

**Zeitschrift:** Appenzeller Kalender  
**Band:** 268 (1989)

**Artikel:** Brot seit Jahrtausenden  
**Autor:** Riggenbach, Emanuel  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-376717>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

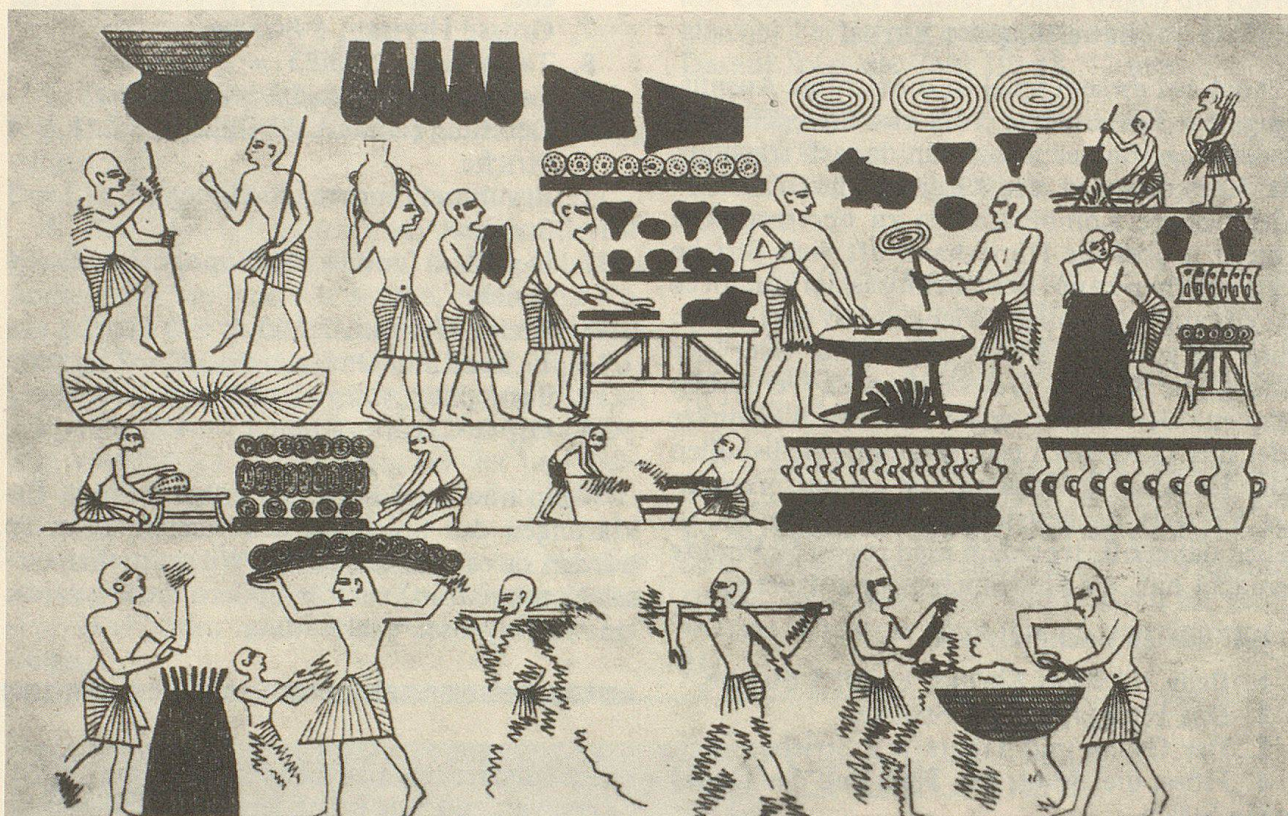
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 17.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Brot seit Jahrtausenden

Von Emanuel Riggenbach



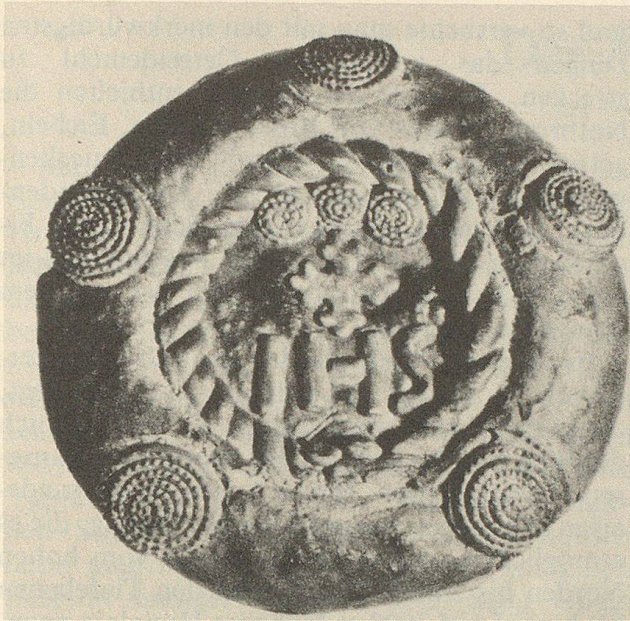
*Hofbäckerei des Pharaos Ramses II. Man sieht, wie der Teig von zwei Männern, die sich an Stangen halten, mit den Füßen geknetet wird und wie andere ihn formen und in einem kegelförmigen Ofen backen.*

