

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Lens culinaris

LINSE

Familie: Hülsenfrüchtler
(Fabaceae oder Leguminosae)

Gattung: Linsen (Lens)

Aussehen:

- Stängel dünn, flaumig behaart und viel verzweigt
- paarig gefiederte Laubblätter
- weiße oder blaue Blüten
- bilden kleine längliche Hülsenfrüchte



Allgemeines:

- wenig unkrauttolerant, braucht Stützfrucht zum Wachsen, daher meist im Gemenge mit anderen Arten angebaut
- rohe Linsen enthalten giftige Inhaltsstoffe (z.B. Lektine)
- sammelt durch Symbiose mit Knöllchenbakterien an den Wurzeln Stickstoff aus der Luft (wichtig für Wachstum)

Besondere Eigenschaften:

- reich an Eiweiß, Vitamin A, B und E, Ballaststoffen und Spurenelementen
- glutenfrei und fettarm

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Avena nuda

NACKT- HAFER

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Hafer (*Avena*)

Sommergetreide

Nacktgetreide (Spelzen sind nicht mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- jeweils zwei Körner hängen in lockeren Rispen an dünnen Stielen
- Körner kaum vom feinen Spelz umschlossen



Allgemeines:

- Erträge im Vergleich zu anderen Hafersorten deutlich geringer
- Verwendung in Form von Haferflocken, Sprossen, Frischkornbrei oder Tierfutter
- enthält kaum Klebereiweiß, daher ist reines Mehl nicht zum Backen verwendbar

Besondere Eigenschaften:

- hoher Anteil an Pantothensäure, Bitterstoffen und Spurenelementen, reich an Vitamin B₁, B₂, B₆ und E sowie an seltenem Biotin (Vitamin H), enthält Beta-Glucane (reguliert u.a. den Blutzuckerspiegel)

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum dicoccum

SCHWARZER EMMER „RAMSES“

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (Triticum)

Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- starker Halm
- Ähren enthalten jeweils zwei Getreidekörner, daher ein „Zweikorn“
- Schwarzfärbung durch Beta-Carotin



© Ulli Münst

Allgemeines:

- bereits von Römern und Ägyptern angebaut
- zusammen mit Emmer bespelzte Urform des heutigen Weizens
- gut geeignet für z. B. Nudeln oder Brot

Besondere Eigenschaften:

- verfügt über hochwertige Aminosäuren und zahlreiche Spurenelemente
- Gehalt an Selen 20 x höher als beim herkömmlichen Weizen
- schwarze Färbung schützt vor UV bedingten Mutationen -> genetisch beständigstes Getreide

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Glycine max (L.) Merr

SOJA- BOHNE

Familie: Hülsenfrüchtler
(Fabaceae oder Leguminosae)

Gattung: Glycine

Aussehen:

- Stängel dicht braun behaart
- 3-10 cm oval ausgeprägte Laubblätter
- kleine, hell- bis dunkelviolette Blüten
- Bohnen in behaarter Kapsel



© Weinstanz

Allgemeines:

- Sojabohne seit 3050 v. Chr. in Japan und mindestens seit 1550 v. Chr. in Korea und China als Nahrungspflanze genutzt

Besondere Eigenschaften:

- lange Wurzeln sammeln durch Symbiose mit sojaspezifischen Knöllchenbakterium (*Bradyrhizobium japonicum*) Stickstoff aus der Luft (wichtig für Wachstum)
- vielseitige Nutzung (z.B. Tofu, Sojasauce, Biodiesel, Kosmetikzusatz...)

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Sorghum bicolor

ZUCKER- HIRSE

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Sorghum

Sommergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- Wuchshöhen 2,50 - 5 m
- längliche Laubblätter
- stark verzweigter Blütenstand = „Rispe“
- bildet kleine weiße, rote oder gelbe Körner



Allgemeines:

- stammt aus dem tropischen Raum
- ausgedehntes Wurzelsystem ermöglicht effiziente Nutzung und Aneignung von Wasser und Nährstoffen
- als Futterpflanze für Tiere und zum Kochen geeignet (z.B. Grütze, Fladen...)

