



Am frühen Morgen des 21. November 2019 reisten 23 Kneipp-Mitglieder ans „Ende der Welt“ – zum abgelegenen Dörfchen Lanterswil, im Thurgau, wo der „Bio-Beck Lehmann“ zuhause ist.

Nach einer sehr herzlichen Begrüssung wurden uns in den neu umgebauten, sehr gemütlichen Räumlichkeiten Kaffee und verschiedene Gipfeli aus dem Angebot der Holzofen-Bäckerei serviert.

Die Geschäftsführerin, Frau Anna Lehmann (Bild rechts, Mitte) stellte im Folgenden den Familienbetrieb kurz vor. Ihre Eltern, Andreas und Mares Lehmann (siehe Bild), die Gründer des Unternehmens, waren auch präsent. Sie arbeiten immer noch mit und ihre Freude an der Arbeit war deutlich spürbar.



Der 100%-Biobetrieb beschäftigt 60 Mitarbeitende, davon viele in Teilzeit, sowie 2 Pensionierte und 5 Lernende. Ein positives Menschenbild, sowie Transparenz in der Betriebsführung zeichnen den Betrieb aus. So wundert es nicht, dass er im Jahr 2009 mit dem „This-Preis“ ausgezeichnet wurde. Dieser Preis wird an Unternehmen vergeben, die sich besonders für die Integration von Menschen mit einem Handicap einsetzen. Das sind in der Holzofenbäckerei ca. 10 % der Mitarbeitenden, die dort auf wertvolle Weise helfen, die viele Handarbeit zu bewältigen.



Andreas Lehmann, ein Bäckerssohn aus St. Gallen und seine Frau Mares fingen 1976 mit einer sehr kleinen Bäckerei, doch mit grossen Idealen in Lanterswil an. Damals gab es noch keine „biologische Unterscheidung“, keine Bio-Zertifizierung. Mit Pioniergeist arbeitete das Ehepaar von Anfang an mit Bauern aus der Umgebung zusammen und berücksichtigt bis heute Produkte aus der regionalen Bio-Landwirtschaft. Auch haben sie sich von Anfang an für **eine komplett hilfsstofffreie Produktion** entschieden.

In einer konventionellen Bäckerei können zum Vergleich sehr viele chemisch-industrielle Hilfsstoffe zur Geschmacksverstärkung, zur Haltbarkeitsverlängerung usw. verwendet werden.

Eine weitere Besonderheit des Betriebes ist, dass das **Vollkorn täglich frisch gemahlen** wird. In einer konventionellen Müllerei wird der Getreidekeimling entfernt, da sonst das Fett des Keimlings oxidiert und das Mehl schnell einen ranzigen Geschmack bekommt. Auf dieses Vitalzentrum des Kornes, den Keimling mit seinen wertvollen natürlichen Enzymen und Inhaltsstoffen, möchte das Unternehmen keinesfalls verzichten. Die Verarbeitung von so hochwertigen Vollkornprodukten erfordert ein Know-how, das in den vielen Jahren von Andreas Lehmann immer mehr optimiert wurde. So ist z.B. eine lange Teigführung eine der Voraussetzungen für ein gutes Backergebnis. Die lange Teigführung, d.h. eine lange Ruhezeit hat den positiven „Nebeneffekt“, dass die Verdaulichkeit sehr stark verbessert wird. Ja, der Körper erst jetzt die wertvollen Getreideinhaltsstoffe verwerten kann.



Der nächste Programmpunkt war von praktischer Art. Mit Schürzen versehen durften wir zusammen mit Andreas und Anna Lehmann in die Backstube gehen. Teige für ein Dinkelvollkornbrot, sowie einen Zopf mit Vollkornanteilen standen bereit. Wir erhielten wertvolle Infos zur Teigbereitung, sowie praktische Anleitung zur Weiterverarbeitung. Was einfach aussieht, ist allerdings nicht immer so einfach nachmachbar... Doch mit fachlicher Unterstützung ging es gut und das Ergebnis konnte sich sehen lassen!



Während Brot und Zopf nun Zeit zum Aufgehen brauchten, führten uns Andreas und Anna Lehmann in zwei Gruppen durch den ganzen Betrieb, die Bäckerei, die Konditorei, die Confiserie-Abteilung. Sie erklärten uns alles sehr verständlich und liessen keine Frage unbeantwortet. Wir sahen, was es heisst: „Wichtigste Zutat: Zeit, viel Zeit. (Gut Ding will Weile haben.)“



Beeindruckend sind auch die zwei grossen Holzbacköfen. Schon 1976 wurde mit einem Holzbackofen gebacken. Es wurden jährlich über hundert Tonnen Brennholz, also ein nachwachsenden Rohstoff, verfeuert, was rund 50 000 Liter Erdöl ersetzt. Seit 2007 findet eine moderne, automatische Befuerung der Backöfen mit Holzpellets statt.



Hungrig und etwas müde freuten sich alle auf den nächsten Programmpunkt! Nach einem schmackhaften Mittagessen, uns wurde Gemüse- und klassische Lasagne mit vorgängigem Salatbuffet serviert, fand nochmals ein interessanter Austausch statt. Zum Abschluss gab es Kaffee und ein feines Vermicelles-



Dessert, sowie Apfelkuchen.

Die mittlerweile fertig gebackenen Brote und Zöpfe standen nun auch bereit. Wir durften einfach zugreifen!

Ein wunderbarer, lehrreicher Tag ging zu Ende. Wir möchten der Familie Lehmann für alles danken. Die Umsetzung des konsequent biologischen Leitbildes kommt in erster Linie uns Verbrauchern zugute! Pfarrer Sebastian Kneipp hätte wohl auch seine Freude gehabt, wenn ich an seinen Ausspruch denke:

„Lasst das Natürliche so natürlich wie möglich. Je näher die Speisen dem Zustande kommen, in welchem sie von der Natur geboten werden, desto gesünder sind sie.“

Herzliche Grüsse von Elisabeth Scheiwiller, Kneipp-Verein St. Gallen

Elisabeth Scheiwiller, Kneipp-Verein St. Gallen, Diétrütistrasse 11, 9525 Lenggenwil, eli.scheiwiller@gmail.com