

„Wer wird Lebensmittelmillionär?“

Brot

Talking Food



Jugend is(s)t
aufgeklärt!



1. Welche ist eine der ältesten uns bekannten Zubereitungsarten von Getreide?

A. der Fladen

B. der Zwieback

C. das Knäcke

2. Was ist keine Getreideart?

A. Weizen

B. Mais

C. Linsen

3. Was ist der Mehlkörper?

A. ein Teil des Getreidekorns

B. ein Sack zur Mehlaufbewahrung

C. das fertig gebackene Brot

4. Die vier Grundzutaten zum Brotbacken sind ...

A. ... Mehl, Milch, Zucker und Butter.

B. ... Mehl, Wasser, Salz und Backtriebmittel.

C. ... Mehl, Wasser, Salz und Eier.

5. Was ist kein Backtriebmittel für den Brotteig?

A. Hefe

B. Sauerteig

C. Stärke

6. Was gibt die Typennummer von Weizen- oder Roggenmehl an (z. B. Weizenmehl Type 1050)?

A. den Vitamingehalt im Mehl

B. den Stärkegehalt im Mehl

C. den Mineralstoffgehalt im Mehl

7. Mehl mit einem hohen Ausmahlungsgrad enthält ...

A. ... mehr Eiweiß, Ballaststoffe und Mineralstoffe.

B. ... mehr Vitamine, Stärke und weniger Ballaststoffe.

C. ... mehr Stärke und weniger Eiweiß, Mineralstoffe.

8. Welche Aussage zum Ballaststoffgehalt im Mehl ist richtig?

A. Je heller das Mehl ist, desto weniger Ballaststoffe sind enthalten.

B. Je heller das Mehl ist, desto mehr Ballaststoffe sind enthalten.

C. Je dunkler das Mehl ist, desto weniger Ballaststoffe sind enthalten.

9. Worauf bezieht sich der Begriff „angeschobenes Brot“?

A. auf die Farbe des Brots

B. auf die Backweise des Brots

C. auf den Geruch des Brots

10. Verpacktes Brot im Handel muss immer ...

A. ... ein Zutatenverzeichnis tragen.

B. ... im Kühlregal gelagert werden.

C. ... ein Rezept auf der Verpackung haben.

11. Ein Vollkornbrot muss ...

A. ... zu 50 % ganze Getreidekörner enthalten.

B. ... schwarz in der Farbe sein.

C. ... zu 90 % aus Vollkornmehl oder -schrot bestehen.

12. Welches der folgenden Brote ist ein „Spezialbrot“?

A. Pumpernickel

B. Weizenbrot

C. Roggenmischbrot

13. Wie bleibt Brot besonders frisch?

A. unverpackt in einem offenen Brotkorb

B. im Kühlschrank

C. verpackt in einem verschlossenen Brottopf

14. Worauf solltest du bei einem „Brottopf“ achten?

A. Dass der Topf viele Luftlöcher hat.

B. Dass der Topf regelmäßig gereinigt wird.

C. Dass der Topf innen immer etwas feucht ist.

Antworten & Erklärungen zum Talking Food-Rätsel „Brot“ (1)

1. Welche ist eine der ältesten uns bekannten Zubereitungsarten von Getreide?

Antwort a) der Fladen

Eine der ältesten uns bekannten Zubereitungsarten von Getreide ist der Fladen bzw. das Fladenbrot. Hierbei wurde der Getreidebrei, bestehend aus zerstoßenen oder ganzen Körnern und Wasser, auf heißen Steinen gebacken.

2. Was ist keine Getreideart?

Antwort c) Linsen

Linsen gehören nicht zu den Getreidearten, sondern zu den Hülsenfrüchten. Getreidearten sind u. a. Weizen, Roggen, Dinkel, Gerste, Hafer, Reis, Triticale (eine Kreuzung aus Weizen und Roggen), Hirse sowie Mais. Unter Brotgetreide im eigentlichen Sinne versteht man nur Weizen, Roggen und Triticale, wobei die anderen Getreidearten auch in einigen Spezialbrot zu finden sind.

