Backen

to bake (eng.), faire cuire au four (franz.), infornare (ital.), cocción (span.), fırında pişirmek (türk.)

Beschreibung

Backen ist eine Garmethode, bei der das Gargut in heißer, trockener Luft bei 150 bis 250 ° C gegart und gebräunt wird. Beim Backen entsteht an der Oberfläche der Backwaren eine braune Kruste.

Beim Backen ist ein geschlossener Raum zum Erhitzen erforderlich - normalerweise in einem Ofen. Früher wurden primitive Lehmöfen verwendet. Als Brennstoff kann Holz, Kohle, Gas oder Strom dienen. Das Hinzufügen und Herausnehmen von Gegenständen aus einem Ofen kann von Hand mit einem Ofenhandschuh oder mit einem Schäler erfolgen, einem Werkzeug mit langem Griff, das speziell für diesen Zweck verwendet wird.

Viele gewerbliche Backöfen sind mit zwei Heizelementen ausgestattet: eines zum Backen, bei dem die Lebensmittel durch Konvektion und Wärmeleitung erhitzt werden, und eines zum Braten oder Grillen, bei dem die Erwärmung hauptsächlich durch Strahlung erfolgt. Ein weiteres Gerät, das noch heute zum Backen verwendet wird, ist der Dutch Oven. »Auch Backkessel, Bratpfanne, Brotbackofen, Feuerpfanne, Backofen-Kail-Topf, Blechküche, Bratküche, Doufeu (französisch: »sanftes Feuer«) oder Feu de Compagne (französisch: »Landofen«) genannt. »Er löste ursprünglich den Kocher als neueste Technologie zum Kochen am Kamin ab« und vereinte »den Komfort eines Topfofens und eines Katerofens«.

Beim Backen treten gleichzeitig elf Ereignisse auf, von denen einige (z. B. die Verkleisterung der Stärke) bei Raumtemperatur nicht auftreten würden.

- Fette schmelzen
- Gase bilden sich und dehnen sich aus
- Mikroorganismen sterben
- Zucker löst sich auf
- Ei-, Milch- und Glutenproteine koagulieren
- Stärken gelieren oder verfestigen sich
- Flüssigkeiten verdunsten
- Auf der Kruste kommt es zu Karamellisierung und Maillard-Bräunung
- Enzyme werden denaturiert
- Es kommt zu Veränderungen bei den Nährstoffen
- Pektin wird abgebaut

Die trockene Hitze beim Backen verändert die Form der Stärke im Lebensmittel und führt dazu, dass seine Außenflächen braun werden, was ihm ein attraktives Aussehen und einen attraktiven Geschmack verleiht. Die Bräunung wird durch die Karamellisierung von Zucker und die Maillard-Reaktion verursacht. Maillard-Bräunung tritt auf, wenn »Zucker in Gegenwart von Proteinen zerfällt. Da Lebensmittel viele verschiedene Arten von Zucker und Proteinen enthalten, trägt die Maillard-Bräunung zum Geschmack einer Vielzahl von Lebensmitteln bei, darunter Nüsse, Roastbeef und gebackenes Brot.« Die Feuchtigkeit wird nie vollständig »eingeschlossen«. Mit der Zeit wird ein Backgut trocken. Dies ist oft von Vorteil, insbesondere in Situationen, in denen das Trocknen das gewünschte Ergebnis ist, wie zum Beispiel beim Trocknen von Kräutern oder beim Rösten bestimmter Gemüsesorten.

Für den Backvorgang ist die Verwendung von Fett zum Garen im Ofen nicht erforderlich. Beim

© 2026 coquina.de

Backen muss auf den Fettgehalt des Lebensmittels geachtet werden. Höhere Fettmengen wie Margarine, Butter, Schmalz oder pflanzliche Backfette führen dazu, dass sich das Backgut während des Backvorgangs ausbreitet.

Verwendung

Gebacken werden Kuchen aller Art, Brotteige, sowie Pasteten, Aufläufe, Kartoffeln, Soufflés, Puddinge, Blätterteiggerichte, Pizzen und Plätzchen. Fleisch, Fisch und Gemüse werden in der Regel in einem Teigmantel gebacken. Der Vorteil daran besteht in der Umhüllung, die verhindert, dass das Gargut zu trocken wird und die Aromen entweichen können.

