

# Was gutes Brot auszeichnet

Wo ist wirklich Handwerk drin? Für qualitätsvolles Brot gibt es mehrere Merkmale

**G**utes Brot ist wieder in aller Munde. Verstärkt wird dies vom Trend hin zu bewussterem Konsum. Die Käufer möchten oft wissen was sie hier kaufen und essen. „Woher kommt das Brot? Ist das selbst gebacken? Ist das ohne Backmischungen? Was ist in dem Brot drin?“ Das sind Fragen, denen sich die Bäcker und der Handel häufig stellen müssen. Kunden wünschen sich genaue Auskunft und Beratung, tiefer denn je. Mehr noch suchen sie auch gezielt nach Produkten, die zum Ernährungsstil passen. Und vor allem eins: Das Brot soll wieder satt machen.

Bei der Vielzahl von Brot und Gebäck, das im Handel erhältlich ist, weiß der Konsument oft gar nicht mehr, was er kaufen soll. Wo ist wirklich Handwerk drin und wo steht es nur drauf? Für gutes Brot gibt es mehrere Merkmale:

- Verwendung von Natursäureteig (die ursprünglichste Methode des Brotbackens)

- lange Teigführungen (Reifung von ca. 24 Stunden, dadurch mehr Geschmack und Haltbarkeit)

- Auswahl der Zutaten (hier gilt oft weniger ist mehr)

- Herkunft der Zutaten (direkt vom Müller bzw. vom Bauern, im idealen Fall auch noch bio)



Jeder Bäcker hat eigene Methoden und Rezepte entwickelt. Das macht den Charme aus. (colourbox)

- Traditionelle Handwerkskunst

- Keine Verwendung von Zusätzen, Aromen und E-Nummern

Jeder Bäcker hat hier seine eigenen Methoden und Rezepte entwickelt. Genau das macht den Charm vom echten Brot aus. Ein handwerklich gebackenes Brot lässt dem Bäcker verschiedenste Wege offen, um ans Ziel zu kommen. Die Kunden profitieren dabei von

der Vielfalt und dem einzigartigen Geschmack jeder Bäckerei, zum Unterschied zu industriell gefertigtem Brot.

## Bio als Pluspunkt

Wenn das Brot auch noch aus biologischer Erzeugung ist, hat das Vorteile für Konsument und Umwelt. Denn bio ist nicht nur gut für einen selbst, sondern schont unsere Böden und erhält die Artenvielfalt.

Biologische Lebensmittel werden nicht nur streng kon-

trolliert, sondern müssen auch dementsprechend gekennzeichnet werden. Mit dem grünen EU-Bio-Logo können Bio von nicht-Bio Produkten problemlos unterschieden werden.

Darüber hinaus gibt es eine ganze Reihe eigene Bio-Standards, welche auf dem (grünen) EU-Bio-Logo aufbauen und im Handel zu finden sind. Die Kette vom Produzenten über den Verarbeiter bis zum Handel wird mindestens einmal im Jahr kontrolliert.

## Ein Backwerk mit Tradition: Der Allerheiligen-Striezl

Im 19. Jahrhundert war der Striezl ein Geschenk für die Armen, heute für Patenkinder

Ende Oktober hat das Personal in Österreichs Backstuben mit die arbeitsreichsten Tage des Jahres. In vielen Teilen des Landes schenken viele Paten ihren Schützlingen am 1. November einen so genannten Allerheiligen-Striezl.

Die Tradition um den geflochtenen Zopf aus Hefeteig, dem schon der Schriftsteller Peter Peter Roseggers einige Zeilen widmete, wird hochgehalten. Dem verschlungenen, verknüpften Gebäck sagte man eine Zauberwirkung nach,

mit der man böse Geister einfangen wollte. In die Flechtgebäcke wurden Glücks- und Segenswünsche mit eingeflochten.

Noch im 19. Jahrhundert war er eine Besonderheit. Inzwischen ist der Zopf das ganze Jahr zu haben und hat so an mythologischer Bedeutung verloren. Waren Striezel früher oft ein Geschenk der reicheren Bevölkerung an Menschen, die sich kein Weißbrot leisten konnten, bekommen ihn heute vornehmlich die Patenkinder.

## WAS BEDEUTET BIO?

### Was heißt bio für die Umwelt?

- Es wird auf chemisch-synthetischen Dünge- und Pflanzenschutzmittel komplett verzichtet

- Ein schonender Umgang mit den Böden ist Standard, es wird nicht zu tief umgegraben (geackert), um nicht ins Ökosystem des Bodens einzugreifen.

- „Der Humus-Anteil des Bodens ist um das Vielfache höher, was einer erhöhten Wasser-Aufnahme und ein Mehr an Nährstoffen und Leben im Boden bedeutet

- Keine Pestizide u. Dünger sickern ins Grundwasser

### Und für den Konsumenten?

- Bio-Lebensmittel enthalten mehr natürliche Inhaltsstoffe (dazu zählen Vitamine, Mineralstoffgehalt und sekundäre Pflanzenstoffe)

- Bio-Lebensmittel sind gentechnikfrei

- Bio-Lebensmittel enthalten weniger wertmindernde Inhaltsstoffe. Keine Rückstände von chemisch-synthetischen Pflanzenschutzmitteln, Nitraten, Pestiziden, Antibiotika und Schwermetallen. Genauso wenig werden künstliche Zusatzstoffe bei der Produktion verwendet.

