



Mehl aus der nahen Mühle, Molkereibutter, Hefe, eigene Eier und Milch verwendet
Andrea Eymann für die Zöpfe.



Sonntagsfreude

Ob mit Konfi oder Schinken – **ZOPF** gehört zu einem feinen Zmorge. Das schweizerischste aller Brote stammt aus dem Bernbiet. Wie eine echte Züpfe gelingt, verrät die Emmentaler Bäuerin Andrea Eymann.

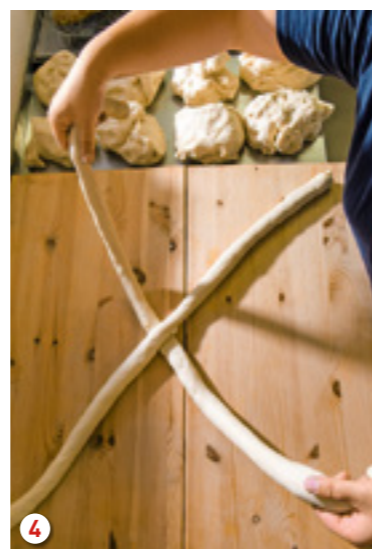
Text Michael Lütcher Fotos Maurice K. Grünig
Rezepte und Styling Judith Gmür-Stalder

ZÜPFE BACKEN – SO GEHTS

Mit den Tipps und Tricks von Andrea Eymann gelingen sowohl der Teig wie auch das Zöpfeln.



1. Hefe, Salz, Mehl, Milch und Butter vermischen.
2. Teig kneten, bis er glatt ist.
3. Teig muss so dehnbar sein, dass man fast durchschauen kann. Teig aufgehen lassen.



4. Teig teilen, zu zwei Strängen rollen. Übers Kreuz legen.
5. Unteren Strang an den Enden fassen und einmal um den oberen Strang legen.



6. Das Vorgehen wie bei Punkt 5 wiederholen.
7. Zopf zu Ende flechten. Am Schluss die Enden mit etwas Wasser zusammenkleben.



BUREZOPF VON ANDREA EYMANN

1 grosse Züpf

ZUTATEN:

1 kg Züpfmehl aus Weizen und Dinkel (alte Sorte), 25 g Salz, 20 g Hefe, zerbröckelt, 150 g Butter in Stücken, 5–6 dl Milch, Backpapier für das Blech

ZUBEREITUNG:

1. Züpfmehl und Salz mischen, Hefe, Butter und Milch beifügen, zu einem weichen, glatten Teig kneten. Zugedeckt über Nacht in der kühlen Backstube oder an einem kühlen Ort aufgehen lassen.

2. Den Teig nach Belieben zu einem 4- oder 6-teiligen Zopf flechten, auf das vorbereitete Blech legen, kurz aufgehen lassen. Dann in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens 45–55 Minuten backen. Je nach Backofen die Temperatur anpassen.

3. Zopf herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen lassen.

Zubereitung: ca. 30 Minuten
Aufgehen lassen: über Nacht
Backen: ca. 45 Minuten

Prächtigt sieht der Zopf aus. Kunstvoll geflochten, braun gebacken, glänzend die Oberfläche. Grösser als ein Sonntagsbraten. Hebt man ihn auf, ist er schwerer als erwartet.

Es ist eben kein Zopf, sondern eine Züpf. Das ist nicht nur eine Frage des Dialekts. Die beiden Brote sehen zwar gleich aus und sind nach einem vergleichbaren Rezept gemacht, aber die Berner Version ist dichter, geschmackvoller, kurz: währschafter als das, was landauf, landab als Zopf aus Theken und Regalen gekauft werden kann. Die Berner Züpf ist laut dem Inventar kulinarisches Erbe der Schweiz das Original des in der ganzen Schweiz so beliebten Zopfs, dieses Herzstücks eines sonntäglichen Frühstücks.

«Der Züpfenteig muss Fäden ziehen, wenn man ein Stück auseinanderreiss. Und er muss Chuscht haben», sagt Andrea Eymann, Bäuerin in Schwarzenbach im Emmental. Die 39-Jährige weiss, wovon sie spricht: Sie ist gelernte Bäckerin und Köchin und backt jeden Samstag mindestens 40 Züpfen.

