

SÜSSGRÄSER

Gerste | Weizen | Dinkel

Ernte von NaturKraftWerke® Weizengras

**NATUR
KRAFT
WERKE**

*...Gibt mir ein Feld, auf dem
ungemähtes Gras wächst, das schöne
grüne Gras, dieses erstaunliche
Wunder, das immer wiederkehrende
Gras...*

Walt Whitman

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 Weizen-, Gersten- und Dinkelgras

von NaturKraftWerke® wachsen im Südschwarzwald weitab von Strassen und Industrie nahe der Schweizergrenze auf einem abgelegenen Plateau 640 Meter über Meer auf Muschelkalk-Verwitterungsboden. Der NaturKraftWerke®-Partnerlandwirt sät im Herbst. Die Samen überwintern im Boden und die Gräser werden dadurch besonders kräftig. Das junge Gras wird dann vor der Knotenbildung von Hand geerntet (siehe Bilder 1, 2, 3, 4). In diesem Stadium ist die Pflanze am gehaltvollsten. Das geerntete Gut wird sofort in einer speziellen Waschmaschine mit sauberem Wasser gereinigt (siehe Bild 6), grob geschnitten (siehe Bild 7) und im Dehydrationsverfahren mit trockener Luft (siehe Bild 8) schonend (konsequent unter 40°C) getrocknet.

QUALITÄTSKRITERIEN im Überblick

- Getreidegräser aus kontrolliert biologisch-dynamischem Anbau
- aus dem Südschwarzwald
- aus Wintersaat
- 100% reines Gras
- ohne Hitze schonend getrocknet
- als Presslinge und Pulver erhältlich
- Presslinge sind ohne Zusatzstoffe kalt gepresst
- im Schwarzviolettglass optimal geschützt
- glutenfrei



1



2



3



4



5



6



7



8

Meerrettich-Dip

ZUTATEN
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.



Karotten-Dörrapfelsuppe

- ZUTATEN
- 2 EL Olivenöl extra nativ
1 große Zwiebel
1/2 kg Karotten
1 l Quellwasser
1 Tasse Dörräpfel
Meersalz
1 EL Süssgraspulver (Gersten-, Weizen- oder Dinkelgras)
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.

Obige Rezepte und Bilder aus dem Buch
KRAFTORT KÜCHE
(© mit freundlicher Genehmigung des Verlages)
Über 40 Rezepte mit Spirulina,
Chlorella und Gräsern
Alfons Roth, Cerina Thon
Umfang: 129 Seiten, Hardcover,
20 grosse Foodbilder
Verlag: Edition Fona
ISBN 3-03780-223-5



Tägliche Erfrischung

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



Alternativ: 
3 x tägl. 3 Presslinge
mit etwas Wasser.

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. Weitere Informationen: NaturKraftWerke®, CH-8607 Aathal-Seegräben, T 044 972 27 -77, F -76, naturkraftwerke.ch

Überreicht durch