

# KEIMLINGE – WERTVOLL & BEKÖMMLICH.

## AUF DIE INNEREN WERTE KOMMT ES AN...

...bei den Keimlingen in unseren Essener Broten!

Was passiert beim Keimen und was macht die Keimlinge so **wertvoll**?

- Durch das Keimen wird das Getreideeweiß **leichter verdaulich** und für unseren Körper besser verwertbar.
- Es entsteht **Lysin**, die zu den **lebensnotwendigen Aminosäuren** zählt.
- Essentielle Aminosäuren müssen mit der Nahrung aufgenommen werden, da sie nicht vom Körper selber produziert werden können.
- Der **Vitamingehalt** steigt im Keimling um ein Vielfaches an.
- Im Getreidekeimling sind vor allem die **Vitamine C, B1, B2, Niacin, Biotin und E** in erhöhten Mengen vorhanden.
- In Roggenkeimlingen werden die *Phytinsäuren* abgebaut, dadurch erhöht sich die Bioverfügbarkeit von **Calcium, Magnesium und Eisen**.
- Sekundäre Pflanzenstoffe wie *Polyphenole* sind in Getreidekeimlingen vorhanden – ihre Wirkung ist vermutlich **antimikrobiell und antikanzerogen**.
- Der **erhöhte Enzymgehalt** lässt die Keimlinge zu natürlichen Backmitteln werden – für eine Demeter-Bäckerei besonders wichtig.

## WISSENSCHAFTLICH UND PROFESSIONELL...

...arbeiten wir mit der Beuth Hochschule in Berlin, dem Büro für Lebensmittelkunde und Qualität in Bad Brückenau und dem Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL) in Frankfurt zusammen:

- **Wir erstellen** einen **Leitfaden** zur Herstellung und Verwendung von Keimlingen in der Bäckerei.
- **Wir schafften** bei MÄRKISCHES LANDBROT die **Voraussetzungen** für optimales Keimen.
- **Wir untersuchen** den **Gehalt an Vitaminen und essentiellen Aminosäuren** in unseren Keimlingen.

Lassen Sie es sich gut gehen!

