

WALTER MAYER

# BROT



*Auf der Suche nach dem Duft des Lebens*

INSEL



Brot riecht nach Heimkommen, nach Familie und Liebe. Brot stiftet Religionen und Revolutionen – und verursacht Zöliakiepanik und Weizenwampenangst. Brot ist Grundnahrungsmittel – und essbare Sehnsucht.

Was erzählt Brot über die Menschen, die es essen, und über die Verhältnisse, in denen es gebacken wird? Was findet man, wenn man dem Duft des Brotes folgt?

Walter Mayer schreibt über Gluten und Enzyme, über liebevoll gehegte Sauerteigkulturen und die wundersame Brotvermehrung im Neuen Testament. Er lässt sich von Sarah Wiener die Grundlagen des handwerklichen Backens erklären, stellt kritische Fragen an den Ernährungsminister Christian Schmidt und porträtiert den Milliardenbäcker Heiner Kamps. Er fährt zu Bäckerinnen und Bäckern in die Berge von Albanien, in die Medina von Marrakesch, in die moorige Landschaft um Edinburgh und in die österreichischen Alpen. Und am Ende führt ihn seine Entdeckungsreise in die Küche seiner Mutter, der Bäckerstochter – immer auf der Suche nach dem Duft des Lebens.

Dieses Buch ist eine fein abgewogene Mischung aus Reportage, Kulturgeschichte und Familienmemoir. Und eine Liebeserklärung an das Brot.

WALTER MAYER

# BROT

*Auf der Suche  
nach dem Duft des Lebens*

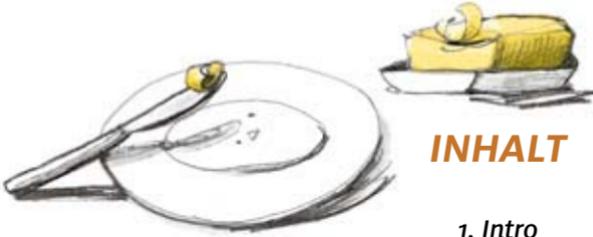
*Mit Illustrationen von Alexandra Klobouk*

INSEL

Erste Auflage 2017  
© Insel Verlag Berlin 2017  
Alle Rechte vorbehalten,  
insbesondere das der Übersetzung,  
des öffentlichen Vortrags sowie der Übertragung  
durch Rundfunk und Fernsehen, auch einzelner Teile.  
Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form  
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)  
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages  
reproduziert oder unter Verwendung  
elektronischer Systeme verarbeitet,  
vervielfältigt oder verbreitet werden.  
Covergestaltung und Illustrationen: Alexandra Klobouk, Berlin  
Druck: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-458-17725-8

# BROT

*Auf der Suche nach dem Duft des Lebens*



## **INHALT**

### **1. Intro**

Was findet man, wenn man einen Geruch sucht? 9

### **2. Sorry, Sarah. Danke, Sarah**

»Sie wollen über Brot schreiben?

Sie haben doch keine Ahnung!« 21

### **3. In Salzburg**

Mein Großvater, der Bäcker ohne Beine 37

### **Mahlen nach Zahlen**

Einige Fakten über Brot 47

### **4. In Schottland**

Der Robin Hood des guten Brotes 53

### **Das Abc des Brotes**

Von Aryzta bis Zöliakie. Ein (unvollständiges) Alphabet 69

### **5. In Albanien**

Auf der Suche nach dem besten Börek 77

### **6. Die Memoiren des Brotes. Vegan seit 6000 Jahren**

Kunst, Religion und Weltgeschichte aus  
der Perspektive des Backofens 101

### **7. In den Bergen**

Die Eigenbrötlerin von der Kalchkendlalm 137

*Eine kurze Geschichte des Backofens*

Vom Ofen der Stier-Anbeter bis zur Backstraße,  
die 50 000 Brötchen in der Stunde schafft 165

**8. Bei Heiner Kamps**

Der Milliardenbäcker 169

**9. Diese Tauers**

Geschichte einer Bäckerfamilie 183

**10. Interview**

Herr Minister Schmidt, ist Industriebrot genauso gesund  
wie handwerklich gebackenes Brot? 203

*Zehn Brotrekorde 213*

**11. Monika und die sechshundertjährige Mühle**

Im Idyll der alten Getreidesorten 219

*Säen, ernten, dreschen*

Die mindestens zwölf Maßnahmen, die nötig sind,  
bevor man mit dem Backen beginnen kann 233

**12. In Marokko**

Gott, König und Brot 237

**13. Back Home. Kreuzberg – Salzburg**

Das Brot in meinem Kiez. Das Brot meiner Mutter.  
Der Duft des Lebens 261



## 1. INTRO

Was findet man, wenn man  
einen Geruch sucht?

