

Gutes Brot braucht seine Zeit

Sauerteig statt Zusatzstoffe: Der Holzofenbäcker Sesselmann folgt der Tradition

TREBGAST
Von Eric Waha

Ziemlich hoch über dem Trebgaster See, in einem 250 Jahre alten Anwesen hinter der Kirche gehen die Uhren anders. Zumindest anders als bei anderen Bäckern. Auf dem barocken Hof der Holzofenbäcker-Familie von Rosa und Manfred Sesselmann ist das kleine Backhaus – genauso alt wie das Wohnhaus – Ruhepol statt hektische Backwerkstatt. Zumindest früh, wenn die meisten anderen Bäcker schon wieder müde sind von ihrer täglichen Morgenschicht. Manfred Sesselmann bäckt spät am Tag. Das liegt am Sauerteig, der den Takt vorgibt. Das liegt an seiner Philosophie, von der der Bäckermeister seit 1989 keinen Zentimeter abweicht. Am Holzofen, der vor jedem Backgang auf rund 400 Grad Backtemperatur gebracht werden muss. Und auch an seiner Frau Rosa, die das Brot auf dem Markt verkauft – „Bayreuth, Kulmbach und Hof sind unsere Hauptmärkte. Ein paar individuelle Leute, die das Brot auch zu schätzen wissen, beliefern wir auch“, sagt Rosa Sesselmann. „Leute, die wissen, dass sie sich das Brot für die Woche hertun können.“

Der 63-jährige Manfred Sesselmann ist ein Mann mit Prinzipien –

und einer, der die Tradition achtet. Er stammt aus einer Trebgaster Bäckerfamilie, hat seinen Meister gemacht und über den Umweg der Landwirtschaft wieder zurück gefunden zu den Wurzeln. Allerdings hat sich dabei auch ein Kreis geschlossen, denn Rosa Sesselmann nennt ihren Mann „unseren Gesundheitsapostel“ – und der achtet sehr genau darauf, dass „unser Brot ein gesundes Le-



Manfred Sesselmann bäckt, seine Frau Rosa verkauft das Brot auf den Märkten.

bensmittel ist, das keine Konservierungsstoffe enthält“. Sauerteig, Mehl, Wasser, Salz und Hefe – und die auch nur „manchmal, im Winter“, wie Manfred Sesselmann ergänzt.

Gesunde Lebensmittel

„Aus Überzeugung, gesunde Lebensmittel herstellen zu wollen, bin ich 1978 erst auf die Landwirtschaft gekommen, habe einen Betrieb nach Demeter aufgebaut, später frei. Aber immer mit ökologischem Landbau“, sagt der Bäcker. Von fünf auf 350 Hektar wächst der Hof mit den Jahren, wird vom Öko-Bauernhof zum größten Hof im Landkreis Kulmbach, bis Sesselmann die Landwirtschaft aufgibt, um sich ganz dem Backen zu widmen – mit der ersten zertifizierten Öko-Bäckerei Oberfrankens. „Wir backen heute wieder wie vor 1000 Jahren. Frei von Hilfsmitteln, frei von Triebmitteln, ohne Thermometer und Dampfzuführung am Ofen. Das archaische Backen braucht Fingerfertigkeit, Präzision – und Zeit. Der Sauerteig, der immer wieder verlängert wird, will sich in mindestens

24 Stunden entwickeln, bis Sesselmann ihn abwägt, verarbeitet, zu Broten formen und in die Schanzen geben kann.

Ein halber Ster Holz wandert pro Backgang in den Ofen, für den Sesselmann das alte Backhaus ein Stückchen verlängert hat. „Wenn das Holz heruntergebrannt ist, wird er sauber ausgekehrt, die Schamottsteine und das Gewölbe geben dann die Hitze ab. Bei etwa 400 Grad wird das Brot eingeschossen, zum Ende hin, nach etwa zwei Stunden, hat der Ofen noch 200 Grad“, sagt Sesselmann. „Die fallende Hitze sorgt für die besondere Kruste und den charakteristischen Geschmack“, sagt Rosa Sesselmann.

