

Brot

Ein gutes Brot erkennen

Ein gutes Brot besteht aus Mehl, Wasser, Salz und einem Teiglockerungsmittel. Oftmals enthält Brot jedoch eine Reihe von Zusatzstoffen wie Enzyme, Emulgatoren, Verdickungsmittel und Säuerungsmittel. Diese erleichtern den Arbeitsvorgang, verbessern die Backeigenschaften, machen den Teig weich oder halten das Brot länger frisch. Die meisten Zusatzstoffe müssen in der Zutatenliste angeführt werden, außer den Enzymen. Diese sind nicht deklarationspflichtig. Je länger die Zutatenliste, desto weiter entfernt ist das Brot von einem natürlichen Produkt.

Kruste und Krume sind für Brottester wesentliche Qualitätsmerkmale. Die Krume, das Innere des Brotes, ist je nach Brotsorte unterschiedlich. Ein gutes Weißbrot hat eine lockere, leichte und elastische Krume. Vollkornbrot ist im Inneren dicht, kompakt und saftig. Beim Schneiden sollte die Krume nicht am Messer kleben bleiben oder stark bröseln. Der Boden und die Kruste sollten nicht zu stark gebräunt sein.

Richtig gelagert bleibt ein gutes Brot lange frisch, es wird nicht hart und trocken. Bei einem hohen Anteil an Roggen, Sauerteig oder Schrot hält sich das Brot bei Raumtemperatur und richtiger Verpackung länger frisch.

Brot beim Bäcker kaufen

Brot wird heutzutage nicht mehr nur beim Bäcker gekauft, sondern in vielen Fällen im Supermarkt oder Diskonter. Unterstützen Sie die kleinen Betriebe in Ihrer Region und kaufen Sie das Brot vor Ort.

Bauernbrote kommen nicht nur vom Bauern

Die Bezeichnung „Bauernbrot“ gilt nicht als Herkunftsbezeichnung. Bauernbrote gibt es überall, nicht nur von bäuerlichen Betrieben. Land- und Bauernbrote mit Bezeichnungen wie z.B. „echt“, „original“ oder „nach traditionellem Rezept“ werden ausschließlich mit Natursauerteig versäuert.

Beim Vollkornbrot nicht täuschen lassen

Vollkornbrot wird unter Verwendung von ganzen Getreidekörnern, Vollschat (Vollkornschrot) oder auch Vollmehl (Vollkornmehl) hergestellt. Ein Vollkornbrot besteht zu 90 % aus Vollkornmehl oder -schrot, bis 10 % des Gesamtgewichtes der Mahl- und Schälprodukte sind Beimengungen von anderen Mehlen zulässig.

Ein Vollkornbrot erkennen Sie an der Zutatenliste. Wenn z.B. Roggenvollkornmehl oder Weizenvollkornschrot oben steht, dann handelt es sich um ein Vollkornbrot.

Mehrkornbrot, Kornbrot oder Vollwertbrot sind nicht unbedingt Vollkornprodukte. Auch Bezeichnungen wie „vital“, „fit“ oder „Balance“ sagen nichts aus. Diese Brote können Vollkornerzeugnisse sein, aber meistens bestehen sie nicht aus Vollkornmehl.

Ein dunkles Brot ist auch nicht zwingend ein Vollkornbrot. Lassen Sie sich nicht von der Farbe täuschen. Gerstenmalz, Malz- oder Rübensirup geben dem Brot eine dunkle Farbe. Es werden nur Körner und Samen ins Weißmehl gemischt, um den Eindruck zu erwecken, dass es sich um ein Vollkornbrot handelt.

Fein oder grobkörnig? Beide können Vollkornbrote sein. Bei feinem Brot, wurde das Korn fein vermahlen und somit ist das Brot heller und hat keine grobkörnige Krume.

Brot richtig aufbewahren

Für die längere Aufbewahrung von Brot sind Behälter aus Keramik mit Luftlöchern, Leinen- oder Baumwollsäcke, Holz oder Steinguttöpfe gut geeignet. Zirbenholz ist ein ideales Material für eine Brotdose. In der Zirbenholzdose trocknet das Brot nicht aus und bleibt lange frisch. Ein antibakterieller Wirkstoff im Zirbenholz sorgt dafür, dass das Brot nicht zu schimmeln beginnt.

Wenn Sie das Brot bald verzehren, dann hält sich dieses auch gut in Papier verpackt.

In Plastikbehältern fängt Brot leicht zu schimmeln an. Knusprige Brote luftig aufbewahren, damit sie nicht weich und matschig werden.

Brot nicht in den Kühlschrank geben. Hier wird es schneller alt und verliert an Geschmack.

Brotbehälter regelmäßig reinigen

Entfernen Sie die Brotkrümel regelmäßig. Zur Vorbeugung von Schimmel, den Brotbehälter gelegentlich mit Essigwasser reinigen. Danach gut trocken wischen, damit keine Feuchtigkeit zurückbleibt.

Altes Brot verwerten

Ob Brotsuppe, Brotsalat, Croutons oder Semmelbrösel. Altes Brot lässt sich vielfältig verwerten. Trocknen Sie das Brot und machen Sie daraus Semmelbrösel oder -würfel. Nicht nur Weißmehlprodukte, sondern auch Vollkornbrot zu Brösel oder Würfel verarbeiten. Verschimmelteres Brot entsorgen und nicht an Tiere verfüttern.