Besondere Eigenschaften:

- Körner fett- und eiweißreich, reich an Vitaminen B1, B2, A und C sowie Kieselsäure

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum aestivum var. Lutescens

DICKKOPF- WEIZEN

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (Triticum)

Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- auffallend dicke Ährenform auf kürzeren Pflanzenhalmen
-> daher Name „Dickkopf“



© Bäckerei Veit (Susanne Erb-Weber)

Allgemeines:

- Kreuzung aus Dinkel und Weizen
- nussiger Geschmack
- vor 50 Jahren praktisch ausgestorben, heute wieder angebaut
- Nutzung für z. B. Backwaren oder Müsliflocken

Besondere Eigenschaften:

- Hoher Gehalt an Eiweiß, Mineralstoffen, Carotinoiden, Vitamin E und B sowie Antioxidantien
- gut verdaulich

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Linum

LEIN

Familie: Leingewächse (Linaceae)

Gattung: Lein (Linum)

Aussehen:

- wächst strauchförmig
- kleine, schmale Blätter
- blau, gelb, rot, rosa oder weiße Blüte
- kleine Kapseln enthalten Leinsamen



Allgemeines:

- stammt aus Südasien
- innerhalb der Familie rund 200 Arten
- Pflanzen ein- oder zweijährig
- wird auch „Flachs“ oder „Hanf“ genannt

Besondere Eigenschaften:

- bereits vor 6.000 - 10.000 Jahren genutzt (zählt zu den ältesten Kulturpflanzen)
- vielseitige Nutzung (z.B. als Öl, Fasern zur Herstellung von Textilien, Lebensmittel oder Ölfarbe)

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SAULGAU



Triticum monococcum

EINKORN

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (Triticum)

Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- trägt lang begrannte Ährchen
- ein Korn pro Ährchen (daher der Name)
- gelber Mehlkörper im Korn



Allgemeines:

- ist das älteste Getreide (10.000 v. Chr.)
- stammt aus dem vorderasiatischen Raum
- mit Einkorn-Malz kann auch Bier gebraut werden

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Mineralstoffen (Magnesium, Kupfer, Eisen bspw.), Spurenelementen und Aminosäuren
- hohe Resistenz gegen Schädlinge

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SAULGAU



Triticum dicoccum

EMMER (Zweikorn)

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (Triticum)

Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- trägt lang begrannete, meist zweiblütige Ährchen
- Emmerkörner etwas härter und glasiger



Allgemeines:

- eines der ältesten Getreide (8.000 v. Chr.)
- stammt aus dem Nahen Osten
- geeignet für Brot-, Bier- und Nudelherstellung

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Mineralstoffen, Eiweißen und Gluten (Klebereiweiß)
- Emmer überzeugt mit einem kräftig würzigen Geschmack

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SAULGAU



Triticum aestivum ssp. *spelta*

URDINKEL

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (*Triticum*)

Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- höhere Pflanze als der moderne Dinkel
- Ähre dünner, länger und lockerer als bei Saatweizen
- fest von Spelzen umschlossene Ährchen



Allgemeines:

- 5.000 bis 6.000 v. Chr.
- stammt aus der Region rund um das Kaspische Meer
- entstand aus der Kreuzung von Einkorn, Emmer und Wildgras

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Mineralstoffen, Aminosäuren, Vitaminen und Kieselsäure

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum aestivum ssp. spelta

DINKEL

Modernes Getreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (Triticum)

Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- kleinere Pflanze als der Urdinkel



Allgemeines:

- Kreuzung aus Urdinkel und Weizen
- vielfältig verwendbar
- „Franckenkorn“ ist eine bekannte Sorte
- als Grünkern bezeichnet man Dinkel, der in noch teigreifem Stadium geerntet und anschließend im Darre-Verfahren getrocknet wird (in Notzeiten war somit eine frühere Ernte möglich)

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Eiweißen und Aminosäuren

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum aestivum ssp. *purpurea*

GRANAT ROTKORN- WEIZEN

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (*Triticum*)

Winter- und Sommergetreide

Nacktgetreide (Spelzen sind nicht mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- purpurfarbene Kornschale



