwand, die rechtlichen Erfordernisse. Und das für ein Projekt, dessen Erfolg noch niemand abschätzen kann. So wird ein eingetragener Verein gegründet. 18 Mitglieder hat der heute. Bald vielleicht ein paar weniger. Spitzenberger will aktive Mitglieder, die sich einbringen. Namen auf Listen stiften keinen Nutzen.

Gerade steht der Verein am Scheideweg. 43 Läden machen in München mit, Bäckereien, Cafes, Eisdielen. Selbst ein Zahnarzt ist dabei und ein Kosmetikstudio. Es gibt gute Gespräche mit größeren Unternehmen, Pilotprojekte in anderen Teilen Deutschlands, selbst im Österreichischen Graz. Eine App ist in Vorbereitung. Die teilnehmenden Läden sollen besser vernetzt werden.

Der Verein braucht eine Struktur, die dem gewachsen ist. Organisatorisch, aber auch finanziell. „Ich will nicht, dass wir in die klassische Situation sozialer Vereine kommen, kurz vor Weihnachten Bettelbriefe verschicken zu müssen. Wir tun etwas Gutes für die Gesellschaft, da will ich mich nicht auch noch bei Leuten anbieten, um das Projekt für ein paar Monate zu finanzieren.“

Gefragt ist ein System, mit dem der Verein sich selbst finanzieren kann. Aktuell zahlen teilnehmende Unternehmen 62 Euro für ein Starter-Set. Das beinhaltet einen Aufkleber, Flyer, Präsenz in den Social-Media-Aktivitäten des Vereins, Beratung und eben den Haken, den der Verein in vier verschiedenen Holz-Versionen in einer Justizvollzugsanstalt



produzieren lässt. Mehr finanzielle Verpflichtung gibt es nicht. Noch nicht.

Denn natürlich bedeutet jeder Bon am Haken auch mehr Umsatz für das Unternehmen. Da will der Verein ansetzen. Ein genaues Konzept gibt es noch nicht. Nur Ideen. Davon aber viele.

Die zu strukturieren, hat sich Michael Regnet zum Ziel gesetzt. Und so steht der 35-jährige vor einer Wand mit unzähligen Klebezetteln, versucht, all die Ideen und Konzepte zu systematisieren. Bis vor einem Jahr arbeitete er bei der Allianz im Bereich Nachhaltigkeit. Es folgte ein Jahr Auszeit, inklusive 3 Monaten in einem chinesischen Kung-Fu-Kloster. „Als Konzern-Mensch“, sagt er, „bin ich Strukturgeprägt.“ Das unterscheidet ihn vom anderen Michael. Und genau das braucht der Verein.

So nur wird sichergestellt, dass man sich nicht im Organisieren aufreibt, sondern

Arbeitskraft sinnvoll investieren kann. Gebraucht wird sie vor allem für die Bedürftigen. Aber wer ist das eigentlich. Für Spitzenberger eine einfache Sache: „Bedürftigkeit definiert der Bedürftige.“ Woran schließlich solle man sie messen? An der Kleidung? „Ich kenne Millionäre, die kleiden sich wie Penner und nicht weit von hier kenne ich einen Flaschensammler im eleganten Zwirn.“

Entsprechend gibt es auch keine Kontrolle am Haken. Wer zum Bon greift, überschreitet eine natürliche Hemmschwelle. Das tut kaum jemand zum Spaß. Zudem glaubt Michael Spitzenberger an das natürliche Gleichgewicht der Dinge. Zum Beleg erzählt er die Geschichte eines Mannes, der lange Bons in Anspruch nahm, bevor er eine neue Arbeit fand. Von seinem ersten Gehalt kaufte er 30 Bons für den Haken.

Dabei ist so ein Bon nicht nur Geld. „Das akzeptieren wir nicht“, sagt Michael Spitzenberger scharf. Jeder Bon-Käufer muss sich für ein Produkt entscheiden. So setzt er sich mit dem Geschenk auseinander, denkt darüber nach, worüber sich jemand anderes freuen könnte. All das gehört dazu. „Freude schenken“ ist das Motto des Vereins. Es geht nicht um Geld, es geht um Gesten. Der Bon als Geschenk, nicht als Almosen.

Nicht zuletzt geht es ja auch in die Würde des Beschenkten. Die hat Spitzenberger immer im Blick. Darum der professionelle Auftritt, die hochwertige Optik. „Wenn ein Be-

„Leben ist Herz“ – die Übersetzung des englischen Wortspiels klingt etwas hölzern. Es geht darum, jeden Tag ein wenig Freude zu schenken. Am Ende gibt es drei Gewinner – den Schenker, den Beschenkten und den Laden, der sie zusammenbringt





Etwa fünfmal pro Tag wird ein Bon in Haralds Brotladen eingelöst

dürftiger schon den Mut hat, unser Angebot zu nutzen, dann soll er es auch schön haben.“

Perspektivisch, so Spitzenberger, sei es auch denkbar, Schenker und Beschenkte zusammenzubringen, den direkten Kontakt zu fördern. Dabei denkt er an die 92-jährige Dame, die in ihrer Altersarmut vollkommen vereinsamt. Die Bons haben sie wieder zurück in Gesellschaft gebracht. Immer mal wieder besucht sie ihre Bäckerei und nimmt einen Bon vom Haken. Als die Mitarbeiter sie aufforderten, doch öfter zu kommen, da winkte sie ab. Es gebe schließlich auch noch andere Bedürftige.

Dabei ist das gängige Vorurteil ein ganz anderes. Gibt es nicht Menschen, die das Angebot ausnutzen, wenn keine Kontrolle stattfindet? Michael Spitzenberger winkt ab.

Es gebe schon so viel Kontrolle für Bedürftige. Überall müssen sie Nachweise erbringen. Und immer wieder spüren sie so, wie wenig ein Mensch ohne Geld wert ist. Brot am Haken soll für das Gegenteil stehen. Offenheit, Vertrauen, Miteinander. Und letztlich gebe es ja eine soziale Kontrolle – die Verkäuferinnen und Verkäufer in den Läden. Sie können es immer ablehnen, einen Bon einzulösen. „Aber sie müssen das dann mit ihrem Gewissen ausmachen“, so Spitzenberger.

Brot am Haken hat schon eine Menge erreicht. Und doch steht der Verein noch ganz am Anfang. In Hamburg geht es gerade erst los, München soll wachsen. Vor allem aber muss sich das Angebot noch viel mehr bei den Bedürftigen herumsprechen. Im ganz direkten Kontakt mit Sozialeinrichtungen will Michael Spitzenberger dafür sorgen. Die Saat, sagt er, sei eingebracht. Nun gelte es, die Pflanze zu hegen, zu pflegen und vor Ungemach zu schützen.

Wer immer in Neapel die Idee vor hundert Jahren hatte, ahnte sicher nicht, wie weit ihr Weg eines Tages führen würde. Und wie wichtig sie noch immer ist. Selbst in den beiden reichsten Städten eines reichen Landes. 🇩🇪

München zählt zu den reichsten und teuersten Städten Deutschlands. Armut spielt sich oft im Verborgenen ab, nur die Spitze dieses Eisbergs ist sichtbar



Dieses saftige, Saaten-reiche Brot hat mich ein paar Wochen gekostet. Ich wollte es vollstopfen mit wertvollen Körnern, dabei aber eine gute Balance zwischen den Zutaten finden. Jetzt ist es so weit, der Roggen-Kornspeicher ist ein reichhaltiges, saftiges und lange frisch haltendes Brot mit herzhaft-nussigem Geschmack.

Rezept: Sebastian Marquardt  
Foto: Jan Schnare

## Roggensauerteig

- ▶ 225 g Roggen-Vollkornmehl
- ▶ 200 g Wasser (50°C)
- ▶ 20 g Anstellgut
- ▶ 3 g Salz

Die Sauerteigzutaten bindig vermischen und 12-16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Brühstück

- ▶ 240 g Wasser (kochend)
- ▶ 50 g Kürbiskerne
- ▶ 50 g Sonnenblumenkerne
- ▶ 70 g Leinsamen
- ▶ 40 g Sesam (geröstet)
- ▶ 70 g Roggen-Körner
- ▶ 11 g Salz

Sie Saaten mit dem kochenden Wasser übergießen, abkühlen lassen und dann für etwa 12 Stunden im Kühlschrank quellen lassen

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 225 g Roggen-Vollkornmehl
- ▶ 150 g Wasser (50°C)

### Tipp

Die Saaten kann man beliebig variieren, das verändert dann aber auch die Wassermenge im Brühstück, da unterschiedliche Körner unterschiedlich viel Wasser binden können. Im Zweifel überschüssiges Wasser abkippen bevor man das Brühstück in den Teig gibt.

- ☉ Alle Zutaten – außer das Brühstück – 10 Minuten auf niedrigster Stufe mischen.
- ☉ Das Brühstück hinzufügen und alles gemeinsam noch einmal 5 Minuten auf niedrigster Stufe mischen.
- ☉ Den breiigen Teig in eine gefettete Kastenform (30cm) füllen, mit Wasser glatt streichen.
- ☉ 4 Stunden Gare bei ca. 24°C.
- ☉ Den Teig mit Wasser abstreichen, mit Hirseflocken bestreuen und bei 250°C fallend auf 200°C 60 Minuten bei Ober-/Unterhitze backen. ■

<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	★★★☆☆
<b>Getreide:</b>	Roggen
<b>Triebmittel:</b>	Sauerteig
<b>Zeit gesamt:</b>	17-22 Stunden
<b>Zeit am Backtag:</b>	5,5 Stunden
<b>Backzeit:</b>	60 Minuten
<b>Starttemperatur:</b>	250°C
<b>Backtemperatur:</b>	200°C beim Einschließen
<b>Schwaden:</b>	nein



# Roggen- Kornspeicher



Rezept: Marc Zastera  
Fotos: Jan Schnare

# Kakao- Brot





Dieses Brot weckt bei Gästen sofort Neugier. Vor allem wenn die Wohnung nach dem Backen noch so schokoladig riecht. Aufgrund des hohen Kakao-Anteils ist es unerwartet wenig süß und passt so hervorragend zum Käse nach dem Essen.

☉ Alle Zutaten von Hand oder 4 Minuten in der Maschine auf niedrigster Stufe vermischen.

☉ Anschließend den Teig 60 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen, währenddessen dreimal dehnen und falten.

☉ Den Teig zu einem runden Laib formen, mit dem Schluss nach oben in einen Gärkorb legen und 2 bis 3 Stunden gehen lassen.

☉ Einschneiden und bei 250°C fallend auf 200°C 1 Stunde mit Schwaden im vorgeheizten Ofen (Ober-/Unterhitze) backen. Schwaden nach 10 Minuten ablassen. ■

## Hauptteig

- ▶ 420 g Lievito Madre
- ▶ 350 g Wasser
- ▶ 300 g Weizenmehl 550
- ▶ 150 g Kakao-Pulver (ungesüßt)
- ▶ 60 g Zucker
- ▶ 14 g Salz

*Für Einsteiger geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Lievito Madre
Zeit gesamt:	4-5 Stunden
Zeit am Backtag:	4-5 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

### Tipp

Das Brot entwickelt einen enormen Ofentrieb. Es sollte ordentlich eingeschnitten werden.

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Zeit gesamt:	24 Stunden
Zeit am Backtag:	7-8 Stunden
Backzeit:	55 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	230°C nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

Mein Ziel war ein Brot, das eine helle, weiche und grobporige Krume mit einer krachend und rustikal ausgebackenen Kruste verbindet. Dafür kommt Manitoba-Mehl zum Einsatz. Dieses Mehl wird in Kanada (Manitoba ist eine Provinz dort) aus Eliteweizen gemahlen und kann durch seinen deutlich höheren Gluten-Gehalt etwa 15 bis 20 Prozent mehr Wasser binden als das vergleichbare Weizenmehl Type 550. Das gibt dem Brot ein stabiles Klebergerüst und seine saftig-zähe Krume.

## Sauerteig

- ▶ 280 g Manitoba-Mehl
- ▶ 180 g Wasser
- ▶ 20 g Anstellgut

Die Zutaten mischen und etwa 16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 330 g Wasser
- ▶ 140 g Manitoba-Mehl
- ▶ 180 g Weizenschrot (fein)
- ▶ 13 g Salz

### Tipp

Statt Manitoba-Mehl kann auch klassisches Weizenmehl Type 550 eingesetzt werden, Weizen-Vollkornmehl kann Schrot ersetzen. In den Hauptteig kommen dann aber nur 300 g Wasser.

☉ Am besten macht sich im Hauptteig frisch grob gemahlener Weizen.

☉ Alle Zutaten außer dem Salz 10 Minuten auf niedrigster Stufe kneten. Das Salz hinzugeben. Weitere 6 Minuten auf schnellerer Stufe kneten. Der Teig sollte sich vom Schüsselboden lösen.

☉ Drei Stunden bei 24 Grad gehen lassen, in den ersten 2 Stunden alle 30 Minuten dehnen und falten.

☉ Den Teig vorsichtig rund wirken und im stark bemehlten Gärkorb mit Schluss nach unten bei 24 Grad 60 bis 90 Minuten gehen lassen.

☉ Nicht einschneiden. Bei 250°C fallend auf 230°C mit Dampf im vorgeheizten Backofen bei Ober-/Unterhitze 55 Minuten dunkel ausbacken. 🍴





Rezept: Sebastian Marquardt  
Fotos: Jan Schnare

# RUSTIKALES LANDBROT

Rezept: Sebastian Marquardt  
Fotos: Jan Schnare



# SAFTIGES ROGGEN-MISCHBROT

Für Einsteiger  
geeignet

Ein Brühstück mit Altbrot bringt sehr viel Flüssigkeit in dieses Mischbrot. So wird es saftig und hält lange frisch. Zudem bringt das Altbrot auch geschmacklich mehr Pfiff ins Brot.

- Alle Zutaten 6 Minuten langsam und 2 Minuten schnell zu einem klebrigen Teig mischen.
- Etwa 60 Minuten bei Raumtemperatur abgedeckt nachquellen lassen.
- Den Teig lang wirken, mit dem Schluss nach unten in den Gärkorb legen. Etwa 90 Minuten Stückgare.
- Einschneiden und bei 250°C fallend auf 200°C 1 Stunde mit Schwaden im vorgeheizten Ofen (Ober-/Unterhitze) backen. Schwaden erst nach 1 Minute hinzugeben, nach 10 Minuten ablassen. ▣

### Tipp

Anstelle von Altbrot kann man auch Semmelbrösel nehmen. Sie geben weniger Eigengeschmack, binden aber auch viel Wasser.



Schwierigkeitsgrad:	★★☆
Getreide:	Roggen, Weizen
Triebmittel:	Sauerteig
Zeit gesamt:	20-22 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunde
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C nach 1 Minute
Schwaden:	Beim Einschließen

## Sauerteig

- ▶ 180 g Roggenmehl 1370
- ▶ 160 g Wasser
- ▶ 20 g Anstellgut

Die Sauerteigzutaten verrühren und etwa 16 Stunden bei Raumtemperatur (20-22°C) reifen lassen.

## Brühstück

- ▶ 60 g Altbrot (geröstet, gemahlen)
- ▶ 240 g Wasser (kochend)
- ▶ 15 g Salz

Salz und Altbrot mit dem kochenden Wasser übergießen, dann 4 Stunden abkühlen und quellen lassen. Alternativ kurz abkühlen lassen und dann etwa 12 Stunden im Kühlschrank lagern.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ Brühstück
- ▶ 220 g Roggenmehl 1370
- ▶ 200 g Weizen-Vollkornmehl
- ▶ 120 g Wasser (50°C)

Gutes Ruchmehl gibt einen exzellenten Geschmack. So wie bei diesen Brötchen. Bei ganz geringem Hefe-Einsatz entwickeln sie eine feine wattige Porung, durch das Ruchmehl eine tieferes Geschmackserlebnis.

## Vorteig

- ▶ 250 g Ruchmehl
- ▶ 150 g Wasser
- ▶ 3 g Frischhefe

Die Zutaten miteinander verkneten und 12 bis 16 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 250 g Weizenmehl 550
- ▶ 200 g Milch (3,8% Fett)
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 25 g Butter
- ▶ 10 g Backmalz (inaktiv)

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Frischhefe
Zeit gesamt:	15-20 Stunden
Zeit am Backtag:	3,5 Stunden
Backzeit:	20 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	beim Einschießen

- ☉ Alle Zutaten 5 Minuten auf niedrigster und 10 Minuten auf schnellerer Stufe zu einem glatten und elastischen Teig verkneten.
- ☉ 90 Minuten Gare, dabei alle 30 Minuten dehnen und falten.
- ☉ 8 Teiglinge abstechen und zu Brötchen formen.
- ☉ Mit Schluss nach unten bei Raumtemperatur 45 Minuten abgedeckt zur Gare stellen.
- ☉ Die Teiglinge einschneiden und bei 230°C mit viel Dampf 20 Minuten backen. 🍞



### Tip

Das Backmalz kann in diesem Rezept ohne weiteres weggelassen oder durch Zucker ersetzt werden.

Rezept: Sebastian Marquardt  
Foto: Jan Schnare

# Ruchecken



# Paderborner Landbrot



Rezept: Sebastian Marquardt  
Foto: Jan Schnare

Das Paderborner ist ein Klassiker unter den deutschen Brotrezepten. Das Mischbrot mit hohem Roggenanteil bietet sich mit seinem milden Geschmack zu beinahe jedem Brotaufstrich an.



Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Zeit gesamt:	15 Stunden
Zeit am Backtag:	3 Stunden
Backzeit:	60 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	200°C
Schwaden:	nein

## Sauerteig

- ▶ 210 g Roggenmehl 1370
- ▶ 210 g Wasser
- ▶ 20 g Anstellgut

Die Sauerteigzutaten mischen und 12 Stunden bei Raumtemperatur reifen lassen.

## Hauptteig

- ▶ Sauerteig
- ▶ 220 g Roggenmehl 1370
- ▶ 150 g Weizenmehl 1050
- ▶ 280 g Wasser
- ▶ 13 g Salz

🕒 Alle Zutaten 2 Minuten langsam, dann 6 Minuten auf schnellerer Stufe bindig mischen, 30 Minuten ruhen lassen und anschließend in eine gefettete Kastenform (30 cm) geben.

🕒 90 Minuten bei 24°C zur Gare stellen.

🕒 Die Teigoberfläche mit Wasser abstreichen und stippen.

🕒 Im vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze) bei 250°C fallend auf 200°C 60 Minuten backen. 🍞

### Tipp

Für die charakteristischen Löcher auf dem Brot gibt es Stipprollen (etwa 15 Euro). Man kann aber auch einfach mit einem angefeuchteten Stäbchen etwa 1 cm tief in die Oberfläche stechen.

# LESERBROT

Hier zeigen die Leserinnen und Leser von BROT, wie sie die Rezepte der letzten Ausgabe umgesetzt haben.



Das leichte Mischbrot aus Ausgabe 01/2018. Ich habe den Vorteig mit hälftig Roggenvollkornmehl, ohne Hefe, dafür mit 20 Gramm Roggen-Anstellgut angerührt. Das kann sich wirklich sehen lassen, bin sehr zufrieden.

**Dagmar Opitz**



Hier ein Foto von meinem Zwiebel-Brot, das ich nach dem Rezept aus BROT 01/2018 nachgebacken habe. Das Brot selbst hat eine knisternde Kruste, eine fluffige Krume und ein Aroma, welches nahezu unübertroffen ist. Auf jeden Fall ein Brot, das auf meine „Dauerbackliste“ kommt. Anmerken muss ich noch, dass ich mich zwar genau an das Rezept gehalten habe, den Vorteig jedoch drei Tage im Kühlschrank reifen ließ, zudem habe ich die anderthalbfache Menge genommen.

**Walter Rihm**



Ein Pumpernickel zu backen, war bereits seit einiger Zeit mein Vorhaben. Geplagt von der Vorstellung eines komplizierten Vorbereitungsprozesses und dem Zweifel, ob dieses Brot in einem herkömmlichen Haushaltssofen gebacken werden könnte, habe ich diese Aufgabe immer zurückgestellt. Das Pumpernickel-Rezept aus der Ausgabe 01/18 ermutigte mich allerdings, es nun doch zu versuchen, da es so simpel und schlichtweg gelingsicher klang. Mein Mut wurde belohnt mit einem sehr leckeren, kernigen und gehaltvollen Pumpernickel, das sicherlich nun sehr viel öfter von mir gebacken wird.

**Jan Gliemroth**





Ich habe aus eurem neuen Magazin das „Leichte Weizenmischbrot“ gebacken. Ich habe nur noch Brotgewürz dazu gegeben, da ich den Geschmack sehr gerne mag. Ich bin mit dem Ergebnis sehr zufrieden und es schmeckt super.

**Susanne Müller**



Ich gehöre zu den Freestylebäckerinnen und Anhängerinnen von Hefewasser, Lievito Madre und Übernachtgare. Trotzdem oder deshalb war es beschlossene Sache, das Guinnessbrot nachzubacken. Ich habe mich bis auf geringe Änderungen an das Rezept gehalten, was für mich eher unüblich ist. Aber da kein Weizen/Guinness im Haus war, nahm ich Treber/Haferbier von der kleinen Brauerei im Nachbardorf. Die Krume war – wie fast immer bei mir – mit größeren Löchern, die Kruste sehr knusprig, der Geschmack würzig, saftig. Fazit: Wird wieder gebacken!

**Inge Hellmann**



Auch ich habe mich an einem Rezept aus Heft 01/18 versucht. Wie es manchmal im Leben ist – es musste etwas schneller gehen. Ich habe das leichte Mischbrot gebacken, den Vorteig jedoch nur 5 Stunden reifen lassen, auf der Heizung. Außerdem habe ich 2 Gramm Hefe hinzugefügt. Einschneiden muss ich noch etwas üben. Es schmeckt super, das werde ich ganz bestimmt noch einmal backen. Auch in der Vollkornversion.

**Christin Speck**



Für das Alpenruchbrot aus dem aktuellen Magazin kam mein Hefewasser zu seinem ersten Einsatz. Der Vorteig damit roch so köstlich! Ein einfach nur betörender Duft – süß, fruchtig, leicht alkoholisch, ein Traum. Die Autolyse hab ich ausgelassen, weil ich sie schlicht erst überlesen hab und dann war es zu spät. Ich hatte 10 Gramm mehr Buttermilch im Teig. Der Teig roch nach der Stockgare ebenfalls total genial. Nach Joghurt und noch immer leicht fruchtig-süßlich. Ich habe die Ausbacktemperatur auf 190°C gesenkt, weil das Brot schon recht kräftige Farbe hatte. Herausgekommen ist ein unglaublich lockeres, wattiges Brot. Knusprig außen, innen sehr weich, elastisch, tolle Konsistenz und toller Geschmack.

**Thomas Bußer**

Aus der Ausgabe 01/2018 habe ich das Zwiebelbrot nachgebacken. Statt Ur-Dinkelmehl habe ich Weizenmehl 1050 genommen. Da meine Termine am Backtag doch etwas länger gedauert hatten, stand es mindestens 3 Stunden zur Gare, was ihm aber nicht wesentlich geschadet hat. Es ist freigeschoben gebacken, da es an einem Gusseisentopf mangelt. Der Familie hat es geschmeckt.

**Katrin Stahl**





Mit Roggenschauerteig backe ich schon seit über 10 Jahren, aber bis zum Erscheinen des ersten BROT-Magazins wusste ich nicht, dass man mit so wenig Hefe so tolle Backergebnisse erzielen kann. Ich habe das schnelle Weizenbrot gleich zweimal backen müssen, da es so schnell weg war.

**Gertrud Jansen**



Mein mildes Weizen-sauerteigbrot. Wir sind total begeistert! Wirklich mild, tolle Kruste weiche und lockere Krume. Ich füge auch immer etwas Honig hinzu, halte dafür zirka 20 Gramm Wasser zurück. Es verblüfft mich immer wieder, wie aus so wenigen guten Zutaten so etwas geniales wird.

**Yvonne Stein**

Dieses sind meine ersten Baguette. Weil ihr geschrieben habt, sie seien anfängertauglich, habe ich mich getraut, sie mit Grana Padano und Thymian zu füllen. Ich bin begeistert, sie sind schön kross und haben einen tollen Geschmack. Durch die Füllung brauchen wir außer Butter nichts mehr dazu.

**Ruth Blume**



Das schnelle Weizenbrot in Öl wurde bei mir zu einem schnellen Dinkelbrot in Öl. Meine Mehlvorräte gaben nur Dinkelmehl 630 her und ich wollte abends ein frisches Brot. Also habe ich das Experiment gewagt. Das Brot ist sehr saftig und aromatisch. Ob man die Hefe noch reduzieren könnte?

**Ulla Titgemeyer**

Das Zwiebelbrot aus dem BROT-Magazin, drei für liebe Freunde, eins für mich. Ich habe die doppelte Menge für vier kleine Brote verwendet. Leider sind mir (Weihnachtsstress?) einige Fehler unterlaufen. Erst habe ich den Vorteig mit dem Autolyse-Teig vermischt. Und dann noch nur die Hälfte des Salzes und der Hefe in den Hauptteig gegeben. Der Teig hat es mir verziehen, der Geschmack ist super.

**Ulrike Sievert**





Hier meine Version des 50/50 Brotes aus der ersten Ausgabe. Das Rezept habe ich mit 2,2 multipliziert, um zwei Laibe à 1 Kilogramm zu bekommen. Die Wassermenge im Hauptteig habe ich auf 650 Gramm reduziert, da andere Leser über zu flache Brote berichtet haben. Das Ergebnis brachte eine etwas feinere Krume, die sich durch das verwendete Vollkornmehl und die reduzierte Wassermenge erklärt, sowie einen höheren Querschnitt. Ich mag solche Experimente gerne und bin immer wieder erstaunt, welche Ergebnisse man erzielen kann, wenn man auch nur wenig an den Parametern schraubt.

**Petra Ernst**

Mein Mann liebt Zwiebelbrot und ich wollte ihm zeigen, dass selbstgebackenes super lecker schmeckt. Der Teig ließ sich super verarbeiten (von Hand, da ich keine Küchenmaschine besitze). Das Brot war ein voller Erfolg und definitiv nicht das letzte dieser Art.

**Jana Trabusch**



Ich hatte tatsächlich eine ganze Flasche Kürbiskernöl übrig und wusste nie so richtig, wofür ich das nutzen sollte. Nun die Erlösung – die Kürbiskernölstangen aus dem BROT-Magazin. Sie sind sehr sehr lecker und für unterwegs für die Familie ein toller Snack. Sie kommen auf jeden Fall in meine Rezeptesammlung.

**Sarah Lesti**



Nachdem ich die Brote aus dem ersten Magazin schon rauf- und runtergebacken habe, konnte ich mit der neuen Ausgabe endlich neue Rezepte ausprobieren. Es waren das leichte Mischbrot und das Einsteiger-Brot. Beide Rezepte waren super erklärt und wunderbar nachzubacken. Beide Brote schmecken sehr gut.

