

SALZ IM TEIG

Salz: ein ganz wichtiger Bestandteil vieler Rezepturen in der Backstube. Salz hat sehr viele technologische Einflüsse auf unseren Teig, aber auch aufs spätere Gebäck. Fangen wir damit an:

Salz hemmt die Hefe. Salz ist hygroskopisch, das heißt Salz hat eine hohe Wasseranziehungskraft. Die Hefe ist darauf angewiesen, die Nährstoffe durch ihre Zellmembran ins Innere zu ziehen. Wenn der osmotische Druck in der Hefezelle verändert wird, durch zum Beispiel Salz im Teig, das von der anderen Seite zieht, hat die Hefe es schwerer, das heißt die Hefegärung wird verlangsamt. Vielleicht ist es dir schon mal passiert, dass du beim Abwägen für ein Rezept Salz direkt auf die Backhefe gegeben hast und dann hat jemand gesagt, "oh nein, pass auf, Salz tötet die Hefe" – das ist nicht der Fall. Salz ist in der Lage, wenn es direkt auf Backhefe gegeben wird, die Zellstruktur der Hefe zu zerstören, das stimmt. Die Hefezelle platzt auf und du siehst, wie die Hefe verflüssigt. Aber die Enzyme der Hefe sind weiter aktiv. Wenn du also aus dieser verflüssigten Hefe dein Teig herstellst, wird trotzdem eine Hefegärung stattfinden. Es sei denn, du lässt das Ganze noch drei Stunden stehen, dann wird es auch irgendwann schwer für die Hefeenzyme.

Ein weiterer wichtiger technologischer Einfluss von Salz auf den Teig ist das Salz das Klebergerüst stärkt. Salz fördert die Verquellung der Klebereiweiße und sie sind in der Lage, einen sehr starken und dichten Kleber zu bilden. Daraus folgt, dass Teige mit Salz eine höhere Gärstabilität und Gärtoleranz haben. Gärtoleranz heißt, sie fallen nicht so schnell zusammen, das heißt, du kannst sie auch mal fünf Minuten später schieben und sie fallen nicht zusammen im Ruf.

Als dritten wichtigen Punkt ist zu nennen, dass Salz die enzymatische Tätigkeit im Teig hemmt. Wir haben im Mehl allerlei Enzyme, z.B. Maltasen, z.B. Amylasen, die die Stärke abbauen, Proteasen, die die Eiweiße abbauen oder auch Lipasen, die die Fette abbauen. Wenn wir Salz im Teig haben, werden diese Enzyme etwas gebremst und der enzymatische Abbau wird gehemmt. Und ein genauso wichtiger Einflussfaktor vom Salz ist, dass Salz den Geschmack intensiviert. Salz sorgt dafür, dass wir andere Aromen intensiver schmecken. Ein Gebäck ohne Salz schmeckt schnell fad und langweilig, während eine Prise Salz beim Kochen oder eben beim Backen dazu führt, dass wir andere Aromen viel intensiver wahrnehmen können.