

DER TREND ZUR LANGSAMKEIT

Eine vorgefertigte Backmischung schnell zuzubereiten und das Ergebnis dann Brot zu nennen – das war gestern. Heute nimmt man den Backprozess ernster und zelebriert beim sogenannten Slow Baking ausgiebig das Backen mit Zeit. Dafür erhält man geschmacklich ausgefeilteres und zugleich leichter verdauliches Brot.

Für die Bäckerei Therese Mölk ist der Trend zur Langsamkeit nichts Neues, arbeitet man hier doch längst mit erheblich größerem Zeitaufwand, als es in vielen industriellen Großbäckereien üblich ist.

Slow Baking beschäftigt sich mit der am meisten vernachlässigten Zutat neben Mehl, Wasser und Salz ... der Zeit. Mit dieser wiederentdeckten Tradition kommt nicht nur etwas mehr Ruhe in den Alltag eines (Hobby-)Bäckers. Auch dem Teig wird durch die verlängerte Ruhezeit die Möglichkeit gegeben, sich besser zu entfalten, was sich in seinem Geschmack und seiner Bekömmlichkeit widerspiegelt. Denn so bleibt den fleißigen Bakterien im Teig mehr Zeit, um schwerverdauliche Stoffe zu reduzieren. Auch Aromen und Haltbarkeit verbessern sich merklich.



Wie das genau funktioniert, erklärt Mag. Martina Überall, Ernährungs- und Gesundheitswissenschaftlerin, in ihrem Gastbeitrag auf der Therese-Mölk-Website. Und für alle, die den Unterschied selbst testen wollen, steht dort ebenfalls zu lesen, welche The-

rese-Mölk-Brote nach der Slow-Baking-Methode hergestellt sind. Wir sind uns sicher: Die Zeit, die man sich nimmt, schmeckt man einfach. Diese und viele weitere Informationen gibt's unter www.therese-moelk.at/ernaehrung.

PR

65

Pure Qualität aus der Bäckerei:
Therese Mölk bäckt für **Baguette**



SLOW BAKING.

Wie in der Backstube von anno dazumal wird dem Teig eine längere Reifezeit erlaubt. Bei Therese Mölk setzt man auf diese traditionelle Methode der sogenannten Langzeitführung und gibt den Teigen mehrere Stunden Zeit zum Reifen. Der Vorteil im Vergleich zur üblichen Reifezeit von oftmals nur einer Stunde liegt auf der Hand: Das Brot schmeckt natürlicher und wird bekömmlicher.

Find us on  
www.therese-moelk.at