

WALDSTAUDENKORN (Österreich) aus Demeter-Produktion / **SEIGLE SAUVAGE** (Autriche) de production Demeter / **SEGALE SCURA** (Austria) di produzione Demeter

Aus pfluglosem Mischfruchtanbau / De culture intercalée de plantes sans labour du sol / Da coltivazione mista senza aratura

WALDSTAUDENKORN, auch Johannis- oder Urroggen genannt, gedeiht in Höhenlagen bis 1400 Meter. Der Ertrag liegt um mehr als 50% unter dem gewöhnlichen Roggen, weshalb die Sorte fast in Vergessenheit geriet. Das Korn ist deutlich kleiner, schmeckt süsslich und rustikal. Waldstaudenkorn wird vor allem zu Schrot oder Vollmehl verarbeitet und als Zusatz für Roggenbrote und Gebäck verwendet. Ideal auch als Sprossen oder Keimlinge oder als Flocken im Müsli.

La graine de SEIGLE SAUVAGE, autrement appelée également seigle primitif pousse en altitudes jusqu'à 1400 mètres. Son rendement est bien inférieur à 50% du seigle habituel; raison pour laquelle cette sorte de céréales a presque failli d'être oubliée. La graine est plus mince; elle a un goût sucré et rustique. On en fait surtout de la farine grossière ou complète et l'intègre dans des pains de seigle ou dans des biscuits. Elle se prête également bien comme germes ou comme flocons.

La SEGALE SCURA cresce ad altezze fino ai 1400 metri. Il raccolto è di oltre il 50% in meno rispetto a quello della segale comune, ed è per questo che tale cereale è stato quasi del tutto dimenticato. I chicchi sono decisamente più piccoli, hanno un sapore dolciastro e rustico. La segale scura viene utilizzata prevalentemente per farne cruschetto o farine integrali, e viene talora aggiunto ai pani e dolci di segale. È ideale anche per farne germogli oppure fiocchi.

Durchschnittliche Nährwerte pro / Valeurs nutritives moyennes par / Valori nutritivi medi per 100 g: Energie / énergie / energia 1301 kJ | 309 kcal, Fett / graisse / grassi 1,9 g – davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / di cui acidi grassi saturi 0,1 g, Kohlenhydrate / glucides / carboidrati 53 g – davon Zucker / dont sucres / di cui zuccheri 3,5 g, Ballaststoffe / fibres alimentaires / fibre 20 g, Eiweiss / protéines / proteine 10 g, Salz / sel / sale <0,1 g

Abgepackt in der Schweiz / Emballé en Suisse / Confezionato in Svizzera
Kühl und trocken aufbewahren / Conserver dans un endroit frais et sec /
Conservare in luogo fresco e asciutto

NaturKraftWerke®, Gibelstrasse 11, CH 8607 Seegräben
naturkraftwerke.ch | weltkueche.bio

Lager EU: A. Conte, Bichtlingerstrasse 13, DE 88605 Schnerklingen



FAIR & FRIEND

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

CH-BIO-006

Österreich Landwirtschaft

e 400 g



7 640110 510032