AUSGABE-NR. 179 • JAN. / FEB. 2026

die stulle

ALLE ANGEBOTE

für Januar & Februar

auf der Rückseite

40 Jahre mit Liebe zum Handwerk

AUS DER BACKSTUBE
Urwüchsig: unser Dinkel-Sprossenbrot

SIEBENKORN-AKTION
Die heilige Elisabeth und **Gaza**

WARENKUNDE
Aromabombe **Sprossen**

Urwüchsig

Dinkel ist ein altes, **nussig schmeckendes Urgetreide mit hohem Eiweiß-, Mineral- und Ballaststoffgehalt,** das jeglichem Anspruch an Leistungseffizienz entschieden widerspricht. In seiner Ursprünglichkeit wächst Dinkel auf langen Halmen. Wird der Dinkel intensiv gedüngt, werden die Halme noch länger, er fällt im Wind oder beim Gewitter und ist dann als Speisegetreide unbrauchbar. Dinkel lässt sich nicht dreschen – d. h. der Spelz löst sich bei der Ernte nicht automatisch vom Getreidekorn. Dinkel wird **in einem separaten Arbeitsgang** in einer Schälmühle geschält. Das muss **besonders schonend** erfolgen, damit der Keimling nicht beschädigt wird.

AKTIONSBROT DES MONATS JANUAR

Dinkel-Sprossenbrot

750 g

6,45 €

Dinkel besondere Anforderungen: Für unser Dinkel-Sprossenbrot lassen wir ihn **36 Stunden keimen.** Erst dann können wir feststellen, ob die Schälmühle gut gearbeitet hat – nur sauber geschälte Körner keimen, die anderen bleiben hart. Die Herstellung eines guten Dinkelbrotes ist **handwerklich anspruchsvoll.** Wir mahlen das Dinkelgetreide für den Vollkornmehlanteil frisch vor der Teigbereitung. Es entsteht ein feines, sehr duftendes Mehl. Der milde Sauerteig gibt dem Dinkelmehl **extra lange Zeit (über 24 Stunden) zur Verquellung.** Der Dinkelteig ist im Vergleich zu einem Weizenteig viel weniger elastisch und bindet auch weniger Wasser. Da ist unsere ganze 40-jährige Dinkel-Erfahrung und unser Ideenreichtum gefragt: Wir lassen den **Teig mehrmals aufgehen und kneten** ihn zwischendurch immer wieder – so wird er immer stabiler und elastischer. Damit ein saftiges Brot entsteht, kochen wir am Vorteig aus einem Anteil des Mehls einen Dinkelpudding, der mehr Wasser in den Teig bringt. Der Sprossenanteil macht **das Brot zusätzlich saftiger.**

WARENKUNDE

Aromabomben

Keimlinge können erhebliche Mengen an Vitaminen aufweisen. Auch die enthaltenen Mineralstoffe können sich durchaus mit denen von Gurke, Tomate oder Paprika messen. Nur in einem optimal entfalteten Keimprozess bleibt dieses natürliche, umfassende Vitalitätspaket auch erhalten.
Dr. Manfred Otto und Dr. Wolfgang Wiesner vom Fraunhofer-Institut ist es nach langjähriger Forschung gelungen, Vitamine (B1, B2 und E, Niacin) und Mineralstoffe (Kalzium, Magnesium, Zink und Eisen) und damit **eine einzigartige Qualität an Getreide-Keimlingen** zu erhalten und für den Menschen tatsächlich nutzbar zu machen: mit **optimierten Keimautomaten,** die Keimlinge Tag für Tag in stets gleichbleibender hervorragender Qualität und Frische auf Knopfdruck herstellen. Zudem garantiert das Verfahren eine entscheidend verbesserte Verträglichkeit im Vergleich zu Vollkorn und anderen Sprossen. Mit Hilfe dieser Keimautomaten ziehen auch wir für unsere Brote und Brötchen einzigartige Keimlinge, die sich durch ihren aromatischen Geschmack, hohen Vitalstoffgehalt und eine wesentlich **verbesserte Frischhaltung** auszeichnen.

siebenkorn feiert Geburtstag

Mit vierzig wird man im Schwabenland g'scheit. Scheinbar hofft der Schwabe, dass man dann keine Flausen mehr im Kopf hat und nur noch ausgereifte Handlungsweisen an den Tag legt. Auch wenn oder vielleicht gerade weil Reifungsprozesse unser tägliches Brot sind, glauben wir nicht an eine endgültige Reife, sondern an permanente Weiterentwicklung. Und: Wir möchten uns unsere Flausen bewahren. So haben wir uns fürs Jubiläumsjahr viel vorgenommen: Neue Ideen, die Wiederbelebung alter Rezepte und mit Ihnen zu feiern.

