

Mit Laib und Seele

Brot ist Grundnahrung, biblisches Symbol, Kulturgut – und durch Billigbackshops in Verruf geraten. Jetzt entdecken **engagierte Müller und Bäcker** ihr altes Handwerk neu. Wie aus Mehl, Wasser und Salz wieder ein echtes Lebens-Mittel entsteht

Kruste
Hier steckt das Aroma:
je flacher der Laib, umso
würziger das Brot.

LEBEN
& GENIESSEN

Die Kruste ist goldbraun, das weiche Innere duftet nach Mehl, Salz, süßlich und würzig. Eben nach dieser unvergleichlichen Mischung aus Kindheit, Heimat und Omas Küche. Dick geschnittene Stullen mit ordentlich Butter drauf. Wann eigentlich ist unser Kulturgut Brot so in Verruf geraten? Ausgerechnet in Deutschland, Brotation Nummer eins mit über 300 Sorten, werden Bücher über die "Weizenwampe" und brotfreie "Low Carb"-Diätatgeber zu Bestsellern. Brotverzicht gilt als gesund, Glutennallergie als neues Volksleiden. "Dabei haben weniger als ein Prozent der Deutschen wirklich Zöliakie", sagt der Münchner Ernährungswissenschaftler Hans Hauner. Der Rest ist eingebildet – dennoch liegen glutenfreie Produkte so im Trend, dass sie vom Nischenprodukt zur lukrativen Einnahmequelle geworden sind. Dr. Schär, mit Zwieback, Brot und Pizza- ▶▶▶

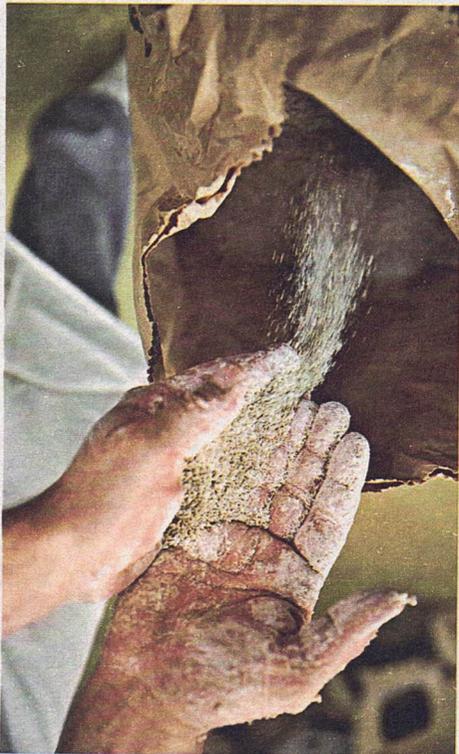


Kruste
Bleibt dank der Kruste
feucht, duftet frisch
nach Mehl.

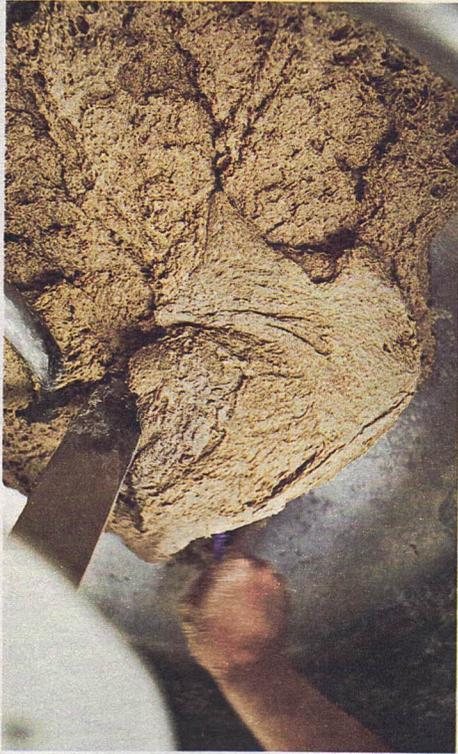
Zeit
Etwa 18 Stunden will ein
Sauerteig reifen, ruhen,
geknetet werden.



