

Pressemappe: Agrar-PR

13.03.2024 | 10:47:00 | ID: 38988 | Ressort: [Verbraucher](#) | [Gesundheit](#)

Dinkel: So gut wie sein Ruf?

[Baierbrunn](#) (Agrar-PR) - Dinkel hat einen guten Ruf, dabei wissen viele gar nicht, dass es sich dabei um eine Weizenart handelt. Wie Weichweizen stammt das Getreide aus der botanischen Gattung Triticum. "Anders als Gerste oder Roggen ist Dinkel keine eigene Kornsorte", erklärt Prof. Dr. Stephan C. Bischoff, Direktor des Instituts für Ernährungsmedizin an der Universität Hohenheim in Stuttgart, im Gesundheitsmagazin "Apotheken Umschau".

Die bessere Verträglichkeit liegt an der Verarbeitung

Mit seinem Team ging Ernährungsmediziner Bischoff daher der Frage nach, warum Produkte aus Dinkel offenbar besser verträglich sind als solche aus Weizen. "Die Ursache für die bessere Verträglichkeit von Dinkel liegt vor allem in der Verarbeitung", stellt er fest. Anders als viele Weizenbrote würden Dinkelbrote meist bei langer Teigführung gebacken. Das heißt: Der Teig wird mit weniger Backmittel hergestellt und geht über eine längere Zeit bei kühlen Temperaturen. Bei dieser Form des Backens werden schwer verdauliche Kohlenhydrate besser abgebaut. Für Menschen, die am Reizdarmsyndrom leiden, also vermehrt mit Bauchschmerzen, Blähungen und Durchfall reagieren, ist Dinkelbrot mit langer Teigführung daher besonders geeignet. Zudem enthält Dinkel mehr Eiweiß, Kalium und Eisen als Weizen.

Verbraucher ungenügend informiert

Wer allerdings an einer Zöliakie erkrankt ist oder eine Weizenallergie hat, muss auf glutenhaltiges Getreide verzichten, also auch auf Dinkel. Eine Befragung des Bundesinstituts für Risikobewertung zeigt, dass Verbraucher darüber ungenügend aufgeklärt sind. Das Institut plädiert daher für "eine klare Formulierung in der Kennzeichnung, dass Dinkel ein Weizengetreide ist" - zum Beispiel durch Packungsaufschriften wie "Dinkel (eine Weizenart).

Pressekontakt:

Julie von Wangenheim, Leitung Unternehmenskommunikation

Katharina Neff-Neudert, PR-Manager

Tel.: 089/744 33-360

E-Mail: presse@wubv.de

www.wortundbildverlag.de



[Agrar-PR](#)

Postfach 131003 70068 Stuttgart Deutschland

Telefon: +49 0711 63379810

E-Mail: redaktion@agrar-presseportal.de Web: www.agrar-presseportal.de >>> [Pressefach](#)