**Birgit Lottich**

**ZEIGT HER  
EURE BROTE!**

Ihr habt Rezepte aus BROT nachgebacken? Zeigt uns das Ergebnis und schreibt ein paar Zeilen dazu. Was hat Euch gefallen? Was nicht? Einfach Mail an [redaktion@brot-magazin.de](mailto:redaktion@brot-magazin.de). Wir freuen uns auf Eure Brote.



Vom Holzofen-Vertrieb  
zur **Muster-Bäckerei**

# **BIOBROT**

# **FÜR MOSKAU**



Es gibt Geschichten, die erzählt man gerade durch, vom Anfang zum Ende. Bei Alexander Kurella ist das anders. Sein Vater traf einst Lenin und auch sein Leben ist eng mit Russland verknüpft. Eine Geschichte mit vielen unberechenbaren Wendungen. So wie die Geschichte des Landes in den letzten Jahrzehnten. Und so hört man erstaunt zu, während das Feuer im Holzofen knistert und der gebürtige Berliner erzählt.



Etwa dreimal mehr als ein Supermarkt-Brot kosten die Bio-Brote. Die Kunden zahlen den Preis inzwischen gern



Das Mehl kommt von einem ehemaligen Volleyball-Spieler, der heute Getreide in Bio-Qualität produziert



**SEIT 27 JAHREN  
LEBT ALEXANDER  
KURELLA IN  
MOSKAU UND HAT  
EINE MENGE  
ERLEBT. MIT  
LEIDENSCHAFT  
TREIBT ER NUN  
DIE HANDWERKS-  
BÄCKEREI VORAN**



**E**s begann an einem regnerischen Tag auf einem Hochsitz im Bayrischen Wald. Da gingen Alexander Kurella und sein Schwager auf Jagd mit Bekannten aus Deutschland. Die Stunden zogen sich, ohne dass ein Tier auftauchte. Aber Zeit zum Reden hatten sie. Da schwärmte der Deutsche von seinem Holzofen und der Schwager wurde hellhörig.

Eigentlich, so meinte er, sei das eine sehr russische Tradition und irgendwie verstand er nicht, warum der Deutsche einen hatte, er selbst aber nicht. Das konnte so nicht bleiben. Kurella erhielt den Auftrag, einen Holzofen zu organisieren. Einen richtig guten. Schöner und größer als der des Deutschen musste er sein. 14 Tage hatte er Zeit.

Dazu muss man wissen, dass dieser Schwager nicht irgendwer ist. Er spielte ein wichtige

Rolle in der Politik der Jelzin-Jahre, war Minister, später Unternehmer. Keiner, das ist Kurella wichtig, der sich bereicherte. Aber einer, der seine Kontakte zu nutzen wusste und bis heute zu nutzen weiß. Das ist in einem Land wie Russland manchmal wichtiger als Geld.

Die Unternehmensgruppe betreibt gemeinsam mit IKEA Möbelhäuser in Russland, unterhält riesige Landwirtschaftsbetriebe und ist wichtigster Lieferant für geschnittene Salate für wichtige Fast-Food-Ketten auf dem Gebiet der einstigen Sowjetunion. Immer dabei, in wechselnden Rollen: Alexander Kurella. Er ist der Serien-Gründer in der Gruppe. Einer, der Dinge aufbaut und dann weiterzieht.

1989 lernte er seine Frau kennen, eine Russin. Zwei Jahre später ging er für sein Physik-Studium nach Moskau. Physik, so war er

**200 LAIBE KAMEN  
ANFANGS TÄGLICH  
AUS DEM OFEN,  
HEUTE SIND ES  
700 BIS 800**



sicher, würde ihn morgens lange schlafen lassen. Das kam ihm entgegen. Er blieb dann in Russland. Es gab ja immer was zu tun.

Inzwischen war es 2013 und Alexander Kurella hatte in dem Land bereits eine Salat-Fabrik mit aufgebaut, einen Fleisch-fabrik zum ersten großen Lieferanten für Metro in Russland gemacht und nahm den Auftrag für den Holzofen nun genauso ernst. So landete er bei Häussler, einem der namhaftesten Hersteller für Holzöfen. Sein Schwager war begeistert. Dessen Freunde erst recht. Und plötzlich sah er sich mit noch viel mehr Bestellungen konfrontiert. Jede weitere noch ein bisschen pompöser. Niemand wollte einen kleineren Ofen als der Nachbar oder Freund.

Es ist also nicht so, dass Kurella nach einem Geschäftsmodell gesucht hätte. Es hatte ihn vielmehr gefunden. Seit 2014 ist die Unternehmensgruppe exklusiver Häussler-Importeur in Russland. Der Berliner baut das Geschäft auf. Schon hierzulande ist das schwäbische Traditionshaus kein billiger Anbieter. In Russland kommen durch Zoll und Transport noch einmal 30 Prozent auf den Preis. Kein Produkt, dass sich von selbst verkauft.

Wenn also die Freunde des Schwagers erstmal versorgt sind, so Kurellas Gedanke, dann wird es schwieriger. Besser, wenn man die Produkte zeigen kann. So richtig. In Betrieb.

Geboren war die Idee einer Schau-Bäckerei. Ein kleiner Betrieb, vollgestopft mit Häussler-Technik, von der Knetmaschine bis hin zu Öfen verschiedener Größen. Nicht nur die Technik kam aus Deutschland, sondern auch das Know-how. Ein Bäckermeister aus Berlin ließ sich nach Moskau lotsen, um dort das Wissen zu vermitteln. Wissen, dass in Russland professionell kaum noch jemand hat. Den Sauerteig brachte er im Flugzeug mit.

Die Sowjetunion war ein Riesenreich. Millionen Menschen musste man satt bekommen. Da halfen keine kleinen Handwerksbäckereien. Das Geschäft mit dem Brot wurde vollkommen industrialisiert. Brot kommt bis heute aus großen Fabriken. Über die Jahrzehnte verschwand so das Wissen ums handwerkliche Backen. Und auch um den Wert des Brotes.

Noch auf der Baustelle nahm die neue Bäckerei – BioBrot – ihren Betrieb auf, kaum das die Knetmaschinen und die ersten Öfen

da waren. Auch das ist Russland: nichts kann schnell genug gehen. Man weiß ja nie, was morgen ist. Fix kam ein Tisch von IKEA, wurde auf zwei Böcke gestellt, eingölt und los ging es. Gebacken wurde nur zum Üben, der Schwager wollte die Brote verschenken – an gemeinnützige Projekte von McDonalds, einem Abnehmer der Salate.

Aber Alexander Kurella ist Geschäftsmann. Viel besser, meinte er, sei es doch, die Brote zu verkaufen und das Geld zu spenden. 100 Rubel sollte eines kosten. Dreimal mehr als ein normales Supermarkt-Brot. Einmal gingen so 400 Laibe in zwei Stunden über den Tisch.

Dennoch ging es klein los. 200 Laibe produzierte die kleine Bäckerei anfangs, zwei Sor-

ten. Es gab Tage, da verirrtten sich 20 Kunden in den Laden. Meist zufällig. Und manchmal auch etwas irritiert vom Preis.

Das Korn kommt von einem Freund. Der war mal Volleyball-Spieler und suchte eine Anschlussbeschäftigung. Nun baut er Bio-Getreide an. Vor allem Roggen. Weizen funktioniert unter den Bedingungen bei ihm nicht in der notwendigen Qualität.

Die Kunden sahen den Preisunterschied nicht nur, viele schmeckten ihn auch. Und so ging der Geheimtipp rum. Die Kundschaft wuchs, mit ihr die Ansprüche und die Menge der Brote. 13 verschiedene Sorten sind es heute, 700 bis 800 Laibe jeden Tag. Und so kommen während des Gesprächs stetig Leute in den



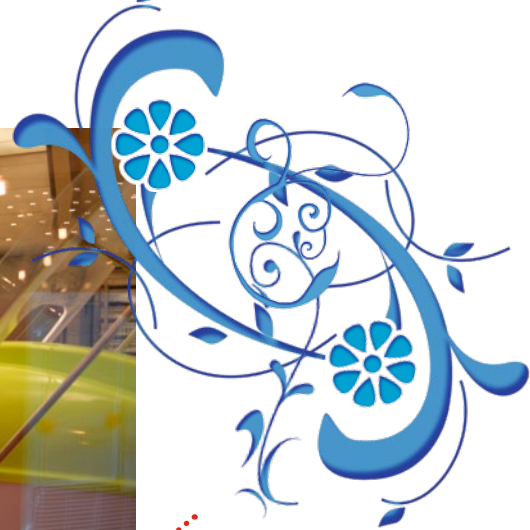
Hinter dem Verkaufstresen ist Natalia das Gesicht von BioBrot. Zwei Verkäuferinnen und drei Backer gehören zum Team



Von der Knet-Maschine bis zu verschiedenen Öfen – das gesamte Equipment kommt von Häussler in Deutschland



Gelernte Handwerksbäcker gibt es im industrialisierten Russland nicht. Entsprechend werden die Bäcker bei BioBrot ausgebildet und am Erfolg beteiligt



**VOM VERKAUFS-  
RAUM AUS KANN  
MAN DEN BÄCKERN  
ZUSEHEN**

Laden, kaufen Brot und ein paar Lebensmittel, die sonst angeboten werden. Obwohl die Bäckerei wahrlich nicht zentral gelegen ist.

Genau genommen, liegt sie soweit außerhalb, dass es von der Endhaltestelle der Metro noch ein paar Bus-Stationen und ein langer Fußmarsch sind, bis man mitten in einer besseren Wohngegend auf den kleinen Flachbau trifft. Auf der gegenüberliegenden Seite sieht man Gewächshäuser und wähnt sich wirklich am Rand der Millionen-Metropole.

Blickt man auf die Unternehmensgruppe, so wird ein Muster deutlich. Jedes Geschäft begann ganz klein. So wie das mit den Salaten. Da standen anfangs Leute mit Messern im Gewächshaus und schnitten das Grün. Dann suchte man Partner und wuchs kräftig. Heute mag man fast von einem Salat-Imperium sprechen. In riesigen modernen Anlagen wird täglich vollautomatisiert der Bedarf für mehrere Fast-Food-Ketten in Russland und ehemaligen Sowjet-Republiken produziert.

So ist auch der Weg fürs Bäckerei-Geschäft vorgezeichnet. Kurella hat Spaß an dem Thema gefunden, er sieht das Potenzial in Russland, wo immer mehr handwerkliche Bäckereien entstehen, Enthusiasten Backkurse geben, die meistens ausgebucht sind. BioBrot ist wahrscheinlich sogar einer der Treiber dieser Entwicklung.

Ivan Sabavnikov ist so ein Beispiel. Als Enthusiast fing er bei BioBrot an. In Kursen

gab er sein Wissen weiter, avancierte per Instagram zu einem Star der russischen Backszene. Inzwischen leitet er eine Bäckerei in Sankt Petersburg und rührt die Werbetrommel für handwerkliches Brot.

BioBrot selbst soll eine kleine Schaubäckerei bleiben, zeigen, was die Produkte können, die Alexander Kurella verkauft. Aber dahinter stellt er sich einen Backbetrieb im großen Stil vor, trotzdem handwerklich, trotzdem Bio, trotzdem gutes Brot mit langen Gehzeiten. Denn auch in Russland wachsen das Bewusstsein für gutes Brot und die Bereitschaft, dafür zu bezahlen.

Alexander Kurella sieht das mit Freude. Russland hat ihm viel gegeben. Jetzt gibt es den Russen etwas aus seiner Heimat – gutes Brot. 🍞



**Neben eher deutschen Rezepturen gehört auch das klassische russische Borodinsky-Brot zum Sortiment – in deutlich besserer Qualität als man in Russland gewöhnt ist**






# BORODINSKY BROT

Dieses Brot ist DAS klassische russische Brot – dunkel, würzig, ein wenig süß. Russische Mehle haben einer größere Einteilung, diese Zusammensetzung kommt dem Original aber sehr nahe.



Rezept und Fotos: BioBrot Moskau

 @biobrot.ru



## Zutaten

- Alle Zutaten 5 Minuten auf langsamer Stufe mischen, dann weitere 5 Minuten schneller kneten.
- Den Teig länglich formen und in eine eingefettete Kastenform legen.
- Mit Koriander bestreuen.
- Abdecken und im Kühlschrank mindestens 12 Stunden gehen lassen.
- Danach mindestens 3 Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen.
- Bei 210°C bei Ober-Unterhitze 55 Minuten backen. ■

- ▶ 130 g Anstellgut
- ▶ 255 g Roggenmehl 1150
- ▶ 105 g Weizenmehl 1050
- ▶ 215 g Wasser
- ▶ 65 g Malz flüssig
- ▶ 20 g Honig
- ▶ 9 g Salz
- ▶ 4 g Korianderpulver



*Für Einsteiger  
geeignet*

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Weizen, Roggen
Triebmittel:	Sauerteig
Zeit gesamt:	17 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	55 Minuten
Starttemperatur:	210°C
Backtemperatur:	210°C
Schwaden:	nein

# Inspiration

Dem Thema Brot kann man sich von vielen Seiten nähern: Kulinarisch, technisch, wirtschaftlich, künstlerisch. Hier eine Auswahl von Dingen, die in letzter Zeit unsere Aufmerksamkeit erregt haben.



Kleine grüne Schildkröten sind Maren vom Blog Ful-Filled im Traum erschienen. Sie machte daraus ein Rezept und präsentiert das jetzt online – inklusive Video-Tutorial.

<http://www.ful-filled.com/2016/05/27/matcha-milk-bread-turtles/>

Mirjam Beile  
Brot backen mit Emmer,  
Einkorn und Co. im Brot-  
backautomaten  
128 Seiten  
978-3-8001-3387-1  
€ 17,90

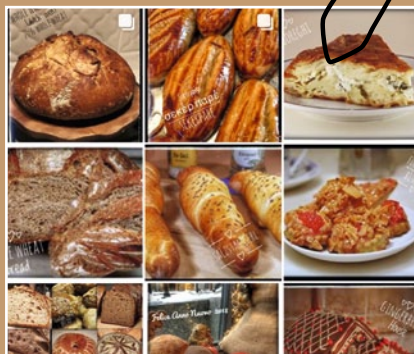


Die Verarbeitung ursprünglicher Getreidesorten wie Emmer, Einkorn und Dinkel beim Backen verspricht unverfälschten Genuss. In ihrem neuen Buch „Brot backen mit Emmer, Einkorn und Co. im Brotbackautomaten“ zeigt Backautomaten-Expertin Mirjam Beile, wie es schnell im elektrischen Helfer geht. Die gelernte Bäckerin und Konditorin stellt Urgetreide und Mehle mit ihren spezifischen Eigenschaften und Verwendungsmöglichkeiten in ausführlichen Texten vor. Über 50 Automaten-Rezepte zeigen die geschmackliche Vielfalt alter Getreidesorten. Vom Urdinkel-Amaranthbrot bis hin zum Kamut-Möhrenbrot ist für jeden Geschmack etwas dabei. Selbst Süßes aus Urgetreide fehlt nicht. Praktische Tipps aus dem Erfahrungsschatz der Autorin helfen, falls das Brot oder Gebäck nicht auf Anhieb gelingt.

Es wirkt, als seien Brote in den Köpfen seiner Skulpturen gewachsen und hätten diese zum Explodieren gebracht. Eine ganz eigene Kunstform hat Tim Silver aus Sydney entwickelt.

Chef Alessandro arbeitet aktuell in der Türkei. Von dort aus lässt der Handwerks-Bäcker und Bäckerei-Berater seine Follower via Instagram an seinen Backerlebnissen teilhaben. Und die sehen richtig lecker aus.


[@chef\\_alessandro\\_](https://www.instagram.com/chef_alessandro_)



<https://www.designboom.com/art/tim-silver-oneirophrenia-series-art-basel-hong-kong-sullivan-strumpf-03-16-2016/>



Er will „kontrollieren, was nicht kontrolliert werden möchte. Denn es grüßt dich jeden Morgen, wenn es sich geliebt und wertgeschätzt fühlt.“ Sam hat ein beinahe romantisches Verhältnis zu Sauerteig. Und die Ergebnisse ihrer produktiven Beziehung zeigt er regelmäßig in seinem Instagram-Account.

 @samthewiseone



Mitentscheiden, wie das nächste Cover aussieht. Miterleben, wo die Redaktion sich gerade herumtreibt. Mitgestalten und Themen-Idee in die Runde werfen – all das und noch viel mehr passiert im BROT-Forum, der Facebook-Gruppe zum Magazin.

 /groups/brotforum

Man kann vieles besticken. Jacken, Tücher, Mützen... Warum nicht auch Toast. Das hat die Künstlerin Judith G. Klausner getan und damit kleine Kunstwerke erschaffen.

 <http://jgklausner.com/work/toast-embroidery>



Anzeige

Mockmill <sup>®</sup> **MOCK**

**MACH DAS BESTE  
AUS GETREIDE!**

**BROTBACKEN MIT  
FRISCH GEMAHLENEM GETREIDE**

WOLFGANG MOCK GMBH  
Habitzheimer Str. 14 · 64853 Otzberg  
Tel. +49 6162-96275 47

[mockmill.com](http://mockmill.com)



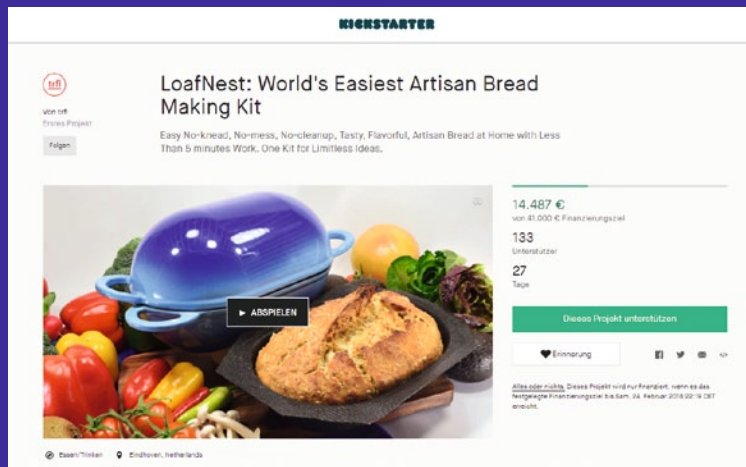
€ 199,-<sup>UVP\*</sup>

Die Mockmill 100 mit **360 W MOTOR**:  
Mahlt 100 g feinstes Mehl pro Minute.  
Mahlsteine Ø 90 mm

\* Unverbindliche Preisempfehlung



Backen mit moderner Technologie, mit einem Zeitaufwand von fünf Minuten... 41.000 Euro wollen die Macher von LoafNest bis zum 24. Februar 2018 bei Kickstarter eingesammelt haben. Dann bringen sie ihr Backset für handwerkliches Brot ohne Mühen auf den Markt. Günstigster Einstiegspreis sind 89 Euro für ein Set.



<https://www.kickstarter.com/projects/trfl/loafnest-worlds-easiest-artisan-bread-making-kit>



Die Fotografin Johanna Mårtensson baute eine ganze Stadt aus Brot – nur um dann fotografisch das Verschimmeln zu dokumentieren. Herausgekommen sind ästhetisch überraschend schöne Bilder, bei denen man schnell vergisst, was man da eigentlich sieht.

<http://www.johannamartensson.se/my-product/decor/>

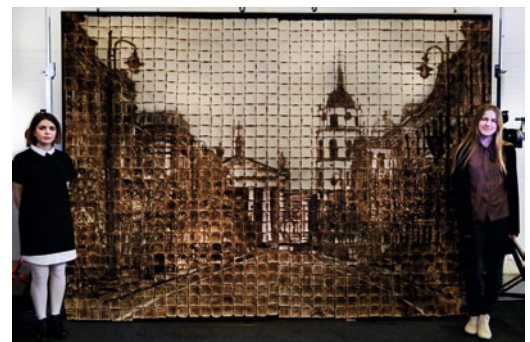


„Knead me“ ist ein schönes englisches Wortspiel. Es heißt „Knete mich“, klingt aber auch wie „Brauch’ mich“. So nennt sich eine Mikro-Bäckerei in Texas. Und ihren Alltag in der Backstube sowie auf Wochenmärkten teilt sie bei Instagram

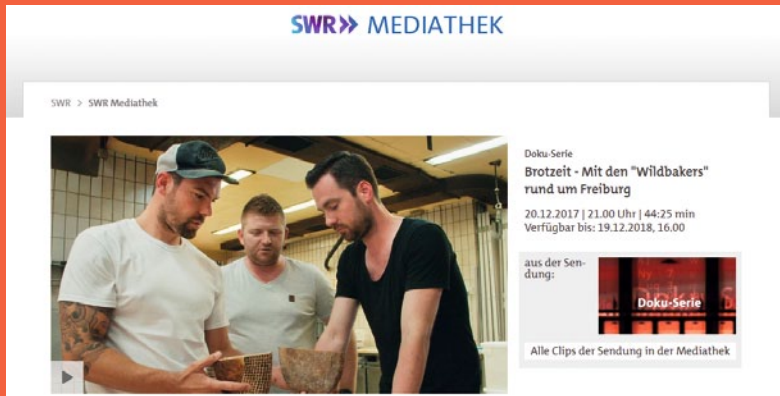
 @knead.me.bakery

3,5 Meter breit, 2,5 Meter hoch ist das Bild der 20-jährigen Jolita Vaitkute ihrer Heimatstadt Vilnius. Gemacht ist es aus etwa tausend Scheiben Brot. Gerade 50 Stunden hat die Künstlerin zusammen mit Fotografin Emilija Vinzanovaite und den Illustratoren Algirdas Padleckis sowie Gintare Tumosaite gebraucht.

<http://www.foodandwine.com/fwv/style/this-art-actually-bread>



Der Südwest-Rundfunk hat die Wildbakers begleitet. Rund um Freiburg haben sie nach dem guten ursprünglichen Brot sowie den perfekten Rohstoffen gesucht und dabei interessante Menschen getroffen – Amateure ebenso wie Profis.



<https://swrmediathek.de/player.htm?show=9e711040-d9b4-11e7-ab55-005056a10824>



Dieser Superheld ist ein Bäcker am Tag, ein Rächer bei Nacht. Er nutzt hartes unverkauftes Gebäck als Rüstung und Waffe. Gluten-intolerante und Kalorien zählende Bösewichte sollten sich in Acht nehmen. – Diesen Charakter hat sich der New Yorker Illustrator Conor Nolan ausgedacht. Einen Print des Helden kann man online bestellen.

<https://www.inprnt.com/gallery/nolanillustration/bread-warrior/>

Tische gegen Lebensmittelverschwendung. Statt altes Baguette wegzuwerfen, könnte man Möbel daraus bauen. Im Warschauer Design-Studio Rygalik wurde die Idee entwickelt um umgesetzt.



<https://www.finedininglovers.com/blog/out-of-the-blue/food-art-bread-tables/>



Horbacher Mühle

## Backen wie zu Omas Zeiten

Frisch gemahlene Mehle, Getreide und vieles mehr. Absolut naturbelassen.

[www.horbacher-muehle.de](http://www.horbacher-muehle.de)



## HÄUSSLER

Bausätze für das eigene Backhaus



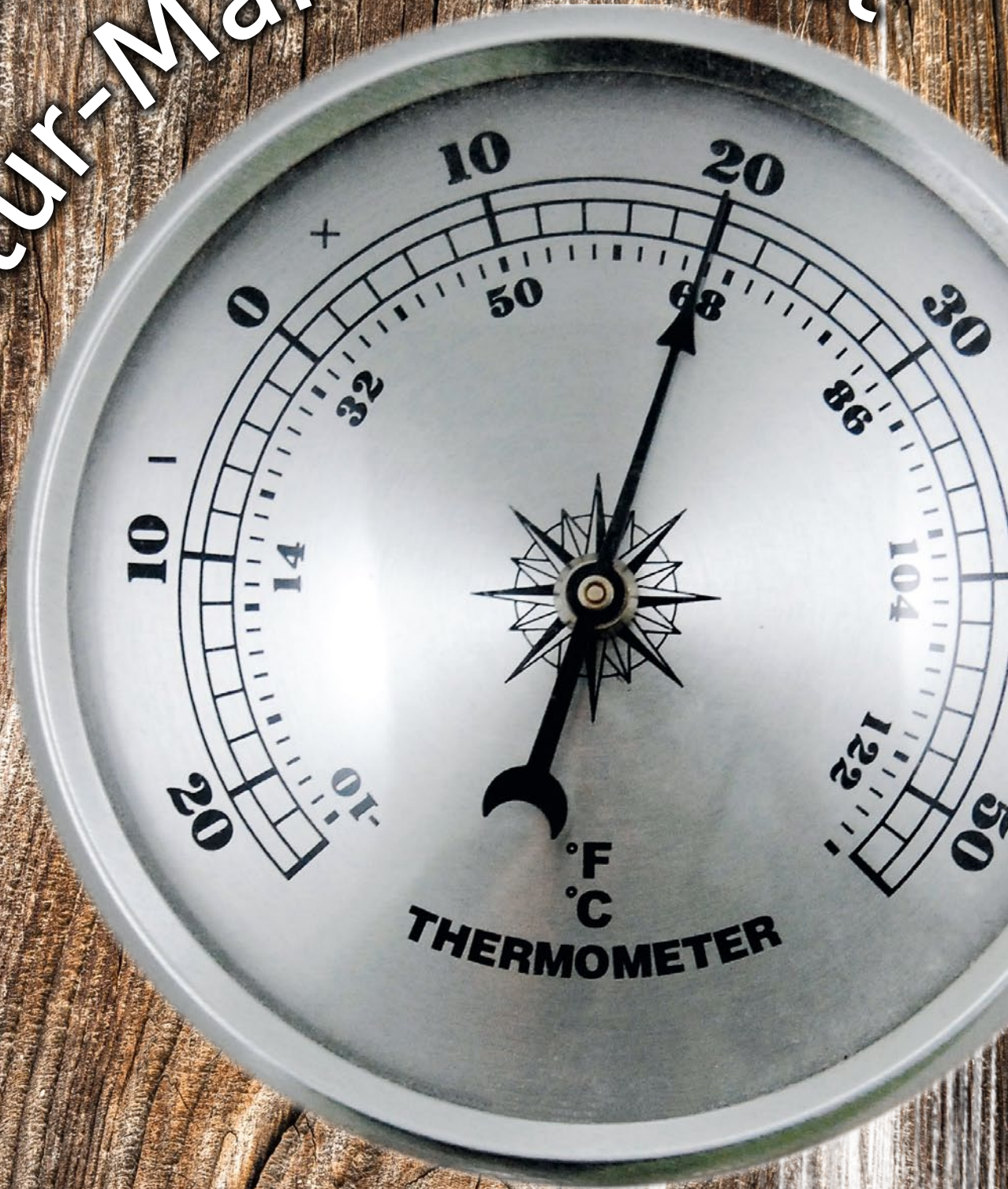
Mit den Bausätzen von Häussler bauen Sie Ihr eigenes Backhaus im Garten – individuell nach Ihren Wünschen und Anforderungen. Sie erhalten von uns den „heißen Kern“ mit perfekt aufeinander abgestimmten Elementen. So genießen Sie die überragende Backqualität aus dem Holzbackofen. Ein Stück Lebensqualität!

