Brot

panis

bread (eng.), pain (franz.), pane (ital.), chleb (poln.), pan (span.), ekmek (türk.)

Kategorie

Mehlspeisen, Brot

Beschreibung

Brot (von althochdeutsch prot, von urgermanisch brauda-) ist ein traditionelles Nahrungsmittel, das aus einem Teig aus gemahlenem Getreide (Mehl), Wasser, einem Triebmittel und meist weiteren Zutaten gebacken wird. Brot zählt zu den Grundnahrungsmitteln.
Das feste, dunkle Äußere des Brotes heißt Kruste oder Rinde. Sie enthält Röstaromen, die durch die Maillard-Reaktion beim Backen entstehen. Durch Einschneiden der Brotoberfläche vor dem Backprozess oder durch das zufällig Aufreißen beim Gehen ergeben sich in der Kruste Ausbünde, die die Oberfläche des gebackenen Brotes vergrößern. Die Dicke der Kruste ergibt sich aus der Backdauer, und ihre Farbe ergibt sich aus der Backtemperatur.
Das weiche, lockere Innere des Brotes ist die Krume. Sie enthält je nach Brotsorte mehr oder weniger Poren mit regelmäßiger oder unregelmäßiger Größe, die beim Gären entstanden sind, und gegebenenfalls weitere Bestandteile, wie zum Beispiel ganze Getreide- oder Saatkörner. Die Krume kann eher luftig und leicht oder aber auch kompakt und saftig sein.
Brotkrümel heißen auch Brosamen (aus dem Mittelhochdeutschen) oder Brösel. Die meisten Brotteige können auch in Form kleinerer, etwa handtellergroßer Portionen als Brötchen gebacken werden.
Der zu backende Teig besteht aus Mehl, Salz, Wasser und Triebmittel, wie Backhefe und Sauerteig. Für die verschiedenen Varianten können alle möglichen Lebensmittel dem Teig zugesetzt werden, z. B. geraspeltes Gemüse, Kartoffeln, Nüsse und Samen, Röstzwiebeln, getrocknete Früchte, Gewürze und vieles mehr.

Brötchen

Weizenmehltortilla

Naan

Eine grobe Einteilung der Brotsorten geschieht zunächst nach den verwendeten Mahlerzeugnissen. Die beiden Hauptgruppen bestehen aus Weizen- und Roggenmahlerzeugnissen.

Weizenbrot

- Weizenbrot: mind. 90% Weizenmehl (WM)

- Weizenmischbrot: über 50 bis 89% WM
- Weizenschrotbrot: mind. 90% Wz.-backschrot
- Weizenvollkornbrot: mind. 90% Wz.-vollkornschrot

Roggenbrot

- Roggenbrot: mind. 90% RM
- Roggenmischbrot: über 50 bis 89% RM
- Roggenschrotbrot: mind. 90% Rg.-backschrot
- Roggenvollkornbrot: mind. 90% Rg.-vollkornschrot

Schrot- und Vollkornbrote

- Schrotbrot mind. 90% Backschrot
- Vollkornbrot mind. 90% Vollkornschrot, -mehl
- Weizen- und Roggenbackschrot in beliebigem Verhältnis
- Weizen- und Roggenvollkorn in beliebigem Verhältnis

Daneben gibt es auch eine Reihe von geografischen Bezeichnungen (»Gattungsbezeichnungen«), wie z. B. Friesisches Weißbrot, Paderborner Brot, Frankenlaib oder Berliner Landbrot. Sie dürfen überall hergestellt und angeboten werden.
Die am häufigsten verzehrte Brotsorte im deutschsprachigen Raum ist Mischbrot, das aus einer Mischung von Roggen- und Weizenmehl gebacken wird, während in den Mittelmeerländern fast ausschließlich Weizenbrote verzehrt werden. In Frankreich werden traditionell Weizenbrote gegessen. Bekannt sind Baguettes und Croissants als Frühstücksgebäcke. In den Bäckereien wird mehrmals täglich gebacken, da Weißbrote nicht lange frisch bleiben.

