

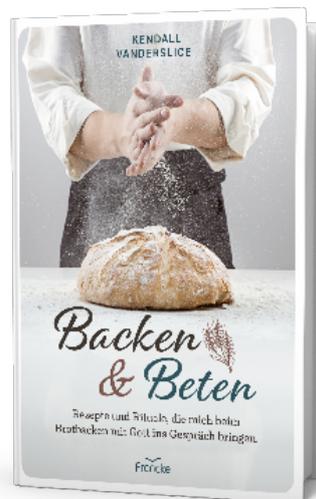
Konzept für einen „Backen & Beten“-Workshop in einer Buchhandlung oder Gemeinde

Kendall Vanderslice

Backen & Beten

Rezepte und Rituale, die mich beim Brotbacken mit Gott ins Gespräch bringen

ISBN: 978-3-96362-446-9



Herzliche Einladung, „Backen & Beten“ live zu erleben!

Mit unserem Veranstaltungskonzept möchten wir Buchhandlungen und Gemeinden ermutigen, die Botschaft des Buches von Kendall Vanderslice auf besondere Weise erlebbar zu machen. Dieses Material enthält alles, was Sie für eine inspirierende Veranstaltung brauchen – von einem thematischen Input über praktische Backanleitungen bis hin zu Texten zum Vorlesen. Begeben Sie sich gemeinsam mit Ihren Gästen auf eine geistliche Reise, bei der Brotbacken zum Ritual wird, das uns Gott näherbringt. Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Umsetzen und Segensmomente für alle Teilnehmenden!

Ablauf

Begrüßung. Die Teilnehmenden werden herzlich willkommen geheißen. Eine kurze Einführung gibt einen Überblick über den Ablauf der Veranstaltung und vermittelt Vorfreude auf das gemeinsame Erleben.

Input. Stellen Sie die Idee des Buches vor: Welche Bedeutung hat Brot in der Bibel? Wo kommt es vor? Zum Beispiel Jesus als das Brot des Lebens, Einsetzung des Abendmahls ... Erklären Sie, wie Gott das Körperliche nutzt, um uns geistlich anzusprechen. (*Material 1: Zusammenfassung dieser Themen ist beigelegt.*)

Gemeinsames Teigkneten. Bereiten Sie vorgegebene Teigportionen für alle Teilnehmenden vor (*Material 2: Grundrezept ist beigefügt*). Die Gruppe knetet, dehnt und faltet den Teig gemeinsam. Dabei sprechen die Teilnehmenden ein Gebet, das eine Weile wiederholt wird: EINATMEN: „Großer Gott“ (dehnen), „du kommst“ (falten), AUSATMEN: „zu uns“ (dehnen) „im Brot“ (falten), EINATMEN: „halte uns“ (dehnen) „ganz nah“ (falten), AUSATMEN: „bei dir“ (dehnen und falten).

Schaffen Sie zudem Raum für stille Gebetsmomente, in denen jeder für sich beten kann. Das Brot kann abschließend dekorativ eingeritzt werden, zum Beispiel mit einem Kreuz, und dann gebacken werden.

Verkostung. Bereiten Sie ein frisch gebackenes Brot vor, das während des Backvorgangs gemeinsam probiert wird – am besten mit Butter oder einfachen Beilagen. Während der Verkostung wird eine Andacht von Kendall Vanderslice zum Thema „Ruhezeiten und das richtige Timing“ vorgelesen. (*Material 3: Andachtstext ist beigefügt.*)

Austausch. Ermutigen Sie die Teilnehmenden, ihre Erfahrungen zu teilen: Wie haben sie das Kneten und Falten des Teigs erlebt? Was hat es in ihnen ausgelöst?

Abschließender Input (optional). Bringen Sie die Themen des Buches mit dem Kirchenjahr in Verbindung. Sprechen Sie über die internationale Vielfalt der christlichen Backtraditionen, die im Buch vorgestellt wird. (*Material 4: Vorschlag für diesen Input ist beigefügt.*)

Verabschiedung. Schließen Sie die Veranstaltung mit einem Dank an die Teilnehmenden und einem Gebet ab. Laden Sie dazu ein, die Methode „Backen & Beten“ auch im Alltag auszuprobieren.

Material 1:

Brot ist in der Bibel mehr als ein Lebensmittel. Brot ist ein Zeichen für Gottes Gegenwart, Fürsorge und Segen – selbst in einer gefallenen Welt.

