





MARTINA GOERNEMANN

SAUERTEIG

GLÜCK VERMEHRT SICH IN 4 TAGEN

FOTOS VON BARBARA SIMON

Bassermann

INHALT

7 WILLKOMMEN

- 8 Sauerteig ist Seelenfutter
- 9 Mehl und Wasser zum Leben erwecken
- 10 Glück vermehrt sich in vier Tagen
- 12 Es lebe der Starter!
- 13 Wie kommt das Glück aus dem Glas auf den Tisch?

15 GEDULD

- 16 Dornröschenschlaf
- 26 Brotpuzzle und Bratensauce
- 28 Gepriesen sei die Kamille!
- 29 Geduldsbrötchen
- 30 Hibbeldribbeln

33 VERTRAUEN

- 34 Ein Mann sieht Brot
- 41 Mehlmuster
- 42 Schwierige Typen!
- 44 Alles ist gut!
- 45 Ich bin jetzt eine Müllerin
- 46 Gut Holz!

49 STOLZ

- 50 Kein »Fancy-Schmancy«!
- 57 Backen mit Gelinggarantie
- 58 Mehlsäcke machen sich gern nützlich
- 60 Wer schönes Brot gebacken hat, darf stolz sein!

65 GROSSZÜGIGKEIT

- 66 Sauerteig kann sehr, sehr stur sein
- 75 Schätze mit Wellenschliff
- 76 Sauerteig macht schön
- 78 Freundschaft im Glas
- 80 Unser tägliches Brot gib uns heute

83 MUT

- 84 Vier Jahre als Geist sind genug!
- 92 Mit dem Bauch backen
- 94 Ohne Know, kein How!
- 96 Eine Teigwurst Ewigkeit!
- 98 Brezen mit Hefe und Sauerteig
- 99 Ist alles nur am Anfang schwer!

101 **FREUDE**

- 102 Sauerteig als Kleber fürs Leben
- 110 Spickzettel und Wasserdampf
- 112 Welpenkiste für junge Sauerteige
- 114 Schwimmflügelhefe
- 115 Liebesbriefe gibt's manchmal gratis dazu

117 **GLÜCK**

- 118 Muttersprache Liebe
- 130 Futter für die Seele
- 132 Glück ist ...
- 133 Als das Glück noch gebacken werden konnte
- 134 Glück ist nicht nur für Pilze
- 135 Glück lässt sich in Scheiben schneiden

137 **KLUGHEIT**

- 138 Gut ist immer jetzt
- 146 Klug und salzig!
- 147 Brot veredeln
- 148 Frischhaltemaßnahmen

151 **RUHE**

- 152 Brotduft statt Betablocker
- 160 Powerpulver
- 161 Hände oder Küchenmaschine?

163 **EINFACHHEIT**

- 164 Jede Scheibe eine Schönheit
- 175 Sauerteigmützen
- 176 Trocken Brot veredeln
- 177 Eine Sicherheitskopie
- 178 Ein Brot mit irischer Seele
- 179 Überraschungen für Vitus

181 **ABSCHIED**

- 182 Ein Rezept, das schön lange dauert
- 183 Vitus' Farewell-Bagels
- 186 Bye-bye, Vitus
- 187 Danke sagen ...

- 189 Angebissen?
- 190 Informationen mit Stern
- 192 Register





WILLKOMMEN

SAUERTEIG IST SEELENFUTTER!

Kaum ein Tag, der nicht zu voll ist.

Oder zu laut. Der nicht an der guten Laune oder unseren Nerven rüttelt.

Wir suchen atemlos nach der Entschleunigungstaste und wissen nicht, wo wir bei uns drücken sollen.

Scheinbar stellt sich innere Ruhe nur ein, wenn wir uns einschneidenden Naturerlebnissen hingeben oder halsbrecherischen Yogaübungen. Aber den meisten von uns steht abends kein Baum zum Umarmen zur Verfügung und bedauerlicherweise fehlt häufig auch der Antrieb für den »nach unten blickenden Hund« auf der Yogamatte.

Vielen von uns ist das Vertrauen abhandengekommen, dass am Ende das meiste gut wird.

