Wieder da!

Mehl mit Getreidekeimling

Liebe Backfreunde,

Das feine Mehl aus Friedfertigem Landbau ist wieder da! Haben Sie für Ihr Lieblingsgebäck schon einmal unser Steinmühlen-Mehl probiert?

Bei uns wird das Korn nicht geschlagen, sondern auf der Steinmühle sanft gemahlen.

In der hauseigenen Lebe Gesund-Steinmüllerei vermahlen wir das ganze Korn sanft mit dem vitalen Getreidekeimling zu hellen Backmehlen und weichen Vollkornmehlen. Der Keimling enthält die zum Backen notwendigen Enzyme, viele der bekannten Vitamine, Mineralstoffe und das hochwertige Keimöl. Der Keimling enthält auch die Information zur Entstehung einer neuen Pflanze. Man kann sagen, es ist das Leben, der Bauplan, den die Natur im Getreidekeimling anlegt. Er ist die Grundlage für das „Zusammenspiel" der zahlreichen Wirkstoffe, die am Entstehen z.B. eines Brotes beteiligt sind. In unserem Sortiment finden Sie nicht nur helles Weizen- und Roggenmehl, sondern auch Mehle aus den Urgetreiden Dinkel, Emmer, Einkorn.

Weil wir die Natur lieben, achten wir sie und bieten Ihnen Naturprodukte von Feldern an, die ohne Mist und Gülle bewirtschaftet werden.

Der Boden und das Getreide, das auf den Feldern im Friedfertigen Landbau wächst, ist reich an Vitalstoffen, und diese finden sich – dank der Steinmühle – im Mehl wieder. In unserem Sortiment finden Sie nicht nur helle Weizen- und Roggenmehle, sondern auch Mehle aus den Urgetreiden Dinkel, Emmer und Einkorn.

Zum Genießen bei der Tee- und Kaffeestunde ...

Vegane Apfelmus-Muffins mit geriebenen Äpfeln und Rosinen

Zutaten: 3 Äpfel, 250 g Emmermehl, 3 TL Backpulver, 120 g brauner Zucker, ½ TL Zimt, 1 Prise Salz, 3 Esslöffel Rosinen, 120 g Apfelmus, 90 g geschmacksneutrales Öl, 240 ml Pflanzen-Drink

Zubereitung: Backofen auf 180° C vorheizen. Äpfel waschen und raspeln. Die trockenen Zutaten in eine große Schüssel geben und miteinander vermengen. Geriebene Äpfel, Apfelmus, Rosinen, Öl und Pflanzen-Drink dazugeben und mit einem Schneebesen zu einem Teig rühren. Muffins-Formen füllen und 25-30 Min. goldbraun im Ofen backen.

Viel Freude beim Backen und Genießen

wünscht Ihnen Ihr Team vom *Lebe Gesund* Versand