

# Inhaltsverzeichnis

1. Vorwort.....	2
1.1 Themenwahl.....	2
1.1.1 Gründe der Themenwahl.....	2
1.1.2 Zielsetzung.....	3
1.2 Vorstellung der Kontaktpersonen.....	3
2. Arbeitsprozess.....	5
2.1 Laufe des Projekttagess.....	5
2.2. Bearbeitung der Informationen.....	5
3. Brotbacken .....	6
3.1 Die Rolle des Brotes im Alltag.....	6
3.1.1 Allgemeines.....	6
3.1.2 Religiöser Hintergrund.....	6
3.1.3 Bedeutung des Brotbackens.....	7
3.2 Rohstoffe und Geräte.....	7
3.2.1 Rohstoffe.....	7
3.2.1.1 Besorgung der Rohstoffe.....	7
3.2.1.2 Typen von Rohstoffen.....	8
3.2.2 Geräte.....	8
3.3 Der Prozess des Brotbackens.....	9
4. Zusammenfassung .....	11
4.1 Erwartungen.....	11
4.2 Erfahrungen.....	11
6. Anlage.....	13

# 1. Vorwort

## 1.1 Themenwahl

### 1.1.1 Gründe der Themenwahl

Ich habe das Thema Brotbacken aus persönlichem Interesse gewählt. Meine Verwandten haben damals in den 1940er Jahren das Brot auch selbst gebacken. Meine Urgroßmutter, namens Teréz Waller ist in dem Bakonyer Gebirge, in Porva aufgewachsen und hat dort die Profession des Brotbackens erworben. Später ist sie mit ihrer Familie nach Vörösberény umgezogen. Sie hat die Tradition des schwäbischen Brotbackens am Ufer des Plattensees auch fortgesetzt. Ihre Kinder, also auch mein Großvater, haben auch bei der Zubereitung geholfen. Mir sind viele Geschichten aus dieser Zeit erzählt worden. Die bedeutendste Erzählung für mich handelt sich über die Geschenke, die nach dem Brotbacken den Kindern gegeben worden sind. Diese sind Kleinigkeiten gewesen, wie ein Stückchen Brotlaib oder Milchbrot. Diese Epoche der Geschichte in Ungarn, also die Nachkriegszeit, ist sehr arm gewesen, deshalb haben diese Happen so große Bedeutung gehabt. Es hat sich aber gelohnt, weil die Kinder sich darüber ehrlich gefreut haben. Als ich solche Anekdoten gehört habe, ist mein Interesse wegen der Begeisterung meines Großvaters aufgeweckt worden. Ich habe angefangen ihn über den Prozess des Brotbackens auszufragen. Meine Mutter ist auch auf meine Erkundigung aufmerksam geworden. So hat meine Familie begonnen, sich mit dem Brotbacken zu beschäftigen.

So der zweite Grund meiner Themenwahl ist die Offenheit meiner Familie für diese Tradition. Vor 5 Jahren haben wir selbst ein Backofen in unserem Garten gebaut. Wir kochen auch solche Gerichte, die von den Erzählungen meines Großvaters gekannt worden sind, aber unsere Spezialität ist das Brot. Meine Mutter hat diese Profession durch Erzählungen, Bücher und auch von Kontaktpersonen kennengelernt. Sie ist schon ein Experte in diesem Thema. Wir können leider nicht so regelmäßig, also an jedem Wochenende Brot backen, weil mit der Zubereitung zu viel Zeit verläuft. Zu dem perfekten Brot braucht man aber Zuneigung, Begeisterung und Rücksichtnahme. Diese Gedanken zeigen auch, dass unsere Beschließung auf echten traditionellen Methoden basiert. Deshalb haben wir unser Prozess ganz gründlich ausgearbeitet. Das Brot besteht nicht nur aus dem Teig, sondern auch aus der Anhänglichkeit des Herstellers.

## 1.1.2 Zielsetzung

In meiner Facharbeit möchte ich beweisen, dass heutzutage die Traditionspflege auch eine wichtige Rolle hat. Wir können noch die Erfahrungen von den Alten abschreiben und damit diese Kenntnisse dokumentieren. Diese Tätigkeit ist leider noch verschwindend, deshalb ist mein Ziel auch die Wichtigkeit der Tradition den folgenden Generationen weiterzugeben. Ich hoffe, dass meine Arbeit als ein Mittel der Aufbewahrung von Traditionen existieren kann.

