

Ein einzigartiges Keimbrot

Glauben Sie, dass das geht: Dinkel ankeimen lassen, zerkleinern und unter Zugabe von Salz zu einem Brot verbbacken – ohne jegliche Triebmittel wie Sauerteig oder Hefe und ohne Mehl? Und ein gut gelockertes Vollkornbrot zu erhalten? „Entgegen jeder backtechnischen Auffassung lässt sich so ein sehr schönes Brot backen“, sagt Wasserforscher, Tüftler und Brotliebhaber **Gebhard Bader**, genannt Gebado, von der Firma **Elisa Energiesysteme** im bayerischen Lampertsham. Mit Unterstützung der Bäckermeisterin **Bettina Edmeier** hat er allerdings über ein Jahr gebraucht, das Verfahren bis zur Marktreife zu entwickeln. Ergebnis ist das „Lebenskeimbrot“. Tatsächlich ist dessen Lockerung keine Hexerei: Die Pflanzenzellen des angekeimten Getreides arbeiten weiter und atmen Kohlendioxid aus, das den Teig wie bei jeder anderen Lockerungsmethode aufgehen lässt. Mit Weizen ginge es auch, mit Roggen nicht – dieser müsste versäuert werden.

„Keimlinge sind extrem im Kommen“, hat der Branchenkenner beobachtet. Und ein Brot aus 100 Prozent Keimen ist am überzeugendsten. Auch für viele Allergiker ist das hefe- und weizenfreie Brot interessant. „Sogar Menschen mit einer Gluten-Unverträglichkeit vertragen das Lebenskeimbrot, weil das Gluten durch den Keimprozess abgebaut wird“, hat Gebado beobachtet. Die back.intern.-Redaktion hat's übrigens verkostet und findet das Keimbrot sehr delikats; es weist eine für Vollkornbrote durchschnittliche Lockerung auf und bleibt lange frisch.

✓ **Gebados Tipps:** Getreide nur kurz ankeimen. Zwar bildet sich erst nach 48 Stunden die optimale Menge an Vitaminen und bioverfügbaren Mineralstoffen, doch klappt's dann schlecht mit der Lockerung. Außerdem ist bei einem kurzen Keimprozess die Gefahr erheblich geringer, dass sich schädliche Bakterien entwickeln. „Aus dem gleichen Grund sollten die Keime nicht gelagert, sondern immer frisch verwendet werden“, betont Gebado. Und: „Die Wasserqualität ist enorm wichtig.“ Ansonsten ließe sich das Getreide schon mit einfachen Mitteln, nämlich mit Kübeln und Sieben, keimen. Zum Zerkleinern dient eine Flockenpresse aus Edelstahl oder besser noch ein Cutter aus dem Metzgerhandwerk. Experimentierfreudige Bäcker könnten das Verfahren selbst entwickeln, außerdem ist Gebhard Bader für Anfragen offen.

Bettina Edmeier hat sich inzwischen übrigens im August 2006 mit „Bettinas Keimbackstube“ in Feutsmoos/Palling selbstständig gemacht. Dank der langen Frischhaltung hat sie sich auf den Versand ihrer drei Sorten Lebenskeimbrot spezialisiert. Sie gehen überwiegend an Großabnehmer wie Bioläden, bei denen die Bäckermeisterin persönlich vorspricht – natürlich mit Kostproben ihrer Kunst.

Info: Gebado, Tel. (0 86 29) 18 19, www.elisa-energiesysteme.de,

www.bettinas-keimbackstube.de (noch im Aufbau)

Das KeimKraft-Mehl

Für das 6 Monate lange haltbare KeimKraft-Mehl werden zehn verschiedene Saaten und Körner gekeimt, schonend getrocknet und vermahlen. Der Gehalt an Vitaminen und Spurenelementen in Gebäck mit 10 Prozent KeimKraft ist dem von Vollkornbrot fast gleich zu setzen und es enthält etwa 4-mal so viele Vitamine und 12-mal so viele Spurenelemente wie Weißgebäck. Den Vertrieb übernimmt in Bayern und Baden-Württemberg die österreichische Herstellerin Bio-Anlagen GmbH (Tel. 0043-2626-20022-0, www.keimkraft.at) und in den übrigen Bundesländern die Bremer Rolandmühle (Tel. (0421) 386 05-0, www.rolandmuehle.de)



Die Kaisersemmel mit KeimKraft-Mehl ist nach Angaben des Anbieters so wertvoll wie Vollkornbrot.

Mit KeimKraft voraus!

Mit einer neuen, gesunden Gebäcklinie profiliert sich die **Bäckerei Café Waltner** in Klaus (Österreich). Als „erste Bäckerei Vorarlbergs“ bietet sie vitales KeimKraft Gebäck an. Hergestellt wird es mit dem KeimKraft-Mehl der Firma **Bio-Anlagen GmbH** aus dem österreichischen Pöttelsdorf (siehe Kasten). Hergestellt aus zehn verschiedenen Keimen, ist das Mehl äußerst reich an Vitaminen und Spurenelementen. Bäckermeister **Martin Waltner** setzt seinen Weißgebäcken (von der Kaisersemmel bis zum Buttergipfel) 10 Prozent KeimKraft-Mehl zu. Ergebnis: Es bleiben typische Weißgebäcke, die sich nur durch dunkle Tüpfelchen vom Original unterscheiden, aber ähnlich wertvoll und gesund sind wie Vollkornprodukte. „Ab sofort können Eltern