Ich war auf der Suche nach einem Tool, um das zurechtzurücken. Keine tantrischen Bewusstseinsweiterungen oder aufsteigende Bäder. Etwas Einfaches! Etwas, das uns beruhigt, wenn die Welt an uns zerzt. Ich erinnere mich, dass es ein Mittwoch war, als ich lächelnd in ein Glas mit einer beigefarbenen Masse schaute. Ich hatte den Sauerteig entdeckt.

Sauerteig ist mehr als ein hausgemachtes Backtriebmittel.

Sauerteig ist Lebensphilosophie im Glas. Mit ihm können wir Tugenden aus uns herausholen, an die wir ohne Sauerteig gar nicht herankommen würden. Er macht Vorsichtige mutig und füllt stille Wasser mit Stolz. Er lotst uns in ruhige Fahrwasser, wenn Nervosität um sich greift, und lehrt uns, nicht aufzugeben.

Meine ersten Versuche waren ein Machtkampf!

Ich wollte dem Sauerteig zeigen, wer der Chef an der Schüssel ist, aber der Sauerteig lehrte mich, die Kontrolle an ihn abzugeben,

und Geduld. Mit mir und mit ihm. Sauerteig geht viele Male durch unsere Hände. Bis ein Brot daraus wird, kennen wir ihn so gut wie einen Freund. Der Teig wird gefaltet, gezogen, bedampft und manchmal mit einem Muster versehen. Und wenn die Laibe dann aufgehen, strahlen wir vor Stolz.

Sauerteig zu züchten und damit Brot zu backen ist das neue »Ohmmmm!«

Ein »Ohmmmm!« mit Bodenhaftung! Jeder sollte ein Gläschen hausgemachten Sauerteig bei sich im Kühlschrank wohnen lassen und so oft wie möglich damit backen.



MEHL UND WASSER ZUM LEBEN ERWECKEN

Am Anfang war das Brot.

Sauerteigbrot.

Ungekünstelt und gut. Ich wollte solche Brote backen. Brote, deren Kruste kracht und die unschlagbar gut duften.

Meine Entschlossenheit erhielt einen Dämpfer, als ich lernte, dass Sauerteig von Sauerteigstartern in Schwung gebracht werden muss. In manchen Rezepten war auch von Anstellgut die Rede. Ich war verwirrt.

Sauerteigstarter würden in leeren Konservengläsern wachsen und aus Mehl, Wasser und Geduld bestehen.

Diese Erkenntnis verdankte ich dem Internet. Manche würden sogar von Generation zu Generation weitervererbt. Sauerteig könnte dem, der ihn erschaffen hat, ans Herz wachsen wie ein Haustier. Wie bitte?

Ich wollte auch so ein Haustier.

Einen Sauerteigstarter, den ich höchstpersönlich großgezogen habe. Für die Aufzucht gibt es viele Rezepte. Ich wählte die 1:1-Methode. Dabei werden Mehl und Wasser im Verhältnis 1:1 verrührt und in ein Glas gefüllt. Warm gestellt und an drei weiteren Tagen jeweils zur gleichen Zeit nach-

gefüttert. Der Starter im Glas wird dabei jedes Mal auf sein Ausgangsgewicht reduziert bevor er mit Mehl und Wasser 1:1:1 in die nächste Futterrunde geht.

Biomehl soll den Start erleichtern, las ich. Ich nahm sogar Bio-vollkornmehl, denn das würde den Starter zu Höchstleistungen antreiben.

Leitungswasser sei okay, lernte ich. Wasser, das mit Chlor versetzt ist, allerdings nicht. Ich war in München auf der sicheren Seite, denn unser Leitungswasser ist erstklassig.

Meinem Sauerteigstarter fehlte es an nichts.

Er bekam Aufmerksamkeit und einen Platz am Fenster mit Blick in den Garten. Die Öffnung seines Glases war liebevoll mit einem Stoffstück verschlossen, um nützlichen Mikroben aus der Luft den Zugang zu erleichtern. Und was war der Dank? Mein neues Haustier lag faul in seinem Glas herum und blubberte lustlos. Über das erste Brot will ich gar nicht reden.

