

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

22. Capitel. Brod.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

Gelehrten nicht einig. Die Einen behaupten, er sei nur eine etwas feinere Sorte von Sago, während die Anderen ihn für etwas Besonderes ansehen und sagen, er komme von der Wurzel Manihot. Ein Nichtgelehrter, der aber längere Zeit an einem Orte gelebt hat, wo viel Tapioca gewonnen wird, hat dem Verfasser die vertrauliche Mittheilung gemacht, dass Erstere auf dem Holzweg seien.

Mit diesem theuren Stoff wird viel Schwindel getrieben. So kommen z. B. aus Frankreich gelblakirte, etwa ein halbes Pfund schwere Paketchen in den Handel, überschrieben mit: „Tapioca exotique.“ Diese Päckchen enthalten zwar ächte Tapioca; allein sie kosten doppelt soviel, als sie werth sind. Man kauft nämlich gute, ächte Tapioca das Pfund zu 24 bis 30 Kreuzer. Damit der Schwindel besser zieht, kleben sie in neuester Zeit noch Photographien auf die Päckchen von schönen Mädchen, vom Pater Hyazinth u. dgl. Helf', was helfen mag!

22. Capitel.

Brod.

Man könnte glauben, wenn man die Bestandtheile des Mehles kennt, wisse man auch die des Brodes. Dem ist nicht so. Ein Hauptbestandtheil des Mehles — die Stärke — wird bei der Brodfabrikation unter dem Einflusse des Wassers, der Wärme und des Sauerteiges grösstentheils umgewandelt und zwar in erster Reihe in Gummi und Zucker. In zweiter Reihe wird der Zucker wieder umgewandelt in Alkohol und Kohlensäure, und diese beiden gehen davon. Die Rinde des Brodes enthält ausser einigen brenzligen Stoffen viel Stärkewummi, ist somit viel leichter zu verdauen als das Innere (Weiche) des Brodes, in welchem neben Kleber aufgequollenes, sonst unverändertes Stärkemehl enthalten ist.

Die alltäglichen Sorten von Brod, welche man in unserer Gegend findet, sind:

Weissbrod — von Weizen- oder Kernen-Mehl besserer Sorte. Das Weissbrod wird bald mit Wasser allein, bald mit Milch und in selteneren Fällen noch mit Butter und Eiern gebacken.

Schwarzbrod — hierlands aus geringeren Sorten von Weizen- und Spelzmehl bereitet. Roggenbrod ist selten. Das

Schwarzbrot kommt in zwei Formen vor, als Laibbrot und als Stollen (Wecken). Die letztere Form wird vorgezogen, weil sie in der Regel besser ausgebacken ist.

Kleienbrot — leider nur zu wenig bekannt — sehr nahrhaft.

Kartoffelbrot — selten.

Ungesäuertes Brod nach Liebig — sehr zuträglich.

Ausser diesen Grundtypen von Brod gibt es noch zahlreiche Spielarten, namentlich vom s. g. Luxusbrod. Fast jede Stadt hat wieder besondere Semmel, Zwieback, Brezeln u. dgl.

Es ist in der That auffallend, wie oft Brod als Ursache von Magenkrankheiten angegeben wird. Der Eine kommt mit der Klage, dass er das Magenweh habe, seitdem er ein Stück noch dampfendes Brod gegessen; ein Anderer gibt an, dass er regelmässig Sodbrennen bekomme, wenn er Brod esse; in der Kinderpraxis wird das Brod als Ursache der Wurmkrankheiten hingestellt u. s. f. An den vielen Klagen ist erstens das übermässige Quantum Schuld, in welchem das Brod gewöhnlich verzehrt wird und zweitens sind es die Fehler am Brode selbst: Zu neues Brod, namentlich solches, das noch warm ist vom Ofen her, kann leicht Magenkrampf verursachen; zu altes Brod kann durch Fäulnisprodukte schaden. Schimmeliges Brod trifft man auf dem Lande nicht selten. Auf grösseren Bauernhöfen wird eben an einem Bocktage alles Brod für die ganze Woche, ja oft für noch längere Zeit, auf ein Mal gebacken. So wird das letzte Brod immer altbacken und, wenn es an einem feuchten Orte lagerte, — kein seltener Fall — schimmelig. Wo es ordentlich hergeht, wirft man die schimmeligen Partien einfach weg. Es gibt aber auch hypersparsame Hausfrauen, welche dies nicht über's Herz bringen, die fähig sind, schimmeliges Brod zu verwenden — wenigstens in die Suppen der Dienstboten. Solches Brod und solche Suppen rufen kolikartige Erscheinungen hervor und verursachen bisweilen länger dauernde Catarrhe des Magens und Darmcanals. Ja die Bauernweiber sind oft so knickerig, dass sie das Brod lieber alt werden lassen, bevor sie dasselbe den Dienstboten vorlegen, „weil diese in frisch gebackenes Brod zu sehr einhauen!“ Dass speckiges Brod schwer verdaulich, ist ohne Weiteres einzusehen. Saures Brod wird am meisten gemieden und kommt trotzdem am häufigsten vor. Um das Sauerwerden des Brodes zu verhüten, setzen manche Bäcker allerlei säurebindende Substanzen zu: Kalkwasser, Potasche, Soda, kohlen saure Magnesia. Wenn diese Dinge in zu grosser Quantität verwendet wurden, schaden sie dem Magen.