Die erste Erwähnung von Brot in der Bibel findet sich in 1. Mose 3,19, kurz nach dem Sündenfall: „Im Schweiß deines Angesichts sollst du dein Brot essen.“ Dort wird deutlich: Die Herstellung von Brot ist mühsam – eine direkte Folge der Trennung von Gott. Es braucht harte Arbeit, um aus Getreide Brot zu machen. Dieser Aufwand spiegelt die Gebrochenheit der Schöpfung wider. Doch gerade in dieser Mühe liegt auch ein Segen: Brot enthält fast alles, was der Mensch zum Leben braucht, und ist zugleich ein Symbol für Gottes Gnade trotz der gefallenen Welt.

In der Bibel zeigt sich Gottes übernatürliche Versorgung immer wieder in Form von Brot. Ein Beispiel ist das Manna, das die Israeliten während ihrer Wüstenwanderung täglich erhielten – ein Brot vom Himmel, das sie ohne eigene Anstrengung sammeln konnten. Ebenso speiste Jesus die Fünftausend mit nur fünf Broten, ein Wunder, das die alltägliche Mühsal bei der Brotherstellung überwand und Gottes überreiche Fürsorge offenbarte.

In Johannes 6,48 sagt Jesus sogar von sich selbst: „Ich bin das Brot des Lebens.“ In der Nacht vor seinem Tod nahm er Brot, brach es, reichte es seinen Jüngern und erklärte: „Das ist mein Leib, der für euch gegeben wird; das tut zu meinem Gedächtnis“ (Lukas 22,19). Dieses Abendmahlsbrot steht nicht nur für Sättigung, sondern für Erlösung: Jesus nahm Sünde und

Tod auf sich und schenkte neues Leben. Das Brot des Abendmahls ist somit ein Zeichen für Gottes neue Schöpfung und ein Versprechen, dass er alles wiederherstellen wird.

Brot bleibt bis heute ein Symbol dieser Spannungen: Es zeigt die Gebrochenheit der Welt – etwa in Kriegen um Getreide oder Krankheiten durch industrielle Nahrung – und zugleich Gottes Treue und Hoffnung. Beim Abendmahl und beim Teilen des täglichen Brotes erinnern sich Gläubige weltweit an diese Verheißung. Brot wird so zu einem Mittel, durch das Gottes Nähe erfahrbar wird – ein kleiner Vorgeschmack auf das kommende Reich Gottes, das sich wie Sauerteig ausbreitet.

Kendall Vanderslice beschreibt das Brotbacken als eine sinnliche und körperliche Form des Gebets. Es geht nicht nur darum, Brot zu essen, sondern den gesamten Prozess des Backens als geistliche Praxis zu verstehen. Der Mensch wurde mit Sinnen geschaffen, um die Welt – und auch Gott – durch Schmecken, Riechen und Fühlen zu erfahren. In dieser sinnlichen Erfahrung liegt ein Zugang zur göttlichen Gegenwart.

Durch das Backen von Brot – das Kneten, Formen und Gären-Lassen – erleben wir auf greifbare Weise Gottes Wirken in der Welt. Die natürlichen Prozesse des Backens spiegeln geistliche Wahrheiten wider. Wie etwa der Teig beim Dehnen und Falten an Festigkeit gewinnt, stärken uns auch schwierige Zeiten durch Gottes Hilfe. So wird das Backen zu einem Gebet mit dem Körper, einer Möglichkeit, Gottes Gegenwart sinnlich zu erfahren. Man braucht keine besonderen Mittel – nur Offenheit, Achtsamkeit und das bewusste Verweilen in Gottes Nähe.

Material 2:

Die „Backen & Beten“-Methode

Brot ist etwas unglaublich Einfaches und gleichzeitig äußerst komplex. Im Grunde besteht es aus vier schlichten Zutaten: Mehl, Wasser, Salz und Hefe. Rein technisch kann man ein Brot auch ohne Salz herstellen, auch wenn es dann nicht so gut schmeckt und die Konsistenz etwas seltsam wäre. Man muss auch nicht unbedingt Hefe verwenden. Wer Lust auf ungesäuertes Brot hat, kann Brot also tatsächlich aus nur zwei Zutaten herstellen.

