Khorasan Urweizen, Bio-Urgetreide

Bio Khorasan Weizen – naturreines Urgetreide – ganzes, rohes Urkorn – Rohkostqualität – reich an Mineralien, Vitaminen und Ballaststoffen

100 % naturbelassener Khorasan Weizen in Bioqualität mit ganzen, rohen Körnern. Das Urgetreide ist eine alte, ursprüngliche Sommer-Weizensorte und auch unter den Namen Kamut oder Urmut bekannt**.** Er zeichnet sich besonders durch seinen großen Anteil an Ballast- und Mikronährstoffen sowie seinen hohen natürlichen Eiweißgehalt von 15 % aus. Zwar enthält auch Urweizen Gluten, jedoch in einer anderen Struktur als herkömmlicher Weizen, sodass es in der Regel mit einer besseren Verträglichkeit einhergeht. Das Urkorn hat einen milden, leicht nussigen Geschmack und weist eine natürliche Süße auf. Der Urweizen eignet sich besonders zum Backen und verleiht Vollkornbrot einen saftigen Teig. Auch selbstgemachter Pasta Teig gelingt mit Khorasan.

Vorteile von Khorasan Urweizen auf einen Blick

- 100 % naturreines Urgetreide, ganze Körner
- Khorasan Weizen aus kontrolliert biologischem Anbau
- keimfähig, für erfahrene Sprossenzieher
- für die abwechslungsreiche Vollwertküche

Warum ist es empfehlenswert, unser Khorasan Ur-Getreide zu kaufen?

Bei unserem Bio Khorasan handelt es sich um eine besonders ursprüngliche Getreidesorte mit besonders hohem Ballast- und Mineralstoffgehalt. Das Urkorn wurde bereits vor vielen tausend Jahren angebaut und gehört neben Emmer und Einkorn zu den ältesten kultivierten Getreidesorten der Welt. Unter allen Urgetreiden glänzt Khorasan außerdem mit dem höchsten Anteil an pflanzlichen Aminosäuren. Die Getreideart ist reich an verschiedenen Mineralstoffen und Vitaminen wie Magnesium, Phosphor, Selen, Zink, Kalium, Vitamin B 6 und Folsäure. Die von uns angebotenen ganzen Khorasan Weizen Körner haben Bio- und Rohkostqualität und überzeugen durch ihren vollen, aromatisch-würzig Geschmack. Khorasan kaufen bei Topfruits lohnt sich, denn wir bieten Ihnen beste Qualität zum optimalen Preis-Leistungs-Verhältnis. Ein sehr interessantes Lebensmittel für den gesundheitsbewussten Konsumenten :)

Verzehrtipps für unser Khorasan Urkorn

Khorasan Urweizen ist sowohl in der kalten auch als warmen Küche vielseitig verwendbar. Sehr lecker und nahrhaft ist das Urkorn als Frischkornbrei zum Frühstück. Er liefert reichlich Energie, hält den ganzen Vormittag über satt und versorgt die Körperzellen mit wichtigen Mineralien und Spurenelementen. Ideal ist Kamut auch zum Backen. Um Brote, Brötchen oder andere Backwaren herzustellen, muss das ganze Korn nur gemahlen werden, sodass man ein naturreines Khorasan-Mehl erhält. Beim Brot backen mit Kamut gibt es nicht besonders viel zu beachten, seine Backeigenschaften erinnern an die von normalem Weizen und der Vorgang geht ebenso leicht von der Hand. Eine traditionelle Backweise mit Sauerteig und langer Teigführung optimiert die mit Khorasan Weizen gebackenen Backwaren und macht diese noch wertvoller und verträglicher. Sehr gut geeignet ist das Urgetreide auch zur eigenhändigen Herstellung von Nudelteig. Kamut Nudeln schmecken sehr intensiv und würzig und ein wenig grießig, sodass sie an echte, italienische Pasta erinnern. In jedem Fall und egal bei welchem Rezept kann Khorasan immer alternativ zu Weizen oder Dinkel verwendet werden. Übrigens sind Vollkornbackwaren aus Urweizen besonders lange haltbar und eignen sich zur längeren Lagerung. Sie können daraus auch frische Weizenkeimlinge ziehen, der Prozess ist allerdings nicht einfach und erfordert viel Geduld. Wir empfehlen das Keimen daher eher für Kunden mit ausreichend Erfahrung.

