



### **ängelibeck – 20 Jahre knuspriger**

Dieses Infobüchlein über 19 spezielle Brotsorten und ihren Vorzügen ist aus Anlass des 20-jährigen Jubiläums vom Ängelibeck entstanden

Impressum: Idee, Artwork: Sonja Kräuliger, Text: Hansruedi Matscher

ängelibeck

Bio und Holzofenbäckerei

[www.aengelibeck.ch](http://www.aengelibeck.ch)

**Bio und Holzofenbäckerei**

**Das Brot macht den Tag**  
**19 Laibe mit Seele**

## **Das Beste am Brot: Es ist teilbar...**

Hier 19 himmlische Möglichkeiten dazu.

## **DEIN BROT – Das wandelbare Wesen**

### **Ein bisschen ist's wie Alchimie...**

Mehl, Wasser, Hefe und Salz sind die vier Grundelemente. Damit lässt sich experimentieren auf der Suche nach dem Goldenen Brot. Auswahl bester Ausgangsprodukte, Zusammenwiegen, Teig herstellen, Liegezeit, Dauer der Fermentation und Backart bilden das Instrumentarium. Brote zu komponieren, kann zu Meisterwerken führen.

### **Eine Frage des Fingerspitzengefühls**

Brotbacken ist die Kunst der Ausgewogenheit. Schon geringfügige Änderungen in der Mehlauswahl, der Temperatur oder der Gärzeiten wirken sich aus und verändern das Endprodukt. Und genau dies macht des Bäckers Artwork auch so faszinierend.

### ***Kurt Sahli (\* 1964), Ängelibeck:***

*„Täglich Brot ist mein Beruf. Und falls es bei uns spürbar knuspriger schmecken sollte, so ist Backen eben auch Berufung...“*



## ÄNGELIBROT – Das Himmlische

### **Alles Gute kommt vom Boden**

Wenn Engel himmlische Brote backen, sind all die Zutaten nicht etwa ausserirdischer Herkunft, sondern entstammen ausnahmslos qualitativ hochstehender Bio-Produktion. So zum Beispiel das Weizenmehl, das Gerstenmalzmehl, Roggenschrot, die Haferflocken und alles, was ein Hallelujabrot zum Abheben bringt.

### **Kann Schwingen verleihen...**

Dem geflügelten Wort entsprechend soll Gott zwar vornehmlich in Frankreich tafeln. Brot vom Ängelibeck indessen wäre, zumindest was Zmorge, Znüni sowie Zvieri anbelangt, jederzeit ein triftiger Umzugsgrund. Bienvenue à Berne!

### **Matthias Claudius (1740 – 1815), Dichter:**

*„Der Teig ist aufgegangen, die goldnen Krusten prangen am Himmel hell und klar.“ Romantisches Lied, Text leicht abgeändert, zum Thema „himmlische Brote“.*



## **BASLER BROT – Le Meilleur de Berne**

### **Bitte nicht zu wörtlich nehmen**

Zwar findet sich in keiner Basler Chronik, weder Stadt noch Land, ein entsprechendes historisches Rezept. Trotzdem ist das Ruchbrot dieses Namens mit der leicht mehligem Knusperkruste und seiner weichen, grossporigen Krume in allen Landesteilen ein Begriff.

### **Political Correctness...**

Spitze Berner Zungen erzählen allerdings liebend gerne, das allerbeste Basler Brot sei jenes, das die Abgeordneten der beiden Basler Stände jeweils von ihren Sessionen in der Bundeshauptstadt in der Aktentasche gut versteckt mit nach Hause brächten...

### **Ein Basler Bäckermeister kontert:**

*„Bei der sprichwörtlichen Langsamkeit der Berner bleibt dem Brotteig halt mehr Zeit zum Aufgehen.“*

*Den Konsumenten soll es recht sein.*



## CHNEBELBROT – Das Handfeste

### **Ganz enorm in Form...**

Dies ist kein Stecken und kein Prügel, sondern ein uriger Berner „Chnebu“. Gefertigt aus biologischem Halbweiss-, Ruch-, Graham- und Malzmehl sowie Hartweizengriess, Wasser, Hefe und Meersalz. Von Hand geformt mit dem berühmten Dreh. Artisanal im Holzofen gebacken.

