KHORASANWEIZEN (Österreich) aus Demeter-Produktion
BLÉ KHORASAN (Autriche) de production Demeter
GRANO KHORASAN (Austria) di produzione Demeter

FAIR & FRIEND

Aus pfluglosem Mischfruchtanbau / Produit en culture intercalée sans labour du sol / Da coltivazione mista senza aratura

Das Urgetreide KHORASAN WEIZEN (Triticum turgidum × polonicum) – auch als Kamut bekannt - ist eine natürliche Kreuzung aus Hartweizen und einer Weizen-Wildform. Das Mehl hat die gleichen guten Backeigenschaften wie Weizen- und Dinkelmehl und ist perfekt geeignet für die Herstellung von Pasta. Aus den ganzen Körnern lassen sich schmackhafte Getreidegerichte zubereiten. Grundrezept: gut waschen und in der doppelten Volumenmenge Wasser 12-24 Stunden einweichen. Dann Aufkochen, leicht salzen und auf niedriger Flamme zugedeckt ca. 60 Minuten köcheln.

La BLÉ KHORASAN, également connue sous le nom commercial de Kamut est une céréale ancestrale. Utilisés en entier, ses grains entrent dans la composition de délicieux mets à base de céréales. La farine, dont les propriétés de panification sont semblables à celles du blé et de l'épeautre, convient également très bien pour la confection de pâtes alimentaire. Recette de base: bien rincer puis laisser tremper, pendant 12 à 24 heures, dans le double volume d'eau. Ensuite, porter à ébullition, saler légèrement et continuer la cuisson pendant env. 60 minutes à feu doux.

Il GRANO KHORASAN – anche noto come Kamut – è un grano antico. I grani interi possono essere usati per preparare gustosi piatti a base di cereali. La farina ha le stesse buone proprietà di cottura della farina di grano e di farro ed è altresì ideale per la produzione di pasta. Ricetta base: sciacquare e mettere a bagno in un doppio volume di acqua per 12-24 ore. Quindi portare a ebollizione, aggiungere un pizzico di sale e sobbollire a fuoco lento (con coperchio) per circa 60 minuti.

Durchschnittliche Nährwerte pro / Valeurs nutritives moyennes par / Valori nutritivi medi per 100 g: Energie / énergie / energia 1494 kJ | 354 kcal, Fett / graisse / grassi 2,4 g – davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi 0,4 g, Kohlenhydrate / glucides / carboidrati 62 g – davon Zucker / dont sucres / di cui zuccheri 9,4 g, Ballaststoffe / fibres alimentaires / fibre 12 g, Eiweiss / protéines / proteine 15 g, Salz / sel / sale 0,01 g

Kühl und trocken aufbewahren / Conserver dans un endroit frais et sec / Conservare in luogo fresco e asciutto

Abgepackt in der Schweiz /
Emballé en Suisse /
Confezionato in Svizzera

Naturkraftwerke Biofood AG
Gibelstrasse 11, CH-8607 Seegräben
naturkraftwerke.ch | weltkueche.bio
A. Conte, Bichtlingerstrasse 13
DE-88605 Schnerkingen

CH-BIO-006

mindestens haltbar bis / à consommer de préférence avant le / da consumarsi preferibilmente entro il:

CH-BIO-006
Österreich Landwirtschaft

℮ 5 kg

7 640110 515938