

# Der Sauerteig hat in der Krise die Runde gemacht

Weil im Lockdown Hefe knapp war, reichten Zürcherinnen und Zürcher vermehrt Sauerteigkulturen herum

MELANIE KEIM

Der Lockdown brachte manchen Zürcherinnen und Zürchern etwas, wovon sie gewöhnlich stets zu wenig haben: Zeit. Doch was macht man, wenn man plötzlich Zeit zum Verschwenden hat und diese erst noch vorwiegend zu Hause verbringt? Sauerteigbrot! Denn bis man den perfekten Laib unter dem Hashtag #sourdough oder #breadporn auf Instagram posten kann, dauert es bis zu drei Tage.

So stiegen in Zürich zu Beginn des Lockdowns mit den Infektionszahlen auch die Suchanfragen auf Google für «Sauerteig» steil an. Wo Hefe plötzlich Mangelware war, bot der Sauerteig einen Ausweg aus der Misere. Denn für ein Sauerteigbrot ist keine Industriehefe nötig. Die in Wasser, Mehl und in der Luft vorhandenen Hefesporen und Milchsäurebakterien machen hier die ganze Arbeit. Und war es nicht ganz passend, in der Sicherheit der eigenen Küche mit wilden Bakterien, Hefesporen und Mikroorganismen neues Leben zu erschaffen, während draussen ein unsichtbares Virus umging?

Zudem ist der Sauerteig ein äusserst soziales Wesen. In diesen Zeiten, in denen man sich strikt vereinzeln musste, konnte er herumgereicht werden in der Stadt. Aus Wiedikon brachte ihn Lela zu Fuss zu Sämi in Albisrieden, Nelly erhielt ihn in ihrem Schrebergarten in Wipkingen überreicht: ein Klumpen, der Entschleunigung versprach, wo ohnehin alles stillstand. Ein Klumpen, der Aufmerksamkeit und Zuneigung brauchte.

## Lange Ansteckungsketten

Die Starterkultur muss mit Mehl und Wasser gefüttert werden, man muss sich um sie kümmern wie um die Katze oder Zimmerpflanze, die man sich in dieser Zeit nicht zutun konnte. Ja, der Sauerteig wurde zum Tamagotchi der Corona-Krise. Wie man sich in den neunziger Jahren um ein virtuelles Küken in einem Spielzeug-Ei kümmerte, hätschelte man jetzt eben den Sauerteig. Nora Keller, die in ihren Pausen im Home-Office in



Beim Sauerteigbrot machen die in Wasser, Mehl und in der Luft vorhandenen Hefesporen die Arbeit.

ANNICK RAMP / NZZ

Albisrieden ihren ersten Sauerteig ansetzte, fand es nicht nur witzig, dass dieser mit Hefesporen aus der Luft «geimpft» wurde. Das Gemisch, das langsam Blasen warf, gab ihr auch ein Gefühl von Kontrolle. «Wir warteten auf etwas, von dem wir keine Ahnung hatten, wann es zu Ende geht. Beim Sauerteig musste ich auch warten. Aber das Warten hatte ein absehbares Ende», sagt die 31-Jährige. Wie es die Tradition will, hat sie ihren Mutterteig getauft. Rodrigo heisst er, seine Nachkommen heissen Yolanda. Einem Abnehmer stiess dieser Name sauer auf, weil die Ex-Frau eines Freun-

des so hiess. Jetzt lebt Yolanda als Maxwell im Seefeld weiter.

Einer, der nicht erst in der Krise auf den Sauerteig kam, ist der Künstler Søren Berner. Er kultiviert in Zürich einen zwanzig Jahre alten Sauerteig, der auch in einer Notsituation entstand. Der gebürtige Däne fand während des Studiums in Amsterdam weder gutes Brot noch Frischhefe. Also setzte er nach dem Rezept der Grossmutter aus Mehl, Wasser und den Mikroorganismen auf seinen Fingern einen Teig an, der ihm seither wie ein Schatten folgt. «Meistens nehme ich meinen Sauerteig mit, sonst

beauftrage ich jemanden mit Füttern, wie bei einer Küchenpflanze», schreibt er per Mail, während er auf 65 Roggenbrote im Ofen wartet.

