

Bärlauchlaib

Produktinformation



Verkehrsbezeichnung:

Bärlauchweizenmischbrot

Getreidemischungsverhältnis:

60% Weizen und 40% Roggen

Zutaten:

Mehl (Weizen, Roggen), Natursauerteig, Wasser, Bärlauchpesto, (Bärlauch, pflanzliches Öl, Speisesalz) Speisesalz jodiert, Hefe

Hinweise für Allergiker:

Dieses Gebäck enthält folgende Zutaten mit ausgewiesenen Allergenen:
Weizen, Roggen

Nährwertangaben:

100 g Gebäck enthalten durchschnittlich:	
Brennwert:	951,2 kJ bzw. 227,2 kcal
Eiweiß:	6,8 g
Kohlenhydrate:	43,3 g
Fette:	2,7 g
Broteinheiten (BE):	3,6
1 BE entspricht:	27,8 g

Gebäckcharakteristik:

Die runde Form mit der gemaserten Krustenoberfläche deutet bei unserem Bärlauchlaib schon von außen auf etwas Besonderes hin. Dieser Eindruck findet im Geschmack durch die wohl dosierte Bärlauchzugabe seine Vollendung.

Verzehrsempfehlungen:

Den Bärlauchlaib empfehlen wir für eine deftige Brotzeit. Als Beilage zum Salatbuffet erfreut sich dieses Brot besonderer Beliebtheit.

Verzehrsfrische:

Frisch gekauft bei Ihrem Bäcker schmeckt der Bärlauchlaib am besten. Richtig gelagert bleibt die Frische jedoch gut zwei Tage erhalten. Leicht getoastet, entfaltet er auch noch am dritten Tag sein volles Aroma.

Bärlauchlaib

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.