

Puschlaver Ringbrot

Brascidèla, Brascedèla, Ciambella, Bratschadella



Das Wichtigste in Kürze

Das Puschlaver Ringbrot ist ein traditionelles Brot aus dem italienischsprachigen Puschlav. Es wird mit Roggen- und Weizenmehl hergestellt und ist oft mit Anis gewürzt. Früher als Wintervorrat gebacken, ist es heute ganzjährig erhältlich.

Es ist rund, wiegt ca. 500 g und hat üblicherweise einen Durchmesser von 30 cm. Der Geschmack ist rustikal (Roggen), aber angenehm, zart und tendenziell süss (Anis). Er erinnert an das Aroma von Fenchelsamen mit einem leichten Nachgeschmack von frischer Minze. Es ist das «Bünder Kantonsbrot» und dank eines Kinderbuchs weltberühmt: das Puschlaver Ringbrot. 1799 das erste Mal schriftlich erwähnt, ist es heute nicht mehr wegzudenken aus der Bündner Küche.

«Mincha trat ha sia saschun»

«Jede Speise hat ihre Jahreszeit», besagt ein rätoromanisches Sprichwort. Im Fall des Pusch-

laver Ringbrot war es der Herbst. Dann wurde es als Vorrat für den Winter gebacken und ausser Reichweite von Tieren aufgehängt, denn es musste den ganzen Winter über reichen. Varianten des Begriffs Brasciadèla oder Brazzadella werden für Brot mit ähnlichen Formen verwendet, wie sie in Norditalien üblich sind. Der Bergiff stammt vom italienischen Wort für Arm, «Braccio», in den die Verkäufer die Brote legten. In der Vergangenheit – und manche tun es noch heute – zeichnete der Bäcker ein grosses Kreuz auf den Teig und rezitierte dazu das Vaterunser oder ein anderes Gebet. Zum Gedenken an die Toten oder einfach, um Gott für das Essen zu danken.

Die Geschichte der «kleinen Donuts»

Eine der ersten Erwähnungen des Puschlaver Ringbrots findet sich in einem Text von 1799. Er handelt von Hirten, die mit ihren Schafen im Engadin nach Weiden suchten. Als Verpflegung diente den Hirten unter anderem das Ringbrot, im Text «brazzadellini» genannt, «kleine Donuts». Seine trockene Konsistenz und die lange Haltbarkeit machte den Brotkringel zu einem idealen Proviant.

Das Ringbrot war ein Grundnahrungsmittel und spielte eine zentrale Rolle im täglichen Leben der Puschlaver Bevölkerung. Es wurde aus einfachen Zutaten wie Roggen- und Weizenmehl, Wasser, Hefe und Salz hergestellt, was es zu einer erschwinglichen und nahrhaften Speise machte. In Zeiten der Armut und Not stellte es oft die Hauptnahrungsquelle für viele Familien dar.

Das Klima im Puschlav erlaubte keinen Weizenanbau, importiert Weizen war sehr teuer – und so war das Ringbrot jahrhundertlang ein Brot auf Roggenbasis. Mit Freihandelsverträgen am Ende des 19. Jahrhunderts fielen die Preise und der Weizen, der immer mehr geschätzt wurde, wurde zugänglich. Die wirtschaftlichen Verhältnisse verbesserten sich und die Eröffnung der Berninabahn im Jahr 1910 erleichterte den Transport von Waren. Diese neue Mobilität trug dazu bei, dass das Brot über die Grenzen des Puschlavs hinaus geschätzt wurde und seine Bekanntheit wuchs. Heute ist es nicht nur ein fester Bestandteil der Puschlaver Küche, sondern auch ein beliebtes Kulinarik-Souvenir bei Touristen aus aller Welt.

Puschlaver Ringbrot



Zum Schutz vor Mäusen und Feuchtigkeit wurde das Puschlaver Ringbrot früher an Stangen aufgereiht und in die Höhe gehängt – deshalb das Loch.

Die Rolle von Anis im Puschlaver Brot

Bezüglich der Herkunft des Brauchs, Anis in das Brot zu geben, gibt es verschiedene Hypothesen. Die Wahrheit liegt vielleicht in deren Kombination. Eine Hypothese besagt, dass Anis die Aufgabe hatte, den starken Geschmack von Roggen und minderwertigen Zutaten zu würzen und zu maskieren. Die gesundheitsfördernde Wirkung von Anis spielt aber sicher auch eine Rolle. Anis ist bekannt für seine verdauungsfördernden Eigenschaften und wurde traditionell in vielen

Kulturen als Heilpflanze verwendet. In Zeiten, in denen die medizinische Versorgung noch nicht so weit entwickelt war wie heute, nutzte man die natürlichen Heilkräfte von Gewürzen und Kräutern. Eine dritte Vermutung basiert auf der Tatsache, dass Anis die Fermentation von Hefe begünstigt. Fakt ist, dass Brot mit Anis typisch für die südlichen Alpentäler ist.

Kulinarische Schätze

Der Geschmack des Puschlavs

Das Puschlaver Ringbrot besticht durch seine einzigartige Form, rustikale Textur und sein besonderes Aroma. Die Herstellung erfordert etwas Geduld und Geschick. Nach dem Backen müssen die Brotringe auskühlen, bevor sie gegessen werden können.

Hier finden Sie das Rezept:



Verein graubündenVIVA
Alexanderstrasse 2
7000 Chur

www.graubuendenviva.ch
info@graubuendenviva.ch

Mit dem Projekt «Kulinarische Schätze» bietet graubündenVIVA den einzigartigen Lebensmitteln des Kantons Graubünden eine neue Bühne. Die «Kulinarischen Schätze» sind eine Einladung an alle, die Vielfalt und den Reichtum der Bündner Küche zu entdecken und zu geniessen.

Für weitere Inhalte sowie Quellen besuchen Sie graubuendenviva.ch/schaetze und folgen Sie graubündenVIVA auf Social Media.