Die Geschichte des Brotes reicht mit ihrem Beginn nahe heran an die Anfänge der Menschheit, denn man kann wohl annehmen, dass in den bewohnten Gebieten, in denen die Frühformen unserer Getreidearten heimisch waren, der Mensch sie zu seiner Ernährung benützte. Eine Brotzubereitung nach unserer heutigen Art und Weise war diesen ersten Nutzniessern des «goldenen Segens» allerdings nicht bekannt. Man vermutet, dass sie die Getreidekörner mit Steinen zermalnten und sie derart gebrochen mit Wasser kochten und in Form eines Breis genossen. Nach alten Funden von Mörsern und Handmühlen zu schliessen, mag es aber dann gelungen sein, das Korn so fein zu zerstossen, dass Mehl daraus entstand. Das eignete sich nun, mit Wasser vermengt, zur Zubereitung ei-

nes zähen Teiges, der in Form von Fladen auf heissen Steinen gebacken wurde. Das war das erste geformte Brot, hart, wenig schmackhaft und schwer verdaulich. Dann kam die grosse Entdeckung, die für die Menschheit wohl eine der wichtigsten war: die Auflockerung des Brotegebäcks durch *Sauerteig*.

## Ägypten Geburtsland des Brotes

Nach Meinung der Historiker fällt dieses Verdienst einem Ägypter zu, der einen Rest seines Fladenteiges längere Zeit unbedeckt stehen gelassen hatte und ihn dann nach damaliger Gewohnheit auf einem heissen Stein buk. Er mag wohl nicht wenig erstaunt gewesen sein, als dieser Rest zu einem stattlichen Laib anschwell,



Ein Brot aus dem Walliser Ort Bruson, das mit dem Christusmonogramm verziert ist und – einer alten Sitte gemäss – nach Segnung in der Kapelle an die Bevölkerung verteilt wird.

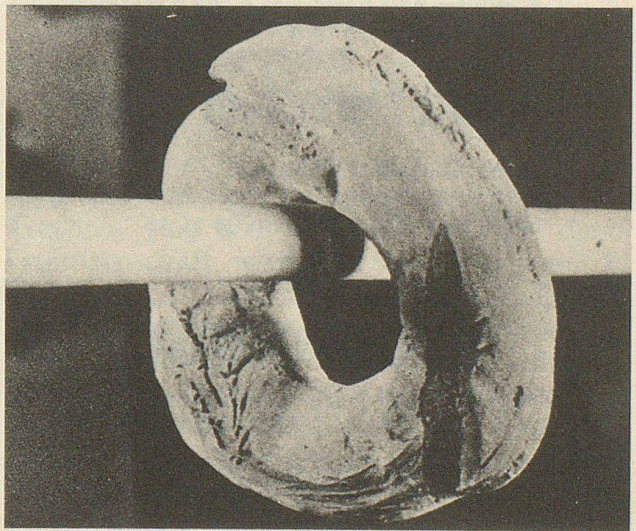
der – von zahlreichen Luftlöchern durchsetzt – ganz neue Eigenschaften und einen erhöhten Wohlgeschmack gegenüber seinen gerösteten Fladen hatte.

Was die Veränderung bewirkte, war der *Hefepilz*, der den Teigrest durchwuchert hatte und eine Gärung hervorrief. Bei der Gärung wandelt sich der Zucker des Stärkemehls in Alkohol und Kohlensäure, die sich bei der Backwärme auszudehnen und zu entweichen suchen. So bilden sich zahlreiche Bläschen im Teig, lockern ihn auf und machen ihn bekömmlich. Nach einem heute noch in einem österreichischen Museum erhaltenen ägyptischen Brot, das über 5000 Jahre alt ist, und aus Körnerfunden in Pyramiden weiss man genau, dass diese ersten Brote mit Sauerteig aus Emmerweizen hergestellt wurden.

Die Backkunst hat sich im Geburtsland des Brotes rasch entwickelt, und an den Höfen der Pharaonen waren schon mehrere Personen mit der Zubereitung der Gebäcke beschäftigt. Ihre Backwaren hatten schon damals verschiedenste Formen und waren teilweise mit Zusätzen wie Sesam, Koriander und Lotosbeeren verfeinert. Gebacken wurden sie in kegelförmigen Öfen.