*Eine OP und ihre heilsamen Folgen. Roggenbrot duftet stärker  
als Vorzimmerrosen und Hermès-Parfüm. Die Bibliothek  
aus Teig. Warum ich dieses Buch schreibe*

Mein Interesse an Brot erwachte, als ich nach einer Nasenpolypenoperation die Fähigkeit, Gerüche wahrzunehmen, wiedererlangte. Ich hatte jahrelang kaum riechen können. Der Grund war eine Histaminintoleranz, ein ziemlich exklusives Krankheitsbild, von dem etwa ein Prozent der europäischen Bevölkerung betroffen ist. In meinen Nasennebenhöhlen wucherten bis hinauf in die Stirnhöhlen Polypen und blockierten die Geruchsnerven.

Wenn ich histaminhaltige Lebensmittel, etwa Thunfisch, gut gereiften Käse, Erdbeeren oder dunkle Schokolade aß – oder Rotwein (ganz schlimm) beziehungsweise Champagner (noch schlimmer) trank –, bekamen die Polypen durch die nicht abgebauten Histamine einen Extrawachstumsschub, und ich war nur mehr am Schniefen. Ich roch dann überhaupt nichts mehr. Das hat gelegentlich Vorteile, etwa wenn man im Sommer in einer Berliner U-Bahn voller Billigbier trinkender easyJet-Touristen sitzt. Langfristig verliert man mit dem Geruchssinn aber den inneren Kompass für Mitmenschen und Situationen.

Riechen ist das Tasten des Herzens. Und über längere Zeit nichts zu riechen, ist wie emotionaler Hausarrest. Weder der Duft einer blühenden Lavendelwiese in der Provence konnte damals meine Geruchsnerven aufwecken, noch die Haut einer Geliebten. Sie blieb ebenso duftlos wie der Stand mit den Gewürzen auf dem Markt. Beim Essen sah ich zwar die leuchtenden Farben, aber der Paprika schmeckte genauso fad wie Pfeffer oder Koriander.

Im Sommer 2013 hatte ich mich endlich zur Operation entschlossen, und einem Professor der Berliner Meoclinic war es gelungen, meine Nase weitgehend von den fiesen Polypen zu befreien. Nach zwei Wochen Rekonvaleszenz konnte ich wieder arbeiten. Das Schniefen war weg. Die Schwellung ging zurück. Aber riechen konnte ich immer noch nicht.

So saß ich in der Vorstandsetage im 18. Stock des Axel-Springer-Hochhauses und ertrug eine quälende Sitzung über Digitalisierung, Social Media und Paid Content. Es war ein unfassbar heißer Augusttag, die Jacketts hingen über den Stuhllehnen und der Vorstandsvorsitzende dominierte die Runde mit einer grellgrünen Krawatte, deren Versprechen von Freiheit und Wildnis in krassem Widerspruch zu den müden Konferenzkeksen auf dem Besprechungstisch standen.

Genau an diesem Ort und zu dieser Stunde erwachte mein Geruchssinn. Aber es war nicht das Bouquet aus Macht, Vorzimmerrosen und Hermès-Parfüm, das meine Nerven aufweckte. Es geschah, als Carsten, der kleine, pummelige Däne mit der charmanten S-Aussprache, der seit den Siebzigerjahren bei Springer arbeitete und dem legendären Verleger schon als Butler in dessen Residenz auf Patmos gedient hatte, mit einem gemütlich wackeligen Servierwagen den Raum betrat.

Meine rekonvaleszente Nase nahm aufs Intensivste einen ganz besonderen Duft wahr. Etwas kümmelig Feines, etwas Roggen-Kräftiges, etwas staubig Warmes und zugleich etwas umfassend Zufriedenstellendes. Ein Geruch setzt sich, wenn er die Nasenzellen schwingen lässt, ja aus mindestens 400 Komponenten zusammen.