Das Roggenbrod ist nicht selten durch Mutterkorn ver-

unreinigt. Man erkennt dieses Brod an dem eigenthümlich scharfen Geruch und Geschmack und an den violetten Flecken. Wenn nur kleine Quantitäten Mutterkorn darin enthalten sind, dann treten diese Kennzeichen kaum zu Tage. Dieses Brod verursacht in erster Reihe Magen- und Darmkatarrh mit Diarrhoe, in zweiter Reihe eine betäubende Vergiftung. — Es kommt ferner oft ein Roggenbrod vor, das noch Bohnen- und Erbsenmehl enthält. Solches Brod ist in Bälde ausgetrocknet. In manchen Gegenden setzt man dem Brodteige ganzen Kümmel zu, „das sei gut gegen Blähungen.“ Ganzer Kümmel ist nichts als ein werthloser Ballast, welcher (nicht einmal ohne alle Beschwerden) gerade wieder so abgeht, wie er eingenommen wurde. Gepulvert würde der Kümmel nicht nur sein Aroma deutlicher zu Tage treten lassen, sondern auch leichter zu verdauen sein. — In manchen Gegenden wird dem Brode Mohnsamen zugesetzt, dessen Bestandtheile so ziemlich die gleichen sind, wie die der süßen Mandeln. Die Spur von narcotischer Substanz, welche der Mohnsamen enthält, kommt kaum in Betracht und wir möchten überhaupt einmal den grossen Laib Mohnbrod sehen, welchen Einer verschlucken muss, bis er narcotisirt ist! — Brodwasser gilt als Mittel gegen Diarrhoe. — Andere betrachten die Brühe von stark verkocktem Weissbrod als Restaurationsmittel bei Schwächezuständen und lassen dem Rathgeber die weit besseren Beefsteaks zum Lohn! — Bekanntlich wird auch das mit Milch zu einem Brei verkochte Brod häufig zu Cataplasmen gebraucht, namentlich zum Zeitigen von Eitergeschwülsten.

Brodverfälschungen. In erster Reihe stehen die Mehlfälschungen, von denen im vorhergehenden Capitel die Rede war. Die weiteren Verfälschungen des Brodes, welche übrigens bei uns kaum vorkommen, sind: Kupfervitriol, wird zugesetzt, um das Gehen des Brodes zu fördern. Dass solches Brod Brechneigung und Diarrhoe hervorrufen muss, ist ohne Weiteres klar. Soll in Belgien oft vorkommen! Um ein schön aufgelockertes Brod zu erhalten, setzen manche Bäcker kohlen-saures Natron oder kohlen-saures Ammoniak zu. Die Kohlensäure entweicht in der Hitze und treibt so das Brod auf. Um dem Brode die beliebte weisse Farbe zu geben, kamen gewissenlose Bäcker — in England — auf den Gedanken, dasselbe mit Alaun zu bleichen; da sie wohl wussten, dass Alaun verstopfend wirkt und diese Wirkung doch nicht haben wollten, mischten sie noch pulverisirte Jalappenwurzel in den Brod-

teig. Beide Substanzen können dem Brode nur Eigenschaften verleihen, welche dem Magen nachtheilig sind.

Einen anderen untrüglichen Weg zur Ermittlung von Brodverfälschungen als die Chemie gibt es nicht. Beim leisesten Verdacht soll deshalb ein sachkundiger Chemiker zu Rathe gezogen werden.

23. Capitel.

Backwerk.

Man kann ungefähr folgende Gattungen von Backwerk unterscheiden: Zuckerbackwerk, Torten, Kuchen, Hefenbackwerk, Schmalzbackwerk, Pasteten. Eigentlich gehörte auch das Brod zum Backwerk; da aber der Sprachgebrauch beide ebenso sorgfältig trennt wie — Bäcker und Conditior, so bleibt's beim Alten.

Wir wissen wohl, dass diese Eintheilung, vom einzig richtigen (d. h. chemischen) Standpunkt aus betrachtet, nicht fehlerfrei ist; allein das lässt sich bei der grossen Wandelbarkeit der Ingredienzen nicht ändern. Jede Köchin hat wieder ihr besonderes Recept für diese oder jene von ihrer Herrschaft bevorzugte Speise; es werden Machwerke geliefert, dass Einem die Haare zu Berge stehen. Regelmässig wird mehr auf die Form gesehen als auf den Inhalt. Wenn trotzdem hie und da kräftige Zusätze (Milch, Eier, Käse etc.) gebraucht werden, so geschieht dies ohne bestimmten Vorsatz, lediglich nur deshalb, weil es die Grossmutter auch so gemacht hat.

Zuckerbackwerk. Die Conditoren fabriciren durchschnittlich nur Dinge für — gesunde Mägen. Selbst die Schleckereien, welchen man den Namen Gesundheitszeltchen u. dgl. beilegt, selbst die weltberühmten Conditorei-Waaren von Graubündten sind nicht von dem gefällten Urtheile ausgeschlossen. Der Hauptnachtheil rührt von dem regelmässig zu grossen Gehalt an Zucker her. Es ist auch schon vorgekommen, dass man das Backwerk (anstatt mit den unschuldigen Küchen-Farbstoffen: Safran, Veilchen, Spinat, Rosen, Cochenille) mit Arsenik- und Kupferfarben gefärbt hat! Die Zusätze von Rum, Arak u. dgl. zum Teige für feines Backwerk sind nur zu loben, da der Weingeist in der Hitze entweicht und das Gebäck luftig macht. Diese Zusätze leisten also Dasselbe, was kohlenaures