

Bio Dinkel Musmehl 500g

Bio Dinkel Musmehl - geröstet und gemahlen:

Musmehl ist die Basis des traditionellen Bauernfrühstücks der schwäbischen Alb. Modern interpretiert ist es auch super geeignet als:

- herzhaftes Mittagessen
- Porridge oder Brei ("Schwarzer Brei")
- Nussersatz in Gebäcken

Durch die Verarbeitung des ganzen Kornes handelt es sich bei Musmehl um ein Vollkornprodukt. Im Vordergrund steht sein typisches Röstaroma, das für dessen ureigenen, unverwechselbaren Geschmack sorgt. Nicht zu vernachlässigen ist der ernährungs-physiologische Wert (Ballaststoff-/Mikronährstoffgehalt) und die hervorragende Bekömmlichkeit.

Bio-Dinkel Musmehl eignet sich bestens zur Zubereitung süßer wie auch herzhafter Speisen. Die Einsatzmöglichkeiten sind dabei vielfältig. Sei es als traditionelle Brei- oder moderne Porridge-Variante, oder als Zutat für Rührteige bei der Kuchenherstellung. Besonders interessant ist die Nutzung von Musmehl als Nussersatz in Gebäcken, da es herrlich nussig schmeckt.

Zubereitung: 1/2 l Wasser + 1/2 l Milch zum Kochen bringen und 150g Musmehl & 1 Prise Salz einrühren. 20-30 min. leicht köcheln lassen, öfter umrühren. Anschließend mit zerlassener Butter, Marmelade oder Obstkompott servieren.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1503 kj
Brennwert kcal	356 kcal
Fett	2,7 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,6 g
Kohlenhydrate	65,0 g
davon Zucker	< 0,50 g
Ballaststoffe	10,7 g
Eiweiß	12,5 g
Salz	< 0,0025 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
-------------------------	----

Sonstige Angaben

Bio-Kontrollstelle	DE-ÖKO-006
Aufbewahrungs- und Verwendungshinweis	Kühl, trocken und lichtgeschützt lagern.
Hersteller	Ostermühle Naturkost GmbH Mühlgasse 30 89129 Langenau

Zusätzliche Informationen

Zutaten:

DINKEL* geröstet und gemahlen.

*aus kontrolliert biologischem Anbau. Herkunft: Deutschland-Landwirtschaft