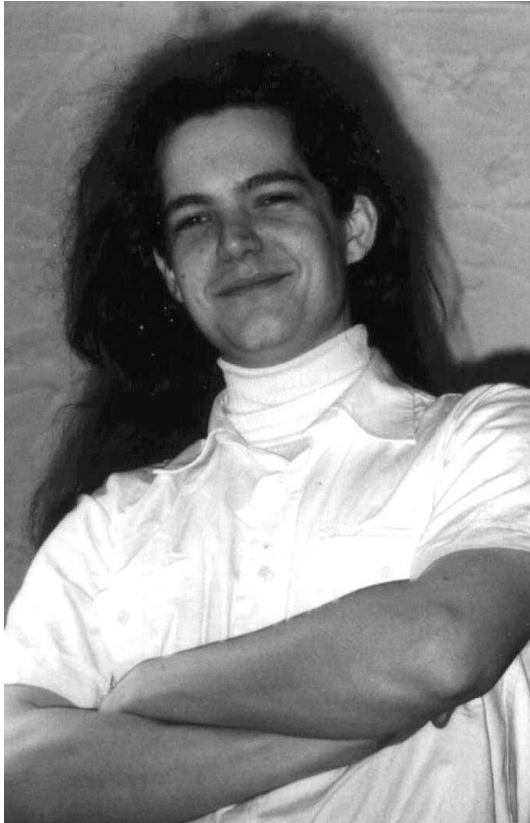


Ingmar Henslers
kleiner
Erklärungspfad



Da es immer wieder Verwirrungen um den Begriff und die Verwendung von Sauerteig und vielen anderen Bäckereierzeugnissen gibt, möchte ich hier meinen kurzen Lehrgang mit dem Sauerteig eröffnen. Auf dass diesem noch viele andere folgen mögen um Licht in die Mysterien der Backstube zu bringen.

I. Wofür brauche ich eigentlich Sauerteig?

Einfache Antwort: Für Brotteig! Ganz so einfach ist es natürlich nicht. In den Brotteig kommt ein bestimmter Anteil an Roggenmehl. Roggenmehl besteht aus wesentlich mehr Enzymen als Weizenmehl (daher braucht Weissbrot keine Säuerung), welche ihrerseits die Gärung vorantreiben. Dies wäre garnicht mal schlecht, wenn sie es nicht derart unkontrolliert und schnell treiben würden, denn dies zerreißt den Teig und lässt das Brot ebenso unkontrolliert aufplatzen. Da man dies natürlich selten wünscht, müssen diese Enzyme daran gehindert werden. Dies vermögen Säuren, welche im Sauerteig herangezüchtet werden.

II. Was befindet sich alles im Sauerteig?

Hier wird es für den unbedarften Leser schon unappetitlicher - aber nur auf den ersten Blick, denn all dies erzeugt den aromatischen Brotgeschmack, den man sich wünscht. So besteht ein Sauerteig aus Sauerteighefen, welche zu einem Teil die Zugabe von Bäckerhefe reduzieren. Hinzu kommt Buttermilchsäure und Essigsäure, Gluten (Klebereiweiss) und diverse Ester, die ebenfalls für mehr Geschmack sorgen. Dazu kommen jene, die für die Bildung dieser Stoffe sorgen, nämlich homo- (nur milchsäureproduzierende) und heterofermentative (milch- **und** essigsäureproduzierende) Milchsäurebakterien, die jedoch beim Backen vollständig absterben und auch sonst ungefährlich sind.

III. Wo kriege ich einen Sauerteig her?

Man mischt Roggenmehl mit Wasser und lässt es stehen!* Ja, es ist wirklich so einfach. Dies erklärt auch, weshalb man nicht

einfach eine halbe Flasche Essig in den Teig schüttet: Sauerteig kostet nichts, da man bloss die Zutaten, die ohnehin in den Teig müssen, anders kombiniert. Alternativ kann man auch zu Aldi gehen und sich Kambucha, einen japanischen ferment-Drink, kaufen, der alles enthält, was auch im Sauerteig herangezüchtet werden soll. Man kann natürlich auch zu dem Bäcker seines Vertrauens gehen und für den nächsten Tag ein kleine Menge vorbestellen (Herstellung ist zeitaufwändig und mengenangepasst), oder sich von einem Backmittelhersteller etwas Anstellgut schicken lassen.

Der Bäcker nimmt sein Anstellgut, welches die Grundstufe der Sauerteigzüchtung darstellt, vom fertigen Brotteig ab und lässt somit einfach etwas Teig übrig für den nächsten Tag.

*) Es ist also im Grunde "alter Teig", was einen Irrtum bei 'misslungengenen' Brötchen aufzeigt, der gerne auf die Verwendung von altem Teig zurückgeführt wird. Doch dies würde weitaus fatalere Auswirkungen auf Brötchen haben...

IV. Und weiter? War das alles?

Nein, natürlich nicht. Denn der so gewonnene Sauerteig reicht für den Bäcker natürlich nicht um einen ganzen Ofen mit Sauerteig-Brotten füllen zu können. Dazu muss der Sauerteig vermehrt werden. Dies kann auf verschiedenste Arten (Führungen) geschehen, bei denen das Augenmerk auf jeweils anderen Eigenschaften liegt. So kann man die Verteilung von Essigsäure zu Milchsäure (mild) durch die Temperatur und Wasserzugabe, sowie die Säuremenge durch die Gärzeit steuern. Je länger er steht, desto mehr Säure, je wärmer und weicher, desto grösser ist der Anteil der Milchsäure, die geschmacklich der Essigsäure vorgezogen wird. Auch die Bildung der Sauerteighefen kann so beeinflusst werden. Welche Führung dabei gewählt wird hängt weniger von der gewünschten Endqualität des Brotes als vielmehr vom akzeptierten Zeitaufwand, der Robustheit des Herstellungsprozesses (Fehleranfälligkeit bei der Teigbereitung, Gärung und Backprozess) sowie der Fähigkeit des Bäckers ab. Wenn man einen dreistufigen Sauerteig führt, also drei mal am Tag neuen Sauerteig anrührt um ihn so für den Brotteig zu vermehren, ist dies natürlich

aufwändiger als ihn einmal die Woche herzustellen und den sich ständig verändernden Sauerteig nach Erfahrung und Gefühl zum Teig zu geben.

Zum googlen: Detmolder Drei-/Zwei-/Einstufenführung, Berliner Kurzsauer, Mohnheimer Salz-Sauer, Schaumsauer

Wikipedia.org zum Thema Sauerteig: <http://de.wikipedia.org/wiki/Sauerteig> und zum Thema Sauerteigführung: <http://de.wikipedia.org/wiki/Sauerteigf%C3%BChrung>

Für Anregungen für den zweiten Teil oder falls noch Fragen offen sein sollten, einfach anmailen: [ihensler@t-online.de](mailto:i hensler@t-online.de) oder auf unserer Homepage vorbeischauchen: <http://www.baeckerei-hensler.de>