

Backes-Brot aus Diezenkausen: Tommy, Annika und Pippi

Tommy ist ein ehrliches, kerniges **Schwarzbrot**, das eine ganze Woche saftig bleibt und nach zwei bis drei Tagen Lagerzeit sein volles Aroma entfaltet.

Zutaten: Roggen, Wasser, Roggensauerteig, Dinkel, Haferflocken, Hefe, Salz

Tommy Delux mit noch mehr Biss und Saftigkeit durch **Leinsaat, Kürbis- und Sonnenblumenkerne**.

Annika ist ein feines, aromatisches **Dinkel-Vollkornbrot**, das zu jeder Gelegenheit passt und durch 40 Stunden Ruhezeit besonders verträglich ist.

Zutaten: Dinkel, Wasser, Roggen, Leinsamen, Olivenöl, Salz, Hefe.

Tommy und Annika sind ein prima Team, um dich und deine Familie die ganze Woche mit Brot zu versorgen, weil Annika am besten frisch schmeckt und Tommy gerne noch zwei Tage reift, um sein volles Aroma und beste Verträglichkeit zu entfalten.

Pippi ist für alle, die **Abenteuer, Abwechslung und Überraschungen lieben**:

Jedes Mal ein anderes Brot, Weizen, Roggen oder Dinkel, Vollkorn oder Hell, von Ciabatta bis Körnerlaib, von Rosinenstuten bis Bergsteigerkruste oder auch mal ein köstlicher Hefezopf.

Das besondere an meinen Broten:

- Meine Brote sind **frei von Zusätzen wie Konservierungsmittel, Enzymen, Stabilisatoren, Schimmelverhütungsmitteln, Farbstoffen und sonstigen Zusätzen**.
- Meine Brote sind **überwiegend frei von Hefe**, bzw. enthalten nur eine minimale Menge von 0,5-3 Gramm Hefe pro Brot.
- Meine **Sauerteige ziehe ich von Anfang an selber**.
- Alle Brote entstehen bei mir durch eine **lange Teigführung, damit die Brote besonders lecker, besonders gut verträglich und besonders lange genießbar sind**.
- Besonders für echtes Vollkornbrot ist es wichtig, dass Teige lange und langsam gehen können um Stoffe, die Unverträglichkeiten auslösen (wie FODMAPS und Phytate) abzubauen und durch enzymatische Prozesse das Getreide **leichter verdaulich und dadurch besser verträglich** zu machen.
- Durch die lange Teigführung **erhöht sich der Gehalt und die Verfügbarkeit von Eisen und Zink** im fertigen Brot.
- Alle **Vollkornmehle und -Schrote mahle ich selber, weil dadurch die Mehle frisch und garantiert frei von Zusätzen** - die teilweise auch in Biomehlen erlaubt sind, ohne deklariert werden zu müssen - sind.
- **vom Ansetzen des Teigs bis zum Backen vergehen je nach Brotsorte 15-72 Stunden**.
-

Alle Zutaten kommen zu 100% aus biologischem und zu 100% aus deutschem Anbau und überwiegend aus NRW. Weder Getreide noch Kürbiskerne aus China, kein Leinsamen aus Kirgistan, kein Hafer aus Ungarn...