Kostenlos Katalog anfordern:  
[www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

88499 Heiligkreuztal · Tel. 073 71 / 93 77-0

Wärme **richtig** regeln

# Temperatur-Management



Beim Brotbacken gibt es einen wichtigen Zusammenhang zwischen Zeit und Temperatur. Beide sind eng miteinander verbunden. Umso wichtiger ist es, ihre Beziehung zu verstehen und richtig zu regulieren. Dafür gibt es eine Menge Lösungen.

**D**ieser enttäuschende Moment, in dem der Teigling im Ofen leicht zusammenfällt... Das Brot ist trotzdem schmackhaft, aber optisch kein Leckerbissen. Diagnose: Übergare. Die Mikroorganismen haben zu lange gearbeitet und begonnen, das Klebergerüst im Teig abzubauen.

Das Gegenteil ist die Untergare. Auch nicht schön. Dann reißt das Brot oft unten unkontrolliert auf oder die Krume wird nicht richtig fluffig, wie man sie haben möchte. Beim Backen wünscht man sich die knappe Gare, so dass der Teigling im Ofen noch richtig schön aufgeht oder die volle Gare, bei der nicht mehr viel Ofentrieb stattfindet.

Um zu diesem Punkt zu kommen, ist es wichtig, den richtigen Zeitpunkt zu bestimmen. Für den wiederum spielt Temperatur eine wichtige Rolle. In Rezepten ist immer eine bestimmte Gärzeit angegeben, oft im Zusammenhang mit einer Temperatur.

Hefen verdoppeln ihre Aktivität pro 5°C Temperatursteigerung. Braucht ein Teig also bei 25°C eine Stunde, so sind es bei 30°C schon nur noch 30 Minuten. Bei 20°C hingegen zwei Stunden. Das macht deutlich, wie schon 2°C die Teigreife beeinflussen.

Wichtig ist also zu allererst, die Temperatur des Platzes zu kennen, an der das Brot zur Gare gestellt wird. Ein Raumther-

Ein Raumthermometer gehört zur Grundausstattung. So weiß man, welche Temperatur in welchem Teil der Wohnung herrscht

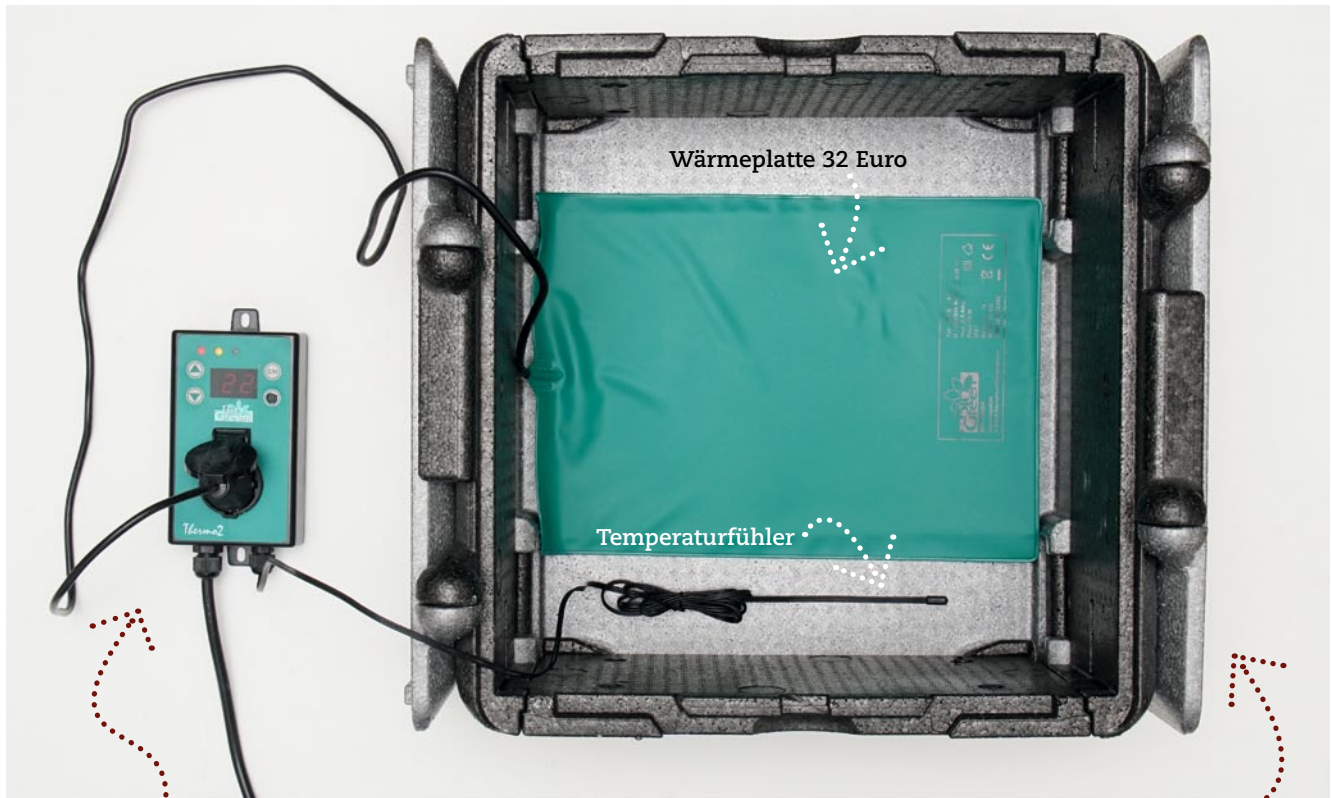


meter empfiehlt sich als Teil der Grundausstattung in der heimischen Backstube. So weiß man schnell, welche Temperaturen in der eigenen Wohnung herrschen. Im Winter nahe der Balkontür kommt man schnell auf 17°C, im Badezimmer können es schonmal 26°C werden, wenn der Trockner läuft. Dieses Wissen ist wertvoll beim Brotmachen.

Wie aber lassen sich nun Temperaturen gezielt erzeugen? Zunächst einmal sind viele Rezepte schon auf Raumtemperatur ausgelegt. Das ist natürlich ein dehnbarer Begriff. Meist ist der Bereich zwischen 20°C und 22°C gemeint, so auch in diesem Magazin.

**Der Gärautomat von Brod & Taylor bietet genügend Platz für Brot, lässt sich dann aber auch klein falten**





Thermostat 53 Euro

Styroporbox 20 Euro

Soll es wärmer werden, kommt die Heizung ins Spiel. Auf ihr kann der Teigling warme Ruhe finden. Allerdings sollte immer ein Brett zwischen Heizkörper und Schüssel oder Gärkorb liegen, damit nicht zu viel Hitze an den Teig kommt. Temperaturen über 40°C tun Hefen nicht mehr gut.

Problem: Die Wärme kommt von unten. Der Teigling wird unregelmäßig gewärmt. Eine Plastikhaube hilft. Auch gegen das Austrocknen der Oberfläche.

Besser macht sich eine Styroporbox, die man ab etwa 10 Euro kaufen kann. In ihr kann sich die Wärme gleichmäßiger verteilen. Erstmal aber muss sie in die Box gebracht werden. Für den Anfang genügen zwei bis drei mit heißem Wasser gefüllte Wasserflaschen. Sie erzeugen Wärme, die in der Box bleibt und den Teigling temperiert.

Eine fortgeschrittene Lösung ist eine Wärmeplatte in der Box. Diese Matten sind eigentlich für Terrarien gedacht, um den Tieren darin kuschelige Wärme zu geben. Mit etwa 30 Euro schlagen sie zu Buche.

In der nächsten Ausbaustufe lässt sich die Matte mit einem Thermostat verbinden. Es verfügt über einen Temperaturfühler. Am Thermostat

**Der erste Schritt im Temperatur-Management: Zwischen Gärkorb und Heizung empfiehlt sich ein Brett, damit es untenrum nicht zu warm wird**





lässt sich die Zieltemperatur einstellen. Misst der Fühler einen kälteren Wert, schaltet das Gerät die Wärmeplatte ein. Und wieder aus, wenn die gewünschte Temperatur erreicht ist. So ein Thermostat kostet etwa 50 Euro.

Die Gesamtlösung aus Box, Wärmematte und Thermostat schlägt also mit 90 bis 100 Euro zu Buche. Problem: Die Wärmematte kennt nur zwei Zustände: An und Aus. Es herrscht in der Box also keine konstante Temperatur, sondern eher ein Wechsel aus „ein bisschen zu kalt“ und „ein bisschen zu warm“.

Daher sollte man Teige nicht direkt auf die Matte stellen, dort können es gern auch mal 40°C werden. Besser ist ein Gitter auf der Matte. Trotzdem: Diese Lösung ist sehr praktikabel für den Hausgebrauch und in den Kosten überschaubar.

Will man das Problem professioneller angehen, wird es schnell sehr teuer. Denn Gär-schränke werden vor allem für Gastronomie und Handwerk angeboten. Sie sind in ihrer Größe und im Preis für den Privatgebrauch vollkommen überdimensioniert.



Der Automat arbeitet auch als Slow-Cooker, daher lassen sich Temperaturen zwischen 21 und 90 Grad herstellen

Einzige Ausnahme ist der Gärautomat des amerikanischen Unternehmens Brot & Taylor. Die Gründer sind getrieben von der Idee, gesundes Essen selbst herzustellen. 2016 kam ihr Gerät auf den Markt, eigentlich konzipiert als Slow-Cooker. Also als Möglichkeit, Essen über einen langen Zeitraum bei niedriger Temperatur zu garen. Im Slow-Cook-Modus heizt das Gerät bis 90°C, im Gärmodus sind Temperaturen zwischen 21°C und 49°C möglich.

Schnell kam man darauf, dass damit auch Joghurtproduktion im Privathaushalt vereinfacht wird. Von dort war es nur noch ein kleiner Schritt zur Brot-Gare. Mit Preisen zwischen 170 und 180 Euro ist er zwar beinahe doppelt so teuer wie die Eigenbau-Version, dafür aber exakter in der Temperatur-Einstellung. Zudem lässt sich das Gerät schnell auf- und abbauen sowie platzsparend verstauen.

Wichtig ist im ersten Schritt, die Temperaturen im eigenen Umfeld zu kennen. Dafür, sie gezielt zu erzeugen und zu regeln, gibt es dann unterschiedliche Wege. 🍞

## GÄRAUTOMAT VON BROD & TAYLOR



Mit dem faltbaren Gärautomaten und Slow-Cooker von Brod & Taylor gibt es eine professionelle Lösung für den Hausgebrauch.

Er sorgt zuverlässig und präzise für die richtige Temperatur bei der Gare von Hefeteig, Sauerteig, Joghurt oder Kefir. Schonende und gleichmäßige Strahlungswärme steigt von der Aluminium-Heizplatte auf und erwärmt die Zutaten. Im Gärmodus stehen mit dem digitalen Temperaturregler Einstellungen von 21°C bis 49°C zu Verfügung. Für aufgehenden Brotteig kann die Luftfeuchtigkeit durch Verwendung des mitgelieferten Wasserbehälters (typische Luftfeuchtigkeit 60-80 %) erhöht werden.

Der Automat ist platzsparend zu verstauen und mit wenigen Handgriffen gebrauchsfertig aufgebaut.

Für 179 Euro inklusive Versand direkt bestellbar: [www.brot-magazin.de/einkaufen](http://www.brot-magazin.de/einkaufen)



Normale Weizenart oder  
**mystisches Korn?**

# Dinkel

Oberhaupt dieser Süßgras-Familie ist der Weizen. Doch hier soll es um ein klein geratenes, besser gesagt, klein gewordenes Mitglied der Familie gehen, den Dinkel. Es sind zwei ungleiche Verwandte.





Spelze schützen das Korn und machen es widerstandsfähiger gegen Schädlinge und Wetter, die Weiterverarbeitung ist aber auch aufwändiger

**Z**um Größenvergleich: Weizen liegt mit 745 Millionen Tonnen weltweit mengenmäßig an der Spitze des Getreide-Anbaus und ziemlich gleichauf mit der Reisproduktion. Beim Dinkel sind verlässliche Vergleichszahlen nicht so leicht zu erfahren, weil er in der Statistik mit Winterweizen zusammengefasst wird. Soviel aber: Die deutsche Weizenernte von etwa 24,5 Millionen Tonnen wird auf etwa 3,2 Millionen Hektar erzeugt. Dinkel belegt dagegen in Deutschland 70.000 Hektar Anbaufläche.

Wer will, darf sich jetzt in die Dreisatzrechnung stürzen. Sollte dabei aber berücksichtigen, dass Weizen etwa 8 Tonnen Korn pro Hektar bringt, während Dinkel etwa 10 Prozent weniger Ertrag hat. Doch hier geht es ja nicht ums Jonglieren mit Zahlen, denn wer kann sich schon 24,5 Millionen Tonnen vorstellen? Wobei: Ein Kleinwagen mit Fahrer wiegt etwa eine Tonne. Also 24,5 Millionen Kleinwagen. Mit Fahrer...

„Schon die alten Ägypter...“ – damit liegt man meist richtig. Und liest man denn auch Internet-Portal „Zentrum der Gesundheit“:

„Vor etwa 8.000 Jahren soll Dinkel von den Ägyptern angebaut worden sein“. Wikipedia widerspricht und verortet den Geburtsort in Westgeorgien, in den Tälern des Ararat-Gebirges. Eines scheint also sicher: Eine definitive Aussage ist nicht möglich, es gibt mehr als nur den einen Dinkel.

Hiesige Kulturpflanzen und die westliche Landwirtschaft sind in einem Gebiet entstanden, das als „Fruchtbarer Halbmond“ bezeichnet wird. Gemeint sind das heutige Israel, Jordanien, Libanon, auch Teile Syriens, der Türkei, des Iraks und Irans. Hier dürften auch die Ursprünge des Dinkels liegen.

Einige Autoren schlagen eine Teilung in den asiatischen und den jüngeren europäischen



Noch vor wenigen Jahren war der Dinkelkeks Symbol freudloser Ernährung, inzwischen schätzt man das Getreide wieder

Dinkel vor. Der Asiatische dürfte demnach etwa 9.000 Jahre alt sein, während der geradezu jugendhafte europäische Dinkel auf rund 6.000 Jahre zurückblickt und möglicherweise auch andere Ursprünge hat. Es wartet noch einige Arbeit auf Botaniker, Archäologen und Genetiker.

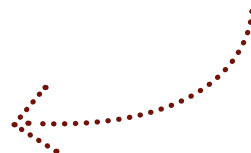
Es darf aber als sicher gelten: So alt, so urtümlich, wie man den Dinkel empfindet, ist er gar nicht. „Ursprünglich“ wäre wohl die richtige Bezeichnung. Denn im Gegensatz zu Brotweizen wurde Dinkel über Jahrtausende züchterisch kaum verändert.

Bis weit ins 19. Jahrhundert war Dinkel sehr wichtig, sowohl als Nahrungsmittel als auch zu Futterzwecken. Mit 33 Prozent der Gesamtanbaufläche lag Dinkel 1885 in der Schweiz an erster Stelle beim Wintergetreide, so ist auf der Plattform [getreidezuechtung.ch](http://getreidezuechtung.ch) zu erfahren.

Großflächiger Anbau von Dinkel in Deutschland begann im Mittelalter, vor allem in Franken und Baden-Württemberg. Schwabekorn ist denn auch eine Alternativbezeichnung des Dinkels. Er war ein wichtiges Handelsgetreide, robust, gut transport- und lagerfähig. Auch Pilger und Wanderer nahmen den Dinkel gern als Vorrat auf ihre Reisen mit. Dadurch trugen sie zu seiner Verbreitung in andere Länder bei.



*Selbst unreif kann man  
Dinkel ernten – das  
Ergebnis ist Grünkern,  
eine eigene Spezialität*





Selbst als Suppenzutat macht Dinkel eine gute Figur und gibt Geschmack

Seine Vorteile waren offensichtlich: Er verträgt rauere Bedingungen als Weizen und gedeiht auf ärmeren Böden, auch ohne Dünger, den Weizen fast immer braucht. Wenn das Wetter plötzlich in Dauerregen umschlug, konnte man Dinkel, bevor er verschimmelte und verfaulte, schnell unreif abernten und darren. Man bekam Grünkern, schmackhaft und gesund.

Das Dinkel-Korn ist von einem Spelz bedeckt, einer Art Schutzhülle. Spelz ist dann auch eine weitere Alternativ-Bezeichnung für Dinkel, von der sich die englische Übersetzung ableitet – Spelt. Er schützt vor Schädlingen und Umwelteinflüssen. Man hat also ein robustes Korn, seine Inhaltsstoffe sind besonders wertvoll.

## DINKEL, TRITICUM AESTIVUM SUBSP. SPELTA (L.) THELL.

Ordnung: Süßgrasartige (Poales)  
 Familie: Süßgräser (Poaceae)  
 Gattung: Weizen (Triticum L.)  
 Art: Dinkel

Dinkelkörner sind wie Nüsse einsamige Schließfrüchte. Er wird einjährig angebaut und wächst etwa 50 bis 100 Zentimeter hoch. Im Unterschied zum Weizen ist das Dinkelkorn wie Gerste fest mit den Spelzen verwachsen. Es wird, da es raueres Klima verträgt und eine verhältnismäßig hohe Resistenz gegen Krankheiten besitzt, insbesondere im biologischen Landbau verstärkt angebaut.

Quelle: [www.lebensmittellexikon.de](http://www.lebensmittellexikon.de)



Gegenüber dem Weizen bringt Dinkel etwa 10 Prozent weniger Ertrag, es muss allerdings auch weniger gedüngt werden

Das alles ist richtig, aber auch nicht ganz. Es ist immer auch eine Frage der Zielsetzung. Will man hohe Erträge mit intensivem Anbau, ist man auch beim Dinkel bei der rein ertrags- und kostenorientierten Landwirtschaft und da sind oft sowohl Dünger, als auch – je nach Sorte – Fungizide oder Herbizide unerlässlich. Dennoch: Dinkel ist robuster und gegen Schädlinge unempfindlicher als Weizen. Das kommt dem Bio-Bauern sehr entgegen.

Keine Nachteile? Doch. Neben den geringeren Erträgen als Weizen sind es die Spelzen, von denen man das Korn in einem zusätzlichen Arbeitsgang befreien muss. Die hat der Weizen nicht.

Ach, und dann gab es noch die Hildegard. Gemeint ist natürlich Hildegard von Bingen, vor beinahe tausend Jahren tätig als Benediktinerin, Äbtissin, Dichterin, Komponistin. Heilig gesprochen wurde sie auch. Sie beschäftigte sich mit Moralthologie und Philosophie, vieles dabei auf ihren Visionen gründend.

Das ist heute weitgehend vergessen. Was jedoch bis heute eine gewisse Bedeutung behielt, sind ihre oder die ihr zugeschriebenen Werke zur Natur und zur Naturheilkunde. Man spricht seit den siebziger Jahren von der Hildegard-Medizin. Und darin wird Dinkel zu einer wahren Wunderpflanze, dem „besten Getreide“, wie man auf Hildegard-Fanseiten lesen kann. Die von ihr postulierte „positive Subtilität“ des Dinkels sollte geradezu universell in allen Lebenslagen helfen.

Ihre Anhänger gehen noch weiter: Von der hervorragenden Nähr- und Mineralstoffbilanz, hohem Vitamingehalt, bester Verträglichkeit hin zur stimmungsaufhellenden

Wirkung, Förderung der Konzentration („Getreide der Dichter und Denker“) bis hin zur Krebstherapie – Dinkel soll es möglich machen, so liest man gelegentlich. Und darf zweifeln.

Der klassische Winterweizen bleibt in hiesigen Gefilden die am meisten verwendete Pflanze für Brot und viele weitere Backwaren. Sein Ruf hat in den letzten Jahren etwas Schrammen bekommen. Vor allem das Weißmehl mit hohen Kohlehydrat- und geringen Vitamin- sowie Spurenelement-Anteilen, gepaart mit dem beinahe vollständigen Fehlen von Ballaststoffen. Daraus wurden sogar schlichte Parolen und Bücher wie „Weizenwampe: Warum Weizen dick und krank macht“ oder „Dumm wie Brot: Wie Weizen schleichend Ihr Gehirn zerstört“.

So einfach ist es natürlich nicht. Die Franzosen bleiben mit ihrem Baguette, wie man hört, durchschnittlich fruchtbar und schlank. Korrekt ist aber sicher, dass Weißmehlprodukte nicht den Hauptanteil der Ernährung bilden sollten. Schwerwiegender ist die Weizenunverträglichkeit. Meist wird Gluten in diesem Zusammenhang genannt. Auch Dinkel hat Gluten, und gar nicht so wenig davon.



**Dinkelbrei zur Stimmungs-Aufhellung wurde schon vor tausend Jahren von Hildegard von Bingen empfohlen**

Woraus soll man nun backen? Natürlich aus Dinkel-Vollkornmehl. Eine interessante, gesunde, schmackhafte Alternative zu Weizen- und Roggenmehlen. Anspruchsvoller in der Verarbeitung und dennoch vielleicht so spannend, dass man ganz auf Dinkel umsteigt. Es wäre nicht das erste Mal in seiner langen Geschichte. 🍷

Text:  
Michal Sip



**Mit dem Weizen ist Dinkel zwar eng verwandt – und doch ganz anders in seinen Eigenschaften**


## Creme aus gebrannten Pistazien

# GRÜNES GLÜCK

Rezept & Bild:  
Simone Filipowsky

 @skueche


 /SKueche


 www.s-kueche.com


Kurz formuliert: Dies ist der beste Aufstrich, der mir in den letzten Jahren begegnet ist. Cremig-nussig, ganz leicht salzig, nicht zu süß und mit einem unglaublichen Crunch. Die Idee ist fantastisch und für mich viel leckerer als gewöhnliches Mandel- oder Nussmus. Aufstrich, Mus – oder nennen wir es Creme – aus Pistazien wäre allein schon wunderbar. Hier sind es aber Pistazien, die vorher frisch gebrannt wurden, wie Mandeln auf dem Jahrmarkt. Der Geschmack ist überwältigend.

## Zutaten


- ▶ 200 g Pistazien, ungeröstet, ungesalzen
- ▶ 150 g Zucker
- ▶ 120 ml Wasser
- ▶ 1 Tl Vanilleextrakt, oder 1-2 Messerspitzen gemahlene Vanille
- ▶ einige Prisen Salz-Flocken


 1-2 Backbleche mit Backpapier belegen.


 Wasser, Zucker und Pistazien in eine beschichtete Pfanne geben und bei mittlerer Hitze so lange rühren, bis das Wasser verdunstet und sich eine weißliche Zuckerschicht bildet. Dann die Pistazien vom Herd nehmen. Alternativ lässt man sie noch etwas länger drauf, bis der Zucker anfängt, leicht zu bräunen. Dann müssen die Pistazien aber schnell auf das vorbereitete Backblech geschüttet werden, damit sie nicht bitter werden.

 Pistazien gut auf dem Papier ausbreiten, vollständig härten und abkühlen lassen. Das ist wichtig, weil sich Nussmus ohnehin beim Mixen erwärmt und man außerdem maximalen Crunch möchte.



 Nüsse mit der Vanille und dem Salz in einen Blitzhacker, Blender oder Thermomix geben und hochtourig klein mixen. Dabei immer wieder pausieren, die Nüsse am Geräterand herunterschieben und eventuell das Gerät abkühlen lassen.

 Die Dauer des Mixens und die Häufigkeit des Pausierens hängt stark vom verwendeten Gerät ab. Mit einem Stabmixer kann es tatsächlich schneller gehen als mit einem Blender, fix funktioniert es mit einem Foodprocessor, bei dem man auch weniger pausieren und herunterschieben muss. Bei einigen Geräten ist viel Geduld gefragt, aber es funktioniert schließlich.

 Das fertige Nussmus kommt nun in sterile Gläser. Prima lässt sich die Creme auch in Kuchen, Desserts und Speisen mit Rosenwasser kombinieren. 🍷



**Schwierigkeitsgrad:** ★★★☆  
**Getreide:** Dinkel  
**Triebmittel:** Lievito Madre  
**Zeit gesamt:** 9 Stunden  
**Zeit am Backtag:** 1,5 Stunden  
**Backzeit:** 45 Minuten  
**Starttemperatur:** 210°C  
**Backtemperatur:** 170°C  
nach 10 Min.  
**Schwaden:** beim Einschießen

# DINKEL-OSTERBROT

Rezept: Johanna Thees



## Quellstück

- ▶ 70 g gehackte Mandeln
- ▶ 40 g Sultaninen
- ▶ 40 g Cranberries
- ▶ 30 g Apfelsaft

Die Mandeln, die Sultaninen und die Cranberries am Abend vorher mit dem Apfelsaft mischen und bis zum nächsten Tag ziehen lassen.

## Hauptteig

- ▶ 175 g Dinkelmehl 630
- ▶ 112 g aufgefrischter Dinkel-Lievito Madre
- ▶ 1 Eigelb
- ▶ 35 g Butter
- ▶ 40 g Zucker
- ▶ 1 Messerspitze gemahlene Vanille
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ 88 g Milch
- ▶ Quellstück

Traditionell gehört Osterbrot zum Fastenbrechen. Aber auch wenn man nicht fastet, schmeckt es immer wieder lecker. Selbst ohne Ostern. Für Dinkel-Fans und jene, die es werden wollen, ist dies hier eine einfache, aber schöne Variante mit Dinkel-Lievito Madre auf Dinkel-Basis.

- Die Zutaten für den Hauptteig, ohne das Quellstück, schonend von Hand etwa 10 bis 12 Minuten zu einem glatten Teig verkneten.
- Danach das Quellstück zugeben und etwa 1 Minute unterkneten, bis der Teig wieder glatt ist.
- Anschließend etwa 5 Stunden bei Raumtemperatur zur Gare stellen. Der Teig soll sich danach deutlich vergrößert haben.
- Den Teig auf die Arbeitsplatte geben, falten und rundwirken. Die Trockenfrüchte auf der Oberfläche absammeln, sie würden im Ofen verbrennen.
- Abgedeckt etwa 2 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen, bis der Teig sich wieder deutlich vergrößert hat.

## Eistreiche

- ▶ 1 Eigelb
- ▶ 1 EL Milch
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ 1 Prise Zucker
- ▶ Zum Bestreuen gestiftelte Mandeln

- Währenddessen den Ofen mit dem Backblech auf 210 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

- Die Eistreiche anrühren, das Brot mit Eistreiche bestreichen und über Kreuz einschneiden. Mit gestiftelten Mandeln bestreuen.