© Drax-Mühle GmbH

Allgemeines:

- stammt aus Ostafrika
- eine Urweizensorte
- in Schalen enthaltene Anthocyane dienen als Sonnenschutz
- geeignet für die Herstellung von Backwaren, Nudeln und Pfannenkuchen

Besondere Eigenschaften:

- verdankt seine purpurfarbene Kornschale dem hohen Gehalt an Anthocyanen

(können freie Radikale im menschlichen Körper binden)

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum aestivum

GELBMEHL- WEIZEN

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (Triticum)

Wintergetreide

Nacktgetreide (Spelzen sind nicht mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- Körner haben gelbliche Farbe



© Drax-Mühle GmbH

Allgemeines:

- eine Urweizensorte
- kräftige Farbe und süßlich-nussiger Geschmack
- geeignet für die Herstellung von Feinbackwaren, Dauergebäck und eifreien oder eireduzierten Diätgebäcken

Besondere Eigenschaften:

- die Körner enthalten besonders viel Carotinoid, das für die gelbe Färbung verantwortlich ist und im menschlichen Körper viele Schutzfunktionen übernimmt

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum durum

HARTWEIZEN

(Durum, auch Glasweizen)

Modernes Getreide



Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (Triticum)

Wintergetreide, seltener als Sommergetreide

Nacktgetreide (Spelzen sind nicht mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- Ährchen enthalten vier bis sieben Blüten, von denen zwei bis vier fruchtbar sind

Allgemeines:

- 2.000 v. Chr.
- bekannte Sorte „Wintergold“
- Abstammung vom Emmer (Zweikorn)
- besonders geeignet für die Herstellung von Nudeln (Pasta) oder Grieß, Bulgur und Couscous

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Eiweißen und Gluten (Klebereiweiß), niedriger Stärkegehalt

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum aestivum ssp. *aestivum*

WINTERWEICH- WEIZEN

Modernes Getreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (*Triticum*)

Wintergetreide

Nacktgetreide (Spelzen sind nicht mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- Ährchen sind drei- bis sechsblütig, die unteren drei bis fünf Blüten sind fruchtbar



Allgemeines:

- es gibt verschiedene Qualitätsgruppen: E = Eliteweizen, A = Qualitätsweizen, B = Brotweizen (Teig wird sehr geschmeidig)
- geeignet zur Herstellung von Brot- und Backwaren, Malz und Futtermitteln
- Kreuzung aus Emmer (*Triticum dicoccum*) und Ziegengras (*Aegilops tauschii*)

Besondere Eigenschaften:

- geringer Gehalt an Gluten (Klebereiweiß)

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum turanicum

KHORASAN- WEIZEN (KAMUT-WEIZEN)

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (Triticum)

Winter- und Sommergetreide

Nacktgetreide (Spelzen sind nicht mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- schwarz begrante Ähre
- Korn ist deutlich länger als das des Hartweizens



Allgemeines:

- 6.000 v. Chr.
- KAMUT ist eine Handelsmarke und garantiert für nicht gekreuzten oder genetisch veränderten Markenweizen
- ist eine natürliche Hybride aus einer Wildform von Weizen und Hartweizen
- eignet sich für die Herstellung von Teigwaren, Pfannenkuchen und süßen Backwaren
- Kreuzung aus Triticum turgidum und Triticum polonicum

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Eiweißen, ungesättigten Fettsäuren, Aminosäuren, Vitaminen, Mineralstoffen und Selen

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum aestivum ssp. aestivum

SOMMER- WEIZEN

Modernes Getreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Weizen (Triticum)

Sommergetreide

Nacktgetreide (Spelzen sind nicht mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- Körner haben eine glasigere Struktur als Winterweizen



Allgemeines:

- man unterscheidet zwischen Winter- und Sommerweizen
- Sommerweizen wird im Frühjahr eingesät und benötigt bis zur Reife nur 120-140 Tage
- Winterweizen wird bereits im Herbst eingesät

Besondere Eigenschaften:

- höherer Gehalt an Eiweißen
- niedrigerer Ertrag als bei Winterweizen

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Triticum secale

TRITICALE

(TRITICOSECALE)