Brotformen

Bezeichnung	Brotform
Kastenbrot	in Formen gebacken, mit geringer seitlicher Kruste
Stangenbrot	länglich, Oberfläche mehrmals schräg eingeschnitten
Fladenbrot	meist rundes, flaches Brot, z. B. Vinschgauer
Angeschobenes Brot	Teiglaibe, die aneinander eingeschoben und gebacken
Frei geschobenes Brot	Teiglaibe, die einzeln mit Abstand eingeschoben und g

Verwendung

Die Bezeichnung »Brot« stand früher nicht alleine für das Lebensmittel Nummer 1, sondern stand als Synonym für Nahrung, Speise, Beschäftigung oder Unterhalt. In Europa und in Nordamerika stellt Brot ein unverzichtbares Grundnahrungsmittel, insbesondere für die Kohlenhydratzufuhr, dar. In anderen Gegenden der Erde wird diese Stellung von anderen brotähnlichen Produkten eingenommen. In der orientalischen Küche sind Fladenbrote beliebt, in Indien gibt es kleinere Varianten wie Chapati oder Papadam, in Pakistan wird Puri gebacken. Während Brot in Südostasien kaum vorkommt, sind in Nordchina gedämpfte Hefeteigbrötchen, gefüllt oder ungefüllt, eine beliebte Beilage. Für Australien ist Damper typisch. Aus Mexiko stammen die Tortillas aus Mais. In Afrika werden vor allem Fladenbrote aus Maniok, Hirse oder Mais mit Gewürzen gebacken.
Als Yufka (türkisch) bezeichnet man sowohl einen dünn ausgewalzten Teig der türkischen Küche (Yufka-Hamur), der für gefüllte salzige oder süße Pasteten und Kuchen verwendet wird, als auch ein weit verbreitetes sehr dünnes Fladenbrot (Yufka-Ekmek), das aus diesem Teig z. B. auf speziellen Rundblechen (Sac) oder an der Wandung eines Erdofens (Tandır) gebacken wird.
Yufka zur Herstellung von süßen und salzigen Pasteten und Kuchen ist außer in der Türkei auch in Ländern des Balkans und der Levante weit verbreitet, ebenso die Zubereitung des klassischen

Yufka-Fladenbrotes auf einem heißen Blech. In den arabischen Ländern der Region und Israel ist Yufka unter der Bezeichnung »Lafa«, »Tabun«, »Markuk« und »Schrak« bekannt, in Griechenland und Teilen der westlichen Welt als Fyllo- oder Filoteig (von griechisch »Blatt«). In der gehobenen europäischen Küche wird er seit den 1990er Jahren zunehmend als Umhüllung für zarte Fleisch- und Fischstücke geschätzt, die so sanft gebraten oder gebacken werden können, wobei der Saft des Bratguts in der Pastete bewahrt bleibt und dieses weich und saftig wird.

Einkauf / Aufbewahrung

Das Brot wird im Kühlschrank nicht frisch gehalten, sondern sehr viel schneller trocken und alt als bei anderen Aufbewahrungsmethoden. Zudem verliert es im Kühlschrank an Geschmack. Daher ist der Kühlschrank kein guter Ort für die Brotaufbewahrung. Einzige Ausnahme: Wenn es im Sommer feucht-warm ist, können Sie Brot und Brötchen im Kühlschrank lagern.
Eine Zimmertemperatur von 18 bis 22 Grad ist ideal. Das Brot sollte so gelagert werden, dass Luft zirkulieren kann, also am besten in einem atmungsaktiven Brotkasten. Bei einem Luftstau kann sich durch die vom Brot abgegebene Feuchtigkeit schneller Schimmel bilden. Bei der Lagerung sollte Brot vor Austrocknung geschützt werden.
Brot und Brötchen vom Bäcker sind meist in eine Papiertüte gepackt - was tatsächlich eine gute Möglichkeit ist, die Backwaren länger frisch zu halten. Das Papier nimmt die Feuchtigkeit auf, die vom Brot abgegeben wird. Zusätzlich schützt die Tüte davor, dass das Brot austrocknet. Für Singlehaushalte ist die Bäckertüte meist schon ausreichend. Plastiktüten sind dagegen keine gute Wahl zur Brotaufbewahrung. Die Feuchtigkeit kann hier nicht entweichen, das Brot bleibt nur sehr kurz frisch und fängt sehr schnell an zu schimmeln. Wenn Sie Brot auf Vorrat kaufen oder größere Mengen Brot selbst backen, sollten Sie sich einen Brotkasten anschaffen

Haltbarkeit von Brotsorten im Überblick

- Weizenbrot: Zwei Tage
- Roggenbrot: Drei bis vier Tage
- Vollkornbrot: Sieben bis neun Tage.