### **Brot schmeckt wieder nach Brot**

Mit diesem handwerklich hergestellten Brot steckt die alte Bäckerzunft der industriellen Brotfabrikation einen Chnebel zwischen die Beine. Bedeutet das „Zurück zur Tradition“ doch gleichzeitig auch ein Vorwärts, sowohl in geschmacklicher wie auch in gesundheitlicher Hinsicht.

### ***Das Chnebel-Gesetz (alte Bäckerweisheit):***

*“Jedes Brot ist bloss so gut, als der Bäcker etwas von seinem traditionsreichen Metier versteht.“ Dieses hier schmeckt wirklich ausgezeichnet.*



## FRIENISBERGER RUCHBROT – Hommage

### Es muss einmal gesagt sein...

Diese Brotkreation aus biologisch erzeugtem Frienisberger Ruch-, Roggen- und Malzmehl widmet der Ängelibeck seinem langjährigen Hoflieferanten. Dies zum Dank für das beharrliche Hochhalten eines traditionsreichen sowie verantwortungsbewussten Müllereigewerbes samt dessen Qualitätsmassstäben.

### Die Zutaten spielen mit

Nur wenn Bäcker sowie Müller das Brot im selben Ofen haben, wird dieses wie es sein soll. Nämlich: köstlich knusprig, elastisch im Ganzen, die Krume noch leicht feucht, aber nie klebrig, die Poren gross, unregelmässig. Und die Kruste wie die Frienisberger Landschaft.

### Alte Volksweise (um 1764):

„Dört unten i de Tiefi, da steit es Mühlirad, das mahlet nüt als Liebi – Frienisbürg.“ Sis ch äben es Brot uf Ärde...



## FEUERSTEINBROT – Neue alte Flamme

### Der Funke ist gesprungen

Mit der Steinzeit hat dieses Brot trotz des Namens nur insofern etwas gemein, als es sich bei den verwendeten Zutaten wie Hartweizengriess, Frienisbergerruch-, Malz-, Roggenmehl usw. durchwegs um naturbelassene, nach Art und Weise der Vorindustrialisierungszeit angebaute und gezogene Bio-Produkte handelt.

### Zum Glück nichts verpasst

Natürlich hätte Feuersteinbrot schon im Paläolithikum die ideale ergänzende sowie gesundheitsförderliche Ernährung für das von allzu vielen Säbelzahntigersteaks, Wollmammutkoteletts und Auerochsenfilets gestresste steinzeitmenschliche Verdauungsorgan dargestellt...

### **Wilma und Fred Feuerstein (Steinzeit):**

*„Yabba Dabba Dooo!“ Was so viel wie „Willkommen in Steintal“ heisst. Oder: „Wir teilen gerne Laib und Seele unseres Brotes – dies sogar mit den Geröllheimers.“*



## **FINNENBROT – Wellness kompress**

### **Aus echtem Schrot und Korn...**

Weizen-, Roggen-, Sojaschrot, Weizenkleie, Malzflocken, Sonnenblumen- und Kürbiskerne, Leinsamen, Sesam sowie ein paar wertvolle Zutaten mehr machen dieses Brot zum Tausendsassa einer gesundheitsorientierten Ernährung.

### **Brot mit (f)inneren Werten**

Mit dem nördlichen Land der tausend Seen hat dieses Brot zumindest so viel am Hut, als dass es in der Tat höchst „terve“ ist. Gesund also, wie die Saunakultur derselben Provenienz. Mit dem angenehmen Vorteil, dass Wellness im Falle des Finnenbrotes auch äusserst köstlich mundet. Mit knuspriger Kruste und gehaltvoller lockerer Krume.