## 1.2 Vorstellung der Kontaktpersonen

Als ich schon in der Themenwahl erwähnt habe, meine Informationen sind von mehreren Quellen erzählt worden. Das kann deswegen sein, weil ich mehrere Kontaktpersonen gehabt habe.

### János Freund

Meine erste Kontaktperson ist mein Großvater. Er heißt János Freund und wohnt in Vörösberény. Als ich mein Abiturthema ihm erzählte, begann er über seine Erinnerungen zu sprechen. Er konnte die Gedenken seiner Kindheit mit mir verteilen. Seine Mutter namens Teréz Waller war ungarndeutscher Herkunft, ist in dem Bakonyer Gebirge, in Porva, in einem ungarndeutschen Dorf aufgewachsen. Von dieser Herkunft hat sie die ungarndeutsche Tradition mitgebracht. Sie hat das Brot auch so gebacken, wie ihre Mutter. Mein Großvater konnte sich ganz gründlich an den Methoden des Brotbackens erinnern, was für mich sehr nützlich war. Er hat damals auch wie seine Schwester um das Haus geholfen. Seine Aufgabe war den Brotteig zum Bäcker bringen. Auch seine Familie hat keinen Backofen gehabt, weil der zweiten Weltkrieg so eine große Armut verursacht hat, haben sie und die anderen Familien in Vörösberény das Brot in der dörfischen Bäckerei anfertigen lassen. Mit seiner Erzählung konnte ich also diesen Typ des Brotbackens kennen lernen.

### Jánosné Freund

Meine Mutter hat mit dem Brotbacken vor 6 Jahren angefangen. Sie ist unter dem Einfluss meines Vaters gestanden, weil mein Vater die Idee gehabt hat, einen Backofen zu bauen. Die richtige ungarische Speisen und ausgesprochen die Speisen aus Wildfleisch sind in meiner Familie sehr beliebt. Deswegen wollte mein Vater die Möglichkeit haben, diese Speisen hier zu Hause auch traditionell zubereiten zu können. Also er hat den Plan gemacht und danach mit der Hilfe der Familie den Backofen aufgebaut. So wurde meine Mutter dazu gezwungen, ihre Kenntnisse zu erweitern. Als Hauptspezialität hat sie wegen des Geschmacks das Brot gewählt. Als Kleinkind war sie daran gewöhnt, das frischgebackene Brot aus der Bäckerei nach Hause zu bringen. Diese angenehme Erlebnisse aus ihrer Kindheit konnten dazu führen, dass sie jetzt ein Profi im Brotbacken ist. Sie hat schon viele Bücher über das Thema gelesen und auch Gespräche mit meinem Großvater und meiner dritten Kontaktperson geführt.

### Mária Hortobágyi

Meine dritte Kontaktperson ist auch meine Verwandte. Mária Hortobágyi ist die Cousine meiner Urgroßmutter. Sie wohnt noch jetzt auch im Bakonyer Gebirge, aber in Nagyesztergár. Meine Großmutter hat die Idee gehabt, um die Hilfe von Tante Marika zu bitten. Sie hat früher auch selbst Brot gebacken. Mit ihrer Kenntnisse wurde mir alles über das Thema klar. Sie hat die Profession auch wie alle Mädchen vor 60 Jahren von ihrer Mutter erlernt. Sie hat mir nicht nur den Prozess erzählt, sondern ich habe auch das Rezept einer Spezialität bekommen. Diese ist ein Brot mit einer Wurst in der Mitte. Den Teig wird auch so zubereitet wie der Teig des normalen Brotes, aber ein Stück Wurst wird in die Mitte des Brotes vor dem Backen gelegt. Also als Zusammenfassung kann ich sagen, dass ich sowohl nützliche und gründliche Informationen über das Thema, als auch das Rezept einer sehr sehr schmackhaften Speise von Tante Marika erworben habe.

## 2. Arbeitsprozess

### 2.1 Laufe des Projekttag

Ich habe schon vor dem echten Projekttag meine Kontaktpersonen besucht. Ich habe so ein Plan ausgearbeitet, in dem ich die meisten Informationen sammeln konnte. Als in der Vorstellung der Kontaktpersonen schon dargestellt wurde, alle der Hilfen bekam ich von meinen Verwandten.