3. Was ist der Mehlkörper?

Antwort a) ein Teil des Getreidekorns

Ein Bestandteil des Getreidekorns ist der Mehlkörper, der den größten Anteil des Kornvolumens ausmacht. Der Mehlkörper besteht hauptsächlich aus Stärkekörnern (Kohlenhydraten), die durch Eiweißbestandteile zusammengehalten werden. Mehlsorten mit einer niedrigen Typenzahl weisen einen hohen Mehlkörperanteil auf. Neben dem Mehlkörper sind im Getreidekorn noch der Keimling, die Aleuronschicht und die Frucht- und Samenschalen zu finden.

4. Die vier Grundzutaten zum Brotbacken sind ...

Antwort b) ... Mehl, Wasser, Salz und Backtriebmittel.

Ein Bäcker benötigt in der Regel vier Grundzutaten zum Brotbacken: Mehl, Wasser, Salz und ein Lockerungsmittel für den Teig (Backtriebmittel). Weitere Zutaten und Zusatzstoffe erleichtern das Backen und sorgen für viele verschiedene Brotsorten, die im Angebot zu finden sind.

5. Was ist kein Backtriebmittel für den Brotteig?

Antwort c) Stärke

Stärke ist kein Backtriebmittel für den Teig. Stärke ist ein Polysaccharid (Mehrfachzucker), welches Bestandteil des Mehls ist. Sowohl Hefe als auch Sauerteig lassen den Teig „aufgehen“ und führen so zur gewünschten Lockerung. Der Effekt beruht auf Gärungs- und Säuerungsvorgängen, die durch Pilze (Backhefen) und/oder Bakterien (Sauerteige) verursacht werden. Es bilden sich „Bläschen“, die den Teig auflockern.

Antworten & Erklärungen zum Talking Food-Rätsel „Brot“ (2)

6. Was gibt die Typennummer von Weizen- oder Roggenmehl an (z. B. Weizenmehl Type 1050)?

Antwort c) den Mineralstoffgehalt im Mehl

Die Typennummer gibt den Mineralstoffgehalt des Mehls in Milligramm an. Wird das Mehl verbrannt (bei circa 900 Grad Celsius), bleiben die enthaltenen Mineralstoffe zurück. Ein Weizenmehl der Type 1050 enthält somit durchschnittlich 1050 Milligramm oder 1,05 Gramm Mineralstoffe pro 100 Gramm wasserfreiem Mehl.

7. Mehl mit einem hohen Ausmahlungsgrad enthält...

Antwort a) ... mehr Eiweiß, Ballaststoffe und Mineralstoffe.

Mehlsorten mit einem hohen Ausmahlungsgrad sind mineralstoffreicher und enthalten mehr Ballaststoffe und Eiweiß. Ein hoher Ausmahlungsgrad liegt vor, wenn 75 bis 85 Prozent des Korns im Endprodukt wieder zu finden sind. Das Mehl hat eine dunkle Farbe und einen hohen Schalenanteil. Bei einem niedrigen Ausmahlungsgrad (60 bis 70 Prozent) ist die Mehlfarbe hell und der Stärkeanteil höher.

8. Welche Aussage zum Ballaststoffgehalt im Mehl ist richtig?

Antwort a) Je heller das Mehl ist, desto weniger Ballaststoffe sind enthalten.

Der Ballaststoffgehalt in hellem Mehl ist deutlich geringer als in dunklem Mehl. Die Ballaststoffe befinden sich in den Randschichten des Korns. Je nach Mehlsorte sind unterschiedliche Anteile der Randschichten und damit auch an Ballaststoffen enthalten. Mehl mit einer hohen Typenzahl (z. B. Weizenmehl Type 1050) hat einen höheren Ballaststoffanteil als Mehl mit einer niedrigen Typenzahl (z. B. Weizenmehl Type 405).

9. Worauf bezieht sich der Begriff „angeschobenes Brot“?

Antwort b) auf die Backweise des Brots

Der Begriff „angeschobene Brote“ bezieht sich auf die Backweise. Die Teigstücke werden beim Backen so eng aneinander gelegt, dass sie sich beim Backen an den Seiten berühren und so hier keine Kruste entsteht. „Freigeschobene Brote“ hingegen liegen frei im Backofen ohne mit den anderen Broten in Berührung zu kommen. Sie bilden rundum eine Kruste aus.

10. Verpacktes Brot im Handel muss immer ...

Antwort a) ... ein Zutatenverzeichnis tragen.

