

3 Aspekte der Ernährung

3.2. Lebensmittel (Produktion und Verarbeitung)

Versuch:

Alkoholische Gärung: Brotbacken mit Germteig

Material:

Schüssel, Weizen- oder Dinkelvollkornmehl und/oder Weißmehl, Wasser, einen Würfel frischen Germ und etwas /Zucker, 2 TL Salz, Brotgewürz, ½ l Wasser oder Buttermilch

Durchführung:

Germ mit einem Teelöffel Zucker in lauwarmem Wasser/Buttermilch auflösen und die Flüssigkeit zu 660 g Mehl (davon mindestens die Hälfte Vollkornmehl), Salz und Brotgewürz begeben. Teig gut durchkneten und ca. 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen (Volumen soll sich verdoppeln).

Teig noch einmal durchkneten und dann ca. 16 kleine Weckerl formen. Diese am Backblech noch einmal kurz gehen lassen und dann bei 200°C ca. 20 Minuten backen.

Protokoll:

- Fotografiere und beschreibe, was du beobachten kannst!
- Notiere die chemische Gleichung, die bei einer alkoholischen Gärung abläuft und erkläre in eigenen Worten, was bei der Herstellung von Germteig passiert!