Meine Mutter und ich haben die Verwandtschaft meines Opas noch nicht gekannt, deshalb haben wir so entschieden, dass wir Mária Hortobágyi zusammen besuchen. In Nagyesztergár wurde also eine Konsultation organisiert, an der alle meiner Kontaktpersonen teilgenommen haben. Wir haben die Variation von Tante Marika gehört. Wir haben die folgende Grundinformationen erfahren. In Nagyesztergár war in den 1960-er Jahren nur ein Backofen, in dem die Brote der Dorfeinbewohner gebacken wurden. In den Simperlen ( nach der Erzählung von Tante Maria: „zsompor“) wurden die Brote von den Frauen zum Backofen gebracht. Jede Familie sollte an einem bestimmten Tag die Brote anfertigen. Diese Methode waren ganz verschieden von den Erinnerungen meines Opas und deshalb haben die Kontaktpersonen danach eine Diskussion begonnen. Als sie Pro,- und Kontra-Argumente aufgeführt haben, konnte ich nur Notizen machen.

Das zeigt auch, dass ich keine Fragenkatalog brauchte, weil meine nette Kontaktpersonen alle Informationen von sich selbst erzählt haben.

### 2.2. Bearbeitung der Informationen

Von diesen Informationen und mit der Hilfe der Bücher konnte ich ganz gründlich meine Facharbeit zusammenstellen. Die Hilfe der Kontaktpersonen war nötig, um dieses Thema gut untersuchen zu können. In der Quellenangabe benenne ich die Bücher, die ich beim Schreiben des Projektes benutzt habe. Diese Bücher habe ich durchgelesen und als Konklusion kann ich sagen, dass die Informationen der Kontaktpersonen die in Büchern beschriebenen Aufzeichnungen ähneln. Das bedeutet, dass ich von allen Quellen dasselbe Ergebnis bekommen habe. Das bedeutete für mich eine große Hilfe, weil ich gar keinen Gegensatz gefunden habe. Einige Unterschiede können in den Methoden beobachtet werden, und diese habe ich in den verschiedenen Teilen der Facharbeit detailliert. Die thematisierte Phasen des Projektes können auf den folgenden Seiten gelesen werden.

## 3. Brotbacken

### 3.1 Die Rolle des Brotes im Alltag

#### 3.1.1 Allgemeines

Was ist eigentlich das Brot? Das Brot ist ein traditionelles Nahrungsmittel, das aus einem Sauerteig aus gemahlenem Getreide (Mehl) und Wasser gebacken wird. Es zählt zu den Grundnahrungsmitteln heutzutage und vor 60 Jahren auch. Bis den 1940er Jahren haben die Familien ihr Brot selbst in den eigenen Backöfen, an einem bestimmten Tag zubereitet.

Man hat ungefähr 2-4 Brote gebacken. Je Brot war etwa 4-5 kg. Diese Brote haben für das ganze Woche als Nahrungsmittel einer Familie gedient.

Also die erste Funktion des Brotes ist die Rolle des grundsätzlichen Nahrungsmittels. Brot ist weltweit eines der wichtigsten Nahrungsmittel, das zu einem großen Teil den Bedarf an den für die Ernährung des Menschen notwendigen Nährstoffen deckt. Brot ist besonders wichtig als Lieferant von Kohlenhydraten und Eiweiß, von Vitaminen der B-Gruppe und der E-Gruppe sowie als Träger von Mineralstoffen. Die chemische Zusammensetzung sagt jedoch nichts über die Verdaulichkeit und die Ausnutzbarkeit aus, die wesentlich von der Art der Brotherstellung abhängen.

#### 3.1.2 Religiöser Hintergrund

Als zweiter Grund kann man den religiösen Bezug anschauen. In der christlichen Symbolik ist Christus das Brot des Lebens. Dieses Zeichen kann durch einen Zitat aus der Bibel dargestellt werden.