### Tipp

Wer Rosinen nicht mag, kann den Anteil an Cranberries erhöhen oder sie durch ein anderes Trockenobst ersetzen.

- Den Teigling auf das heiße Blech geben und mit Schwaden einschießen. 10 Minuten backen, den Ofen auf 170 Grad runterschalten und in weiteren 35 Minuten fertig backen. Etwa nach der Hälfte der Backzeit das Osterbrot abdecken damit es nicht zu dunkel wird. ■

# BACKEN MIT DINKEL

Wer Dinkel wie Weizen behandelt, wird leckere Brote bekommen, die aber schon am nächsten Tag sehr trocken sind. Denn trotz der Verwandtschaft beider Getreide braucht Dinkel doch eine eigene Behandlung.

**H**ildegard von Bingen hat Dinkel schon vor fast tausend Jahren als gesundes Getreide entdeckt. Sie empfahl Dinkelbrei, da er für eine gute Stimmung sorgen würde. Dinkel gilt aber auch heute

als gesünder, weil er im Gegensatz zu Weizen nicht auf Düngemittel reagiert und daher oft nicht gedüngt wird.

Die wichtigsten Dinkelsorten, die in Deutschland angebaut werden, sind die Urinkel-Sorten Oberkulmer Rotkorn und das Schwaben-



korn. Es gibt noch einige weniger verbreitete Ur-Dinkelsorten, wie Altgold oder Ebners Rotkorn. Urdinkelsorten gelten noch als reiner Dinkel. Ihre modernen Nachfolger sind im Laufe der Jahre mit Weizensorten gekreuzt worden und nicht mehr rein.

Dinkel gibt dem Brot ein nussiges Aroma. Er ist beim Backen aber anspruchsvoll. So bindet er zum Beispiel Wasser nicht so gut wie Weizen. Das ist der Grund für die schnell trocken werdende Krume von Dinkelbroten. Bei der Herstellung von Brot ist das Getreide eigen, weil es zwar mehr Gluten enthält als Weizen, dieses Gluten aber schlechtere Klebereigenschaften hat. Reine Dinkelteige sollten daher nicht zu lange geknetet werden und eher länger und kühler geführt werden.



**Dinkel gehört zur Weizenfamilie, hat aber deutlich andere Eigenschaften beim Backen**

IN EINEM KOCHSTÜCK  
KANN DINKEL MEHR  
WASSER BINDEN. SO  
WIRD DIE KRUME  
SAFTIGER. DAS BROT  
LÄNGER HALTBAR



Die schlechte Wasser-Bindung des Dinkels schreit nach einem Kochstück oder anderen Tricks, um dem Teig mehr Feuchtigkeit zu geben.

Um ein Kochstück aus Dinkelmehl herzustellen, wird das Mehl mit der fünffachen Menge kalten Wassers angerührt und aufgekocht. Durch die Hitze verkleistert die Stärke des Mehls und kann deutlich mehr Wasser binden. Unter Rühren entsteht so eine Art dicker Pudding. Dieser kommt – nachdem er abgekühlt ist – mit in den Brotteig. Das bringt mehr Wasser hinein, das Dinkelbrot bleibt lange frisch und bekommt eine bessere Krume.

Eine ähnliche Wirkung hat die Zugabe von Quark oder anderer Milchprodukte in Dinkelteigen. Auch beim Einsatz eines Kochstückes kann noch zusätzlich Quark oder ein anderes Milchprodukt hinzugefügt werden. Weitere Alternativen mit ähnlicher Wirkung sind Brühstücke (Mehl, Altbrot, Saaten und/oder Schrot werden mit kochendem Wasser übergossen) oder Quellstücke (Mehl, Saaten und/oder Schrot werden mit kaltem Wasser übergossen) als Vorteig. Positiv wirkt sich bei Dinkelteigen auch der Einsatz von Sauerteig aus.

In der Küche kann Dinkelmehl überall eingesetzt werden, für Kuchenteige genau so gut wie für Pfannkuchen, Waffeln, Plätzchen oder anderes Gebäck.

# DINKEL-KRÜSTCHEN

## Hefevorteig

- ▶ 150 g Wasser
- ▶ 4 g Frischhefe
- ▶ 200 g Dinkelmehl 630

Die Hefe mit dem Wasser verrühren. Das Mehl untermischen und den Teig glatrühren. Mit einem Deckel verschließen und 4-6 Stunden bei Raumtemperatur gehen lassen. Es ist auch möglich, den Hefevorteig schon 10-12 Stunden vorher herzustellen, wenn es zeitlich besser passt.

## Kochstück

- ▶ 250 g Wasser
- ▶ 50 g Dinkelmehl 630

Das Mehl und kaltes Wasser mit einem Schneebesen in einem kleinen Kochtopf vermischen. Aufkochen und kurz einkochen lassen, bis die Masse andickt. 1-2 Stunden abkühlen lassen. Das Mehlkochstück kann ebenfalls am Tag vorher hergestellt und nach dem Abkühlen kühlgestellt werden.

## Hauptteig

- ▶ Hefevorteig
- ▶ Kochstück
- ▶ 180 g Dinkelmehl 630
- ▶ 200 g Dinkelvollkornmehl
- ▶ 14 g Salz
- ▶ 25 g Wasser
- ▶ 2 TL Honig, alternativ Agavendicksaft, Zucker oder Zuckerrübensirup

Für dieses Dinkelbrot habe ich 2/3 Dinkelmehl 630 und 1/3 Dinkelvollkornmehl genommen. Das Kochstück und der Hefevorteig werden 4-6 Stunden vor dem Hauptteig vorbereitet. Bei Dinkelbrot dient das Kochstück, wie schon erwähnt, der Frischhaltung und verhindert, dass die Krume schnell trocken wird. Der Teig darf nach dem ersten Falten insgesamt 4 Stunden gehen. So bekommt das Brot ein tolles Aroma, wird bekömmlicher und schön locker.



## Vorsicht mit dem Wasser

Auch bei reinen Dinkelmehl-Teigen kann die Flüssigkeitsmenge von den Rezeptangaben abweichen. Je nachdem, woher das Mehl kommt, nimmt es mehr oder weniger Flüssigkeit auf. Deswegen ist es ratsam, immer einen kleinen Teil von der Flüssigkeit im Hauptteig zurückzuhalten und alle Teigzutaten zunächst zwei Minuten zu kneten. Hier reichen die 25 Gramm Wasser vom Hauptteig aus. Wenn der Teig dann ziemlich fest und trocken aussieht, kann noch Wasser dazugegeben und untergeknetet werden.

## Den Teig kneten – Dinkel braucht weniger

Alle Zutaten des Hauptteiges (außer das Wasser) kommen mit dem Hefevorteig und dem Kochstück in die Schüssel der Knetmaschine und werden auf der langsamsten Stufe zwei Minuten lang vermischt. Wenn der Teig eher fest und trocken aussieht und sich auch so anfühlt – Wasser dazu geben. Auf schnellerer Stufe weitere drei Minuten kneten. Wichtig ist bei Dinkelteigen, dass sie nicht wesentlich länger geknetet werden als angegeben. Das tut dem Teig nicht gut, er ist dann schnell überknetet.

Mit dem Kneten wird das Klebergerüst im Teig aufgebaut, das die Luft im Teig hält und die Krume luftig macht. Beim Überkneten wird dieses Gerüst wieder abgebaut, das Brot wird flacher und weniger luftig. Beim Verkneten der Teigzutaten von Hand sollte der Teig nur so lange geknetet werden, bis er sich homogen und gut vermischt anfühlt.



Auf das Kneten folgt die Stockgare, während der der Teig in einer Schüssel ruht. Im Inneren arbeiten die Hefen

*Für Einsteiger  
geeignet*

<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	★☆☆
<b>Getreide:</b>	Dinkel
<b>Triebmittel:</b>	Hefe
<b>Zeit gesamt:</b>	9-11 Stunden
<b>Zeit am Backtag:</b>	9-11 Stunden
<b>Backzeit:</b>	50 Minuten
<b>Starttemperatur:</b>	250°C
<b>Backtemperatur:</b>	200°C nach 20 Minuten
<b>Schwaden:</b>	beim Einschließen

## Die Stockgare

Das erste Gehenlassen des Teiges ist die sogenannte Stockgare. Der Teig kommt auf eine leicht bemehlte Backunterlage, das kann ein großes Holzbrett oder einfach die Arbeitsplatte auf dem Küchenschrank sein. Hier wird der Teig gefaltet und rundgewirkt. Für das Falten nimmt man die äußeren Teig-Enden und faltet sie jeweils zur Mitte hin, dabei dreht man den Teig immer mit, so dass er rundum überall einmal zur Mitte hin gefaltet wurde. Der Teigling wird umgedreht und mit den Händen rundgewirkt, also rundgeformt. So bekommt er eine Oberflächenspannung.

Der Teig kommt mit dem Schluss – also der Seite, auf der die gefalteten Enden mittig zusammenlaufen – nach unten in eine leicht geölte Schüssel mit Deckel und darf darin 3 Stunden gehen. Nach einer und zwei Stunden kann er noch einmal gefaltet und wieder rundgewirkt werden. So können die im Teig entstandenen Gärgase entweichen und neuer Sauerstoff eingearbeitet werden, was die Hefen im Teig anregt. Das kann man direkt in der Schüssel mit nassen Händen machen.



- 1) Beim Falten zieht man die Enden des Teiges reihum lang und faltet sie zur Mitte. Wo sie sich treffen, entsteht der „Schluss“. 2) Der Teigling wird jetzt etwas flachgedrückt, um ihn langzuwirken. 3) Durch das Überschlagen der zwei Seiten entsteht eine längliche Form. 4) Nach dem Falten wird der Teigling rund gerollt – das Brot nimmt Form an



1) Bevor es in den Ofen geht, ruht der Teigling in einem Gärkorb. Hier arbeiten die Hefen noch einmal kräftig, das Volumen vergrößert sich sichtbar. 2) Um es schnell in den Ofen zu bringen, kommt das Brot auf einen Einschießer, im Grunde nur ein schmales Brett oder eine Metallplatte. Zu sehen ist der Einschnitt, der schnell und tief mit einem scharfen Messer durchgeführt wird

## Das Rundwirken und Formen

Nach drei Stunden wird der Teigling wieder auf die leicht bemehlte Backunterlage gegeben und nochmal wie zuvor gefaltet, umgedreht und rundgewirkt.

Wer einen runden Gärkorb hat, kann den Teigling jetzt direkt mit dem Schluss nach oben in den gut bemehlten Gärkorb geben. Wer keinen Gärkorb hat, kann am Anfang auch einen Sieb oder eine Schüssel nehmen und diese mit einem bemehlten Küchenhandtuch auslegen. Am besten nimmt man dafür Dunst, Maismehl oder Roggenmehl. Das verhindert, dass der Teig nach dem Gehen am Körbchen oder Handtuch hängen bleibt.

Bei Verwendung eines länglichen Gärkorbs wird der Teigling wieder auf die Faltseite gedreht und etwas flach gedrückt. Dabei ist der Teig von oben her zur Mitte zu falten. Dann wird von unten ebenfalls zur Mitte gefaltet. Mit beiden Händen rollt man dann den Teigling rund und etwas länger.

## Die Stückgare

Der Teigling kommt für die sogenannte Stückgare dann mit dem Schluss nach oben in den bemehlten Gärkorb, wo er abgedeckt eine bis anderthalb Stunden lang geht. Die Gehzeit für die Stückgare kann nie ganz genau angegeben werden, da sowohl die Teigtemperatur, wie auch die Raumtemperatur darüber entscheiden. Wenn der Teig in einem eher kühleren Raum steht, kann die Stückgare auch mal bis zu zwei Stunden brauchen. Wenn es sehr warm ist, wesentlich kürzer.

Es gibt einen kleinen Trick, wie man selbst den richtigen Zeitpunkt herausfinden kann. Man drückt einfach einen Finger kurz in den Teigling. Durchaus einen bis anderthalb Zentimeter tief. Wenn der Teig sofort wieder in seine Ursprungsform zurückspringt, braucht er noch Zeit. Erst wenn die Delle ein bisschen bleibt und sich langsam wieder auffüllt, ist er genau richtig zum

Backen. Zwischen beiden Zuständen können manchmal nur 10 Minuten liegen. Deswegen sollte man am Anfang lieber öfter überprüfen, wie reif der Teig ist. Bildet sich die Delle gar nicht mehr zurück, hat der Teig Übergare und kann beim Backen leicht zusammenfallen.

## Den Backofen vorheizen

Der Backofen wird nach 30 bis 60 Minuten Gehzeit auf 250 Grad Ober-/Unterhitze vorgeheizt. Brotteige sollten immer bei möglichst hoher Temperatur in den Backofen kommen. Ein Backblech mit Backfolie oder Backpapier wird mit aufgeheizt.

## Das Einschneiden und Einschießen

Für das Einschießen, also das Einbringen in den Ofen, wird der Teigling vorsichtig aus dem Gärkorb auf einen Einschießer (ein dünnes Holz Brett, mit dem der Teigling direkt in den Backofen auf das heiße Blech geschoben wird – manche haben eventuell so ein Brett, um Pizza in den Ofen zu schieben) oder direkt auf das heiße Backblech gestürzt. Das geht am besten, in dem man die Hände beim Stürzen etwas mit unter den Gärkorb hält und dabei den fallenden Teigling ein wenig abbremsst.



Nach etwa 50 Minuten kommt ein ansehnliches Brot aus dem Ofen, das planmäßig am Einschnitt aufgegangen ist

Jetzt kann der Teigling mit einem möglichst scharfen Messer eingeschnitten werden. Würde man das nicht tun, würde er im Backofen unkontrolliert aufreißen. Die Schnitte sollten tief und schnell, in einem Zug und mit ein bisschen Kraft gemacht werden. Es gibt spezielle Messer zum Einschneiden von Teiglingen. Am Anfang geht es aber auch gut mit einer Rasierklinge oder einem Teppichmesser und wenn beides nicht vorhanden ist, auch mit einem fein gezackten Messer. Das Backblech kommt nun in den heißen Backofen auf die mittlere Schiene.

## Das Schwaden

Gleich zu Beginn des Backens benötigt der Teig ordentlich Wasserdampf, damit die Kruste während des Ofentriebs, also dem Aufgehen im Backofen in den ersten Minuten, flexibel bleibt und am Ende des Backens schön knusprig wird. Das Wasser sollte immer in den Backofen kommen, wenn der Teigling bereits eingeschossen ist. Das geht am Anfang am besten mit einer Sprühflasche mit Wasser. Bei kalkhaltigem Wasser empfiehlt es sich, destilliertes Wasser zu nehmen, da man sonst Kalkflecken im Backofen bekommt. Man sprüht richtig viel Wasser über den Teigling und an die Wände des Backofens, so dass im Innenraum viel Dampf entsteht und schließt gleich die Backofentür, damit der Dampf im Innenraum bleibt.

## Das Backen

Bei 250 Grad wird zunächst 20 Minuten gebacken, dann die Temperatur auf 200 Grad gesenkt und weitere 30 Minuten gebacken. Nach insgesamt 10 bis 15 Minuten öffnet man den Backofen kurz, um den Dampf abziehen zu lassen, sonst würde das Brot am Ende nicht knusprig werden. Wenn man nicht sicher ist, ob das Brot fertig ist, kann man die sogenannte Klopffprobe machen. Dazu klopft man mit den Fingern gegen die Unterseite. Das sollte sich hohl anhören – dann ist es fertig. Wer ein Kerntemperatur-Thermometer hat, kann auch exakter herangehen und die Temperatur im Inneren des Brotes messen. Perfekt ist sie rund um 97 Grad. Das Brot lässt man dann auf einem Kuchengitter abkühlen, damit auch der Boden knusprig bleibt. 🍞

EINEN AUSFÜHRLICHEN BERICHT ZUM THEMA SCHWADEN UND DEN VERSCHIEDENEN TECHNIKEN IM HEIMISCHEN OFEN GIBT ES IN AUSGABE 1/18 VON **BROT**. BESTELLBAR UNTER ALLES-RUND-UMS-HOBBY.DE



Text und Rezept: Valesa Schell

[f /groups/785749074867453/](https://www.facebook.com/groups/785749074867453/)

[www.brotbackliebeundmehr.com](http://www.brotbackliebeundmehr.com)

Im Inneren zeigt sich eine locker-leichte Krume



## Sharon-Himbeer-Aufstrich

# FEINE FRÜCHTE FRISCH AUF'S BROT



Wie wäre es mal mit einem ausgefallenen Aufstrich zum Frühstück? Sharon, auch bekannt unter dem Namen „Kaki“, in Kombination mit Himbeeren schmeckt wunderbar. Denn die milde Süße der Kaki harmonisiert hervorragend mit der leichten Säure von Himbeeren. Warum also nicht mal beides in einer Marmelade zusammenführen?

## Zutaten

- ▶ 650 g Kaki (sehr reif)
- ▶ 350 g Himbeeren (auch gefroren)
- ▶ 1 große Zitrone oder 2 Limetten (unbehandelt)
- ▶ 500 g Gelierzucker (Verhältnis mit Früchten 1:2)



● Die Sharonfrucht auslöffeln und das Innere gemeinsam mit Himbeeren, Zucker, Limetten- oder Zitronensaft sowie dem Gelierzucker in einen Topf geben.

● Alles miteinander vermengen und mindestens 30 Minuten durchziehen lassen.

● Danach noch einmal umrühren. Wer mag, kann die Masse noch pürieren.

● Wer keine Himbeerkerne in seinem Aufstrich haben möchte, kann die Marmelade noch passieren. Dazu nimmt man die „Flotte Lotte“, die jeder noch von Oma kennt, oder streicht den Aufstrich durch ein Sieb.

● Die Masse auf dem Herd aufkochen und für mindestens 3 bis 4 Minuten köcheln lassen.

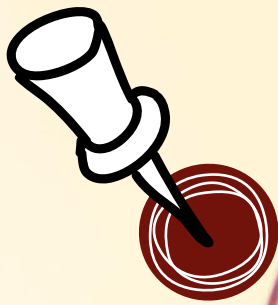
● Jetzt kommt die Gelierprobe. Diese funktioniert so: Etwas Marmelade auf einen Teller geben. Sie sollte nach dem Abkühlen fest werden beziehungsweise andicken. Wenn dies nicht geschieht, weiter köcheln und eventuell etwas Zitronen- oder Limettensaft hinzufügen.

● Den Aufstrich mit Hilfe eines Trichters in ausgekochte Einweckgläser abfüllen und verschließen. 🍷

**Tipp** Zum Lagern eignet sich ein kühler, dunkler Ort. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren.

Rezept: Michelle Deschner  
f /pustebblumenzauber  
i @mimipustebblume





# Mühlensfinder

PLZ 20000

 **Mühle Erks**

*Backen Sie  
Ihr Brot mit  
unseren wertvollen  
Zusätzen!*

Horster Hauptstraße 5  
26446 Friedeburg / OT Horsten  
Telefon 04453 2230  
[www.muehle-erks.de](http://www.muehle-erks.de)

PLZ 50000



**Horbacher Mühle**  
Horbacher Mühle  
Prod. u. Handels GmbH


Oberhorbacher Str. 25  
53819 Neunkirchen-Seelscheid  
Telefon: 02247 / 300 102  
Mail: [shop@horbacher-muehle.de](mailto:shop@horbacher-muehle.de)  
[www.horbacher-muehle.de](http://www.horbacher-muehle.de)

**Bio-Mühle**   
Eiling

**Biomühle Eiling**  
Möhnestraße 98  
59581 Warstein  
[shop@biomuehle-eiling.de](mailto:shop@biomuehle-eiling.de)  
[www.bio-muehle-eiling.de](http://www.bio-muehle-eiling.de)

PLZ 70000

**Stingel-Mühle**



- Qualitätsmehle aus Weizen, Dinkel und Roggen
- Brotbackmischungen
- Dinkelprodukte
- Backzutaten
- Backkurse

*Versandkostenfrei  
ab 45 Euro*

 Schwaderloch 9  
72336 Balingen  
07433/3295  
[www.mehlkaufen.de](http://www.mehlkaufen.de)

  
**BLATTERT MÜHLE**

Gesunde  
Mühlenprodukte,  
frisch aus dem  
Schwarzwald!

79848 Bonndorf T. 07703-318  
[www.blattert-muehle.de](http://www.blattert-muehle.de)

PLZ 80000

**Mailänder MÜHLE**

 Egerweg 30 · 86753 Möttingen  
Tel.: 09083/208 · Fax: 92 02 08  
[www.mailaender-muehle.de](http://www.mailaender-muehle.de)

**RIESER GOLD**



  
**Donath**  
Donath-Mühle. Bio seit 1925.

Dorfstrasse 9  
86825 Bad Wörishofen-Stockheim  
Telefon 08247/2112  
[www.donath-muehle.de](http://www.donath-muehle.de)

PLZ 90000

  
Gailertsreuther Mühle  
seit 1612

**Gailertsreuther Mühle**  
Gerald Meierhöfer  
Gailertsreuth 5  
92685 Floß  
Tel.: 09603/353

[www.gailertsreuther-muehle.de](http://www.gailertsreuther-muehle.de)  
[webShop@gailertsreuther-muehle.de](mailto:webShop@gailertsreuther-muehle.de)





Der **Geschmack** meiner Kindheit

# Die Wehmut der Erinnerung

Das kennt jeder: Du betrittst einen Raum, du trinkst einen Schluck oder kostest einen Bissen – und sofort hast du ein Bild im Kopf, eine Erinnerung an deine Jugend, ein Erlebnis, ein bestimmtes Getränk oder eine Speise. Aber nicht irgendetwas. Nein, du weißt ganz genau was es war, wann es war, welche Begebenheit, so einmalig und sicher zuzuordnen, dass es dir in diesem Moment fast wie ein Wunder vorkommt.

Unser Gehirn ist, glaube ich, ein Wunder und wird es wahrscheinlich noch lange bleiben. Fachleute sagen, es sei für die Ewigkeit geschaffen und nicht nur für unser bescheidenes kurzes Leben. Jeder von uns hat schon solch prägende Erlebnisse gehabt. Von einem möchte ich erzählen.

Ich wuchs in Mittelkärnten auf. Wir hatten ein kleines Haus am Stadtrand von Klagenfurt, mit Garten. Obst und Gemüse gab es hauptsächlich aus dem eigenen Garten, Eier von den eigenen Hühnern, Hasen hatten wir auch, aber nicht lange. Ein Marder zwängte sich ins Gehege und das wars.

Ich wuchs also sehr naturverbunden auf. In den Sommerferien machten wir Urlaub am Land, fast immer auf der sogenannten „Saualm“, Unterkärnten in der Nähe von Wolfsberg. Dort bekam ich meine liebe zur Natur eingepflanzt.

Da lebten Bergbauern, die noch mit dem Pferd das Getreide zur Mühle brachten. Gebacken wurde nur alle drei Wochen. Milch war handgemolken, Butter selbst gemacht, Apfelmost entstand im Keller, abends traf man sich zur Jause (Brotzeit). Und ich mitten drin als zehnjähriges Stadtkind.

Ich kann mich heute noch genau an den Geschmack der Speisen und an die Gerüche

erinnern. Die Selch, in der das Fleisch geräuchert wurde, der dunkle Keller, bei dem die Mädchen Angst hatten, Most holen zu gehen. Ein Most aus Apfel und Birnen, so hantig (bitter), dass es dir das Unterhemd ausgezogen hat.

Mich prägten also Kindheitserinnerungen an Zeiten, die vorbei sind. Manche wünscht man wieder, auf andere könnte man verzichten. Den Most zum Beispiel.

Wieder zurück in der Stadt, traf mich der Alltag meistens wie ein Watsche ins Gesicht. Am Berg erlebte ich beinahe grenzenlose Freiheit, der Tag gehörte mir. Zuhause herrschten Zucht und Ordnung – und zur Ordnung gehörte auch der regelmäßige Besuch einer Schule. Da kommt mir ein bekanntes Kärntner Lied von Gretl Komposch in den Sinn, das meine Jugend zum Teil gut wiedergibt.

## DAS RADL DER ZEIT

Wie die Zeit sich so schnell vaziegt, wie a Wolkn im Wind. Es wor erst gestern so kummts ma vur, daß ih gspielt hob als Kind. Wor das Schulgehen a oft a Plog, lieber wor i daham und so frei wie i gwes'n bin, wor lei's Vogale am Bam. Amol noch wenn is so nochdenk allan, möcht i das Radl der Zeit hinterdrahn. Wie a Wetter im Summa hot die Liab mit daglenkt hot mi himmelhoch glücklich gmocht und Kindalan geschenkt. Amol noch möcht i mit dir lei allan, gonz a klans bissl die Zeit hinterdrahn.

Gretl Komposch

Kärntner fangen immer an zu weinen, wenn sie dieses Lied hören. Selbst ich bekam beim Schreiben dieser Zeilen feuchte Augen.

Aber zurück. Ich musste also im September – so wie jedes Jahr – in die Schule gehen. Und der einzige Lichtblick war die Schulkantine mit einem





In den Ferien ging es mit der Familie immer auf die „Saualm“, ein Landstrich in Unterkärnten



Schulwart, der einen das Fürchten lehrte. Das hielt uns aber nicht davon ab, in der Pause wie eine wilde Herde freigelassener Stiere die Kantine zu stürmen. Denn dort gab es die besten Bosniaken, die ich je gegessen hatte. Brötchen mit hauchdünn aufgeschnittenem Leberkäs.

Sie waren so gut, dass ich Jahrzehnte davon geschwärmt habe – und mit mir meine Freunde, die auch in diesen Hochgenuss kamen. Irgendwann begann ich, mich mit Brotbacken zu beschäftigen. Ich wollte endlich gute Bosniaken herstellen. Besser als das, was ich unter diesem Namen inzwischen gewöhnt war.

*Vollkommene Freiheit bot die Natur im Urlaub, im September ging es dann in den ungeliebten Schulalltag zurück*

Im legendären Klagenfurter Gasthaus Pumpe gab es wieder einmal im Körberl so etwas wie Bosniaken – und wenigstens optisch brachten sie die Erinnerung zurück. Der Geschmack hingegen hatte sich total verändert oder meine Wahrnehmung war eine andere. Egal, meine Tischkollegen erinnerten sich teilweise auch noch voller Wehmut an die Seinerzeitigen.

Wenn irgendjemand in diesem Moment das obige Lied angestimmt hätte – wir wären in



Eine zünftige Brettljausn gehört zum Leben auf dem Land



Eine Kindheit im Landidyll erlebte Samuel Kargl


Selbstmitleid zerronnen. Nun hatte ich ja aber schon einige Erfahrungen mit meinem neuen Hobby gesammelt. Zuhause angekommen, ging es also los.

