



Der Steinmahlgang: das Klappern der Mühle

Der Steinmahlgang ist eine der ältesten Zerkleinerungstechniken der Menschheit und hat bis heute nichts von seiner Bedeutung verloren. Auch wenn die moderne Walzenmüllerei (Walzenstuhl) vielerorts den Steinmahlgang abgelöst hat, bleibt er ein Symbol für natürliche und schonende Vermahlung. Unsere Mühle pflegt diese uralte Technik, um Getreide besonders schonend zu mahlen und den nährstoffreichen Keimling in seiner Gesamtheit zu bewahren.

Der Keimling als Nahrungsmittelbestandteil gilt heute allgemein als einheimischer Superfood, reich an Eiweiss und Vitamin E, wichtigen Ballaststoffen und ungesättigten Fettsäuren, sowie für unsere Abwehrsystem und Muskulatur so wichtigen Inhaltsstoffe wie Magnesium, Zink und Spermidin.

Wie funktioniert der Steinmahlgang?

Das Herzstück des Steinmahlgangs besteht aus zwei Mühlsteinen:

- Bodenstein (feststehend): Dieser liegt stabil am Boden.
- Läuferstein (drehend): Dieser obere Stein wird durch die Steinspindel (Mahlgangsspindel) und ein Mühleisen in Rotation versetzt.

Die beiden Steine sind so eingestellt, dass sie mit einem minimalen Spalt übereinander schweben. Dieser Abstand wird präzise angepasst, um das Getreide optimal zu zerkleinern, ohne dass sich die Steine berühren. Im Idealfall erfolgt die Zerkleinerung durch Schneiden und Reiben – weniger durch Zerquetschen. Die Rotationsbewegung des Läufersteins in Kombination mit der spezifischen „Steinschärfe“ sorgt dafür, dass das Mahlgut schonend verarbeitet wird.

Die Bestandteile des Mahlgangs

1. Die Holzbütte:
 - Umgibt die beiden Mühlsteine und schützt das Mahlgut.
2. Die Büttenabdeckplatte:
 - Trägt den Schüttrichter, aus dem das Getreide eingefüllt wird.
3. Der Rüttelschuh:
 - Unterhalb des Schüttrichters befindet sich der Rüttelschuh. Dieser wird durch einen Drei- oder Vierschlag auf der Spindelachse in Abhängigkeit von der Drehzahl des Läufersteins in Bewegung versetzt. Das Rütteln sorgt dafür, dass eine gleichmäßige Menge Getreide aus dem Schüttrichter durch das Mahlauge (eine Öffnung im Läuferstein) zu den Mühlsteinen gelangt.

Das charakteristische „Klappern der Mühle“ entsteht durch dieses Rütteln des Rüttelschuhs – ein vertrautes und beruhigendes Geräusch, das für traditionelles Mühlenhandwerk steht.