



PRESSEMITTEILUNG

Was ist Backhefe?

(Bonn, 08.09.2022) Seit der Wahl zur Mikrobe des Jahres 2022 durch den VAAM tritt der sonst eher im verborgenen arbeitende *Saccharomyces cerevisiae* wieder ins Rampenlicht. Seit etwa 3.000 Jahren ist Backhefe Bestandteil des täglichen Brots – detailliertes Wissen zum Produkt gibt es aber beim Verbraucher meist nicht. Angefangen bei der Frage, ob Hefe vegan ist oder wo der Unterschied zwischen frischer und trockener Hefe ist, bis hin zu warum Hefe in der Bäckerei genutzt wird – diese Verbraucher-Fragen gilt es zu erläutern.

Hefe findet sich heute in jedem Supermarkt und in vielen Produkten des täglichen Bedarfs. Verwendung findet Backhefe vor allem in Brot und Backwaren, aber auch Getränke, wie z.B. Bier, und Beauty-Produkte enthalten oftmals Hefe. *Saccharomyces cerevisiae*, so der wissenschaftliche Name der Backhefe, ist ein kleiner, einzelliger Mikroorganismus. 10 Milliarden Zellen stecken in einem Gramm Hefe. Hefe ist ein Pilz, der mit ein wenig Wärme und Zucker seine Arbeit beginnt. Der Stoffwechsel steigt und die Zellen beginnen mit der Fermentation. In diesem Prozess wandelt die Hefe Zucker (Melasse) in Kohlendioxid und Alkohol um. Das dabei entstehende Gas verteilt sich als kleine Bläschen im gesamten Teig und dehnt sich aus. Der Teig geht auf. Der Alkohol verfliegt beim Backen und ist später im Gebäck nicht mehr vorhanden. Außerdem entstehen – quasi nebenbei – die hefeteigtypischen Aromastoffe.

Hefe ist vielseitig und vegan

Hefe ist ein nährstoffreiches Lebensmittel und beeinflusst wesentlich den Nährstoffgehalt von Brot und Backwaren. Sie enthält wichtige Mineralstoffe und Spurenelemente, hohe Mengen an Vitamin B und Protein. Indikator für frische Hefe ist die hellgraue Farbe, der leicht säuerliche Geruch und ein fester muschelartiger Bruch. Da Hefe biologisch ein Pilz ist und diese nicht zu den tierischen Lebensmitteln zählen, eignet sich Hefe sehr gut für die vegetarische und vegane – und somit auch für Halal oder koschere – Ernährung. Laut Angaben des europäischen Hefeverbandes COFALEC isst ein erwachsener Europäer schätzungsweise rund 3,5 Gramm Frischhefe pro Tag – meist in verbacktem Zustand durch Brot und Backwaren.

Verschiedene Hefen – gleiche Qualität

Es gibt verschiedene Darreichungsformen für Hefe: Flüssighefe, Blockhefe und Trockenhefe. Flüssighefe wird aufgrund der guten Dosierbarkeit in Großbäckereien genutzt. Blockhefe ist die klassische frische Hefe, die einerseits der Bäcker nutzt und andererseits als Würfelhefe (à 42g) für Endverbraucher im Supermarkt erhältlich ist. Trockenhefe ist ein sehr feines Granulat, das meist in einem Sachet (7g) für den Endverbraucher im Handel erwerbbar ist.



Was ist der Unterschied zwischen den beiden Endverbraucher-Varianten frische Blockhefe und Trockenhefe? Bei beiden Angebotsformen handelt es sich um Backhefe, also *Saccharomyces cerevisiae*. Es gibt nur einen wesentlichen Unterschied: den Wassergehalt. Alle weiteren Unterschiede resultieren aus den unterschiedlichen Wassergehalten. Frisch-Hefe hat einen Wassergehalt von etwa 70 % und einen Trockenstoffgehalt von etwa 30 %. Bei Trockenhefe wird durch schonende Trocknung ein Großteil des Wassers entzogen. Der Wassergehalt liegt bei damit nur noch bei etwa 5 %, während der Trockenstoffanteil bei etwa 95 % liegt.

Nun zu den daraus resultierenden Unterschieden: Durch den hohen Wassergehalt ist Frisch-Hefe nicht so lang haltbar (ca. 6 Wochen) und muss gekühlt (optimalerweise bei 0 °C bis + 10 °C) gelagert werden. Wird sie nicht gebraucht, kann sie auch gut eingefroren werden. Trockenhefe dagegen ist ohne Kühlung in der Originalverpackung bis zu zwei Jahren haltbar. Durch den Unterschied im Trockenstoffgehalt unterscheidet sich die Dosierung der beiden Hefearten. Als Faustregel gilt: Man benötigt die dreifache Menge an Frisch-Hefe im Vergleich zur Trockenhefe. Ein 7 g Sachtet Trockenhefe entspricht einem halben Hefewürfel (21 g). Grund ist der dreimal so hohe Trockenstoffanteil der Trockenhefe.

Hefeproduktion ist nachhaltig

Die Hefeherstellung ist ein Musterbeispiel für ökologische Kreislaufwirtschaft: Wichtigste Rohstoffquelle der Hefeindustrie ist derzeit ein Nebenprodukt der Zuckerindustrie - die Melasse. Melasse enthält in der Trockenmasse 60 % gärfähigen Zucker und 40 % nichtzuckerhaltige Stoffe, die im Wesentlichen von Hefe nicht verwertet werden können. Diese nicht verwendbaren Stoffe bleiben im Abwasser zurück und würden eine starke Verschmutzung der Umwelt verursachen, wenn sie ohne jede weitere Behandlung in die Natur abgeleitet würden. Der Umweltschutz ist deshalb schon seit langem ein Hauptaugenmerk der Hefehersteller. So werden die nichtzuckerhaltigen Stoffe allein oder kombiniert zum Schutz der Umwelt als Futtermittel und Dünger genutzt und das Abwasser biochemisch anaerob und/oder aerob behandelt.

Das Vorgehen im Sinne des Umweltschutzes verursacht einen großen Teil der Betriebskosten und Investitionen, die für den Betrieb einer modernen Hefefabrik erforderlich sind. Durch die Verwendung von Nebenprodukten anderer Zweige der Landwirtschaft und der Nahrungsmittelindustrie (Zuckerherstellung, Stärkegewinnung usw.) sowie das aufwendige Wasserreinigungsverfahren trägt die Hefeindustrie wesentlich zum Umweltschutz bei.



In den vergangenen 200 Jahren haben sich die wissenschaftlichen Erkenntnisse und die biotechnologischen Verfahren zur Herstellung von Backhefe stetig weiterentwickelt. Backhefe ist daher heutzutage ein modernes Hochleistungsprodukt in immer gleichbleibender guter Qualität.

Mehr Informationen zu Backhefe finden Sie [hier](#).

Der **Deutsche Verband der Hefeindustrie e.V.** berät seine Mitglieder und vertritt ihre wirtschaftlichen und fachlichen Interessen gegenüber Behörden und Regierungsstellen. Der Deutsche Verband der Hefeindustrie wirkt als Mitglied des Europäischen Verbandes der Hefehersteller (COFALEC) aktiv an dessen Entscheidungen und Empfehlungen mit.

Pressekontakt:

Maximiliane Overhage | Referentin Öffentlichkeitsarbeit | **Deutscher Verband der Hefeindustrie e.V.**
overhage@verbaendeuero.de | Tel. 0228/21 20 17 | www.hefeindustrie.de