Ich griff zum Mehl und folgte meinem Bauchgefühl. Es sollten Bosniaken werden. Und es wurden auch wirklich Bosniaken. Es fühlte sich wie ein Wunder an, das mit dem ersten Bissen seinen Lauf nahm. Im Geiste waren auf einmal alle ganz nah – der Schulwart, meine Schule, Leberkäs, die Pause und die Bosniaken.

Zunächst dachte ich natürlich, mein Gedächtnis habe sich meinen Wünschen angepasst. Also musste ich jemanden finden, der die Bosniaken unvoreingenommen kosten könnte. Einige meiner gleichaltrigen Freunde wurden als Tester angeworben. Sie konnten das Wunder bestätigen.

Aber was sind diese Bosniaken eigentlich? In Kärnten sagen wir Weckerl, in Deutschland sind es Brötchen. Ihr Ursprung lässt sich nicht mehr sicher bestimmen. Die Bosniaken als Volksgruppe haben etwa drei Millionen Angehörige und besiedeln Teile von Bosnien, Herzogowina, Serbien und Montenegro. Da Kärnten in den vergangenen Jahrtausenden von seinen Nachbarvölkern geprägt wurde, kann es schon sein, dass dieses Gebäck von daher seinen Namen hat.

Text und Fotos:  
Samuel Kargl

 [www.samskitchen.at](http://www.samskitchen.at)



Wenn niemand den Geschmack der Kindheit wiederbringt, dann muss man eben selbst experimentieren

Eine andere Theorie besagt, dass bosnische Soldaten die zur Elitetruppe der k. u. k. Monarchie gehörten, großen Einfluss auf die Entstehung der Bosniaken als Gebäck hatten. Das 2. bosnische Infanterieregiment war in Graz stationiert und das am höchsten ausgezeichnete Regiment der österreichisch-ungarischen Armee.

Jedenfalls handelt es sich um einen Roggen/Weizen-Mischteig mit Kümmel und grobem Salz auf der Kruste. Der Sauerteig gibt den Bosniaken einen herzhaften würzigen Geschmack. Als Triebmittel dient ein Vorteig aus Roggenmehl, im Hauptteig wird dann ein kleiner Anteil Hefe verwendet um dem Teig die nötige Triebkraft zu geben. ■

Rezept auf der nächsten Seite



# BOSNIAKEN

Schwierigkeitsgrad: ★☆☆

Getreide: Roggen, Weizen

Triebmittel: Sauerteig, Hefe

Zeit gesamt: 14 Stunden

Zeit am Backtag: 2 Stunden

Backzeit: ca. 20 Minuten

Starttemperatur: 250°C

Backtemperatur: 250°C

Schwaden: beim Einschließen

## Vorteig (für 17 Bosniaken)

▶ 200 g Roggenmehl R960  
(Type 997)

▶ 20 g Roggen-Anstellgut

▶ 200 g Wasser

Die Zutaten gut vermischen  
und etwa 12 Stunden bei  
Raumtemperatur stehen  
lassen.

## Hauptteig

▶ Vorteig

▶ 500 g Weizenmehl W700  
(Type 550)

▶ 250 g Wasser

▶ 1 TL Gerstenmalz

▶ 1 TL Kümmel

▶ 15 g Salz

▶ 10 g Frischhefe



Rezept & Bilder: Samuel Kargl

- Alle Zutaten für den Hauptteig zuerst auf der niedrigsten Stufe 10 Minuten mischen und dann noch einige Minuten auf schnellerer Stufe kneten bis sich der Teig von der Schüssel zu lösen beginnt.
- Den Teig 30 Minuten bei Raumtemperatur gehen lassen.
- Teiglinge zu je 70 Gramm abwiegen und rund wirken.
- Die Teiglinge mit einer Mischung 50/50 Roggenmehl und Kartoffelstärke einstauben und 15 Minuten zugedeckt entspannen lassen.
- Danach zu länglichen Weckerln formen und diese aufgehen lassen. Bei 24 Grad sind es etwa 60 Minuten.
- Danach längs einschneiden, mit Wasser besprühen und mit grobem Meersalz bestreuen.
- Bei 250°C Ober-/Unterhitze in den gut vorgeheizten Ofen geben. Zu Beginn kräftig schwaden. Den Dampf nach 10 Minuten ablassen. Die Bosniaken sollten etwa 20 Minuten goldbraun ausgebacken werden. ■



**Ankarsrum Assistent** und **Häussler Alpha 2G** im Test

# DUELL DER DREHTÖPFE

Das wichtigste vorab: Dies ist kein faires Duell. Die Assistent von Ankarsrum und Häusslers Alpha sind Knetmaschinen, bei denen sich die Teigschüsseln drehen. Und da enden ihre Gemeinsamkeiten bereits. Sie sind von so unterschiedlichem Charakter, dass sich ein wirklicher Vergleich verbietet. Und trotzdem ist es interessant, beide Maschinen mal unter die Lupe zu nehmen.

**H**äussler ist deutsches Handwerk in seiner reinsten Form. Das Unternehmen, einst als Schmiederei gegründet, dann zum Landmaschinen-Fachbetrieb entwickelt, produziert seit 1970 alles rund ums semiprofessionelle sowie professionelle Backen auf einem Qualitätslevel, das seinesgleichen sucht. Das bringt auch ein ähnliches Preislevel mit sich. Insofern ist ein Häussler-Gerät immer eine Investition. Rechnet man die Haltbarkeit der Geräte gegen, relativiert sich der Preis ohne weiteres. Aber erstmal tut er weh.

Ankarsrum ist ein Stück Schwedischer Geschichte. Ein ganzer Ort – wenn auch nur einer mit 1.200 Einwohnern – ist in der historischen Provinz Småland nach der Eisen gießerei benannt, die vor 90 Jahren noch der bedeutendste Produzent von Öfen, Herden und Badewannen war. Kern der Unternehmensgruppe ist heute ein Motorenwerk. Und wenn man neben Motoren für Betonmischer schon welche für andere Küchenmaschinen herstellt, kann man auch seine eigene drumherum bauen.

## Das Design

Die Küchenmaschine von Ankarsrum war seit 1940 schon unter vielen Namen bekannt. Erst jüngst besann man sich auf die Historie, nannte sie wieder Assistent Original und pflegt ein regelrecht schönes Retro-Design. Die Farb-Palette ist riesig und bietet mit 13 Versionen etwas für jeden Geschmack. Die geschwungene Form passt sich in viele Umfelder harmonisch ein. Das Gerät ist optisch ein Gewinn.

Die Häussler Alpha? Nun... Was soll man sagen? Sie ist wahrlich keine Schönheit. Funktionalität bestimmt das Wesen dieser Maschine, für die man in einer Küche Platz schaffen muss. Sie ist groß. Und sie nur zum Backen mal rauszuholen, funktioniert eher nicht. Das Gerät wiegt 29 Kilogramm. Immerhin sind inzwischen fünf Farben zu haben.

## Die Bedienung

Die Alpha 2G kommt mit sechs Knöpfen und einem Display aus, das zwei Ziffern zeigen kann. Es lassen sich Geschwindigkeit – es gibt nur langsam und schnell – sowie die Zeit regeln. Fertig. Das ist angenehm einfach.



Ankarsrum versucht es noch spartanischer – mit zwei Drehknöpfen. Zeit und Geschwindigkeit lassen sich stufenlos einstellen. Einfacher macht es die Sache aber nicht. Denn die Minuten sind zwar mit Punkten auf dem Regler kenntlich gemacht, es gibt aber am Gerät keinen Strich oder Pfeil, an dem man einen Punkt ausrichten kann. Geschwindigkeits- und Zeiteinstellung bleiben zum Teil Gefühlssache.



Die Akarsrum Assistent Original mit ihrem Standardzubehör





Per Kettenantrieb werden die 390 Watt des Häussler-Motors übertragen



Das Bedien-Panel der Alpha ist denkbar schlicht, bei der Alpha 2G kommen noch zwei Geschwindigkeiten hinzu

## Die Stabilität

Maschinen wie Kenwood bewegen sich während des Knetens gern über die Anrichte. Auch von unkontrollierten Stürzen ist schon berichtet worden. Hier überzeugen beide Maschinen. Bei Ankarsrum liegt der Schwerpunkt so weit unten, dass die Maschine sich im Betrieb keinen Millimeter bewegt und Häusslers Alpha ist ohnehin so schwer, dass sie selbst von Menschenhand nur unter Anstrengung zu bewegen ist.

## Die Technik

Im irrationalen Watt-Wettbewerb der Küchenmaschinen spielt Häussler einfach mal nicht mit. 800 Watt? 1.000? 1.500? Das ist den Schwaben herzlich egal. Die Alpha dreht sich mit maximal 390 Watt. Die aber werden per Kettenantrieb direkt auf die beweglichen Teile übertragen. Damit kontert das Gerät auch vierstellige Wattzahlen aus und ist ein Kraftpaket erster Güte. Zudem ein sehr unanfälliges. Die Technik der Alpha ist auf Jahrzehnte ausgelegt.





Die Teigschüssel wird stabil in den Drehteller eingerastet bevor es losgeht. Nach einer Gewöhnungsphase klappt das fast blind

Die Häussler Alpha 2G mit ihrem Standardzubehör

Ankarsrums Assistent gibt es in zwei Versionen – 800 und neu mit 1.500 Watt. Die Leistungssteigerung ist aber eher Marketing. Denn wirklich wichtig ist sie nicht für Brotteige. Denen ist es relativ egal, mit wieviel Watt sie geknetet werden. Die Leistung geht von einem Bürstenmotor eigener Produktion aus, dessen Kraft per Riemen übertragen wird. Auch die Schweden glauben an ihre Technik und geben eine siebenjährige Garantie.

### Der Start

Schon in Stufe 1 kommt die Häussler auf Touren. Wenn sich im Topf dann Wasser, Mehl und ein etwas festerer Vorteig befinden, wird letzterer schnell vom rotierenden Knethaken erfasst, ein wenig herumgeschleudert und ein guter Teelöffel Mehl landet außerhalb der Maschine. Flüssiges bleibt drin, dafür sorgt der Spritzschutz, ohne den die Maschine sich keinen Millimeter bewegt.

Bei Ankarsrum steht der Erstbenutzer gelegentlich ratlos vor der Maschine. Bei ihr bewegt sich lediglich die Schüssel, nicht aber der Knethaken. Ist sie gefüllt, vor allem wenn

das Wasser als erstes eingefüllt wurde, bewegt sich zunächst einmal... nur die Schüssel. Es bedarf etwas Zeit und manchmal auch etwas Hilfe mit einem Löffel, bis die ersten Mehl- und Wasserteile erfasst und zusammengeknetet werden.

### Das Kneten

Bei Ankarsrum dreht sich der Topf, sonst nichts. Innen ragt starr ein Metallbügel in die Schüssel. Man nennt es Knethaken, auch wenn es ganz anders aussieht. Zudem gibt es seitlich einen Teigabstreifer, so dass sich kein Teig am Schüsselrand absetzt. Zumindest theoretisch. Mit der Form des Knethakens und der sich bewegenden Schüssel ahmt die Assistent das menschliche Kneten nach wie sonst keine Maschine. Nun mag man einwerfen, dass es ja einen Grund gibt, dass professionell heute nicht mehr von Hand geknetet wird. Maschinen können das besser. Und doch sind die Ergebnisse gut. Während des Knetprozesses wird etwas weniger Sauerstoff in den Teig eingearbeitet, aber das hat Ankarsrum nicht exklusiv. Ein durchschnittlicher Teig wird durchschnittlich gut geknetet. Gelegentlich bilden sich kleinere Mehlnester oder bleibt der Teig auch mal hängen. Da muss man nachhelfen.

Häussler bietet professionelle Knettechnik im Haushaltsformat. Es dreht sich nicht nur die Schüssel, sondern in ihr auch der Knethaken. Und zwar gegenläufig sowie in anderer Geschwindigkeit. So soll sichergestellt werden, dass jede Zutat in den Teig eingearbeitet und der wiederum optimal geknetet wird. Zudem ist das System darauf

ausgelegt, Sauerstoff in den Teig einzuarbeiten, was die Hefen anregt und den Teig besser aufgehen lässt. Das funktioniert gut. Perfekt ist auch Häussler nicht. Bei Mehlen mit hohem Schalenanteil setzen die sich gern mal am Boden ab und müssen nachträglich von Hand in den Teig eingearbeitet werden. In der Summe bietet Häussler aber sicher die beste Knettechnik in diesem Maßstab.

## Der Härtetest

Ultimativer Härtetest für Knetmaschinen ist Pumpnickel. Der grobe, klebrige Roggenteig muss lange geknetet werden. Bei Kenwood bleibt er gern am Schüsselrand kleben, während sich der Knethaken in der Mitte dreht.

Häussler löst das Problem nicht mit Bravour, aber am besten. Auch hier ist es immer mal wieder nötig, anhaftenden Teig vom Schüsselrand zur Mitte zu schieben.

Bei Ankarsrum führt der Teigabstreifer zu einem ganz individuellen Phänomen – Teig-Brocken werden in unregelmäßigen Abständen aus der Maschine herausgeworfen. Ohne den Abstreifer hingegen klebt es. Wenigstens kann man durch die offene Schüssel im laufenden Betrieb eingreifen.

## Kletterteige

Man kennt sie – mittelweiche bis feste Weizenteige, die sich gern um den Knethaken und dann immer weiter nach oben schlängeln.

Bei der Alpha möchte man erwarten, dass dieses Phänomen nicht auftritt. Doch weit gefehlt. Zwar ist Häussler hier weniger anfällig als andere Hersteller, aber es passiert. Im Test bei vier Kilo Weizenteig – ausgelegt ist die Maschine auf fünf Kilogramm. Es gibt aber auch Beispiele mit deutlich weniger Teig. Hier lässt sich eine Plastikscheibe nachrüsten. Und die empfiehlt sich auch. Denn wenn man das Klettern nicht sofort bemerkt, dreht der Knethaken den Teig in das Maschinengehäuse. Ihn dort wieder herauszubekommen ist eine Geduld wie Geschick erfordernde Herausforderung. Q-Tips und schmale Finger helfen. Aber selbst dann bleiben Rückstände im Inneren.

Ankarsrum ist für Kletterteige deutlich anfälliger. Es gibt zwar Tipps wie den Verzicht auf den Teigabstreifer, aber auch das hilft nicht immer. Hier kommt die Konstruktion dem Nutzer wenigstens entgegen. Die offene Schüssel und der starre Knethaken ermöglichen, den Teig von Hand während des Knetens wieder zurückzuschieben. Wenn das Ganze hier unbemerkt geschieht, lässt sich der Knethaken schnell reinigen, die Maschine selbst wird nicht in Mitleidenschaft gezogen.

## Die Ergebnisse

In den Knetergebnissen überzeugt die Alpha und ist über jeden Zweifel erhaben. Bei richtigen Zeiten verlassen Teige mit exzellenter Struktur und Textur die Schüssel. Zudem entwickeln sie sich im Folgenden gut durch den perfekt eingearbeiteten Sauerstoff.



Bei der Alpha gerät der Teig ins Gehäuse-Innere, teilweise kann man ihn rausziehen, teilweise rausdrehen, ein bisschen bleibt wohl für immer in der Maschine – trotz Geduld und Geschicklichkeit



Auch Häussler ist vor Teigwanderung am Haken nicht gefeit



Jede Menge Zubehör macht die Assistent zu einem flexiblen Küchenhelfer in vielen Bereichen

Die Assistent knetet solide. Im direkten Vergleich mit Häussler gehen Teige im Gärprozess etwas weniger auf. Das liegt aber eher an Häusslers herausragender Qualität. Mit Maschinen ihrer Preisklasse und selbst mir teureren Küchenmaschinen muss Ankarsum keinen Vergleich fürchten.

## Die Flexibilität

Die Assistent kommt als Knetmaschine daher, kann aber in Wahrheit viel mehr. Wenn man sie auf die Seite legt, zeigt sich ein weiterer Antrieb. Hier lassen sich Fleischwolf, Getreidemühle, Flocker, Spritzgebäckvorsatz, Gemüseschneider, Reibe, Pürierer, Mixer oder Nudelaufsatz anschließen. Zudem gibt es eine zweite Schüsselvariante mit Planetenrührwerk zum Schlagen von Sahne sowie Mixen von Zutaten – und auch eine Zitruspresse ist zu haben. Mit ein bisschen Investition wird die Maschine also zum Beinahealleskönner und nützlichen Küchenhelfer.

Die Alpha von Häussler kann kneten. In der 2G-Version sogar in zwei Geschwindigkeiten. Als Zubehör gibt es ein Rührwerk zum Mixen und Schlagen sowie ein Rührpaddel für weiche Teige, das zärtliche Gedanken an einen einsamen Ingenieur auf der Suche nach dem perfekten Paddel weckt. Es ist stabil, funktional, wirkt unzerstörbar. Der Ingenieur muss sehr glücklich gewesen sein. Aber nie in der Lage, seine Entwicklung nach Benutzung reinigen zu müssen. Denn das ist eine Qual angesichts der großen Zahl von Ecken, Schlitzern und Kanten, in denen sich klebrige Roggenteige – und für die ist das Paddel eigentlich empfohlen – verstecken können.

## Der Preis

Häusslers Alpha hat eine Preisempfehlung von 1.650 Euro. In der 2G-Version mit zwei Geschwindigkeiten liegt die bei 1.920 Euro. Lästige Schnäppchensuche entfällt, denn das mittelständische Unternehmen sorgt für Preisstabilität. Angebote unter dem Listenpreis sind rar.



Wenn sich der Teig um den Knehtaken wickelt, kann man ihn bei Ankarsum im laufenden Betrieb zurückschieben. Nerven tut's trotzdem

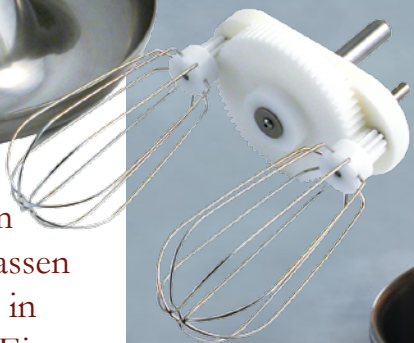
Der Listenpreis der aktuellen Assistent (1.500 Watt) liegt bei 699 Euro. Online wird sie ab 680 Euro angeboten. Die 800-Watt-Version ist auch schon für 490 Euro zu haben.

## Was nervt

Die Startschwierigkeiten der Ankarsum, die Notwendigkeit, immer mal wieder von Hand nachzuhelfen, sind wahrlich kein Vergnügen. Der Teigabstreifer ist im Grund schön, aber bei flüssigeren Teigen muss man ihn von Hand immer mal wieder etwas fester gegen



Das Rührpaddel für weiche Teige arbeitet zuverlässig, ist in der Reinigung allerdings eine Herausforderung



Mit dem Rührwerk lassen sich auch in der Alpha Eier und Sahne aufschlagen



die Schüsselwand drücken. Das raubt Zeit. Und eine exakte Zeiteinstellung würde dem Neurotiker entgegenkommen.

Sicherheit mag im Bäckerei-Maßstab ein wichtiges Thema sein. Auch wenn im Haushalt die meisten Unfälle passieren, kann man die Dinge hier doch etwas lockerer sehen. Dass die die Teigschüssel der Alpha im laufenden Betrieb im Grunde nicht zugänglich ist, nervt. Es gibt ein kleines Einfüllloch, aber da möchte man kein Brühstück durchpressen müssen. Für jeden Vorgang – Saaten hinzufügen, Teig am Haken herunterziehen, Konsistenz prüfen – heißt es: Maschine stoppen, Spritzschutz öffnen, Spritzschutz schließen, Maschine starten. Das Öffnen des Spritzschutzes stoppt die Maschine automatisch, sein Schließen bringt sie leider nicht wieder auf Touren. Dazu will ein Knopf gedrückt werden.

## Was freut

Häussler schafft einfache Freunde für die Ewigkeit. Die Maschine kann kneten, rühren und mixen, ohne Schnick, ohne Schnack. Das aber in Bestqualität und wahrscheinlich ewig. Die älteste in der Redaktion bekannte Maschine läuft seit knapp 20 Jahren ohne Murren.

Ankarsrum überzeugt mit schönem Design, praktischer Zugänglichkeit und viel Zubehör. Die Assistent hat das Zeug zum unersetzlichen Küchenhelfer, der andere Geräte überflüssig macht.

## Das Fazit

Wie eingangs erwähnt – der hier gemachte Vergleich verbietet sich eigentlich. Denn die gegenübergestellten Geräte sind kaum vergleichbar. Wer auf gutem Niveau langfristig Brot backen möchte, tätigt mit der Alpha 2G eine Investition für die Ewigkeit und das ohne Reue. Wer einen schicken flexiblen Küchenhelfer sucht, findet mit Ankarsrum eine großartige Alternative zu Bosch, Kenwood und Co. und wertet die eigene Küche dabei optisch noch auf. ■



Die Ankarsrum Assistent lässt farblich kaum Wünsche offen



# GEWINNEN

Jetzt eine **Häussler Alpha 2G** oder eine von sechs **Ankarsrum Assistent Original** im Basispaket inklusive Zitruspresse und Mixer gewinnen.



Beantworten Sie einfach unsere Gewinnfragen und senden sie die Antworten bis zum 28. April 2018 an:

**Wellhausen & Marquardt Medien**  
**Redaktion BROT**  
**Hans-Henny-Jahn-Weg 51**  
**22085 Hamburg**

Online ist die Teilnahme unter [www.brot-magazin.de/gewinnen](http://www.brot-magazin.de/gewinnen) möglich.

## Seit wann backen Sie selbst Brot?

- Bisher gar nicht.
- Seit bis zu zwei Jahren.
- Seit zwei bis fünf Jahren.
- Seit mehr als fünf Jahren.

## Wie oft backen Sie selbst Brot?

- Täglich.
- Mehrmals pro Woche.
- Mehrmals pro Monat.

Vorname:

Name:

Straße, Nr.:

PLZ, Ort:

Telefon:

E-Mail:

Einsendeschluss ist der 28. April 2018 (Poststempel). Die Gewinne werden unter allen Einsendungen verlost, der Rechtsweg ist ebenso ausgeschlossen wie Mitarbeiter von Wellhausen & Marquardt Medien, Autoren des Magazins sowie deren Angehörige.

# 8 Knetmaschinen



Kenwood Cooking Chef, Bosch MUM5, Ankersrum, Kitchenaid, Häussler & Co. sind die wohl gängigsten Maschinen in den Backstuben der Hobbybäcker. Doch die Auswahl an Knetmaschinen ist riesig. Wir stellen acht, nach unserer Erfahrung etwas weniger gängige Knetmaschinen von durchaus sehr bekannten Marken vor.



## WMF

Klein, kompakt und dennoch leistungsstark. Die Küchenminis von WMF ist für alle gedacht, die wenig Platz in ihrer Küche haben und keine riesigen Mengen verarbeiten müssen. Dabei bietet die Maschine so einiges: acht Geschwindigkeitsstufen – stufenlos verstellbar mit Unterrührfunktion – Timer, planetarisches Rührwerk und Kabeleinzug. Im Lieferumfang sind Knethaken, Rührquirl, Schneebesen, Teigschaber und ein Mixer-aufsatz aus Glas (Fassungsvermögen 0,8 Liter) mit Deckel und Einfüllstutzen enthalten.

Produktbezeichnung:	WMF Küchenminis
Leistung:	430 W
Geschwindigkeitsstufen:	8
Rührwerk:	Planet
Gehäuse:	Metall
Rührschüssel:	3 l Edelstahl
Max. Teigmenge für Brot:	ca. 1 kg
UVP:	449,99 Euro
Preis im Handel:	um 350,- Euro

Produktbezeichnung:	Bistro
Leistung:	700 W
Geschwindigkeitsstufen:	6
Rührwerk:	Planet
Gehäuse:	Kunststoff
Rührschüssel:	4,7 l Edelstahl
Max. Teigmenge für Brot:	ca. 1,2 kg
UVP:	299,- Euro
Preis im Handel:	um 320,- Euro

## Bodum

Das Unternehmen Bodum ist den meisten für seine extravaganten Küchenutensilien mit ausgefeiltem Design sicher ein Begriff. Die Küchenmaschine der Dänen mit Namen „Bistro“ dürften hierzulande weit weniger Menschen kennen. Das Design ist auffällig, die Spezifikationen hingegen üblich: Planetenrührwerk, Knethaken, Rührquirl, Ballonschneebesen und Edelstahlrührschüssel. Erwähnenswert sind noch die Silikonfüße für einen rutschfesten Stand.



## Krups

Zu den Kompaktgeräten gehört auch die Krups Master Perfect. Es gibt sie in den Farben White, White-Chrome und Red/Chrome. Die Maschine ist nichts für Leute, die auf technischen Schnick-Schnack stehen, da dieses Gerät hier keinerlei Überraschungen parat hält. Das ist kein Nachteil, denn für das Brotbacken muss die Maschine ja auch nicht mehr können als ordentlich zu kneten.

Produktbezeichnung:	Master Perfect
Leistung:	700 W
Geschwindigkeitsstufen:	4
Rührwerk:	Planet
Gehäuse:	Kunststoff
Rührschüssel:	4 l Edelstahl
Max. Teigmenge für Brot:	ca. 1,2 kg
UVP:	299,- Euro
Preis im Handel:	um 320,- Euro

## Krups

Darf's ein bisschen mehr sein? Wem die kleine Krups Master Perfect nicht ausreicht, für den hat das Unternehmen auch noch die größere PRO KA40 im Programm. Mit dem 1.200 Watt starken Motor können in der 5,5-Liter-Edelstahlschüssel auch größere Brotteigmengen bis ca. 2 Kilogramm problemlos ausgeknetet werden. Das Gehäuse aus gebürstetem Aluminium macht zudem was her und gibt der Maschine einen hochwertigen Look.

Produktbezeichnung:	PRO KA40
Leistung:	1.200 W
Geschwindigkeitsstufen:	8
Rührwerk:	Planet
Gehäuse:	Metall
Rührschüssel:	5,5 l Edelstahl
Max. Teigmenge für Brot:	ca. 2,0 kg
UVP:	499,99 Euro
Preis im Handel:	um 469,- Euro



Produktbezeichnung:	Masterchef Gourmet Plus
Leistung:	900 W
Geschwindigkeitsstufen:	6
Rührwerk:	Planet
Gehäuse:	Metall
Rührschüssel:	4 l Edelstahl
Max. Teigmenge für Brot:	ca. 1,5 kg
UVP:	284,99 Euro
Preis im Handel:	um 199,- Euro

## Moulinex

Die Masterchef Gourmet von Moulinex ist eine klassische Knetmaschine der Mittelklasse. Mit der Maschine werden Edelstahlschüssel (4 Liter Fassungsvermögen), Knethaken, Schneebesen, Rührhaken, Mixaufsatz aus Kunststoff (1,5 Liter), Spritzschutzdeckel, Trommel-Schnittzelwerk und ein Rezeptbuch mit 40 Rezepten geliefert.



