



Vollkorn

Ofenfrisch
und
kerngesund

DIE NEUE BROTSCHRIFT
VON FRIEDRICH ALTHAUSEN

Å Æ Ç Æ F G H I J K L M N Ò P Q R S T
 U V W X Y Ž : a b c d e f g h i j k l m ö p q r
 š t ŭ v w x y z , • Q f ; ß . & „ § ¶ † ‡ “ » % © «
 € \$ ¥ ¢ £ ¹²³ → @ / * / { ! ? } (Ø ø Ł ł Þ þ Đ đ)
 Æ Œ æ œ [f i l f f f t f f j k] 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0

Vollkorn ist meine erste ernste Schrift. Ich wollte eine zurückhaltende, gut funktionierende Leseschrift entwerfen – mit den daraus resultierenden hohen Ansprüchen an Wortbild, Zeilenbindung und Lesbarkeit. Dafür habe ich eine große x-Höhe festgelegt, die zur Oberlänge fast im Verhältnis 2:3 steht.

Vollkorn will als Brotschrift vor allem in Konsultations- und Lesegrößen funktionieren. Deshalb ist sie insgesamt und im Detail relativ kernig, kräftig, gesund und dunkel gestaltet. Zur Unterstützung der Augenführung an der Zeile sind die Serifen auf der Mittelhöhe leicht und unaufdringlich verstärkt. Die klassischen, kalligraphischen Antiqua-Grapheme bieten dem Auge ein vertrautes, ruhiges Gesamtbild, während einige exakte Ecken ihr einen akkuraten, zeitgenössischen Charakter verleihen.

Brotschrift

Traditionell beschreibt der Begriff Brotschrift jene Typen, die für den Werksatz in den Graden Nonpareille bis Cicero zur Herstellung von Zeitungen und Büchern verwendet wurden. Von dem Umstand, dass diese Schriften am häufigsten – gleichsam wie Brot – verwendet wurden, leitet sich der Ausdruck Brotschrift ab.

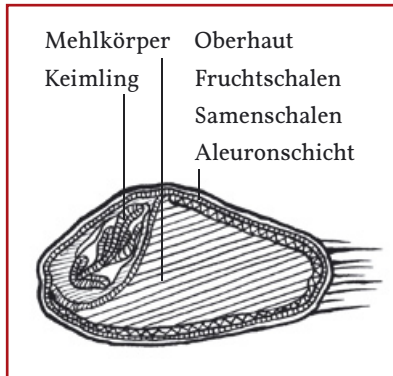
Brotschriftgrade	
6 dd	Nonpareille
7 dd	Kolonel
8 dd	Petit
9 dd	Borgis
10 dd	Korpus
11 dd	Rheinländer
12 dd	Cicero

Im Gegensatz zu Auszeichnungs- und Akzidenzschriften, die in kleineren Steckkästen alphabetisch aufgestellt wurden, sind Brotschriften in einer dem schnellen Mengensatz angepassten Ordnung in großen Setzkästen ›abgelegt‹ worden.

Während es im Bleisatz nie üblich war, vergrößerte Schnitte von Brotschriften für Titel- oder Akzidenzsatz herzustellen, ist es heute möglich Digitalfonts stufenlos zu skalieren. Deshalb steht der Ausdruck Brotschrift heute weniger für die Fonts eines bestimmten Grades und Schnittes als für jene Schriftarten, die von ihren Eigenschaften her für Mengensatz in Büchern und Zeitungen und für lineares Lesen geeignet sind.