Carsten hatte frisches Brot gebracht.

Der Duft der dunklen Roggenscheiben weckte ein Gefühl der Erinnerung an eine verschleierte Vergangenheit in mir. Der Geruch nahm mich schlagartig ein. Es öffnete sich, zögerlich, ein Vorhang.

Brot riecht nach Heimkommen, Erwartetwerden. Brot riecht nach Liebe und Familie. Dieser Geruch ging mir nicht mehr aus dem Sinn, seit er mir ausgerechnet in einer Konferenz mit abgehärteten Medienmanagern wieder in die Nase stieg und von dort direkt mein Herz flutete.

Deshalb machte ich mich auf, die Gefühle und die Geschichte hinter diesem Geruch zu finden.

Und das perfekte Brot.

Ich begann, die Welt aus der Perspektive des Backofens zu betrachten und versuchte, so viel verschiedene Brotsorten wie möglich zu probieren.

Roggenvollkorn. Mischbrot. Das kriegerische Kommissbrot. Friedliche Dinkelkrusties, herzhaftes Heidebrot. Die schwäbische Seele aus Weizensauerteig. Ich fragte mich, wie wohl Franklaib, Ritterbrot, Mangbrot und Schlüterbrot schmecken. Probierte wieder mal Pumpernickel und stellte nach Jahren erneut fest: nichts für mich. Bergsteigerbrot. Feierabendbrot. Malfa-Kraftma-Brot. Braumeisterbrot. Eifelähre. Dinkelvital. Hoflaiberl. Karottenbrot. Maronenbrot. Sonnenblumenbrot. Sommerkorn. Treberbrot. Walnussbrot. Zunftlaiberl. Hirtenlaib. Korntaler. Lupinenbrot. Pommersches. Und Pide.

Soeben habe ich 30 Brotsorten aufgezählt – und das ist lediglich ein knappes Prozent der bei Manuskriptschluss exakt 3188 vom Zentralverband des deutschen Bäckerhandwerks anerkannten Brotspezialitäten.



So viele Rezepte, so viele Geschmacksvarianten, so viele Geschichten. Was werde ich finden, wenn ich den Geruch des perfekten Brotes suche? Oder werde ich mich in der Vielfalt verirren?

Das oben erwähnte Malfa-Kraftma-Brot etwa, ein Produkt aus der ehemaligen DDR, entwickelt vom VEB Backwarenkombinat Berlin, ist ein Roggenmischbrot mit einem zehnpromzentigen Anteil geröstetem Gerstenmalzmehl. Gab es in fast jedem Konsum, heute bekommt man es nur mehr in wenigen Bäckereien rund um Plauen. Es schmeckt würzig und malzig, hat eine dunkelblonde Farbe und eine weiche Kruste.

Bringt es was, das zu wissen?

Ich meine: Ja, denn dieses Malfa-Kraftma-Brot erzählt eine Geschichte von Mangelwirtschaft und Großproduktion. Und: Es berichtet davon, wie es den DDR-Planern gelang, die billige, seit Jahrzehnten nur mehr als Tierfutter verwendete Gerste ins Roggenmehl zu mischen und so wieder in die Brotregale zu schummeln.

Für manche Ostdeutsche ist das Malfa-Kraftma-Brot eine verlorene Köstlichkeit, bei anderen weckt es unangenehme Erinnerungen an FDJ-Lager und Schulspeisung.

Jedes Brot ist ein Geschichtsbuch aus Teig.

Brot zettelt Revolutionen an. Brot stiftet Religionen. Brot bereitet Kriege vor und beendet sie. Brot verursacht Zöliakiepanik und Weizenwampenangst. Und gleichzeitig wird handwerklich gebackenes Brot aus glücklichem Mehl zum neuen Statussymbol unserer essensneurotischen Zeit.

Ich beschloss: Um mich in der Bibliothek der abertausend Brotsorten nicht zu verlaufen, wäre es sinnvoll, erst einmal selbst Brot zu backen.

Also züchtete ich meinen eigenen Sauerteig und war stolz wie Frankenstein, als er am dritten Tag zu stinken begann.

Später knetete ich mit hoffnungslos verklebten Fingern den

Teig für original russisches Borodinski-Brot und scheiterte daran, die sieben Zöpfe des jüdischen Challa-Brottes richtig zu flechten.