Der Teig braucht Zeit

Wie es geht, demonstriert sie in ihrer Backstube auf dem Hof, den sie mit ihrem Lebenspartner Dieter Geissbühler betreibt. «Der rohe Teig muss Zeit haben. Das ist das Wichtigste», sagt Eymann. «So bekommt er mehr Geschmack.» Vor der Bauersfrau liegt in einer Schüssel ein grosser, fast kugelförmiger Teigklumpen. Den hat sie wie üblich am Vorabend gemacht.

Auf dieselbe Art und Weise, wie sie nun eine weitere Portion zubereitet, um zu demonstrieren, wie es geht.

Sie vermischt Mehl, Milch, Butter und Hefe. Dann knetet sie. Stösst, zieht und presst den Teig mit ihren kräftigen Armen und Händen. Zu Beginn ist die Oberfläche des Teigs rau. Allmählich wird er glatt und geschmeidig. «Man muss ein Teigstück so stark dehnen können, dass man die Zeitung hindurch lesen könnte», sagt sie, während sie die Probe aufs Exempel macht. Der Teig ist noch nicht so weit – er reisst. Sie bearbeitet ihn weiter. Schweiß rinnt ihr über die Stirn, ihr Kopf wird rot. Nach etwa 15 Minuten hat der Teig die erwünschte Konsistenz. Sie legt ihn in eine Schüssel und deckt sie mit einer Plastikfolie ab. Er darf keine Kruste

bekommen, sonst kann er nicht mehr weiter aufgehen.

Der Teig, den sie eben geknetet hat, wiegt fünf Kilogramm. Üblicherweise macht sie gleich zehn Kilogramm aufs Mal. Dann überlässt sie die Arbeit des Knetens der Knetmaschine, die in einer Ecke der Backstube steht.

Früher hat Andrea Eymann dem Teig jeweils noch Eier beigefügt. «Doch die Leute sagten mir, die Züpf sei zu trocken. Daraufhin liess ich die Eier weg», sagte Eymann. Eier oder keine Eier im Zopf: eine Streitfrage, auf die es keine abschliessende Antwort gibt. Die einen machen ihn mit, die ändern ohne.

Ebenso geteilt sind die Meinungen darüber, aus wie vielen Strängen ein Zopf gedreht werden soll. Zwei? Drei? Sechs?



Andrea Eymann holt unter den gespannten Blicken von Flurin, Janka und Alex die Zöpfe aus dem Ofen.

Andrea Eymann zöpft gewöhnlich mit sechs Strängen. Dies, weil es kunstvoller aussieht und gleichmässig grosse Stück ergibt. Fürs Foto zeigt sie auch eine Version mit nur zwei Strängen.

Zunächst aber haut sie den Teigklumpen vom Vorabend auf den Tisch. «Zämeschlaa» nennt sie das. Die Luft muss raus, die Zöpfe soll nicht Löcher wie ein Emmentaler Käse haben. Sie soll kompakt sein. Dann trennt sie mit dem Spachtel Stück um Stück ab und wiegt sie. Die Stücke wiederum teilt sie in zwei bzw. sechs gleich grosse Klumpen, rollt sie zu kleinen, dicklichen Würsten. Und nimmt sie ein paar Minuten später, als der ganze Teig zu Rollen geworden ist, wieder zur Hand, um sie weiter zu rollen – bis zu einem Meter Länge. Wäre sie sofort aufs Ganze gegangen und hätte die Stücke in einem Zug komplett ausgerollt, wären diese ausgefranst und womöglich gerissen. Ein Züpfenteig verlangt Fingerspitzengefühl und Geduld.

Dann zöpft sie. Geräuschlos und schnell. Nach ungefähr einer Minute ist aus den Würsten ein Zopf geworden. Sie wiederholt den Vorgang im Zeitlupentempo, um zu zeigen, wie es geht. Und

fällt dabei für einen Moment fast aus dem Rhythmus. «Am besten, man denkt nicht darüber nach, sondern macht einfach vorwärts», sagt sie. Hat man es mal begriffen, ist es nicht schwierig, wie der Selbstversuch zeigt.

Was ist ein guter Zopf?