Ein Geschmack, ein haptisches Erlebnis, das sich manche offenbar erst erarbeiten müssen, weil die Zeit die Bäcker, die sich für ihr Brot Zeit nehmen können, vom Markt gedrängt hat. „Es gibt Menschen, die kein Brot mit einer geris-

Kurier-Jahresthema

Die Genussregion Oberfranken

senen Kruste haben möchten.“ Aber auf den Märkten – Rosa Sesselmann ist selbst fast ausschließlich in Bayreuth am Wochen- und am Viktualienmarkt – hat das Trebgaster Holzofenbrot eine feste Genussgemeinde: „Ich habe Kunden, die von Anfang an dabei sind. Es kommen

INFO

Der Trebgaster Holzofenbäcker Manfred Sesselmann bäckt sein Brot „wie vor 1000 Jahren“ – ohne Zusätze, Treib- und Konservierungsmittel. waha

www.trebgasterholzofenbrot.de



Wie in alten Zeiten: Zur Weiterverarbeitung kommt der geformte Sauerteig in die Backschanz'.
Fotos: Waha

aber immer wieder Leute dazu, die dann sagen, dass sie gar nicht mehr wussten, wie gut Brot sein kann“, sagt Rosa Sesselmann nicht ohne Stolz auf das Produkt, hinter dem sie und ihr Mann voll und ganz stehen – und von dem sie auch nicht abweichen.

Ein langer Lernprozess

„Es war ein Lernprozess, bis wir so weit waren. Und in der Produktion steckt auch mehr Risiko, weil das Brot nicht immer gleich wird. Wird es zum Beispiel überraschend kälter, muss man den Teig länger gehen lassen. Es ist die schwierige Führung des Sauerteigs, die immer mehr Bäcker davon abbringt, weil es einfach zu lange dauert und viel Zeit in Anspruch nimmt“, sagt der Bäckermeister, der schon einmal Herr über 1000 Mutterschafe war und nebenbei Traktoren gesammelt hat.

Wenn das Brot nach etwa zwei Stunden aus dem Holzofen geholt wird, braucht es zum letzten Mal Zeit, bevor es auf den Markt kommt: „Es muss über Nacht auskühlen, dafür darf es in der Backstube auf den Holzregalen ruhen. Wenn ich es früh um 6 Uhr einlade, ist es nur noch lauwarm“, sagt Rosa Sesselmann. Ihr



Rein in den Holzofen: Rund 400 Grad warten dort aufs Brot.

Mann würde das Brot am liebsten bei den Kunden einen Tag ruhen sehen, weil das Brot dann bekömmlicher ist, wie er sagt. Zeit genug wäre, „denn das Brot kann man nach einer Woche immer noch essen“.



Der Sauerteig kommt auf die Waage, bevor er Brot werden darf.

GENUSS-TERMINE

Bayreuther Biertage vom 17. bis 25. April in Brauereien und Wirtshäusern. www.bayreuther-biertage.de

Kellerfest auf dem Bayreuther Herzogkeller vom 23. bis 25. April. Am 23. April spielen ab 20 Uhr Beauty And The Beat und Willie & The Playboys. Am 24. April Ü-30-Party. 25. April Marktplatz der Genüsse mit verschiedenen Spezialitäten.

Maestro-Handwerkermarkt mit Blumenmarkt am 17. und 18. April in Bayreuth, Luitpoldplatz/La-Spezialplatz.



Na dann prost!

BAYREUTH. Am Anfang war das Bier. Die unglaubliche Brauerei- und Biervielfalt Oberfrankens gab den Ausschlag, den Verein Genussregion Oberfranken zu gründen und darauf aufmerksam zu machen, dass sich Oberfranken in allen Facetten (nicht nur in der gebrauten) genießen lässt. Der Regierungsbezirk hat mit rund 200 Brauereien die höchste Brauereidichte der Welt, die sich auf wunderschönen Wanderwegen ertrinken lassen und abkommendem Wochenende hat Bayreuth sogar Biertage. Gründe genug für eine Beilage, die sich schwerpunktmäßig dem Hopfengetränk widmet. Sie erscheint am Freitag. us/Foto: Waha



GENUSS-MENSCH

„Ich genieße an Oberfranken die abwechslungsreichen Freizeitangebote wie Wandern in der Fränkischen Schweiz, Kanufahren auf der Wiesent, Mountainbiken im Fichtelgebirge in Verbindung mit einer Einkehr in einem der herrlichen Biergärten. Mein Tipp: Eine Wanderung von Potenstein über den Höhenweg Richtung Elbersberg und zurück durchs faszinierende Püttlachtal.“ **Markus Schmidt, Bankkaufmann, 37, aus Heinersreuth.**



REZEPT

Der Frühling schmeckt fein säuerlich – nach Rhabarber! Ein besonderes Rhabarber-Rezept stellt Heini Schöpf vom Schloss-Restaurant Neudrossenfeld vor: Rhabarberschlupfer.



