

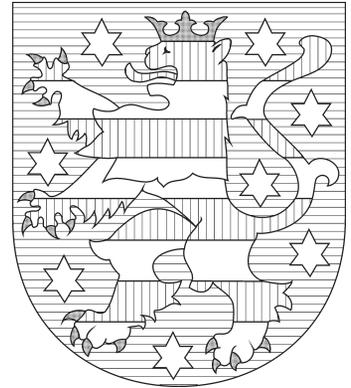
Thüringer

STAATSANZEIGER

Nr. 51/2018

Montag, 17. Dezember 2018

28. Jahrgang



Ein Gebäck für Generationen

Tannengrün und Lichter stimmen in diesen Tagen in geschmückten Städten und Dörfern auf das nahende Weihnachtsfest ein. Die Düfte von Lebkuchen, glasierten Früchten oder gebrannten Mandeln durchziehen die Straßen und versüßen nicht nur den Besuchern der zahlreichen Weihnachtsmärkte die Vorfreude auf die Weihnachtszeit.

Das bekannteste Weihnachtsgebäck in Thüringen und Mitteldeutschland ist sicherlich der Weihnachtsstollen. Zu den Feiertagen sprichwörtlich in aller Munde und nicht mehr wegzudenken, liegt dessen Ursprung im tiefen Mittelalter. Der Name könnte sowohl von seiner länglichen Form aus dem althochdeutsch „stollo“ für Pfosten oder Stütze abgeleitet oder unter Bergmännern entstanden sein, die dieses haltbare Gebäck oft mit unter Tage in die Stollen nahmen. Die älteste schriftliche Erwähnung des Wortes für ein Weihnachtsgebäck findet sich für das Jahr 1329 aus einem Innungsprivileg des Naumburger Bischofs Heinrich I. Eine genaue Rezeptur oder eine nähere Beschreibung enthält die Urkunde nicht. Es handelte sich dabei wohl anfangs um eine Art Weißbrot mit verschiedenen Zutaten und Gewürzen. Abseits der heutigen Maßstäbe galt dies im 14. Jahrhundert als luxuriöse Weihnachtsverpflegung. Die längliche Form war beabsichtigt und sollte vom Aussehen an das gewickelte Christkind erinnern.

Da der Stollen anfangs ohne Butter gebacken wurde, avancierte er auch zum beliebten Fastengebäck. Im Mittelalter war es verboten, während der Fastenzeit tierische Nahrungsmittel zu sich zu nehmen. Mit wertvollen Gewürzen, aber ohne Butter gebackene Stollen missfielen jedoch wohlhabenden Schichten. Kurfürst Ernst von Sachsen und sein Bruder Albrecht der Beherzte sollen aus diesem Grund um 1480 Papst Innozenz den VIII. um die Erlaubnis gebeten haben, Butter für den Stollen zu

(Fortsetzung letzte Seite)



Weihnachtsstollen nach klassischer Art

Foto: Christian Enders

(Fortsetzung von Titelseite)

verwenden. Der ließ sich für eine Antwort allerdings bis 1491 Zeit. Sein so genannter „Butterbrief“ ging in die Geschichte ein. Der Papst verband seine Zustimmung mit dem Butterpfennig, einer kirchlichen Abgabe, die typisch für den Ablasshandel dieser Zeit war. Die Stollenhochburgen Deutschlands und schärfsten Konkurrenten um den schmackhaftesten Stollen waren zu dieser Zeit die Städte Siebenlehn, Meißen und Dresden. Die Entscheidung des Papstes und der Wettstreit dieser Städte trugen dazu bei, dass die Qualität des Stollens immer besser wurde.

Als erstes Gebäck, das dem heutigen Stollen schon sehr ähnlich war, gilt der Zeithainer Riesenstollen von 1730. August der Starke ließ dieses mehrere Meter lange Gebäck mit viel Aufwand für eine prachtvolle Truppen-schau herstellen und an die anwesenden sächsischen Truppen verteilen. Nach zeitgenössischen Überlieferungen sollen dafür 18 Scheffel (ca. 18 Kubikmeter) Mehl, 82 Schock (4920) Eier, 3 Tonnen Milch, 1 Tonne Hefe und 1 Tonne Butter verarbeitet worden sein. Für die damalige Zeit waren das gigantische Mengen. Die Beigaben von Zucker, Rosinen, Mandeln und Gewürze werden jedoch noch nicht erwähnt.

In den nächsten 300 Jahren etablierte sich Sachsen und hier insbesondere Dresden als Hochburg im Herstellen von Weihnachtsstollen. Das machte die Bezeichnung „Dresdner Stollen“ weltberühmt. Bis 1990 konnte dieser Name in Deutschland als Hinweis auf die Art des Stollens von allen Bäckern frei verwendet werden. Mit der Wiedervereinigung wurde der „Dresdner Stollen“ als geografische Herkunftsangabe und später als eingetragene Marke geschützt. Seit 1997 darf „Dresdner Stollen“ nur für die im Raum Dresden gebackenen Stollen verwandt werden. In anderen Regionen Deutschlands bekam der Stollen oftmals an die regionale Herkunft angelehnte Namen, wie zum Beispiel „Bremer Klaben“, „Westfalenbäckerstollen“ oder „Münchner Kindl Stollen“.