Die fertigen Zöpfe legt Eymann für etwa zehn Minuten auf einem Blech auf den vorgewärmten Backofen. Die Hefe soll nochmals arbeiten, die Teiglinge noch etwas aufgehen. Das tun sie. Danach bestreicht sie diese mit Ei und schiebt sie in den Ofen. Bald duftet es wunderbar –

nach frischem Zopf. Als Andrea Eymann die heissen Bleche nach 30 Minuten mit der Holzschaufel aus dem Ofen zieht und goldbraune Laibe zum Vorschein kommen, möchte man gleich eine Scheibe abschneiden.

Jeden Samstag steht Eymann nachts um 2.30 Uhr in der Backstube. Um bis 7.30 Uhr 40 Zöpfen zu backen. Die einen gehen an den samstäglichen Gemüsestand eines Bekannten in Sumiswald, die anderen legt sie in einen kleinen Holzschopf vor dem Haus an der Strasse: ins Brothüsi. Dort können sich die Leute selbst bedienen, gegen Hinterlassen des Kaufbetrags

Familie Eymann-Geissbühler lebt in einem typischen Emmentaler Bauernhaus.



TIPP
Zum Apéro
mit einem Glas
Weisswein oder
Apfelmost
servieren.

URDINKEL-SPECKZOPF MIT BRÜHSTÜCK

1 grosser Zopf

ZUTATEN BRÜHSTÜCK

1,7 dl Wasser, 130 g
Urdinkel-Weissmehl

ZUTATEN TEIG

100 g Speckwürfeli, 1 EL Rosmarin,
fein gehackt, 1 Zwiebel, fein gehackt,
500 g Urdinkel-Weissmehl,
1½ TL Salz, 20 g Hefe, zerbröckelt,
2,5 dl Milch, 50 g Butter in Stücken,
Mehl zum Bestreuen, Backpapier
für das Blech

ZUBEREITUNG:

1. Brühstück: Wasser aufkochen, siedend heiss mit dem Mehl verrühren, bis die Masse fest und gleichmässig glatt ist. Brühstück zugedeckt auskühlen lassen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.
2. Speckwürfeli, Rosmarin und Zwiebel in einer Bratpfanne knusprig braten, auskühlen lassen.
3. Teig: Speckwürfelmischung, Mehl, Salz, Hefe, Milch und Butter in die Teigschüssel geben. Brühstück dazuzupfen. Von Hand oder mit dem Teigkneten der Küchenmaschine sorgfältig zu einem glatten Teig kneten, nicht zu lange und nicht zu kräftig. Teig zugedeckt 1–2 Stunden ums Doppelte aufgehen lassen, dabei den Teig 2–3-mal aufziehen.
4. Den Teig halbieren, je zu einem Strang formen, einen Zopf flechten und auf das vorbereitete Blech legen. Noch einmal kurz aufgehen lassen. Backofen auf 230 Grad vorheizen.
5. Speckzopf in der unteren Hälfte des vorgeheizten Ofens einschieben. Temperatur auf 190 Grad reduzieren. Den Zopf 50–55 Minuten backen. Zopf herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen lassen.

Zubereitung: ca. 40 Minuten
Aufgehen lassen: ca. 2 Stunden
Kühl stellen: über Nacht
Backen: ca. 45 Minuten

selbstverständlich – ein Kilogramm kostet neun Franken.

«Was ein guter Zopf ist, zeigt sich erst am andern Morgen», sagt Andreas Dossenbach von Richemont in Luzern, dem Aus- und Weiterbildungszentrum der Backbranche. Wenn sich zeigt, ob der am Samstag gebackene Zopf auf dem sonntäglichen Frühstückstisch noch frisch ist. Wovon dies abhängt? «Von verschiedenen Faktoren», sagt der Fachmann. Von den Zutaten, von der Art der Zubereitung. Langes Gehenlassen mache den Teig luftiger und das Gebäck länger frisch. Ein Butterzopf «nach Hausfrauenart» aber sei

trotzdem dichter als einer, in dem Emulgatoren für Luftigkeit sorgen – und die ihn auch austrocknen. Eine wichtige Rolle für die Dichte eines Zopfs spielt laut Dossenbach die Wahl des Mehls. In einer Emmentaler Züpfen steckt ein Teil Dinkelmehl, so auch im «Emmentaler Züpfenmehl», das Andrea Eymann verwendet. Das Mehl aus der Mühle Kleeb in Rüegsbach BE enthält «gegen 30 Prozent» Dinkelmehl, der Rest ist Weizenmehl. Genaueres will Mühlenleiterin Katja Stalder nicht verraten.

