

Bio Hartweizengrieß

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. Anbauggebiete 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.

Wir beziehen diesen original ital. Hartweizengriess von der Molino Grassi in Parma.

In den 1990er Jahren erkennt die Familie Grassi die Bedeutung des ökologischen Landbaus und gilt als Bio-Pionier auf dem italienischen Biosektor. 1934 gegründet und heute noch in 4. Generation familiengeführt, gehört die Mühle wohl zu Italiens besten Hartweizen- und Grießproduzenten und ist einer der Marktführer Italiens.

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

[Zum Produkt](#)

Nährwerte

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1456 kj
Brennwert kcal	344 kcal
Fett	1,7 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,3 g
Kohlenhydrate	68,7 g
davon Zucker	1,16 g
Ballaststoffe	13 g
Eiweiß	12,3 g
Salz	0,008 g

Allergene

glutenhaltiges Getreide	Ja
Sesamsamen	Ja
Soja	Ja

Biomühle-Eiling GmbH

USt-IdNr.: DE 270546051,

Öko-Kontrollstelle: DE-ÖKO-005

Schalenfrüchte	Ja
Senf	Ja
Vegan	Ja
Vegetarisch	Ja