## Bartscher

Mit der Teigknetmaschine von Bartscher holt man sich Profi-Equipment nach Hause. Die Maschine bringt satte 58 Kilo auf die Waage. Dafür lassen sich mit ihr Brotteige bis zu 12 Kilogramm kneten. Und wem das nicht genug ist, für den hat Bartscher auch noch Maschinen im Programm, die bis zu 38 Kilogramm schaffen. Anders als bei den herkömmlichen Haushaltsgeräten arbeitet diese Maschine mit einer rotierenden Schüssel – Besitzer einer Alpha von Häussler oder einer Ankersrum kennen das.

Produktbezeichnung:	Teigknetmaschine 12kg/16l
Leistung:	750 W
Geschwindigkeitsstufen:	1
Rührwerk:	rotierende Schüssel
Gehäuse:	Metall
Rührschüssel:	16 l Edelstahl
Max. Teigmenge für Brot:	ca. 12 kg
UVP:	1.398,00 Euro
Preis im Handel:	um 1.080,- Euro

Produktbezeichnung:	kMix Küchenmaschine
Leistung:	1.000 W
Geschwindigkeitsstufen:	6
Rührwerk:	Planet
Gehäuse:	Metall
Rührschüssel:	5 l Edelstahl
Max. Teigmenge für Brot:	ca. 1,5 kg
UVP:	399,- Euro
Preis im Handel:	um 299,- Euro

## Kenwood

Kenwood-Maschinen sind bei vielen Hobbybäckern äußerst beliebt. Und wer bislang aufgrund des Designs lieber zu anderen Marken tendierte, für den hat das Unternehmen jetzt auch eine schicke Alternative im Retro-Look im Angebot. Auch die kMix verspricht, wie bei Kenwood üblich, gute bis sehr gute Knetergebnisse. Inkludiert ist bei diesem Gerät ein dreiteiliges Patisserie-Set, bestehend aus Schneebesen, K-Haken und Knethaken.



## Springlane

Frida – der Name dieser Küchenmaschine klingt eher nach einem Schöngest für die Küche, weniger nach einem Arbeitstier. Durch die gelungene Optik wird dieser Eindruck noch bestärkt. Aber dennoch hat dieses Gerät auch ordentlich Power: Mit 1.000 Watt unter einem Vollmetallgehäuse ist Frida viel mehr als nur eine elegante Schönheit.

Produktbezeichnung:	Frida
Leistung:	1.000 W
Geschwindigkeitsstufen:	8
Rührwerk:	Planet
Gehäuse:	Metall
Rührschüssel:	4,5 l Edelstahl
Max. Teigmenge für Brot:	ca. 1,5 kg
UVP:	209,- Euro
Preis im Handel:	um 169,- Euro

In der Schweiz **kein**  
**Wochenende** ohne Hefezopf

# Die Zopf-Königin







Teiglinge werden abgestochen, zu Strängen gerollt und diese dann zu einem Zopf geflochten, der – mit Ei bepinselt – eine Stunde unter Plastik (um nicht auszutrocknen) ruht

Es gibt viele aktive Facebook-Gruppen rund ums Backen, zehntausende Menschen, die dort fachsimpeln, Rat suchen, ihre Werke zeigen... Aber wenn die Sprache auf Hefezöpfe kommt, dann denken viele aus der Online-Gemeinschaft nur an einen Namen – Nadja Alessi. Zeit, sie einmal zu besuchen.

**H**efezöpfe sind in der Schweiz der Wochenend-Renner. An jedem Freitag füllen sich die Regale in Supermärkten und Bäckereien mit dem Weißbrot und man gewinnt den Eindruck, jeder Schweizer, jede Schweizerin nimmt auch einen mit nach Hause. Da wird er dann während des Wochenendes immer kleiner, gegessen mit Süßem wie mit Herzhaftem, denn Schweizer Zöpfe sind selbst weniger süß als ihre deutschen Pendanten. So passen sie zu beidem.

Backen war für Nadja Alessi immer schon von Interesse. Nicht, dass sie es exzessiv betrieben hätte. Aber in den Ferien schnupperte sie schonmal in die Dorfbäckerei rein. Und nach der Schule sollte es dann die Bäcker- und Konditorenlehre sein. So lernte sie die Grundlagen des Backens. Vor allem praktisch. Einen Tag pro Woche verbrachte sie in der Berufsschule, während der anderen vier Tage packte sie in der Backstube an. „Ich wollte es einfach“, sagt sie heute.

Los ging es nachts um 1.30 Uhr, wenn Ruchbrot zu backen war. In der Konditorei war Dienstbeginn 4.30 Uhr. „Das hat mir nichts

ausgemacht“, sagt Nadja. Und setzt ein „damals!“ hinterher. Damals war der wenige Schlaf kein Problem. Da ging es auch mal zum Auswärtsspiel ihrer Lieblings-Hockey-Mannschaft HC Lugano und dann von dort aus direkt an den Arbeitsplatz.

Heute würde der 35-jährigen das deutlich schwerer fallen. Aber es ist auch eine andere Zeit. In Bäckereien hat Nadja später nicht mehr gearbeitet. Inzwischen konzentriert sie sich voll auf ihre Familie, ihren Mann und den siebenjährigen Sohn.

Irgendwann kam so der erste Brotbackautomat ins Haus. Aber richtig überzeugend war der nicht. „Nach sechs Monaten habe ich angefangen, selbst zu kneten“, sagt Nadja. Sie begann, Weißbrote zu backen, Ruchbrote und war froh, als dann vor zwei Jahren eine Knetmaschine in den Haushalt kam.

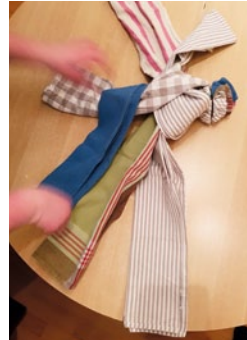
So wurde ihr Backen Schritt für Schritt professioneller, die Hefe im Teig immer weniger. Und so machte sich Nadja vor zwei Jahren an ihren ersten Zopf. „Schrecklich“ sei der gewesen, sagt sie. „Aus heutiger Perspektive“. Aber die Familie mochte es.





Gebacken werden Nadjas Zöpfe in einem betagten Gasherd

Wahlweise mit Handtüchern oder mit selbstgemachter Knete übt Nadja Alessi unbeeinträchtigt das Flechten mit bis zu 12 Strängen



So machte sie sich daran, besser zu werden. Probierte verschiedene Rezepte und war irgendwann zufrieden. Aber die Rezeptur ist ja nur das eine. Ein Hefezopf lebt auch von seiner Optik. Und für die muss man flechten. Das ist dann die hohe Kunst.

So ging Nadja Alessi in ihre eigene Flecht- schule. Studierte Online-Videos, band Geschirrtücher zusammen, mixte ihre eigene Knete, um zu flechten, zu flechten, zu flechten. Man beginnt klassisch mit zwei Strängen. „Aber ich wollte jeden Zopf einmal machen.“ Und da liegt die offizielle Höchstgrenze bei 12 Strängen. Auf diesem Weg kann man ein paar Nerven lassen.

**Lohn all der Mühen sind wunderschöne Zöpfe, die auch lecker schmecken, zu Süßem ebenso wie zu Herzhaftem. Hier die Königsklasse – der 12-Strang-Zopf**

Aber auch Menschen glücklich machen. Denn inzwischen ist es Familientradition, dass an jedem Wochenende ein Zopf gebacken wird. Wo Kinder sonst eher wenig begeistert von Routinen sind, jubeln Mann und Sohn noch heute, wenn es wieder Zopf gibt.

Aber auch außerhalb der eigenen vier Wände entstand eine kleine Öffentlichkeit. Nadja entdeckte Facebook-Gruppen, die sich nur mit dem Brotbacken beschäftigen und fühlte sich sofort wohl. Anfangs noch zögerlich, zeigte sie dort bald jeden Zopf, der ihren betagten Gasherd verlässt. Und erntete viel Begeisterung.

So flechtete sich Nadja durch die verschiedenen Zopf-Versionen – bis zu ihrem Highlight im letzten Jahr, einem geflochtenen Zopf-Stern aus 16 Strängen. Am Ende war nicht einmal er die größte Herausforderung. „Das ist bis heute der Vier-Strang-Zopf“, sagt sie, „der will einfach nicht in meinen Kopf.“

Bei Facebook ist Nadja Alessi inzwischen die unbestrittene Zopf-Königin. Sie selbst sieht das deutliche bescheidener. Jeder neue Zopf wird kritisch begutachtet. Selten wird er den Ansprüchen seiner Macherin gerecht. Aber das ist eben eine Frau, die auch nach mehr als einhundert Zöpfen noch nach Perfektion strebt. Wie sonst wird man Zopfkönigin? 🍞



# NADJA ALESSIS HEFEZOPF



- Alle Zutaten, außer der Butter, ca. 6 Minuten zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
- Die kalte Butter in kleinen Stücken dazugeben und etwa weitere 6 Minuten kneten.
- Den Teig abgedeckt bei Raumtemperatur etwa 6 Stunden gehen lassen. Er sollte seine Größe in dieser Zeit verdoppeln. Nach 3 Stunden einmal dehnen und falten.
- Zopf flechten.
- Mit Ei anstreichen und zur Stückgare abgedeckt 45 bis 60 Minuten gehen lassen.
- In der Zwischenzeit den Ofen auf 210°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Den Zopf nochmals mit Ei anstreichen, die Temperatur im Ofen auf 190°C senken und den Zopf ohne Dampf 30 bis 35 Minuten goldbraun backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen. 🍴



Schwierigkeitsgrad:	★★★
Getreide:	Weizen, Dinkel
Triebmittel:	Hefe
Zeit gesamt:	8 Stunden
Zeit am Backtag:	8 Stunden
Backzeit:	30-35 Minuten
Starttemperatur:	210°C
Backtemperatur:	190°C beim Einschließen
Schwaden:	nein

## Zutaten

- ▶ 450 g Weizenmehl Type 550
- ▶ 50 g Dinkelmehl Type 630
- ▶ 260 g lauwarme Milch
- ▶ 10 g Honig
- ▶ 1 Ei
- ▶ 7 g Frischhefe
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 25 g Zucker (wer es gerne süßer mag, nimmt einfach mehr)
- ▶ 70 g kalte Butter

## Tipp

Je nach Raumtemperatur können die Zeiten länger oder kürzer sein. Zopf eher locker statt fest flechten. So reißt er weniger.



# EIERLIKÖR- BRIOCHE

Brioche ist ein beliebtes französisches Hefegebäck mit langer Tradition. Es gehört zu Ostern wie die Plätzchen zu Weihnachten, passt zum süßen Frühstück, aber auch zum Kaffekränzchen oder zum Osterbrunch.

## Vorteig 1

- ▶ 100 g Weizenmehl 405
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 2 g Frischhefe

Die Zutaten homogen vermischen und über Nacht bei Raumtemperatur oder 4 Stunden bei konstant 30 Grad reifen lassen.

## Vorteig 2

- ▶ 60 g Lievito Madre
- ▶ 60 g Weizenmehl 405
- ▶ 30 g Wasser

Die Zutaten homogen vermischen und über Nacht bei Raumtemperatur oder 4 Stunden bei konstant 30 Grad reifen lassen.

## Hauptteig


- ▶ Vorteig 1
- ▶ Vorteig 2
- ▶ 350 g Weizenmehl 405
- ▶ 135 g Eierlikör
- ▶ 50 g Kondensmilch
- ▶ 4 Eigelb
- ▶ 1 Ei komplett
- ▶ 10 g Frischhefe
- ▶ 5 g Salz
- ▶ Mark einer Vanilleschote

Später:

- ▶ 70 g Puderzucker
- ▶ 100 g Pistazien
- ▶ 1 Eigelb
- ▶ 200 g kalte Butter



Rezept & Bilder:  
Andrea Danz

 @brotkoerbchen

<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	★★★☆☆
<b>Getreide:</b>	Weizen
<b>Triebmittel:</b>	Lievito Madre, Hefe
<b>Zeit gesamt:</b>	10 Stunden
<b>Zeit am Backtag:</b>	5 Stunden
<b>Backzeit:</b>	50 Minuten
<b>Starttemperatur:</b>	180°C
<b>Backtemperatur:</b>	160°C
	nach 40 Minuten
<b>Schwaden:</b>	nach 10 Minuten

☉ Die Zutaten des Hauptteigs (außer Puderzucker, Butter und Pistazien) mindestens 6 Minuten auf niedrigster Stufe kneten. Danach weitere 6 Minuten auf mittlerer Stufe kneten, dabei 70 Gramm Puderzucker zum Teig rieseln lassen.

☉ Danach weitere 6 Minuten auf mittlerer Stufe kneten, dabei kalte Butter direkt aus dem Kühlschrank in kleinen Stücken zum Teig geben und komplett unterkneten.

☉ Zum Schluss 100 g Pistazien zum Teig geben und langsam unterkneten. Danach 30 Minuten Teigruhe.

☉ Jeweils 650 Gramm schwere Teiglinge abstechen und geformt in 2 Kastenformen geben.

☉ 3 Stunden Stückgare bei 30°C in einer Gärbox oder an einem warmen Ort.

☉ Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Die Teiglinge mit einem Eigelb-Wasser-Gemisch bestreichen und auf der untersten Schiene mit Schwaden einschießen.

☉ Nach 40 Minuten Schwaden ablassen und die Temperatur auf 160°C reduzieren, weitere 10 Minuten fertig backen. Es sollte nicht zu dunkel werden. 🍴



# OSTERHÄSCHEN

Diese kleinen Osterhäschen sind doch einfach zum knudeln, oder? Die haben es bestimmt faustdick hinter den Ohren. Und wie die schmecken! Da sind viele leuchtende Augen am Ostertisch vorprogrammiert. Übrigens: wie man das Schwänzchen der selbst fabrizierten Hasenfamilie auch so schneeweiß hinkommt, steht auch dabei. Viel Spaß!

## Zutaten

- ▶ 140 g Lievito Madre, aufgefrischt
- ▶ 300 g Milch, zimmerwarm
- ▶ 420 g Weizenmehl 550
- ▶ 50 g Dinkelmehl 630
- ▶ 40 g Zucker
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 70 g Butter, weich

Zum Bestreichen:

- ▶ 1 ganzes Ei
- ▶ 10-15 g Schlagsahne
- ▶ Je 1 Prise Salz und Zucker
- ▶ Für das Hasenschwänzchen  
Ahornsirup oder flüssiger Honig  
sowie Hagelzucker

☉ Zuerst den Lievito Madre und die zimmerwarme Milch und dann alle weiteren Zutaten, außer der Butter, in die Knetschüssel geben und 8 bis 10 Minuten auf niedriger Stufe kneten.

☉ Dann die weiche Butter in Stückchen zugeben und den Teig weitere 5 bis 10 Minuten schonend kneten. Bei Bedarf noch etwas Milch zugeben. Der Teig sollte am Schluss weich und elastisch sein und sich ganz von der Schüssel lösen.

☉ Luftdicht bedeckt 3 bis 4 Stunden bei 27°C gehen lassen, bis sich sein Volumen merklich erhöht hat.

☉ Eine Temperatur von 27°C erreicht man zum Beispiel, indem man den Teig unter die



Rezept & Bilder:  
Katharina Arrigoni  
@besondersgut  
/besondersgut.ch  
www.besondersgut.ch

<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	★★★☆☆
<b>Getreide:</b>	Weizen, Dinkel
<b>Triebmittel:</b>	Lievito Madre
<b>Zeit gesamt:</b>	7 Stunden
<b>Zeit am Backtag:</b>	7 Stunden
<b>Backzeit:</b>	etwa 20 Minuten
<b>Starttemperatur:</b>	190°C
<b>Backtemperatur:</b>	190°C
<b>Schwaden:</b>	nein

Wärme abgebende Backofenlampe stellt und die Ofentüre mehr oder weniger geöffnet lässt. Wichtig: Temperatur überprüfen.

☉ Für den Ei-Anstrich gegen Ende der Gärzeit das Eigelb samt Eiweiß durch ein kleines Sieb streichen. Rahm, Salz und Zucker zugeben und gut mischen.

☉ Zum Formen den Teig mit der Teigkarte auf die unbemehlte Arbeitsfläche geben und 14 Teigstücke à 70 g abwiegen. Danach von jedem Teigstück 7 g Teig für das Hasenschwänzchen abtrennen und zu einer kleinen Kugel formen.

☉ Die 63 g-Teigstücke zuerst zu Kugeln und danach zu länglichen Laiben vorformen. 10 Minuten entspannen lassen und dann mit beiden Händen zu 30 cm langen Strängen rollen, die am Ende hasenohrmässig spitz zulaufen.

☉ 14 Häschen formen, auf ein Backpapier legen und das erste Mal mit dem Ei-Anstrich bestreichen. Nochmals 45 bis 60 Minuten gehen lassen.

☉ Kurz vor dem Backen nochmals mit dem Ei-Anstrich bepinseln. Die Osterhäschen im sehr gut vorgeheizten Ofen bei 190 °C Ober-/Unterhitze ohne Dampf zirka 20 Minuten goldbraun backen.

☉ Nach dem Backen das Hasenschwänzchen mit Ahornsirup oder flüssigem Honig bestreichen und mit Hagelzucker bekleben. 🍯



Ein Video-Tutorial zum länglich Formen gibt es hier: <https://youtu.be/BelBxHyLsro>





# PANE DI PASQUA

## Vorteig (Biga)

- ▶ 80 g Hartweizenmehl
- ▶ 80 g Weizenmehl 550
- ▶ 80 g Wasser
- ▶ 1 g Hefe

Zutaten mischen und 15 bis 18 Stunden bei 16°C reifen lassen.

## Quellstück

- ▶ 50 g Leinsamen geschrotet
  - ▶ 75 g kochendes Wasser
- Die Leinsamen mit dem kochenden Wasser übergießen und über Nacht quellen lassen.

## Püree

- ▶ 260 g Möhren
- ▶ 100 g Kartoffeln

Die Möhren und Kartoffeln – optimal am Abend vor dem Backtag – dünsten und pürieren.

## Hauptteig

- ▶ Biga
- ▶ Quellstück
- ▶ Püree
- ▶ 200 g Weizenmehl 550
- ▶ 70 g Weizenvollkornmehl
- ▶ 70 g Hartweizenmehl
- ▶ 100 g Wasser
- ▶ 10 g Salz
- ▶ 5 g Hefe

Dieses Pane di Pasqua – Osterbrot – ist ein sehr leichtes, aber auch sehr aromatisches Brot und passt hervorragend zum Osterbrunch mit der gesamten Familie.

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen, Hartweizen
Triebmittel:	Hefe
Zeit gesamt:	20-23 Stunden
Zeit am Backtag:	4 Stunden
Backzeit:	50 Minuten
Starttemperatur:	250°C
Backtemperatur:	220°C
	nach 10 Minuten
Schwaden:	beim Einschließen

☉ Alle Zutaten etwa 12 Minuten bei mittlerer Geschwindigkeit kneten, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst.

☉ Den Teig bei 25 Grad 2 Stunden reifen lassen, nach 60 Minuten dehnen und falten.

☉ Nach 2 Stunden den Teig vorsichtig rundwirken. Das funktioniert am besten auf einer leicht geölten Arbeitsfläche.

Rezept und Fotos: Andrea Danz  
@brotkoerbchen

☉ Anschließend etwa 1 Stunde im Gärkorbchen bei Raumtemperatur gehen lassen.

☉ Den Ofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

☉ Den Teigling nach Lust und Laune einschneiden und mit viel Dampf für 10 Minuten anbacken. Die Temperatur dann auf 220 Grad reduzieren und weitere 40 Minuten fertig backen. 🍲



# Super-Stullen

Rezepte und Styling: Stevan Paul  
Fotos: Andrea Thode

Der Mensch lebt nicht vom Brot allein. Also tun wir gerne mal was drauf. Wenn Gäste kommen oder wir uns selbst etwas gutes tun wollen, darf es auch mal edler aussehen. Unmenschlichen Aufwand sollte es aber nicht verursachen. Genauso funktionieren unsere Super-Stullen – gigantischer Geschmack, betörende Optik und einfach in der Umsetzung.

Eiersalat-  
Smørrebrød  
mit Staudensellerie



Ofenbaguette  
„Zwiebelsuppe“

Bohnen-  
Hummus-Stulle  
mit geschmorten  
Paprika und Dukkah



Warme  
Kasseler-Stulle  
mit Senfbutter und  
Krautsalat

# Eiersalat-Smørrebrød mit Staudensellerie

Smørrebrød (dänisch für Butterbrot) ist ein klassisches dänisches Mittagessen, das in speziellen Smørrebrød-Läden, in Restaurants und Cafés angeboten wird: Kleine Brote werden dafür mit den unterschiedlichsten Leckereien belegt. Es gibt Regeln – und die Dänen nehmen die Sache sehr ernst. Drei Jahre dauert allein die Berufsausbildung zur „Smørrebrødsjomfru“ („Butterbrot-Jungfrau“), die alle Kombinationen und fachgerechten Zubereitungen kennt.

## Zutaten (für 4 Personen)

- ▶ 6 Eier (M)
- ▶ Weißweinessig
- ▶ 150 g Mayonnaise
- ▶ ½ TL Kurkuma (Gelbwürzpulver), optional
- ▶ 1 TL mildes Currypulver
- ▶ Piment D'Espelette (süßes baskisches Chilipulver, wahlweise Chili oder Cayenne)
- ▶ 2 Ananasringe aus der Dose
- ▶ Salz
- ▶ 2-3 Stangen Staudensellerie mit Grün
- ▶ 1 EL Olivenöl
- ▶ 8 Scheiben Lieblingskastenbrot
- ▶ 1 Beet Kresse

🕒 Die Eier anpieken und in kochendes Wasser mit einem Schuss Essig geben, 10 Minuten kochen lassen. Die Eier kalt abschrecken und in kaltem Wasser abkühlen lassen.

🕒 Aus Mayonnaise, Kurkuma und Curry, 1 TL Essig und einer Prise Piment D'Espelette eine Sauce anrühren. Ananasfleisch fein würfeln, trocken ausdrücken und unterrühren, mit Salz würzen.

🕒 Sellerie mit Grün fein schneiden, salzen und mit Olivenöl vermengen. Eier pellen, Eiweiß fein würfeln, das Eigelb zerbröseln. 1-2 EL davon zur Deko beiseite, legen, übriges Ei mit der Mayonnaise mischen.

🕒 Eiersalat auf Brote verteilen, mit Staudensellerie toppen, mit Kresse vom Beet und dem beiseite gelegten Ei-Häckerle dekorieren und servieren. 🍴

## Zubereitungszeit



25 Minuten





# Ofenbaguette „Zwiebelsuppe“

Saftige, in Portwein weich geschmorte Zwiebeln bilden die Basis für dieses Bistro-Baguette, das es nicht zu kaufen gibt. Würziger Käse obendrauf, rein in den Ofen und alle schonmal hinsetzen, ist gleich fertig!

## Zutaten (für 4-6 Personen)

- ▶ 500 g rote Zwiebeln
- ▶ Salz
- ▶ 5 EL Olivenöl
- ▶ 1 Teelöffelspitze Kümmelsaat
- ▶ 1 Teelöffelspitze Fenchelsaat
- ▶ 1/8 Liter roter Portwein (oder roter Traubensaft)
- ▶ 1 EL Rotweinessig
- ▶ schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ▶ 2 kleine bis mittelgroße Baguette-Brote
- ▶ 150-200 g Lieblingsreibe-käse (zum Beispiel Gruyère, Raclette, Cheddar oder Bergkäse)
- ▶ einige Halme Schnittlauch

● Die Zwiebeln pellen, in Spalten schneiden und mit Salz würzen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin mit Kümmel und Fenchelsaat bei mittlerer Hitze 10 Minuten schmoren.

● Portwein und Essig zugießen und 2-3 Minuten dicklich einkochen. Mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

● Den Ofen auf 220 Grad vorheizen. Die Baguette-Brote halbieren, dann die Hälften längs halbieren und mit der Schnittfläche nach oben auf ein Blech mit Backpapier setzen. Mit Zwiebeln und Käse belegen. Im Ofen 6-8 Minuten backen, am besten dabei stehen bleiben, manchmal geht das schnell! Schnittlauch in Röllchen schneiden, drüberstreuen und servieren. 🍴

**Tipp** Dazu passen Mixed Pickles, Sauergemüse, Feldsalat oder ein bunt gemischter Blattsalat.

## Zubereitungszeit



25 Minuten





# Bohnen-Hummus-Stulle mit geschmorten Paprika und Dukkah

## Paprikagemüse (Für 4 Personen)

- ▶ 4 Backpflaumen
- ▶ 25 g Pinienkerne
- ▶ 1 rote Paprika
- ▶ 3 EL Olivenöl
- ▶ Salz

## Hummus

- ▶ 1 Glas dicke, weiße Bohnen (300 g EW) abgießen
- ▶ 2 EL Tahin (Sesampaste)
- ▶ 1-2 EL Zitronensaft
- ▶ ½ Knoblauchzehe
- ▶ Salz
- ▶ Piment d'Espelette (ersatzweise Cayennepfeffer)

## Dukkah und Brot

- ▶ 1 EL Fenchelsaat
- ▶ 1 EL Koriandersaat
- ▶ 1/2 TL Kreuzkümmel
- ▶ 1 TL schwarze Pfefferkörner
- ▶ 1 EL geröstete Sesamsaat
- ▶ 1 TL schwarze Sesamsaat
- ▶ 100 g geröstete, gesalzene Erdnüsse
- ▶ einige Zweige Koriander
- ▶ ein Zweig Basilikum
- ▶ 4-6 Brotscheiben

Cremiger Hummus aus weißen Bohnen und Sesampaste, mit geschmorten Paprikastreifen, süßen Backpflaumen und Pinienkernen auf Brot, bestreut mit würzigem Dukkah – einer nordafrikanischen Nuss-Gewürzmischung, die süchtig macht und eigentlich zu allem passt. Zu diesen Broten besonders gut!

🕒 Backpflaumen sehr fein würfeln, mit heißem Wasser übergießen und quellen lassen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Herausnehmen. Paprika vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. Öl in der Pfanne erhitzen, die Paprika hineingeben, salzen und 10 Minuten bei mittlerer Hitze braten und schmoren. Pflaumen absieben, trocken ausdrücken und mit den Pinienkernen unter die Paprikastreifen rühren. Beiseite stellen.

🕒 Für den Hummus die Bohnen abgießen, abtropfen lassen und mit dem Tahin (Sesampaste), Zitronensaft, der gepellten Knoblauchzehe und 2-4 EL Wasser im Mixer cremig pürieren. Den Hummus mit Salz und Piment d'Espelette (wahlweise Cayennepfeffer) mild abschmecken.

🕒 Für das Dukkah Fenchelsaat, Koriandersaat, Kreuzkümmel, schwarze Pfefferkörner, geröstete Sesamsaat und schwarze Sesamsaat im Mixer mit 100 g gerösteten, gesalzene Erdnüssen krümelig pürieren.

