

Unser täglich Brot

Viele Sprüche zum Brot hören wir tagaus, tagein, ohne uns Rechenschaft zu geben, welche zentrale Stellung das Brot für uns hat und wie lange es dieses Nahrungsmittel schon gibt. Getreide wird seit etwa 10 000 Jahren angebaut; heute wird über 70 Prozent der agrarischen Nutzfläche zur Erzeugung von Getreide verwendet, rund die Hälfte davon wird vom Menschen verzehrt.

Heidi Rohde-Germann

Wann aus Gras Getreide wurde, ist nicht bekannt. Als ältestes Getreide wurden Vorstufen von Weizen sowie Gerste angebaut. Roggen und Hafer sind jünger als Hirse, die in China schon um 2800 vor Christus kultiviert wurde.

Zuerst wurden die Getreidekörner roh verpeist, dann röstete man sie, und schliesslich wurden sie zerquetscht und mit Wasser zu einem Brei gekocht. Der Brei wurde mit verschiedenen Zutaten wie Honig, Beeren und Pilzen gewürzt. Das Zerquetschen der



Körner wurde mittels zweier Mahlsteine bewerkstelligt. In dieser Form ist Getreide noch heute das Hauptnahrungsmittel ostasiatischer Völker und in Entwicklungsländern.

Die spätere Entstehung des Fladenbrottes war wohl dem Umstand zu verdanken, dass Brei, der beim Kochen am Gefäss kleben blieb, in frischem Zustand essbar war. Fladen wurden in dünnen Lagen gebacken, damit sie innen gar wurden. Da Fladen mit Wasser wieder zu Brei aufgeweicht werden kann, war der Fladen auch die ideale Form, diese Nahrung zu transportieren und aufzubewahren.

Dass sich aus dem kompakten Fladen der gelockerte Fladen und schliesslich das Brot entwickelte, war wohl eher Zufall, denn ein Fladenteig beginnt zu gären, wenn er liegen bleibt. So entstand der Sauerteig, der über lange Zeit das Treibmittel für un-

ser Brot war. Wann diese lockeren Fladen erstmals aufkamen, ist nicht feststellbar. Die erste, sichere Überlieferung von Sauerteigbrotten finden wir in der Bibel (2. Mose 12, 15).

Nicht erst heute kennen wir verschiedene Brotsorten; bei den Ägyptern gab es davon schon über fünfzig, die Römer aromatisierten ihr Brot noch variantenreicher. Die Entdeckung des Sauerteigbrottes führte auch zu runden Broten und Brotformen, wie wir sie heute kennen. Eine weitere Entwicklung war das immer feiner gemahlene Mehl. Erste drehbare Getreidemöhlen entstanden um 300 vor Christus: über einen festliegenden Unterstein wurde ein gleich grosser drehbarer Läuferstein gelegt, der um eine Achse in der Mitte des Untersteins gedreht werden konnte.

Lange Zeit wurden bei uns ausschliesslich Sauerteigbrote gegessen. Der Gärungsprozess wurde erst im 17. Jahrhundert durch einen Naturforscher enträtselt. Erst in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts wurde der Sauerteig nachhaltig durch andere Treibmittel ersetzt, die eine weniger arbeitsintensive Herstellung ermöglichten. Backmittelfirmen erzeugten Backmischungen; Sauerteighefen wurden durch Starkhefen und Backpulver ersetzt, man begann mit der noch heute verwendeten Hefe zu backen. Sauerteigbrot wird auch heute noch viel gegessen und ist nicht nur wegen seines Geschmacks beliebt, sondern auch weil es weniger rasch hart wird und somit länger haltbar ist. ■

