

Von altem Brot und Korn

Finkbeiners Kostprobe: Altbackenes ist kein Abfall, es ist eine wunderbare Zutat für allerlei Köstlichkeiten. Wer es nicht wegwirft, spart obendrein Geld. Kein schlechter Deal.



Hannes Finkbeiner, HAZ-Feinschmecker



Am besten in die Papiertüte: Das Ehepaar Klaus und Marion Borchers, Inhaber der gleichnamigen Bäckerei, gibt Tipps zur Lagerung von Brot.

Pro Jahr entsorgt der Durchschnittsdeutsche genießbare Lebensmittel im Wert von 235 Euro: 82 Kilogramm pro Kopf. Am häufigsten werden Obst und Gemüse weggeworfen, ein Fünftel nehmen Getreideprodukte wie Brot oder Brötchen ein – was bei dem ganzen Irrsinn das Irrsinnigste ist. Es landet ja zunächst einmal nicht nur das Investment von ein paar Cent oder Euro in der Tonne. Laut dem Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft sind es rund 1000 Liter Wasser, die zur Produktion von einem Kilogramm Brot nötig sind – von der Energieaufwendung gar nicht zu sprechen.

Vollkornbrot ist länger haltbar

„Viele Verbraucher unterstellen, dass Brot nach drei Tagen nicht mehr haltbar ist. Das stimmt so nicht“, erklärt Klaus Borchers von der Traditionsbäckerei Borchers.

Vor allem Vollkornbrote seien bei richtiger Lagerung problemlos sechs bis sieben Tage genießbar, unter anderem da Vollkornmehl mehr Quellstoffe hat und dementsprechend mehr Wasser bindet.

Doch selbst Brötchen, Weizen- und Weizenmischbrote, die nach zwei bis vier Tagen ausgetrocknet sind, müssen nicht weggeworfen werden. Viele köstliche Gerichte lassen sich ohne großen Aufwand aus altbackenem Gebäck herstellen, seien es Armer Ritter, Knödel oder Panzanella; Aufläufe, Semmelbrösel oder Croutons. Wichtig ist nur, das Brot richtig aufzubewahren: „Nicht im Kühlschrank und vor allem nicht in Plastiktüten lagern, da wird es pappig und weich. Auch von Tontöpfen ist abzuraten, wenn sich dort einmal Schimmel bildet, ist er kaum noch rauszukriegen“, so Marion Borchers.

Apropos: Ist an irgendeiner Stelle am Brot Schimmel zu sehen, muss zwingend das ganze Brot entsorgt werden, da sich dann die Sporen unter Umständen schon im ganzen Gebäck ausgebreitet haben. Damit es nicht so weit kommt, die Brote am besten in einer Papiertüte aufbewahren. Werden Brotreste nicht mehr verzehrt, sollten sie am besten trocken und luftig in einem Körbchen gelagert werden. So bleibt die Zutat über viele Wochen oder sogar Monate „frisch“.

Zum Nachmachen

Brot-Steinpilz-Törtchen

Zutaten: 6 ofenfeste Timbale, Butter, zum Ausfetten der Förmchen, 300 g altbackenes Brot, 12 g Steinpilze, getrocknet, 1 mittlere Zwiebel (100 g), 2 mittlere Knoblauchzehen (8 g), Sonnenblumenöl, zum Anbraten, 300 ml Vollmilch, Muskatnuss, Pfeffer aus der Mühle, Salz, 2 Eier (L)

Zubereitung: Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Timbale mit etwas Butter ausfetten. Das Brot fein würfeln und in eine Schüssel geben. Die Steinpilze in 100 Milliliter Wasser aufweichen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. In einer Pfanne mit etwas Öl bei mittlerer Hitze-zufuhr glasig dünsten. Nebenher die Steinpilze

hacken. Mit der Aufweichflüssigkeit sowie der Milch in die Pfanne geben. Erwärmen. Kräftig salzen und pfeffern. Mit etwas frisch geriebener Muskatnuss abschmecken. Die warme Flüssigkeit über die Brotstückchen geben. Gut untermengen. Die Eier hinzufügen. Zu einer Masse (am besten mit den Händen) verarbeiten. Gegebenenfalls nachschmecken. In die Förmchen füllen. Gut andrücken. Die Törtchen passen gut zu Spargel mit Schinken und Holländischer Soße, aber auch zu einem Salat mit Vinaigrette oder zu einem kräftigen Fleischragout – sie sind sogar kalt, mit etwas Butter oder Frischkäse bestrichen, ein Genuss.

Rezept für 6 Törtchen.



Ofenschlupfer

Zutaten: 250 g altbackenes Brot oder Brötchen, 200 ml Vollmilch, 150 ml Sahne (30%), 1 gestr. EL gemahlene Vanilleschote, 40 g Zucker, 1 Prise Salz, 40 g Sultaninen, 2 Eier (L), 75 g Quark, Vollfett, 1 MSP Zitronenabrieb, Butter und Zucker, für die Auflaufform

Zubereitung: Das Brot in würfelgroße Stückchen zerteilen. In eine Schüssel geben. Vollmilch und Sahne bei niedriger Hitze erwärmen. Die gemahlene Vanilleschote, den Zucker und die Prise Salz hinzufügen. Gut verrühren. Die Sultaninen hinzugeben. 10 Minuten ziehen lassen. Warm über das Brot gießen. Den Quark, die Eier und den Zitronenabrieb hinzugeben. Alles gut durchmengen. Eine ofenfeste Form ausbuttern, etwas zuckern, die Masse einfüllen und locker andrücken. 30 Minuten ruhen lassen. Ofen auf 180 Grad vorheizen. 25 bis 30 Minuten backen. Den Ofenschlupfer warm, beispielsweise mit Erdbeeren, Eis oder auch Vanillesoße servieren.

Rezept für 4 bis 6 Personen.



FOTOS: FINKBEINER (2)