So nicht!, dachte ich und startete Rechercherunde zwei. Ich klaperte das Internet nach brauch-

baren Tipps ab und schaute unzählige Videos auf YouTube an. Offenbar hatte ich vorschriftsmäßig gefüttert und gerührt und trotzdem schien mein Starter nicht sehr motiviert zu sein, mir beim Backen zu helfen. Ich beschloss, ihn in den Sauerteighimmel zu schicken und mir einen netteren anzurühren. Ein letztes Mal schaute ich auf seine Luftbläschen ... ein sehr hübsches Muster. Und obendrein roch er gut. Nach Müsli mit Apfel. Aus Mehl und Wasser war Leben geworden. Ich brachte es nicht fertig, das Glas in den Abfluss meiner Küchenspüle auszuleeren. Vielleicht war der Sauerteigstarter ja einfach nur schüchtern? Oder besonders sorgfältig?

Wir brauchten Hilfe.

Einen Personal Trainer! Ich suchte nach dem Kühlbehälter, den ich irgendwann auf einem Flohmarkt gefunden hatte. Perfekt, um das Glas bei gleichbleibender Temperatur zu transportieren.

Mein Sauerteigstarter und ich würden verreisen. Nach Belgien. Dort gibt es eine »Sourdough Library«, eine Sauerteig-Bibliothek, und die hat bestimmt einen klugen Bibliothekar.

GLÜCK VERMEHRT SICH IN VIER TAGEN

St. Vith ist ein hübscher, kleiner Ort.

Die Sauerteig-Bibliothek ist auf dem Gelände eines ehemaligen Golfplatzes am Stadtrand untergebracht. Der Weg führt über lange Flure und an einer chromblitzenden Backstube vorbei. Hier werden neue Sauerteigrezepte ausprobiert. Überall riecht es nach frischem Brot.

An die Backstube schließt sich, hochgesichert und wohltemperiert, die Sauerteig-Bibliothek an.

Hinein kommt nur, wer den Zahlencode kennt, oder Karl De Smedt. Die belgische Firma Puratos betreibt dieses Archiv mit großem Aufwand. Jeder Sauerteig hat ein eigenes Fach und eine eigene Geschichte. Jedes Glas wird regelmäßig geöffnet, der Teig gefüttert und auf seinen Gesundheitszustand überprüft.

Karl De Smedt kümmert sich um die Sauerteige und reist durch die Welt, um besondere Exemplare für die Bibliothek zu sichern. Über die Ungewöhnlichsten dreht er sogar Filme.*

Er backt grandiose Brote, spricht sechs Sprachen und liebt den Sauerteig. Und weil er ihn nicht nur liebt, sondern wirklich alles über Sauerteig weiß, kann ich mir keinen besseren Personal Trainer für meinen schwächelnden Sauerteigstarter vorstellen.

Mikroorganismen aus Mehl und Luft bringen den Sauerteig zum Blubbern, erklärt mir Karl.

Sie fressen den Zucker, der im Mehl steckt, und bilden Essig- und Milchsäurebakterien. Er malt mir sogar Bilder von grinsenden Milchsäuren und zeichnet eine Kurve, die das richtige Verhältnis der Säuren zeigt. Wenn der Starter nämlich zu kalt oder zu warm steht, dann bildet sich mehr Essig- und zu wenig Milchsäure oder umgekehrt. »Und dann kommt der Starter nicht in Schwung«, sagt Karl.

»Ich schwöre, ich habe alles nach Vorschrift gemacht«, sage ich. Karl lacht. »Gib ihm Zeit. Dein Starter braucht gutes Mehl und du brauchst Geduld.«



Ich fühlte mich ertappt. Geduld gehört nämlich nicht zu meinen Tugenden.

»Sauerteig ist ein lebendes Wesen. Er ist so individuell wie wir. Manchmal zufrieden, manchmal schlecht gelaunt«, sagt Karl.

Karl spricht über Sauerteig wie über einen Freund.

Und ich beginne die Magie, die im Sauerteig steckt, mehr und mehr zu verstehen. Sobald so ein Starter anfängt zu blubbern, beginnt man ihn ins Herz zu schließen. Ihn wegen Trägheit im Abfluss zu entsorgen? Kein Gedanke! Ich war froh, dass ich stattdessen mit ihm bis nach Belgien gereist war, und ich würde nicht abfahren, ohne alle guten Tipps für die erfolgreiche Aufzucht eines Sauerteigstarters zu kennen.



Der Starter, wie Karl De Smedt ihn anrührt, braucht vier bis höchstens sieben Tage, um in Dienst genommen zu werden.