Zutaten für acht Portionen
250 Gramm Brioche altbacken (zwei Tage alt) oder sechs Milchbrötchen
250 Gramm Rhabarber
50 Gramm Mandeln geröstet und gehobelt
50 Gramm Korinthen
0,5 Liter Sahne
120 Gramm Zucker
1 Vanillestange
7 Eier
Zimt und Salz
Butter für die Form
Vanillesahne

0,25 l Milch
0,25 l Sahne
100 g Zucker
5 Eigelb
1 Prise Salz
100 Milliliter Sahne (geschlagen)
500 Gramm Erdbeeren
Minzeblättchen
Puderzucker

Die Brioche in Würfel von jeweils zwei Zentimeter Seitenlänge schneiden. Rhabarber waschen, schälen und in kleine Stücke von etwa einem Zentimeter schneiden. Zusammen in eine Schüssel geben und mit den Mandeln und Korinthen mischen.

Sahne, Zucker, ausgeschabtes Vanillemark, Eier und Zimt mit einem Schneebesen gut verschlagen und passieren. Über die Brioche-Rhabarber-Masse gießen und gut vermengen. In eine gebutterte Form etwa drei Zentimeter hoch einfüllen und im Ofen bei 220 Grad (Gas Stufe 4) etwa 30 Minuten garen, dann die Temperatur auf et-

wa 180 Grad senken und weiter garen, bis die Eimasse gestockt und der Schlupfer goldbraun ist. Eventuell am Ende mit Alufolie abdecken. Mit einem Dessertring Küchlein ausstechen. Man kann den Ofenschlupfer auch sehr gut vorbereiten und auskühlen lassen. Ausgekühlt den Ofenschlupfer mit einem runden Metallausstecher ausstechen, auf ein Backblech setzen und im Ofen sieben Minuten heiß werden lassen.

Vanillesauce: Die Milch mit Sahne, Zucker und Vanillestangen aufkochen. Mit den Eigelben zur Rose abziehen. Die Sauce passieren und kalt stellen. Die Erdbeeren mit Puderzucker pürieren. 16 Stück für die Deko übrig lassen. Auf den Teller einen großen Kreis Vanillesauce setzen. Mit dem Erdbeerpüree fast an den äußeren Rand des Kreises zirka ein Zentimeter dicke Kleckse setzen. Diese Kleckse mit einem Holzstäbchen mittig verbinden. Mit den geputzten Beeren und Minzeblättern ausgarnieren. Den mit Puderzucker bestäubten Ofenschlupfer in die Mitte setzen

FRISCH AUF DEM MARKT

Im April startet die Rhabarber-Saison, Haupterntezeit ist von April bis 24. Juni, Johanni. Rhabarber ist kalorienarm und sehr gesund, enthält viel Kalium, das unter anderem hilft den Blutdruck zu regulieren. Das Gemüse ist reich an Kalzium, das der Körper für gesunde Herzgefäße, Knochen und Zähne braucht. Da die Säure kurzfristig den Zahnschmelz angreift, sollten nach dem Genuss von Rhabarber aber nicht gleich die Zähne geputzt werden. Rhabarber ist eine Vitamin-C-Bombe, enthält Folsäure und kurbelt die Verdauung an. Rhabarber-Stangen (ohne Blätter) lassen sich in einem feuchten Tuch eingeschlagen im Gemüsesack im Kühlschrank zwei bis drei Tage aufheben. red



Das Kurier-Genussverzeichnis

Diese Unternehmen bieten Ihnen ganz besondere Produkte aus der Region.

Genuss-Bäcker

Morgengold Frühstücksdienste
Matthias Rausch, Rathausplatz 1,
95517 Seybothenreuth, Tel. 09275-358195

Genuss-Metzger

Metzgerei Dünkel, Bindlach
Fleisch und Wurstwaren, Steigstraße 25,
95463 Bindlach, Tel. 09208-5089

Ihr Eintrag im Genussverzeichnis

Sie möchten mit Ihrem Unternehmen regelmäßig hier erscheinen? Ihr Medienberater steht Ihnen gerne zur Verfügung. Oder rufen Sie uns an: 0921-294294