

Servus

in Bayern



Lust auf frisches Grün
Gesunde Gerichte für Genießer



Bayerisch gebraut
Von Frauen, die Bier machen

EINFACH . GUT . LEBEN

GESUND & SCHÖN
MIT HEILERDE

Masken, Wickel &
Trinkkuren: 15 einfache
Fasten-Rezepte

MÄRZ
03/2017

D 4,20 EUR

CH 7,00 SFR

ESP/IT/LUX 4,60 EUR

VERSUCHUNG
INTÖLZ

Genusstour für
Schlemmer & Entdecker

HEREIN, LIEBER FRÜHLING!

Wir holen uns den Lenz ins Haus: Deko-Ideen mit Tulpen, Narzissen, Ranunkeln & Krokussen

TRADITION



Duftprobe in Dorfen, Landkreis Erding. Tief zieht die Bräuin z'Loh, Barbara Lohmeier-Opper, den würzigen Malzgeruch ein. „Es darf nicht muffig riechen, sondern süßlich-malzig.“ Ihre Philosophie: „Ein gutes Bier ist ein ehrliches Bier.“

FRAUEN, DIE BIER BRAUEN



BIRGIT



TANJA



GISELA & MONIKA



BARBARA



SCHWESTER DORIS

Da ist die Nonne, die fröhlich ihr Helles ansetzt. Dort sind die Schwestern, die neue Wege gehen, mit Bergamotte und Zitrone. Ein Prosit auf die bayerischen Bierexpertinnen!

TEXT: TRISTAN BERGER FOTOS: SEBASTIAN GABRIEL

Kann sein, dass die Nachricht überrascht, irritiert oder gar amüsiert – aber in Bayern brauen mehr Frauen Bier, als man zwischen Zapfhahn und Schemel denkt. Und diese Frauen behaupten auch noch: „Frauen und Brauen, das gehört schon immer zusammen.“

Das stimmt wirklich und wahrhaftig, es gab Zeiten bei uns, da gehörte ein Braukessel sogar zur standesgemäßen Ausstattung einer Braut. Treu sorgende Frauen brauten daheim das Bier, nicht nur für ihre Männer. Sie baten auch schon mal die Nachbarinnen zum „Bierkränzchen“ – von wegen der Tag bestand nur aus Hagebuttentee.

Heute ist sich die Wissenschaft einig, dass die Sache vor 10.000 Jahren begann. Da waren es mutmaßlich Frauen, die beim Backen entdeckten, dass Getreidebrei gärt, wenn er einige Tage steht. Irgendwann hat eine ganz Mutige gedacht: „Bevor ich das Gebräu wegschütte, probier ich es lieber mal ...“ Und sakradi, es schmeckte: „Bitte, mehr davon!“ So kam zwar nicht gleich die Maß in unser Leben, aber so eine Art Urform von Muttibräu.

Schauen wir kurz hinüber zu den alten Pharaonen. Die nahmen sich Brauerinnen

mit in ihre Pyramide, auf dass sie bis in alle Ewigkeit versorgt werden.

Auch bei den Kelten und Germanen war Brauen Sache der Frauen. Der römische Chronist Cornelius Tacitus (58–120) berichtet in seiner „Germania“, dass unsere Ahnen aus Trinkhörnern, die ihm riesig erschienen, gewaltige Mengen Honigmet bzw. Bier tranken. Mit großer Sachlichkeit protokollierte Tacitus: Die Männer nördlich der Alpen würden Hunger und Kälte ertragen können, „nicht aber den Durst“.