Die Temperatur, bei der Sauerteigstarter am besten wächst, sollte möglichst gleichbleibend sein und zwischen 20 und 35 Grad liegen. Bei Temperaturen, die höher oder niedriger sind, bleibt er schmallend unten im Glas hocken.

Das Gummiband am Glas ist ein nützliches Messgerät. Es zeigt, ob der Starter reif ist. Der Gummi wird am Tag vier nach der Fütterung um das Glas gelegt und soll die Oberkante des Teiges markieren. Wenn sich der Starter innerhalb von acht Stunden verdoppelt, dann darf er zum ersten Mal backen.



Tag eins:

100 g Wasser plus
100 g Mehl verrühren
24 Stunden ruhen lassen

Tag zwei:

200 g Starter plus
100 g Wasser plus
120 g Mehl verrühren
24 Stunden ruhen lassen

Tag drei und vier:

200 g Starter plus
100 g Wasser plus
120 g Mehl verrühren
24 Stunden ruhen lassen

Die Prüfinstrumente, denen wir immer vertrauen können, sind Nase und Augen. Wir können sehen und riechen, ob es unserem Sauerteigstarter gut geht. Stark saurer Geruch heißt, er hat er Hunger und braucht Mehl! Ein grünes Pelzmützchen bedeutet: Bye-bye, Sauerteig, denn mit Schimmel zeigt er an, dass er sich in den Sauerteig-himmel verabschiedet hat.

Die Konsistenz eines gut entwickelten Sauerteigstarters ähnelt der von Apfelmus, sagt Karl. Wenn der Starter aus dem Glas gelöffelt wird, soll er mit einem eleganten Plumps in der Schüssel landen. Nicht fließen wie ein Milchshake und nicht wie ein Kloß aufklatschen.

Der Geruch eines einsatzbereiten Starters erinnert im besten Fall an Frühstücksmüsli. Fruchtig und milchig-mild säuerlich.

Der Kühlschrank ist der Lieblingsort des Sauerteigstarters, wenn er nicht arbeitet. Sobald der Starter ausgereift ist, wartet er dort auf seine Einsätze. Bevor gebacken wird, bekommt er Futter in der 1:1:1-Mischung und darf sich bei Zimmertemperatur aufwärmen.

ES LEBE DER STARTER!

Wenn der Beginn der Freundschaft gelungen ist, geht es darum, sie zu erhalten.

Am besten lebenslang. Damit das gelingt, gibt es ein paar sehr brauchbare Tipps.

Wenn der Schwung im Starter nachlässt, bekommt er Süßes.

Einfach das Wasser bei der Fütterung mit etwas Zucker oder Honig anreichern. Zack!, ist er wieder fit! Noch besser ist ausreichend Arbeit am Teig. Sauerteigstarter sind am glücklichsten, wenn sie regelmäßig gefordert und gefüttert werden.



Roggenmehl ist Starters Liebling.

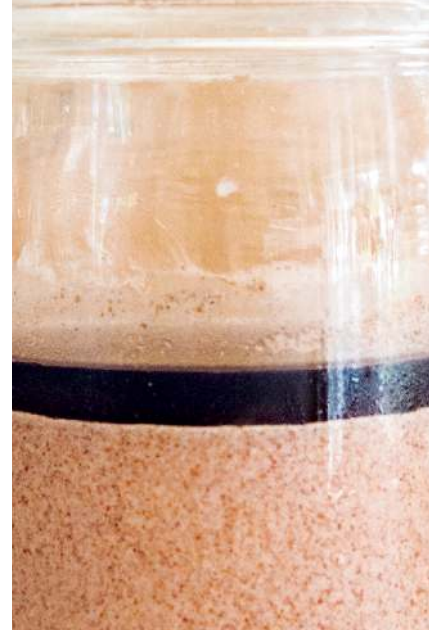
Falls der Starter mal so doll nach Essig riecht, dass es in der Nase kitzelt, hilft Roggenmehl. Ein Esslöffel voll reicht, um die Milchsäurebakterien und die Hefe anzufeuern, damit sie gegen zu viel Essigsäure die Muskeln spielen lassen können.

Das Leben eines Sauerteigstarters ist nahezu unendlich.

Ich habe in der Sourdough Library steinalte Exemplare kennengelernt, die rüstig blubberten.

