

| | | | | |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|
| Artikelnummer 414038 | GTIN-Stück  4 015637 827377 | GTIN-Verpackung  4 015637 806884 | eco-ID 210571 |  |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|

Marke

Bauk Mühle

Qualität

Bio-Siegel, EU Bio-Logo, EU Landwirtschaft / Nicht EU Landwirtschaft, Glutenfrei Ähre der DZG, vegan - Europ. Vegetarian Union

Öko-Kontrollstelle

DE-ÖKO-007 | PV

Zollrechtliche Herkunft

Deutschland (DE)

Wechselnde Ursprungsländer

ja

Ursprungsland/ -region Hauptzutaten

Diverse Länder

Verarbeitungsland

Deutschland

Verpackungsland

Deutschland

Zutaten

HAFERVollkornflocken*glutenfrei, geschrotete

Gold-Leinsaat* 12 %, Gold-Leinsaat* 8 %, Sonnenblumenkerne*, SESAM*, Gold-Hirse* 6%, Kürbiskerne*, geschrotete Kürbiskerne*, gemahlene Flohsamenschalen*, Meersalz, Kurkuma* 0,02

enthält folgende allergene Zutaten: Sesam

**aus kontrolliert ökologischer Erzeugung*

Diese Zutatenliste entspricht einer Volldeklaration im Sinne der Richtlinien des Bundesverbandes Naturkost & Naturwaren.

Dieses Produkt ist nicht aromatisiert.

Allgemeines

Hol auch du dir mit unserem Wunderbrød ein bisschen nordische Gemütlichkeit und diesen besonderen Hafer-Saaten-Genuss in dein Zuhause.



| | | | | |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|
| Artikelnummer 414038 | GTIN-Stück  4 015637 827377 | GTIN-Verpackung  4 015637 806884 | eco-ID 210571 |  |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|

Besonderheiten

Unser Wunderbrød Gold auf einen Blick:

Mit bestem Hafer aus Bio-Anbau größtenteils aus der Region
Mit Kurkuma, Goldleinsaat und Goldhirse
Etwas milder im Geschmack als das Original-Wunderbrød
Reich an Ballaststoffen und Omega-3-Fettsäuren
Natürliche Proteinquelle und glutenfrei
Ohne Hefe und ohne Mehl

Kurzbeschreibung

Diese feine, goldene Wunderbrød-Variante bringt nordische Gemütlichkeit in jedes Haus. Kurkuma, Goldleinsaat und Goldhirse verleihen charakteristische Farbe und vollen Geschmack. Kontrolliert glutenfrei und mit hochwertigen Zutaten aus biologischer Landwirtschaft.

Rezept, Zubereitung

Knäckebrot Gold

Zubereitung:

- 1) 600 g Mischung mit 500 ml kaltem Wasser übergießen, gut verrühren und 5–10 Minuten quellen lassen.
 - 2) Den Teig in drei Teile teilen und zwischen Backpapierbögen dünn ausrollen. Den oberen Bogen entfernen.
 - 3) Die Teigplatten mit einem großen Messer quadratisch einkerben, sodass Sollbruchstellen für Knäckebrotstücke entstehen.
 - 4) Die Bögen mit dem eingekerbten Teig auf Bleche platzieren.
 - 5) Nach Geschmack mit etwas Sesam oder Meersalz bestreuen.
 - 6) Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Umluft alle drei Bleche für ca. 35 Minuten gemeinsam backen.
 - 7) Gut auskühlen lassen und an den Sollbruchstellen brechen. Gegebenenfalls nicht so dünn ausgerollte Knäckebrot-Stücke noch etwas nachbacken.
- Tipp: Das Knäckebrot lässt sich luftdicht verpackt etwa 3–4 Wochen aufbewahren.

Hinweise zur Handhabung oder Verwendung

Bio Brotbackmischung
für glutenfreies Hafervollkornbrot

| | | | | |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|
| Artikelnummer 414038 | GTIN-Stück  4 015637 827377 | GTIN-Verpackung  4 015637 806884 | eco-ID 210571 |  |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|

Zubereitung

Schnelle

Zubereitung

1. Den Packungsinhalt in eine Schüssel geben, mit 550 ml kochendem Wasser anrühren und 20 Minuten quellen lassen.

2. Den Teig in eine gut gefettete Kastenform (25 x 10 cm) geben.

Mit einem angefeuchteten Teigschaber in der Form verteilen, andrücken und glatt streichen

3. Im vorgeheizten Backofen bei 200° C Ober-/Unterhitze 70 Minuten backen.

4. Gleich aus der Form nehmen und vor dem Verzehr gut auskühlen lassen.

Herstellung

Für uns als Mühle mit regionalen

Wurzeln und enger

Zusammenarbeit mit den

Landwirten spielt Hafer eine

wichtige Rolle. Hafer ist eine der ältesten

Getreidesorten bei uns im Norden und gut

für den Bio-Anbau geeignet.

Unsere nordischen Nachbarn in Skandinavien

backen traditionell ein Brot aus Hafer

und Saaten. Angelehnt daran haben wir

unsere Wunderbröte entwickelt. Die

schöne Farbe vom Wunderbrød Gold kommt

von Hirseflocken und Goldleinsaat plus

einem Hauch Kurkuma. Weitere Variationen

sind das klassische Wunderbrød und Wunderbrød mit Nüssen.

