

Haben Sie gewusst, dass ...



- Grünkern unreif geernteter Dinkel ist. Er wird gedarrt, damit der im unreifen Korn noch höhere Wassergehalt reduziert wird. Mit dem kräftigen Aroma eignet sich Grünkern für Suppen, Aufläufe und Füllungen. Zum Backen ist er nicht geeignet.
- die Kartoffelknolle ein Nachtschattengewächs ist und in der Erde als verdickter Sproß der Kartoffelpflanze entsteht. Grüne Stellen enthalten die Substanz Solanin und sollten ausgeschnitten werden.
- Kartoffeln fast kein Fett enthalten und die gekochte Pellkartoffel zur Versorgung mit Vitamin C beiträgt.



### Die Schnitzer-Garantie:

- 100% kontrollierte Schnitzer Bio-Zutaten
- 100% frisch gemahlenes Bio-Getreide
- 100% des vollen Korns im Brot
- 100% ohne Lebensmittelzusatzstoffe

Täglich frisch gemahlen und vollwertig gebacken – von Ihrem Schnitzer-Bäcker

[www.schnitzer.eu](http://www.schnitzer.eu)

# ESSEN & WISSEN

## Bio-Vollwert-Dinkelkruste



100 % Dinkel –  
mit Kartoffelflocken

**Schnitzer**  
intelligent ernähren

## Dinkel in Schlagzeilen

- Der **Dinkel** ist die Urform des Weizens, aus ihm sind die heutigen modernen Weizensorten hervorgegangen.
- Dinkel ist ein **Spelzgetreide**, d. h. das Korn bleibt beim Dreschen von den Spelzen umschlossen. Sie müssen in einem separaten Prozeß entfernt werden.
- Bei **Schnitzer's Bioplus®-Dinkel** handelt es sich um ursprüngliche, sogenannte „rote“ Sorten, die meist von Weizen-Allergikern vertragen werden.
- Dinkel reagiert nicht auf moderne Düngemaßnahmen und war deshalb lange in Vergessenheit geraten. Erst die zunehmende Anzahl von **Weizen-Allergikern**, die Popularität der Vollwert-Ernährung und das Zurückbesinnen auf die Medizin der Hildegard von Bingen brachten dem Dinkel neue Beliebtheit.



## Das Besondere an der Dinkelkruste

- Während der Herstellung bekommt der Teig eine lange Zeit der Ruhe und Reife.
- Als besondere Zutat enthält das Brot Kartoffelflocken. Sie sorgen dafür, dass das Brot lange feucht bleibt und eine elastische Struktur erhält.
- Der Dinkel wird sehr fein gemahlen. Das Brot ist sehr bekömmlich und kann auch magenempfindlichen Menschen empfohlen werden.

## Dinkelkruste – Das Brot

### Die Zutatenliste:

Schnitzer's Bioplus®-Dinkel\*, Wasser, Kartoffelflocken\*, Salz, Hefe

\* = aus kontrolliert biologischem Anbau

### Die Nährwertanalyse:

100 g Brot enthalten durchschnittlich

210 kcal / 882 kJ

6,8 g Eiweiß

42 g Kohlenhydrate

1,5 g Fett

1 BE = 29 g Brot

