

SÜSSGRÄSER

GERSTE, WEIZEN, DINKEL, HAFER



GETREIDEGRÄSER DIE GRÜNEN SÜSSGRÄSER

Naturkraftwerke-Getreidegräser sind spezielle und neuartige Lebensmittel. Sie enthalten wie Gemüse und Kräuter eine reichhaltige Palette an nützlichen Nährstoffen und können zu einer ausgewogenen und bewussten Ernährung beitragen.

Demeter Gersten-, Weizen-, Dinkel- und Hafergras von Naturkraftwerke wachsen nahe der Schweizergrenze im Südschwarzwald und im Hegau weitab von Strassen und Industrie. Die Naturkraftwerke-Partnerlandwirte säen im Herbst. Der junge Trieb überwintert, die Gräser werden dadurch besonders kräftig. Das junge Gras wird dann vor der Knotenbildung von Hand geerntet. In diesem Stadium ist die Pflanze am gehaltvollsten. Das geerntete Gut wird sofort in einer speziellen Waschmaschine mit sauberem Wasser gereinigt (siehe Bild 1), grob geschnitten (siehe Bild 2) und im Dehydrationsverfahren mit trockener Luft (siehe Bild 3) schonend (konsequent unter 40 °C) getrocknet.

QUALITÄTSKRITERIEN IM ÜBERBLICK

- Getreidegräser aus kontrolliertem Demeter-Anbau
- aus dem Südschwarzwald und dem Hegau
- aus Wintersaat
- 100 % reines Gras
- ohne Hitze schonend getrocknet
- als Presslinge und Pulver erhältlich
- Presslinge sind ohne Zusatzstoffe kalt gepresst
- im Violettglas optimal geschützt
- glutenfrei



Süssgräser als Pulver & Presslinge



MEERRETTICH-DIP
KAROTTEN-DÖRRAPFELSUPPE



OLIVENÖLE PORTUGAL,
ITALIEN & SICILIA / LEINÖL

REZEPTE FÜR GENIALES ESSEN SÜSSGRÄSER

MEERRETTICH-DIP

- 100 g Magerquark
- 2 TL Zitronensaft
- 2 EL frisch geriebener Meerrettich
- 1 TL Graspulver
- 1 EL Leinöl
- 1 säuerlicher Apfel
- Meersalz

Quark und Zitronensaft glatt rühren, Meerrettich, Graspulver und Leinöl unterrühren. Den Apfel auf der Bircher-Rohkostreibe dazu reiben und unterrühren, mit Salz abschmecken.

TÄGLICHE ERFRISCHUNG

Einen gut gehäuften Teelöffel mit Graspulver in ein Glas geben, Wasser dazu giessen, umrühren und gleich trinken.

Alternativ: 3 x täglich 3 Presslinge mit etwas Wasser einnehmen.

KAROTTEN-DÖRRAPFELSUPPE

- 2 EL Olivenöl
- 1 große Zwiebel
- ½ kg Karotten
- 1 L Quellwasser
- 1 Tasse Dörräpfel
- Meersalz
- 1 EL Süssgraspulver (Gersten-, Weizen-, Dinkel- oder Hafergras)
- 4 – 5 EL frisch geriebener Parmesan

Karotten waschen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel hacken. Zwiebeln und Karotten im Öl andünsten, Wasser zugeben, aufkochen, Äpfel zugeben, leicht salzen, Suppe bei schwacher Hitze kochen, bis die Karotten weich sind. Die Suppe pürieren, ein wenig abkühlen lassen, das Süssgraspulver untermixen. Anrichten. Mit Parmesan bestreuen.

NATURKRAFTWERKE® ist ein Schweizer Kleinunternehmen, das hochwertige biologische und biologisch-dynamische Produkte verarbeitet und herstellt. Die Lebensmittel und Naturprodukte entstehen unter dem Leitstern einer globalen Ökonomie der Gerechtigkeit, die eine soziale und nachhaltige Entwicklung unterstützt. Der Firmengründer Antonius Conte sucht seit 1996 weltweit nach den besten Rohstoffen für seine Ideen. Naturkraftwerke arbeitet lokal direkt mit einem Netzwerk von Bauern zusammen. Aus solchen freundschaftlichen Kooperationen entspringen die unverwechselbaren Produkte. Die biologische und biologisch-dynamische Wirtschaftsweise ist ein Dienst an der Erde und eine Entwicklungspflege des natürlichen Reichtums als Grundlage des Lebens. Die Produkte von Naturkraftwerke entsprechen, wo immer möglich, diesen Grundlagen.

Mehr Informationen unter:
Naturkraftwerke
Gibelstrasse 11
CH-8607 Aathal-Seegräben
T 044 972 27 77, F -76
info@naturkraftwerke.com
www.naturkraftwerke.ch



Demeter ist das Markenzeichen für Produkte aus biologisch-dynamischer Wirtschaftsweise. Nur streng kontrollierte Vertragspartner dürfen das Demeter-Zeichen nutzen. Lückenlos wird überprüft, ob vom Anbau bis zur Verarbeitung die konsequenten Richtlinien des Demeter-Verbandes eingehalten werden. Hinzu kommt die staatliche, jährliche Bio-Kontrolle nach der Schweizerischen und der EG-Bio-Verordnung. Die ganzheitlichen Demeter-Ansprüche gehen jedoch darüber hinaus. Sie erfordern neben dem Verzicht auf künstliche Zusatzstoffe in der Weiterverarbeitung eine gezielte Förderung nachhaltiger und artgerechter Lebensprozesse in Boden und Nahrung. Demeter-Landwirte und -Verarbeiter sind aktive Gestalter einer lebenswerten Zukunft. Sie garantieren Lebensmittel, deren natürliche Kraft zum gesunden Genuss-Erlebnis wird.

Mehr Informationen unter:
Demeter Geschäftsstelle
Krummackerweg 9
CH-4600 Olten
info@demeter.ch
www.demeter.ch



Rezepte und Bilder aus dem Buch
"Kraftort Küche"
Über 40 Rezepte mit Spirulina,
Chlorella und Gräsern
Alfons Roth, Cerina Thon
Umfang: 129 Seiten, Hardcover,
20 grosse Foodbilder
Edition Fona, ISBN 3-03780-223-5
> bei uns erhältlich



WELTKÜCHE®

WEITERE REZEPTE AUF
WELTKUECHE.COM