Wir freuen uns auf ein umtriebiges 2026 …

Gute Vorsätze für 2026?

Zum Beispiel eine gesündere Ernährung? Entdecken und probieren Sie mal unsere wöchentlich neuen und frischen Mittagstisch-Angebote!

SIEBENKORN AKTION

Die heilige Elisabeth und Gaza

Sie versuchte, Jesus ähnlich radikal nachzufolgen, wie Franz von Assisi. Die heilige Elisabeth glaubte, dass ihr in jedem Armen Christus selbst begegne. Sie ist die Patronin der Nächstenliebe, der Caritas und vieler Schwesterngemeinschaften, die Krankenhäuser führen. Wir möchten mit Ihrer Hilfe einen kleinen Beitrag zur Besserung der Lebensumstände von Kindern in Gaza beitragen und spenden aus dem Verkauf **jedes Elisabeth-Brotes jeweils 0,50 € für die Unicef Kinderhilfe in Gaza.**

Kinder in Gaza brauchen lebensrettende Hilfsgüter – UNICEF leistet humanitäre Hilfe in Gaza. Unterstützen Sie den Einsatz für Kinder mit Ihrer Spende. Vielen Dank.

AKTIONSKUCHEN DES MONATS FEBRUAR

Opas Kreppel

rein + fein

3 Stk. 6,45 €

AUS DER KONDITOREI

Opas Kreppel

Kurz und gut – Opas Kreppel-Reinheitsgebot:

- handwerklich-traditionell in eigener Herstellung
- frei von technischen Enzymen, Emulgatoren und Hilfsmitteln
- 8 bis 9 Stunden lange Aroma-Teigführung
- ohne Palmfett! in Butter und Sonnenblumenöl ausgebacken
- luftig-leicht und makellos glatt wie ein Babypopo, so dass der Kreppel kein Fett saugt

Das gilt für unsere Dinkelkreppel mit Hagebuttenkonfitüre ebenso wie für unsere Weizenkreppel mit Pflaumenmus-, Eierlikör- oder Nougatfüllung

siebenkorn Gewinnspiel

Selbstversuch: Beißen Sie vom Brot ab, während Sie sich die Nase zuhalten … 2 Mal kauen … Finger lösen und dabei kräftig durch die Nase einatmen … Was passiert im Moment des Loslassens mit Ihrem Aromaeindruck? Können Sie das Aroma beschreiben?

Aufgabe: Finden Sie beschreibende Worte. Unter den Einsendern der treffensten und auch originellsten Beschreibungen verlosen wir insgesamt **15 Bücher „Pan Aroma“** von Tom Robbins.

Ihren Preis wert: Bio-Butter

Die Preise bei Bio-Butter werden wohl so hoch bleiben, wie sie sind – zu Recht!

Mit intensiver Fütterung gibt eine konventionell gehaltene Kuh mehr als 10.000 Liter Milch im Jahr. Eine Bio-Kuh, die laut EU-Bio-Richtlinien **unbedingten Weidegang** haben muss, gerade einmal 6.000 Liter, insbesondere wenn das **Kalb länger bei der Mutterkuh** bleibt und Muttermilch trinkt. Darüber hinaus verfügt Bio-Milch über **einen geringeren Fettgehalt –** der Sahneanteil, aus der die Butter hergestellt wird. Der Aufwand und die Auflagen für die Bio-Milcherzeugung sind in vielerlei Hinsicht höher. Dafür brauchen die Bio-Bauern einen **fairen Preis für ihre Bio-Milch.**

UNSER BROT DES MONATS JANUAR

inkl. 50¢ UNICEF-Spende

1. BIS 31. JANUAR

Elisabeth-Brot

saftig und röstig, 750 g

6,45 €

UNSER AKTIONSBROT IM FEBRUAR

Die Nr. 1 unserer Kunden

1. BIS 28. FEBRUAR

Schweizer Dinkel

locker und leicht, 750 g

6,45 €

UNSERE ANGEBOTE GÜLTIG VOM 1. BIS 31. JANUAR

AKTIONSKUCHEN DES MONATS JANUAR

Opas Kreppel

rein und fein

2 Stk. 4,85 €

AKTIONSCROSAINT DES MONATS JANUAR

Laugencrossaint

luftig und buttrig

3 Stk. 6,45 €

UNSERE ANGEBOTE GÜLTIG VOM 1. BIS 28. FEBRUAR

BROT DES MONATS FEBRUAR

Sportbrot

kernig und kornig, 750 g

6,75 €

BONUS-AKTION DES MONATS FEBRUAR

coffee to go

Bonus

-0,50 €

DE-ÖKO-006

demeter

Neue Kasseler Str. 23a
35039 Marburg
www.siebenkorn.de

siebenkorn
DER REINE GENUSS