„Ich bin das Brot des Lebens. Eure Väter haben Manna gegessen in der Wüste und sind gestorben. Dies ist das Brot, das vom Himmel kommt, auf daß, wer davon isset, nicht sterbe. Ich bin das lebendige Brot, vom Himmel gekommen. Wer von diesem Brot essen wird, der wird leben in Ewigkeit. Und das Brot, daß ich geben werde, ist mein Fleisch, welches ich geben werde für das Leben der Welt.“

Johannes 6, 48-51

Das Brot ist die Gabe Gottes, um welches wir täglich im Vaterunser beten. Der Heiland hat es hoch geehrt, indem er es zur sakramentalen Gestalt seines heiligsten Leibes erkoren hat.

Bei allen Ackerbau treibenden Völkern gilt das Brot als heilig. Darauf weisen die zahlreichen Festgebäcke ebenso hin wie die früher nach strengen Regeln vorgenommenen Handlungen beim Backen, Anschneiden, Hinlegen und Aufbewahren des Brotes, von denen einige heute noch üblich sind, z. B. das Kreuzzeichen über dem Brot vor dem Anschneiden.

### 3.1.3 Bedeutung des Brotbackens

Brot und Salz wurden meist als Zeichen der Gastfreundschaft und guten Wunsches, dass Brot und Geld nicht fehlen sollen, beim Einzug und bei Hochzeiten als Symbol für Ehe und Familie überreicht.

In der Erzählung meiner Kontaktpersonen habe ich auch solche Geschichten entdeckt. Alles, was Mädchen wissen mussten, konnten sie in ihrer Kindheit besorgen. Sie sollten vor der Eheschließung die Profession des Brotbackens von ihrer Mutter erlernen, damit sie in die Ehe als eine richtige Hausfrau gehen konnten. Ohne dieses Kenntnis galten die Mädchen als weniger Wert. Der erste Schritt war die Kenntnisse des Brotbackens und des Kochens. Mit diesen zwei Grundkenntnissen konnten sie fast einen ganzen Haushalt führen.

## 3.2 Rohstoffe und Geräte

### 3.2.1 Rohstoffe

#### 3.2.1.1 Besorgung der Rohstoffe

Im Allgemeinen hat man drei Möglichkeiten zur Besorgung der Rohstoffe gehabt. Man konnte die Rohstoffe zum Brotbacken selbst erzeugen, kaufen oder umtauschen. In den folgenden Zeilen werden von den Kontaktpersonen erkannten Beispiele aufgezählt.

Wenn man reich war, konnte er die Ernte selbst produzieren. Bei den reicheren Familien hat man die Rohstoffe im Garten oder am Rande des Dorfes an einem Acker produziert. Diese Möglichkeit war aber nicht so typisch wegen der Armut der 1940-1950er Jahren.

Kaufen konnte man die Rohstoffe aus den naheliegenden Dörfern, wo die Händler für größere Bereiche die Getreide sicherten. Als Beispiel kann Bakonyána erwähnt werden. Meine Kontaktperson, Mária Hortobágyi hat auch das Mehl aus diesem Ort gekauft. In der Mühle in Nána wurde das Getreide gemahlen und dann mit Pferdewagen nach Nagyesztergár oder nach den

anderen Dörfern gebracht. Über den Umtausch habe ich von meinem Großvater gehört. Sein Vater war Friseur von Beruf. Er hat kostenlos die Haare von den Frauen geschnitten und die Männer rasiert, danach hat er tauschweise Weizen-, Roggen-, oder Maismehl bekommen.

### 3.2.1.2 Typen von Rohstoffen

Sowohl in dem Bakonyer Gebirge, als auch in dem Plattensee-Hochland waren die häufigste Getreidetypen der Weizen und der Roggen. Das Brot konnte aus den einzelnen Typen oder auch aus der Mischung von Weizen und Roggen hergestellt werden. In einigen Fällen gab man zu dieser Mischung Mais, Gerste, Hafer oder Hirse. Manchmal brauchte man diese Getreide wegen Not oder nur einfach wegen Geschmack. Das Brot, was aus der Mischung von ½ Portion Roggenmehl oder Maismehl und ½ Teil Weizenmehl hergestellt wurde, schmeckte viel besser. Mit diesen Extrazutaten entstanden billigere und leckere Brottypen.

Mit der zugegebenen Kartoffel konnte man die Struktur des Teiges schmeckhafter und weicher und das Brot für eine längere Zeit haltbar machen. Zum Brotbacken wurde noch eine Menge lauwarmes, mit Salz gewürztes Wasser verwendet. Die unentbehrliche Zutat des Brotes, der Sauerteig soll noch aufgezählt werden.

