

# Dinkeldunst

Unser Dinkeldunst\* liegt im Feinheitsgrad zwischen einem Dinkelmehl 630 und dem Dinkelgrieß. Leicht feinkörnig, wird es daher auch als "griffiges" Mehl bezeichnet. Es erfreut sich gerade in der Herstellung von Nudeln und Spätzle aber auch von Klößen großer Beliebtheit. Weiterhin kann es in Pizza- oder Strudelteigen verwendet werden.

Durch eine gute Wasseraufnahme eignet sich Dunst auch zum Brotbacken. Volumen und Krustenbildung werden durch den Einsatz von Dunst sehr schön. Im Gegensatz zu unserem Weizendunst besticht der Dinkeldunst\* durch seinen kräftigeren, nussigen Geschmack.

\*Spelzweizen

Mehle und Teige sind nicht zum Rohverzehr bestimmt und müssen stets gut durcherhitzt werden.

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1442,00 kj
Brennwert kcal	340,00 kcal
Fett	1,00 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,15 g
Kohlenhydrate	70,59 g
davon Zucker	0,39 g
Ballaststoffe	4,00 g
Eiweiß	10,60 g
Salz	0,01 g

## Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
Dinkel	Ja