Bio Hartweizenmehl

Dieses auch Durumweizen genannte Getreide kommt aufgrund seines hohen Glutengehaltes überwiegend bei der Herstellung von Nudeln, Couscous und Bulgur zum Einsatz. Er wird als Sommergetreide angebaut. Anbaugelände in Europa sind zwar auch Deutschland, eher aber südliche Länder wie Italien oder Griechenland.

Hartweizen enthält Kohlenhydrate, Eiweiß, Fett, wichtige Mineralstoffe wie Natrium, Magnesium, Calcium, Zink, Eisen, Phosphor und Kalium sowie Vitamine (C, A, B1, B6) und Folsäure.

Unser Hartweizen kommt aus Italien. Aufgrund des hohen Proteingehalts werden daraus hergestellte Teige besonders elastisch. Auch zum Brotbacken eignet sich Hartweizenmehl wunderbar.

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

Probieren Sie doch einmal unser [Sommerbrot-Rezept](#) mit unserem Bio Hartweizenmehl aus.

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1471 kj
Brennwert kcal	351 kcal
Fett	2,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,5 g
Kohlenhydrate	65,0 g
davon Zucker	3,0 g
Ballaststoffe	4,4 g
Eiweiß	10,8 g
Salz	0,01 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
Sesamsamen	Ja
Soja	Ja
Schalenfrüchte	Ja
Senf	Ja

Biomühle-Eiling GmbH

USt-IdNr.: DE 270546051,

Öko-Kontrollstelle: DE-ÖKO-005

Vegan

Ja

Vegetarisch

Ja