

Abendmahl anders

Material:

kleine Servietten
Abendmahlsbrot aus Mehl, Hefe und Traubensaft

Rezept:

500 g Mehl (Dinkel oder Weizen, gern Vollkorn)
½ Würfel Frischhefe
300-500 ml Traubensaft
1 Prise Salz
Backpapier

Für das Abendmahlsbrot wird wesentlich weniger an Menge benötigt; ich backe aus dem Rest gerne ein kleines Brot für den Hausgebrauch.

- Mehl in die Backschüssel sieben, Salz hinzufügen, in die Mitte eine Mulde drücken, Hefe hineinbröckeln, mit etwas Traubensaft zu einem Vorteig verrühren, 15-20 min gehen lassen
- den Vorteig mit dem restlichen Mehl und wieder Saft zu einem Teig erst verrühren, dann kneten; den Saft eher sparsam verwenden; 30 min gehen lassen
- Teig gründlich kneten; wünschenswert ist die Konsistenz von dünn ausrollbarem Pizzateig. Einen Teil abnehmen, dünn ausrollen, mit einem runden Glas (Durchmesser bis 3,5 cm) Hostien ausstechen (wer mag, ritzt ein Kreuz ein) und auf das mit Backpapier ausgelegte Blech setzen
- Ofen auf 170° C vorheizen (Doppelhitze)
15-20 min auf mittlerer Schiene backen
- auskühlen lassen und in einer Brotdose verwahren

Vor dem Gottesdienst werden die Servietten auf den Altar (oder einen Tisch) gelegt, die Hostien werden dann einzeln unter den oberen Zipfel je einer Serviette gelegt. In der Liturgie nimmt sich dann jede*r eine Serviette mit dem Brot vom Altar.

Das Rezept ist möglichst einfach. Der Saft enthält genug Zucker als Nahrung für die Hefe. Mit dem Verbacken des Saftes ist nicht nur der Wein mit dabei, es ist so auch möglich, das Brot unfallfrei zu verzehren; geläufige Hostien sind dagegen zunächst sehr trocken und kleben dann oft am Gaumen. Das Brot sollte nicht knochentrocken sein und deswegen immer frisch am Tag vor der Feier gebacken werden; die Stücke sollten nicht größer sein als 3,5 cm im Durchmesser (meine hatten nur 2,5 cm).

Hygiene: Entgegen anderslautenden Meinungen aus Übersee sind Desinfektionsmittel nicht zum Verzehr bestimmt und haben in der Küche nichts zu suchen. Gründliches Händewaschen, saubere Arbeitsgeräte und besonders sorgfältiger Umgang mit dem Brot *nach* dem Backen und beim „Anrichten“ wichtig.