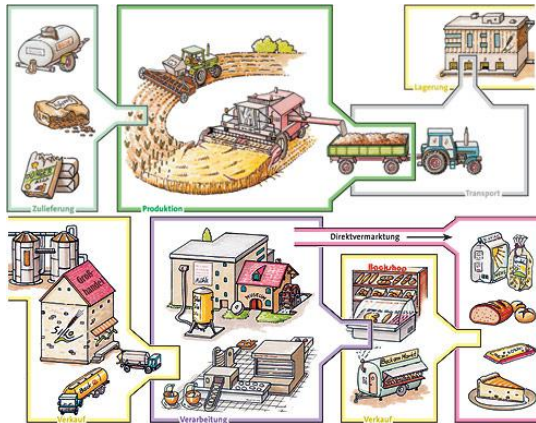


Infoblatt Vom Korn zum Brot



Vom Korn zum Brot (Klett)

Geschichte der Brotherstellung, der Werdegang vom Korn zum Brot sowie ein Sauerteigrezept

Brot ist ein Grundnahrungsmittel, das im Wesentlichen aus Mehl oder Schrot und Wasser besteht. Das Mehl wird aus Getreide durch Mahlen gewonnen. Um möglichst weißes Mehl zu gewinnen, wird der Stärkeanteil des Getreidekorns von der Kleie, seiner Hülle, getrennt. Für verschiedene Brotsorten werden so unterschiedliche Getreidearten genutzt wie Weizen, Roggen, Gerste, Mais, Reis oder Hafer. Man kann Brot sogar aus Kartoffeln oder Sojabohnen herstellen. Man unterscheidet gesäuertes und ungesäuertes Brot. Gesäuertes Brot enthält ein Treibmittel, den Sauerteig. Dieser produziert Kohlendioxid, was den Teig aufgehen lässt, ihn also mit feinen Bläschen durchsetzt. Ein anderes Treibmittel ist Hefe. Sie setzt ebenfalls Kohlendioxid frei. Brot kommt in verschiedener Form daher: Fladenbrot ist ein flaches, schon in sehr früher Zeit aus unterschiedlichem Getreide hergestelltes Brot. Auch heute noch ist es sehr beliebt, unter anderem als Pita-Brot für den Döner, als hartes Knäckebrot, als indisches Chapati oder mexikanische Tortillas. Im europäischen Kulturkreis finden sich hauptsächlich runde und etwas höhere Brote (Brotlaibe), Kastenbrote und stangenförmige Brote (Baguettes). Daneben existieren eine Vielzahl von Brötchen, Hörnchen und sonstigen Getreideerzeugnissen.

Geschichte der Brotherstellung

Schon in vorgeschichtlicher Zeit wurde Brot gebacken. Wahrscheinlich bestanden die ersten Brote aus gemahlene Bucheckern oder Eicheln. Diese wurden zwischen Steinen zermahlen und dann gewässert, um dem Mehl die Bitterstoffe zu entziehen. Anschließend wurde der Teig in der Hitze eines Feuers zu einem Brot gebacken. Vermutlich entdeckten die Ägypter vor 4.000 Jahren durch Zufall die Gärung. Sie konnten somit lockerere Brote herstellen als bisher. Im römischen Kaiserreich wurde Brot in öffentlichen Backöfen gebacken. Im Mittelalter begann man dann, aus den einzelnen Getreidearten unterschiedliche Brotsorten herzustellen. Zu dieser Zeit entstand auch das Bäckerhandwerk, so wie wir es kennen. Die einzelnen Gesellschaftsschichten bevorzugten verschiedene Brotsorten. Weißbrot war nur den Reichen vorbehalten, die Armen konnten sich in der Regel nur Schwarzbrot (Vollkornbrot) leisten. Bis Ende des 19. Jh. wurde Brot zu Hause oder in kleinen, gemeinschaftlichen Brotbacköfen gebacken, die zu einem festgelegten Zeitpunkt (z. B. einmal im Monat) angefeuert wurden. Später entwickelten sich spezialisierte Bäckereien, in denen man nicht nur Brot, sondern auch Brötchen, Gebäck und Kuchen erwerben konnte. Heute nutzen Bäckereien viele maschinelle Hilfsmittel, die den Bäckern die Arbeit erleichtern. Dazu gehören Teigrührmaschinen, Fließbänder, automatische Backöfen und vieles mehr. In letzter Zeit erfährt das Vollkornbrot eine Renaissance, da man erkannt hat, dass sich in oder unter der Schale des Getreidekorns viele wichtige Nährstoffe und Spurenelemente befinden.