### **Joachim Ringelnatz (1883 – 1934):**

*„Aus meiner tiefsten Seele zieht mit Nasenflügelbeben  
ein ungeheurer Appetit nach Frühstück und nach Leben.“  
Zeit also für ein Finnenbrot aus der Bio-Holzofenbäckerei.*



## QUELLKORNBROT - Quellfrisch

### Freigesetzte Kapazitäten...

Das Quellen von Getreidekörnern löst die Verbindung von Mineralstoffen, Spurenelementen, Silizium und macht diese dem menschlichen Organismus zugänglicher. So offeriert dieses Brot das Beste von Dinkel, Roggen, Weizen, Hafer und Gerste sowie Sonnenblumen- und Kürbiskernen, Haselnüsse usw...

### Die Körner der Weisheit

Aus dem Quellverzeichnis der implizierten Körner: Eisen, Magnesium, Zink, Mangan, Kupfer, Kalium, Phosphor, B-Vitamine, Vitamin E und mehr. All dies geben sie mit dem Brot an unseren Körper ab. In höchst freizügiger Art und Weise. Frisch ab der Quelle.

### **Albert Einstein (1879 - 1955), Physiker:**

*„Der Mensch nutzt vermutlich nur 10 % seiner geistigen Kapazität.“ Mit Quellkornbrot nutzen Sie die Fakultät der Natur jedoch umso besser.*



## **URDINKEL – Das Glücksbrot**

### **Und ewig lockt das Urkorn...**

Aus gesundheitsförderlichem Urdinkel (Mehl und Schrot). Leicht nussig im Geschmack. Bleibt länger feucht. Enthält mehr Eiweiss als ein Hühnerei und die Vitamine A1, B1, B2, D, E sowie sechs essentielle Aminosäuren zur Produktion von Glückshormonen.

### **Le Pain des Lacustres**

Schon den Pfahlbauern vom Lac de Neuchâtel bekannt, wurde Dinkel in der Folge immer wieder von cleveren Bauern und naturproduktbewussten Bäckern ausgegraben. Gourmets von heute schätzen Dinkelbrot wegen seines unverwechselbaren Geschmacks eines urtypischen Regionalproduktes und seiner speziellen „Chüstigkeit“.

### **Hildegard von Bingen (1098 – 1179):**

*„Dinkel ist das beste Getreide, warm, nährend und kräftig... Macht frohen Sinn und Freud im Gemüt.“*



## **DINKELSAUERBROT – Die Zeitreise**

### **Sauer macht (g)lücklich...**

Es sind die Milchsäurebakterien des Sauerteigs und ihr fleissiges Werk, die ein Gebäck so wunderschön aufgehen lassen wie die Sonne und den Mond. Und dass dieses Brot zudem auch noch die menschlichen Geschmacksknospen genauso aufgehen lässt, dafür sorgen Bio-Dinkelvollkornmehl und Bio-Dinkelschrot.

### **Lasst knuspern aus alter Zeit**

Die Fermentation des Brotteiges mittels Ansäuern war schon in der Antike gang und gäbe. Plinius der Ältere berichtete im Jahr 79 darüber. Und Dinkel ist das Urgetreide gemeinhin. Die Verbindung beider kommt einer Zeitreise gleich, entspricht aber auch modernsten Ernährungsaspekten.

### **Ludwig Börne (1786 – 1837), Kritiker:**

*„Der Sauerteig eines widersprechenden Geistes scheint mir unentbehrlich, damit ein Werk gedeihe und geniessbar werde.“*



## KÜRBISKERNENBROT – Das Kultige

### **Kern der Weisheit...**

Den Navajos-Indianern war der Kürbis heilig. Und so unrecht, betrachtet man einen Kern, hatten sie dabei nicht. Denn was sich da an Vitaminen und Enzymen ballt, ist gewaltig. Hier stecken diese in einem an und für sich schon aussergewöhnlichen Brot aus Weizen-, Roggen- und Gerstenmalzmehl, Leinsamen, Sesam u.v.a.m.