Das „Backen & Beten“-Grundrezept

Zutaten:

360 g Weizenmehl (Typ 550)

65 g Weizenvollkornmehl

1 TL feines Meersalz

1/4 TL Trockenhefe

350 ml Wasser (Zimmertemperatur)

Schritt 1:

Vermischen Sie Mehl, Salz und Hefe in einer großen Schüssel (mind. 3 Liter). Fügen Sie das Wasser hinzu und verrühren Sie alles, bis ein weicher, klebriger Teig entsteht. Anfangs wirkt die Masse sehr flüssig – das ist normal. Bedecken Sie die Schüssel mit Frischhaltefolie oder einem feuchten Geschirrtuch und lassen Sie den Teig 30 Minuten ruhen.

Schritt 2:

Nach der Ruhezeit dehnen Sie eine Seite des Teigs vorsichtig und falten sie über den Rest des Teigs. Drehen Sie die Schüssel um 90 Grad und wiederholen Sie diesen Vorgang 4- bis 20-mal, bis der Teig geschmeidig und zusammenhängend wird. Decken Sie ihn wieder ab und lassen Sie ihn für 8 bis 18 Stunden ruhen. Der Teig wird sein Volumen mehr als verdoppeln. Falls Sie erst später Zeit zum Backen haben, lassen Sie ihn zunächst 4 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen und stellen Sie ihn anschließend in den Kühlschrank.

Schritt 3:

Stürzen Sie den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche. Falten Sie ihn wie einen Briefumschlag (in Dritteln) und lassen Sie ihn etwa 10 Minuten ruhen.

Schritt 4:

Formen Sie den Teig endgültig, indem Sie ihn erneut zweimal falten wie einen Briefumschlag. Drehen Sie ihn mit der Saumseite nach unten und legen Sie ihn auf ein mit Backpapier belegtes Backblech. Lassen Sie den Teig noch einmal 30 Minuten ruhen.

Schritt 5:

Heizen Sie den Backofen auf 240°C vor (Ober- und Unterhitze).

Schritt 6:

Backen Sie das Brot bei 220°C für 30–45 Minuten. Das Brot ist fertig, wenn die Kruste goldbraun ist und es beim Klopfen hohl klingt.

Schritt 7:

Lassen Sie das Brot mindestens 30 Minuten bei Zimmertemperatur abkühlen, bevor Sie es anschneiden. Servieren Sie es in Scheiben – besonders lecker mit Butter oder Marmelade.

Material 3:

Ruhezeiten und das richtige Timing

Meine Mutter besuchte mich in meinem neuen Zuhause zwei Tage nach meinem Einzug. Ich hatte die Wohnung online entdeckt und eine Freundin gebeten, sie für mich zu besichtigen, bevor ich den Mietvertrag unterzeichnete. Nachdem ich wochenlang ihre Bilder betrachtet hatte, konnte ich es kaum erwarten, die Wohnung selbst in Augenschein zu nehmen. Als meine Mutter eintraf, hatte ich schon alle Umzugskartons hineingeschleppt und die Möbel aufgebaut. Ich führte meine Mutter durch das vordere Zimmer, das ich als Wohn-Esszimmer nutzen wollte, durch die Küche und ins Schlafzimmer. Beim Anblick des Badezimmers zog sie ihre Augenbrauen nach oben. Es war in einen alten Schrank eingebaut und kaum groß genug, um aufrecht darin stehen zu können.

„Wir brauchen ein paar schöne Einlagen für die Küchenschubladen“, sagte meine Mutter. Sie hatte mit den Einlagen nicht ganz unrecht – meine Küchenutensilien hatten auf dem alten, etwas klebrigen Holz nichts verloren. Neben den fragwürdig aussehenden Schubladen blätterte auch das Vinyl von den Arbeitsplatten ab und ich brauchte ein paar Kindersicherungen, um manche Schranktüren fest verschließen zu können. Doch diese Details fielen mir überhaupt nicht auf. Ich war aufgrund der Tatsache, endlich eine eigene Küche zu haben, völlig aus dem Häuschen. Drei Tage lang schrubbten wir alles sauber, strichen die Wände und fuhren unzählige Male zu den örtlichen Einrichtungsgeschäften und Baumärkten.

Als meine Mutter wieder abreiste, fühlte ich mich in der Maisonette-Wohnung aus den 1920er-Jahren schon beinahe wie zu Hause.

Während meine Mutter sich erleichtert über meinen Zustand auf den Weg zum Flughafen machte, schloss ich die Tür hinter ihr, ging in die Küche und schickte mich an, mein erstes Brot in meinem neuen Zuhause zu backen.

