

# Inhaltsverzeichnis

## 1. Im Land des Brotes

- 10 Stand der Dinge:  
Brot in der heutigen Zeit
- 15 Eine kurze Geschichte  
des Brotes
- 17 Was macht ein gutes Brot  
aus?

## 2. Brot kaufen

- 36 Brot aus dem Supermarkt  
oder Discounter
- 41 Der Brot-Gigant
- 43 Die mittelständische  
Handwerksbäckerei
- 45 Von Aufbackbrötchen  
& Co.
- 56 Brot aus der Bäckerei
- 61 Die Dorfbäckerei
- 63 Die Bäckerei als kulturelle  
Institution
- 65 Chemie im Brot

## 3. Brot backen

- 78 Grundausstattung  
für Hobbybäcker
- 80 Spezielles Zubehör
- 84 Teigherstellung
- 93 Backen

## 4. Zutaten unter der Lupe

- 104 Mehl
- 119 Malz
- 128 Wasser & Salz
- 142 Sauerteig
- 158 Hefe

## 5. Brot und Gesundheit

- 170 Krankheiten und Unver-  
träglichkeiten
- 178 Ist Brot aus Vollkorn  
gesünder als helles Brot?
- 181 Brot mit gesundheitlichem  
Mehrwert

## Anhang

- 190 Web-Adressen
- 191 Fachbegriffe erklärt
- 196 Tabellen
- 202 Stichwortverzeichnis
- 206 Rezeptregister

## **Rezepte**

- 23 Weizenmischbrot
- 25 Toastbrot
- 27 Mehrkornbrot
- 29 Roggenvollkornbrot
- 31 Weizenweißbrot
- 32 Roggenbrot
- 49 Weizenbrötchen
- 51 Milchbrötchen
- 53 Schweizer Weizenbrötchen
- 54 Roggenmischbrötchen
- 88 Weizenbrot (no knead)
- 91 Weizenmischbrot (no knead)
- 101 Dinkelbrot
- 121 Baguette
- 123 Roggenschrotbrot
- 125 Dinkelweißbrot
- 126 Urkornbrot
- 133 Weizenbrot aus weichem Teig
- 135 Salzfreies Weizenbrot
- 137 Salzreduziertes Weißbrot
- 139 Laugenbrötchen
- 141 Dinkelseelen
- 153 Weizensauerteigbrot
- 155 Roggensauerteigbrot
- 157 Roggenmischbrot
- 165 Brotwurzel
- 167 Fladenbrot
- 175 Glutenfreies Brot
- 176 Haferbrot
- 185 Dinkelvollkornbrot
- 187 Vollkorntoast
- 188 Weizenvollkornbrot