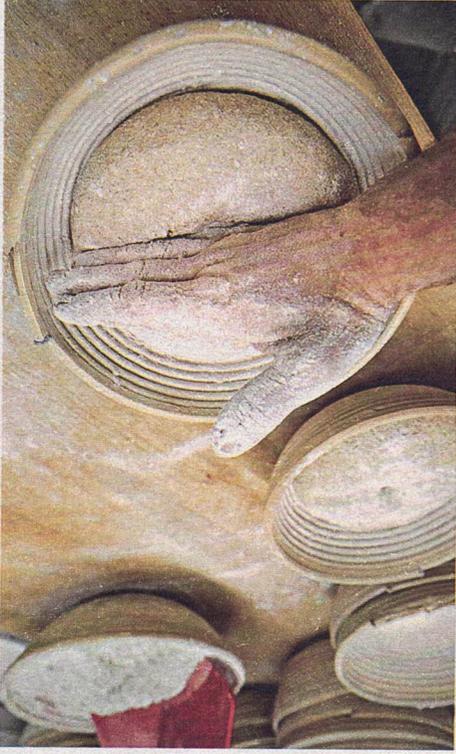
Tradition, sackweise Josef Bauer verarbeitet nur Getreide aus der Region – er testet auch alte Sorten wie Einkorn



Dreisüßiger, handgeführter Sauerteig wie dieser braucht keine Kunsttherapie, sondern vor allem Zeit und Erfahrung



„Freigeschobene“ Brote kommen ohne Form in den Ofen. Die Rillen in der Kruste stammen vom Reifekorb



Der Duft von gutem Brot befriedigt die Sehnsucht nach der eigenen Kindheit

teig Glutentfrei-Marktführer in Europa, konnte dank dieser diffusionen innerhalb eines Jahrzehnts von 47 auf 260 Millionen Euro steigern. Dabei ist Brot an sich ernährungsphysiologisch kein Problem, man wird davon weder dick noch krank. Die Industrialisierung aber hat auch der Brotproduktion die Romantik genommen. Seit Mitte der 70er-Jahre muss der Bäcker nicht mehr morgens um vier Uhr aufstehen, der Teig lässt sich im Gärtautium schockfrosten und in Aufbacköfen wiederbeleben. Diese Technik hat vor allem dazu geführt, dass immer mehr Brot produziert wird. Viel mehr, als wir essen können und wollen: Über 900 000 Tonnen werden Jahr für Jahr weggeschmissen. Brot ist ein Überflusssprodukt und gilt schon lange nicht mehr als wertvolles Lebensmittel.

Doch kein Trend ohne Gegen-trend: Eine kleine Szene von Mül-tern und Bäckern hat sich vor-genommen, das Massenprodukt wieder zur Delikatessse zu machen. Monika Drax zum Beispiel, eine der wenigen Frauen unter Deuts-lands Müllern, die in ihrer Drax-Mühle im bayrischen Reichtem-ling auch Backmischungen für daheim zusammenstellt. Oder Josef Bauer – wer mit ihm über Brot redet, sollte Zeit mitbrin-gen. Die Betreuung eines Teiges ist bei ihm eine aufwendige Sache. Ist es obendrein ein Sauerteig, muss es geknetet, gedehnt, gefaltet, geschlagen, temperiert werden, bevor er zur Stückgare im Reife-korb oder Bäckereieinen landet und dann in einem Holzbackofen zu optischer Perfektion aufläuft. Bauers Familie mahlt und backt seit neun Generationen im nie-derbayerischen Thymau. Ohne

Männerjob?

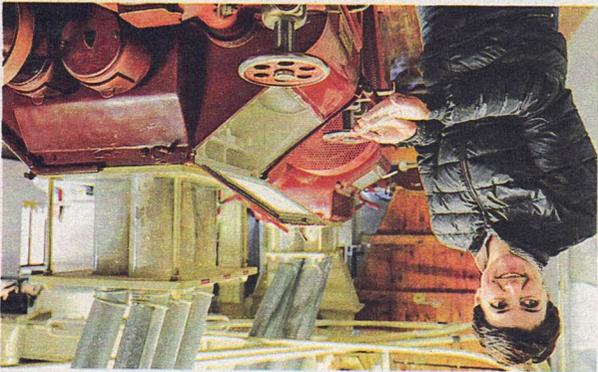
Müller arbeiten hart – seit fast 20 Jahren eine der wenigen Frauen in der Branche. In ihrer Drax-Mühle bekommen Selbst-bäcker seltene Mehle in hervor-ragender Qualität