In den vergangenen Jahren hatte ich unterschiedliche Gemeinden kennengelernt – eine liturgisch geprägte und eine freie. Diese Zeit hatte alle möglichen theologischen Fragen in mir aufgeworfen, sowohl persönliche als auch berufliche. Ich wollte besser verstehen, wie sich manche theologischen Unterschiede in den christlichen Gemeinden entwickelt hatten. In der freien Gemeinde erlebte ich, wie Gott das Brotbacken gebrauchte, um mir zu begegnen. Diese Erfahrung trieb mich an, die Rolle des Brotes in der Geschichte und der Tradition der Kirche näher zu erforschen.

Mein neues Zuhause gab mir zusätzlich eine neue Perspektive auf das Brotbacken: die Chance, in meiner eigenen Küche Gott zu begegnen und Brot für mich selbst und nicht für den Verkauf zu backen, wie in meiner beruflichen Tätigkeit als Bäckerin.

Von Rabbi Abraham Heschel ist folgende Aussage bekannt:

**„Wenn du mit den Händen arbeitest, solltest du in deinem Geist Sabbat feiern.
Wenn du mit deinem Geist arbeitest, solltest du deinen Händen
die Sabbatruhe gönnen.“**

Ich hatte bis zu diesem Zeitpunkt vor allem mit meinen Händen gearbeitet – als Bäckerin in einem Sterne-Restaurant. Jetzt war ich für zwei Jahre bereit, „Sabbat zu feiern“, indem ich Theologie studierte und meine Hände ruhen ließ. Ohne die körperlichen Belastungen, die entstehen, wenn man für viele Leute backt, wurde das Backen zu Hause für mich zu einer Einladung, vor Gott zur Ruhe zu kommen. Es war genau die Art der Erholung, die ich in meinem Studium in den kommenden Jahren brauchen würde.

Die Phase, die beim Brotbacken auf das Dehnen und Falten folgt, ist die lange Teigruhe bzw. Gärphase. Das ist die Phase, in der die Hefe sich von der Stärke ernährt, die natürlicherweise im Weizen vorkommt (wenn das Rezept Zucker enthält, übernimmt dieser die Rolle der Stärke). Während sich die Hefe durch den Teig arbeitet, setzt sie Kohlenstoffdioxid und Ethanol frei. Diese Kombination aus Gas und Alkohol durchsäuert den Teig und verleiht ihm Aroma.

Mein Grundrezept basiert auf sehr kleinen Hefemengen, die viel Zeit bekommen, um sich durch den Teig zu arbeiten. Da die Hefemenge so gering ist, lässt das Rezept auch viel Spielraum hinsichtlich der Gärzeit. Enthält ein Rezept viel Hefe, besteht die Gefahr der Übergare. Dabei geht der Hefe der Zucker aus, von dem sie sich ernährt. In diesem Fall wird die Hefe sauer, bevor der Teig überhaupt im Ofen landet. Er fällt dann wieder etwas zusammen und verliert seine Spannung. Wenn kein Zucker mehr vorhanden ist, kann er auch nicht im Ofen karamellisieren, sodass das Brot nicht braun wird und keine knusprige Kruste formt. Da mein Teig nur wenig Hefe enthält, dauert es viel länger, bis der Zucker aufgebraucht ist. So bin ich bei der langen Gärung sehr flexibel. Bei diesem Rezept kann man in 8 bis 18 Stunden ein gutes Brot backen (wobei ich glaube, dass der beste Zeitpunkt irgendwo zwischen 12 und 18 Stunden liegt).

Diese Phase des Brotbackens macht mich immer sehr demütig. In dieser Zeit entstehen das Aroma und die Textur des Brotes. Gleichzeitig ist es die Phase, in der wir als Bäcker und Bäckerinnen nur eine ganz kleine Rolle spielen. Wir müssen geeignete Rahmenbedingungen für unser Brot schaffen. Und dann müssen wir es loslassen und darauf vertrauen, dass die Hefe ihre Arbeit tut.

Ich bin sehr schlecht darin, die Hände in den Schoß zu legen. Es gibt so viel, was ich erreichen will, so viele Aufgaben, die ich erledigen muss, sodass ich kaum zur Ruhe komme. Und nicht nur das: Mich zu entschleunigen, bedeutet auch, dass mein Körper und mein Geist zur Ruhe kommen und ich mich mit meinen Gedanken und Ängsten auseinandersetzen muss, die ich lieber verdrängen würde.

