

# Stollen mit Herz

**D**as Warten hat ein Ende. Endlich gibt es sie wieder, weiß und süß gepudert, die Marzipan- und Butterstollen. Gut, auch die Backindustrie versteht sich auf konservierte Christstollen. Aber es geht doch nichts über frische Handwerksstollen vom Bäcker oder Konditor nebenan. Mit Recht bedichtet meine Vorzugsbäckerin aus Rahm ihr Gebäck: Bei ihr laufe die Arbeit nicht vom Band - „hier schafft man noch mit Herz und Hand.“ Und meine Großbäckerei, die seit 50 Jahren feinste Backwaren über die Theke reicht, immer „Von Herzen“, heftet mit güldenem Bändchen sogar eine kurze Geschichte des Butterstollens an jedes Exemplar. Was ist aus dem ursprünglichen Fastengebäck von anno 1329, nur aus Wasser, Hafer und Rüböl geknetet und tranig im Geschmack, nach Protest und Aufhebung des päpstlichen Butterverbots anno 1491 bis heute geworden! Eine köstliche vorweihnachtliche Gaumenfreude! Leider liefert mir die Zutatenliste aus medizinischer Sicht auch reichlich Konfliktstoffe: Mehl, Hefe, Milch, Zucker, Eier, Butter, Rosinen, Rum - alles eher contraindiziert bei schon länger aktivem Kreislauf. Doch am Ende siegt die ideelle Zutat: viel Herz. HOS