

DATUM:

20.10.2021

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 und zur Ertragssteigerung ging zulasten der Proteinqualität dieses Getreides. Schwerwiegende Erkrankungen können bei ausgeprägtem Genuss von Weizenprodukten die Folge sein. Alte, züchterisch nicht veränderte Dinkelsorten hingegen verfügen über ein sehr gutes Proteinspektrum. In diesem Vortrag der VHS Siebengebirge erläutert Dr. Marina Bisping Erkrankungen, die durch Weizen verursacht werden können. Dem gegenübergestellt werden die vielfältigen, heilenden Eigenschaften des Dinkels. Doch wo sind alte Dinkelsorten erhältlich und wie lässt sich Dinkel beim Kochen und Backen verarbeiten? Diese und weitere Fragen werden beantwortet. Ebenso werden einige Koch- und Backrezepte vorgestellt.

Dieser Vortragsabend findet in Königswinter im Haus Bachem am 27. Oktober 2021 in der Zeit von 19 Uhr bis 21 Uhr statt. Die Gebühr beträgt 7 Euro. Auskunft erteilt die Geschäftsstelle der Volkshochschule unter 02244/889-207. Anmeldeschluss ist der 23. Oktober 2021. Anmeldungen sind per E-Mail an kontakt@vhs-siebengebirge.de oder unter www.vhs-siebengebirge.de möglich (Kursnummer V 50401).