

W E S T E N D

MAX KUGEL

**Wie ich auszog,
um mein Handwerk
zu retten**

WESTEND

Mehr über unsere Autoren und Bücher:
www.westendverlag.de

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.



1. Auflage 2023

ISBN: 978-3-86489-396-4

Titelfoto: Konrad Rufus Müller

Fotos: Johannes Dreuw, Konrad Rufus Müller, Max Kugel

In Zusammenarbeit mit: Johannes Bröckers

Lektorat: Marvin Baudisch

Umschlaggestaltung: Buchgut, Berlin

Satz: Publikations Atelier, Dreieich

Druck und Bindung: Pustet, Regensburg

Printed in Germany

Inhalt

Freunde dich heute mit dem Max Kugel an, dem du in fünf Jahren begegnen wirst	6
Wenn du den Teig nicht verstehst, verstehst du dein Handwerk nicht	26
Meine Road to Bakery	50
Manchmal muss man aus dem Auto aussteigen, wenn man weiß, es ist an der Zeit zu gehen	88
Wie gründet man eigentlich eine Bäckerei?	114
Ein Anfang und ein Ende	156
Die Zukunft des Bäckers liegt in seiner Vergangenheit	212
Danke	236

**Freunde dich
heute mit dem
Max Kugel
an, dem du in
fünf Jahren
begegnen wirst**



Wenn du in eine Familie geboren wirst, die heute bereits in der vierten Generation im Bäckerhandwerk arbeitet, dann ist dein eigener Lebensweg wohl unweigerlich vorgeprägt. Bei mir jedenfalls war das so. Ich bin Max Kugel, und seit 2017 betreibe ich in Bonn meine eigene Bäckerei, in der ich zehn verschiedene Sorten Brot backe. Sonst nichts. Eine reine Brotbäckerei, das war damals hier in Deutschland noch eine ziemlich neue Idee, weshalb es, inklusive meines Vaters, in unserer Branche so einige gab, die mir gesagt haben: »Vergiss es, das ist unwirtschaftlich, das wird nicht funktionieren.« Und im Stillen werden sie wahrscheinlich gedacht haben: Spätestens in einem halben Jahr, wenn der erste Hype vorbei ist, wird der junge Kugel in seinem Laden die Lichter wieder ausmachen oder seine Produktpalette erweitern.

Fast sechs Jahre später brennen die Lichter noch immer, und die Skeptiker sind schon lange verstummt. Meine Idee einer reinen Brotbäckerei hat sich nämlich längst als ein nachhaltiges Konzept erwiesen, das sich auch wirtschaftlich rechnet. Heute kann ich sagen: Eine eigene Bäckerei zu gründen, das war die beste Entscheidung meines Lebens. Um diese Entscheidung geht es in diesem Buch, die Konsequenzen und Auswirkungen hatte, auf mich, auf meine Familie und auch auf meine Branche. Ich war 25, als ich begann, konkreter über meine eigene Bäckerei nachzudenken, und in diesem Alter träumt man groß. Ich wollte nicht weniger als zurück in die Zukunft. Zurück zu einer Handwerkstradition und zurück zu einem Produkt aus purer Natur, das durch die Hände des Bäckers zu einem Lebensmittel geformt wird, das diesen Namen auch



wirklich verdient, weil es schmeckt und den Menschen guttut, die es essen. Und zukunftsgerichtet nach vorne, mit einem Konzept, das es mir ermöglicht, mein Handwerk zeitgemäß zu leben und weiterzuentwickeln. Es geht in diesem Buch also nicht zuletzt auch um ein Lebensmodell, um Freiheit und Selbstständigkeit, die größeren und kleineren Kämpfe, um die prägenden Begegnungen mit Menschen, die mir auf meinem Weg begegnet sind. Es geht um die Verlockungen des Geldes und die Probleme, die entstehen, wenn du keines hast, um Wachstum und um die Grenzen, die man nicht überschreiten sollte, wenn man sich selbst nicht verlieren will. Es geht um meine Leidenschaft für richtig gutes Brot.