Das ist vielleicht eines der größten Probleme, die wir in unserem technologisch geprägten Zeitalter haben: Wir haben so viele Werkzeuge und technische Helferlein entwickelt, mit denen wir die Grenzen zwischen Ruhe und Beschäftigung bis ins Unkenntliche verwischen können. Elektrisches Licht ermöglicht es uns, ganze Nächte durchzuarbeiten. Koffein hält uns wach, wenn wir eigentlich schon längst am Ende unserer Kräfte sind, und Schlafmittel oder Melatonin-Tabletten sorgen dafür, dass wir selbst bestimmen können, wann wir schlafen gehen wollen. Es gibt Messenger-Dienste, mit deren Hilfe wir 24 Stunden am Tag mit Freundinnen, unserer Familie und Arbeitskollegen kommunizieren können. Das bedeutet aber auch: Wir werden niemals fertig mit dem, was wir tun. Wir müssen uns aktiv dafür entscheiden, eine Pause einzulegen, bevor unser Körper uns irgendwann dazu zwingt.

Aber Gott lädt uns ein – nein, er befiehlt es uns geradezu –, zur Ruhe zu kommen. Auf dem Höhepunkt seiner schöpferischen Tätigkeit setzte Gott eine Zeit der Ruhe fest. Das war nicht einfach eine Phase der Erholung, weil die Erschaffung der Welt Gott so viel abverlangt hätte. Es war eine Zeit, um all das zu genießen, was er gerade erschaffen hatte. Gott ruft uns auf, es ihm gleichzutun. Im dritten Gebot gibt er uns die Anweisung, den Sabbat zu heiligen und von der Arbeit auszuruhen. Dieser Ruhetag ist dazu gedacht, sich an Gott, der Gemeinschaft mit anderen und an Gottes Schöpfung zu erfreuen.

Das macht mich demütig. Manchmal denke ich, es sei unmöglich. Ich habe doch immer so viel zu tun und kann nicht einfach Pause machen! Die Zeit der Ruhe erinnert mich aber daran, dass ich ein Geschöpf bin und Grenzen habe. Und es ist sehr gut, dass ich sie habe.

Ruhe ist nicht nur eine Belohnung dafür, dass wir unsere Ziele erreicht und unsere Aufgaben erfüllt haben. Es ist nicht nur eine Zeit der Erholung, nachdem wir unsere Arbeit getan haben. Es ist eine Zeit, in der wir einfach wir selbst sein dürfen. In dieser Zeit ist Gott in uns am Werk, entwickelt uns und bereichert unser Leben, so wie die Hefe den Teig verwandelt, ihm sein Aroma verleiht und ihn wachsen lässt. Diese Veränderungen geschehen ganz langsam, auf mikroskopischer Ebene. Aber mit der Zeit können wir die wunderbaren Ergebnisse sehen. Der lange, langsame Gärungsprozess erinnert uns immer wieder daran, dass Ruhe uns formen kann – nicht aufgrund dessen, was wir erreichen, sondern aufgrund dessen, was in unserem Inneren geschieht.

Die Ruhephase lädt uns ein, zu vertrauen. Wir müssen darauf vertrauen, dass die Hefe zuverlässig ihre Arbeit tut. Wir müssen darauf vertrauen, dass Gott seine Verheißungen wahr macht, auch wenn wir das Ergebnis erst einmal nicht sehen können. Und wir müssen darauf vertrauen, dass diese Ruhephase, so unlogisch sie uns auch erscheinen mag, letztendlich zu etwas viel Besserem führt, als wenn wir uns nicht auf sie eingelassen hätten.

Fehlende Ruhe wirkt sich negativ auf die Qualität des Brotes aus. Zurück bleibt dann nur ein fades, krümeliges Etwas, das nur ganz entfernt an leckeres Brot erinnert. Würden wir von Anfang bis zum Ende aktiv mit dem Teig arbeiten, würden wir am Ende ein ziemlich schlechtes Brot in den Händen halten. Wenn wir dem Teig aber seine Ruhe gönnen und selbst ebenfalls eine Pause einlegen, erhalten wir das köstliche Geschenk, das nur durch die Gnade der Zeit entsteht.

