Die Eigenbrötler

Wer es eilig hat, wird am Sauerteig scheitern. Beim Backen muss man Bedacht und Beharrlichkeit aufbringen. Ein Besuch beim Brotguru.

TEXT BARBARA SUPP FOTOS MATTHIAS SCHMIEDEL

Gut eingeheizt: Lutz Geißler backt Köstliches im Holzofen von Bartholomä.

IN DEN KALTEN TAGEN Ende März, kurz nach Ostern, ist eine Gruppe von Menschen auf die Schwäbische Alb gefahren, dahin, wo sie besonders rau ist. Ihr Ziel ist ein Ort namens Bartholomä, der dafür bekannt ist, dass die RAF-Terroristin Gudrun Ensslin hier geboren wurde, aber darum geht es jetzt nicht. Sie sind Teil einer anderen Bewegung, einer lebensfreundlicheren, und nach Bartholomä wollen sie, weil dort der Guru spricht.

Es sind Menschen wie ich, denen beim Gedanken an Urlaub als Erstes einfällt: Und wer pflegt meinen Sauerteig? Menschen, die ihren Mitmenschen regelmäßig Dinge mit brauner Kruste servieren, und manchmal schmeckt es nach saftigem Brot und manchmal nicht.

Es gibt Fragen. Und es gibt einen, von dem Antworten zu erwarten sind.

Lutz Geißler heißt er, ein 32-jähriger Geologe, der aus dem Erzgebirge stammt.

Lutz Geißler ist ein schmaler Mann mit Brille, der mit einem Lieferwagen auf dem Hofgut der „Scheunenwirtin“ vorgefahren ist, worin sich befanden: 140 Schüsseln, 10 Teigwannen, 10 Bäckerleinen, 8 Backsteine, 30 Gärkörbe, 20 Backbleche, 4 Knetmaschinen, 30 Schürzen, 40 Teigkarten, 8 Waagen, 15 Messer, 15 Rasierklingen, 2 Stichthermometer, 1 Backtrog, 8 Kastenformen, Roggensauerteig, Weizensauerteig flüssig, Weizensauerteig fest und einiges mehr.

[1]
Beim Sauerteigkurs in Bartholomä wird präzise gewogen und gemessen, wichtigste Zutaten: Wasser, Mehl, Salz, Geduld.

[2]
Glatter Schnitt: Geißler arbeitet so präzise wie ein Forscher.

Sauerteig muss „geführt werden wie ein Hund“, sagt der Brotguru.

Von ihm gibt es Bücher, er hat einen Brotblog, und er macht Kurse: Grundkurs, Sauerteigkurs, Vollkornkurs, so wie jetzt die drei Tage in Bartholomä. Wer Sauerteig kennt, bekommt leuchtende Augen, wenn sein Name fällt.

Sauerteig ist launisch.

Sauerteig muss gut behandelt werden.

Sauerteig muss „geführt werden wie ein Hund“, sagt Lutz Geißler, auf einer Tischkante in einer ehemaligen Scheune sitzend. Es ist Sauerteigkurs, der zweite Tag. Er schaut auf 15 Männer und Frauen, die jetzt Schürzen tragen, auf denen „Eigenbrötler“ steht oder „Gut Brot will Weile haben“, sie sind Apotheker, Bankkauffrau, Zahnärztin, Elektrotechniker oder im Ruhestand. Sie schauen zweifelnd zurück auf ihr bisheriges Werk, wie Alina, oder selbstbewusst, wie Ralf, der einen Ofen aus Schamottsteinen besitzt und den Kurs geschenkt bekam und ein bisschen verwundert ist darüber, denn „über mein Brot hat sich noch keiner beklagt“.

SIE SIND KEINE ANFÄNGER, sie wissen, was Sauerteig ist: ein Stoff voller Mikroben, also Hefepilze, Milchsäurebakterien, denen zu verdanken ist, dass aus Mehl, Salz und Wasser Brot werden kann. Wenn der Mensch Geduld hat. Wenn er bereit ist, zu warten – 10 Stunden oder 18 Stunden oder auch zwei oder drei Tage lang.

Mehltype, Wassermenge, Temperatur und vor allem: Zeit. Das sind die Variablen, mit denen man die Mikroben beeinflussen kann. Lutz Geißler ist Wissenschaftler, „ein Lernender“, so sagt er. Er mag es präzise. Er will wissen, warum etwas schiefläuft. Er will alles beeinflussen, was geht.

Er bittet zum Backtisch. Ein paar Stunden haben die Mikroben schon gearbeitet: Am frühen Morgen oder schon am Vortag hat er die Roggen-, Weizen- und Dinkelsauerteige angesetzt. Jetzt müssen noch mal Mehl, Wasser, Salz dazu, manchmal auch Hefe oder Gewürze, und Lutz Geißler besteht darauf, dass jedes Gramm abgewogen wird, jeder Schwapp Wasser temperiert.

Wir wiegen, kneten, kontrollieren Raum-, Wasser-, Teigtemperaturen.

