

Thema: Närrisches Gebäck – Berliner, Krapfen oder Pfannkuchen?

Beitrag: 1:25 Minuten

Anmoderationsvorschlag: Die fünfte Jahreszeit steht wieder an – am Rosenmontag hat das närrische Treiben seinen Höhepunkt. Und egal, ob man in einer Hochburg wohnt oder in einer Region, in der es eher ruhiger zugeht, es gibt Traditionen, die werden überall gepflegt: Zum Beispiel, dass am Rosenmontag Berliner/Pfannkuchen/Krapfen gegessen werden. Aber wie werden die eigentlich hergestellt? Das weiß Helke Michael.

Sprecherin: Nachdem die Berliner, Pfannkuchen oder auch Krapfen geformt sind, werden sie auf heißem Fett schwimmend von beiden Seiten ausgebacken oder gesiedet. Wenn sie dann abgetropft sind, werden sie gefüllt, glasiert oder gezuckert. Die Fette, die für das Ausbacken genutzt werden, haben allerdings nicht den besten Ruf.

O-Ton 1 (Prof. Jan Fritsche, 0:18 Min.): „Fette sind notwendiger Bestandteil unserer Ernährung. Es gibt essentielle Fettsäuren – so zum Beispiel Omega-3 und Omega-6 Fettsäuren, die positive Eigenschaften haben. Die Siedefette stehen aber in der Kritik wegen ihrer Fettsäurezusammensetzung mit zum Teil höheren Anteil an gesättigten Fettsäuren und auch teilweise noch mit schädlichen Transfettsäuren.“

Sprecherin: Erklärt Prof. Jan Fritsche von der Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg. Auf die Berliner muss man aber nicht verzichten, denn mittlerweile wurden Pflanzenöle gezüchtet, die zu großen Teilen aus Ölsäure bestehen, einer gesunden und einfach ungesättigten Fettsäure.

O-Ton 2 (Prof. Jan Fritsche, 0:15 Min.): „Und so eine höhere Hitze- und Oxidationsstabilität bieten können. Schlichtweg: Die Berliner werden gesünder, weil sie weniger ungesunde Transfettsäuren enthalten. Die modernen Siedefette ermöglichen eine gesunde Fettsäurezusammensetzung, die dann auch Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung entsprechen kann.“

Sprecherin: Einen Unterschied schmeckt oder riecht man übrigens nicht. Und die neuen, gesünderen Fette sind schon im Einsatz.

O-Ton 3 (Prof. Jan Fritsche, 0:13 Min.): „Etwa die Hälfte des gesamten Siedegebäcks, also die Berliner, sind mittlerweile mit diesen neuen Fetten abgebacken. Es steigt auch die Wirtschaftlichkeit. Das heißt, dass die Bäcker mehr mit diesen Siedefetten produzieren können. Das ist von daher auch aus diesem Aspekt sehr interessant.“

Abmoderationsvorschlag: Genießen Sie Ihren Pfannkuchen/Berliner/Krapfen, nicht nur in der närrischen fünften Jahreszeit! Aber passen Sie auf, was für eine Füllung drin steckt – es ist ja schließlich auch Tradition den ein oder anderen Pfannkuchen/Berliner/Krapfen mit Senf zu füllen. Mehr Infos zum Thema finden Sie im Internet unter www.ovid-verband.de.

Thema: Närrisches Gebäck – Berliner, Krapfen oder Pfannkuchen?

Interview: 2:13 Minuten

Anmoderationsvorschlag: Die fünfte Jahreszeit steht wieder an – am Rosenmontag hat das närrische Treiben seinen Höhepunkt. Und egal, ob man in einer Hochburg wohnt oder in einer Region, in der es eher ruhiger zugeht, es gibt Traditionen, die werden überall gepflegt: Zum Beispiel, dass am Rosenmontag Berliner/Pfannkuchen/Krapfen gegessen werden. Aber wie werden die eigentlich hergestellt? Das weiß Prof. Jan Fritsche von der Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg, hallo!

Begrüßung: „Ja, hallo, ich grüße Sie!“

1. Herr Professor Fritsche, wie werden denn Pfannkuchen/Berliner/Krapfen hergestellt?

O-Ton 1 (Prof. Jan Fritsche, 0:25 Min.): „Also nachdem der Teig geformt wird, werden die Berliner, in heißem Fett schwimmend, ausgebacken oder gesiedet und zwar von beiden Seiten. Im Anschluss werden die Berliner abgetropft und anschließend auch gefüllt, so, wie man das kennt, zum Beispiel mit Marmelade, gibt's verschiedene Erdbeer- oder auch Himbeermarmeladen, so rote Früchte und wahlweise auch gezuckert, glasiert oder überzogen. Allerdings werden für dieses Ausbacken Fette verwendet, die nicht den besten Ruf genießen.“

2. Inwiefern?

O-Ton 2 (Prof. Jan Fritsche, 0:18 Min.): „Fette sind notwendiger Bestandteil unserer Ernährung. Es gibt essentielle Fettsäuren – so zum Beispiel Omega-3 und Omega-6 Fettsäuren, die positive Eigenschaften haben. Die Siedefette stehen aber in der Kritik wegen ihrer Fettsäurezusammensetzung mit zum Teil höheren Anteil an gesättigten Fettsäuren und auch teilweise noch mit schädlichen Transfettsäuren.“

