

# MEHR INFO'S ZU TOBIS' 100% EMMER



**DAS EMMERGETREIDE IST EIN SEHR GESUNDES, FAST VERGESSENES URGETREIDE. DARAUSS LÄSST SICH EIN WUNDERBARES, WÜRZIGES BROT HERSTELLEN.**

**EMMER (TRITICUM DICOCCUM) ODER AUCH ZWEIKORN IST EINE STAMMFORM DES HEUTIGEN WEIZENS, DIE ZUSAMMEN MIT DEM EINKORN EINE DER ÄLTESTEN KULTIVIERTEN GETREIDEARTEN DARSTELLT. IN SEINER HEIMAT, DEM VORDEREN ORIENT, WAR DER EMMER BEREITS VOR CA. 10.000 JAHREN IN FAST JEDER SIEDLUNG DER JUNGSTEINZEIT ZU FINDEN. DER EMMER WAR AUCH IN DER KÜCHE DER RÖMER EINE DER WICHTIGSTEN GETREIDESORTEN. DIE RÖMER KANNTEN URSPRÜNGLICH KEIN BROT, SONDERN ASSEN DEN EMMER ALS BREI.**

**EMMER IST WIE DINKEL UND EINKORN EIN SPELZGETREIDE; DAS BEDEUTET, DASS DAS KORN VON DEN SPELZEN UMSCHLOSSEN UND SO VOR VIELEN UMWELTEINFLÜSSEN GESCHÜTZT IST. DADURCH IST ABER DIE VERARBEITUNG AUCH AUFWÄNDIGER, WEIL ERST DAS KORN IN EINEM EXTRA ARBEITSGANG AUS DEN SPELZEN GELÖST WERDEN MUSS. DER EMMER MIT SEINEN LANG BEGRANNTEN, MEIST ZWEIBLÜTIGEN ÄHRCHEN WIRD HEUTE IN EUROPA KAUM NOCH ANGEBAUT, DA DER ERTRAG SEHR GERING, DIE ERNTE OFT SCHWIERIG UND DIE VERARBEITUNG AUFWÄNDIG IST. DADURCH WIRD DER EMMER ZU EINER KLEINEN BESONDERHEIT.**

**ALLERDINGS ENTDECKEN GOURMETS UND GESUNDHEITSBEWUSSTE MENSCHEN DIESE URGETREIDEART ALLMÄHLICH WIEDER UND SCHÄTZEN SOWOHL DEN FEINEN GESCHMACK ALS AUCH IHRE ERNÄHRUNGSPHYSIOLOGISCHEN VORTEILE. SO IST DER EMMER BESONDERS EIWEISS- UND MINERALSTOFFREICH. DAS MEHL IST GOLDFARBEN. BROT AUS EMMERMEHL HAT EINE CHARAKTERISTISCHE DUNKLE FÄRBUNG UND EIN BESONDERS WÜRZIGES AROMA. AUCH NUDELN AUS EMMER SORGEN FÜR EINE LECKERE UND GESUNDE ABWECHSLUNG.**

## **GESUNDHEIT UND KULINARISCHES**

**EMMER HAT EINEN HOHEN GEHALT AN DEN FÜR DIE SEHKRAFT WICHTIGEN CAROTINOIDEN. DER EMMER BESITZT EIN SEHR HARTES KORN, ÄHNLICH DEM HARTWEIZEN. BACKWAREN AUS EMMER SCHMECKEN KRÄFTIG WÜRZIG. DAS GETREIDE EIGNET SICH DESHALB AUCH HERVORRAGEND FÜR HERZHAFT E BROT E.**

**QUELLE: CHIEMGAUKORN : [HTTPS://CHIEMGAUKORN.DE/WAS-IST-EMMER.HTM](https://chiemgaukorn.de/was-ist-emmer.htm)**