Geschichte

Spätestens ab der mittleren Altsteinzeit wurden wilder Hafer und Gerste zu Mehl vermahlen und wahrscheinlich gewässert und gekocht oder gebacken, um das Mehl genießbar zu machen. Am Fundplatz Shanidar, einer von Neanderthalern bewohnten Höhle im Nordirak, wurden über 40.000 Jahre alte Spuren von Wildgerste gefunden, die offenbar erhitzt worden waren.
In der Grotta Paglicci in Süditalien fand man über 30.000 Jahre alte Spuren von Gräserstärke an Mörsergeräten. Auch nördlich der Alpen wurden bereits vor 30.000 Jahren Wildpflanzen gemahlen, wie Funde aus Russland und Tschechien belegen.
Gesäuertes Brot dürfte nach archäologischen Funden schon vor über 5.000 Jahren bekannt gewesen sein, unter anderem in Ägypten, wo schon damals Brot in größerem Maße in Bäckereien hergestellt wurde. Die Ägypter hatten in der Antike auch den Beinamen Brotesser. Sie waren es, die als erste Hefe kultivierten und damit die erste Bäckerhefe verwendeten.
Von den Ägyptern wurden die Backöfen weiter entwickelt, die ersten waren aus Lehm und ähnelten Bienenkörben. Darin konnte eine sehr hohe Hitze erreicht werden, die die im Teig vorhandene Feuchtigkeit augenblicklich in Dampf verwandelt. So wird das Volumen der Brote stark vergrößert und die Krustenbildung verzögert.
Nach den römischen Grundtechniken wurde mit kleinen Veränderungen in Europa bis ins 19. Jahrhundert hinein Brot gebacken. In mehreren Dörfern gab es Gemeinschaftsöfen, in denen einmal in der Woche jeder sein Brot backen konnte.
Eine römische Großbäckerei war vor 2000 Jahren in der Lage, 36.000 Kilogramm Brot pro Tag herzustellen. Nach dem Untergang des Römischen Reiches stieg das Weißbrot in den Rang einer Festtags- und Herrenspeise auf. Diese Stellung behielt es in Deutschland bis in die Zeit nach dem Dreißigjährigen Krieg und in Russland bis zum Beginn des 20. Jahrhunderts. Für die ärmeren Schichten war nur das dunkle Brot erschwinglich. In vielen Ländern wird Brot als Grundlage von Suppen und Eintöpfen verwendet.

Mythologie

Während des einwöchigen Pessachfestes, eines der jüdischen Wallfahrtsfeste, wird nur ungesäuertes Brot gegessen in Erinnerung an den Auszug der Israeliten aus Ägypten, der gemäß der biblischen Überlieferung so schnell erfolgen musste, dass zum Gärenlassen des Brotes keine Zeit blieb. Nach jüdischer Auffassung gelten Weizen, Roggen, Gerste, Hafer und Dinkel als gesäuert, wenn sie mehr als 18 Minuten mit Wasser in Berührung gekommen sind - der Zeitraum, in dem frühestens eine Gärung durch in der Luft vorhandene Hefepilze eingesetzt haben könnte.
Christen sprechen im Vaterunser als vierte Bitte »Unser täglich Brot gib uns heute«. Christus wird ein Brotwunder, die wundersame Vermehrung von Broten, zugeschrieben. Im Abendmahl der christlichen Liturgie gedenkt man der Kreuzigung Jesu Christi (»Christi Leib für dich gebrochen«). Dabei ist die Hostie, in der armenischen und der westkirchlichen Tradition in ungesäuerter Form, Teil des Ritus.
Die Brezel entstand im 7. Jahrhundert als ein heiliges Symbol, das zum Gebet verschränkte Arme des Betenden darstellte.