Über zwei Jahre dauerten die Recherchen für dieses Buch. Und auch das Schreiben zog sich wie ein Strudelteig.

Mein Zustand Backprodukten gegenüber veränderte sich in dieser Zeit grundlegend.

Bald meinte ich, den Unterschied zwischen handgemachtem und industriell gefertigtem Brot zu schmecken.

Früher war Brot für mich nicht mehr als eine Art essbarer Teller, auf dem Wurst oder Käse lockten. Nun empfand ich tiefe Zufriedenheit, wenn ich in ein nach allen Regeln der Kunst gebackenes Roggenmischbrot mit einer schönen Kruste beißen konnte. So ein Brot, mit Butter und Schnittlauch oder aufgeschnittenen Radieschen, war plötzlich eine vollständige, befriedigende Mahlzeit für mich.

Umgekehrt frustrierte es mich immer mehr, dass es so schwer geworden ist, zum Beispiel ordentliche Brezeln zu bekommen. Als ich in den frühen Neunzigerjahren in München lebte, waren frische Butterbrezeln meine Sehnsuchtsjause. Immer wenn ich später nach München kam, kaufte ich mir gleich am Bahnhof eine Brezel. Aber je genauer ich hinschmeckte, desto trauriger wurde ich über die Aufbackware in den Backshops. Der Terror der Teiglinge machte mich wütend.

Im Juli 2016 antwortete die Bundesregierung auf eine Kleine Anfrage der Fraktion Bündnis 90/Die Grünen und teilte mit, dass sich die Anzahl der Bäckereien in Deutschland seit 1998 halbiert habe. Demnach gab es im Jahr 1998 noch 21 406 Bäckereibetriebe in Deutschland. Diese Zahl sank bis zum Jahr 2015 auf 12 155.

Die meisten Bäckereien gibt es noch in Bayern. Nämlich 2608, also eine Bäckerei für etwa 4900 Einwohner. Im Bundeschnitt versorgt eine Bäckerei 6700 potentielle Kunden. Auf Bayern

folgen die Länder Baden-Württemberg (1864 Bäckereien) und Nordrhein-Westfalen (1826 Bäckereien).

Neugründungen von Betrieben erfolgen nach Angaben der Regierung nur noch selten. Grund seien die »immer komplexer werdenden Rahmenbedingungen für einen Unternehmer im Lebensmittelhandwerk« und der harte Wettbewerb auf dem Backwarenmarkt.

Ich musste also lernen, dass in Deutschland seit Jahren fast jeden Tag eine Bäckerei stirbt – und erkennen, welche gewaltigen Umwälzungen die Backbranche in den letzten Jahren erfahren hat.

Ich habe tatsächlich versucht, in einen Aldi-Backautomaten zu kriechen und ging dem Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft monatelang mit meinen Fragen an den Minister Christian Schmidt, der ja selbst ein Bäckersohn ist, auf die Nerven.

Aber ich sprach auch mit begeisterten Bäckern, die alte Rezepte ausgruben und neuen Wind in ihre Bäckereien brachten.

Ich traf einen Bäcker, der in seinem Beruf Milliarden machte und unfassbar reich wurde, und ich begegnete einem, dem nach einem langen Arbeitstag ein Gewinn von fünf Euro bleibt. Er will die Backstube, die sich seit knapp 500 Jahren im Familienbesitz befindet, so bald wie möglich schließen.

Im Autobahnniemandsland bei Magdeburg besuchte ich eine Fabrik von Harry-Brot, dem deutschen Marktführer im Backgewerbe. Dort sah ich, wie 75 Meter lange Backautomaten zehntausende Brötchen innerhalb einer Stunde herstellen und konnte erleben, wie industrielle Brotproduktion funktioniert, ohne dass der Teig von einer einzigen Bäckerhand berührt wird.

Ich besuchte Carsten-Peter Schwartz, der Deutschlands älteste Bäckerei, das »Freibackhaus« in Lübeck, gerettet hat, und ich sah mich in einer der wenigen neu gegründeten Bäckereien in Deutschland um – »The Bread Station«, die zwei Freunde aus Kopenhagen mit Crowdfunding-Geld am Neuköllner Maybachufer eröffnet haben.