Sauerteig wird als Triebmittel zur Lockerung von Backwerk zugefügt und macht Roggenteige backfähig. Sauerteige verbessern Verdaulichkeit, Aroma, Geschmack, Haltbarkeit und Schnitt der Backwaren.

### 3.2.2 Geräte

Zuerst braucht man eine Backmulde. Dieses Mittel wird aus Holz um den Teig von Hand zu kneten angefertigt. In dem Simperl wird die Menge des Mehles ausgemessen und der Teig aufgehen gelassen. In dem Durchwurf wird das Mehl gesiebt. Ein großer Holzlöffel wird zur Rührung des Sauerteiges benutzt. Mit einem speziellen Gerät wird den übrig gebliebenen Teil des Teiges aus der Backmulde ausgekratzt. Um das Brot zu bedecken benutzt man Küchenhandtücher. Der Backofen wird mit einem Aschenscheufel verteidigt. Das Backschaufeln hilft bei dem Einwurf des Brotes in den Backraum.

### 3.3 Der Prozess des Brotbackens

Damals begann das Brotbacken mit der Anfertigung des Gärungsmittels. Die wichtigste Zutat konnte auf dreierlei Weise hergestellt werden. Der sogenannte 'morzsóka' wurde von dem Sauerteig des letzten Backens entnommen. Nur eine kleine abgetrocknete Menge von diesem Material wurde zum nächsten Mal gebraucht.

Der Sauerteig wurde auch am letzten Brotbacken fortgelegt und von der Backmulde abgekratzt.

Der sogenannte 'sütnivaló' wurde schon vor einem halben Jahr oder einem ganzen Jahr vor dem Backen zubereitet. Man brauchte dazu 6 Handvoll sauber gewaschener Hafer, 3 Handvoll trockene Gerbe, ein Simperl Weizenkleie und ein Schüssel frischer, aufgegangener Brotteig.

Nachdem wir die verschiedene Möglichkeiten kennengelernt haben, können wir mit der richtigen Beschreibung des Prozessen anfangen.

In einer großen Backmulde wurde der Brotteig zubereitet. Mit diesem Schritt sollte man sich schon früher beschäftigen. Bereits am Abend vorher wurde das Mehl in die Backmulde gesiebt. Abgemessen wurde es mit dem Henkelkorb. Dann wurde das Mehl etwas zur Seite geschoben. In der Mitte des Mehles wurde eine Vertiefung gemacht. Der schon vorher in einer Schüssel mit lauwarmem Wasser verkneteter Sauerteig wurde in diese Vertiefung eingerührt und mit etwas Mehl in der Backmulde vermischt. Über Nacht ließ man ihn ruhen, damit der Sauerteig schön gehen konnte. Am nächsten Morgen war er gegangen und wurde mit dem Mehl vermischt. Als nächster Schritt wurde der Sauerteig mit Salz und ein bisschen lauwarmem Wasser zum Brotteig verarbeitet. Vor dem Ausformen der Laibe teilte man ein Stück Teig ab, das man in einer eigens dafür vorgesehenen Schüssel, der Brotteigschüssel, bis zum nächsten Backen aufbewahrte und dann als Sauerteig verwandte.

Der fertige Teig wurde in Stücke geschnitten und zu runden Laiben geformt. Dann wurde in das Simperl ein Geschirrtuch gelegt, auf das man etwas Mehl streute. Nun kam der zum Laib geformte Teig hinein, und man ließ ihn gehen. Wenn er genug gegangen war, wurde er auf die Backschüssel gelegt, mit Wasser eingeschmiert und mit der Backschaufel in den heißen Backofen geschoben. Mit einem Ruck wurde die Backschüssel wieder herausgezogen.

Inzwischen wurde der Backofen angeheizt. Wenn es funkelte, war der Backofen heiß genug. Dann gab es Zeit, um die Glut mit einer Schaufel herauszuholen. Der Backofen wurde ausgekehrt und mit einem feuchten Tuch gereinigt, bevor die Brote hineingeschossen wurden.

Das Brot sollte ungefähr zwei Stunden lang gebacken werden. Beim Herausholen wurde der Laib mit Wasser abgewaschen, damit er eine glänzende Wirkung bekam. Danach wurde das Brot wieder mit einem Geschirrtuch bedeckt und so auskühlen gelassen.