BITTE EIN „PFLOSCHEN“

Im Mittelalter brockten sich Damen ein bisschen Brot ins Bier, was sie mit Genuss verspeisten. Übrigens war es üblich, Fliegenpilz, Tollkirsche oder Bilsenkraut dem Sud beizumengen, um die Rauschwirkung zu steigern. Und was wäre aus Martin Luther (1483–1546) geworden, hätte ihn sein Weib, Katharina von Bora (1499–1552), nicht mit ihrem schmackhaften Bier verköstigt. „Du thätest wohl, daß du mir herüber schickest ... ein Pflochen Deines Biers so erst du kannst“, schrieb er ihr im Jahr 1534 nach einem „bosen Trunk“ am Vortag. Und lobte in frommer Bierruhe: ➔

SIE HAT IN DEM BIER
GEBADET? UND DANN
AUSGESCHENKT?
LEGT SIE AUF DEN
SCHEITERHAUFEN.

„Ich sitze hier und trinke... das Reich Gottes kommt von ganz alleine.“

Gelernt hatte seine Katharina von Bora die Braukunst im Kloster. Nonnen sowie Mönche trotzten mit dem nahrhaften Gersensaft der 40-tägigen Fastenzeit. Es hieß: „Flüssiges bricht das Fasten nicht.“ Folgerichtig musste, wer in ein Kölner Frauenkloster eintreten wollte, wahrhaftig einen Bierkrug mitbringen, fürs flüssige Brot.

WITWE DES BIERBRAUERS

Nicht immer gelang es, ein schmackhaftes Bier zu brauen. Noch war ja nicht bekannt, was da chemisch alles geschieht. Im Jahr 1590 wurde in München einer Frau der Prozess gemacht; die Anklage lautete: Sie habe „... und etlich hundert mit ir in dem Mertzzenbier, eh sie dies ausgeschenckt, gebadet“. Die Brauerin endete auf dem Scheiterhaufen.

Andererseits haben Frauen vor Gericht ihr Recht erstritten, wenn man ihnen das Bierbrauen gegen die Gepflogenheit einmal verbieten wollte. Dokumentiert ist der Fall Barbara Sternegger. Sie hat in einem Musterprozess 1622 durchgesetzt, das Gewerbe ihres verstorbenen Mannes, eines Bierbrauers, eigenständig weiterführen zu dürfen.

Ende des 18. Jahrhunderts kam in Bayern jede fünfte Maß Bier von einer Brauerin. Im 19. Jahrhundert begann aber eine neue Ära. Carl von Linde hatte die Kältemaschine erfunden, ab jetzt war kühles Bier jederzeit verfügbar – Frauen waren in der Produktion nicht mehr gefragt.

Gleichzeitig wandelten sich Sitte und Moral. Für Frauen aus dem Bürgertum und dem großbäuerlichen Bereich war nun Biertrinken verpönt. Weibliche Trunkenheit wurde nicht länger toleriert, sogar hart bestraft. Bier wandelte sich vom Volks- zum Männergetränk.

Was sich erst in jüngster Zeit wieder zu ändern beginnt, ganz im Einklang mit der Historie. Wir wissen ja: „Frauen und Brauen, das gehört schon immer zusammen.“ 🍷

KURZER TEST: BIERGLAS, FARBE, DUFT, GESCHMACK

Tanja Leidgschwendner, Biersommelière in München, erklärt uns, worauf sie bei der Bierverkostung achtet:

Bierglas. Je schlanker das Bier, desto schlanker das Glas. Starkbiere mit vollem Körper verlangen nach einem breiten Glas.

Farbe. Das Spektrum reicht von lichten Gelbtönen über bernsteinfarbene und bräunliche bis zu schwarzen Nuancen. Für den Schaum gibt es Umschreibungen wie kompakt, stichfest, feinporig, cremig, weich. Der Trübungsgrad ist z. B. kristallklar, glanzfein, opalisierend, wolkig oder milchig.

Duft. Die Konzentration an Duftstoffen ist im taillierten Bereich des Glases am höchsten, dort platziere ich meine Nase. Als Nächstes nimmt man einen Schluck, lässt ihn kurz im Mund, schluckt ihn runter. Ich atme durch den Mund ein und durch die Nase aus, im Fachjargon: retronasales Riechen. So gelangen weitere Aromen in die Nase. Dunkles Malz ergibt karamellige, schokoladige oder Dörrobstnoten, Hopfen kann u. a. zu aprikosigen, zitronigen oder beerigen Geruchsnoten führen – die Hefe zu bananigen, nelkigen, fruchtigen.

