



Das Brot

Knusprig, körnig, vielfältig und täglich auf den Tisch

Auf die Mischung kommt es an!

Weizen

Roggen



Hefegärung

Sauerteigführung

Weizenbrot

Weizenmischbrot

Roggenmischbrot

Roggenbrot



Weißbrot
Vollkorntoast
Weizenvollkornbrot

Bauernbrot
Krustenbrot
Vollkornbrot

Malfabrot
Nordländer
Vollkornbrot

Roggensaftkornbrot
Roggenvollkornbrot

Fotos: aid-infodienst

Was kann noch alles drin sein?

Backmittel verbessern die Backeigenschaften des Mehles und vereinfachen die Herstellung. Es sind Lebensmittel mit backtechnischer Wirkung oder lebensmittelrechtlich zugelassene Zusatzstoffe.



Zum Beispiel:

- Malzerzeugnisse wie Röstmalz, Malzextrakt,
- Quellstoffe wie Guarkernmehl,
- Emulgatoren wie Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren
- Teigsäuerungsmittel
- Ascorbinsäure (Vitamin C)

Weitere Hinweise finden Sie auch im Internet unter: www.was-wir-essen.de und www.backmittelinstitut.de bzw. in der Zusatzstoffzulassungsverordnung • Oder fragen Sie einfach Ihren Bäcker!

Kein Tag ohne Brot und Backwaren!

Getreideprodukte sind ein wichtiger Baustein in einer vollwertigen Ernährung.



Fotos: aid-infodienst

Deshalb gilt die Empfehlung:

Essen Sie täglich 5-7 Scheiben Brot (ca. 250-350 g)! Geben Sie dabei dem Vollkornbrot den Vorrang!