

## VORTEIGE 1/2

Die Vorteige sind ganz wichtig beim Verarbeiten von Weizen zum Beispiel oder auch Dinkel. In der heutigen Zeit ist es so – vielleicht hast du schon mal gehört von „trockenbackenden Mehlen“ – heißt also, wir haben Mehle, die relativ trockene Gebäcke danach rauskommen. Und damit du eben ein schönes, saftiges Gebäck bekommst, mit einer schönen, glänzenden Kruste, die eine schöne Rösche aufweist, ist es eben ganz, ganz wichtig, eben langzeitgeführte Teige zu machen. Das bekommst du hin, indem du Teige über Nacht zum Beispiel in die Kühlung legst. Oder was du auch machen kannst, ist einen Vorteig herstellen. Da gibt es unterschiedliche Herangehensweisen, um so ein Vorteig herzustellen, unterschiedliche Rezepturen.

Vielleicht hast du schon mal davon gehört, es gibt zum Beispiel einen Biga, einen Vorteig oder einen Poolish. Die unterscheiden sich im Endeffekt nur oder in Anführungszeichen hauptsächlich von der Konsistenz des Teiges.

Ein Biga ist bei uns in der Bäckerei nicht so stark vertreten. Er wird zum Beispiel sehr häufig für Pizzen verwendet, für Sachen wie der Focaccia mal, kommt also eher so aus dem italienischen Raum kann man sagen.

Bei uns in der Bäckerei wird primär ein klassischer Vorteig verwendet. Das ist so der Teig, wie ich jetzt hier habe. Da siehst du, der hat so eine richtig schöne Rundung. Das ist ein Teig mit einer Teigausbeute von ca. 160. Das heißt, wir haben auf 1 Kilo Mehl 600 Milliliter Wasser mit drin. Und was wir auch drin haben, sind 0,5% Hefe. Das brauchen wir einfach, damit da die ganzen Enzyme besser arbeiten können in dem Vorteig, damit der jetzt über Nacht ein richtig schönes Aroma entwickeln konnte. Denn wenn wir den zum Teig hinzugeben, ergibt es einen viel, viel besseren Geschmack bei unserem Teig. Es verbessert die Frischhaltung der Backwaren. Es gibt uns einen stabileren Teig, der Teig ist aber auch zeitgleich etwas dehnbarer. Das heißt, du machst es dir leichter beim Aufarbeiten, weil er etwas, man sagt auch, „plastischer“ ist. Und das sind so die Eigenschaften, die so ein Vorteig im Endeffekt mit sich bringt.

Ein anderer Teig, der auch sehr verbreitet ist, ist ein Poolish. Poolish ist von der Teigkonsistenz her so, dass er sehr, sehr weich ist. Wir haben also eine Teigausbeute von ca. 200 bis 220. Heißt also, auf 1 Kilo Mehl kommen ca. 1.000 bis 1.200 Milliliter Wasser. Somit haben wir ein Teig – wenn wir dann mal hier so schauen, da sieht man, der ist richtig schön zähflüssig – damit es ein richtig schön weicher Teig wird. Du siehst aber auch durch die Teigstruktur, dass der dadurch, dass der über Nacht gegangen ist, trotzdem ein richtig schöner zäher Teig ist. Die Hefe konnte auch schon arbeiten, das heißt, er konnte schön aufgehen.

## VORTEIGE 2/2

Und so kann ich jetzt beide Teige verarbeiten. Welchen Vorteig du jetzt von denen verwendest, ist dir überlassen. Such den aus, mit dem du dich am wohlsten fühlst, damit du gesichert und stabil in die Prüfung gehen kannst und ein Top-Produkt dabei rauskommt. Manche Vorteige werden auch gar nicht so lange stehen gelassen, wie die Vorteige, die ich dir jetzt gerade eben vorgestellt habe. Vielleicht kennst du das von Stollen oder auch einem Hefefeinteig, wie einem Hefezopf zum Beispiel. Da werden häufig Vorteige verarbeitet, die ca. 30 bis 60 Minuten liegen bei Raumtemperatur. Dort ist dann auch im Normalfall die ganze Hefemenge schon mit drin. Das machst du, damit du eine Gärstabilität erzielst. Das heißt also, deine Zöpfe, dein Stollen, die werden stabiler und die fallen dir nicht so schnell zusammen.

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG DER FÖRDERER  
DER NACHWUCHSKAMPAGNE DES DEUTSCHEN BÄCKERHANDWERKS