3. Heißt das, ich muss auf Pfannkuchen verzichten?

O-Ton 3 (Prof. Jan Fritsche, 0:31 Min.): „Keinesfalls! Im Vergleich zu früher sind erhebliche Fortschritte in diesem Bereich erzielt worden. Mittlerweile stehen durch Züchtungen Pflanzenöle zur Verfügung, die einen hohen Anteil an Ölsäure haben, einer gesunden, einfach ungesättigten Fettsäure und so eine höhere Hitze- und Oxidationsstabilität bieten können. Die Fettsäurezusammensetzung hat sich also dadurch verbessert. Schlichtweg: Die Berliner werden gesünder, weil sie weniger ungesunde Transfettsäuren enthalten. Die modernen Siedefette ermöglichen eine gesunde Fettsäurezusammensetzung, die dann auch Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung entsprechen kann.“

4. Schmeckt man denn einen Unterschied?

O-Ton 4 (Prof. Jan Fritsche, 0:17 Min.): „Nein auf keinen Fall. Also das können wir eindeutig belegen. Wir haben ein mehrjähriges Forschungsprojekt auch in dem Bereich. Und wir konnten eindeutig zeigen, dass man absolut keinen Unterschied feststellen kann. Also Geschmack und Geruch sind vollkommen identisch. Der Berliner, der mit diesen neuartigen Siedefetten hergestellt wurde ist aber schlichtweg einfach nur gesünder.“

5. Wann kommen die neuen Fette denn nun überall zum Einsatz?

O-Ton 5 (Prof. Jan Fritsche, 0:16 Min.): „Die sind mittlerweile schon im Gebrauch. Etwa die Hälfte des gesamten Siedegebäcks, also die Berliner, sind mittlerweile mit diesen neuen Fetten abgebacken. Es steigt auch die Wirtschaftlichkeit. Das heißt, dass die Bäcker mehr mit diesen Siedefetten produzieren können. Das ist von daher auch aus diesem Aspekt sehr interessant.“

6. Essen Sie eigentlich Pfannkuchen in der fünften Jahreszeit?

O-Ton 6 (Prof. Jan Fritsche, 0:09 Min.): „Ja auf jeden Fall und auch sehr gerne. Und auch nicht nur in der fünften Jahreszeit, aber auch nicht nur Berliner. Es gibt ja auch noch andere Siedegebäcke, wie zum Beispiel Quarkbällchen, die ich auch persönlich sehr gerne mag.“

Prof. Jan Fritsche zum Thema Berliner/Pfannkuchen/Krapfen. Vielen Dank für das Gespräch!

Verabschiedung: „Ja, vielen Dank!“

Abmoderationsvorschlag: Genießen Sie Ihren Pfannkuchen/Berliner/Krapfen, nicht nur in der närrischen fünften Jahreszeit! Aber passen Sie auf, was für eine Füllung drin steckt – es ist ja schließlich auch Tradition den ein oder anderen Pfannkuchen/Berliner/Krapfen mit Senf zu füllen. Mehr Infos zum Thema finden Sie im Internet unter www.ovid-verband.de.

Thema: Närrisches Gebäck – Berliner, Krapfen oder Pfannkuchen?

Umfrage: 0:46 Minuten

Anmoderationsvorschlag: Der Rosenmontag steht vor der Tür und damit nicht nur der Höhepunkt des närrischen Treibens, sondern auch der ein oder andere Umzug, den viele von uns gerne mal mit einem ganz bestimmten Gebäck in der Hand verfolgen. Aber irgendwie heißt es überall anders. Was ist denn für Sie ein Pfannkuchen?

Mann: „Aus Teig? Keine Ahnung, woraus der hergestellt wird. Ich bin doch keine Hausfrau. Keine Ahnung, ich weiß es nicht.“

Frau: „Ein Pfannkuchen, das ist das, was man in der Pfanne mit Eiern, Mehl und Milch macht, aufschäumt und herzhaft oder süß genießen kann. Apfel-Pfannkuchen zum Beispiel.“

Mann: „Pfannkuchen ist bei uns dieser Teig, der in die Pfanne gehauen wird und zerläuft und zu so einem platten Ding wird. In Berlin ist das, was wir Berliner nennen. Das ist einfach dieser Ballen, der ins fett geworfen wird und da drin gebrutzelt oder frittiert wird. Und das nennen die Berliner: Pfannekuchen.“

Frau: „Ein Pfannekuchen? Naja, auf jeden Fall ein Kuchen ist es nicht wirklich, obwohl es auch aus Teig besteht. Aber eher was flüssiges, was man in der Pfanne fertig macht.“

Abmoderationsvorschlag: Man kennt den Pfannkuchen auch als Berliner oder Krapfen, der traditionell in der fünften Jahreszeit nicht fehlen darf. Wie das sogenannte Siedegebäck hergestellt wird und was sich bei dem Herstellungsprozess in den letzten Jahren verbessert hat, hören Sie in ein paar Minuten bei uns.