Saure Bohnen, geschnitten, unpasteurisiert - nur milchsauer fermentiert

Saure Bohnen – geschnitten, milchsauer fermentiert – unpasteurisiert

Traditionell milchsäurefermentierte "Saure-Bohnen" sind eine Delikatesse mit ernährungsphysiologischem Mehrwert. Dei Milchsäure Fermentierung von überwiegend pflanzlichen Lebensmitteln ist **die** traditionelle Methode Gemüse haltbar zu machen. Dabei wird durch den biologischen Prozess der Milchsäuregährung, von nützlichen Bakterien aus dem im Gemüse enthaltenen Zucker lebendige Milchsäure produziert. Diese Milchsäure senkt den PH Wert der Lake, die bei der Herstellung entsteht auf ca PH 3-4 ab. In diesem Milieu können Fäulnisbakterien und Pilze nicht überleben, was der Grund für die gute Haltbarkeit milchsauer fermentierter Lebensmittel ist. Auch Sauermilch oder Kefir zählen zu diesen fermentierten Lebensmitteln, dort wird der Milchzucker von den verschiedenen Bakterienstämmen umgesetzt zur haltbar machenden Milchsäure. Der mehr oder weniger säuerliche Geschmack ist allen milchsäurefermentierten Lebensmitteln gemein.

In unserem Dickdarm und sorgen dort verschiedene Milchsäure-Bakterienstämme für ein erwünscht saures Milieu und eine gesunde Darmflora die Fäulnissprozessen wenig Chancen lässt. **Unsere Milchsauren-Schnippelbohnen schmecken wie selbst gemacht.** Sie eignen sich als wertvolle Beilage in der gesundheitsbewussten Küche. Unsere Saure Bohnen sind in Deutschland nur aus besten, fadenfreien Bohnen hergestellt. Natürlich ohne weitere Zusätze und 100% Natur. Dr. Johannes Kuhl der den herausragenden Nutzen von natürlicher Milchsäure mehr als alle anderen erkannt hatte, hätte seine Freude an den Topfruits Schnippelbohnen. Neben der Bezeichnung Saure Bohnen findet man, je nach Region auch die Bezeichnung Fassschnippelbohnen oder Salz-Schneidebohnen.

Topfruits sauren Bohnen auf einen Blick

- aus besten, fadenfreien grünen Bohnen
- Bohnen aus NRW
- wertvolles traditionell milchsauer fermentiertes Lebensmittel
- von Natur aus laktosefrei & glutenfrei
- vegan, rein pflanzlich
- vielseitig verwendbar roh oder gekocht
- Produktion erfolgt in Deutschland
- Herstellung nach den Empfehlungen von Dr. Johannes Kuhl

Topfruits Saure-Bohnen sind unpasteurisiert

Ihre charakteristische Geschmack und ihre Haltbarkeit erhalten sauren Bohnen allein durch die Milchsäuregärung. Unpasteurisierte Milchsaure Schnibbelbohnen gibt es im Supermarkt selten zu kaufen, meist sind diese pasteurisiert. Die Herstellung unserer saurern Bohnen ist einfach und transparent. **Milchsaure Schneidebohnen sind deshalb ein echtes und ehrliches LEBENSmittel.** Frisch geerntete grünen Bohnen werden gewaschen und geschnitten. Der Anbau erfolgt dabei ein Deutschland (NRW). Danach werden sie kurz blanchiert und mit Salz vermischt – so wird auf natürliche Weise die Milchsäuregärung eingeleitet. Nach einigen Wochen in speziellen Gährbottichen ist der Fermentierungs-Prozess abgeschlossen. Die Salzbohnen sind dann nur auf natürliche Weise länger haltbar – ohne künstliche Zusatzstoffe wie Konservierungsmittel oder Stabilisatoren. Die komplette Produktion erfolgt dabei in Deutschland.

Wissenswertes über milchsauer fermentierte Lebensmittel

Fermentierte Gemüse wie Sauerkraut oder saure Schnittbohnen sind nicht nur gut für die Darmflora, sondern auch für die Verdauung. Natürliche Milchsäure ist nach Kuhl ausserdem bedeutungsvoll für den Säure-Basenhaushalt und für einen physiologischen Blut PH Wert. Neben dem Anteil an Milchsäurebakterien entstehen bei fermentierten Lebensmitteln Enzyme, welche die Verdaulichkeit der Lebensmittel günstig beeinflussen. Fermentierte Lebensmittel sind deshalb oft verträglicher als die Rohstoffe, aus denen sie hergestellt werden. Das ist auch der Grund, weshalb von allen Broten das Sauerteigbrot das verträglichste und gleichzeitig gesündeste ist.

So können Sie unsere sauren Schnippelbohnen verwenden

Saure Schnittbohnen passen als Beilage zu herzhaften Gerichten. In Großmutters Küche wurden milchsauer fermentierte Bohnen als Beilage zu Fleisch und Kartoffeln gereicht. Traditionell werden Bohnengerichte gerne mit Schinken oder Speck gegessen. Aber auch eine vegane oder vegetarische Variante, alleine mit einer leckeren Zwiebelsauce und Salzkartoffeln schmeckt super und ist vom Gesundheitsbewussten zu bevorzugen. Auch in Salat, als Ergänzung in Gemüsepfannen oder Eintöpfen oder einfach roh als Beilage zum Vesper schmecken die milchsäurevergorenen Bohnen.

Allgemeine Hinweise zu milchsauren Bohnen

Zutaten: Grüne Bohnen, Speisesalz.
Inhalt: 1000g
Lagerung: Gut verschlossen und gekühlt (im Kühlschrank) aufbewahren.

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Saure Bohnen, geschnitten, unpasteurisiert - nur milchsauer fermentiert"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	115 kj
Brennwert kcal	27 kcal
Fett	0.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	<0.1 g
Kohlenhydrate	2.3 g
davon Zucker	0.2 g
Ballaststoffe	3.7 g
Eiweiß	1.8 g
Salz	2.27 g