

DATUM:

23.04.2021

Dinkel – der bessere Weizen?

Hildegard von Bingen (1098-1179) lobte den Dinkel einst als ein Universalheilmittel. Doch stimmt das noch heutzutage? Obgleich die Inhaltsstoffe von Dinkel und Weizen sich ähneln, gibt es doch gravierende Unterschiede. Die Hochzüchtung von Weizen für eine bessere Backfähigkeit ging zu Lasten der Proteinqualität im Weizen. Schwerwiegende Erkrankungen können die Folge sein. Alte, züchterisch nicht veränderte Dinkelsorten hingegen verfügen über ein sehr gutes Proteinspektrum.

In diesem Vortrag erläutert Dr. Marina Bisping Erkrankungen, die durch Weizen verursacht werden können. Dem gegenübergestellt werden die vielfältigen, heilenden Eigenschaften des Dinkels. Doch wo bekommt man alte Dinkelsorten her und wie lässt sich Dinkel beim Kochen und Backen verarbeiten? Diese und weitere Fragen werden an dem Abend beantwortet. Ebenso werden einige Koch- und Backrezepte vorgestellt.

Die Veranstaltung findet als Online-Vortrag am 5. Mai 2021 statt und kostet 7 Euro. Eine Anmeldung ist über die Homepage www.vhs-siebengebirge.de oder per Mail unter kontakt@vhs-siebengebirge.de möglich (Kursnummer U50411). Auskunft erteilt die Geschäftsstelle der Volkshochschule unter 02244/889-207.