

100%

Haferkleie-Brot

cholesterin- & blutzuckersenkend



Gesundheit genießen

Dieses ganz besondere Brot hat extrem viele Ballaststoffe und besteht zu 100% aus Haferkleie. Vor allem der hohe Anteil an β -Glucan ist sehr wichtig. Es ist im Haferkorn in sehr viel höherer Konzentration als in Weizen oder Roggen enthalten. Von β -Glucan profitieren vor allem Typ-2-Diabetiker und alle, die zu hohe Cholesterinwerte haben.

Haferkleie enthält noch mehr β -Glucan als Haferflocken oder -körner. Zur Blutzuckersenkung empfehlen sich 125 g Haferkleie-Brot – etwa 3 Scheiben zu 9 mm – zu einer Mahlzeit. Die hier erlaubten 30 g an verfügbaren Kohlenhydraten stammen alle aus dem Haferkleie-Brot. Als Belag bieten sich etwa Radieschen mit guter Butter, Quarkaufstrich mit frischen Kräutern oder geräucherter Fisch an.

Die cholesterinsenkende Wirkung entfaltet sich bereits mit jeweils 45 g Haferkleie-Brot zu zwei täglichen Mahlzeiten.

Wolfgang Schlegl

Ihr Bäcker, Konditormeister und Brotsommelier

Wolfgang Schlegl

Schlegl Backtradition
genießen

Schlegls
Backschule
Backtradition erleben

DER
FEINSCHMECKER

Teilnahme bei

Deutschlands
bester
BÄCKER



Haferkleie-Brot

Nährwerte pro 100 g

Getreideanteil	100 % Haferkleie
Zusatzstoffe	KEINE
Energie	1068 KJ / 255 kcal
Fett	3,63 g
Kohlenhydrate	27,5 g
Ballaststoffe	6,5 g
Eiweiß/davon Weizeneiweiß	8,5 g / 3,5 g
β-Glucan	3,3 g
Broteinheiten / BE	1 BE entspricht 65 g
Steinsalz	1,1 g

100% für
Diabetiker
geeignet

Haferkleie-Brot optimal genießen

Unser Haferkleie-Brot wird als 500-g-Brot im Kasten gebacken. Seine Oberfläche ist dicht mit gerösteten Haferkleieflocken bedeckt.

Die hellbraune Kuste duftet intensiv nach Erdnussbutter, Honig und Röstaromen. Die Krume ist hell, ockerfarben und sanft geport.

Beim Kauen des Brotes spürt man die körnigen Haferflocken und die milde Säure. Geschmacklich klingen die Erdnussbutter-Aromen auch in der Krume an. Zusätzlich lassen sich feine Nuancen von Karamell und Zitrone wie beim Haferbrot erschmecken.

Das Haferkleie-Brot ist ein klassischer Allrounder. Zum süßen Frühstück mit unserer Nuss-Nougat-Creme passt es hervorragend, ebenso zur bitteren Orangenmarmelade oder zu herzhaften Eierspeisen. Mittags als Kohlenhydrat-Beilage zu Gemüse oder zur Suppe, abends zu Butter und Käse: Es ist immer eine ideale Begleitung.

Bäckerei Schlegl
Franziskaner Str. 201
86633 Neuburg an der Donau

Tel.: 084 31/83 24
info@schlegl.de
www.schlegl.de