

Wir sind aufeinander angewiesen

Brot

Eigentlich zählt nur das Brot

«Brot will ich holen, einen Bissen Brot, dass ihr euch stärkt. Dann möget ihr weitergehen. Denn darum führte euch euer Weg an eurem Knecht vorbei.» – Sie sprachen: «Tu so, wie du gesagt hast». Da eilte Abraham ins Zelt zu Sara und sprach: «Schnell! Drei Mass Mehl, Feinmehl! Knete und mache Kuchen!»

1. Mose, 18/5-6

Bei Abraham und Sara, die damals unter den mächtigen Eichen von Mamre wohnten, waren eines Mittags drei unbekannte Männer eingekehrt, und das bedeutete, dass Sara ihre beste Essmatte ausbreiten und eilends frisches Brot backen musste. Denn die Regeln aramäischer Gastfreundschaft verlangten, dass ein Fremder, gleichgültig ob Königssohn oder Knecht, ebenso höflich empfangen wurde wie ein langjähriger Freund. Er hatte Anspruch auf einen Ruheplatz im Schatten, auf Wasser und Brot, vielleicht sogar auf ein Stück Fleisch. Abraham jedenfalls zögerte nicht, für seine Gäste ein Mastkälbchen zu opfern und neben dem Wasser auch Milch und Joghurt

Saras Feinweizenbrot (mit heute üblichen Zutaten)

Zutaten:

500 g gesiebtes Weizenmehl, 30 g Hefe, 1 Esslöffel Olivenöl, 2 Teelöffel Salz, ca. $\frac{1}{4}$ l lauwarmes Wasser.

Zubereitung:

Man verarbeite wenig Wasser, die Hefe und etwas Mehl zum Vorteig, lasse ihn Blasen werfen, füge langsam die anderen Zutaten bei, knete sie zu einem elastischen Teig und lasse ihn aufgehen. Dann rühre man den Teig mit einer Holzkelke, damit er zusammenfällt und neu aufgehen muss. Zweimal wiederholen, ev. etwas lauwarmes Wasser nachgiessen. Jetzt knete man aus dem Teig vier Kugeln, forme sie zu Fladen, lege sie auf ein mehlbestäubtes Blech, wo sie ein letztesmal aufgehen dürfen. Schliesslich schiebe man die Brote in den vorgeheizten Ofen und lasse sie 15 bis 20 Minuten backen.

