

GENUSS

„Hier steht das wunderschöne Zitat“

Vorname Nachname (xxx)

Bewusster Genuss

Backen mit Clean Label

„Clean Eating“ ist eines der wichtigsten Konzepte der Lebensmittelproduktion der letzten Jahre. Hinter dem Begriff versteckt sich aber eigentlich nichts anderes als die gute alte Vollwerternährung. Unter Lebensmitteln, die als „clean“ gelten, versteht man nämlich möglichst unverarbeitete Rohstoffe und Lebensmittel, die, wie etwa die Produkte der Bäckerei Therese Mölk, ohne künstliche Zusätze auskommen. Doch was bedeutet „clean“ beziehungsweise „sauber“ bei Brot- und Backwaren und tut man dem eigenen Körper und der Gesundheit damit Gutes? Mit dieser und auch noch einigen anderen Fragen beschäftigt sich Martina Überall. Die Expertin der medizinischen Gesundheitswissenschaften und Dozentin an der Pädagogischen Hochschule Tirol hat sich für die Bäckerei Therese Mölk mit den Vorteilen von „Clean Label“ befasst. Alle Infos dazu unter: www.therese-moelk.at/ernaehrung

