Wissen was schmeckt!

…das steckt in unseren Backwaren

Eine Initiative des
Wissensforums Backwaren e. V. und des
Zentralverbands des Deutschen Bäckerhandwerks e. V.

Wissensforum Backwaren
Berlin · Wien

Zentralverband des
Deutschen Bäckerhandwerks e.V.

Wissen was schmeckt!

…das steckt in unseren Backwaren

Was steckt in unseren Backwaren?

Verbraucher sind heute wesentlich sensibler, wenn es um das Thema Ernährung geht. Als jahrtausendealte Nahrungsmittel stehen unser „tägliches Brot“ sowie Backwaren im Fokus des Interesses.
Kunden möchten heutzutage **wissen, was in ihren Backwaren drin ist** und **welche Zutaten** bei der Herstellung verwendet werden.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen daher einen kurzen Überblick über die wichtigsten Fragen und Antworten geben, die für Sie als **Backwarenhersteller** oder für Sie als **Fachverkäufer/-in** mit täglich hunderten von Kundenkontakten wichtig sind.

Vertiefende Informationen zu den einzelnen Themen erfahren Sie auch in unserem Online-Portal, **www.wissen-was-schmeckt.de,** eine Initiative des Wissensforums Backwaren e.V.

Handwerkliches Backen

Vor rund 10.000 Jahren, als die Menschen gelernt hatten, Hirse anzubauen, nahm alles seinen Anfang. Daher sind Brot und Backwaren seit langem ein wichtiger und täglicher Baustein unserer Ernährung. Bis heute hat sich das Wissen rund ums Backen enorm weiterentwickelt. Maschinen und neue Techniken haben Einzug in die Backstuben gehalten, eines jedoch ist geblieben:

Das Grundprinzip traditioneller Backkunst

Deshalb setzt das Bäckerhandwerk auch heute noch auf traditionelle Verfahren wie z.B. lange Teigführungen, den Einsatz von Vorteigen und Natursauerteigen.

Mit der oftmals praktizierten **Langzeitführung** gibt der Bäcker z.B. seinen Brötchenteigen bis zu 36 Stunden Zeit, um sich zu entwickeln. Das Ergebnis: Goldbraune, knusprige Brötchen mit besonderem Aroma und Geschmack.

Gleiches gilt für den Einsatz von **Natursauerteigen**. Sie werden in klassischen Sauerteigführungen aus Wasser und Mehl hergestellt. Dieser durch Milchsäurebakterien und Hefen in Gärung befindliche Teig sorgt für einen aromatischen Geschmack sowie eine angenehme Lockerung (Porung) des Brotes.

Handwerkliche Backkunst eben, die man riecht, sieht und schmeckt!

Wesentliche Inhaltsstoffe von Backwaren

Brot und Backwaren sind auf nahezu jedem Speiseplan vertreten – und das aus gutem Grund:

Brot und Brötchen erfüllen die Erfordernisse einer modernen Ernährung mit einem ausgewogenen Verhältnis an

- Kohlenhydraten
- pflanzlichem Eiweiß
- Ballaststoffen
- Fetten und wertvollen Fettsäuren
- Vitaminen der B und E-Gruppe
- Mineralsstoffen und Spurenelementen

Vollkornmehle und -schrote enthalten alle Bestandteile des Getreidekorns, so dass der Anteil an Mineralstoffen und Spurenelementen sowie der Ballaststoffanteil vergleichsweise hoch liegt. Der Ausmahlungsgrad des Mehls wird in Typenzahlen angegeben (z.B. Weizenmehl Type 550 oder Roggenmehl Type 997). Je größer die Typenzahl ist, desto dunkler, mineralstoff- und ballaststoffreicher ist das Mehl.

Die wichtigsten Getreidearten

Weizen

Weizen ist das bedeutendste Brotgetreide in Europa. Der hohe Eiweiß- und Kleberanteil im Getreide sorgt dafür, dass Weizenmehle besonders gut backfähig sind.

Durchschnittliche Zusammensetzung:

Kohlenhydrate (Stärke)	60 %
Eiweiß	10 %
Ballaststoffe	13 %
Fett	2 %
Mineralstoffe	2 %
Wasser	13 %

Roggen

Der Roggen ist ein Brotgetreide, dessen Inhaltsstoffe mit denen des Weizens in etwa vergleichbar sind, wobei der Ballaststoffgehalt etwas höher liegt. Da Roggen natürlicherweise hohe Enzymaktivitäten besitzt, benötigt man zum Brotbacken eine zusätzliche Versäuerung, den Sauerteig. Roggenbrote schmecken daher auch kräftiger.