Wie schon früher erwähnt wurde, drei Kreuze wurden vor dem Anschneiden des Brotes mit dem Messer auf dem Laib gezeichnet und dazu gesprochen:

„Gott Vater, Gott Sohn und Gott Heiliger Geist“.

Diese Symbolik zeigt auch, dass dieses Lebensmittel nicht nur die Rolle des Nahrungsmittels spielt.

## 4. Zusammenfassung

In dem letzten schriftlichen Teil meiner Facharbeit werden meine Erwartungen und danach die Erfahrungen beschrieben.

### 4.1 Erwartungen

Die Erwartungen von dem Thema waren die folgenden. Ich wollte mich über das Brotbacken ein bisschen mehr informieren. Der Grund kann dafür sein, dass ich mich im Allgemeinen für die Traditionspflege verantwortlich fühle. Meine Motivation lässt sich darauf zurückführen, dass ich mich für die Kultur der Ungarn und auch der Ungardeutschen interessiere. Ich dachte, dass vielleicht dieses Thema auch einen gemeinsamen Nenner zwischen den zwei Nationen bedeuten könnte.

### 4.2 Erfahrungen

Meine Konklusion ist das, dass meine Hypothese richtig zu sein scheint. Der Prozess des Brotbackens ist das Gleiche bei den traditionellen ungarndeutschen Familien und auch bei den „halbungarischen“ Familien. Die wichtigsten Werte in dieser Arbeit sind die Sachkenntnis, die Erfahrung, die Geduld, die Ausdauer und als allerwichtigste soll ich die Begeisterung benennen. Wenn man sich für das Brot interessiert, kann man sich immer verbessern und seine Fähigkeiten so gestalten, dass man einmal ein Profi in dieser Tätigkeit sein kann.

Heutzutage wird die traditionelle Lebensweise immer wertvoller. Das bedeutet, dass man schon angefangen hat, sich wieder an die Selbstversorgung zu gewöhnen. Man wendet sich in die Richtung der traditionellen Tätigkeiten und damit verändert sich die Wertvorstellung der Leute auch. Dieses Phänomen kann vielleicht zu etwas Positivem führen.

In unserem Dorf kann ich ohne meine Familie drei andere erwähnen, die schon einen Backofen gebaut haben und im Garten traditionelle Speisen zubereiten. Unser Nachbar hat auch mein Vater um Hilfe gebeten bei dem Bau des Backofens. Diese Tradition kann also auch die Beziehung der Dorfeinwohner verbessern.

Zusammenfassend könnte ich auf jeden Fall sagen, dass alle sich mit der Traditionspflege beschäftigen sollten. Wir können noch die Erfahrungen der älteren Generationen bekommen, aber in ein paar Jahren können wir das nicht mehr schaffen. Ich freue mich darüber, dass ich den Prozess des Brotbackens dokumentieren konnte. Ich hoffe, dass diese Arbeit einmal auch jemandem anderen nützlich wird.

## 5. Quellenangabe

→ Dr. Zackel Erna (2006): Kenyérsütés otthon. Black & White Kiadó

→ Szabó Balázs (2012): Mindennapi kenyérünk. Püski Kiadó Kft.

→ [http://www.kemencemester.hu/sutes\\_fozes\\_kemence.php](http://www.kemencemester.hu/sutes_fozes_kemence.php)

→ Hudi József (2007): Litér község története. Kiadta Litér Község Önkormányzata

→ Biblia, János evangéliuma

→ Die Bilder in der Anlage wurden von mir gemacht.

→ Die zwei Zeichnungen wurden von der Quelle Mindennapi kenyérünk kopiert.

## 6. Anlage

### Unser Hausrezept

Wie schon früher gesagt wurde, beschäftigt sich meine Familie viel mit dem Brotbacken. Deswegen habe ich so entschieden, dass ich hier nicht ein ganz traditionelles Brot rumschreibe, sondern etwas Anderes. In diesem Teil wird unser Lieblingsrezept beschrieben. Wir zubereiten immer diesen Typ des Brotes in unserem Backofen. Dieses Rezept ist schon nicht ganz traditionell, aber wegen der dazugegebenen Kerne ist es wirklich gesund und auch schmeckhaft. Der Prozess der Arbeit ist ganz ähnlich wie seit 40 Jahren, aber die Zutaten sind in einigen Fällen verschieden. Aber wie ich von meiner Kontaktpersonen erfahren habe, ab den 1940er Jahren benutzte man beim Brotbacken auch solche Triebmittel, als Hefe. Also in diesem Rezept wird die Tradition mit einigen gesunden Neuerungen verbunden.