🕒 Koriander und Basilikum von den Stängeln zupfen. Brotscheiben mit Hummus bestreichen, mit Paprikagemüse und Kräutern belegen, mit Dukkah bestreuen und servieren. 🍴

## Zubereitungszeit



35 Minuten



# Warme Kasseler-Stulle mit Senfbutter und Krautsalat

Dampfendes Kasseler-Fleisch wird frisch aus dem Kessel aufgeschnitten und kommt mit Senfbutter auf duftendes Brot, getoppt mit saftigem Krautsalat – eine deftig-feine Brotzeit!

## Kasseler und Krautsalat (für 4-6 Personen)

- ▶ 900 g Kasseler Nacken-Rollbraten
- ▶ 1 TL Senfsaat
- ▶ 1 TL Kümmel (plus Kümmel für den Krautsalat)
- ▶ 2 Lorbeerblätter
- ▶ 400 g Spitzkohl
- ▶ Salz
- ▶ 2 EL Weißweinessig
- ▶ 1 Birne
- ▶ 2 EL Öl
- ▶ 1 TL Nussöl (optional)

🕒 Das Kasseler-Fleisch in einen Topf geben, heißes Wasser angießen, bis der Braten zu einem Drittel im Wasser steht. Die Gewürze zugeben, alles aufkochen und bei milder Hitze zugedeckt 35-40 Minuten leise köcheln lassen.

🕒 Spitzkohl entstrunken und so fein wie möglich in Streifen schneiden, salzen. Etwas Kümmel nach Geschmack grob zerdrücken und mit dem Essig unter den Salat mengen. 20 Minuten zugedeckt ruhen lassen. Die Birne vierteln, entkernen und in feine Blättchen schneiden. Birne unter den Salat mengen. Öl und Nussöl erst unmittelbar vor dem Servieren untermengen.

🕒 Mit Hilfe einer Gabel die zimmerwarme Butter mit dem groben Senf mischen, oder beherzt mit den Händen verkneten, die Butter ganz leicht salzen.

🕒 Brotscheiben mit Butter bestreichen, Kasseler aus dem Topf nehmen, die Schnürung entfernen und das Fleisch warm aufschneiden. Mit dem Krautsalat toppen und sofort servieren. 🍴

## Senfbutter und Brot

- ▶ 150 g zimmerwarme Butter
- ▶ 1-2 EL grober Senf
- ▶ Salz
- ▶ 4-6 Scheiben Sauerteigbrot

## Zubereitungszeit



40 Minuten



### Tipp

Die Butter schmeckt auch hervorragend auf Brot mit Remoulade, zum Leberkäs-Wecken oder einfach so auf schwäbischen Seelen oder Kümmelstangen.

Wenn man neben Gluten auch Hefe nicht verträgt, wird's **schwierig – aber lösbar**

# Glutenfrei ohne Hefe

Glutenfrei backen ist ja schon eine Wissenschaft für sich. Wer Gluten und zusätzlich Hefe nicht verträgt, muss neben Hefe auch auf Hefewasser, Sauerteig und alle weiteren hefehaltigen Triebmittel beim Backen verzichten. Und nun? Kann man ohne diese Triebmittel überhaupt Brote und Brötchen backen?

**Z**unächst etwas Hintergrund. Triebmittel auf Hefebasis bestehen aus Pilzkulturen. Dazu zählen Frischhefe, Trockenhefe, Hefewasser und alle Sauerteigarten sowie Backferment. Neben den bekannten Hefe- und Sauerteigtriebmitteln können auch Kefirsorten und Kombucha als Backtriebmittel dienen. Diese enthalten ebenfalls Pilzkulturen.

Die Anzahl der von Hefeallergie Betroffenen in Europa wächst stark. Ist eine Hefeallergie diagnostiziert, müssen zunächst alle hefehaltigen Lebensmittel gemieden werden. Dazu zählen nicht nur Backwaren, sondern

auch Bierhefe, also Bier – vor allem Weizen –, verschiedene Wein- und Essigsorten, Säfte, Fertigprodukte mit Hefeextrakten und andere Lebensmittel.

Hefekulturen werden häufig zur Konservierung oder Haltbarmachung eingesetzt. Unter anderem kommen sie in Medikamenten und Kosmetika zum Einsatz. Auch diese müssen im Fall einer Allergie gemieden werden. Neben der Hefeallergie gibt es noch die Hefeunverträglich-



Backpulver enthält oft Säuren, die auf Basis von Pilzkulturen hergestellt wurden und damit bei Unverträglichkeiten zu meiden sind





Selbst Mineralwasser mit viel Kohlensäure kann Backtriebmittel sein

keit und die Hefesensibilität. Die Symptome sind ähnlich und die Maßnahmen die Gleichen. Teilweise vertragen Betroffene nach einiger Zeit Sauerteig und Backferment als Backtriebmittel.

Auch Schimmelpilzallergiker müssen häufig auf Lebensmittel und Produkte verzichten, die Hefe beinhalten. Die Gründe sind die Gleichen – die Pilzkulturen bereiten die Probleme. Weiterhin können Menschen mit Kreuzallergien betroffen sein.

Auch bei Histaminintoleranz wird Hefe manchmal nicht gut vertragen. Die Verträglichkeit differiert stark und richtet sich zusätzlich nach dem Schweregrad der Histaminintoleranz. Grundsätzlich wird Frischhefe in geringeren Mengen besser vertragen als Trockenhefe. Interessanterweise wird Sauerteig in etlichen Fällen sehr gut toleriert, obwohl das Anstellgut (auf Basis eines verträglichen Getreides) einem tagelangen Aufbauprozess unterliegt, ein Sauerteig über Monate und

## EINFACH ZU BEZIEHENDE HEFEFREIE BACKTRIEBMITTEL

- Reiner Weinstein
- Weinsteinbackpulver
- Backpulver
- Natron (E500)
- Baking Soda (E500ii)
- Hirschhornsalz (E503)
- ABC-Trieb (E503iii)
- Pottasche
- Mineralwasser mit viel Kohlensäure



Baking Soda macht Backwerke lockerer und fluffiger als das verwandte Natron



Natron wird mit Säure aus Saft oder Essig aktiviert und gibt dem Backwerk Trieb

Jahre geführt wird und die Gare des Teiges auch ihre Zeit benötigt. Es gibt noch recht wenig Information zu diesem Thema.

Doch was tun, wenn Hefe & Co. ausfallen? Es gibt einige Alternativen. Zugegebenermaßen ersetzen sie Hefe und den Sauerteig nicht in all ihren Eigenschaften, ihrem speziellen Geschmack und der Textur, die sie Teigen geben. Gleichwohl sind es sehr akzeptable Lösungen.

Die Verträglichsten unter ihnen sind Weinstein, Weinsteinbackpulver, Natron, Baking Soda und Mineralwasser.

Reiner Weinstein, Natron und Baking Soda benötigen Säure, um sie zu aktivieren. Häufig ist in Rezepten mit ihnen Buttermilch, Joghurt, Zitronensaft oder eine andere Säure als Zutat enthalten. Im Grunde genügen etwa zwei Esslöffel säurehaltiger Zutat (Zitronen-



Hefekulturen sind Pilzkulturen und für immer mehr Menschen unverträglich



Backpulver enthält häufig Zitronensäure oder eine andere unverträgliche Säure, die auf chemischer (Schimmelpilz-)Basis hergestellt wurde. Hirschhornsalz, ABC-Trieb und Potasche sind eher für Flachgebäck wie Lebkuchen, Kekse, Weihnachtsgebäck und Amerikaner geeignet. Backwaren mit Hirschhornsalz schmecken unangenehm nach Ammoniak wenn es überdosiert wurde.

saft, Limettensaft, ungesüßter Rhabarbersaft oder Essig) auf 500 Gramm Mehl, um die Aktivierung als Backtriebmittel zu starten. Essig muss man dabei auch nicht fürchten, sein penetranter Geschmack verflüchtigt sich beim Backen vollständig.

Weinsteinbackpulver ist meist ein Gemisch aus Natron und reinem Weinstein, einem Salz der Weinsäure, sowie einem unbedenklichen Säureaktivator. Eine sehr bequeme und verträgliche Sache, da hier alles schon gebrauchsfertig gemischt ist.

Verwirrung stiftet manchmal der Unterschied zwischen Natron und Baking Soda, beide haben ja die gleiche E-Nummer. Aber Backwaren mit Baking Soda scheinen lockerer und luftiger zu werden als mit Natron. Denn ja, es gibt einen kleinen aber feinen Unterschied. Der chemische Begriff für Natron ist Natriumcarbonat (E500), Baking Soda ist jedoch Natriumhydrogencarbonat (E500ii).



Apfelessig – aber auch andere Essig-Sorten – eignen sich zur Aktivierung der Triebkraft von Mineralwasser und anderen Backhelfern

### Tipp

Wer überhaupt keine Backtriebmittel verträgt, kann mit stark kohlenstoffhaltigem Mineralwasser und zwei bis drei Esslöffeln Säure backen. Hier ist zu beachten, dass das Mineralwasser mit der Säure nur so kurz wie möglich unter das Mehl geknetet wird.



Weinstein setzt sich bei der Lagerung von Wein oder Traubensaft kristallin ab, es ist ein Salz der Weinsäure



Hirschhornsalz kommt eher bei der Weihnachtsbäckerei zum Einsatz. Zu viel gibt dem Gebäck einen unangenehmen Ammoniakgeschmack

Der veraltete und eigentlich unzutreffende Begriff „doppeltkohlensaures Natron“ für Baking Soda erklärt den Unterschied ganz gut. Für Natron wird Carbonat mit Natrium und Wasserstoff verbunden, bei Soda kommen zwei Natrium-Moleküle zum Einsatz, während der Wasserstoff (hydrogen) wegfällt. Das sorgt für eine bessere Lockerung der Backwaren.

Einen guten Hefeersatz auf Basis von Backpulver und Baking Soda kann man (für 500 Gramm Mehl) so mischen:

- ▶ 5 g Baking Soda
- ▶ 10 g Weinsteinbackpulver
- ▶ 2 EL Säure (Apfelessig ist prima)

Mit diesem selbstgemachten Hefeersatz erhalten die Backwaren eine lockere Krume und eine knusprige Kruste. Er kann im Prinzip für alle Rezepte mit Hefe angewendet werden. Es gibt jedoch einiges zu beachten: Hefe- und Sauerteige benötigen Ruhe- und Gärzeiten. Teige mit Hefeersatz benötigen diese nicht. Im Gegenteil – der Teig wird geknetet und anschließend sofort im vorgeheizten Ofen gebacken.

Denn Teige mit Natron, Baking Soda oder Backpulver dürfen nicht lange ruhen. Das Backtriebmittel verliert die Triebkraft. Entsprechend lässt das Backen mit diesem Hefeersatz auch keine Vorteile zu.



Backwaren mit Hefeersatz werden, auch das muss man wissen, schneller trocken als Backwaren mit Hefe oder Sauerteig. Glutenfreie Backwaren neigen ohnehin dazu, schneller auszutrocknen, vor allem wenn mit sehr viel (Mais-)Stärke gebacken wird.

Es gibt aber ein paar Tricks, um gluten- und hefefreie Backwaren länger haltbar zu machen. Ein Brühstück, gemahlene Flohsamenschalen, Leinsamen, Chiasamen, Milchprodukte wie Quark, Buttermilch oder Joghurt, Kartoffeln, Süßkartoffeln, Karotten oder Zucchini helfen, mehr Feuchtigkeit im Teig zu speichern. So macht das Brot auch am zweiten und dritten Tag noch Freude. 🍞

Bei Hefe-Unverträglichkeit fällt auch Sauerteig als Triebmittel aus

Text: Stefanie Grauer-Stojanovic

 @kochtrotz

 /kochtrotzfan

 www.kochtrotz.de

# HERZHAF & HEFEFREI

Mineralwasser als Triebmittel – selbst mit einfachsten Zutaten kann man Brot zum Wachsen bringen. Das ist vor allem dann nützlich, wenn man keine Hefe verträgt. Trotzdem muss einem auch bei Glutenunverträglichkeit ein herzhaftes Brot nicht vorenthalten bleiben.

Rezept: Stefanie Grauer-Stojanovic

## Zutaten (für eine 17-cm-Kastenform)

- ▶ 100 g Buchweizenmehl
- ▶ 100 g Vollkornreismehl
- ▶ 50 g Hirsemehl
- ▶ 2 g Xanthan (alternativ 5 g Guarkern-/Johannisbrotkernmehl)
- ▶ 5 g Flohsamenschalen, fein gemahlen
- ▶ 6 g Salz
- ▶ 2 g Baking Soda
- ▶ 5 g Weinsteinbackpulver
- ▶ 1/4 TL Brotgewürz (optional)
- ▶ 1 EL Apfelessig (oder 1 TL Essigessenz)
- ▶ 2 EL Öl
- ▶ 350 ml Sprudelwasser
- ▶ 50 g Sonnenblumen- oder Kürbiskerne (optional)

### Tipp

Aus dem Teig lassen sich auch Brötchen formen. Die Backzeit beträgt etwa 25 Minuten bei gleicher Temperatur.

Für Einsteiger geeignet

Schwierigkeitsgrad:	☆☆☆
Getreide:	Glutenfrei
Triebmittel:	Hefefrei
Zeit gesamt:	1 Stunde
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	220°C
Backtemperatur:	220°C
Schwaden:	nein

● Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Form fetten.

● Alle trockenen Zutaten sehr gut vermischen.

● Mit einem Holzlöffel Apfelessig, Öl und die Hälfte des Sprudelwassers unterrühren. Je nach Mahlgrad der Mehle wird mehr oder weniger Flüssigkeit als angegeben gebraucht. Daher nach und nach Sprudelwasser zugeben und immer nur kurz rühren. Die Teigkonsistenz ist perfekt, wenn sie locker ist und sich der Teig vom Schüsselrand löst.

● Den Teig in die Form geben, etwas glatt streichen und sofort bei 220°C für 40 bis 45 Minuten backen.

● Das Brot aus der Form stürzen und auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen. ▣



# OSTER-CHEESECAKE



Rezept: Stefanie Grauer-Stojanovic

Es gibt wohl kaum jemanden, der keinen Käsekuchen mag. Diese kleinen Leckereien werden in Ausstechformen, passend zu Ostern gebacken. Das Rezept ist einfach und lässt sich prima vorbereiten. Das Cheesecake-Osterg Gebäck ruht optimalerweise über Nacht. Es wird kein Backtriebmittel benötigt.

- Kalte Butter in kleine Stückchen schneiden.
- Alle Zutaten für den Teig verkneten bis ein Teigballen entsteht. Ist er zu trocken, etwas kaltes Wasser zugeben.
- Backpapier auf dem Backblech auslegen und die Förmchen darauf verteilen. Die Förmchen müssen nicht gefettet werden. Den Teig auf die Förmchen verteilen, am Boden andrücken und mit den Fingern an den Rändern hochdrücken.
- Früchte vorbereiten und eventuell etwas zerkleinern.
- Alle Zutaten für die Füllung – außer den Früchten – zu einer cremigen Masse schlagen. Die Masse auf die Förmchen verteilen, danach die Früchte verteilen und glatt streichen.
- Das Gebäck bei 175°C Ober-/Unterhitze, mittlere Schiene, für ca. 40 Minuten backen. Die Oster-Cheesecakes sollen leicht braun werden. Die Backzeit kann je nach Formgröße etwas differieren. Die Cheesecakes aus dem Ofen nehmen und etwa 1 Stunde ruhen lassen, sie müssen sich festigen. Danach die Formen abziehen.
- Das Cheesecake-Osterg Gebäck noch nach Lust und Laune verzieren. ■

Schwierigkeitsgrad:	★★★☆☆
Getreide:	Glutenfrei (Reis)
Triebmittel:	-
Zeit gesamt:	1 Stunde
Zeit am Backtag:	1 Stunde
Backzeit:	40 Minuten
Starttemperatur:	175°C
Backtemperatur:	175°C
Schwaden:	nein

## Teig

- ▶ 220 g kalte Butter
- ▶ 100 g weißer (Rohr)Zucker
- ▶ 140 g Reismehl hell, fein
- ▶ 60 g Teffmehl
- ▶ 110 g Tapiokastärke (alternativ Kartoffelstärke)
- ▶ 4 g Xanthan (alternativ 8 g Guarkern-/Johannisbrotkernmehl)
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ 5 g Vanilleessenz
- ▶ 1 Stück Ei Größe M

## Füllung

- ▶ 50 ml Limettensaft
- ▶ 25 g Puddingpulver Vanille
- ▶ 30 g weißer (Rohr)Zucker
- ▶ 1 Prise Salz
- ▶ 130 g Quark
- ▶ 180 g Frischkäse
- ▶ 100 g Früchte nach Wahl



# KARTOFFELBROT

## Zutaten

- ▶ 100 g Hirsemehl
- ▶ 100 g Teffmehl
- ▶ 200 g Reismehl (helles weißes oder Vollkorn)
- ▶ 80 g Tapiokastärke (alternativ Kartoffelstärke)
- ▶ 5 g Xanthan (alternativ 10 g Guarkern-/Johannisbrotkernmehl)
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 5 g Baking Soda
- ▶ 10 g Weinsteinbackpulver
- ▶ 1/2 TL Brotgewürz (optional)
- ▶ 300 g Kartoffeln gegart, gepellt, abgekühlt
- ▶ 300 g Buttermilch
- ▶ 2 EL Apfelessig (oder 1 TL Essigessenz)






### Tipp

Aus dem Teig lassen sich auch Brötchen formen. Die Backzeit beträgt dann 20 bis 25 Minuten.

<b>Schwierigkeitsgrad:</b>	★☆☆
<b>Getreide:</b>	Glutenfrei
<b>Triebmittel:</b>	Hefefrei
<b>Zeit gesamt:</b>	1,5 Stunden
<b>Zeit am Backtag:</b>	1,5 Stunden
<b>Backzeit:</b>	50 Minuten
<b>Starttemperatur:</b>	240°C
<b>Backtemperatur:</b>	200°C nach 15 Minuten
<b>Schwaden:</b>	beim Einschließen

Rezept: Stefanie Grauer-Stojanovic

 @kochtrotz  
 /kochtrotzfan  
 www.kochtrotz.de

Kartoffeln sind eine wunderbare Zutat in der glutenfreien Bäckerei. Sie spenden nicht nur Feuchtigkeit, sie geben auch ein tolles Aroma. Wer mag, kann dieses Brot auch mit Süßkartoffeln ausprobieren.

- Backofen auf 240°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Form fetten.
- Alle trockenen Zutaten sehr gut vermischen.
- Die Kartoffeln in Stücke schneiden und den Joghurt zugeben. Mit einer Gabel gut zerdrücken. Es sollen kaum mehr Klümpchen zu sehen sein. (Nicht mit dem Pürierstab, das macht die Masse zäh.)
- Die trockenen Zutaten und den Apfelessig zugeben und mit dem Knethaken zu einem Teig verarbeiten. Sollte der Teig sehr trocken sein, etwas Wasser zugeben. Die Teigkonsistenz soll kompakt, aber weich sein und nicht vom Löffel fallen.
- Den Teig in die Form füllen und glattstreichen.
- Bei 240°C für 15 Minuten mit Schwaden backen. Temperatur dann auf 200°C reduzieren und für weitere 35 Minuten backen.
- Das Brot aus der Form stürzen und auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen. ■

# HEFESTUTEN *Zutaten* (für eine 20-cm-Kastenform)\*



Auch Süßes lässt sich mit Sauerteig herstellen. Glutenfreie süße Hefeteige werden sehr gut, wenn man Mehle mit mildem Geschmack nutzt. Dazu zählen beispielsweise Reismehl und Maisstärke. Durch Flohsamenschalen, Johannisbrotkernmehl und Eier wird der Teig gut gebunden. Zusätzlich lässt sich der Ofentrieb mit Backpulver verbessern, das den Stuten zudem schön lockert.

🟢 Den Vorteig mit der Milch, Reismehl und Hefe gründlich vermischen und abgedeckt eine Stunde gehen lassen.

🟢 Eier, Zucker, Vanillezucker, Tonkabohnenzucker, Salz, Flohsamenschalen, Johannisbrotkernmehl, Zitronenschale und weiche Butter zum Vorteig geben und unterrühren. Dann Mehl und Maisstärke zugeben und unterkneten.

🟢 Den Teig in eine kleine gefettete Kastenform geben. Mit nassen Händen glattstreichen und mit dem Hagelzucker bestreuen.

🟢 Abgedeckt (mit Frischhaltefolie oder einer Plastik-Abdeckhaube) 1 Stunde gehen lassen.

🟢 Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Stuten auf der mittleren Schiene bei Ober-/Unterhitze 45 Minuten backen. 🟩



- ▶ Milder Sauerteig (Vorteig)
- ▶ 20 g glutenfreies Anstellgut
- ▶ 70 g Reismehl
- ▶ 70 g Wasser
- ▶ 1 TL Honig

Das Anstellgut mit 40 g Reismehl, Honig und 40 g Wasser vermischen und abgedeckt warm stellen. Nach 12 Stunden weitere 30 g Reismehl und 30 g Wasser unterrühren und wieder 12 Stunden warm stellen.

## Hauptteig

- ▶ Vorteig
- ▶ 150 g Milch
- ▶ 150 g Reismehl
- ▶ 10 g Frischhefe

Später:

- ▶ 2 kleine Eier
- ▶ 100 g Zucker
- ▶ 2 TL Vanillezucker
- ▶ 1 TL Tonkabohnenzucker oder Abrieb von 1/4 Tonkabohne
- ▶ 130 g Reismehl
- ▶ 80 g Maisstärke
- ▶ 1/2 TL Salz
- ▶ 1 TL Backpulver
- ▶ 1 TL Flohsamenschalen
- ▶ 1 TL Johannisbrotkernmehl
- ▶ 1 TL Zitronenschale
- ▶ 60 g Butter
- ▶ Zum Bestreuen: Hagelzucker

\* (für eine große Kastenform alle Zutaten verdoppeln)

**Schwierigkeitsgrad:** ★★☆☆

**Getreide:** Glutenfrei (Reis)

**Triebmittel:** Sauerteig, Frischhefe

**Zeit gesamt:** 28 Stunden

**Zeit am Backtag:** 3 Stunden

**Backzeit:** 45 Minuten

**Starttemperatur:** 180°C

**Backtemperatur:** 180°C

**Schwaden:** nein

Rezept: Valesa Schell

[f /groups/785749074867453/](https://www.facebook.com/groups/785749074867453/)

[www.brotbackliebeundmehr.com](http://www.brotbackliebeundmehr.com)



# Schnelles Ruch-Weizen



Brot backen braucht Geduld. Aber manchmal muss es eben schnell gehen. Da muss kein Sauerteig aufgefrischt, kein Vorteig 12 Stunden zur Reife gestellt werden. Innerhalb von drei Stunden kann man auch etwas leckeres auf den Tisch stellen.

Schnelle Brote bieten geschmacklich oft wenig Tiefe. Das ist bei diesem Brot anders. Der Ruchmehl-Anteil bringt ein wenig Nussigkeit hinein. Dank der beiden Mehle kann es zudem sehr viel Wasser binden, so dass das Brot auch saftig ist und ungewöhnlich lange frisch hält. Es lässt sich aber auch hervorragend in Scheiben einfrieren und bei Bedarf auftoasten.

🕒 Die Hefe in 50 Gramm lauwarmem Wasser auflösen und 5 Minuten stehen lassen.

🕒 Das restliche Wasser, das Hefewasser und alle übrigen Zutaten 5 Minuten auf niedriger Stufe mischen, dann 3 Minuten auf höherer Stufe kneten.

🕒 Den Teig in der Schüssel eine Stunde gehen lassen, er sollte sich in dieser Zeit verdoppeln.

🕒 Den Teig dann in einer gefetteten Kastenform noch einmal 30 Minuten gehen lassen.

🕒 Bei 230°C 45 Minuten backen. 🍴

## Zutaten

- ▶ 400 g Manitoba-Mehl
- ▶ 200 g Ruchmehl
- ▶ 500 g Wasser
- ▶ 12 g Frischhefe
- ▶ 12 g Salz
- ▶ 20 g Öl

Für Einsteiger  
geeignet

Schwierigkeitsgrad:	★☆☆
Getreide:	Weizen
Triebmittel:	Frischhefe
Zeit gesamt:	2,5 Stunden
Zeit am Backtag:	2,5 Stunden
Backzeit:	45 Minuten
Starttemperatur:	230°C
Backtemperatur:	230°C
Schwaden:	nein

### Tipp

Dieses Brot schmeckt auch mit Weizenmehl 550 statt Manitobamehl gut – und Ruchmehl kann man durch Weizenmehl 1050 ersetzen. Dann genügen 420 g Wasser.



**Trockenes Brot** ist zu gut für den Müll

# Aus **Alt** mach **Lecker**



Für die einen sind es Brotreste, für die anderen erst der Beginn leckerer Kreationen

Nach dem Motto „Oldies but Goldies“ versuche ich seit Jahren, die Verarbeitung von getrocknetem Restbrot zu perfektionieren. Ich möchte aus dem vermeintlichen Abfall etwas völlig neues erschaffen. Mir hilft das getrocknete Brot, viele Produkte zu veredeln. Inzwischen koche ich komplette Menüs daraus.

**G**erade wurde dem Kulturgut „Deutsches Brot“ eine eigene Briefmarke gewidmet, sein Wert ist unbestritten. Auch wenn der gute Ruf in den letzten Jahren Kratzer abbekommen hat, ist es doch eines der beliebtesten Nahrungsmittel. Gutes Brot ist einfach ein Highlight.

Aus der tiefen Überzeugung, dass Essen nicht in den Müll gehört, reifte die Motivation, den nicht mehr ganz so frischen Brotresten wieder auf die Beine zu helfen. Die Tatsache, dass Weltweit 1,3 Milliarden Tonnen Lebensmittel weggeworfen werden – davon allein in

Deutschland 500.000 Tonnen Brot –, schreit nach kreativen Ideen.

Bäckermeister wissen um die wertvollen Eigenschaften des getrockneten Restbrot. Die simpelste Methode, das übrige Brot zu verarbeiten, ist das Einweichen in Wasser und die Weiterverarbeitung im nächsten Brotteig. Das macht das neue Brot saftiger und aromatischer zugleich.

Aber eigentlich kann Restbrot mehr. So können die altersschwachen Überbleibsel zum Beispiel in Sauerteig ein neues Zuhause fin-



Vor dem Mahlen wird altes Brot in kleine Stücke geschnitten und geröstet

den. Es lässt sich als Bestandteil im Sauerteig perfekt fermentieren.

