

Ingmar Henslers
kleiner
Erklärungspfad



Fall 7: gefärbtes Brot ?

*Wie immer möchte ich versuchen, ein weiteres **Mysterium des Bäckerhandwerks** zu erleuchten und all denen den wahren **Glauben** wiederzubringen, die ihn in den **Wirrungen der heutigen Zeit** verloren hatten. ;-)*

I. So dunkles Brot? Das ist doch gefärbt!?!

Selbstverständlich! Das Färbemittel nennt sich: Zucker!

Zucker ist in praktisch allem drin was wir in der Backstube verarbeiten. Mehl enthält Stärke, also umgewandelten Zucker. Zucker ist DAS Bräunungsmittel für Gebäcke schlechthin - obendrein ist es ein natürlicher Geschmacksverstärker.

Dass es drin ist wäre also schonmal geklärt, auch wenn ich keinen Kristallzucker in den Brotteig werfe. Warum das eine Brot dunkler und ein anderes heller ist, ist jedoch eine andere Frage.

II. Geschmacksverstärker??? Bräunungsmittel? Was kommt denn da jetzt noch alles raus?

Tja, ausserdem solche Schweinereien wie Hydroxylsäure, Dihydrogenmonoxid sowie Polysaccharide und aliphatischen Monocarbonsäuren.

Aber im Ernst, die **richtige** Bräune erhält das Brot durch den Backprozess und die Art und Weise, wie mit Hitze sowie Dampf gespielt wird. Dadurch wird aus dem einen Teigling ein helles, mildes portugiesisches Landbrot und aus dem anderen, vor dem Backen nicht wesentlich dunkleren, weil roggenhaltigeren Teig ein Roggenmischbrot.

III. Aus dem gleichen Teig? Ja, wie denn das? Was wird denn da noch alles draus?

Es ist nicht ganz der gleiche Teig, da das Roggenmischbrot natürlich mehr Roggen enthält als das Weizenmischbrot und deshalb auch stärker gesäuert wird, was auch seine Auswirkung auf die Endfarbe hat.

Daher sind die meisten Körnerbrote jedoch von sehr ähnlicher Farbe, da aus diesem Teig nach und nach auch andere Brotsorten entstehen.

Ebenfalls wird dieser Grundteig zu korsischen Früchtebrot, welche bekanntlich wesentlich dunkler sind als alle anderen Brote zusammen, ohne dass dieses durch Dinge wie Lebensmittelfarbe oder andere, künstliche Farbgeber erreicht würde.

Bei diesem zeichnen sich schlicht und einfach all die anderen, feinen Zutaten dafür verantwortlich, die zum Teil ebenfalls zusätzlichen Zucker enthalten (z.B. Rosinen).

IV. Ok, Früchtebrot, gekauft. Aber was ist mit dem ganzen anderen Zeug in den Regalen... sagen wir... Lebkuchen!

:-) Ok, erwischt, da schütte ich Honig in rauen Mengen rein bis es dieses braune Pülverchen aufgelöst hat, das ich als Geschmacksverstärker dazupacke... hihhi...

Nein, besser zurück zum Brot. Tatsächlich bekommt ein einziger Teig etwas ab, was auf den ersten Blick vielleicht nicht ganz in ein herbes Brot passt, nämlich Malzzucker.

Wie beim Bier sorgt das Malz auch im Brot für einen gleichmässigen Gärprozess der Hefe, und somit für die Bildung zusätzlicher Geschmacksstoffe, Ester und Alkohol, sowie beim Backen für Röstbitterstoffe und andere Ethylacetate, die noch einmal Geschmack, Kruste und spätestens hier auch die Farbe bestimmen, da sich Zucker nun einmal beim Backen braun verfärbt.

Ähnlich schaut es mit Pumpernickel aus. Hier enthält der Teig viele Früchte die entsprechend Fruchtzucker mitbringen. Zudem wird dieses spezielle Brot bei niedriger Temperatur über eine sehr lange Zeit von bis zu einem ganzen Tag eher gekocht als gebacken, was die Bräunung ebenfalls noch zusätzlich unterstützt und dem Pumpernickel die charakteristische Farbe verleiht.

V. Gibt es denn gar nichts, das irgendwie abnorm gefärbt ist? Oder wenigstens irgend etwas ungesundes?

Doch gibt es. "Zu viel."

Soll heissen, die Dosis macht das Gift, und zwar beim Esser selbst. Jeden Tag 'ne Pizza und 'ne Flasche Cola wird mich nicht

schlanker oder gesünder machen und auch ein Vollkornbrot ist mit dick Butter und Marmelade bestrichen vielleicht nicht das Optimum für einen Diabetiker.

Ach ja, der Vollständigkeit halber: Ein Gebäck ohne Salz bräunt ebenfalls weniger als eines mit Salz, aber davon ist überall fast gleich viel enthalten. Ebenfalls nicht irrelevant ist die enzymatische Tätigkeit des Roggens, was speziell den Farbunterschied von Roggenmisch zu Weizenmisch beeinflusst.

Wer sich ein Bild von den erwähnten Broten machen will möge einmal auf WWW.BAECKEREI-HENSLER.DE vorbeischaun.

Für Anregungen bin ich wie immer unter ihsnler@t-online.de rund um die Uhr zu erreichen.