Beim Backen mit Ober- und Unterhitze wird nur mit einem Backblech gearbeitet, das vorzugsweise in den mittleren Einschub gesetzt wird. Kuchen mit größerer Höhe werden dagegen in die zweite Schiene von unten gesetzt.

Im Umluft- oder Heißluftofen kann mit mehreren Backblechen und Einschüben gleichzeitig gearbeitet werden. Die Backtemperatur verringert sich um durchschnittlich 20 bis 30 Prozent.

Geschichte

Die früheste bekannte Form des Backens entstand, als Menschen Wildgraskörner nahmen, sie in Wasser einweichten und die Mischung zu einer Art brüheähnlicher Paste zerstampften. Die Paste wurde gekocht, indem man sie auf einen flachen, heißen Stein goss, wodurch eine brotähnliche Substanz entstand. Später, als die Menschen das Feuer beherrschten, wurde der Teig auf heißer Glut geröstet, was das Brotbacken erleichterte, da er nun jederzeit hergestellt werden konnte, wenn Feuer entstand. Der älteste Ofen der Welt wurde 2014 in Kroatien entdeckt, er ist 6500 Jahre alt. Die alten Ägypter backten Brot mit Hefe, die sie zuvor zum Bierbrauen verwendet hatten. Das Brotbacken begann im antiken Griechenland um 600 v. Chr. und führte zur Erfindung geschlossener Öfen. Öfen und Arbeitstische wurden bei archäologischen Ausgrabungen von der Türkei (Hacilar) bis Palästina (Jericho, Tell es-Sultan) entdeckt und stammen aus dem Jahr 5600 v. Chr.

Während des Römischen Reiches blühte das Backen auf. Ab etwa 300 v. Chr. wurde der Konditor zu einem Beruf für die Römer (bekannt als Pastillarium) und zu einem angesehenen Beruf, da Gebäck als dekadent galt und die Römer Feste und Feiern liebten. So wurde das Gebäck oft speziell für große Bankette zubereitet, und jeder Konditor, der neuartige Leckereien erfinden konnte, wurde hoch geschätzt. Um das Jahr 1 n. Chr. gab es in Rom mehr als dreihundert Konditoren, und Cato schrieb darüber, wie sie die unterschiedlichsten Lebensmittel herstellten und dank ihrer Kreationen beruflich und gesellschaftlich erfolgreich waren. Cato spricht von einer enormen Anzahl von Broten, darunter libum (Kuchen aus Mehl und Honig, die oft den Göttern geopfert werden), Placenta (Grütze und Kresse), Spira (moderne Mehlbrezeln), Scibilata (Torten), Savillum (süßer Kuchen) und Globus Apherica (Krapfen). Eine große Auswahl davon mit vielen verschiedenen Variationen, unterschiedlichen Zutaten und unterschiedlichen Mustern fand man oft bei Banketten und Speisesälen. Die Römer backten Brot in einem Ofen mit eigenem Schornstein und verfügten über Mühlen, um Getreide zu Mehl zu mahlen. Im Jahr 168 v. Chr. wurde in Rom eine Bäckerzunft gegründet.

Im 13. Jahrhundert waren in London zahlreiche Vorschriften für den kommerziellen Handel, einschließlich des Backens, festgelegt. Im Falle von Lebensmitteln sollten sie ein System schaffen, »dass es kaum zu falschen Maßen, verfälschten Lebensmitteln oder minderwertigen Herstellungen kommen kann«. Zu dieser Zeit gab es zwanzig Vorschriften, die allein für Bäcker galten, darunter auch, dass jeder Bäcker »den Abdruck seines Siegels« auf dem Brot haben musste.

Ab dem 19. Jahrhundert wurden alternative Backtriebmittel immer häufiger eingesetzt, beispielsweise Backpulver. Bäcker backten ihre Waren oft zu Hause und verkauften sie dann auf der Straße. Diese Szene war so häufig, dass Rembrandt unter anderem einen Konditor malte, der auf den Straßen Deutschlands Pfannkuchen verkauft, während Kinder lautstark nach einer Kostprobe verlangen. In London verkauften Konditoren ihre Waren auf Handkarren. Daraus entwickelte sich ein System zur Lieferung von Backwaren an Haushalte, was die Nachfrage stark steigerte. In Paris entstand das erste Open-Air-Café für Backwaren und das Backen wurde zu

einer etablierten Kunst auf der ganzen Welt.

© 2026 coquina.de