Geschmack. Den nächsten Schluck verteile ich im Mundraum, besonders auf der Zunge, drücke ihn gegen den Gaumen. Wie fühlt sich das Bier an – weich, spritzig, cremig, kühlend, winterwarm, zusammenziehend, austrocknend, metallisch?
Fazit: Man muss sich schon auf den nächsten Schluck freuen.





In der Münchner Brauerei im Eiswerk. Tanja, 29, prüft. Von links: Weizenbock Mandarin, „kalt gehopft“; Gladiator Doppelbock, „kräftige Malznoten“; Eiswerk 1881, „Malz, Karamell“; Comet Ale, „Nottingham-Hefe“; Josephs Spezial (auch gr. Foto), traditionelles Braunbier, neu interpretiert, „kräftiger Malzcharakter“.

Tanja Leidgschwendner

ICH BIN BIER-SOMMELIÈRE

Das Erste, was uns an Tanja Leidgschwendner, 29, auffällt, ist dieser Blick, der sagt: Das Leben ist schön.

Die junge Frau schenkt sich mit einer Ruhe, die uns selbst ganz ruhig werden lässt, ein Märzen ein. „Eiswerk 1881“ steht auf dem Etikett. Jetzt hebt sie das Glas, hält es gegen das Licht, dreht es in ihren Händen. Der Gerstensaft funkelt wie dunkler Bernstein. „Was für ein wunderbarer Glanz“, sagt sie. „Perfekt.“

„PERLT ES IM MUND ...“

Tanja ist Biersommelière. Sie verkostet Bier, beschreibt Bier – für Wirte und deren Kunden. Sie schlägt vor, welches Bier zu welcher Speise passt und welche Speise zu welchem Bier.

An ihrem Arbeitsplatz, dem „Eiswerk“, einer kleinen Brauerei der großen Münchner Paulaner Brauerei, ist sie umgeben vom g’schmackigsten Bier, das man sich vorstellen kann.

„Da bist ja jeden Tag voll!“, vermuteten anfangs die Freunde, halb besorgt, halb neidisch. Tanja lacht ihr freundliches, warmes Lachen. „Aber man nimmt ja immer nur ein Schluckerl.“

Sie stellt das Glas auf den Tisch, deutet mit offensichtlichem Gefallen auf den feinporigen Schaum: „Langanhaltend sollte der sein.“ Sie trinkt den Schaum weg. „Jetzt“, sagt sie, „kommt die Geruchsprobe.“ Sie schiebt uns das Glas hin, wir sollen riechen.

„Malzig“, sagt mein Kollege, der Fotoreporter. Tanja lächelt, will wissen, ob wir auch die Karamellnoten erschnüffeln.

Unsere Tanja schwärmt von der Vielfalt des Biers. „Der Wahnsinn, was man aus nur vier Rohstoffen herstellen kann! Allein der CO₂-Gehalt, wie der den Geschmack des Biers beeinflusst. Perlt es im Mund, schmeckt’s fast schaumig ...“

Tanja erzählt beseelt weiter. Von hopfigen Aromen, aprikosig, zitronig, beerig. „Oder wenn ein Bier süß ist“, fragt sie, „ein dunkler Bock etwa, wie schmeckt die Süße? Karamellig? Oder schokoladig?“

Für Tanjas Opa war das einst ganz einfach. „Entweder ist ’s Bier guad, oder es schmeckt greißlich!“, hat er gesagt. Aber was genau schmeckt am Bier – und was nicht? „Das wollte ich wissen“, sagt Tanja, „und wie ich es beschreib. Deshalb wurde ich nach meiner Ausbildung zur Brauerin noch Biersommelière.“

