

# Die Renaissance der alten Körner

*Ursprüngliche Getreidesorten wie Einkorn, Emmer oder Khorasan haben viele Vorteile im Vergleich zu ihren modernen Verwandten. Die Initiative Urgetreide nennt sechs gute Gründe, warum die kernigen Kostbarkeiten auf dem Feld und in der Küche jetzt wieder angesagt sind.*

Ob Einkorn, Emmer, Urroggen, Khorasan, Urgerste oder Urdinkel – die alten Getreidesorten haben überzeugende Vorteile gegenüber ihren Nachkommen. Nachfolgend sechs gute Gründe für Urgetreide:

## 1. Tradition

Mehr Geschichte geht nicht: Schon dem römischen Herrscher Julius Cäsar (100 - 44 v. Chr.) sollen Gebäcke aus Emmer gemundet haben. Die heiliggesprochene Benediktineräbtissin Hildegard von Bingen (1098 – 1179) pries Urdinkel als »Universal-Arzneimittel«. Und 1991 fand sich Einkorn im Magen der 5000 Jahre alten Gletschermumie Ötzi. Die heutigen Fans von Urgetreide haben also große Vorbilder!

## 2. Naturbelassenheit

Urgetreide verfügen über natürliche Schutzschilde und benötigen kaum chemische Unterstützung. Zum einen sind sie nicht auf schnelles Wachstum oder effiziente Bearbeitung ausgerichtet: Künstlicher Dünger wäre sogar kontraproduktiv, da beispielsweise Urroggen von selbst so hoch wächst, dass die Ähren weit vom Erdboden entfernt sind. Das bewahrt die Frucht vor Pilzsporen, die bei Regen aufgewirbelt werden. Auch Pflanzenschutzmittel sind kaum notwendig. Zum anderen schüt-



Die sechs bekanntesten Urgetreide-Sorten: Einkorn, Emmer, Urroggen, Khorasan, Urgerste und Dinkel überzeugen mit vielen Vorteilen gegenüber modernem Getreide.

Fotos: Initiative Urgetreide

**E**s klingt paradox: Zehntausend Jahre altes Getreide ist eine echte Innovation. Eine Innovation auf dem Feld, in der Küche und in professionellen Backstuben. Erst seit wenigen Jahren werden die ursprünglichen Sorten, die schon die alten Griechen und die Pharaonen ernährten, wieder im deutschsprachigen Raum angebaut – und das aus gutem Grund: »Die Renaissance der Urgetreide passt zu aktuellen Verbraucherbedürfnissen, die sich als Antwort auf unsere digitalisierte Welt entwickelt haben: Nachhaltigkeit, Naturbelassenheit, Authentizität, Genuss, Rückbesinnung auf Traditionen – all diese Sehnsüchte können in Gestalt von Urgetreide-Sorten erfüllt werden«, sagt Manfred Laukamp, Vorsitzender des Vereins Initiative Urgetreide.



Wer ihre speziellen Backeigenschaften kennt, kann aus dem Urgetreide herzhafteste Brote, leckere Kuchen und viele andere Spezialitäten zaubern.

Foto: Mladen/stock.adobe.com



**Brotgetreide haben eine lange Geschichte**  
 Grafik: Initiative Urgetreide

zen Spelzgetreide wie Einkorn, Emmer und Urdinkel ihre Körner mit einer natürlichen Hülle, dem sogenannten Spelz, vor Umwelteinflüssen und Verunreinigungen. Zum dritten steht Gentechnik bei den ursprünglichen Formen unserer heutigen Körner ohnehin nicht zur Debatte.

### 3. Nährstoffgehalt

Urgetreide sind nicht nur kernig im Biss, sondern haben es auch in sich: Dank der Tatsache, dass sie über Jahrtausende in Vergessenheit geraten waren, sind sie keinen Züchtungen unterworfen und ihr Nährstoffprofil ist heute so reichhaltig wie damals. Die historischen Getreidesorten haben zahlreiche ernährungsphysiologische Vorteile gegenüber modernem Getreide: Einkorn, Emmer und Urroggen beispielsweise enthalten mehr Mineralien, Proteine und Spurenelemente als ihre Nachkommen.

### Urgetreide-Broschüre

Informationen rund um Urgetreidesorten, ihre Charakteristika, ihre Einsatzzwecke sowie Tipps zu Anbau und Verarbeitung finden Interessierte in der Broschüre der Initiative Urgetreide. Sie kann per E-Mail an [info@initiative-urgetreide.de](mailto:info@initiative-urgetreide.de) oder als gedruckte Version bei der Initiative Urgetreide e.V., Kirchbachbachstraße 95, 28211 Bremen mit einem frankierten Rückumschlag (DIN A4) bestellt werden.



Bauländer Dinkel, entspelzt.



Fisser Gerste, geschält.



Emmer.



Waldstaudenroggen, entspelzt.

### 4. Nachhaltigkeit

Urgetreide sind wahre Naturburschen: Sie sind anspruchslos, witterungsresistent und gedeihen auf kargen und nährstoffarmen Böden. So benötigen sie kaum künstliche Dünger oder Pflanzenschutzmittel. Auch der zum Teil mehrjährige Anbau schonet die Böden und trägt zur ökologischen Artenvielfalt auf den Feldern bei.

### 5. Geschmack

Nussig, buttrig, würzig, aromatisch – Urgetreide geben Gerichten und Gebäcken eine charakteristische Note. Der authentische Geschmack macht Backwaren mit alten Körnern so begehrenswert als Alternative zu herkömmlichen Weizengebäcken.

### 6. Exklusivität

Während Weizen und Roggen heute in aller Munde sind, bleiben Urgetreide eine kulinarische Besonderheit. Die Urgetreide Einkorn und Emmer sind die Vorfahren von modernem Brotweizen, der weltweit in über 90 % der Brote und Backwaren verwendet wird. Das war vor Zehntausenden von Jahren noch anders, als die alten Körner ganze Völker ernährten. Mit dem zunehmenden Bevölkerungswachstum wurden neue Züchtungen notwendig, die effizienter anzubauen und ertragreicher waren. Heute ernten nur wenige Landwirte die alten Sorten, sodass jedes Korn eine exklusive Kostbarkeit ist.

Weitere Infos unter:  
[www.initiative-urgetreide.de](http://www.initiative-urgetreide.de)

PM

## HÄUSSLER

### Holzbacköfen für Direktvermarkter



Attraktive Chancen für Direktvermarkter: Mit den Holzbacköfen von Häussler backen Sie das beliebte und lukrative Holzofenbrot. Kommen Sie zu uns zum Probebacken. Wir zeigen Ihnen erfolgreiche Konzepte für die Direktvermarktung.

Kostenlos Katalog anfordern:  
[www.backdorf.de](http://www.backdorf.de)

88499 Heiligkreuztal · Tel. 0 73 71 / 93 77-0