### **Brot der Superlative**

Den Weltrekord hält der Schweizer Züchter Beni Meier mit einem Kürbis von 1054 kg. Auch rekordverdächtig, was die gesundheitsförderlichen Komponenten sowie den ausgeprägten köstlichen Geschmack betrifft, ist jedoch das Kürbiskernbrot vom Ängelibeck.

### **Ein Basteltipp (für Halloween):**

*Ein zugewandter Nord-Amerikaner schreibt: „Man höhle ein Kürbiskernbrot aus, schnitze Löcher in seine Kruste und stecke eine Kerze ins Innere.“ An den übrigen 364 Tagen esse man es ganz.*



## WALLISER ROGGENBROT – 13 Etoiles

### Mit Nüssen oder ohne...

Wunderschön in der Farbe, wie ein von der Sonne gebräuntes Bergchalet: „Anmächeliger“ könnte ein Laib Brot kaum daherkommen. Köstlich krustig. Mit leicht säuerlicher Krume. Das kommt vom Sauerteig, der Roggenmehl und Roggenschrot in gastronomische Höhen hebt. Erhältlich in zwei Variationen.

### Jetzt auch in der „Üsserschiiz“

Die Walliser hüten ihre Traditionen und Appellationen strengstens. Ein Glücksfall also, dass mit dem Rezept zum Walliser Roggenbrot doch eine davon durch die Lötschenlücke schlüpfte. Die vielen Heimweh-Walliser in Bern wird's freuen. Die „Grüezeni“ indessen wohl nicht weniger.

### Walliser Sprichwort (Volkskunde-Archiv):

*„Besser isch z'vil Brot gässu, als z'vil gredt.“  
Schneiden wir deshalb ohne lange Worte gleich einen Laib Walliser Roggenbrot an...*



## **OLIVENBROT – Ein Stück Olymp**

### **Mediterranes Gaumenkitzeln...**

Einst soll es Göttin Athene gewesen sein, die den Menschen die Oliven brachte. Heute finden diese sich im Brot, umgeben von einer köstlich feuchten Krume aus Weizenvollkorn- und Halbweissmehl, Weizen- und Gerstenschrot, Leinsaat und Hirse. Vorausgesetzt, das Brot stammt vom Ängelibeck.

### **Der Gesundheit grün gesinnt**

Man kennt die ernährungsspezifischen Werte der Olive schon seit langem. Denn schliesslich haben bereits die alten Griechen ihre Olympiasieger mit Olivenkränzen gekrönt. Im vorliegenden Fall gebührt der Kranz dem Schöpfer dieses delizösen Brotes.

### ***Vincent van Gogh (1853 – 1890), Maler***

*Beim Anblick von Olivenbäumen: „Eines Tages mache ich vielleicht etwas ganz besonderes daraus.“ Getan hat es der Ängelibeck. Mit den Früchten in diesem Brot.*



## **POMODOREBROT – Allegro delizioso**

### **Urlaubsgeknusper...**

Weizen-, Roggen-, Gerstenmalzmehl, Haferflocken, Roggenschrot, Sauerteig, Wasser, Hefe – der Rest ist Bella Italia. Oder noch genauer: getrocknete Tomaten, schwarze Oliven, Tomatenmark sowie Meersalz. Ein paar Bissen, schon hört man es „O sole mio“ singen.

### **Tomatenrot geht die Sonne unter**

Ein lauer Sommerabend, einige gute Freunde, noch besserer Wein – was wünscht man sich mehr auf Erden? Zu einem knusprigen, köstlich duftenden Tomatenbrot hat hierzulande noch niemand nein gesagt. Ein Klassiker, der immer wieder Italien nach Bern versetzt.