Botanische Informationen zum Khorasan Urweizen

Beim Khorasan (*Triticum turgidum* ssp. Polonicum) handelt es sich um einen natürlich entstandenen Hybrid aus Hartweizen (*Triticum durum*) und einem Wildweizen (*Triticum polonicum*). Neben Dinkel, Einkorn und Emmer zählt er zu den sogenannten Urgetreiden. Urweizensorten sind unverzüchtet und aus ernährungsphysiologischer Sicht besonders empfehlenswert. **Khorasan Körner unterscheiden sich bereits optisch von der Masse, denn sie sind etwa doppelt so lang wie das herkömmliche Weizenkorn und von glasig gelblicher Farbe.** Im Vergleich zum heute üblichen Weizen weisen sie wesentlich weniger Chromosomenpaare auf. Diese sind für die strukturelle Komplexität des Weizens verantwortlich. Je weniger Chromosomenpaare (bei den Urgetreiden zwischen 14-28), desto einfacher kann der Körper diese aufschließen und verwerten. Im Vergleich dazu hat der bekannte Weizen 42 Chromosomenpaare. Trotz seiner positiven Verträglichkeit geriet der Urmut lange Zeit in Vergessenheit. Erst seit etwa 1990 wird der Weizen insbesondere im Bio-Landbau wieder erzeugt.

Wissenswertes über die geschichtliche Herkunft von Khorasana Urkorn

Um die ursprüngliche Heimat dieser Weizenart ranken sich viele Legenden. **Mittlerweile ist sich die Wissenschaft einig, dass Khorasan aus der Gegend ?Chorasan? stammt – eine frühere Region im nordöstlichen Iran und Afghanistan.** Daher leitet sich auch der gebräuchliche Name des Urkorns ab. Bei der Bezeichnung ?Kamut? handelt es sich hingegen um einen rechtlich geschützt Markennamen, der jedoch dieselbe Pflanze bezeichnet. Das ?Kamut? stammt übrigens aus dem Altägyptischen und bedeutet frei übersetzt ?Seele der Erde?. Der Name ist durchaus zutreffen, wenn man bedenkt, dass es sich beim Khorasan Weizen um den uralten Vorfahren unseres heutigen Weizens handelt. Bereits vor rund 6000 Jahren wurde er von unseren Vorfahren zur Herstellung von Brot verwendet.

Anbau und Verarbeitung von Khorasan Weizen

Khorasan ist deutlich robuster als moderne Zuchtsorten, liefert jedoch auch bei Weitem nicht solche hohen Erträge. Der Anbau von Khorasan geht deshalb immer mehr zurück, und das wertvolle Lebensmittel wird immer schwerer zu bekommen. Als Anbieter für ursprüngliche und besondere Lebensmittel liegt es uns am Herzen, solche alten Sorten weiterhin anzubieten – denn ansonsten würden sie irgendwann vom Markt verschwinden und aussterben. Für uns nicht akzeptabel, da Urgetreide einen solch großen Mehrwehrt bieten – nicht nur für unser Wohlbefinden, sondern auch für den täglichen Speiseplan. Unser Khorasan wird in Österreich angebaut und unterliegt keiner Verarbeitung – es handelt sich um ein absolutes Naturprodukt.

Weiterführende Literatur zum Thema Urgetreide

Die frühen Hochkulturen wie China, Indien, Ägypten, Äthiopien, Rom, Griechenland, Inkas und die Azteken basierten alle auf Getreiden: Reis, Mais, Emmer, Dinkel, Weizen, Hirse, Roggen, Hafer, Gerste, Sorghum, Amaranth, Quinoa usw. Welche besonderen Eigenschaften der Getreide dies ermöglicht haben, zeigt **Prof. Dr. Werner Kollath in seinem Buch ?Getreide und Mensch, eine Lebensgemeinschaft?**. Erst als diese aufgekündigt wurde, hielten laut dem Experten chronische Krankheiten und Degeneration Einzug. Ausgelöst wurde die Veränderung durch die Industrielle Revolution. Großmühlen erlaubten das Mahlen auf Vorrat. Weil gelagertes Mehl durch Oxidation der Keimöle ranzig wurde, siebte man den Keim und die Randschichten aus. Als Endprodukt entstand das allseits beliebte, aber gesundheitlich wertlose Auszugsmehl (aus http://www.dr-schnitzer.de/kranksein-buergerpflicht.html).

Allgemeine Hinweise zu Khorasan bio

Zutaten; 100 % Khorasan Weizen
Lagerung: Kühl, dunkel und trocken lagern.

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Khorasan Urweizen, Bio-Urgetreide"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1441 kj
Brennwert kcal	341 kcal
Fett	2.2 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.50 g
Kohlenhydrate	59 g
davon Zucker	2.6 g
Ballaststoffe	12 g
Eiweiß	15 g
Salz	<0.013 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwertangaben des Khorasan Urweizen unterliegen natürlichen Schwankungen.