Kendall Vanderslice

Material 4:

Der christliche Kalender teilt das Kirchenjahr in mehrere Abschnitte und erzählt auf diese Weise jedes Jahr neu die Geschichte von Jesus. In vielen Kirchen und Gemeinden werden die Übergänge in einen neuen Abschnitt des christlichen Jahres durch kleine Änderungen markiert – zum Beispiel durch die Änderung von Farben bei den Altartüchern oder durch besondere Gebete oder Lieder. Diesen Rhythmus können wir auf unser persönliches Leben übertragen. Ein einfacher Weg, damit anzufangen, ist, Rezepte nachzubacken, die für diese Zeit des christlichen Jahreskreises typisch sind. Und zu lernen, wo deren Ursprünge liegen.

Das Kirchenjahr beginnt vier Wochen vor Weihnachten mit der Adventszeit. Die Adventszeit ist eine Zeit der Vorbereitung auf die Geburt von Jesus mit dem Ausblick darauf, dass er eines Tages wiederkommen wird. Ab dem 24. Dezember geht der Advent in die Weihnachtszeit über – in den kommenden Tagen bis zum 6. Januar wird gefeiert, dass Jesus Mensch wurde. Der 6. Januar markiert den Tag, an dem die Weisen aus dem Morgenland Jesus im Stall besuchten. Damit beginnt die Epiphaniast-Zeit, die bis zum Beginn der Fastenzeit bzw. Passionszeit andauert. Die Passionszeit wiederum dauert bis zum Ende der Karwoche – in dieser Zeit erinnern wir uns an das Wirken von Jesus auf der Erde. In der Karwoche denken wir besonders an das Leiden und Sterben von Jesus und am Ostersonntag feiern wir fröhlich seine Auferstehung. In der darauffolgenden österlichen Zeit feiern wir, dass Jesus den Tod besiegt hat. Diese Zeit dauert 50 Tage. Sie endet an Pfingsten. Am Pfingstfest feiern wir, dass Gott seinen Heiligen Geist auf seine Nachfolger und Nachfolgerinnen ausgegossen hat. Danach beginnt die Trinitatiszeit bzw. die „Zeit im Jahreskreis“, der längste Zeitabschnitt des Kirchenjahres, ohne große christliche Feste. Dennoch ist diese Zeit alles andere als ereignislos, denn in den unterschiedlichen christlichen Traditionen beinhaltet sie Gedenktage, die treuen Nachfolgern und Nachfolgerinnen von Jesus gewidmet sind.

Wenn wir den christlichen Jahreskreis durchlaufen und uns die Geschichten des Glaubens erzählen, verstehen wir immer mehr, wie Gott immer noch in unserer Welt wirkt. Wir erleben die Vorfreude im Advent und durchleben den Schmerz beim Warten auf die Wiederkunft Christi, was uns dazu befähigt, seine Menschwerdung und die Verheißung seiner Wiederkunft noch intensiver zu feiern. Wir lassen uns mit der tiefen Zerbrochenheit in unserem eigenen Leben konfrontieren, was uns darauf vorbereitet, Jesu Tod und Auferstehung in seiner großen Tragweite zu erspüren. Und indem wir diejenigen ehren, die vor uns da waren, werden wir daran erinnert, dass wir eine große Gemeinschaft von Christen und Christinnen sind, die bis heute versuchen, Gottes Liebe in der Welt widerzuspiegeln und den Glauben von Generation zu Generation weiterzugeben.

Die Brotrezepte in dem Buch von Kendall Vanderslice stammen aus christlichen Traditionen auf der ganzen Welt. Sie wurden in unterschiedlichen geografischen Regionen und in orthodoxen, katholischen und protestantischen Glaubensrichtungen entwickelt. Manche der Rezepte haben ihren Ursprung auch in vorchristlichen volkstümlichen Traditionen. Einige Rezepte sind speziell für bestimmte Zeiten im Kirchenjahr, zum Beispiel für Epiphania, die Fasten- und Passionszeit oder Ostern gedacht, während andere für besondere Festtage innerhalb dieser Zeiten sind, zum Beispiel das vorweihnachtliche lateinamerikanische Fest „Las Posadas“ oder das skandinavische „Lucia“-Fest.

Zu jedem Rezept gibt es einen kleinen Abschnitt zum geschichtlichen Hintergrund des Gebäcks. So können wir beim Backen und späteren Genießen im wahrsten Sinne des Wortes schmecken, dass wir – die weltweite Gemeinde – im Brot des Lebens, in Jesus, eins sind.