Blättern wir in der Geschichte der Menschheit zurück, dann sehen wir, dass Brot eines unsere ältesten und ursprünglichsten Nahrungsmittel ist. Die Entwicklung der Menschheit ist ohne Brot nicht zu denken. Schon in der frühen Steinzeit, lange bevor die Menschen sesshaft wurden und damit begannen, Getreide auf ihren Äckern anzubauen, sammelten sie wild wachsendes Getreide. Irgendwann kamen sie auf die Idee, die Körner aufzubrechen, mit Wasser zu einem Brei zu vermischen und auf heißen Steinen ihre ersten Brotfladen zu backen, die sich als äußerst nahrhaft erwiesen und leicht zu transportieren waren. Brot begleitet die Menschen seit vielen tausend Jahren und wurde zu einem Symbol für Essen und für unser Überleben. Kein Wunder also, dass das Brot auch in viele sakrale und rituelle Handlungen Eingang gefunden hat. In unserer christlichen Kultur wird das Brot im Gottesdienst gesegnet, gebrochen und geteilt, und im Vaterunser beten und bitten die



Gläubigen: »Unser tägliches Brot gib uns heute.« Auch in unzähligen Sinnsprüchen und Volksweisheiten wird das Brot immer wieder thematisiert. Man »verdient sein Brot« oder auch nicht, wenn man eine »brotlose Kunst« betreibt.

Auf dem Weg vom Korn zu einem schmackhaften Brot sind alle wesentlichen Elemente unseres Lebens beteiligt: Erde, Wasser, Luft und Feuer. In der vom Regen gewässerten Erde keimt das Getreidekorn und wächst der Sonne entgegen zu Ähren heran. Werden die reifen Körner zu Mehl gemahlen und mit Wasser vermischt, setzen Bakterien und winzige Hefepilze aus der Luft den Gärprozess in Gang, der dem Teig sein Volumen verleiht, bevor er zu einem Brotlaib geformt und im heißen Ofen ausgebacken wird. An diesem Grundprinzip des Backens hat sich von den Anfängen der Menschheit bis heute im Prinzip nichts verändert. Auch heute ist das Brot ein wichtiges Grundnahrungsmittel, das uns mit vielen wertvollen Inhaltsstoffen wie Vitaminen, Mineralien und Ballaststoffen versorgt. Zählen wir Brot, Brötchen und alles Kleingebäck zusammen, dann liegt der durchschnittliche Pro-Kopf-Verbrauch der Bundesbürger aktuell bei über 81 Kilogramm pro Jahr oder fast 230 Gramm am Tag.* Mal zum Vergleich: Der Pro-Kopf-Verbrauch von Nudeln lag 2020 bei rund 9,5 Kilogramm.**

* GMF Vereinigung Getreide-, Markt- und Ernährungsforschung: <https://www.gmf-info.de/press/aktuell/content.htm>

** Siehe: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/156453/umfrage/pro-kopf-verbrauch-von-nudeln-in-deutschland-seit-1996/> und <https://www.deutsche-handwerks-zeitung.de/corona-verbrauch-von-nudeln-steigt-deutlich-180617/>



Führt man sich diese lange Geschichte und die so wesentliche Bedeutung vor Augen, die das Brot für uns alle hat, dann muss es doch für jeden Bäcker eine Selbstverständlichkeit sein, diesem so elementaren Lebensmittel mit großer Wertschätzung zu begegnen. All das schwingt jedenfalls in mir mit, wenn wir in meiner Backstube daran arbeiten, ein handwerklich ehrliches Brot aus besten biologischen Rohstoffen zu backen. Ein Brot, ohne alle Zusatzstoffe bzw. Backmittel, die das fehlende Know-how des Bäckers kompensieren. Zum Verständnis: Handwerklich ehrliche Backwaren sind für mich Produkte, die nur mit Zutaten gebacken werden, die in ihrer natürlichen Form und Ursprünglichkeit nicht verändert sind. Backwaren, die nur mit dem erlernten Wissen des Bäckers und mit dem Geschick und der Raffinesse des Handwerks gebacken werden. Hier und nur in diesem Fall trifft für mich der Begriff »Handwerksbäcker« zu. Wenn meine Hände am Teig sind, dann bin ich ganz bei mir, involviert in diesen organischen wie kreativen Prozess, der mich mit Glück erfüllt, wenn es gelingt, und der mich in den sowieso oft viel zu kurzen Nächten wach liegen lässt, wenn ich mit dem Ergebnis nicht zufrieden bin und darüber nachdenke, wie wir es besser machen können.