Dinkel und andere Getreidearten

Dinkel ist eine alte Getreideart und ein naher Verwandter des Weizens. Die Nährstoffe sind mit denen des Weizens nahezu vergleichbar. Lediglich der Ballaststoffgehalt ist etwas niedriger.

Darüber hinaus finden Getreidearten wie Gerste, Hafer, Reis, Mais oder Hirse in vielen Spezialbroten und besonderen Kleingebäcken Verwendung.

Brote und deren Bezeichnungen

Die Bezeichnungen für Brot und Backwaren sind in Deutschland in den Leitsätzen für Brot und Kleingebäck sowie in den Leitsätzen für Feine Backwaren im Deutschen Lebensmittelbuch geregelt.

Darin sind Bezeichnungen und Begriffe klar definiert:

Im Bereich Brot und Brötchen z.B.

- **Vollkornbrot**
  (enthält mind. 90 % Vollkornbestandteile*)
- **Mehrkornbrote/-brötchen**
  (mind. 3 Getreidesorten enthalten)
- **Roggenbrot**
  (aus mind. 90 % Roggenmehl*)
- **Weizenbrot**
  (aus mind. 90 % Weizenmehl*)

* Prozentangaben bezogen auf Getreideerzeugnisse

Im Bereich Feingebäck z.B.

- **Buttergebäcke**
  (mind. 10 % Butteranteil bez. auf Mehlmenge)
- **Mandelstollen**
  (mind. 20 % Mandelanteil bez. auf Mehlmenge)
- **Käsekuchen**
  (mind. 30 % Speisequark in Käsemasse)
- **Sahnetorte**
  (mind. 60 % Schlagsahne in Sahnefüllung)

Allergien im Zusammenhang mit Brot und Backwaren

Allergien

Allergien sind Überempfindlichkeitsreaktionen unseres Immunsystems auf harmlose Eiweiße (Proteine) aus der Umwelt wie Blütenpollen oder bestimmte Lebensmittel wie Nüsse, Milch, Eier und Getreideeiweiß.

Allergiker müssen daher Informationen über die Inhaltsstoffe der Backwaren erhalten oder erfragen können. Ab Ende 2014 ist die Verbraucherinformation über bestimmte Allergene auch für unverpackte Backwaren verpflichtend.

Zöliakie

Bei dieser Erkrankung handelt es sich nicht um eine Allergie. Es ist eine Stoffwechselstörung, die durch eine Überreaktion nach Verzehr von glutenhaltigen Getreidearten wie Weizen, Dinkel, Roggen und Gerste ausgelöst wird. Sie äußert sich in Verdauungsbeschwerden und Hautreizungen. Betroffene müssen eine glutenfreie Ernährungsweise einhalten.

Funktionelle Backzutaten

Um die guten Eigenschaften des Mehls in vollem Umfang zur Geltung zu bringen, braucht man funktionelle Backzutaten.
Neben Mehl, Wasser, Hefe und Salz kommen daher seit über 100 Jahren auch **Backmittel** zum Einsatz, die sich auf Grundlage handwerklicher Erfahrungen in der Bäckerei entwickelt haben.

Sie bestehen aus folgenden Bausteinen:

- Mehl bzw. Quellmehl
- Malzmehl bzw. Malzextrakt
- Zucker bzw. Traubenzucker
- Emulgatoren (z.B. Lecithin)
- Mineralsalzen bzw. Säureregulatoren
- Milchprodukten
- Ascorbinsäure
- Enzymen
- Backpulver

Backmittel sind Zubereitungen aus Lebensmitteln sowie geprüfter und zugelassener Lebensmittelzusatzstoffe.

Backmittel garantieren

- eine gleich bleibend hohe Qualität von Brot, Brötchen und Feinen Backwaren
- ein vielfältiges, attraktives Angebot an Backwaren
- ein immer frisches Angebot, den ganzen Tag über bis hin zu frischen Sonntagsbrötchen

Spezialmehle und Vormischungen

Mehl, Salz, Wasser, dazu Hefe und Sauerteig – für ein Brot braucht man nur wenige Zutaten. Doch wer zu Hause je versucht hat, selbst Brot zu backen, weiß um die Probleme: Mal geht der Teig nicht auf, mal verbrennt die Kruste, mal wird die Krume klitschig, mal ist sie voller Löcher.