Und nun erzählt sie uns, wie sie Bier verkostet und bewertet. Nähere Angaben oben links im Kasten – Tipps von der Biersommelière. Es beginnt damit, das richtige Glas zu nehmen. ♣

* Brauerei im Eiswerk:

Ohlmüllerstraße 42
81541 München

Tel.: 089/392 92-350

www.brauerei-im-eiswerk.de

MIA SAN BIER

Barbara Lohmeier-Opper, 38, braut ihr Bier nach dem Bayerischen Reinheitsgebot von 1516. Grundlage ist Gerstenmalz. Für Weißbier: Weizenmalz.

Wasser und geschrotetes Malz werden in der Sudpfanne **eingemaischt** und auf maximal 78 °C erhitzt. Dabei wandelt sich die im Malz enthaltene Stärke in **Zucker**. Im Läuterbottich werden feste und flüssige Bestandteile voneinander getrennt, die zurückbleibende Flüssigkeit heißt jetzt **Würze**. Sie wird aufgeköcht und abgekühlt. Durch die Zugabe von **Hefe** beginnt der Gärprozess, bei dem Hefe den Zucker in Alkohol und CO₂ umwandelt. Je mehr Malz („Stammwürze“), desto mehr Alkohol.

Ob ein Bier **obergärig** oder **untergärig** ist, hängt von der verwendeten Hefe ab. Obergärig bedeutet, dass sich die Hefe am Ende der Gärung am oberen Ende des Flüssigkeitsspiegels sammelt. Die untergärige Hefe setzt sich am Boden des Gärgefäßes ab.

Obergärig sind: Weißbier, Alt, Kölsch.
Untergärig: Helles, Pils, Märzen, Dunkel, Lager, Bock – außer Weizenbock.



Barbara „Babsi“ Lohmeier-Opper vor dem Läuterbottich. Hier werden feste von flüssigen Bestandteilen des Suds getrennt. An der Wand alte Werbetafeln anderer Brauereien, gesammelt von Vater Nikolaus, 70, „aus den goldenen Zeiten der Brauereien“. Unten: prüfender Blick ins Spundloch.

Barbara Lohmeier-Opper

WIR VERKAUFEN ALLES, WAS WIR NICHT SELBER TRINKEN

Wie oft hat Barbara Lohmeier-Opper das hören müssen, weil man doch als Brauerin viel unter Männern ist: „Dass du dich das traust, als Frau! – Da darfst nicht zimperlich sein.“

Babsi, wie wir sie nennen sollen, erinnert sich, wie sie mit dem Papa Bier ausfuhr. Da war sie fünf. „Meine kleine Bräuin“, hat der stolze Herr Vater sie genannt.

„Mir ist Tradition wichtig – das Reinheitsgebot, das handwerkliche Arbeiten.“ Den Bräu z’Loh, wie man rundum sagt, gibt es seit vier Generationen. „Seit mein Urgroßvater 1928 die Brauerei gegründet hat, nachdem er eine Anzeige wegen Schwarzbrauens erhalten hatte.“

Damals brauten ca. 25 Bauern in der Gegend für den Eigenbedarf. Beim Lohmeier

Michael war’s besonders süffig, obendrein hat wer zur Unterhaltung Musik gemacht. „Da schenkte mein Urgroßvater halt den Gästen ein, das kann ja nicht umsonst sein.“

Ein Lastwagen fährt in den Hof, bringt eine neue Ladung an Malz. Babsi steckt die Nase hinein. „Es darf nicht muffig riechen, und der Mehlkörper muss weiß sein. Außerhalb Bayerns ist mir aufgefallen, da kaufen die Leut’ oft, was grad im Angebot ist.“

Eigentlich sei es ganz einfach, sagt die Brau-Chefin: „Ein gutes Bier sei ein ehrliches Bier, ein bodenständiges. Aus der Region für die Region. Es muss erschwinglich sein, und wenn man es getrunken hat, geht’s einem besser als vorher.“