Lager- und Aufbewahrungshinweis

Vor Wärme schützen

Lager- und Aufbewahrungshinweis

Bitte kühl und trocken lagern.

| | | | | |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|
| Artikelnummer 414038 | GTIN-Stück  4 015637 827377 | GTIN-Verpackung  4 015637 806884 | eco-ID 210571 |  |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|

Gebrauchsanweisung

Zubereitung:

- 1) 600 g Mischung mit 500 ml kaltem Wasser übergießen, gut verrühren und 5–10 Minuten quellen lassen.
 - 2) Den Teig in drei Teile teilen und zwischen Backpapierbögen dünn ausrollen. Den oberen Bogen entfernen.
 - 3) Die Teigplatten mit einem großen Messer quadratisch einkerben, sodass Sollbruchstellen für Knäckebrötchen entstehen.
 - 4) Die Bögen mit dem eingekerbten Teig auf Bleche platzieren.
 - 5) Nach Geschmack mit etwas Sesam oder Meersalz bestreuen.
 - 6) Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Umluft alle drei Bleche für ca. 35 Minuten gemeinsam backen.
 - 7) Gut auskühlen lassen und an den Sollbruchstellen brechen. Gegebenenfalls nicht so dünn ausgerollte Knäckebrötchen-Stücke noch etwas nachbacken.
- Tipp: Das Knäckebrötchen lässt sich luftdicht verpackt etwa 3–4 Wochen aufbewahren.

Allergiehinweise

nicht enthalten: Eier, Erdnuss, Fisch, Krebstier, Lupine, Milch, Sellerie, Senf, Soja, Weichtier, Huhn, Kuhmilchprotein, Laktose, Milchprotein, Fruktose, Kakao, Koriander, Zimt, Glutamat, Hefe

Ausschluss garantiert: Gluten, Dinkel, Kamut, Roggen, Weizen

Spuren möglich: Schalenfrüchte, Cashewnuss, Haselnuss, Macadamianuss, Mandeln, Paranuss, Pecanuss, Pistazie, Walnuss

enthalten: Sesam, Hafer

Weitere Eigenschaften

vegan ✓ vegetarisch ✓ alkoholfrei ✓ glutenfrei ✓ laktosefrei ✓ ungesüßt ✓

| | | | | |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|
| Artikelnummer 414038 | GTIN-Stück  4 015637 827377 | GTIN-Verpackung  4 015637 806884 | eco-ID 210571 |  |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|

Warengruppenspezifische Angaben

Rechtlicher Status..... Lebensmittel
 Garmethode..... Blindbacken
 Nitritpökelsalz..... nein

Qualität

Bio-Erzeugnis..... ja
 Staatliche Siegel..... EU Bio-Logo, Bio-Siegel
 Länderzusatz des EU-Logos..... EU Landwirtschaft / Nicht EU Landwirtschaft
 Öko-Kontrollstelle..... DE-ÖKO-007
 Weitere Qualitätskriterien und Labels..... Glutenfrei Ähre der DZG, vegan - Europ. Vegetarian Union

Gesetzliche Angaben

Zusatzstoffe, Rechtlicher Hinweis..... Keine deklarationspflichtigen Zusatzstoffe vorhanden
 Rechtliche Bezeichnung des Produkts..... Brot Brotbackmischung für glutenfreies Hafervollkornbrot
 Inverkehrbringer..... Bauk GmbH, Duhenheimweg 4, D-29571 Rosche

Nährwerte & Analyseergebnisse bezogen auf 100 g

Energie kJ / kcal..... 1846 kJ / 443 kcal
 Fett..... 23 g
 davon gesättigte Fettsäuren..... 3,3 g
 Kohlenhydrate..... 34 g
 davon Zucker..... 0,9 g
 Ballaststoffe..... 13 g
 Eiweiß..... 18 g
 Ermittlung der Nährwerte durch..... Berechnung
 Salz..... 1,4 g

Vitamine & Mineralien

Eisen..... 5,7 mg
 Kupfer..... 0,86 mg
 Magnesium..... 222 mg
 Mangan..... 3,3 mg
 Phosphor..... 430 mg
 Zink..... 4,4 mg

Vitamine & Mineralien Tagesbedarf (%) bezogen auf 1 Portion

Eisen..... 41 %
 Kupfer..... 86 %
 Magnesium..... 59 %
 Mangan..... 165 %
 Phosphor..... 61 %
 Zink..... 44 %

Sonstige Analysewerte

Linolensäure..... 4,1 g



Wunderbrød Gold Bio glutenfrei, 600g

Life-Changing Wunderbrod nach norwegischer Art



| | | | | |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|
| Artikelnummer 414038 | GTIN-Stück  4 015637 827377 | GTIN-Verpackung  4 015637 806884 | eco-ID 210571 |  |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|---|

Angaben zur VE (VerbrauchsEinheit / Einzel)

Verpackungsart Beutel

Verpackungsmaterial Papier