Bei uns sind die Urformen des Weizens – Emmer-, Zwergweizen und Einkorn – um 3000 vor Christus schon angebaut worden. Die Herstellung von Brot mit Sauerteig aus diesen Getreidearten war wohl noch nicht bekannt, denn bei den Pfahlbauerbroten, die man fand und die gegen 4000 Jahre alt sein dürften, hat man festgestellt, dass sie nur aus grob gebrochenen Körnern zubereitet waren und als runde Fladen von etwa 15 cm Durchmesser und 2 bis 5 cm Dicke auf heissen Steinen, mit glühender Asche bedeckt, gebacken wurden. Von den nördlicher lebenden Völkern kannten die Gallier zuerst die Zubereitung von Brot mit Hefe, die Germanen folgten dieser Sitte später.

Lange Zeit wurde das Brot nur von Frauen zubereitet, eigentliche Bäcker traten bei uns erst vor rund 1100 Jahren auf, im alten Rom aber schon um 173 vor Christus. Sie genossen hohes Ansehen, denn das Brot spielte zu jener Zeit in der Volksernährung eine viel grössere Rolle als heute. Bei Missernten stand der Hunger unweigerlich bevor, denn die Kartoffel kam erst um 1730 in unseren Breiten zum Anbau. An Verkehrsmitteln fehlte es auch, um genügend Getreide aus anderen Ländern herbeizuschaffen,



Brot in Ringform aus dem Puschlav. Da früher nur einige Male im Jahr gebacken wurde, gab man dem Brot diese Form, um es im Speicher, an einer Stange aufgehängt, vor Mäusen sicher aufbewahren zu können.

## Ab Grosslager

liefern wir reel und sehr preisgünstig Elektromotoren jeder Grösse. Eigenimport, neu und gebraucht, sämtliche Zubehöre wie Motorenkarren, Schalter, Stecker, Kabel, Trommeln und Riemens nach Mass. Benzin- und Dieselmotoren, Schweissanlagen, elektrisch und autogen. Betonmischer jeder Grösse. Bau- und Brennholz, Bandsägen, Hobelmaschinen, Fräsenblätter, Fräsenlager nach Mass, sämtliche weitere Zubehöre. Kompressoren verschiedener Grössen und Zubehöre, Markenfabrikate. Werke, Hobelbänke, Schraubstöcke, Ambosse, Feldessen, Tisch- und Säulenbohrmaschinen, Schleifmaschinen, Drehbänke, sämtliche Elektrowerkzeuge, Handbohrmaschinen, Winkelschleifer jeder Grösse, Klauenpflieger, Handkreissägen, Hand- und Elektrozüge, Wagenheber, die bekannten Universalmühlen, Knochenmühlen bis auf weiteres zu Aktionspreisen. Pumpen, Ventilatoren, Batterieladegeräte usw. Notstromanlagen für Licht/Kraft. Ein Besuch und Kauf bei uns lohnt sich immer. Dauerkunden aus der ganzen Schweiz. Langjährige fachliche Beratung.

Rudolf Frey

Motoren- und Maschinencenter  
9202 Gossau SG Tel. 071 85 28 33/34



## Schweizerische Mobiliar Versicherungsgesellschaft macht Menschen sicher

Generalagentur Trogen  
Bruno Schläpfer  
Beim Bahnhof Telefon 94 11 49



Hochdruckreiniger + Luftkompressoren  
zu DISCOUNT-PREISEN!

Wählen Sie **Telefon 071/77 14 08**

Die günstigen Preise werden auch Sie  
überraschen.

Baumgartner AG, 9437 Marbach  
Beratung, Verkauf und Service

Occasionen mit Garantie

und so versuchte man mit den merkwürdigsten Dingen das vorhandene Getreidemehl zu strecken. Je nach der Gegend enthielten die Notbrote Zusätze von Rosskastanien, Eicheln, getrocknetem oder frischem Obst, Queckenwurzeln, isländischem Moos, Fichtenrindenbast, Holzmehl, getrockneten Schnecken, Fischen oder Blut. In Frankreich mischte man im Jahre 843 sogar Erde dem Mehl bei, um dem Hunger zu steuern.

In unseren Tagen, da das Brot als selbstverständliche Zukost auf jedermanns Tisch liegt, denkt man kaum mehr daran, wie beschwerlich der Weg von der Urform des Brotes bis zu unseren Gebäcken war. Heute stehen Brotgetreidearten in schöner Auswahl zur Verfügung, die es ermöglichen, «unser täglich Brot» vom hohen Norden bis zum Äquator, von den Tiefebenen bis hinauf auf 3000 m Höhe im Himalaja anzubauen.



### Zuspruch

Was in Sonne sich erfüllte,  
Was uns in der Nacht entglitt-  
Nimm das Glück und das Verzichten  
Als des Lebens Hälften mit.

Lerne runden im Gemüte,  
Und du stehst in Meisterschaft.  
Hell erstrahlt dir dann die Habe,  
Deine Sehnsucht strömt in Kraft.

Alles ist dir einbezogen,  
Was dich licht und fahl umgibt.  
Schirmend schlägt die Welt den Bogen,  
Dem, der seine Kreise liebt.

*Georg Thüerer*