Weil Babsi möchte, dass es möglichst vielen Menschen nachher besser geht, sagt sie augenzwinkernd: „Drum verkaufen wir alles Bier, was wir nicht selber trinken.“ 🍀

✳ **Bräu z’Loh:** Brauerei Nikolaus Lohmeier, Loh 7, 84405 Dorfen, Tel.: 08082/442, www.braeuzloh.de



Gisi & Moni Meinel, die „wilden Schwestern“ WIR BRAUEN BIER FÜR FRAUEN

Man hat uns gewarnt. „Ganz wilde, ganz verrückte Weibsbilder sind das.“ Die zwei Schwestern Gisela und Monika aus der Brauer-Dynastie der Familie Meinel in Hof.

Auf nach Hof, dem Landstrich mit der größten Brauereidichte der Welt und dem ältesten Nachweis des Brauens auf deutschem Boden: Kulmbacher Bierampore, 800 v. Chr.

„Ich bin die Hopfenfee“, begrüßt uns Gisela, 29, genannt Gisi. An ihren Ohren baumeln statt Ohringen Kronkorken. Feenmutter Gisela Meinel-Hansen, 64, verkündet: „Die Moni, unsre Hefefee, ist ruhiger.“

Gisi hält uns eine Hopfenblüte unter die Nase. „Dieses Aroma“, schwärmt sie.

Gisi weiter: „Hopfen kann auch ganz anders schmecken. So ist es möglich, dem Bier ganz neue, spannende Geschmacksnoten zu geben.“ Mandarine zum Beispiel. Oder Ananas. Auch Erdbeere, Stachelbeere, Zitrone, Cassis. „Probiert’s doch mal!“

Sie macht eine Flasche auf, 6 % steht auf dem Etikett, holla, holla!

Intensiv riecht das cremeschaumige Bier, „Das kann ja was werden“, denken wir uns. Und während wir einen Schluck probieren,

ruft der Fotokollege: „Einfach der Hammer!“ Moni erinnert sich: „Fünf Jahre ist es her.“ Die beiden Schwestern saßen mit Freundin Isabella Mereien, 30, der „wunderbaren Malzfee“, im Biergarten, und sie tranken Bier, „alle anderen Frauen schlürften Aperol oder nippten am Hugo“.

Da haben sie sich geschworen: „Wir brauen ein Bier von Frauen für Frauen. Mit dem wir sie zum Biertrinken verführen können. Sollte es misslingen, machen wir eine Riesenfete, trinken alles selbst“

Und siehe da, der zauberische Feentrunk „hat voll eingeschlagen“.

Die drei zählen ihr Werk zu den „Craft-Bieren“ – einer Geschmackswelle aus den USA mit „vergessenen Hopfenarten, farbenfrohem Malz, vielfältigen Hefen“.

Und nun gelingt ihnen auch noch dieser Triumph: „Das mögen auch Männer!“ 🍀

* Familienbrauerei Georg Meinel:

Alte Plauener Straße 24, 95028 Hof,
Tel.: 09281/35 14, www.holladiesbierfee.de;
Brauerei Drei Kronen, Hauptstraße 19,
96117 Memmelsdorf, www.drei-kronen.de



Foto oben: Monika Meinel (links) mit „Hopfenzupfer Imperial Pils“, gebraut mit drei Sorten frisch gezupftem Aromahopfen. Gisi, Kronkorken am Ohr, mit Weißbier aus offener Gärung mit eigener Brauhaushefe. Im Regal: „Dinkel Ale“, fruchtig, spritzig, und „Lady Porter“, schoko-beerig.