Ich wünsche mir, dass auch die Leute, die bei mir arbeiten, diese besondere Verantwortung spüren und die Zufriedenheit erfahren, die aus unserer Arbeit entstehen kann. Ich bin niemand, der ständig sagt: immer mehr, immer schneller, immer größer. So funktioniert mein Laden und so funktioniert mein Leben nicht. Ich möchte meinen Leuten meine Philosophie von Handwerk vermitteln. Sie sollen sehen und erleben, was



ich an jedem Tag mit allen Sinnen dafür tue, um ein gutes Brot zu backen. Ich möchte ihnen zeigen, was sie erreichen können, wenn sie den Beruf des Bäckers nicht nur als Job, sondern tatsächlich als Berufung verstehen und ihn genauso intensiv leben, wie ich das tue. Das sind die Dinge, die ich weitertragen kann, und das motiviert mich, morgens in aller Frühe aufzustehen.

Ich liebe meinen Beruf, weil er die Menschen ernährt, und ich möchte mit meiner Arbeit auch einen kleinen Beitrag dazu leisten, das Verständnis und den Blick auf unser tägliches Essen zu verändern. Denn so viel steht fest: Der Mensch ist, was er isst. Unsere tägliche Nahrung entscheidet maßgeblich über unser Wohlbefinden, über unsere Leistungsfähigkeit und unsere Gesundheit. Und hier stellt sich die entscheidende Frage: Wollen wir diese zentralen Aspekte unseres Lebens der Industrie überlassen, oder vertrauen wir bei unserer Ernährung auf das Handwerk und die Handarbeit? Das ist in meinen Augen die große Konfliktlinie, über die wir uns ernsthaft Gedanken machen müssen. In allen industrialisierten Prozessen wird »Zeit« heute als ein Gegner betrachtet, den es zu minimieren gilt, denn Zeit ist bekanntlich Geld. Das gilt auch für die Backindustrie, wo es darum geht, in immer kürzerer Zeit immer mehr zu produzieren. Und das hat Konsequenzen, die nicht nur den Backprozess beeinflussen, sondern schon die Produktion der dafür notwendigen Rohstoffe. In der konventionellen Landwirtschaft beispielsweise geht es heute um Massenproduktion und hohe Erträge zu möglichst günstigen Preisen. Ganz egal ob wir hier über Gemüse, Milch, Fleisch oder





Ich liebe meinen Beruf, weil er die Menschen ernährt, und ich möchte mit meiner Arbeit auch einen kleinen Beitrag dazu leisten, das Verständnis und den Blick auf unser tägliches Essen zu verändern.

billiges Getreide reden. Dafür werden jede Menge synthetische Pestizide benötigt, ein giftiger Cocktail aus Chemikalien, die sich überall wiederfinden: in unserem Trinkwasser, im Gemüse, im Obst, in vielen Lebensmitteln, die daraus produziert werden, und damit in uns selbst: im Gewebe, im Urin, ja sogar in der Muttermilch.

Der globale Einsatz dieser Pestizide hat zu einem weltweiten Vernichtungsfeldzug geführt, der vielen Pflanzen und Tieren das Überleben unmöglich gemacht hat und auch auf unseren Organismus massive Auswirkungen hat, auf unseren Stoffwechsel, unseren Hormonhaushalt und unser Nervensystem. Im industrialisierten Backprozess werden dem Teig dann weitere Zusatzstoffe zugesetzt, die vom Marketing gerne als »Brotverbesserer« (sogenannte Clean-Label-Rohstoffe) bezeichnet werden, in Wahrheit aber nichts weiter sind als weitere chemische Hilfsmittel, die eine Qualität vorgaukeln, über die das Produkt längst nicht mehr verfügt. Die zugesetzten Backmittel ersetzen dann das oft fehlende Können des Bäckers, um Schwankungen im Rohstoff auszugleichen, damit die Produkte am Ende des Tages immer gleich aussehen, egal welche äußeren Einflüsse auf den Backprozess einwirken. Gerechtfertigt wird das mit dem kleinen Preis, den der Verbraucher für sein Brot im Supermarkt bezahlt, der aber, wenn man genau hinschaut, im Verhältnis zu einem ehrlich gebackenem Brot gar nicht mehr so klein ist. Diese Rechnung geht außerdem schon lange nicht mehr auf. Falsche Ernährung ist heute ein wesentlicher Grund für die epidemische Zunahme von ernährungsbedingten Krankheiten wie Adipositas und Typ-2-Diabe-