In Thüringen sind weit über 20 Bezeichnungen für das weihnachtliche Gebäck historisch beurkundet. Der bekannteste Stollen in Thüringen ist wohl das „Erfurter Schittchen“. Im Thüringer Wald und südlich davon, wird der Stollen auch als „Chrisamel“ bezeichnet. Der Weihnachtsmarkt in Suhl erhielt danach seinen Namen „Chrisamelmarkt“. So abwechslungsreich wie die Namen sind auch die Rezepturen, die von hiesigen Bäckern und Konditoren natürlich geheim gehalten werden. In Thüringen gibt es einen Stollenschutzverband, der darüber wacht, dass als „Original Thüringer Christstollen“ beim öffentlichen Verkauf nur diejenigen bezeichnet werden dürfen, die nach bestätigten Rezepten ausschließlich in Thüringen hergestellt worden sind. Daneben bereiten viele Thüringer Haushalte den Stollenteig oft nach Generationen alten Rezepten für den Eigenverzehr zu.

Es ist bemerkenswert, dass der Weihnachtsstollen trotz der vielen rasanten Entwicklungen und Veränderungen in der Ernährungsbranche über Generationen auf nahezu klassische Art gebacken wird. Alle heutzutage in Deutschland hergestellten

Gisela Husemann Verlag e. Kfr.
Wartburgstraße 6, 99817 Eisenach
PVSt, Deutsche Post AG, Entgelt bezahlt

F 11297

Ein Gebäck für Generationen

Stollen bestehen aus den gleichen Zutaten wie vor 300 Jahren: Einem schweren Hefe-teig mit den Grundinhaltsstoffen Weizenmehl, Fett (Butter), Zucker, Ei, Hefe, Salz und etwas Wasser. Nach dem Deutschen Lebensmittelbuch sollen Stollen auf 100 Teile Getreidemehl mindestens 30 Teile Butter oder andere Fette sowie 60 Teile Sultaninen, Korinthen, Citronat und Orangeat enthalten.

sener mittleren Alters und durchschnittlicher körperlicher Aktivität benötigt zwischen 2100 und 2700 Kilokalorien am Tag. Schon nach wenigen Scheiben Stollen wäre der Grundenergiebedarf eines Erwachsenen damit gedeckt. Was an den Festtagen häufig darüber hinausgeht, findet sich dann oft im neuen Jahr auf der Haben-Seite der Badezimmerwaage wieder.



Raureifnadeln nach kalter Winternacht

Foto: Christian Enders

Geschmackliche Beigaben wie Mandeln, Marzipan oder Mohn sind ebenfalls möglich. Traditionell wird der Stollenlaib auch heute noch in kleineren Bäckereien mit der Hand geformt. Alle Stollen erhalten nach dem Backen eine Gleichbehandlung: Kräftig mit warmer Butter einstreichen und zuckern. Ein guter Stollen bleibt dann noch 1 bis 2 Wochen liegen, um seinen typischen Geschmack zu entfalten.

Die reichhaltigen Zutaten des Stollens haben es jedoch in sich: 100 Gramm Weihnachtsstollen enthalten etwa 400 Kilokalorien (kcal). Das ist deutlich mehr als ein weihnachtlicher Entenbraten gleichen Gewichtes, der nur rund 300 Kilokalorien auf die Waage bringt. Theoretisch könnte man mit dem Energiegehalt von 100 Gramm Weihnachtsstollen 10 Liter Wasser um etwa 40 Grad Celsius erwärmen – Wärmeverluste ausgeschlossen. Für den menschlichen Körper bedeutet ein Stollen somit eine ganze Menge zusätzlicher Energie in einer bereits von leiblichen Genüssen geprägten Weihnachtszeit. Ein Erwach-

Eine Möglichkeit, das Anlegen zusätzlicher Pfunde über den Jahreswechsel zu vermeiden, ist sicherlich der Verzicht oder eine Einschränkung beim Genuss von leckeren Speisen. Eine andere Möglichkeit besteht darin, die körperliche Aktivität rund um die Festtage hochzufahren. Die freien Tage zwischen den Festen sind dafür geradezu ideal. Bewegung an frischer, sauerstoffreicher Luft sorgt für den nötigen Energieumsatz. Denn je kälter die Temperaturen sind, desto mehr Energie setzt der menschliche Körper um. Zusätzlich hilft ein Spaziergang in hoffentlich winterlicher Natur, den Gedanken freien Lauf zu geben und wieder einmal mit den „Elementen“ um uns herum auf Tuchfühlung zu gehen.

Christian Enders

Quellen:
wikipedia.de, Mitteldeutscher Rundfunk, Ostthüringer Zeitung, ernahrungsdenkwerkstatt.de, Weihnachtsstadt.de, Deutsche Gesellschaft für Ernährung