



Brotrezept aus dem alten Ägypten

Stiftung

der naturkundlichen Sammlungen
Th. Thomas

In frühen Hochkulturen, z.B. im alten Ägypten, wurde das Wissen der Menschen auf Tempelwänden, auf Grabinschriften oder auf Papyrus festgehalten. Indem Menschen Aufzeichnungen hinterließen, konnten nachfolgende Generationen dieses Wissen für sich und ihre Gesellschaft nutzen. Und so können wir heute z.B. noch nachlesen, nach welchem Rezept die alten Ägypter ihr Brot gebacken haben.

Um Brot aus dem Pharaonenreich zu backen, benötigst du folgende Dinge:

- 300g Weizenvollkornmehl
- 1 Teelöffel Trockenhefe
- 200 mL lauwarmes Wasser
- 1 Rührschale
- 1 Backblech
- 1 Küchenhandtuch
- Backpapier

Bitte einen Erwachsenen, dich bei diesem Versuch zu unterstützen. Der heiße Ofen kann schnell zu einer Gefahr werden, daher führe diesen Versuch nie alleine durch!

Vermische die Zutaten für dein Brot in der Rührschüssel und knete sie kräftig durch, bis ein zäher Teig entstanden ist. Bestäube einen sauberen Tisch mit etwas Mehl und rolle den Teig zu einem Quadrat aus, teile das Quadrat in 4 kleinere Quadrate und teile diese anschließend diagonal, sodass 8 Dreiecke entstehen.

Lege diese Dreiecke auf ein Backblech mit Backpapier, decke sie mit dem Küchenhandtuch ab und lasse den Teig für eine Stunde ruhen. Danach muss er für etwa 15 Minuten in einen auf 200°C vorgeheizten Ofen.

Die Dreiecke blähen sich im Backofen auf und wenn die Ecken braun werden, ist das Brot aus dem alten Ägypten fertig. Du kannst es zu Reisgerichten essen, es mit Marmelade oder anderen Brotaufstrichen knabbern oder einfach mit Freunden teilen.

Stiftung

der naturkundlichen Sammlungen
Th. Thomas