

Rohrlack im Oktober 2001

Produkt-Information zum **Neuen Ur-Essener**.

Mit dem Ur-Essener möchten wir zum einen dem Ernährungsverständnis der "Blutgruppentherapie" (Lit.: Dr. D'Adamo: "4 Blutgruppen") nahe kommen, als auch ein Brot aufleben lassen, um welches sich einige Mythen ranken und welches einiges an Geschichte zu bieten hat.

Soviel ich in Erfahrung bringen konnte, wurde dieses "Brot der Essener" vom Volk der Essener (Betonung auf dem zweiten e !) in Palästina, welche u.a. zur Zeit Jesu Christi lebten, hergestellt: Gekeimte Getreidekörner wurden zerstoßen und auf heißen Steinen in der Sonne getrocknet. Das Ergebnis war eine Art Fladenbrot, welches man brechen musste. Je nach Höhe des Fladens war dieser in der Mitte weicher oder trockener; an Brot-Scheiben im heutigen Sinn ist dabei nicht zu denken.

Das besondere an diesem Brot ist also, dass

1. kein Mehl verwendet wurde (ausschließlich Getreidesprossen) und
2. Temperaturen unter der normalen Backofenhitze gewählt wurden. (ca. 100 - 140 Grad C)

Wir möchten Ihnen hiermit **ein neues Ur-Essener** vorstellen. Im Unterschied zu den historischen Vorgaben werden wir:

- a) die Backtemperatur bei 140-180 Grad halten, d. h. es immer im Anschluss an die normale Backschicht in den Ofen schieben, wenn die Hitze schon um einiges nachgelassen hat.
- b) eine Saat-Mischung (Leinsaat, Sesam, Sonnenblumenkerne, Hanfsaat) zusetzen, damit das frei werdende Wasser gebunden wird.

Wir setzen dem Brotteig keine Back-Hefe zu.

Auch wenn der Punkt c) auf einige Kritik bei den Blutgruppen-Verfechtern stoßen wird, mussten wir uns aus geschmacklichen Gründen für einen Saaten-Zusatz entscheiden und da erschien uns dieser am plausibelsten.

Einen guten Brot-Appetit wünscht

Volker Apitz

...und: genießen Sie Ihr Brot!