

Brot seit Jahrtausenden

Autor(en): **Riggenbach, E.**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Fachblatt für schweizerisches Heim- und Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers**

Band (Jahr): **37 (1966)**

Heft 2

PDF erstellt am: **09.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-807232>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Brot seit Jahrtausenden

Die Geschichte des Brotes reicht nahe heran an die Anfänge der Menschheit selbst, denn man kann wohl annehmen, dass in den bewohnten Gebieten, in denen die Frühformen unserer Getreidearten heimisch waren, der Mensch sie zu seiner Ernährung benützte. Eine Brotzubereitung nach unserer heutigen Art und Weise war diesen ersten Nutzniessern des «goldenen Segens» allerdings nicht bekannt. Man vermutet, dass sie die Getreidekörner mit Steinen zermalmten und sie derart gebrochen mit Wasser kochten und in Form eines Breies genossen. Nach alten Funden von Mörsern und Handmühlen zu schliessen, mag es aber dann gelungen sein, das Korn so fein zu zerstoßen, dass Mehl daraus entstand. Das eignete sich nun, mit Wasser vermengt, zur Zubereitung eines zähen Teiges, der in Form eines Fladens auf heissen Steinen gebacken wurde. Das war das erste geformte Brot, hart, wenig schmackhaft und schwer verdaulich. Dann kam die grosse Entdeckung, die für die Menschheit wohl eine der wichtigsten war: die Auflockerung des Brotgebäcks durch den Sauerteig.

Nach der Meinung der Historiker fällt dieses Verdienst einem Aegyptier zu, der einen Rest seines Fladenteigs längere Zeit unbedeckt stehen gelassen hatte und ihn dann nach damaliger Gewohnheit auf einem heissen Stein buk. Er mag wohl nicht wenig erstaunt gewesen sein, als dieser Rest zu einem stattlichen Laib anschwellte, der von zahlreichen Luftlöchern durchsetzt, ganz neue Eigenschaften und einen erhöhten Wohlgeschmack gegenüber seinen gerösteten Fladen hatte.

Was die Veränderung bewirkte, war der Hefepilz, der den Teigrest durchwuchert hatte und eine Gärung hervorrief. Bei dieser verwandelt sich der Zucker des Stärkemehls in Alkohol und Kohlensäure, die sich bei der Backwärme ausdehnen und zu entweichen suchen. So bilden sich zahlreiche Bläschen im Teig, lockern ihn auf und machen ihn bekömmlicher. Nach einem noch heute in einem österreichischen Museum erhaltenen ägyptischen Brot, das über 5000 Jahre alt ist, und ferner aus Körnerfunden in Pyramiden, weiss man genau, dass diese ersten Brote mit Sauerteig aus Emmerweizen hergestellt wurden.

Die Backkunst hat sich im Geburtsland des Brotes rasch entwickelt, und an den Höfen der Pharaonen waren schon mehrere Personen mit der Zubereitung der Gebäcke beschäftigt. Ihre Backwaren hatten schon damals verschiedenste Formen und waren teilweise mit Zusätzen, wie Sesam, Koriander und Lotosbeeren, verfeinert. Gebacken wurden sie in kegelförmigen Öfen, wie solche jetzt noch im Orient etwa anzutreffen sind.

In der Schweiz und in Süddeutschland wurden die Urformen des Weizens, Emmer-, Zwergweizen und Einkorn, um 3000 Jahre vor Christus schon angebaut. Die Herstellung von Brot mit Sauerteig aus diesen Getreidearten war allem nach noch nicht bekannt, denn bei den Pfahlbauerbroten, die man gefunden hat, und die gegen 4000 Jahre alt sein dürften, hat man festgestellt, dass sie nur aus grob gebrochenen Körnern zubereitet waren und als runde Fladen von etwa 15 cm Durchmesser und 2 bis 5 cm Dicke auf heissen

Steinen, mit glühender Asche bedeckt, gebacken wurden. Von den nördlicher lebenden Völkern kannten die Gallier zuerst die Zubereitung von Brot mit Hefe, die Germanen folgten dieser Sitte später.

Lange Zeit wurde das Brot nur von Frauen zubereitet, eigentliche Bäcker traten in unseren Landesgegenden erst vor rund 1100 Jahren auf, im alten Rom aber schon um 173 vor Christus. Sie genossen hohes Ansehen, denn das Brot spielte zu jener Zeit in der Volksernährung eine viel grössere Rolle als heute. Bei Missernten stand der Hunger unweigerlich bevor, denn die Kartoffel kam ja erst um 1730 in unsere Gegenden. An Verkehrsmitteln fehlte es auch, um genügend Getreide aus andern Ländern herbeizuschaffen, und so versuchte man mit den merkwürdigsten Dingen das vorhandene Getreidemehl zu strecken. Je nach der Gegend enthielten die Notbrote Zusätze von Rosskastanien, Eicheln, getrocknetem oder frischem Obst, Queckenwurzeln, isländischem Moos, Fichtenrindenbast, Holzmehl, getrockneten Schnecken, Fischen oder Blut. In Frankreich mischte man im Jahre 843 sogar Erde dem Mehl bei, um dem Hunger zu steuern.

In unseren Tagen, da das Brot als selbstverständliche Zukost auf jedermanns Tisch liegt, ist nur der Landmann noch mit seiner Entstehung tiefer verbunden, und da oft nur in entlegenen Gebirgstälern, wo er den Stolz hat, alles selbst zu machen. Es ist auch heute noch ein Ereignis in diesen Dörfchen, wenn Brot gebacken wird, was manchmal nur alle Vierteljahre geschieht. Ihr Rezept ergibt ein Dauerbrot, zu dem alle Zutaten dem eigenen Boden abgerungen sind. Im Eifischtal z. B. besteht der Brotteig gewöhnlich aus zwei Dritteln Weizen- und Roggen- und aus einem Drittel Maismehl mit gekochten und gestampften Kartoffeln. Nebst Salz wird auch etwas Kümmel zugegeben.

Im Tessin bereitet man etwa noch das sogenannte Maronibrot zu, dessen Teig aus Mehl, Maroni und Salz besteht und auf einem heissen Stein flachgedrückt, dem offenen Feuer zugekehrt, durchbacken wird. Zahlreich sind noch andere Brotarten, und oft sind mit ihnen alte Sitten und Gebräuche verbunden. Man denke nur etwa an die Gevatterbrote vom Lötschental, die Hochzeitsbrote aus den Karpathen, die Fladenbrote des Orients. Dass dies so ist, beweist, dass der Weg weit und beschwerlich war, den die Menschheit von der Urform des Brotes bis zu unsern raffinierten Gebäcken gehen musste. Heute steht uns Brotgetreide in Tausenden von Spielarten zur Verfügung, und so können wir vom hohen Norden bis zum Aequator, von den Tiefebenen bis hinauf auf 3000 m Höhe im Himalaja die Frucht anbauen, die als «unser täglich Brot» zum Sinnbild unserer Ernährung geworden ist.

E. Riggerbach

Wenn nur Brot da ist zum Essen! Zähne werden sich schon finden.

Russisches Sprichwort

Brot ist der Stab des Lebens.

Swift, Märchen von der Tonne

Wer sein Brot verdient, der ist nie überflüssig und fühlt sich auch nicht so.

Paul Ernst