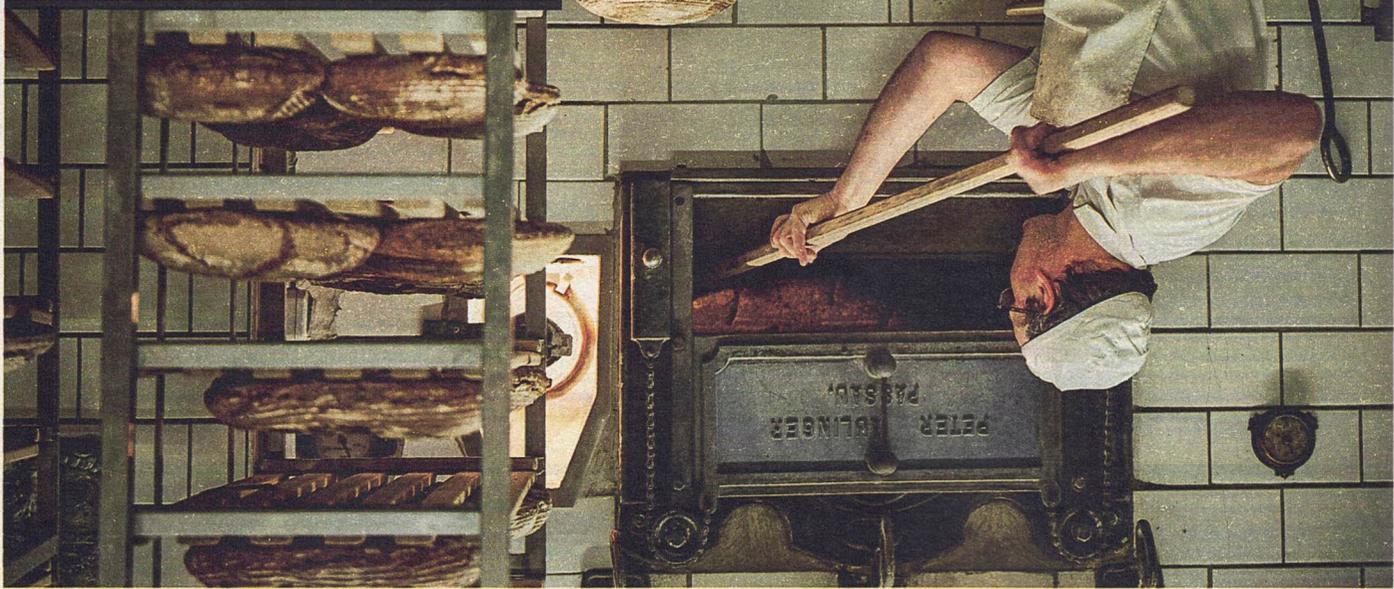
+ DIGITAL

Eine romantische Bilder-Reise durch alte Mühlen

Nutzungs-Info: siehe Inhalt

Navi ist seine Grafmühle schwer zu finden, trotzdem stehen die Kunden Schlangen in der winzigen Brotverkauftsstube. Links im Raum daneben ist die Bäckerei mit ihrem steinalten Ofen, aus dem es herrlich nach Mehl duftet. Bauer ist Biomüller und Bäckermeister in Personalunion – und eine Karität. Das große Müllertorben in Deutschland liegt mehr als 50 Jahre zurück. Damals wurde ein Förder-programm aufgelegt für Mühlen, die aufgaben. Viele kleine Betriebe nahmen gern an. Die Bauers blie-





Meister des Holzbäckofens Niederbayer Josef Bauer schiebt seine Sauer-
teigbrote frei in den Ofen. Bei 300 °C bildet sich nach zehn Minuten die Kruste
und hält die Feuchtigkeit im Inneren des Laibs

GABRIELE GUGETZER

und eine Bräufwage, mit abgerun-
deten Mengenangaben im Stil von
Rezeptzeitschriften hat Geißler es
gar nicht. Selbstredend wird auch
das Wasser gewogen.
Geißlers Brotbackkurse sind
Monate im Voraus ausgebucht
und mit mindestens 150 Euro
nicht gerade billig. Tausende bias-
se Semmeln aus dem Backshop –
in der Szene "Bräunungsstudio"
genannt – bekäme man dafür,
aber wer zu Geißler kommt, hat
ja genau diese Massenware satt.
Brot ist ein Gefühl, im biblischen
Sinn zu sehen. Je mehr Zeit man
sich damit lasse, sagt Geißler, desto
besser. Für ihn befriedigt der Duft
von gutem Brot "die Sehnsucht
nach Kindheit, wo der morgend-
liche Gang zum Bäcker Normali-
tät war". Entschleunigtes Backen
erschreit ihm als Burnout-Präven-
tion. Die Sehnsucht nach der guten
dies derzeit schwer angesagt ist.
Der Guru der Selbstbäcker heißt
Lutz Geißler, ist Blogger und dip-
lomierter Geologe – er nähert sich
dem Thema Brot denn auch wis-
senshaftlich. Wer ihm nachbackt
www.ploetzblog.de), braucht Zeit

