

GÄRPROZESSE 1/2

Der Gärprozess ist die Zeit zwischen der Formgebung und dem Backen. Der Prozess dazwischen drinnen, da spricht man dann auch von der Gare. Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten, die Gare zu vollziehen. Du kannst zum Beispiel das ganze bei Raumtemperatur machen, du kannst es in einem Gärraum machen oder du machst eine Gärverzögerung sagt man dazu dann auch, das heißt das ganze kommt in einen kühlen Raum, Kühlschrank oder Ähnliches, bei dem es über einen langen Zeitraum vor sich hin gehen kann, damit es dann das richtige Volumen hat, das es benötigt, bevor es in den Ofen kommt. In diesem Zeitraum haben wir verschiedene Reifungsprozesse, die stattfinden.

Der erste wäre die Volumenzunahme. In unserem Gebäck sind Hefen und/oder Sauerteig enthalten, die unser Gebäck in die Höhe treiben, so damit wir das gewünschte Volumen bekommen, das wir haben wollen, bevor wir das Ganze in den Ofen geben.

Das Nächste, was passiert sind verschiedene enzymatische Vorgänge, die für die Geschmack- und Aroma-Bildung zuständig sind. Wenn du das ganze bei Raumtemperaturen im Gärraum machst, ist es wichtig, dass wir natürlich ein feuchtes Klima haben. Feuchtes Klima hilft uns, dass die Teigoberfläche elastisch bleibt, dass sie uns nicht austrocknet und dass diese Volumenzunahme stattfinden kann. Du kannst dafür in Stikkenwagen eine Haube drüber nehmen oder eine Folie drauflegen auf dein Blech oder auf deine Diele, was verhindert, dass die Oberfläche austrocknet. Denn wenn die Oberfläche austrocknet, kann der Teigling nicht aufgehen und es hindert, dass wir eine vernünftige Volumenzunahme haben. Die Dauer des Gärprozesses ist ganz abhängig von verschiedenen Parametern. Erstens natürlich die Teigart, die du verwendest, um dein Brot oder Gebäck herzustellen.

Das Nächste wäre die Temperatur. Je höher die Temperatur, desto schneller geht es, je niedriger die Temperatur, desto länger dauert es. Die Hefemenge ist auch ein Parameter, der wichtig ist. Je mehr Hefe du verwendest, desto schneller geht es, je weniger Hefe du verwendest, desto länger dauert das Ganze. Das heißt also verschiedene Parameter, die zu berücksichtigen sind. Vielleicht hast du schon mal davon gehört, von dreiviertel Gare, halber Gare oder volle Gare. Wenn du dich mal gefragt hast, was heißt es eigentlich, dann ist es lediglich der Zeitraum, in dem das Stadium, das erreicht ist, bis wir quasi 100% Gare haben und alles, was über 100% Gare ist, heißt, mein Gebäck würde wieder zusammenfallen. Wann du jetzt für welches Gebäck, welches Stadium der Gare nimmst, ist ganz abhängig, was du für ein Gebäck hast und wie du das Gebäck verarbeitest oder bearbeitest, bevor es in den Ofen kommt. Heißt also, wenn du ein Gebäck hast, das zum Beispiel geschnitten wird oder auch stark beansprucht wird, dann ist es immer wichtig, dass du nicht volle Gare, also nicht 100% Gare erreicht hast, denn wenn du volle Gare hast, dann ist es wichtig, dass du die Gebäcke alle sehr, sehr vorsichtig anfasst. Denn wenn du das Gebäck anfasst, bei voller Gare, kann es passieren, dass es zusammenfällt.

GÄRPROZESSE 2/2

Und darum, wenn du zum Beispiel Schnitt setzt, ist es immer wichtig, eher bei dreiviertel Gare das Ganze einzuschließen, denn wenn du das schneidest und es hat volle Gare, fällt es direkt zusammen. Wenn du ein Gebäck hast, das beim Backen nirgends einreißen soll, eine schöne, glatte Oberfläche hat, dann ist es wiederum wichtig, dass du die volle Gare hast. Wenn du noch zu viel Spannung auf dem Gebäck draufhast, wie wenn das Gebäck zum Beispiel bei dreiviertel Gare ist, dann gibt es solche Krustenrisse in der Oberfläche. Heißt also, je nach Gebäck wieder, musst du darauf achten. Möchtest du ein Gebäck, das glatt ist: volle Gare. Möchtest du ein Gebäck mit Rissen und oder Schnitten, dann ist es immer besser, eher dreiviertel Gare zu verwenden. Und so kriegst du dann ein richtig, richtig schönes Produkt raus.

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG DER FÖRDERER
DER NACHWUCHSKAMPAGNE DES DEUTSCHEN BÄCKERHANDWERKS