Seit einigen Jahren liefert Søren sein Sørenbrød jeden Dienstag in ausgewählte Geschäfte in der Stadt. Seit an einem der Vertriebsorte während des Lockdowns die Hefe ausging, ist sein Sauerteig nun mit Rezept erhältlich, etwa im Chornlade. Allerdings erhält man den Sørenteig nur unter der Bedingung, dass man ihn weiterreicht und damit die Ansteckungskette verlängert. Denn für Søren ist klar: «Dinge für sich behalten ist gegen die

Evolution der Menschheit und die Verbreitung von Liebe.»

Der Platzhirsch unter den hippen Zürcher Bäckereien, John Baker, schreibt auf seiner Website, dass seine Hefe «kein speedgezüchtetes Gen-Monster wie bei anderen» sei. Der Bäcker legt hier angeblich Marvin Gaye auf und zündet Räucherstäbchen an, damit die Hefepilze in Ruhe süsse Vermehrung betreiben können. Auch John Baker gibt die selbst gezüchtete Hefe weiter. In den Filialen erhält man kostenlos ein wenig Sauerteig, was laut Inhaber Jens Jung auch schon vor Corona regen genutzt worden sei.

## Brotbacken statt Bierbrauen

Denn Sauerteigbrotbacken ist auch in Zürich längst das neue Bierbrauen. Das sagt Sara Witmer, die im Museum Mühlerama Sauerteig-Backkurse gab. Diese wurden zum Selbstläufer, auch bei Männern. Witmers Erklärung dafür: «Sauerteig ist Reduktion pur. Man braucht nur Mehl und Wasser, den Rest überlässt man der Natur.» Und die Rückbesinnung auf das Ursprüngliche kommt in komplizierten Zeiten bekanntlich gut an. Dabei blickt Witmer nüchtern auf diese Form des Backens, die schon praktiziert wurde, bevor es Backhefe als Nebenprodukt des Bierbrauens gab: «Ich wäre nicht so sicher, ob dieses Brot so gut wie heute schmeckte.» Was aber sicher sei: Im Gegensatz zur Industriehefe habe jeder Sauerteig seinen eigenen Charakter.

Was mit den hiesigen Rodrigos, Yolandas und Maxwells passiert, wenn man wieder mehr als Brot backen kann, ist ungewiss. Ergeht es ihnen ähnlich wie den Tamagotchis, die irgendwann in einer Kiste landeten, oder wie den Haustieren, die vor den Familienferien ausgesetzt werden? Wie Sara Witmer erklärt, sind Sauerteige gar nicht so heikel. Hat sich einmal eine stabile Kultur entwickelt, geht diese nicht so schnell kaputt. Ein vernachlässigter Sauerteig kann meist wieder zum Leben erweckt werden – wie einst das Tamagotchi. Vielleicht sind wir im Falle einer zweiten Corona-Welle wieder froh darum.

# «Wir werden proaktiver testen und Angesteckte sofort separieren»

Stadtärztin Gabriela Bieri-Brüning kontert Vorwürfe, die Alters- und Pflegeheime hätten in der Corona-Krise falsch reagiert

Frau Brüning, das Online-Magazin «Republik» wirft Ihnen und Gesundheitsvorsteher Andreas Hauri (glp.) Fahrlässigkeit am Höhepunkt der Corona-Pandemie vor. Thomas Manhart, Ex-Chef des Amtes für Justizvollzug, äussert sich im «Tages-Anzeiger» empört über die Übersichts bei den Besuchsregeln. Wie halten Sie das aus? Ich bin der Meinung, dass wir alles richtig gemacht haben – unter Berücksichtigung des damaligen Kenntnisstandes. Das hilft.

Mehr als die Hälfte der 130 Corona-Toten im Kanton Zürich ist in den Alters- und Pflegeheimen gestorben. Das Stadtzürcher Pflegezentrum Gehrenholz mit seiner Spezialabteilung für externe Covid-19-Patienten verzeichnete 24 Tote, 21 waren Heimbewohner. Weshalb wissen Sie so genau, dass die hohe Rate nichts mit der Spezialabteilung unter demselben Dach zu tun hat? Auf die Covid-19-Abteilung gelangt das Personal nur über eine sogenannte Schleuse. Dort zieht es sich die Schutzausrüstung über, dazu gehören Masken, Handschuhe und Brillen. Aufgrund der sorgfältigen Hygiene- und Schutzmassnahmen ist eine Ausbreitung im ganzen Heim äusserst unwahrscheinlich. Die strikte Trennung der Infizierten von den übrigen Bewohnerinnen und

Bewohnern verhindert den Kontakt zwischen Angesteckten und Nichtangesteckten.