Die Fermentation ist eine mikrobielle Umwandlung organischer Stoffe in Säure. Da die Stärke der Brotreste beim Trocknen in einen kristallinen Zustand übergeht und dadurch hart wird, bedarf es schon besonderer Praktiken, um sie wieder fit zu bekommen. Die Belohnung für den betriebenen Aufwand ist ein ganz besonderes Brot. Das Altbrot sorgt nicht nur für eine intensivere Aromatik und einen ausgewogenen Geschmack, es sorgt zudem für eine fluffigere Krume sowie längere Frischhaltung.

Im Kreativraum Küche lassen sich aber für die Trockenbrotverarbeitung ganze Gerichte entwickeln, die auf altem Brot basieren. Viele Rezepte sind italienischen Ursprungs. Es gibt wenige Vorstellungen, die so sinnlich sind wie jene von der authentischen italienischen Küche. Allein der Gedanke, sich von einer



Mit Sauerteig lässt sich altes Brot auch fermentieren. So wird es zur Basis neuer schmackhafter Brote

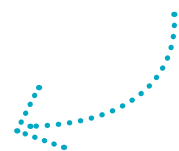


Oft kommt Altbrot geröstet und gemahlen in Broten zum Einsatz. Die Brösel binden viel Wasser, machen das Brot saftiger, länger frischhaltend und geben zudem mehr Aroma

beleibten italienischen Mama einen Teller Seelenfutter um die Ohren hauen zu lassen, treibt ein breites Lächeln in jedes Gesicht. Daher folgen nun zwei Klassiker der „cucina italiana“.




Es lohnt sich, immer gemahlenes Altbrot im Haus zu haben. In kleinen Mengen bringt es mehr Frische und Aroma in neue Brote



Text & Bilder:  
Thomas Schmitt

 @lokalbaeckertom

 /lokalbaeckerTom



# BROTSSALAT PANZANELLA

Rezept & Bilder:  
Thomas Schmitt

Brotsalat ist ein Klassiker der italienischen Küche. Zusammen mit sehr reifen fruchtigen Tomaten entfaltet das alte Brot ein wuchtiges Aroma und wird zum kulinarischen Vergnügen. Dabei ist das Gericht schnell auf den Tisch gebracht, da alle vorbereitenden Arbeiten erledigt werden, während das Brot im Ofen geröstet wird.

## Zutaten (für 4 Personen)

- ▶ 350 g Trockenbrot
- ▶ 1000 g reife gemischte Tomaten
- ▶ 50 g Kapern
- ▶ 1/2 Bund Basilikum
- ▶ 1/2 Bund Frühlingszwiebeln
- ▶ 2 Knoblauchzehen
- ▶ 30 g Parmesan
- ▶ 4 EL Balsamico-Essig
- ▶ 1/4 Chili
- ▶ Steinsalz, Pfeffer, natives Olivenöl



- Das Trockenbrot im Ofen bei 190°C etwa 15 bis 20 Minuten knackig rösten.
- In der Zwischenzeit werden die fruchtig-reifen Tomaten in sämtliche Formen und Varianten geschnitten – Würfel, Spalten, geviertelt, halbiert – alles ist erlaubt.
- Zu den Tomaten kommen die Kapern, das Basilikum, die Frühlingszwiebeln und der Knoblauch.
- Jetzt wird der Salat mit dem nativen Olivenöl und dem Balsamico veredelt und mit dem Steinsalz, Pfeffer und der Chili abgeschmeckt.
- Kurz vor dem Servieren sollte das Trockenbrot heiß untergemischt werden. Dann nur noch frisch den Parmesan drüber reiben und es kann losgehen. 🍴

# TROCKENBROT- TIRAMISU

Kein italienischer Abend ohne ein Tiramisu auf dem Tisch. Auch diesem Dessert lässt sich mit Altbrot ein ganz neuer Dreh geben. Damit überrascht man Gäste und überzeugt sie sogleich davon, dass gutes Brot, selbst wenn es alt ist, auch als Dessert noch überzeugt.

- Das frische Eigelb mit 6 EL Zucker schaumig schlagen und die Mascarpone mit den Aromen sanft einrühren.
- Anschließend wird das Eiweiß mit dem restlichen Zucker und einer Prise Salz steif geschlagen und vorsichtig unter die Eigelb-Mascarpone-Liaison gehoben.
- Jetzt kommt das Trockenbrot in Dessertgläser. Der Espresso wird mit dem Saft der Limette sowie dem Marsala verrührt und großzügig über die Brotbrösel verteilt.
- Danach wird die Creme auf die Brösel geschichtet.
- Die Gläser kommen für mindesten eine Stunde in den Kühlschrank.
- Vor dem Servieren mit Kakaopulver bestäuben. ■


## Zutaten (für 6 Personen)

- ▶ 200 g Sauerteig-Trockenbrot
- ▶ 250 g Mascarpone
- ▶ 100 g Roh-Rohrzucker
- ▶ 3 Eier, Größe M
- ▶ 200 g Espresso
- ▶ 1 Limette
- ▶ 100 ml Marsala (Dessertwein)
- ▶ Salz, Vanille, Limettenzeste



Rezept & Bild: Thomas Schmitt

 @lokalbaeckertom

 /lokalbaeckerTom

# Glossar

**Anstellgut (ASG)**, auch **Starter** – Das Anstellgut ist ein Rest Sauerteig, der nicht gebacken, sondern zur späteren Verwendung aufbewahrt wird. Vor dem nächsten Backtag wird mit einem Teil des Anstellgutes sowie Mehl und Wasser ein neuer Sauerteig hergestellt (Auffrischung). Das Anstellgut dient der Reduzierung des Zeitaufwandes zur Herstellung von Sauerteig sowie der Entwicklung einer stabilen Bakterienkultur und damit eines definierten Sauer- teigaromas. Anstellgut kann entweder immer vom jeweils für den Backtag angesetzten Sauerteig abgenommen oder separat geführt und aufgefrischt werden.

**Ausmahlgrad**, auch **Ausmahlungsgrad** oder **Mehlausbeute** – Der prozentuale Wert gibt Auskunft darüber, wieviel Prozent des ganzen Kornes im Mehl enthalten sind. Je höher also der Ausmahlgrad, desto mehr Schalen- anteil ist im Mehl enthalten.

**Ausstoßen** – Während oder nach der Stockgare wird der Teig entweder mehrmals mit der Faust ausgestoßen/ eingedrückt oder kurz kräftig durchgeknetet. Ziel ist das Entgasen und Straffen des Teiges. Dabei wird einerseits das Gärgas Kohlenstoffdioxid gegen Luft- sauerstoff ausgetauscht, der für die Vermehrung der Hefen benötigt wird. Andererseits verteilen sich die Gasbläschen gleichmäßiger im Teig – eine Grundvoraus- setzung für eine gleichmä- ßige Porung im Brot.



**Autolyse** – Mehl und Wasser werden zu einem Nullteig verrührt und 20 bis 60 Minuten abgedeckt ruhen gelassen. In dieser Zeit verquellen Stärke und Eiweiße mit Wasser. Das Klebereiweiß verkettet sich zu langen Klebersträngen (Glutenstränge). Die Autolyse dient zur Geschmacksverbes- serung bei direkt geführten Teigen. Sie soll außerdem das Gebäckvolumen und die Kruste verbessern. Ziel der Autolyse ist, das Klebergerüst von Weizenteigen aufzubauen. Sie hat den Vorteil, dass der Teig kürzere Zeit geknetet werden muss, da er bereits einen Teil seiner Struktur aufgebaut hat.

**Brühstück** – gehört zur Gruppe der Nullteige innerhalb der Vorstufen. Es dient der Verquellung größerer Brotbe- standteile (z.B. Körner, Saaten, Schrote). Für ein Brühstück werden die festen Bestandteile im Verhältnis von zirka 1:1 bis 1:3 mit kochendem Wasser vermischt und mindes- tens 2-6 Stunden quellen gelassen. Würden die groben Bestandteile nicht verquollen, würde der Wassergehalt im Teig sinken und der Teig durch Nachquellung zunehmend fester und trockener werden. Neben Schrot kann auch getrocknetes und gemahlenes Brot überbrüht werden. Dieses Altbrot bindet etwa die dreifache Menge seines Eigengewichtes an Wasser.

**Dehnen und Falten** – Vorgang, bei dem weizen- dominierten Teigen durch mehrfache Dehnung und Faltung mehr Struktur verliehen wird. Das Klebergerüst wird damit schonend entwickelt. Das Gashaltevermögen steigt. Au- ßerdem dient es der Entgasung und Sauerstoffzufuhr, der Homogenisierung der Teigtemperatur und damit der Un- terstützung der Hefenaktivität. Im Bäckeralltag wird meist nur von „Falten“ gesprochen, dennoch sind beide Vorgän- ge gemeint. Teig kann auf verschiedene Weisen gefaltet werden. Bei der Heimbäckerei eher üblich ist die Methode mit feuchten Händen in einem Behälter (für mittelfeste bis weiche Teige). Dabei wird der Teig am hinteren Ende unterfasst, nach oben gedehnt und zum Körper hin auf den restlichen Teig gefaltet. Nun die gegenüberliegende und anschließend die die anderen Seiten genauso bearbeiten.


<http://tinyurl.com/yagxq38g>  Video

**Dextrine** – Dextrine sind Abbauprodukte von Stärke. Sie bilden sich beim Backen ab 150 Grad bei Abwesenheit von Wasser in der Kruste von Broten und geben ihnen die Farbe sowie typischen Geschmack.

**Einschießen** – Einführen des Teiglings in den Back- ofen mit Hilfe eines Schießers (Backbrett). Als Trennmittel zwischen Schießler und Teigling wird häufig Grieß oder Schrot verwendet. In der Heimbäckerei kann auch Back-



papier als Unterlage genommen werden. Beim Einschie- ßen wird die Trägheit des Teiglings genutzt. Der Teigling wird mit dem Backbrett auf den Backstein geführt. Mit einem schnellen Ruck wird das Backbrett aus dem Ofen gezogen, sodass der Teigling durch die Trägheitskraft auf dem Backstein liegen bleibt.

<http://tinyurl.com/y9xrqer8>  Video

**Falten** – siehe **Dehnen und Falten**

**Hydratation** – Bestimmt – wie auch die Teigausbeute – den Wasseranteil des Brotes im Verhältnis zum Mehl. Enthält ein Brot 1.000 Gramm Mehl und 700 Gramm Wasser, beträgt die Hydratation 70%.

**Krume** – Das lockere und elastische Innere eines Brotes, das von der Kruste umgeben wird. Von der Krume hängt der Nährwert des Brotes ab. Geschmack und Geruch der Brotkrume werden nicht nur durch die Zutaten beeinflusst. Die Aromastoffe, die in der Kruste entstehen, ziehen aufgrund des Unterdrucks im Inneren während der Auskühlphase des Brotes durch die gesamte Brotkrume. Die Eigenschaften der Brotkrume (Struktur, Elastizität, Geschmack, Geruch) sind unter anderem abhängig vom Wassergehalt, von den Zutaten, von der Teigführung und der Teigaufarbeitung.



**Lievito Madre** – Italienische Mutterhefe. Ein kalt und fest geführter Sauerteig, der sich durch Robustheit und milden Geschmack auszeichnet.

**Nullteig** – Gemisch aus Getreideerzeugnissen, Flüssigkeit und – in einigen Fällen – Salz. Sie werden ohne Triebmittel angesetzt. Zweck ist die Verquellung der Getreideerzeugnisse. Zu den Nullteigen zählen Quellstücke, Brühstücke und Kochstücke. Sie erhöhen den möglichen Flüssigkeitsanteil im Teig, verbessern die Teigausbeute und ermöglichen so eine längere Frischhaltung der Backwaren, saftigere Krumen und günstigere Kaeigenschaften.




**Ofentrieb** – Beschreibt die Volumenzunahme des Teiges während des Backvorgangs. Die Volumenzunahme erfolgt einerseits physikalisch durch Ausdehnung der vorhandenen Gärgase, andererseits biologisch durch Produktion von Gärgas über mikrobielle Prozesse. Welchen Anteil der biologische Faktor hat, bestimmt der Gärzustand des Teiglings (bei Vollgare überwiegt der physikalische Ofentrieb, bei knapper Gare überwiegt der biologische Ofentrieb).

**Quellstück** – Gehört zur Gruppe der Nullteige innerhalb der Vorstufen und dient der Verquellung größerer Brotbestandteile (Körner, Saaten, Schrote). Für ein Quellstück werden die festen Bestandteile im Verhältnis von 1:1 bis 1:2 mit 10 bis 30°C warmem Wasser vermischt und 4 bis 20 Stunden quellen gelassen. Eine zeitlich manchmal passende Variante ist das Verquellen über 8 bis 12 Stunden bei 6 bis 8°C im Kühlschrank. Um enzymatischen Abbau und Fremdgärung zu verhindern, kann die Salzmenge des Hauptteiges mit in das Quellstück eingerührt werden. Würden die groben Bestandteile nicht verquollen, würden sie Wasser aus dem Teig ziehen, er würde zunehmend fester und trockener werden. Üblicherweise sollte die im Quellstück zu verquellende Menge nicht mehr als 30 bis 60 Prozent der Gesamtmenge der Getreideerzeugnisse ausmachen. Je wärmer das Wasser, umso mehr kann davon gebunden werden.

**Rundwirken** – Beim Rundwirken wird der Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in Form gebracht. Dabei klappt man die Außenseiten reihum zur Mitte. Dieser Vor-



gang wird so lange wiederholt, bis eine straffe Teigkugel entsteht. Da bei diesem Prozess Kohlendioxid entweicht und gleichzeitig Sauerstoff eingearbeitet wird, verbessert man noch einmal die Hefeaktivität, was sich positiv auf die Krume auswirkt.

<http://tinyurl.com/ybnxlquw>  **Video**

**Schluss** – Die Seite des Brotes, auf der der Teig beim Formen zusammengeführt wird. Der Laib kann mit Schluss nach oben gebacken werden, was zu einem eher wilden Aufreißen der Kruste entlang der Nahtstellen führt. Soll das Brot eine glatte Oberfläche aufweisen oder an definierten Einschnitt-Stellen aufreißen, wird es mit Schluss nach unten gebacken. Im Gärkorb muss es jeweils anders herum liegen, da es zum Backen aus diesem gestürzt wird.



# Glossar

**Schwaden**, auch Dampf, bedampfen – Der Dampf wird sofort nach dem Einschließen des Teiglings oder verzögert in den Ofen gegeben. Er kondensiert auf der Teighaut, lässt dank der freiwerdenden Wärme das darin enthaltene Eiweiß sofort gerinnen und die Stärke verkleistern (Voraussetzung für eine knusprige Kruste). Dennoch hält der Dampf die Teighaut kühl, elastisch und ermöglicht so einen optimalen Ofentrieb und ein optimales Gebäckvolumen. Außerdem löst sein Kondenswasser die aus der Mehlstärke entstandenen Dextrine, die später zu einem attraktiven Brotglanz führen.

<http://tinyurl.com/ycob6dfu>  Video

**Starter** – siehe **Anstellgut**

**Stockgare** – Die Gärphase des kompletten, ungeformten Teiges nach dem Kneten und vor dem Aufarbeiten. Je nach Dauer der anschließenden Zwischengare und Stückgare sowie der zu erreichenden Gebäckigenschaften wird die Dauer der Gärphase festgesetzt. Während der Teigruhe reift der Teig. Insbesondere verquellen die Mehlbestandteile, bei kleberwirksamen Mehlen entspannt das Klebergerüst. Außerdem wird die Reifung auch zum



Vermehren der Hefen genutzt. Ideale Temperaturen für die Stockgare liegen zwischen 20° und 28°C. Bei kühler Führung (4-10°C) über mindestens 6-8 Stunden entstehen während der Stockgare vielfältige Aromen. Die Stockgare kann durch Teigbearbeitungsprozesse (Dehnen und Falten) unterbrochen werden, um den Teig zu straffen, die Teigtemperatur zu vergleichmäßigen, die Teigstruktur zu beeinflussen und durch Gasaustausch den Stoffwechsel der Hefen anzuregen.

**Stückgare** – Die letzte Ruhe- und Reifephase vor dem Backen. Abhängig von der Dauer der Stückgare entwickeln sich Ofentrieb und Krumenstruktur. Die Stückgare wird entweder mit Schluss nach unten oder mit Schluss nach oben durchgeführt. Die Gartemperatur sollte idealerweise höher sein als bei der Stockgare. Während der Stückgare wird die Hefegärung angestrebt (optimal zwischen ca. 28-35°C). Für den Heimbäckerbereich sind 24-26°C ausreichend, um ansprechende Ergebnisse zu erzielen.

**Teigausbeute (TA)** – Das in Zahlen ausgedrückte Verhältnis zwischen der im Teig verwendeten Menge an Flüssigkeit und der Menge an Getreideerzeugnissen (Mehl). Sie ist ein Maß für die Menge an Teig, die entsteht, wenn 100 Teile Getreideerzeugnisse mit einer bestimmten Menge an Flüssigkeit gemischt werden. Bei einer TA 160 kommen also 60 Gramm Flüssigkeit auf 100 Gramm Getreide/Mehl. Als Flüssigkeit gelten neben Wasser alle in ihrer Konsistenz mit Wasser vergleichbaren Flüssigkeiten (Milch, Buttermilch oder Öle). Andere Zutaten wie Quark, Joghurt oder Eier verändern zwar auch den Flüssigkeitsanteil im Teig und damit die Teigausbeute, werden aber nicht in die Berechnung einbezogen. Hohe Teigausbeuten sind kennzeichnend für weiche Teige (TA 180), niedrige Teigausbeuten für festere Teige (TA 160).

**Teigführung** – Bezeichnet die gesamte Teigentwicklung vom Mischen der Zutaten bis zum Backen. Sie unterliegt vielen Faktoren, die gezielt gesteuert werden können, um optimale Backergebnisse zu erreichen.



**Vollgare** – Optimaler Gärzustand für Brote mit glatter (nicht aufgerissener) Kruste. Sie liegt zwischen Untergare und Übergare. Der Teigling hat ein großes Volumen, ist dennoch stabil und setzt bei Druck auf die Teighaut etwas Widerstand entgegen, wenngleich sich die Druckstelle nur noch wenig zurückbildet (Fingertest/Drucktest). Die Hefen haben bei Vollgare ihren Stoffwechsel verlangsamt. Vollgarige Teiglinge vergrößern ihr Volumen im Ofen nur noch minimal.





## Zeit- Management

Am Anfang meiner Hobby-Brotback-„Karriere“ habe ich ein paar Mal erfahren müssen, dass der Teig der Boss ist. Er sagt, wann was gemacht werden muss und wann er in den Ofen will.

Quasi wie ein Partner, nur ohne eingebaute akustische Beschwerdefunktion.

Also ist es sinnvoll, an Tagen zu backen, an denen man nichts weiter vor hat oder zumindest das Haus nicht verlassen muss. Klar, in allen Büchern, Blogs und Backkursen fällt der Hinweis mehr als einmal. Ich weiß es inzwischen auch, nur meine optimistische Art lässt mich in präziser Regelmäßigkeit diese Erkenntnisse über Bord werfen.

So auch neulich. Ich war um 14 Uhr mit meiner Freundin Tine zum Kekse backen verabredet. Aber hey – das Brot braucht ja laut Rezept nur vier bis fünf Stunden. Sollte also kein Problem sein, wenn ich um 8 Uhr anfrage.

Das wurde schon mal gleich gar nichts, weil der Lugano-Ansatz noch nicht annähernd ausgeschlafen und bereit für ein bisschen Action war. Eigentlich war meine ganze Planung also schon um 8.01 Uhr komplett für die Tonne. Am Ende habe ich um 13.30 Uhr den ganzen Krempel, den man zum Backen zweier Brote in einem fremden und nicht zum Brotbacken ausgestatteten Haushalt braucht, in mein Auto geschmissen und bin mit Pizzastein, selbstgebauter Gärbox samt Elektrik, Teig und einer warmen Wasserflasche für den Weg, sowie Gärkörben, Schraubenschale und Blasenspritze zum Schwaden sowie sonstigen Kleinigkeiten zum Keksebacken gefahren.

Ich hatte das natürlich vorher mit Tine abgesprochen, damit es nicht noch peinlicher wird als es ohnehin schon war. Mit den Worten „Wenn deine Nachbarn das sehen, denken die ich ziehe hier ein“ betrat ich mit der ersten von 3 Kisten das Haus.

Dann ging es zu meiner Freude ausnahmsweise mal wie geplant weiter. Die Gärbox noch schnell an den Strom und ran an die Kekse. Zur weiteren Entspannung gab es erstmal einen Becher Kinderpunsch. Den hatte ich jetzt gebraucht. Gegen 16 Uhr konnte ich den Teig endlich fachgerecht in zwei Teile stechen, vorsichtig rundwirken und zur Stückgare in den Gärkörben ablegen.

## Auf ein Wort ...

Zwischendurch noch ein paar Kekse geklöpelt und das Abendessen zusammengeworfen, kam gegen 18.30 Uhr der große Moment. Die Teiglinge waren bereit für den Ofen. Gute 45 Minuten zuvor hatte ich dafür den Pizzastein zum Aufheizen auf mittlerer Schiene auf ein Rost gelegt. Auf unterster Schiene fand meine mit Edelstahlschrauben gefüllte Edelstahlschüssel auf einem Backblech platz. Kurz vor dem Einschließen der Teiglinge noch schnell heißes Wasser in die Blasenspritze gefüllt und die Teiglinge auf... Ach verdammt, ich hatte mein Einschließbrett zu Hause liegen lassen.


Jetzt ist es gar nicht so leicht auf die Schnelle etwas zu finden, was die Breite von zwei nebeneinanderliegenden Teiglingen hat, aber auch nicht breiter als die Ofenöffnung ist. Etwas, das stabil genug ist, die Teiglinge zu tragen und ebenso glatt und ohne Kanten, sodass die Teiglinge in den Ofen rutschen. Konzentriert ging ich durch Küche und Wohnzimmer und suchte die Räume nach brauchbarem Werkzeug ab.

Im Wohnzimmer fand ich dann eine bekritzelte Pappkartontafel, die dem Sohn des Hauses normalerweise als Dach seines selbstgebauten Kuhstalls diente. Ich fragte kurz, ob ich mir das Dach mal leihen könnte. Ich durfte. Aber ganz ehrlich – es wäre mir auch herzlich egal gewesen, wenn er nein gesagt hätte. Es ging ja schließlich um was.

Jetzt konnte es aber wirklich losgehen. Ofen auf, Teiglinge rein, Wasser marsch (also das Wasser aus der Spritze auf die Schrauben gespritzt, um Dampf zu erzeugen), Tür zu. Jetzt sollte gleich der Ofentrieb starten. Das müsste einen vierjährigen Jungen doch interessieren. Dachte ich. Tat es nicht. Na ja, man kann das Glück nicht erzwingen.

Kurz nach 19 Uhr kamen die Brote aus dem Rohr. Also gute fünf Stunden später als gedacht. Ich liebe es, wenn ein Plan funktioniert. Und ich bin echt froh, dass ich Freunde habe, die meine Leidenschaft zum Brotbacken vielleicht nicht verstehen, aber dennoch so unterstützen wie neulich.

Und die Moral von der Geschichte?  
Hab' ich was vor, dann back ich nicht.  
Oder vielleicht doch...

André Haack  
 @breadrem

# VORSCHAU

BROT gibt es sechsmal jährlich.  
Die nächste Ausgabe erscheint  
am 26.04.2018

Digital-  
Ausgabe  
erhältlich ab  
13.04.2018

Darum geht es unter anderem:

● Malz – was es  
kann und wie  
man es einfach  
selbst herstellt



● Jung – die Zürcher  
Bäckerei besinnt sich auf  
traditionelles Handwerk



● Schmackhafte  
Rezepte mit Altbrot

● Das Backen im Topf in Teil 3  
des Einsteiger-Kurses

**HERAUSGEBER**  
Tom Wellhausen

**REDAKTION**  
Hans-Henny-Jahnn-Weg 51  
22085 Hamburg  
Telefon: 040/42 91 77-300  
Telefax: 040/42 91 77-155  
redaktion@brot-magazin.de  
www.brot-magazin.de

**LEITUNG REDAKTION/GRAFIK**  
Jan Schönberg

**CHEFREDAKTION**  
Sebastian Marquardt  
(verantwortlich)

**AUTOREN**  
Katharina Arrigoni, Christoph Bremer,  
Andrea Danz, Michele Deschner, Simone  
Filipowsky, Stefanie Grauer-Stojanovic,  
André Haack, Björn Hollensteiner,  
Samuel Kargl, Stevan Paul, Anastasia  
Petrunina, Thomas Postler, Valesa  
Schell, Tanja Schlund, Michal Šip,  
Johanna Thees, Andrea Thode,  
Alexandra Voronkova, Marc Zastera

**FOTOS**  
Edith Ochs, govindji,  
Heike Rau, Hetizia,  
hjschneider, JFsPic,  
J.Mühlbauer exclus.,  
Natallia, photocrew,  
Quade, trattiertratti,  
tunedin,  
visuals-and-concepts

**REDAKTIONSASSISTENZ**  
Dana Baum

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

Telefon: 040/42 91 77-0  
Telefax: 040/42 91 77-155

post@wm-medien.de  
www.wm-medien.de

**GESCHÄFTSFÜHRER**  
Sebastian Marquardt  
post@wm-medien.de

**VERLAGSLEITUNG**  
Christoph Bremer

**ANZEIGEN**  
Christoph Bremer (Leitung)  
Sven Reinke

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

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

**ABONNEMENT**  
Jahresabonnement für:  
Deutschland: € 32,-  
EU und Schweiz: € 37,-  
Übriges Ausland: € 55,-  
Digital-Magazin: € 24,-

Für Print-Abonnenten ist das digitale  
Magazin inklusive. Infos unter:  
www.brot-magazin/digital

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

**DRUCK**  
Frank Druck GmbH & Co. KG  
Industriestraße 20  
24211 Preetz/Holstein  
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**  
BROT erscheint sechsmal jährlich.  
Bezug über den Fach-, Zeitschriften-  
und Bahnhofsbuchhandel.  
Direktbezug über den Verlag.

**EINZELPREIS**  
Deutschland: € 5,90 / Österreich: € 6,50 /  
Schweiz: sFr 11,60 / Benelux: € 6,90

**GROSSO-VERTRIEB**  
VU Verlagsunion KG  
Meßberg 1, 20086 Hamburg

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**  
wellhausen  
marquardt  
Mediengesellschaft

# DUFT

aus dem Ofen – zum Reinbeißen gut!



Ob Laugenbrezel oder Sauerteigbrot – mit dem ausführlichen Brotbackbuch gelangen garantiert alle Rezepte auch in der eigenen Küche.

400 Seiten · € (D) 39,99  
ISBN 978-3-86244-814-2

Weitere Inspirationen  
im Buchhandel und auf  
[www.christian-verlag.de](http://www.christian-verlag.de)



KAYA&KATO  
STYLE AT WORK

stylish | nachhaltig | fair

Hochwertige Arbeitskleidung von KAYA&KATO

