



Eva Maria Lipp | Eva Schiefer

# BROT BACKEN

einmal anders

Neue Ideen für Brot, Gebäck und Baguettes

av BUCH

Dass diese Technik inzwischen verfeinert wurde, dürfte hinlänglich bekannt sein. Darauf soll aber hier nicht weiter eingegangen werden.



Beim Mehl unterscheidet man grundsätzlich zwischen Auszugs- und Vollkornmehl. Ersteres enthält vom Getreidekorn nur den Mehlkörper,

die Randschichten sind je nach Ausmahlungsgrad nur zu bestimmten Anteilen vorhanden. Ebenso fehlt der Keimling. Dadurch geht ein Großteil der wertvollen Vitamine, Mineral- und Ballaststoffe verloren. Für Vollkornmehl wird das gesamte Korn einschließlich der Randschichten und des Keimlings vermahlen. Es enthält also alle wertvollen Inhaltsstoffe.

## **MEHLTYPEN**

Mehl beurteilt man nach

- \* dem **Ausmahlungsgrad**: Dieser gibt an, wie viel vom ursprünglichen Getreidekorn in der Mehlsorte enthalten ist. Bei Vollkornmehl sind es 100%.
- \* den **Mehltypen**: Die Typenzahl gibt die Menge an Mineralstoffen in Milligramm an, die in 100g Trockensubstanz des Mehls

enthalten sind. Je höher die Typenzahl, umso qualitätsvoller ist das Mehl.

- \* dem **Nährstoffgehalt**: Mehle mit niedriger Typenzahl sind nur reich an Stärke und Kleber; Vollkornmehle enthalten alle lebenswichtigen Stoffe des Getreidekorns.

Beim Einkauf ist daher immer auf die Typenzahl zu achten. Denn diese ist auf den Mehlpackungen laut Kennzeichnung vorgeschrieben. Im Gegensatz zu Deutschland werden die Weizenauszugsmehle in Österreich noch in glatt, griffig und doppelgriffig eingeteilt. Griffiges Mehl eignet sich für Kuchen-, Torten- und Knödelteige. Glattes Mehl wird etwa bei der Herstellung von Kleingebäcken, Plunder- und Brotteigen verwendet. Universalmehl (Mischung aus 50% glatt und 50% griffig) ist im Haushalt für die meisten Zwecke geeignet.



---

In **Deutschland** werden Mehle mit folgenden Typenzahlen angeboten:

**Weizenmehl** Typen 405, 550, 812, 1050, 1600

**Roggenmehl** Typen 815, 997, 1150, 1370, 1740

**Dinkelmehl** Typen 630, 812, 1050

---

In **Österreich** werden Mehle mit folgenden Typenzahlen angeboten:

**Weizenmehl** Typen 480, 700, 1600

**Roggenmehl** Type 960

**Dinkelmehl** wird in Österreich zurzeit als Dinkelfeinmehl und als Dinkelvollkornmehl gehandelt

---

Vollkornmehle werden von allen oben genannten Getreidesorten in beiden Ländern angeboten und nicht typisiert.