Eine Epidemiologin soll nun das Ganze aufarbeiten. Es könnte also doch etwas dran sein.

Im Hinblick auf eine zweite Welle ist bereits Mitte April eine Epidemiologin beauftragt worden, die Ausbrü-



Gabriela Bieri-Brüning  
Stadtärztin

che in allen Alters- und Pflegeheimen zu analysieren. Wichtig ist uns, zu wissen, wie das Virus ins Heim kam, wie es sich dort ausgebreitet hat und welche Massnahmen sinnvoll sind. Dann geht es uns auch um den Verlauf der Symptome und um die Frage, ob Betroffene ohne Symptome auch später symptomfrei waren und weshalb es bei anderen zu sehr schweren Verläufen kam. Dass sich ein Zusammenhang zur Spezialstation im stark betroffenen Pflege-

zentrum Gehrenholz herstellen lässt, bezweifle ich. Der Ausbreitungsverlauf spricht völlig dagegen.

Können Sie das erklären?

Die Spezialabteilung befindet sich im ersten Stock neben dem Wohnbereich. Hätte sich das Virus von der Spezialabteilung ins Heim ausgebreitet, wären höchstwahrscheinlich zuerst die Bewohnerinnen und Bewohner auf demselben Stock angesteckt worden. Es gab jedoch Ausbrüche auf anderen Etagen. Insofern ist es viel wahrscheinlicher, dass Mitarbeitende das Virus von aussen eingetragen haben.

Liessen sich die Heimbewohnerinnen und -bewohner nicht besser schützen, wenn Covid-19-Patienten an einem einzigen und völlig separierten Ort gepflegt würden?

Eine solche Spezialinstitution gibt es nicht. Unter Zeitdruck ist es schwierig, eine solche aufzubauen, in einer Notsituation bleibt nur das Spital. Für unsere Bewohnerinnen und Bewohner ist das meistens keine gute Lösung. Es ist unethisch, sie gegen ihren Willen zu hospitalisieren. In Italien wurden Patienten wegen der Engpässe in den Spitälern in die Heime verlegt. Aber diese waren dafür nicht ausgerüstet, es fehlte die fachärztliche Versorgung – im

Unterschied zum Gehrenholz, das spezialisiert ist auf übertragbare Krankheiten. Alle gegen Antibiotika resistenten Bewohnerinnen und Bewohner sind jetzt schon im Gehrenholz konzentriert, weil sie hier viel besser isoliert werden

«Es ist viel wahrscheinlicher, dass Mitarbeitende das Virus von aussen hineingetragen haben.»

können als in offenen Heimstrukturen. Die von Ihnen vorgeschlagene Spezialinstitution ist das Gehrenholz.

In der Kritik stehen auch die Besuchsregeln. Weshalb sind Sie so vorsichtig bei den Lockerungen?

Bei Menschen mit Demenz ist der Körperkontakt enorm wichtig. Deshalb arbeiten wir nun an einer Öffnung, wobei wir den Besucher- und den Wohnbereich nach wie vor trennen. Möglich soll hingegen sein, dass eine Tochter ihre Mutter berührt, sofern sie sich mit einer Maske schützt. Die Regel des Bundes-

amts für Gesundheit gilt überall: Lässt sich der Zwei-Meter-Abstand nicht einhalten, gilt die Maskenpflicht.

Für Demenzzranke können Masken ein Problem sein.

Ja, aber es ist die bessere Variante als gänzlich auf Körperkontakt verzichten zu müssen. Im Minimum sollten dann die Angehörigen eine Maske tragen.

Wie nehmen Sie die Zusammenarbeit mit der Gesundheitsdirektion und dem Bundesamt für Gesundheit wahr?

Sowohl das Bundesamt für Gesundheit als auch die kantonale Gesundheitsdirektion haben die Wichtigkeit der Langzeitinstitutionen in dieser Krise sehr lange nicht wahrgenommen. Auch Spitäler ohne Covid-19-Patientinnen und -Patienten hatten Vorrang, den Heimen fehlte teilweise das Schutzmaterial. Das finde ich absolut stossend. Für die nächste Welle muss man sich bewusst sein, wie wichtig die Heime sind.

Blicken Sie der nächsten Welle gelassen entgegen?

Nein, das macht mir schon etwas Angst. Aber wir haben gelernt, und ich glaube, dass wir vieles besser machen können. Wir werden proaktiver testen und Angesteckte sofort separieren.

Interview: Dorothee Vögeli