### **Andreas Möller (\*1967), Ex-Fussballer:**

*„Ob Mailand oder Madrid – Hauptsache Italien.“  
Richtig. Ob Süden oder Süden – Hauptsache, die  
Paradiesäpfel sind im Brot.*



## **SONNENBROT – Kernkompetenz**

### **Die kleinen Kernegross**

Gewaltig, was so kleine Sonnenblumenkerne alles enthalten: Vitamine A, B, D, E, F, K sowie viele weitere Nährstoffe wie Magnesium, Folsäure, Calcium, Selen, Jod und Karotin. Mit gequelltem Mischgetreide und Bio-Mehlsorten ergeben sie ein wahres Wunderbrot.

### **Kraftort Brotkrume...**

Aus dem Land der Sonnentänze stammt die Blume mit dem leuchtend gelben Blütenkranz. An einen Stamm gemeinsam im Takt tanzender Indianer erinnert ergo ein Feld blühender Sonnenblumen. Man glaubt, die Kraft förmlich zu spüren, die von den Pflanzen dabei entwickelt wird. Kraft, die sie in den Kernen speichern.

### ***Sebastian Kneipp (1821 – 1897), Therapeut:***

*„Sonnenblumen erwarten die Sonne am Morgen und bleiben ihr zugewandt bis sie abends untergeht.“ Mit einem Sonnenblumenkernenbrot ergeht es einem genauso.*



## **ANKEZÜPFE – Geflochtene Kultur**

### **Das Rezept ist sakrosankt...**

Weissmehl aus Weizen, angereichert mit etwas Gerstenmalz, Anken, Milch, Eiern, Hefe und Meersalz. Mit viel Inbrunst geknetet, noch mehr Liebe gezöpft, zweimal glasiert, im Holzofen goldgelb gebacken. Ein genussreicher Sonntag ist damit gesichert. So will es die Berner Tradition.

### **Eignet sich auch als Liebesbeweis**

Im 15. Jahrhundert schrieb ein verliebter Bursche seinem Mädchen: „Ich schick üch ein Fläschlin mit Baumöl, ein wenig griener Bonen, zwölf Wecken und eine Züpfe.“ Bleibt nur zu hoffen, dass besagtes Backwerk in der Tat so köstlich war, wie Gotthelf es später in der „Schwarzen Spinne“ beschrieb. Heute wäre sowas garantiert.

### **Jeremias Gotthelf (1797 – 1854):**

*“Eigentümliches Backwerk, geflochten wie die Zöpfe der Weiber, schön braun und gelb, aus dem feinsten Mehl, Eiern und Butter gebacken, groß wie ein jähriges Kind.“*



## ÄNGELISAUERBROT – Das Unendliche

### Der Laib mit Seele

Die Methode des Ansäuerns ist die älteste und heute noch die beste. Denn sie haucht dem Brotteig Leben ein, was die Krume am Ende schliesslich luftig weich und weit schmackhafter werden lässt, sie auch länger feucht hält. Wie im Falle dieses knusprigen Laibes aus Bio-Roggen- und Bio-Halbweissmehl.

### Was lange gärt, wird unendlich gut

Zu den Besonderheiten des Sauerteiges zählt, dass er im Laufe seines Gärungsprozesses Hunderte von Aromastoffen entwickelt. Und dass er durch Zugabe von Grundprodukten sich beliebig vermehren lässt. So ist wohl auch die Geschichte der wundersamen Multiplikation der Brote zu verstehen...

### **Matthäus, Kapitel 14, Vers 20:**

*„Und sie assen alle und wurden satt...“ So isst man himmlisches Sauerteigbrot noch heutzutage – vom Ängelibeck selbstverständlich.*



## **DINKELKRUSTE – Das lautstarke Brot**

### **Krunsch, knabber, knusper...**

Der Verzehr eines Dinkelkrustenbrottes ist nebst dem geschmacklichen auch ein akustischer Genuss. Denn nur ein optimal erhitzter Holzbackofen kann Dinkelmehl (Halbweiss und Vollkorn) sowie gequellte Dinkel- und Weizenkörner am Ende so köstlich knackig werden lassen.

