

Brot backen – von Menschen gemacht, von Gott geschenkt



Delfina Bento aus Angola betreibt eine kleine Bäckerei.

Hintergrund

Weizen, Roggen, Hirse, Dinkel oder Hafer – zahlreiche Getreidesorten lassen sich zu Brot backen. Dazu können eine Vielzahl an Zutaten beigemischt werden: Sprossen, Nüsse, Rosinen, Öl, Kartoffeln, Oliven – der Phantasie sind kaum Grenzen gesetzt.

Entscheidend beim Brotbacken ist die Vergärung des Teiges mit Hilfe von Hefe oder Sauerteigbakterien. Dadurch wird der Teig lockerer, besser verdaulich, länger haltbar und bekommt mehr Geschmack.

Als wichtigstes Nahrungsmittel bekam Brot auch eine symbolische und religiöse

Bedeutung. Im Vater Unser bitten Christinnen und Christen um „tägliches Brot“. Hier steht Brot nicht nur für ausreichende Ernährung, sondern für umfassende Versorgung zum Leben. So ist auch der Name der Hilfsaktion Brot für die Welt zu verstehen. Bei vielen religiösen Bräuchen werden spezielle Brote gebacken (beispielsweise Erntedankbrote, Osterzöpfe oder Weckmänner). Beim Abendmahl wird in Anlehnung an das jüdische Pessachfest Brot geteilt.

Praxis / Idee

Die Kinder sollen die einzelnen Schritte der Brotherstellung nachvollziehen und erleben – vom Keimen der Saat über das Mehlmahlen, das Teigkneten, das



Lernziel

Die Kinder können sinnlich erfahren, wie viel Arbeit es macht, ein Brot zu backen – und gleichzeitig erleben, wie viel dabei ein Geschenk von Gott ist.

Wachsenlassen der Hefe bis zum Backen im Ofen. Für ein leckeres Brot braucht es die richtige Mischung aus menschlicher Arbeit und den Gaben der Schöpfung Gottes. Erst wenn beides zusammen kommt, werden Menschen satt und können etwas Leckerer genießen.

1. Samen keimen lassen

Unbehandelte Getreidekörner werden von den Kindern erst mehrere Stunden in einer Schüssel gewässert und dann auf feuchter Watte in kleinen Schälchen ausgesät und an einen hellen Platz gestellt. Die Watte muss die nächsten Tage immer ein bisschen begossen werden, bis die Körner anfangen zu keimen. Das dauert je nach Sorte zwei bis fünf Tage. Wenn die Keimlinge die Keimblätter ausgebildet haben, können sie von den Kindern vernascht werden.

Mit den Kindern kann dabei über Wachsen und Gedeihen gesprochen werden: wie Getreide wächst, wenn es ausreichend Sonne und Wasser bekommt, und wie Gott uns gute Gaben in der Natur schenkt.

Tipp: Körner möglichst zu Beginn der Woche aussäen, dann kann bis Freitag schon ein Ergebnis sichtbar sein.

2. Mehl mahlen

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, das Mehl zu mahlen: in einem Steinmörser, mit einer alten Kaffeemühle oder mit zwei flachen Reibsteinen. Die Kinder werden dabei feststellen, wie mühsam es ist, nur eine kleine Menge Mehl herzustellen. Eine Gruppe wird es kaum schaffen, genügend Mehl selbst zu mahlen. Außerdem bleibt das Problem, die Kleie und das Mehl durch Sieben zu trennen. Es kann darüber gesprochen werden, wie viel Arbeit das macht und wie einfach wir es haben, da wir fertiges Mehl kaufen können.

3. Teig kneten

Gemeinsam mit Erwachsenen stellen die Kinder die Zutaten für den Teig je nach Rezept zusammen und beginnen mit dem Zusammenmischen. Wichtig

ist das Kneten des Teiges, das sehr anstrengend sein kann.

Tipp: Bei der Auswahl des Brotrezeptes muss der Tagesablauf in der Einrichtung beachtet werden. Je nachdem, ob das Brot vormittags, mittags oder nachmittags gegessen werden soll, muss der Teig schon am Vortag angesetzt werden und dann gegebenenfalls im Kühlschrank aufbewahrt werden, damit er nicht zu lange geht.

4. Teig ruhen und gehen lassen

Nach dem Kneten muss der Teig ruhen, damit die Hefe arbeiten kann. Den Kindern sollte erklärt werden, was die Hefe macht, dass sie quasi etwas vom Mehl isst und atmet. Das, was sie „ausatmet“, macht die Bläschen im Teig und lässt so den Teig größer und luftiger werden.

Das macht die Hefe von ganz alleine, wenn der Teig ausreichend warm steht. Auch hier lässt sich mit den Kindern über Wachstum und Gedeihen von Gottes Schöpfung reden.

5. Brot backen

Je nach Rezept formen die Kinder Brotlaibe oder Brötchen und geben diese in den Backofen. Es braucht Hitze und Energie, damit das Brot genießbar und schmackhaft wird. Frisch gebackenes Brot riecht lecker, sollte aber etwas abkühlen und ruhen, bevor es die Kinder essen.

Tipp: Brot kann auf ganz verschiedene Weise gebacken werden: im Ofen, in der Pfanne oder sogar in der Erde. Entdecken Sie anhand der Fotosseiten gemeinsam mit den Kindern die unterschiedlichen Arten, wie Brot in aller Welt gebacken wird.

6. Gemeinsam Brot essen

Gemeinsam essen die Kinder ihr selbstgemachtes Brot. Beim Essen kann noch einmal über alle Schritte gesprochen werden, die es brauchte, um dieses Brot zu machen. Die Kinder können erzählen, wie viel Mühe es gemacht hat und wann sie keinen Einfluss hatten auf Wachsen und Gedeihen.