Alles eine Frage von Pflege und Standort. Der Kälteschlaf im Kühlschrank stoppt das Blubbern und lässt den Starter ruhen bis zum nächsten Brot.

Sauerteigstarter sind genügsam, sie überstehen Stillstand meist klaglos und oft viele Wochen lang. Allerdings braucht der Starter danach Zuwendung. Er sollte bei Zimmertemperatur stehen dürfen und alle acht Stunden gefüttert werden, und zwar eine Fütterung für jede Woche, die er auf Kühlschrank-Diät war. Jede Aufpäppel-Fütterung erfolgt 1:1:1: Ein Teil Starter, ein Teil Wasser, ein Teil Mehl.



Hootch heißt Hunger!

Wenn ein Sauerteigstarter monatelang im Kühlschrank stand, bildet sich an der Oberfläche eine dunkle, wässrige Schicht. Das ist der sogenannte »Hootch«. Der Hootch sieht grimmig aus, ist es in Wahrheit aber nicht. Er zeigt nur, dass der Starter sehr, sehr hungrig ist. Der Hootch wird abgegossen oder untergerührt und der Sauerteig bei Raumtemperatur wie oben beschrieben wieder flott gemacht.

Nicht grübeln. Machen!

Diese Einstellung mag der Sauerteig am liebsten. Und auch teure Küchenaccessoires sind nicht nötig. Hilfreich sind eine Haushaltswaage und eine kräftige Küchenmaschine, aber nicht mal die ist am Anfang ein Muss. Es gibt nämlich wunderbare Rezepte, die ganz ohne Elektropower auskommen. Alles, was sonst noch gebraucht wird, ist garantiert in jeder Küche zu finden.

WIE KOMMT DAS GLÜCK AUS DEM GLAS AUF DEN TISCH?

Als ich anfang, die ersten Brote zu backen, stolperte ich ständig über Details, die mich verwirrten.

Ich las zum Beispiel, dass Mehle unterschiedlich viel Wasser binden. Ich fragte mich, ob ich die Wassermenge ändern müsse, wenn ich in einem Rezept Weizen durch Dinkelmehl ersetzen würde? Ich recherchierte und geriet in einen Strudel aus Informationen. Es gebe nicht nur Unterschiede beim Getreide, bedeutsam sei auch die Eiweißmenge im Mehl und ob es fein gemahlen oder Vollkornmehl sei. Außerdem könne der Jahrgang des Mehls entscheidend sein, die Mühle, in der es gemahlen wurde, und die Witterung, der das Korn beim Wachsen ausgesetzt war. Amerikanische Mehle würden generell mehr Wasser aufnehmen als europäische und von Bedeutung sei außerdem, ob es sich um abgelagertes oder frisch gemahlenes Mehl handle ... Ich war kurz davor, das Küchenhandtuch zu werfen. Dabei wollte ich nur gutes Brot backen und nicht in Sauerteig promovieren.

Wer am Beginn der Sauerteigfreundschaft zu viel auf einmal will, landet in der Frustfalle.

Niemand muss sofort mit »Koch- und Brühstücken« hantieren oder die ganze Palette der Sauerteigvokabeln kennen.

Wenn wir die Entschleunigungstaste gedrückt halten, fällt es leichter, uns auf den Sauerteig einzulassen. Ohne Fremdwörter, aber mit viel Spaß. Ohne komplizierte Teigführungen, aber mit guten und brauchbaren Rezepten.

Es ist ein guter Rat, mit beiden Beinen fest auf dem Küchenboden zu bleiben, wenn das Sauerteigabenteuer beginnt.

Sätze wie »Das schaffe ich nie« sind ausdrücklich verboten. Jeder schafft das! Weil es leicht ist, wenn man es nicht kompliziert macht. Wer dem Sauerteig folgt, bekommt nämlich viel mehr als gutes Brot. Sauerteig ist Glück im Glas. Da gibt's nichts zu rütteln. Je mehr er gebacken und erlebt hat, desto mehr Glück. Für beide! Bäcker und Sauerteig.



Und wenn sich die Freundschaft zum Sauerteig Brot für Brot gefestigt hat, wird sie vertieft.

