

BROT BACKEN? DAS IST DUFTE

In Deutschlands Backstuben gehen mehr als 3.000 Brotsorten über den Tresen. Unserem Redakteur Lars reicht das allerdings nicht: Er backt jetzt sein eigenes Brot. Kann das gut gehen?

Eines vorweg: Ich liebe Brot! Während meine Kinder abends nach Spaghetti rufen, schmier ich mir lieber eine Stulle oder Schnitte. Damit bin ich nicht allein: Jeder Deutsche verspeist pro Jahr im Durchschnitt 20 Kilogramm Brot. Ich behaupte, dass ich diese Menge toppe. Erst recht, da ich jetzt selbst zum Bäcker werde.

Erstes Date mit Bruno

Als Hobbybäcker befinde ich mich in guter Gesellschaft. Das Internet ist voller Foodblogger, auch in meinem Umfeld wird fleißig gebacken. Meine Tochter Ella schwärmt schon lange vom Schulbrot ihrer Freundin – selbst gebacken versteht sich. Und so freue ich mich über einen leichten Einstieg in die Brotbackkunst. Ein Anruf bei der Familie der Schulfreundin genügt: Zwei Tage später finde ich eine Portion Anstellgut – die Basis für den Sauerteig – und ein Rezept für Bruno in Ellas Ranzen. Bruno? Aha, mein Brot hat also einen Namen. Schön und nicht unüblich. Egal ob Bruno, Jakob, Friedrich oder Herrmann: Viele Bäcker personifizieren ihren Sauerteig, er ist die Seele eines guten Roggenbrot. Zeit also für mein erstes Date mit Bruno.

Mit aller Ruhe zum Sauerteig

Brotbacken braucht Zeit. Ich setze den Vorteig mit dem Anstellgut, 350 Gramm Rog-



genmehl und 500 Milliliter warmes Wasser, schon am Vortag an und stelle ihn 24 Stunden warm – für die Sauerteigführung, wie die Profis sagen. Dabei entstehen Milch- und Essigsäuren, Hefen, Alkohol, Kohlendioxid und rund 300 Aromen. Für Roggenbrot ist die Sauerteigführung sogar unerlässlich, weil der Sauerteig dabei wichtige Enzyme im Roggenmehl bindet.

Die Bläschen und ein säuerlicher Geruch zeigen mir schnell, dass mein Sauerteig auf einem guten Weg ist. Am Backtag fülle ich etwa zehn Esslöffel des Vorteigs in ein Glas – als Grundlage für den nächsten Sauerteig, der sich zehn Tage im Kühlschrank aufbewahren lässt. Mit dem übrigen Vorteig verühre ich noch einmal Roggenmehl, Weizen-

mehl, warmes Wasser und Salz. Diesen Teig lasse ich zwei Stunden ruhen und fülle ihn dann in zwei Kastenformen. Während ich den Ofen auf 250 Grad vorheize, ruht der Teig eine weitere Stunde. Endlich kommen die beiden Brunos in die Röhre. Die Temperatur drehe ich nach wenigen Minuten auf 180 Grad herunter und lasse die Brote etwa eine Stunde backen.

Nach zehn Minuten lockt der Duft nach frisch gebackenem Brot meine beiden Kinder mit tropfenden Zähnen in die Küche. „Papa, was riecht hier so gut?“ Und tatsächlich: Auch mich entführt der Geruch in die Kindheit – als ich mit meiner Mutter diens-tags bei „Bäcker Jäckel“ ein frisch gebackenes Mischbrot kaufte. Dem Duft, der aus