Die Verwendung von Dinkel hat historische Gründe: Dinkel war im Emmentaler



TIPP
Passt zum
Zmorge oder
Nachmittagskaffee
mit Butter, Konfi
und Honig.

BRIOCHE-ZÖPFLI



Für 8–10 Stück

ZUTATEN TEIG

500 g Mehl, 1½ TL Salz, 60 g Zucker,
75 g Butter in Stücken, 20 g Hefe,
zerbröckelt, 2,25 dl Milch, 1 Ei

ZUTATEN GARNITUR

1 Eigelb mit 1 EL Milch verrührt,
Hagelzucker, Backpapier für das Blech

ZUBEREITUNG

1. Teig: Mehl, Salz und Zucker mischen. Butter beifügen. Hefe mit Milch und Ei beifügen, zu einem weichen Teig kneten. Zugedeckt 1–2 Stunden ums Doppelte aufgehen lassen, dabei 1–2-mal aufziehen.

2. Den Teig in 8–10 Stücke schneiden. Jedes Teigstück halbieren, zu zwei gleich langen Strängen formen, zu Zöpfchen flechten und auf das vorbereitete Blech legen. Nochmals kurz aufgehen lassen. Vor dem Backen mit Ei bestreichen und mit Hagelzucker bestreuen.
3. Brioche-Zöpfchen 15–20 Minuten in der unteren Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens backen, dann herausnehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen. Lauwarm oder ausgekühlt geniessen.

Zubereitung: ca. 50 Minuten
Aufgehen lassen: ca. 2 Stunden
Backen: ca. 20 Minuten

wie anderswo in der Schweiz das wichtigste Getreide, bevor es vom Weizen verdrängt wurde. Bäuerinnen verwendeten und verwenden, was der Hof hergibt. Die Milch hat Andrea Eymann von den eigenen Kühen, die Eier von ihren Hühnern. Die Butter kommt indirekt, nämlich via Käseerei, der man die Milch liefert, ebenfalls vom Hof, ähnlich wie das Mehl – nebst Weizen und Futtererbsen baut man Urdinkel und Weizen an.

Einzelne Bauersfrauen im Emmental fügen ihrem Züpfenteig neben Butter auch Schweineschmalz bei. Das macht den Teig besonders mürbe. Generell sind die Zöpfe im Laufe der Jahre aber leichter geworden. Das historische Rezept für eine Berner Züpfle im 1977 erschienenen Kochbuch «Ächti Schwizer Chuchi» von Marianne Kaltenbach sieht 160 bis 200 Gramm Butter pro Kilogramm Mehl vor – mehr als jenes von Andrea Eymann (S. 35). Und viel mehr als die Zopfrezepte in zeitgenössischen Backbüchern wie jenem aus der Betty-Bossi-Reihe.

Auslöser 1. August

Im 15. Jahrhundert wurde die Züpfle erstmals schriftlich erwähnt. Bis daraus der in der ganzen Schweiz verbreitete Zopf wurde, dauerte es bis ins frühe 20. Jahrhundert. Als Brot für besondere Anlässe. Zuerst zu Neujahr, später für den Sonntag.

Für Andrea Eymann war der 1. August der Auslöser, um gewerblich Züpfen zu backen. Vor zehn Jahren begann sie damit, um den 1.-August-Brunch auf dem eigenen Hof zu versorgen. Den Brunch haben sie, ihr Lebenspartner und die vier Kinder im Alter von 8 bis 13 Jahren inzwischen wieder aufgegeben. Dagegen liefert sie auf Bestellung Züpfen auch für Feste, Geburtstage und andere Jubiläen. Das feine Brot lässt sich ja mit vielem kombinieren – mit Käse und Schinken («Hamme») ebenso wie mit Konfitüre und Honig.

Für sich allein schmeckt Andrea Eymanns Züpfle ohnehin vorzüglich. Leicht salzig, leicht buttrig. Der Teig ist dicht – er wird zu Fetzen, wenn man eine Scheibe von Hand teilt. Und sie ist auch am dritten Tag noch frisch. ●

Andrea Eymann, Schweinbrunnen 10,
4953 Schwarzenbach BE, Tel. 062 964 12 89