Deutschland gilt mit seiner einzigartigen Vielfalt an Brot und Backwaren als das „Land des Brotes".

Um die Herausforderung einer Tag für Tag kostant hohen Qualität meistern zu können, werden im Bedarfsfall Spezialmehle sowie Backvormischungen eingesetzt, die Arbeitsschritte erleichtern und dabei genügend Freiraum für die individuelle Kreativität des Bäckers lassen.

Backzutatenhersteller verwenden für die Herstellung ihrer Produkte nur speziell ausgewählte Rohstoffe und streng kontrollierte Zutaten, die auf bewährte und gute handwerkliche Rezepturen für Backwaren abgestimmt sind.

Lebensmittelzusatzstoffe und E-Nummern

Lebensmittelzusatzstoffe werden streng auf ihre Unbedenklichkeit für Verbraucher geprüft und erst nach einer positiven Bewertung durch die EFSA von der EU-Kommission zugelassen.

Viele Zusatzstoffe mit chemisch klingenden Namen stammen aus natürlich vorhandenen Inhaltsstoffen von Lebensmitteln bzw. werden aus diesen gewonnen. **„E-Nummern"** stehen also lediglich für eine europaweit geltende Kennzeichnungssystematik. Sie zeigen, dass ein Lebensmittelzusatzstoff nach umfangreichen Prüfungskriterien für Lebensmittel zugelassen wurde. Für Brot und Backwaren gelten besonders strenge Richtlinien, daher sind nur wenige Zusatzstoffe zugelassen, deren Einsatz klar geregelt ist.

Beispiele für **„E-Nummern"**, die von Natur aus in einem Weizenkorn enthalten sind:

E460 Cellulose
E920 L-Cystein
E296 Äpfelsäure
E339 Natriumphosphate
E620 Glutaminsäure
E300 Ascorbinsäure
E330 Citronensäure
E160a Carotine
Enzyme (Amylase, Lipase, Protease,…)

Produktinformation und Zutatenlisten

Deklaration

Bei der **Deklaration** von Backwaren ist grundsätzlich zwischen lose abgegebener Ware und fertig verpackter Ware zu unterscheiden.

Unverpackte Ware

Bei **unverpackter Ware** besteht keine Pflicht zur Angabe einer Zutatenliste, da der/die Bäckereifachverkäufer/-in für Auskünfte zur Verfügung steht. Lediglich über bestimmte Allergene muss ab Ende 2014 informiert werden.

Im Hinblick auf größtmögliche Transparenz und Offenheit gegenüber ihren Kunden wird jedoch empfohlen, freiwillig für alle Backwaren eine **Zutatenliste** bereit zu halten.

Bei der Erstellung dieser Liste (z.B. einer Kladde) gelten dieselben Regeln wie bei fertig verpackter Ware. **Was dabei die Angabe von Zusatzstoffen betrifft, müssen nur diejenigen aufgelistet werden, die im Gebäck noch eine technologische Wirkung haben.** Ein Brötchen wäre dann unter Einsatz eines üblichen Brötchenbackmittels wie folgt zu deklarieren: **Weizenmehl, Wasser, Hefe, Salz, Gerstenmalzmehl, Malzextrakt (Gerstenmalz, Wasser), Traubenzucker**

Verpackte Ware

Verpackte Ware wird überwiegend in Selbstbedienung verkauft. Deshalb müssen zur Information der Konsumenten u.a. die Zutaten auf der Verpackung oder einem Etikett gemäß dem Lebensmittelkennzeichnungsrecht aufgeführt sein.

Transparenz – Basis für Vertrauen

Das Wissen um Backwaren und deren Zutaten zu fördern ist unser Anliegen. Daher hat sich das Wissensforum Backwaren seit 1983 zur Aufgabe gemacht, mehr **Transparenz** über die Hintergründe, Beschaffenheit, Eigenschaften und Herkunft von Backzutaten zu schaffen.

Neben der Website der Initiative

www.wissen-was-schmeckt.de

steht Ihnen unter

www.wissensforum-backwaren.de

die regelmäßig erscheinende Publikation „Backwaren aktuell" sowie ein vielfältiges Informationsangebot zur Verfügung.

Gemeinsam mehr Vertrauen und Transparenz erreichen, darauf freuen wir uns im partnerschaftlichen Dialog mit Ihnen.

Wissen was schmeckt!

...das steckt in unseren Backwaren

Herausgeber: Wissensforum Backwaren e.V., Neustädtische Kirchstr. 7A, 10117 Berlin-Mitte