

Unsere CJD Küchen Nienburg

Verbesserungsmaßnahme Nr. 49 für mehr Nachhaltigkeit

Wir verwenden zu mind. 50 % Vollkornprodukte wie Vollkornpasta, Vollkornreis, Hirse etc. bzw. mischen diese bei.

Was erreichen wir damit in Sachen Nachhaltigkeit?

Vollkorn enthält alle Bestandteile des Korns inklusive Schale und Keimling. Diese werden also nicht weggeschmissen wie bei hellen Mehlen, sondern auch verwertet. Mit weniger Ressourcenaufwand wird mehr Nahrungsmittelertrag erzeugt.

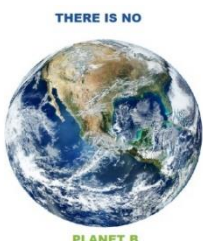
Was ist das Schöne daran?

Vollkorn enthält ein Vielfaches an Folsäure, Eisen, Magnesium, Vitamin B1, B2, E und Ballaststoffen im Vergleich zu ausgezogenen Mehlen. Vollkornprodukte helfen, unsere Nährstoffversorgung zu verbessern und beugen außerdem Zivilisationskrankheiten wie Obstipation (Verstopfung), Zahnkaries, Krebs (v.a. Dickdarmkrebs), Diabetes mellitus Typ 2, Herz-Kreislauf- Erkrankungen sowie Gallen- und Nierensteine vor. Mehr Infos auf

<https://www.oekolandbau.de/verarbeitung/produktion/verfahren/backwaren/vollkorbackwaren/vollkorn-was-heisst-das/>

Unser Appell:

Nutze Vollkornlebensmittel!



Mehr Informationen zu unserem Nachhaltigkeitsprojekt und zu unserer Mission unsere Küche mit 60 Schritten nachhaltiger zu gestalten findet ihr auf unserer Homepage unter der Rubrik Nachhaltigkeit.