tes, von der im wachsenden Maß schon Kinder und Jugendliche betroffen sind. Allein das kostet unser Gesundheitssystem pro Jahr rund 17 Milliarden Euro. Hinzu kommen die Umweltschäden, die von der industrialisierten Landwirtschaft verursacht werden, wie überdüngte Böden, nitratbelastetes Grundwasser oder das große Insektensterben. Mit einem Kilo Biobrot aus meiner Bäckerei Sorge ich dafür, dass auf rund zwei Quadratmetern Ackerfläche Getreide ohne den Einsatz von Pestiziden angebaut wird und Böden wie Biodiversität geschützt werden.

Ich mache mir tatsächlich Sorgen um unser Bäckerhandwerk, und das hat nicht nur mit den steigenden Energie- und Rohstoffpreisen zu tun, die in meinen Augen nur eine viel tiefere Struktur- und Qualitätskrise der Bäckereien sichtbar werden ließ, die sich schon lange vorher abgezeichnet hat. Ganz hart gesprochen würde ich sagen, dass alle Bäcker, die jetzt jammern und sich wegen der explodierenden Kosten in ihrer Existenz bedroht fühlen, schon vorher nicht gut aufgestellt waren. Wir Bäcker konnten zum Beispiel während der Corona-Lockdowns ständig weiter einen Teil unseres Umsatz generieren, weil wir systemrelevant für die Grundversorgung waren und unsere Läden offenhalten durften. Da wäre ich jetzt, im Vergleich zu anderen Branchen, etwas vorsichtiger mit allzu lautem Klagen, weil der komplette Stillstand viele andere hart getroffen hat, die gar keinen Umsatz mehr einfahren konnten. Ich weiß, dass ich mir mit solchen Statements in meiner Branche keine Freunde mache. Aber mir geht es schon lange nicht mehr um unsere Branche, sondern vielmehr um die Tradition meines Hand-



werks, die ich retten und bewahren will. Die Bäckerbranche hat sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert, und mehr noch als die steigenden Energie- und Rohstoffpreise, macht mir die Entwicklung der Bäckereien große Sorgen. Ein paar Zahlen können vielleicht verdeutlichen, was ich meine: Vor 60 Jahren gab es im Gebiet der alten Bundesrepublik noch rund 55 000 Betriebe im Bäckerhandwerk. Heute sind es in ganz Deutschland nur noch 9 607 Betriebe. Analog dazu hat sich auch die Zahl der Auszubildenden stark reduziert und ist alleine zwischen 2014 und 2021 von 20 540 auf 12 242 Azubis zurückgegangen. Eine Zahl ist dagegen interessanterweise im gleichen Zeitraum mit rund 45 000 relativ konstant geblieben: die Anzahl der Verkaufsstellen. Was im Umkehrschluss bedeutet, dass die Zahl der Filialen pro Betrieb weiter zunimmt und damit auch die durchschnittliche Betriebsgröße.*

Die Industrialisierung hält auch bei vielen Bäckern Einzug, die sich vielleicht selbst noch als »Handwerksbäcker« bezeichnen, aber dennoch mit Backmitteleinsatz arbeiten, weil sie diesen Expansionsweg eingeschlagen haben, zu dem sie keine Alternative sehen. Wir hören ja immer wieder von vielen Seiten und schlaun Wirtschaftsexperten, dass Stillstand Rückschritt ist und Wachstum der einzige Weg, der zum Erfolg führt. Kurzfristig mag diese Rechnung sogar aufgehen: mehr Filialen, mehr Umsatz, mehr Gewinn. Das hat in den letzten Jahrzehnten ja auch ganz gut geklappt. Doch kommt dann eine Krise,

* Zentralverband Deutsches Bäckerhandwerk: <https://www.baeckerhandwerk.de/baeckerhandwerk/zahlen-fakten/>

