

Bärlauchkruste

Produktinformation



Verkehrsbezeichnung:

Bärlauchweizenbrot

Getreidemischungsverhältnis:

100% Weizen

Zutaten:

Weizenmehl, Wasser, Bärlauchpesto (Bärlauch, pflanzliches Öl, Speisesalz), Speisesalz jodiert, Hefe

Hinweise für Allergiker:

Dieses Gebäck enthält folgende Zutaten mit ausgewiesenen Allergenen:

Weizen

Nährwertangaben: 100 g Gebäck enthalten durchschnittlich:

Brennwert: 1034,6 kJ bzw. 247,1 kcal

Eiweiß: 6,9 g

Kohlenhydrate: 47,6 g

Fette: 2,9 g

Broteinheiten (BE): 4,0

1 BE entspricht: 25,0 g

Gebäckcharakteristik:

Die Bärlauchkruste wird aus einem Baguette-Teig hergestellt. Wir stellen dieses Brot nach einer überlieferten, traditionellen Methode her. Das typische Baguettearoma erhält durch den Bärlauch eine pikante Note.

Verzehrsempfehlungen:

Unsere Bärlauchkruste bringt Abwechslung in Ihre Sommerküche und in ihr Brotbüffet zum Grillabend. Mit Frischkäse bestrichen und Gurke und Tomate belegt, sorgt dieses Brot für eine gesunde, abwechslungsreiche Mahlzeit.

Verzehrsfrische:

Am besten schmeckt unsere Bärlauchkruste frisch! Doch sollte - wider Erwarten - etwas von dem pikanten Brot übrig bleiben, packen Sie es für 1 - 2 Tage in einen Plastikbeutel und backen es bei Bedarf kurz im Ofen auf. Dann schmeckt sie wieder knusprig frisch und entfaltet ihr volles Aroma.

Bärlauchkruste

Gebäckgewicht:

500 g

Besondere Information:

Bärlauch ist nicht nur bei Bären beliebt !

Allium Ursinum, lateinisch für 'Lauch des Bären' ist ein ganz besonderes Zwiebelgewächs. Im Volksmund auch unter Hexenzwiebel, Waldknoblauch oder wilder Knoblauch bekannt, war es schon bei den Germanen und Kelten als Heilpflanze bekannt. Der Name entstand angeblich aus dem Volksglauben, dass Bären nach ihrem Winterschlaf zuerst Bärlauch fräßen.

Die Wildpflanze ist in den Wäldern Europas zu finden und wird eher selten kultiviert. Man erntet sie in der Zeit von März bis Mai.

Die jungen Blätter schmecken zunächst nur wenig nach Knoblauch. Mit zunehmendem Alter der Pflanze nimmt das Aroma zu. Sobald die Pflanze im Juni blüht, schmecken die Blätter recht streng. Das maßvolle Verzehren von Bärlauch verursacht, im Gegensatz zu Knoblauch, Zwiebel und Schnittlauch, keinen unangenehmen Körpergeruch.

'Bärlauch im Mai, das ganze Jahr keine Arznei', sagt ein Sprichwort. Unter Ärzten kursiert der Spruch: Bärlauch zu essen, ist unter 40 freiwillig, über 40 Pflicht.

Nach Auffassung der Volksmedizin ist Bärlauch gut für Magen und Darm, reinigt Nieren und Blase, entgiftet den Körper. Es soll Prostatabeschwerden lindern, ebenso wie Rheuma und Hautleiden. Sein duftendes, schwefelhaltiges Öl entlastet Leber und Galle und unterstützt dadurch das Verdauen fetter Speisen. Manche vertrauen auch bei Stresssymptomen wie Schlafstörungen, Schwindel oder Verspannungen auf die heilende Wirkung des Bärlauchs.

Das würzige Kraut fördert zudem das Konzentrations- und Erinnerungsvermögen und verhindert dadurch hoffentlich, dass es selbst wieder in Vergessenheit gerät.

Bärlauch enthält: Vitamin C, Sulfide (Allicin u.a.), Mineralstoffe und Spurenelemente (Magnesium, Eisen, Mangan), Biophenole, Carotinoide.