

Abendmahl wie zur Zeit Luthers

Fall ihr am Reformationstag eine Andacht oder einen Gottesdienst mit Abendmahl feiern wollt, wie wäre es, wenn ihr daraus ein Aktion macht und die Gaben zum Abendmahl auch selbst vorbereitet.

Hier findet sich Anleitungen zum Herstellen von Saft und Brot.

BROT-REZEPT

Zutaten:

- 500 g Sauerteig
(z.B. beim Bäcker besorgen oder in drei Tagen aus Schrot selbst herstellen)
- 800 g Weizenmehl (Type 550)
- 1,2 kg dunkles Roggenmehl
- 1 l Wasser
- Gewürze:
 - jeweils 20 g Thymian, Kümmel und Koriander,
 - 1 EL Salz
- 4 Zwiebeln
- 4 TL Butter
- Weiteres Mehl zum Bestäuben

Zubereitung:

Zwiebeln zerkleinern und in der Butter anbräunen. Erkalten lassen.

Die beiden Mehlsorten mischen und in eine Schüssel geben.

In der Mitte eine Vertiefung eindrücken und den Sauerteig zugeben.

Das Wasser anwärmen, so dass es lauwarm ist.

Einen Teil des Wasser mit dem Sauerteig und einem Drittel des Mehlgemisches einen nicht zu festen Vorteig zubereiten.

Diesen Vorteig etwa eine halbe Stunde zugedeckt ruhen lassen.

Die Gewürze, das Salz und die Zwiebeln zugeben.

Und langsam das restliche Wasser zugießen.

Dann den Teig so lange kräftig durchkneten, bis er sich aus der Schüssel löst.

Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort etwa 2 Stunden gehen lassen.

Den Backofen auf 225°C einstellen und einschalten, damit er vorheizen kann.

Den Teig nochmals durchkneten. Dann so teilen, dass die einzelnen Stücke zuerst in Ballen geformt und schließlich zu Fladen flachgedrückt werden können.

Die Fladen auf ein Backblech legen, mit einer Gabel mehrmals einstechen und mit Mehl bestäuben.

Im vorgeheizten Backofen etwa 30 Minuten bei 225 Grad backen.

SAFT-HERSTELLUNG

Immer wieder wird darüber diskutiert, ob man statt Wein auch Saft für ein Abendmahl nutzen darf. Unserer Meinung nach dürfen junge Menschen und Menschen mit bestimmten Erkrankungen, die keinen Alkohol trinken sollten, nicht vom Abendmahl ausgeschlossen werden. Daher spricht unseres Erachtens nichts gegen die Verwendung von Saft zum Abendmahl.

Die Safftherstellung ist abhängig vom genutzten Verfahren.

Allen Verfahren ist gleich, dass folgendes bereit gestellt wird:

- Gewaschene Trauben
- Saubere und heiß ausgespülte Flaschen mit Deckel oder Bügelverschluss
- Litermaß und Trichter zum Einfüllen in die Flasche
- Entsaftungsmöglichkeit:
 - Es gibt so genannte Spindelpressen, in die das Obst eingefüllt und dann durch drehen mehr und mehr gepresst wird.
 - Eine elektrische Saftzentrifuge reißt sozusagen die einzelnen Obstzellen auf und schleudert den Saft und den die Obstreste in unterschiedliche Richtungen – je nach Saftzentrifuge kann es sich lohnen, die Obstreste noch einmal in die Maschine einzufüllen
 - Heißentsaften:
 - Man nutzt entweder einen entsprechenden Heißentsafter-Topf, bei dem das Obst in einer Art Sieb liegt, das wieder um in einem Topf hängt, so dass der Saft durch eine Tülle ablaufen kann. Der gesamte Topf steht auf einem kochenden Wasserbad, so dass die Früchte nach und nach aufgrund der Hitze ihre Flüssigkeit abgeben.
 - Man kann auch das Obst in einem Topf aufkochen und über Nacht in ein mit einem Geschirrhandtuch (Achtung Weichspüler!!!) ausgelegten Sieb abtropfen lassen. Morgens wird dann das Tuch durch zusammendrücken gequetscht, um den restlichen Saft herauszudrücken. Oder die Obstreste durch ein Sieb passiert.
- Gefäß zum Auffangen des Saftes aus der Entsaftung

Der Saft sollte sofort nach dem Einfüllen in Flaschen kalt gestellt und bald getrunken werden. Zum Haltbarmachen müsste der Saft aufgekocht und heiß in Flaschen gefüllt werden. (Informationen dazu gibt es in entsprechenden Büchern und im Internet.)