Die Zutaten für 2 Laibe Bauernbrot sind die Folgenden:

je 500 g Weizen- und Roggen-Vollkornmehl, 1 EL feines Meersalz, 1 Päckchen Trockenbackhefe, Sauerteigpulver ; evtl. 150 g gemischte Kerne (z.B. Sonnenblumen-, Pinien- und Kürbiskerne von Kluth); Mehl zum Bearbeiten

### Bauernbrot

Beide Mehlsorten und Salz in eine Schüssel geben. Hefe und Sauerteigpulver zufügen und vermischen - Sauerteig gibt dem Brot zusätzliches Aroma und ist neben der Hefe ein weiteres Triebmittel, so dass der Teig luftiger wird. 700 bis 800 Milliliter lauwarmes Wasser nach und nach dazu gießen.

Zuerst mit einem Kochlöffel rühren, dann mit bemehlten Händen kurz verkneten. Der Teig ist weich und klebrig. Weil er so viel Feuchtigkeit enthält, bildet sich eine schöne Teigstruktur.

Den Teig mit einem Tuch abgedeckt an einem warmen Ort mindestens zwei Stunden gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat.

Eventuell die Kernmischung zum Teig geben. Die Kernmischung wird erst nach der ersten Gehzeit zum Teig gegeben, da die Kerne dem Teig sonst Feuchtigkeit entziehen.

Auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche nur so lange verkneten, bis alle Kerne gut eingearbeitet sind. Dann die Masse gehen lassen.

Nach einer Stunde wird die Masse in 4 Teilen geteilt und in Simperle gestellt. Unter der Masse ist immer ein mit Mehl gespürtes Küchenhandtuch. Wenn diese Masse steigt, ist das Brot fertig in den Backofen zu gehen.

Wir teidigen den Backofen. Das bedeutet, dass die Asche herausgenommen und die Fläche gewaschen wird. Die Brote werden aus den Simperlen auf den Backschaufeln gestellt, mit Wasser geschmiert und die Seiten werden geschnitten. Danach werden sie in den Backofen mit einer bestimmten Bewegung geworfen. Dann ist die Temperatur im Backofen schon ungefähr 240-270 Grad. Wir lassen es 2 Stunden lang backen.

Wenn die Brote hinausgenommen werden, werden sie mit Wasser gewaschen und wieder mit einem Küchenhandtuch bedeckt und so auskühlen lassen.



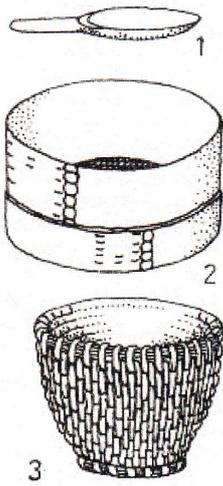
Der Teig wird geknetet



Der Prozess des Knetens



Man lässt den Teig gehen



- 1: Löffel
- 2: Sieb
- 3: Simperl



Der Teig ist gegangen



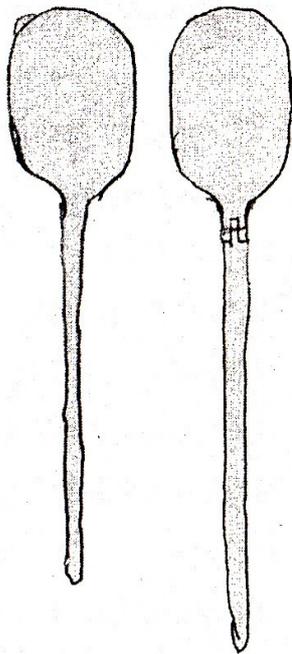
Aufheizung des Backofens



An dem Teig wird ein Schnitt gemacht



Die Stückchen werden in den Backofen eingeworfen



Backschaufeln



Das Brot ist gebacken



Mit Frau Hortobágyi



Mit meinem Opa und meiner Mutter