Die einzelnen Schritte vom Korn zum Brot

Bauern pflanzen auf ihren Feldern unterschiedlichste Getreidesorten an. Dazu müssen sie den Boden bearbeiten, ihn pflügen, eggen und düngen und so für die Aussaat vorbereiten. Nach der Aussaat, die heute ausschließlich mit Hilfe von Maschinen durchgeführt wird, beobachtet der Bauer das Wachsen des Getreides genau. So kann er einschreiten, falls das Getreidefeld von Schädlingen wie Pilzen, Viren, Insekten oder auch Unkraut befallen wird. Für alle diese Fälle existieren in der konventionellen Landwirtschaft spezielle Gifte (Insektizide und Herbizide), die wiederum maschinell auf dem Feld ausgebracht werden können. Ist das Getreide herangereift, wird es abgemäht und das Korn vom Rest der Getreidepflanze getrennt. Dies geschieht in einem Arbeitsgang im sog. Mähdrescher. Dieser sammelt die Körner und lässt das Stroh auf dem

Acker zurück. Traditionell behält der Bauer einen Teil der Ernte als Saatgut für das nächste Jahr zurück, der Rest geht an die Mühle, wo aus dem Korn dann Mehl gemahlen wird. Das Mehl gelangt in Säcken zu den Bäckereien, wo aus ihm u. a. auch Brot entsteht.

Würde man einfach aus Mehl und Wasser einen Teig herstellen und diesen backen, entstünde ein hartes Fladenbrot. Dieses wäre mit Sicherheit nahrhaft, aber nicht sehr schmackhaft. Deshalb existieren mehrere Möglichkeiten, den Teig lockerer zu machen. Die älteste Methode ist die Säuerung. Dabei mischt man Mehl und Wasser und lässt diesen Vorteig an einem warmen Ort stehen. Im Mehl und in der Luft befinden sich natürlicherweise Mikroorganismen, darunter Hefepilze, Essig- und Milchsäurebakterien. Diese Organismen gehen im Sauerteig eine Symbiose ein und produzieren als Stoffwechselprodukt Kohlendioxid. Dieses lässt den Teig aufgehen und reichert ihn mit kleinen Bläschen an. Hefeteige entstehen fast genauso, nur dass dem Teig von Anfang an extra gezüchtete Hefen zugesetzt werden. Der Teig schmeckt auch nicht sauer, da die Essig- und Milchsäurebakterien fehlen. Um verschiedene Backwaren herzustellen, können dem Brotteig dann noch zahlreiche andere Zutaten wie Salz, Zucker, Milch, Gewürze etc. zugesetzt werden. Danach kommt der Teig in den Ofen und wird gebacken.

Sauerteigrezept

Sauerteig ist die ursprünglichste Form des Brotteiges. In jüngster Zeit erlangt er wegen seines fein-säuerlichen Geschmacks wieder verstärkt Bedeutung beim Brotbacken. Hier kommt ein einfaches Sauerteigrezept zum Nachbacken:

100 g Mehl (am besten Roggenvollkornmehl) mit Wasser zu einem dickflüssigen Teig (etwa wie Waffelteig) verrühren. In einer Schüssel zugedeckt an einem warmen Ort etwa 24 Stunden stehen lassen. Dann wieder 100 g Mehl und entsprechend Wasser zugeben, gut einrühren und erneut etwa 24 Stunden stehen lassen. Weiter so verfahren, bis der Sauerteig backfertig ist. Das erkennt man an drei Kriterien:

- Er riecht deutlich säuerlich.
- Auf der Oberfläche hat sich Schaum gebildet.
- Wenn man einen Löffel voll Teig genauer betrachtet, kann man unzählige winzige Bläschen erkennen.

Zum Backen eines Brotes benötigt man viel Sauerteig. Etwa 20 bis 40 % des gesamten Teiges sollte aus Sauerteig bestehen. Der Rest wird mit Mehl und weiteren Zutaten (z. B. Salz) ergänzt, bis man einen Laib formen kann. Dieser wird rundum eingemehlt und dann gebacken.

Quellen:

Quelle: Geographie Infothek

Autor: Lars Pennig

Verlag: Klett

Ort: Leipzig

Quellendatum: 2004

Seite: www.klett.de

Bearbeitungsdatum: 26.03.2012

Autor/Autorin:

Lars Pennig

<http://www.klett.de/terrasse>

Letzte Änderung: 30.07.2014