HONIG, BERGAMOTTE, SAHNEBONBON

Gisi öffnet eine **Hopfendolde**. Der gelbe Staub, Lupulin, enthält Bitter- und Aromastoffe. Überhaupt ist der Hopfen das Geheimnis ihrer Biersorten. Gisela und Monika Meinel erklären: „Wichtig sind die Aromahopfen. Es sind **keine Neuzüchtungen**, sie waren bloß vergessen.“

Vorzüge: hoher Gehalt an ätherischen Ölen, die dem Bier eine duftende Blume zaubern, das Bouquet. Beispiele für Aromahopfen: Mandarina Bavaria (Noten von Mandarine, Ananas, Stachelbeere, Zitrone); die würzige Hopfensorte Saaz (Honig, Bergamotte, Kamillente) „eignet sich hervorragend“ für Pilsner, helles Doppelbock, helles Kellerbier; Cascade-Hopfen (Brombeere, Sahnebonbon, Litschi) macht sich gut für Indian Pale Ale, Dinkel Ale, Summer Ale.

—
„EIGENTLICH IST DAS BRAUEN
MÄNNERARBEIT,
DENN MAN BRAUCHT SCHMALZ
IN DEN ARMEN.“
—





98 °C heißer Dampf wallt aus dem Sudkessel, wenn Birgit Strasser mit der geeichten Holzlatte die Füllhöhe im Sudkessels misst. Foto linke Seite: Birgit prüft die Optik des Weißbiers. Gleich wird es „gespindelt“, d. h. der Gärfortschritt gemessen – und verkostet.

Birgit Strasser

LIEBES WEISSBIER, BLEIB GANZ RUHIG

Wir sollen ins Sudhaus gehen, sagt man uns. Dort würden wir sie finden: Birgit Strasser, die jüngste der drei Graminger Brau-Schwwestern.

Aber wir sehen niemanden, doch, ein blonder Schopf taucht in der Einfüllluke des Läuterbottichs auf, ruft: „Obacht!“

Unwillkürlich ducken wir uns.

Mit Schwung wuchtet die 41-jährige Birgit eine meterlange, mit feinen Schlitzern versehene Messingplatte aus der Öffnung des Bottichs, das Metallteil zum Filtern der Bierwürze hat leicht 15 Kilo.

„Eigentlich ist das Brauen ja Männerarbeit“, schnauft Birgit, „denn man braucht Schmalz in den Armen.“

„Männerarbeit“, sagt sie tatsächlich. Wo doch hier im Weißbräu zu Graming, einem Ortsteil von Altötting, die Brauerei von einem Triumphfeminat regiert wird.

Wir stellen sie vor, die Graminger Weißbier-Schwwestern: Sabine Detter, 47, Braumeisterin; Iris Detter, 43, sie schmeißt als gelernte Hotelfachfrau die Wirtschaft; und Birgit Strasser, auch Braumeisterin, die mit Metallteilen um sich wirft. „Wir reinigen heute den Filter des Läuterbottichs.“

Sie trocknet die feuchte Hand an der Hose ab, streckt sie uns entgegen: „Gehts schon mal ’nüber in die Gaststub’n. Die Iris macht euch ein Weißbier auf.“

Die Iris setzt sich zu uns und erzählt: „Lange Zeit waren wir die einzige Weißbierbrauerei weit und breit.“

Denn anders als heute, wo man fast glauben könnte, ein rechter Bayer würde mit einem Weißbierglas in der Hand geboren, wurde ein „Weizen“ noch vor wenigen Jahrzehnten eher selten ausgeschenkt.

Das mag daran gelegen haben, sinniert Iris, dass in den alten Traditionsbrauereien noch immer das fast 200-jährige Weißbiermonopol der Wittelsbacher fortwirkte, von 1602 bis 1789 eine sichere Einnahmequelle für den bayerischen Staatshaushalt.

Obendrein, meint sie lachend, sei „Weißbier ein bisschen mimosenhaft“.