Modernes Getreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Triticale

Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- ähnelt dem Roggen
- begrannte Ähren sind im Gegensatz zum Roggen vierzeilig



Allgemeines:

- Kreuzung aus Weizen (weibl. Partner) und Roggen (männl. Partner)
- geeignet als Futtergetreide und zur Herstellung von Backwaren und Bier

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Lysin, Eiweißen, Ballaststoffen, Kohlenhydraten, Fetten, Mineralstoffen und Vitaminen
- Kreuzungsnachkommen sind sehr steril und erbringen einen hohen Ertrag

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Secale multicaule

URROGGEN

(WALDSTAUDEN-ROGGEN)

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Roggen (Secale)

Wintergetreide,
auch als Sommergetreide möglich

Nacktgetreide (Spelzen sind nicht mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- zweizeilige Ähre mit maximal 50 Ährchen
- reife Ähre überhängend
- hat kleinere Körner als moderner Roggen



© Drax-Mühle GmbH

Allgemeines:

- 5.000-6.000 v. Chr.
- stammt aus dem Vorderen Orient
- wuchs ursprünglich als Unkraut
- geeignet zur Herstellung von Brot und süßen Backwaren

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Ballaststoffen, Eiweißen, Spurenelementen und B-Vitaminen

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SAULGAU



Secale cereale

ROGGEN

Modernes Getreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Roggen (Secale)

Wintergetreide, seltener als Sommergetreide

Nacktgetreide (Spelzen sind nicht mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- zweizeilige Ähre mit maximal 50 Ährchen
- reife Ähre überhängend
- hat größere Körner als der Urroggen



Allgemeines:

- wird meist als Brotgetreide für Roggenbrot und Mischbrote verwendet
- als einzige der vier Hauptgetreidearten Fremdbefruchter
- die widerstandsfähige, anspruchslose und ertragssichere Getreideart gilt als selbstverträglich, d. h. ein Daueranbau ist möglich

Besondere Eigenschaften:

- Intensivwurzler (bis zu 1 Meter Wurzeltiefe)
- besonders winterfest
- ertragreicher als Urroggen

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SAULGAU



Hordeum vulgare

URGERSTE

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Gerste (Hordeum)

Winter- und Sommergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- lang begrannete Ährchen stehen wechselnd auf beiden Seiten der Ährenachse
- Ährchen sind von Spelzen umschlossen



Allgemeines:

- 3.000 v. Chr.
- wird hauptsächlich zur Herstellung von Alkohol, Grieß und Graupen verwendet

Besondere Eigenschaften:

- fehlendes Gluten (Klebereiweiß)
- hoher Gehalt an Kohlenhydraten, Eiweißen, Ballaststoffen, Fetten, Vitaminen und Mineralstoffen
- besonders witterungsresistent

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Hordeum vulgare

WINTERGERSTE

(ZWEIZEILIG)

Modernes Getreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Gerste (Hordeum)

Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- bilden 25-30 größere Körner je Ähre als die mehrzeilige Gerste



Allgemeines:

- wird überwiegend als Tierfutter verwendet
- bekannte Zwei-Zeiler-Sorten „Sandra“ und „California“

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Kohlenhydraten, Eiweißen, Ballaststoffen, Fetten, Vitaminen und Mineralstoffen
- zweizeilige Wintergerste ist im Vergleich zur mehrzeiligen Wintergerste ertragärmer

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SAULGAU



Hordeum vulgare

WINTERGERSTE

(MEHRZEILIG)

Modernes Getreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Gerste (Hordeum)

Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- im Vergleich zur zweizeiligen Gerste mehr, aber kleinere Körner



Allgemeines:

- wird überwiegend als Tierfutter verwendet

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Kohlenhydraten, Eiweißen, Ballaststoffen, Fetten, Vitaminen und Mineralstoffen
- sind außerdem stresstoleranter und winterhärter als die Zweizeiler
- unterscheidet sich optisch von der zweizeiligen Wintergerste; mehrzeilige Wintergerste ist im Vergleich zur zweizeiligen Wintergerste ertragreicher