Hier kaufen Kenner

Gutes Brot und Mehl haben ihren Preis – und sind nicht leicht zu bekommen. Die besten Mühlen und Bäckereien

- 1 Grafmühle**
Traditionsbäckerei in
der neunten Generation
Adresse grafmuehle.de
Grafmühle 1, 94136 Thyrnau
Sorten Dinkel-, Roggenbrote &
Semmeln
Preis 1 kg Kürbiskernbrot
5,60 Euro
2 Drax-Mühle
Über 100 Jahre
Mühlengeschichte
Adresse drax-muehle.de
Hochhaus 5,
83562 Rechtmehring
Sorten Mehr als 30 Brotback-
mischungen aus Biomehl
Preis 1 kg Bauernbrot-
Backmischung 3,29 Euro
3 Bäckerei Arno Simon
Seit über 60 Jahren ein Familien-
betrieb und zu Deutschlands
bestem Bäcker 2014 "gekürt
Adresse baecker-simon.de
6,95 Euro
Preis 1 kg Dinkel-Hirse-Brot
bis hin zu Karotten-Sesam-Brot
Sorten Ffister Öko-Roggen pur
Sorten Ffister Öko-Roggen pur
Adresse hofpfister.de
deutschlandweit vertreten
700-jährigen Geschichte und
Verbunden mit einer fast
5 Hofpfisterei
Preis 0,5 kg Kohl-Speck-Brot
4,50 Euro
Sorten Traditionell bis speziell,
Früchtebrote und Gewürzbrote
Adresse brotbegeus.de
se Filialen in Norddeutschland
gibt sich heute bescheiden, diver-
Hannovers einstiger Promi-Bäcker
4 Broterbe Ganes
Preis 1 kg Graubrot
3,60 Euro
Sorten Demeter Vollwert Pum-
pernickel, Grau- und Toastbrot
Preis 1 kg Graubrot
3,60 Euro
Sorten Demeter Vollwert Pum-
pernickel, Grau- und Toastbrot
32584 Löhne-Gohfeld
Rischerstraße 33,
Hannover
- 5 Hofpfisterei**
deutschlandweit vertreten
700-jährigen Geschichte und
Verbunden mit einer fast
5 Hofpfisterei
Preis 0,5 kg Kohl-Speck-Brot
4,50 Euro
Sorten Traditionell bis speziell,
Früchtebrote und Gewürzbrote
Adresse brotbegeus.de
se Filialen in Norddeutschland
gibt sich heute bescheiden, diver-
Hannovers einstiger Promi-Bäcker
4 Broterbe Ganes
Preis 1 kg Graubrot
3,60 Euro
Sorten Demeter Vollwert Pum-
pernickel, Grau- und Toastbrot
Preis 1 kg Graubrot
3,60 Euro
Sorten Demeter Vollwert Pum-
pernickel, Grau- und Toastbrot
32584 Löhne-Gohfeld
Rischerstraße 33,
Hannover
- 6 Hofpfisterei**
deutschlandweit vertreten
700-jährigen Geschichte und
Verbunden mit einer fast
5 Hofpfisterei
Preis 0,5 kg Kohl-Speck-Brot
4,50 Euro
Sorten Traditionell bis speziell,
Früchtebrote und Gewürzbrote
Adresse brotbegeus.de
se Filialen in Norddeutschland
gibt sich heute bescheiden, diver-
Hannovers einstiger Promi-Bäcker
4 Broterbe Ganes
Preis 1 kg Graubrot
3,60 Euro
Sorten Demeter Vollwert Pum-
pernickel, Grau- und Toastbrot
Preis 1 kg Graubrot
3,60 Euro
Sorten Demeter Vollwert Pum-
pernickel, Grau- und Toastbrot
32584 Löhne-Gohfeld
Rischerstraße 33,
Hannover

**Im Leinen-
beutel**
kann Brot
atmen und
bleibt länger
frisch