„Mimosenhaft wie das Weißbier sind wir aber nicht“, schmunzelt Birgit. Sie kommt aus dem Sudhaus zu uns, wo sie gerade noch, eingehüllt von einer Dampfwolke, die Füllhöhe des Sudkessels überprüft hat. „In einem kleinen Betrieb, da muss man hinlangen – auch als Frau.“

Ihr oberstes Gebot ist: „Wir lassen uns Zeit beim Bierbrauen. Das zahlt sich aus.“

Sie führen mit Leidenschaft fort, was ihre Familie seit jeher braut: „Graminger Berggeist“. So haben ihn die Stammtischbrüder einst getauft. Und so heißt er noch heute. Wir haben ihn gekostet. Was dann geschah, ist nicht näher protokolliert. ☘

* **Graminger Weißbräu:** Graming 79, 84503 Altötting, Tel.: 08671/96 14-0, www.graminger-weissbraeu.de

Rezept

GRAMINGER BERGGEISTPARFAIT auf Kirschragout



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ½ l Schlagrahm
- 125 g Zucker
- ½ l Graminger Berggeist
- 4 Eigelb
- 1 TL Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 1 Blatt weiße Gelatine
- 2 cl Hopfenschnaps
- 1 cl Amaretto
- 1 cl Rum

ZUBEREITUNG

1. Schlagrahm steif schlagen, kühl stellen. 1 EL Zucker im Topf karamellisieren. Graminger Berggeist zugießen, zu Sirup einkochen.
2. Eigelb, Vanillezucker, Salz und restlichen Zucker über dem Wasserbad schaumig schlagen. Gelatine in Biersirup auflösen; Hopfenschnaps, Amaretto und Rum zugeben.
3. Alles auf Eiswasser kalt rühren, geschlagenen Rahm unterheben, in Kastenform füllen, Parfait mindestens 3 Stunden in den Froster stellen.

Für das Kirschragout:

- 1 Glas Sauerkirschen
- 2 EL Zucker
- 4 cl Kirschlikör
- Salz
- Zimt
- 1 TL Speisestärke

ZUBEREITUNG

1. Sauerkirschen im Sieb abgießen (Saft aufheben), Zucker im Topf karamellisieren, Kirschsafte zugeben, aufkochen.
2. Salz, Zimt zugeben, mit aufgelöster Speisestärke binden, Kirschlikör zugeben.



Schwester Doris Engelhard

MEINE GESUNDE SCHLANKHEITSKUR MIT BIER

Sie ist anders. Ganz anders, als man sich eine Nonne vorstellt.

Sie kann fluchen wie ein Bierkutscher. Sie hat ihren eigenen Kopf. Was sie nicht mag, wird nicht gemacht, Weißbier zum Beispiel. Sie gluckst und lacht, dass die Klostermauern vibrieren.

Schwester Doris Engelhard, 68, von den Mallersdorfer Schwestern aus dem Landkreis Straubing-Bogen, kann brauen. Sie ist die einzige aktive klösterliche Braumeisterin Deutschlands. Ihr Bier ist himmlisch. Bitte, das Wortspiel muss erlaubt sein.

„MIT ZUGEHALTENER NASE“

Schwester Doris, weißer Kopfschleier, blaue Kittelschürze, schmunzelt: „Wer nicht genießen kann, wird ungenießbar.“ Sie sagt, wer verdrießlich ist, dem hilft auch kein Bier. Da passt es, dass sie uns fröhlich und mit deftiger Brotzeit begrüßt: „So viel Zeit muss sein.“ Überhaupt die Zeit: Hier bestimmt der Mensch über die Zeit – und nicht die Zeit über den Menschen. Auch das Bier „kriagt sei’ Zeit“. Wir kraxeln hinter ihr eine

steile Treppe und zwei Stockwerke hoch. Wir sehen eine große, flache Kupferpfanne, das Kühlschiff.