Ich sah den Lichtkornroggen im oberbayerischen Reichtmehring blühen, und mir wurde bewusst, dass Mehl nicht gleich Mehl ist.

Ich ging dem Gerücht nach, dass der Stoff Cystein, den manche Backmischungen enthalten, um die Kruste knuspriger zu machen, aus asiatischem Frauenhaar beziehungsweise dem Schamhaar thailändischer Prostituerter gewonnen wird. Und natürlich verfolgte ich gebannt die Diskussion um Wiederzulassung oder endgültiges Verbot von Glyphosat.

Ich erfuhr, dass wir in Deutschland jedes Jahr etwa 500 000 Tonnen Brot wegwerfen und dass es Pläne gibt, Altbrot als Brennmittel (mit einem höheren Heizwert als Holzpellets) zuzulassen.

Ich lief über die Internationale Messe für Back-, Konditor- und Snack-Experten in den Münchner Messehallen und fühlte mich wie auf einer Waffenschau der Rüstungsindustrie.

Ich folgte dem Geruch des Brotes in die Medina von Marrakesch, in die moorige Landschaft vor Edinburgh, ins stalinistisch verwüstete Albanien und in die österreichischen Alpen.

Auf der Kalchkendlalm im Salzburger Raurisertal erfuhr ich, wie wichtig Wasser und Luft für das Gelingen eines guten Bauernbrot sind.

Ich habe mit polyphon singenden albanischen Ziegenhirten auf der Weide gebacken, mit Fatima Zohra, einer marokkanischen Berberfrau und mit Andrew, dem BBC-Korrespondenten, der in seinen Socken Sauerteig aus der ehemaligen Sowjetunion nach England schmuggelte und diesem Sauerteig sein zweites Leben verdankt.

Mit jedem Brot, das ich kostete, und mit jedem Interview, das ich führte, wurde mir bewusster, wie stark unsere Geschichte und unsere Gegenwart von Brot geprägt sind.

Aus meinem plötzlich erwachten Interesse, aus der Sehnsucht nach dem Duft von würzigem Brot, wurde Bissen für Bissen ein bisschen Wissen.

Bei all meinen Recherchen, auf allen Reisen – immer war die Grundfrage: Was erzählt mir das Brot? Über die Menschen, die es essen. Über die Verhältnisse, in denen es gebacken wird. Über die Kultur, aus der es kommt. Über den Zeitgeist, der die Zungen beherrscht.

Brot ist ein Spiegel der Welt. Brot ist ein Spiegel der Zeit.

Brotgeschichten gibt es wie Mehl im Sack. Ich habe versucht, die Körner zusammenzufügen.

Und endlich habe ich dann auch mit meiner Mutter gebacken beziehungsweise ihr zugesehen, wie sich Arme und Hände vom Körper der 86-Jährigen abkoppeln, wieder jung und beweglich werden und wie automatisch die nötigen Arbeitsschritte erledigen.

Wir stehen in ihrer engen Küche. Sie knetet, wir reden.

Es wird ein **unkompliziertes Brot**, sie backt es so seit Jahrzehnten.

350 Gramm Weizenvollkornmehl

150 Gramm Dinkelmehl

20 Gramm Frischhefe

1,5 Teelöffel Salz

300 Milliliter lauwarmes Wasser werden sukzessive in den Teig gerührt.

Ein bisschen Fenchel und Kümmel kommen auch noch dazu.

Dann muss der Teig für eine Stunde ins auf 190 Grad aufgeheizte Backrohr des Herdes, und zum ersten Mal erzählt mir Mutter die Geschichte meines Großvaters.

Wie er als wandernder Pachtbäcker durchs Salzburger Land und Tirol zog. Alle zwei, drei Jahre ein neues Dorf. Sankt Johann, Lofer, Waidring. Die Hakenkreuzfahnen hingen schon überall. Wie die Familie in jedem Dorf um ein oder zwei Kinder größer wurde. Wie sie dann nach 1945 in die Stadt Salzburg zogen. Wie Großvater sich schließlich selbstständig machte. Und warum die Bäckerei in

den Siebzigerjahren schließen musste und dort heute Suchtkranke betreut werden.

Vielleicht habe ich begonnen, mich mit Brot zu befassen, um diese Geschichte zu hören.