Mit Büchern, Videos und Blogs und durch Facebook-Gruppen* in denen grandiose Fotos zu sehen sind von Croissants, Bagels und Baguettes. Teigjuwelen, vor denen man sich verbeugen und den Bäckern Danke sagen möchte. Danke für den Respekt, den sie mit ihrer Kunst dem Brot entgegenbringen.

Ein Sauerteigstarter wird besser und besser, je mehr er erlebt hat!

Das hat Karl de Smedt gesagt und ich habe vor, zu beweisen, dass das stimmt. Mein Sauerteig wird mich zu Menschen begleiten, die ihre Küchen für mich öffnen und ihre Herzen. Sie werden mir ihre Geschichten erzählen und gemeinsam werden wir zeigen, dass der Sauerteig das Zeug hat, uns glücklich zu machen. Anfänger! Sauerteigprofis! Alle!

»Machen wir jetzt wirklich eine Reise?«

»Ja! Du im Glas, ich im Auto.«

»Immer Auto?«

»Manchmal auch Flugzeug.«

»Wenn ich mich fies aufplustere und böse gucke, halten die mich beim Zoll für Sprengstoff. Dann erlebst du endlich mal was!«

»Kaum hast du ein paar zusätzliche Luftblasen verpasst bekommen, wirst du frech.«

»Vielleicht kommen wir dann sogar ins Gefängnis.«

»Erstmal bringe ich dich nach Bayern, da gibt es Arbeit für dich.«

»Und wenn ich unterwegs Hunger kriege?«

»Du wirst keinen Hunger kriegen, du reist ja in der Kühlbox.«

»Und wenn ich doch Hunger kriege?«

»So lange sind wir nicht unterwegs.«

»Wenn ich Hunger kriege, werde ich sauer und müffel dich an.«

»Sauer bist du doch schon.«

»Ich kann aber noch saurer und dann kannst du schauen, wer dir die Brote aufplustert.«

»Und du kannst jetzt schauen, dass DU in deinem Thermosbehälter bleibst ...!«

»Dreh das Glas nicht so fest zu. Ich brauch Platz zum Ausstrecken und kann nichts sehen hier drin.«

»Das war mein Plan! Ruh dich aus, es wartet eine Menge Arbeit auf dich!«



GEDULD



DORNRÖSCHENSCHLAF

Das Erste, was zu hören ist, ist Stille.

Das Erste, was zu sehen ist, sind mächtige Tore und Türen.

Das erste Gefühl, das sich einstellt, ist Geborgenheit!

Die uralten Mauern haben nichts Bedrohliches.

Sie legen sich um den Besucher wie ein beschützender Mantel. Mehr als 1000 Jahre Geschichte stecken in Kloster Wettenhausen und 1000 Jahre Handwerk. Sonnenstrahlen springen über das Kraut, das sich in den Mauer-ritzen der Laderampe vor der Brauerei gesät hat. Ich lasse mich in der Zeit zurückfallen und kann sehen, wie Fässer mit gutem baye-rischem Bier verladen werden und nebenan die prallen Mehlsäcke aufgereiht vor der Mühle stehen. Hier wurde gebraut, gewurstet, gemahlen und gebacken. Die Wirtschaftsgebäude blicken auf den Klosterhof. Von den mächtigen Türen blättert die Farbe und dahinter ist es still. Geräte und Maschinen schlafen einen Dornröschenschlaf.



»Schon als Kind hab ich die Koch- und Backbücher meiner Mutter mit ins Bett genommen ...

Erst hab ich nur die Bilder ange-guckt und später, als ich lesen konnte, waren die Rezepte mei-ne liebsten Gutenachtgeschich-ten«, sagt Stefan Heins. Wundert es da, dass aus ihm der Prinz in der Dornröschen-geschichte wurde? Der, der die Klosterbäckerei aus ihrem Schlaf erweckt hat?

Stefan Heins ist 27 Jahre alt und studiert an der Technischen Universität München.

Ein Leben in der Großstadt kann er sich nicht vorstellen, er liebt seine dörfliche, schwäbische Heimat und seinen Dialekt. In Wahrheit spricht er auch von einem »g'scheiten Brot« und so-gar vom »beschten Brot«, wenn er ein gutes Brot meint. Wenn Stefan Heins in fröhli-chem Schwäbisch seine ersten Sauerteigerlebnisse erzählt, dann lacht er. Ein ansteckendes Lachen.