## Dinkel und Vollkorn: Bewegung in der Bäckerei-Branche

Das typische Handwerk ist den Österreichern wieder wichtiger geworden. Der „Ur-Weizen“ erlangt immer größere Beliebtheit

**F**ür Österreich typisch sind die Getreidesorten Roggen und Weizen. Aber auch Dinkel gewinnt bei den Konsumenten zunehmend an Beliebtheit. Daraus resultieren dann alle möglichen Brotsorten, mit unterschiedlichem Vollkorngehalt: Dazu zählen reine Roggenbrote, Roggen-Mischbrote (Weizen/Dinkel und Roggen) sowie reine Weizen oder Dinkel Brote (z.B. Baguette, Ciabatta oder Keim-

lingsbrote) Dinkel, der sogenannte „Ur-Weizen“, bietet etliche Vorteile gegenüber dem hochgezüchteten Weizen, unter anderem einen höheren Nährwert, ein volleres Aroma, und eine bessere Verträglichkeit. Zudem steigt die Zahl der Weizenallergiker, die jedoch Dinkel problemlos konsumieren können.

Der Begriff Vollkorn ist manchmal etwas verwirrend. Er wird oft gleichgesetzt mit



Das Bäcker-Handwerk wird von vielen Betrieben gelebt. Foto: vovwe

„ganzen, harten Körnern im Brot“. Das ist (zum Glück) nicht der Fall. Vollkorn bedeutet, dass das ganze Getreidekorn (vom Bauern) in der Mühle vermahlen wird, und zwar zu Vollkornmehl. Dieses enthält somit alle Mineralien und Ballaststoffe des kompletten Kornes und hat somit auch eine bessere Sättigungswirkung und Nährstoffwirkung.

Ein ausgesiebttes Mehl hingegen, wird nach dem Mahl-

vorgang noch gesiebt und der Keimling und die Schalentile entfernt, sodass nur der Mehlkörper übrigbleibt.

Typisch dafür sind eher hellere Brote und Gebäcke. Demnach ist ein Vollkornbrot ein Brot aus geschrotetem oder gemahltem Vollkorn-Getreide. Die typische Semmel wird aus ausgesiebtem Weizen oder Dinkel gebacken. Die Ausnahme dazu ist die Vollkornsemmel.

## TRADITIONELLES BÄCKER-HANDWERK

**Wo bekomme ich gutes Brot:** Neun Handwerksbäcker aus Oberösterreich haben sich zu dem Verein „Wir Eigenbrotler“ zusammengeschlossen. Verbunden durch die Leidenschaft, echtes und natürliches Brot herzustellen, zeigen die Eigenbrotler die Vorzüge echten Bäckerhandwerks. Jede Bäckerei bleibt selbständig und unvergleich-

lich. Die Bäckereien verpflichten sich aber nach gemeinsamen Regeln zu backen, was gutes, handwerklich gebackenes Brot garantiert. Wie die Eigenbrotler setzen auch andere Handwerksbetriebe auf Qualität und Herkunft der Rohstoffe sowie traditionelle Handwerkskunst. Sie stellen sich gezielt gegen industriell produzierte Lebensmittel.

### Die Eigenbrotler - Neun Bäckereien:

Bäckerei Brandl, Linz; brotsüchtig, Linz; Bäckerei Eichler, Linz ;Bio Holzofenbäckerei Gragger, Linz; Kremstaler Hofbäckerei, Wartberg an der Krems; Bäckerei Oberngruber, Rohrbach; Bäckerei Pani, Perg; Holzofenbäckerei Schaupp, Maria Neustift; Bio Bäckerei Stöcher, Bad Zell.

## Impressum

**Herausgeber:** Ing. Rudolf Andreas Cuturi, MAS, MIM, Promenade 23, A-4010 Linz, **Medienhaber:** OÖN Redaktion GmbH & Co. KG, Promenade 23, 4010 Linz, Tel. 0732/7805-0, **Hersteller:** OÖN Druckzentrum GmbH & Co. KG, Medienpark 1, 4061 Pasching, Tel. 0732/7805-0, **Redaktion:** OÖ-Nachrichten Sonderthemen-Redaktion, **Teaserfotos:** colourbox.de, **Anzeigen:** Mag. Bernd Kirisits, Wimmer Medien GmbH & Co. KG, Promenade 23, 4010 Linz, Tel. 0732/7805-519

Qualität schafft Vertrauen. Danke!



...süchtig nach mehr

www.brotsuechtig.at  
f/brotsuechtig  
Herrenstr. 8, 4020 Linz

- ✓ 100% BIO und regional
- ✓ Dinkel statt Weizen
- ✓ Ruhe und Zeit
- ✓ Echtes Handwerk
- ✓ Nur natürliche Rohstoffe
- ✓ Transparenz