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Hordeum vulgare

SOMMER- GERSTE

Modernes Getreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Gerste (Hordeum)

Sommergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- lang begrante Ährchen stehen wechselnd auf beiden Seiten der Ährenachse
- Ährchen sind von Spelzen umschlossen



Allgemeines:

- wird hauptsächlich verwendet als Braugerste zur Bierherstellung und auch zur Herstellung von Gerste-Broten (wegen fehlendem Gluten kann Mehlanteil an Gerste in Brot max. 60% betragen)

Besondere Eigenschaften:

- hoher Gehalt an Kohlenhydraten, Ballaststoffen, Fetten, Vitaminen und Mineralstoffen
- nicht so ertragreich als Wintergerste
- hoher Beta-Glucan-Gehalt senkt nachweislich den Cholesterinspiegel

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SAULGAU



Avena sativa

HAFER

Urgetreide

Familie: Süßgräser (Poaceae)

Gattung: Hafer (Avena)

Sommergetreide, seltener als Wintergetreide

Spelzgetreide (Spelzen sind mit Ährchen verwachsen)

Aussehen:

- die aus zwei Körnern bestehenden Ährchen hängen in lockeren Rispen an dünnen Stielen
- sind von Spelzen umschlossen



Allgemeines:

- 5.000 v. Chr.
- Hafer bildet im Gegensatz zum Weizen, Roggen, Dinkel und der Gerste seine Frucht an der Rispe und nicht an der Ähre aus
- geeignet für Flocken, Müsli, Kleie und Brei

Besondere Eigenschaften:

- fehlendes Gluten (Klebereiweiß)
- hoher Gehalt an wichtigen freien Aminosäuren, ungesättigten Fetten, Vitaminen, Mineralstoffen und Eiweißen
- nicht sehr ertragreich
- geringe Standfestigkeit

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SÄULGAU



Amaranthus

AMARANTH

Pseudogetreide

Familie: Fuchsschwanzgewächse

Gattung: Amaranth

Aussehen:

- krautige Pflanze mit Stängel und Laubblättern



Allgemeines:

- es gibt mehr als 60 Arten

Besondere Eigenschaften:

- fehlendes Gluten (Klebereiweiß)
- enthält ähnliche Inhaltsstoffe wie normales Getreide
- besonders hoher Gehalt an Eiweißen, Vitaminen und Mineralstoffen wie Calcium, Magnesium, Eisen und Zink

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SAULGAU



Fagopyrum esculentum

ECHTER BUCHWEIZEN

Pseudogetreide

Familie: Knöterichgewächse
(verwandt mit Rhabarber und Sauerampfer)

Gattung: Buchweizen

Aussehen:

- krautige Pflanze mit Stängel und Laubblättern
- die Früchte sind dreikantige Nüsschen



Allgemeines:

- Schale der Körner enthalten gesundheitsschädlichen Farbstoff Fagopyrin, Schale muss daher entfernt werden
- geeignet zur Herstellung von Fladen, Nudeln und Brot

Besondere Eigenschaften:

- fehlendes Gluten (Klebereiweiß)
- enthält ähnliche Inhaltsstoffe wie normales Getreide
- besonders hoher Gehalt an Eiweißbausteinen wie Lysin und Tryptophan

GETREIDESCHAUGARTEN

Vom Urgetreide zum modernen Getreide und zurück

Natur
Themen
Park BAD
SAULGAU



Chenopodium quinoa

QUINOA

(REISMELDE)

Pseudogetreide

Familie: Fuchsschwanzgewächse

Gattung: Gänsefußgewächse

Aussehen:

- krautige Pflanze mit Stängel und Laubblättern
- Blüten sind grünlich und sitzen in dichten Scheinähren
- Früchte sind nussähnlich



Allgemeines:

- ca. 6.000 Jahre alt
- Ursprung in Südamerika
- das „Gold der Anden“

Besondere Eigenschaften:

- fehlendes Gluten (Klebereiweiß)
- enthält ähnliche Inhaltsstoffe wie normales Getreide
- besonders hoher Gehalt an Eiweißen, Vitaminen und Mineralstoffen wie Eisen und Magnesium
- anspruchslos