Mit 18 hat er sein erstes Brot gebacken.

Warum? »Weil bei uns im Dorf der Bäcker zumachte.« Stefan vermisste den gewohnten Geschmack und nahm sich vor, selbst zu backen. Sein erstes Brot war allerdings eine grandiose Bauchlandung.

»Ich dachte, wenn du schon backsch, dann backsch glei ein g'scheites Brot. Eins mit Sauerteig.« Den ersten Sauerteig bekam er vom Bäcker Böck aus dem Nachbarort geschenkt.

»Aber den kansch erscht morgen verwenden«, rief ihm der Bäcker nach. Stefan kümmerte sich nicht um den weisen Rat und begann zu Hause sofort mit dem ersten Brotteig.

»Ich hab einfach zu dem, was der Bäcker mir gegeben hatte, Mehl und Wasser gerührt und Salz, und dann hab ich den Teig in den Ofen geschoben und dann war's nix!« Stefan fährt zurück zum Bäcker, der ihm den Sauerteig gegeben hatte. Der grinst und ahnt Stefans Antwort schon, als er fragt: »Hat's klappt?« Stefan berichtet, dass das Brot hart und flach geworden ist. Das sei ja auch kein Wunder, sagte der Bäcker, denn ein Sauerteig brauche Zeit. Viel Zeit!

»Das hab ich net g'wusst!«, sagte Stefan zum Bäcker.

»Du hasch ja auch net g'fragt!«, sagte der Bäcker zu Stefan.

Inzwischen hören die Sauerteigbrote bei Stefan aufs Wort.

Er lässt ihnen genug Zeit zum Gehen und sie plustern sich vor Freude auf.

Begonnen hat er mit dem Brotbacken in Mutters Backofen. Irgendwann wird ein Backofen für den Garten angeschafft. Gebraucht, ein Exemplar, das mit Holz beheizt wird. Sechs Laibe Brot kann man darin backen. Aber vor dem Backen muss gerührt und geknetet werden.

Wer die Teigmenge für sechs Laibe Brot kennt, der weiß, dass viel Muskelarbeit nötig ist. Also sollte eine Knetmaschine her. Eine, die mit großen Teigmengen fertigwird. Aber Profi-Maschinen sind teuer. Auch hier wurde an ein gebrauchtes Exemplar gedacht. Was beim Holzbackofen für den Garten funktioniert hatte, sollte auch bei der Knetmaschine klappen. Klappte aber nicht. Weit und breit war keine bezahlbare Maschine in Sicht!



**In Bayern ist es Brauch, einmal
im Jahr historische Gebäude
für die Allgemeinheit zu öffnen.**

Jeder soll dort Geschichte atmen, wo sonst Schloss und Riegel davor sind. Auch Kloster Wettenshausen öffnet regelmäßig am Tag des offenen Denkmals das Tor und Stefan Heins gehörte vor zwei Jahren zu den Besuchern.* Die alte Klosterbäckerei liegt im Souterrain. Über eine Rampe führt der Weg nach unten zu einer unscheinbaren Tür. Dahinter liegt ein kleiner Vorraum, der sich nach rechts in die Klosterküche und nach links ins Backhaus öffnet. Wer oben im Klosterhof steht, mag kaum auf die Idee kommen, einen Blick in die Fenster zu werfen, die sich in Kniehöhe befinden. Zu schön ist alles, was in Augenhöhe zu sehen ist. Aber das Leben lehrt, dass auch der Blick nach unten segensreich

sein kann. Stefan Heins blickte durch die Fenster hinab zum Souterrain und sah zwei Knetmaschinen, die in der alten Bäckerei des Klosters Wettenshausen dornröschenschlummerten ...

Leider wollten die Klosterschwwestern keine der Maschinen verkaufen, auch wenn die Bäckerei schon lange stillstand. Schwester Columba, die letzte Bäckerin des Ordens, hatte hier viele Jahre gewirkt und alles sollte bleiben, als sei sie gerade zur Tür hinausgegangen. Die Regale, der Teigtisch, die Waage und sämtliche Maschinen ... alles blitzblank geputzt und gegen den Staub mit mehlweißen Leinentüchern bedeckt. Das Backhaus der Dominikanerinnen von Kloster Wettenshausen war ein stilles Gedenken an Schwester Columba.