### **Ein Evergreen im Ohr**

Artisanal gefertigtes Dinkelkrustenbrot vom Ängelibeck ist ausdrucksstarke Lautmalerei. Reinbeissen genügt, schon erklingt das Hörbild einer von Rissen und Schründen durchzogenen Alpenkruste. Toll, wenn ein Laib vom Jura bis zum Ceneri reichen würde. Doch Nachschub ist ja schnell beschafft...

### **Jacob und Wilhelm Grimm, Märchensammler:**

*„Knusper, knusper, knäuschen...“ Und wenn sie nicht gestorben sind, knabbern Hänsel und Gretel noch heute. Allerdings nun Dinkelkrustenbrot vom Ängelibeck.*



## CUCHAULE – Kirchweih-Star

### Der Bäcker hat gerufen...

Nicht sieben Sachen sind es, wie im Kinderlied, sondern neun, welche die Köstlichkeit des Gebäcks ausmachen: Roggensauerteig und Hefe, Zucker und Meersalz, Milch und Butter, Eier sowie Mehl, Safran macht die Cuchaule gehl...

### Ein Gewürz mit Goldgehalt

Mit einer ofenfrischen Cuchaule beginnt im Kanton Fribourg Jahr für Jahr die Chilbi, „Bénichon“ genannt. Safran verleiht dabei dem Traditionsgebäck eine solch köstlich exotische Note, dass gar mancher insgeheim seufzt: „Wenn doch das ganze Jahr Kirchweih wäre...“ Der Ängelibeck macht's möglich.

### **Donovan (\*1945), Songwriter:**

*„I'm just mad about Saffron“, sang der schottische Folk-Musiker 1967. Und dies sogar ohne je eine Cuchaule gekostet zu haben. Wie hätte es sonst wohl erst getönt?*



## FRÜCHTEBROT - Tutti Frutti

### Wie Brot am meisten fruchtet...

Hier treffen sich die süßen Früchtchen, das heisst Feigen, Birnen, Pflaumen, Aprikosen und Sultaninen, eben frisch getrocknet, mit Bio-Roggenruch- und Weizenmehl. Ein paar Haselnüsse, Birnenbrotgewürz, Wasser, Milch und Meersalz sind mit dabei. Die Hefe spielt den Luftikus und mischt die Gesellschaft auf.

### Aus Brotkorb wird Fruchtekorb

Das Beste vom Getreide und die Vereinigten Früchte: Die Fusion der beiden ist ideal, schmeckt einzigartig, säuerlich und süß zugleich, vollmundig und deliziös, knusprig und doch nie trocken. Eine willkommene Abwechslung also im Reigen des täglichen Brotes.

### Altes Sprichwort (Volksmund):

*„Frisch gebackenes Brot macht Wangen rot.“ Doch Früchtebröter machen deine Wangen noch viel röter...*

## **DIE LETZTEN KRUMEN**

### **Vorübergehend ausgeknuspert...**

Brot vom Ängelibeck bleibt länger feucht und schmeckt gehaltvoll bis zum letzten Bissen, so dass meist nur noch ein paar wenige Brosamen übrigbleiben. Sehr zum Leidwesen von Schwänen, Enten, Kaninchen und vielleicht auch noch einigen anderen Tieren.

### **Jedes Brot ein Original**

Wählen Sie Ihre Lieblingsbrotsorten. Und denken Sie daran: Jeder einzelne Laib ist handwerklich gefertigt. Leichte Schwankungen liegen in der Natur der Dinge. Stammen die Zutaten doch durchwegs aus biologischem Anbau. Und auch der Holzofen unterliegt meteorologischen Stimmungen. Ein klares Zeichen: Dieses Brot hier lebt...

### **Schlusspruch (Kalauer) vom Beck:**

*„Mit Respekt zur Natur gebeckt, hat noch stets geschmeckt.“  
Oder hinzugefügt: Einzig das Artisanale ist das Ideale.*