Sie habe ihr Zuhause genau vermessen, erzählt eine der Frauen am Backtisch: Der Heizraum hat 30 Grad, bei geschlossener Tür. Bei angelehnter Tür hat er 28, bei offener 25 Grad. 16 Grad hat der Flur, das Büro hat 22, und während man sich noch fragen könnte, warum jemand so viel Aufwand treibt, einfach nur um Brot zu essen, erzählt schon eine andere die traurige Geschichte vom Bäcker, der mal ein Bäcker ihres Vertrauens war. Bis er eines Tages bei der Tafel eine Lebensmittelspende abgab, dummerweise in Kartons aus seiner Backstube: Fertigmischungen. Nichts als Fertigmischungen. Nie hätte sie das von ihm gedacht.

Sie backen selbst, weil ihnen Gekauftes nicht schmeckt oder weil sie es nicht vertragen oder weil sie Heimweh haben nach dem Brot, das es in der Kindheit gab. Und meistens fängt es harmlos an.

Lutz Geißler, im Jahr 2008, steckte in seiner Diplomarbeit als Geologe und wollte den Kopf freikriegen, er erzählt davon am nächsten Morgen vor dem Kurs. Er fing an zu ba-

[3]

[4]

[5]

[3] [4]
Hand anlegen: In der Backmulde wird der Teig geknetet, später ein Laib mit Mehl bestäubt.

[5]
Noch warm aus dem Ofen: saftiges Roggenschrotbrot für Vollkornfans.

cken, glitt gewissermaßen von der Erd- zur Brotkruste, erzählte davon auf seinem Blog, auf dem er für Freunde über Dinge schrieb, die ihn interessierten.

ER SAMMELTE ERKENNTNISSE: Je mehr Zeit ich gebe, desto weniger Hefe brauche ich, desto besser schmeckt's.

Er experimentierte: Wie ist das, wenn ich nur 6 Gramm Hefe nehme? Oder 4? Oder 0,1? Wie kriege ich möglichst viel Wasser ins Roggenbrot? Wie backe ich mit Schweizer Ruchmehl? Wie kriege ich die krachende Kruste aufs Baguette?

Die Sache eskalierte. Die Nachfrage wuchs, er gliederte den Blog aus, gab ihm einen schönen, sinnlosen Namen: „ploetzblog", nach einem Bergbauroman, den er aus der Kindheit kannte. Immer noch war er Geologe, schrieb er Gutachten für den Bergbau in der Lausitz. Inzwischen aber, seit 2014, lebt er vom Brot allein.

Wenn, sagt er am Morgen vor dem Kurs, „wenn ihr alle gut backen könnt und wenn auch die ganzen Bäcker wieder backen, dann bin ich wieder Geologe".

Momentan sieht es nicht so aus. Die Bewegung wächst, die Zahl der Brotbackbücher steigt, Bedürfnisse werden geweckt und befriedigt: die Backmulde aus Lindenholz. Bäckerleinen, in dem das Baguette vor dem Backen ruht. Die Gärbox für die perfekte Teigtemperatur. Aus den USA kommen Impulse. Sogar Großbritannien experimentiert. In Schweden, am Flughafen von Stockholm, hat vor zwei Jahren ein Sauerteig-Hotel eröffnet: Man gibt den Teig ab, bevor man fliegt, und nimmt ihn gut gepflegt nach der Reise entgegen.

Vollkorn, das Thema des dritten Tages – es ist die Hohe Schule. Vollkorn kann grausam sein, ich habe es lange gefürchtet. Diese Briketts aus den Ökoläden der Siebziger- und Achtzigerjahre, verzehrt mit dem Bewusstsein: Ich bin Öko, da muss ich durch. Lutz Geißler sagt, es seien schwierige Jahre gewesen, damals, als man auf Vollkorn schwor, diesem aber oft nicht gab, was es brauchte: Zeit.

JETZT MACHT ER ERNST. Sein Kornkammerbrot, wir backen es nun, besteht aus Roggenvollkorn, Weizenvollkorn, Weizenschrot, Roggenschrot, Weizenkörnern, Roggenkörnern, Sonnenblumenkernen, Kürbiskernen, Hirse, Leinsamen. Da wird gequollen und geknetet und geformt und ins Gärkörbchen gelegt und gebacken. Da wird aufs warme Brot geklopft – es klingt hohl, da wird daran geschnuppert und „Aah!" gesagt, es sollte jetzt 24 Stunden ruhen, aber wir müssen wissen, wie es schmeckt.

Es schmeckt.

Es schmeckt … nach dem Brot vom Bäcker Harter, bei uns um die Ecke, bald 50 Jahre ist es her.

barbara.supp@spiegel.de

Wenn sie nicht auf ihren Sauerteig wartet, nimmt sich Barbara Supp Zeit für ihren Nutzgarten auf dem Großstadtbalkon.

WEITERLESEN

LUTZ GEISSLERS **„Brotbackbuch Nr. 1"** und **„Brotbackbuch Nr. 2"** (zusammen mit Björn Hollensteiner). Ulmer Verlag; je 272 Seiten; 24,90 bzw. 29,90 Euro.
www. ploetzblog.de heißt sein Blog, auf dem Rezepte und Informationen zu den Backkursen zu finden sind.

MATTHIAS SCHMIEDEL / SPIEGEL WISSEN