

# Saftig, süß und nahrhaft

## KLETZENBROT ZUR WEIHNACHTSZEIT

**S**till liegen die sanften Hügel des Bayerischen Waldes in der Genussregion Niederbayern da, schwer wiegt die weiße Pracht auf den Bäumen. Kein Geräusch weit und breit, nur das Knirschen unserer Schritte im Schnee ist zu hören – ein langer Winterspaziergang tut so gut!

Wenn man nach zwei, drei Stunden rotbackig, kaltnasig und die Lungen voll von frischer Luft wieder in die warme Stube kommt, macht man es sich gern mit einer Tasse Tee, Kaffee oder Punsch gemütlich. „Dazu passen hervorragend ein paar Scheiben Kletzenbrot“, sagt Bernhard Senkmüller, Genuss-Botschafter der Genussregion Niederbayern. Der gelernte Koch, Biobauer und Kräuterpädagoge kocht und bäckt leidenschaftlich gerne mit heimischen und naturbelassenen Zutaten. In seinen Kursen und Workshops vermittelt er Jung & Alt althergebrachte und außergewöhnliche niederbayerische Rezepte und versucht darüber hinaus, den Menschen ein besseres Verständnis für die Herkunft der Lebensmittel zu vermitteln. Mehr Wertschätzung für die harte Arbeit der Landwirte ist ihm eine Herzensangelegenheit.

Die Bauern waren es auch, die vor langer Zeit das Kletzenbrot erfunden haben. Im Herbst haben sie nach dem Brotbacken die abfallende Ofenhitze genutzt, um die geernteten, reifen Birnen, Zwetschgen und andere Früchte, die sich nicht zur Einlagerung eigneten, im Ofen zu trocknen. Daraus entstand wohl die Idee, getrocknete Birnen – so genannte Kletzenbirnen – im übrig gebliebenen Brotteig zu verbacken. Das Brot erhielt dadurch eine saftig-süße Füllung. Später nahm man mit der Einfuhr südländischer Früchte auch Feigen, Datteln und Rosinen dazu. Wer mag, spart auch nicht mit Zimt und Nelken. Wegen seiner langen Lagerfähigkeit lässt sich Kletzenbrot schon im Spätherbst backen und bis zum Weihnachtsfest aufheben. „Wie bei den Lebkuchen und Stollen wird der Teig erst nach ein paar Tagen oder Wochen richtig saftig, und die Gewürze entfalten ihr volles Aroma“, erklärt Bernhard Senkmüller.

Früher war Kletzenbrot eine bayerische Festtagsspeise. Reiche Bauern begannen am 30. November mit dem Backen des begehrten Weihnachtsbrotes, das nach altem

Brauchtum von maskierten jungen Burschen als milde Gabe erbettelt wurde. Dazu gingen sie von Haus zu Haus und baten mit Gedichten und Liedern oder mit lärmenden Rasseln um kleine Geschenke, unter anderem auch um Kletzenbrot. Entweder am Heiligen Abend oder am 2. Weihnachtsfeiertag, dem Stephanitag, schnitt der Hausherr das Kletzenbrot an. Es wurde unter den Kindern verteilt und auch die Mägde und Knechte bekamen ihren Anteil. Damit auch im Stall Glück und Segen beschieden sei, erhielt selbst das Vieh seine „Maulgabe“.

Meistens bildet ein fester Rührteig aus Weizen, Roggen oder Dinkel die Basis, seltener wird ein Hefeteig verwendet. Dieser hat den Vorteil, dass die äußeren Früchte nicht so leicht verbrennen, dafür leidet aber die rustikale Optik des saftigen Brotes. Statt Mehl lassen sich auch Haferflocken verwenden. Und hier das Rezept von Niederbayerns Genuss-Botschafter Bernhard Senkmüller:

## ZUTATEN FÜR ZWEI GROSSE LAIBE

600 g Kletzen, Dörrbirnen, klein schneiden  
500 g Dörrpflaumen, klein schneiden  
300 g Dörraprikosen, klein schneiden  
150 g Sultaninen, klein schneiden  
150 g Haselnüsse, evtl. grob gehackt  
300 g Walnüsse, grob gehackt  
Rum  
1 ½ Orangen, Saft und Schale  
1 ½ Zitronen, Saft und Schale  
1 ½ Msp. Backpulver  
1 ½ TL Zimt  
Nelken, gemahlen  
Ingwer, gerieben  
Piment

375 g (Roggen-)mehl  
150 g Butter, flüssig  
3 Eier, davon das Eiklar  
Salz

Das gesamte Trockenobst 2 Stunden in Rum ziehen lassen, abtropfen lassen und mit den übrigen Zutaten zu einem Teig kneten, zudecken und gut eine Stunde rasten lassen. Zu zwei Brotwecken formen und mit Eiklar oder Milch bestreichen. In der Mitte mit der Probiernadel einige Löcher einstechen.

Bei 150° ca. 80 Minuten backen. Nach dem Auskühlen in Klarsichtfolie wickeln.

### **i** Info:

Die Genussregion Niederbayern ist am Amt für Ländliche Entwicklung (ALE) Niederbayern angesiedelt.

Mehr Rezepte und Infos von der Genussregion Niederbayern sind unter [www.genussregion-niederbayern.de](http://www.genussregion-niederbayern.de) abrufbar. Dort finden Sie auch den äußerst sehenswerten Beitrag des Bayerischen Fernsehens über Genussbotschafter Bernhard Senkmüller aus der Sendung „Zwischen Spessart und Karwendel“ vom 8. Juli 2023.