In ihm setzen sich die Trübstoffe ab, kühlt langsam die heiße Würze aus. Vorteil der Langsamkeit: „Der beim Mälzen entstandene Schwefel kann, wie die alten Bierbrauer sagten, ausstinken, die Würze mehr Sauerstoff aufnehmen – das Bier wird bekömmlicher, schmackhafter. „Das ist eine Frage der Philosophie.“

Jede fünfte Flasche trinken die Schwestern selbst, „jede, so viel sie mag“. Schwester Doris schaut zum Himmel, von dort kommt wohl zustimmendes Gemurmel. „Aber“, fährt Schwester Doris mit großer Geste fort, „wenn das Bier nicht schmeckt, werden sie rebellisch.“ Wieder gluckst dieses ansteckende Lachen aus ihr raus: „Sie sind aber noch nie rebellisch geworden.“

Ihr erstes Bier hat sie kurz vor der Meisterprüfung 1974 getrunken. „Mit zugehaltener Nase! Aber... es hat geschmeckt.“ Mittlerweile „bestimmt das Bier schon seit 40 Jahren meinen Rhythmus“. Heute früh

um halb vier musste sie Sud aufsetzen – „dann hat das Bier eben Vorrang vor dem Morgengebet“.

Ganz besonders gefällt ihr aber, dass sie in der Brauerei ihr eigener Herr ist. Weshalb ihr die anderen Schwestern nicht dreinreden können: „Wer in Gott’s Nam’ ein Weißbier will, muss es sich halt kaufen.“


Das Bier füllt Schwester Doris in Maurerflaschen, das sind die mit dem Bügel. „Mir hamn nie auf Kronkorken umg’sstellt, heut sind sie wieder modern.“ Sie kichert, amüsiert sich über die Moden der Welt – und gönnt sich ein Schluckerl aus dem Krügerl.

Auf der Bierflasche ist ein Etikett mit ihrem Porträt. Wer aus der Flasche trinkt, „kann also mit mir schmusen“. Wir greifen nach einer Flasche, lassen es herzlich plopen. Vergelt’s Gott, Schwester Doris. ♣

* Kloster Mallersdorf:

Klosterberg 1, 84066 Mallersdorf-Pfaffenberg, Tel.: 08772/69 00, www.mallersdorfer-schwestern.de





Linke Seite: Mit Genuss prostet uns Schwester Doris mit ihrem Bier zu. An der Wand ein Foto von ihrer Lehrmeisterin, Schwester Lisan. Mitte: Bierflasche, auf dem Etikett trägt sie Ordenstracht. Unten: Wartezeit beim Brauen, Schwester Doris, mit Kopfschleier und Kittelschürze, vor dem Brauerei-Katechismus von 1910. Der Stuhl stammt angeblich aus einem Schlafzimmer Napoleons.

DER BIERBAUCH KOMMT ALLEIN VOM ESSEN

*Schwester Doris und ihr kleines Bier-Brevier.
Sie sagt: Bier ist gesund, es enthält viel Vitamin B.*

Sie empfiehlt: $\frac{3}{4}$ bis 1 Liter Bier pro Tag, sonntags am Stammtisch auch mal 2 Maß.

Sie betont, Bier sei das **kalorienärmste** unter den alkoholischen Getränken. „Deshalb macht Bier auch nicht dick. Der Bierbauch kommt einzig und allein vom Essen.“

Mit Bier kann man eine gesunde **Schlankheitskur** machen: „Einmal in der Woche einen Biertag einlegen, nichts essen, nur wenig Wasser trinken. Morgens: 1 Kaffeetasse Bier, mittags: $\frac{1}{4}$ Liter, abends: $\frac{1}{2}$ Liter Bier „oder etwas mehr“.

Weil Bier **entwässernd** wirkt, nimmt man am ersten Tag bis zu 2 kg ab. Schwester Doris: „Jeder muss sich überlegen, warum er abnehmen will. Wichtig ist, sich selber zu mögen, zu seinen ererbten Möglichkeiten ja zu sagen. Wer ständig einem Ideal hinterherrennt, wird weder gesünder noch glücklicher.“