Das volle Korn

Vollkorn bedeutet, dass bei der Weiterverarbeitung eines Getreides zu Mehl oder Schrot alle Kornbestandteile erhalten bleiben. Im Gegensatz zum ausgemahlenden Mehl enthält durchgemahlenes Vollkornmehl auch alle Randschichten und den Keimling, die sonst als Kleie ausgesondert werden. Im Mehlkörper sind vor-



wiegend Kohlenhydrate in Form von Stärke gespeichert. Der Keimling ist reich an Eiweißen, Ölen und Vitaminen. Die Schalen enthalten Mineralstoffe, Ballaststoffe und Vitamine. Noch bis zum Anfang des 20. Jahrhunderts galt die Kleie für die menschliche Ernährung als wertlos und wurde ausschließlich

verfüttert. Heute wird sie vor allem wegen der Ballast- und Mineralstoffe geschätzt.

Inzwischen gilt der Begriff Vollkorn – ähnlich wie Bio – ausnahmslos als positiv. Jedoch scheinen jüngere Studien zu belegen, dass man einige natürliche Abwehrstoffe in den Randschichten differenzierter betrachten sollte.

Vollkornbrot

Brot immer mit lauwarmen Zutaten anrühren. Eine gut temperierte und zugfreie Backstube erhöht die Sicherheit für das Gelingen.

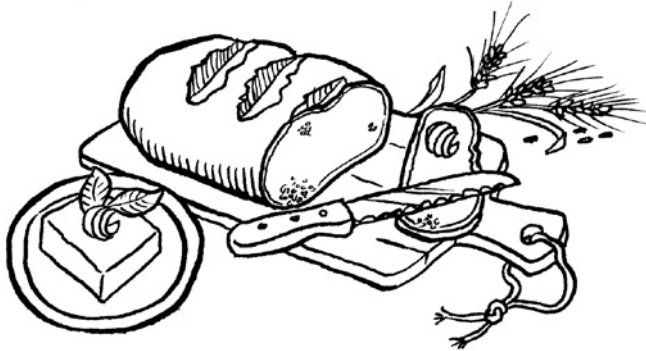
Das Vollkornschrot in eine größere Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken, Hefe mit 3–5 EL lauwarmem Wasser und Zucker in einer Tasse zu einem Brei verrühren und in die Mehlmulde geben. Mit

einem Küchentuch abgedeckt an gut temperiertem Ort (evtl. offenem Ofen bei 50°C) ca. 15 min gehen lassen bis der Vorteig einige Blasen wirft.

Alles restliche Wasser, Sauerteig, Salz und je nach Geschmack die übrigen Gewürze zugeben und den Teig am besten mit den Händen ca. 5–10 min gut durchkneten. Anschließend den Teig wieder mit einem Tuch abdecken und 20–30 min an warmem Ort gehen lassen bis sich sein Umfang verdoppelt hat.

ZUTATEN	(1300-g-Laib)
375 g	Roggenvollkornschrot fein
375 g	Weizenvollkornschrot fein
150 g	Sauerteig getrocknet
1 Würfel	frische Hefe
2–3 TL	Meersalz
1 TL	Zucker
ca. 500 ml	lauwarmes Wasser
evtl.	Körner zum Bestreuen
evtl.	Kümmel, Koriander, Fenchel, Anis oder Zwiebeln

Vollkornbrot



Nochmals durchkneten und den Teig entweder zu einem Laib formen oder in eine gefettete Kastenform geben. Nach Belieben mit Haferflocken, Leinsamen, Quinoa, Hirse oder Kürbiskernen bestreuen. An warmem Ort sollte er nochmals ca. 30 min gehen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200–220°C (Gasherd: Stufe 3–4) ca. 60 min backen. Es empfiehlt sich, gegen das Austrocknen des Brotes ein mit Wasser gefülltes feuerfestes Schälchen auf den Ofenboden zu stellen. Für eine schöne Kruste das fast fertig gebackene Brot mit Wasser bepinseln und noch 5 min weiterbacken. Nach dem Backen das Brot auf einem Rost auskühlen lassen.

Vollkorn entstand im Wintersemester
2005/2006 an der Bauhaus-Uni Weimar.
Ich danke Jay Rutherford und Jan Gerner.
© 2006 Friedrich Althausen
www.grafikfritze.de