Zu den Pflichtangaben bei fertig verpacktem Brot gehört ein Zutatenverzeichnis. Hier müssen alle zur Herstellung des Brotes verwendeten Rezeptzutaten aufgeführt sein. Die Aufzählung erfolgt in absteigender Reihenfolge entsprechend des Gewichtanteils zum Zeitpunkt der Herstellung. Der Bestandteil, der an erster Stelle steht, ist somit am meisten enthalten.

Antworten & Erklärungen zum Talking Food-Rätsel „Brot“ (3)

11. Ein Vollkornbrot muss ...

Antwort c) ... zu 90 % aus Vollkornmehl oder -schrot bestehen.

Ein Vollkornbrot muss zu 90 Prozent aus Vollkornmehl oder -schrot hergestellt sein. Ganze Getreidekörner müssen hierbei nicht sichtbar sein. Vollkornmehl kann ebenso wie Weißmehl fein gemahlen verbacken werden.

12. Welches der folgenden Brote ist ein „Spezialbrot“?

a) Pumpernickel

Pumpernickel gehört zur Gruppe der „Spezialbrote“, da es in Dampfkammern ohne Krustenbildung hergestellt wird. Man spricht von einem Spezialbrot, wenn bestimmte Voraussetzungen erfüllt sind. Hierzu zählen die Verwendung von Erzeugnissen aus „Nichtbrotgetreide“ (z. B. Haferbrot) sowie die Anwendung besonderer Backverfahren (z. B. Pumpernickel). Auch wenn Zutaten tierischen oder pflanzlichen Ursprungs verwendet werden (bspw. Quarkbrot, Rosinenbrot), die Nährwerte verändert sind (z. B. kohlenhydratvermindertes Brot) oder sich das Brot für spezielle Diäten eignet, spricht man von Spezialbroten.

13. Wie bleibt Brot besonders frisch?

Antwort c) verpackt in einem verschlossenen Brottopf

Brot bleibt länger frisch, wenn es in Brottöpfen gelagert wird, die dicht schließen und keine Löcher aufweisen. Auch Kunststoffbeutel sind zur Aufbewahrung gut geeignet, wenn sie ebenfalls luftdicht verschlossen sind. Fertig verpacktes Brot bleibt in der Originalverpackung am besten frisch. Unverpackt oder im Kühlschrank hingegen wird Brot schnell trocken und verliert dadurch an Geschmack. Deshalb sollte Brot im Kühlschrank nur in Ausnahmesituationen gelagert werden, z. B. an besonders heißen Tagen mit hoher Luftfeuchtigkeit.

14. Worauf solltest du bei einem „Brottopf“ achten?

Antwort b) Dass der Topf regelmäßig gereinigt wird.

Es ist wichtig, dass der „Brottopf“ regelmäßig gereinigt wird, am besten mindestens einmal pro Woche. Bevor das Brot wieder im Topf gelagert wird, muss dieser komplett getrocknet sein. Brotkrümel am besten immer direkt entfernen. Gut geeignet sind Töpfe aus Steingut oder Keramik.

Weitere Infos:

- Talking Food ist die Jugendkampagne des aid infodienst, Bonn, www.talkingfood.de
- In der Rubrik Ernährungswissen (www.talkingfood.de/ernaehrungswissen) gibt es speziell für Schüler/-innen Infos für
- Referate, Hausaufgaben oder Projektarbeiten.
- Weitere Talking Food Rätsel gibt es unter www.talkingfood.de/lehrer_special
- aid-Medien zum Thema (Auswahl):
 - Brot und Kleingebäck (Heft, Bestell-Nr. 1004: <http://aid-macht-schule.de/124.php?orderno=1004>)
 - Brot und Kleingebäck (DVD, Bestell-Nr. 7545: <http://aid-macht-schule.de/91.php?orderno=7545>)
 - Küchegeheimnissen auf der Spur – Klassen 1 bis 6
(Heft als Download: http://aid-macht-schule.de/index_311.php?orderno=591&dv5=2193)
 - Längsschnitt durch ein Getreidekorn (Folie als Download: <http://aid-macht-schule.de/91.php?orderno=6207&dv2=2196>)
- Das komplette Angebot an aid-Unterrichtsmedien gibt es hier: www.aid-macht-schule.de
- Jede Menge Verbrauchertipps bietet das Verbraucherschutzportal des aid infodienst: www.was-wir-essen.de

Autorin: Melanie Braukmann, Bonn

Talking Food-Redaktion: Andrea Fenner, Kaiserslautern; Christof Meinhold, Köln

Februar 2009