



GUTES AUS DER REGION

Bäckermeister Roman Lüönd (links) und Biobauer Meinrad Betschart stehen Ende Juli im Dinkelfeld in Rickenbach, kurz bevor es geschnitten wird.

# Ein Bio-Dinkelbrot mit wenigen Kilometern



TEXT Christoph Clavadetscher | BILDER Stefan Kürzi

Brot ist nicht gleich Brot. Das merkt man spätestens, wenn man einen Bissen Rickenbächler Dinkelbrot von Beck Roman nimmt. Es ist nicht nur mit viel Sorgfalt, Geduld und Können zubereitet, sondern auch ein Paradebeispiel für Regionalität und Nachhaltigkeit. Denn: Zwischen Dinkelfeld und Backstube liegen nur gerade zwei Kilometer Luftlinie.

Bäcker Roman Lüönd ist seit Jahren mit lokalen Bauern in Kontakt, immer auf der Suche nach speziellen Getreidesorten, die er ihnen abkaufen und zu Brot verarbeiten kann. Als Landwirt Meinrad Betschart vom Biohof Husmatt in Rickenbach vor zwei Jahren anklopfte und fragte, ob er ihm nicht etwas Biodinkel abnehmen möchte, gab es nur eine Antwort: «Ich kaufe dir allen ab.» Der sympathische Bäcker erzählt diese Anekdote mit einem Schmunzeln und im Wissen, dass er nun Jahr für Jahr 2,5 Tonnen Dinkeln in bester Bioqualität aus der Region beziehen kann. Daraus werden dann rund 2 Tonnen Mehl und 2500 Laibe Rickenbächler Dinkelbrot produziert. «Das ist natürlich teurer als anderes Mehl, es ist aber jeden Rappen wert. Daraus entsteht ein Spezialbrot, das unsere Kundschaft sehr schätzt», erklärt Roman Lüönd. Und Abnehmer gibt es von Privaten bis zu Spitzengastronomen in der Region sehr viele. Von Mitte September bis etwa Ostern ist das Brot bei Beck Ro-

man in Ibach oder in seinem Oldtimer-Brot-Wägeli am Wochenmarkt in Schwyz erhältlich. «Einfach so lange, wie es Mehl hat», lacht der Bäcker.

Dinkel ist trendy, das bestätigt auch Roman Lüönd. Die alte Getreidesorte, die wiederentdeckt wurde, gilt als gesünder als andere. «Da diese Getreidesorte nicht hochgezüchtet wurde, ist sie vitaminreicher und damit tatsächlich gesünder. Zudem ist Dinkelmehl für viele verträglicher als beispielsweise Weissmehl», erklärt Roman Lüönd.

Damit zu arbeiten, sei aber nicht einfach. Der Teig darf nicht zu lange geknetet werden. Und die Temperatur der Flüssigkeit muss jener der Umgebung angepasst werden. «Sonst läuft der Teig breit, und es gibt flache Brote», weiss der Profi. Zudem besteht die Gefahr, dass Dinkelbrote trocken werden. «Wir haben da aber einige Kniffe und Tricks, damit das Brot richtig fein wird», sagt Roman Lüönd. Dies alles sei zwar aufwendig, für ein Spitzenbrot aber sehr wichtig. «Das ist unser Anspruch, damit können und wollen wir uns von der günstigeren Massenware abheben», bringt es der Ibächler auf den Punkt. Sein Herzblut, seine Leidenschaft für sein Metier spürt man aus jedem seiner Worte heraus. Man sieht sie in seinen Augen. Und schmeckt sie in jedem Bissen von seinen Broten. ■



Feinster Bio-Dinkel  
aus Rickenbach.



Das Rickenbächler Dinkelbrot von Beck Roman  
aus Ibach gibt es mit «Chörel» (Bild) oder ohne.