

Aus der Hado-Küche: Zutaten

Restaurant Services

Dinkel

Dinkel ist in Form von gequollenen Körnern, Grieß, Flocken und Mehl im Handel erhältlich.

Im Dinkelgetreide sind Stoffe wie Vitamine, Mineralien, Spurenelemente, Vitalstoffe (Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate) sowie bioenergetische Stoffe in idealer Weise gespeichert. Dinkel hat von allen Getreidearten die höchste Bioverfügbarkeit und eine sehr gute Körperverträglichkeit.

Verwendung: gemahlen wie Weizenmehl, gequollene Körner für Salatbüffets, als Dinkel-„Kernotto“ wie Risotto, als Beilage oder Füllung für pikante Gerichte