

Newsletter Oktober 2019

Hallo zusammen!

EIN GANZ HERZLICHES DANKESCHÖN AN ALLE, DIE SICH AN MEINER NAMENSUCHE BETEILIGT HABEN !!!!

Es war schwer, denn es kamen soooo viele tolle Vorschläge. Aber wir haben uns entschieden:

Ich heiße Hubi !!!!!



Im nächsten Newsletter gibt's dann Bilder von meiner Taufe !

Mich und unsere Produkte findet ihr auch **vom 28.09.-06.10.19** in **Halle 22**

auf der



Ab sofort gibt es eine neue Müsli-Linie bei uns im Mühlenladen und über den Webshop:



Unsere neue Müsli-Aktiv-Serie:

- **Denk aktiv Müsli**

mit Nüssen, gerösteten Mandeln und Weinbeeren

- **Erholung aktiv Müsli**

Flockenmischung mit Aronia-Beeren und Bananenchips

- **Basen aktiv Müsli**

Dinkel- u. Buchweizenflocken mit Feigen und Weinbeeren

- **Abwehr aktiv Müsli**

Cranberries, Äpfel und Kürbiskerne mit Sesam

- **Bewegung aktiv Müsli**

knusprige Flocken mit Cashew und Kokoschips

Gegen Vorlage
dieser Anzeige
erhalten Sie bis
15.10.2019
in unserem
Mühlenladen

10% Rabatt auf
unsere Aktiv-
Müsli.

Abgabe in
haushaltsüblichen
Mengen .

außerdem:

Neben den regulären Maultaschen mit den Füllungen

- badisch
- klassisch
- Frischkäse

**gibt es ab sofort und nur für kurze
Zeit bei uns im Mühlenladen**

Wild-Maultaschen



**Huber
Mühle**

Wissenswertes aus der Mühle:

Welches Mehl eignet sich wofür am besten?

Was die Zahl auf der Mehltüte bedeutet habe ich euch ja im September-Newsletter bereits erzählt....aber ihr fragt euch sicherlich, weshalb man manchmal besser ein Weizenmehl 550 oder lieber ein Roggenmehl 1150 verwendet.

Hier die wichtigsten Mehlsorten und deren typische Verwendung:

Weizenmehle: sind die am Häufigsten verwendeten Mehle. Sie besitzen die besten Backeigenschaften und werden deswegen häufig für Kuchen, süße Gebäcke aber auch Brot verwendet.

Dinkel ist mit dem Weizen sehr eng verwandt. Es hat einen leicht nussigen und kräftigeren Geschmack und zeichnet sich durch einen höheren Nährstoffgehalt aus, jedoch sind die Unterschiede gering.

Zu beachten ist jedoch die geringere Schadstoffbelastung. Dinkel besitzt im Vergleich zu Weizen eine zusätzliche Spelzhülle, die den Dinkel vor Umwelteinflüssen schützt.

Andererseits hat Dinkel einen höheren Gehalt an Gluten, was wiederum Menschen, die an einer Glutenunverträglichkeit leiden, beachten müssen.

Roggenmehl: ist wegen seiner Backeigenschaften und des Geschmacks ein typisches Brotmehl. Roggenbrot wird eigentlich immer mit Sauerteig gebacken, da Roggenmehl Enzyme enthält, die den Kleber, der für die Stabilität wichtig ist, abbauen. Dies führt dazu, dass das Brot ohne Sauerteig wieder in sich zusammen fällt.

Das Besondere an Type 997 und Type 1150 ist, daß diese Mehle einen **niedrigen glykämischen Index** besitzen d.h. der Blutzuckerspiegel steigt nach dem Verzehr von Backwaren langsamer an (wichtig bei Personen mit Diabetes mellitus)

Und hier nun noch eine Übersicht der wichtigsten Mehlsorten:

GETREIDE	TYPEN	VERWENDUNG
Weizen	Kuchenhehl/ T 405	klassisches helles Haushaltsmehl für Kuchen, Plätzchen, Biskuit, helle Fladenbrote... und zum Binden von Soßen
	T 550	backstarkes* Mehl, für Weißbrote (Toast, Baguette), helle Brötchen, sowie Hefengebäck und diverse Teige (Waffeln, Rührteig ...)
	T 812	helle Weizenbrote, Brötchen, herzhaftes Gebäck und Mischbrote**
	T 1050	dunkle Weizenbrote, pikante Kuchen, Quiche und Mischbrote**
	Ruchmehl	rustikales, dunkles Brot schweizer Art
	Vollkorn	dunkle Vollwert-Brote, Knäckebröt und Vollkorn-Nudeln (aus dem gemahlten ganzen Korn)
Urkorn-Dinkel	hell	Kuchen, Plätzchen, Biskuit und Toast
	T 630	klassisches Haushaltsmehl für Kuchen, Plätzchen, Weißbrot
	T 1050/ dunkel	herzhaft rustikale Backwaren, wie: dunkle Brote, pikante Kuchen und Quiche
	Ruchmehl	rustikales, dunkles Brot schweizer Art
	Vollkorn	dunkle Vollwert-Brote, Knäckebröt und Vollkorn-Nudeln (aus dem gemahlten ganzen Korn)
Grünkern	Mehl	Suppen
Urkorn-Emmer	hell	helle Brote, Brötchen und Baguette, sowie Kuchen und Plätzchen
	Vollkorn	dunkle Vollwert-Brote (aus dem gemahlten ganzen Korn)
Roggen	T 1150	typische Bäckermehle für Brötchen & Brote (z.B. Pumpernickel)
	T 1370	für Mischbrote** (z.B. mit Weizen und Dinkel)
	Vollkorn	meist mit Sauerteigführung; lange Frischhaltung des Gebäcks
Weizen & Roggen	Buure-Brotmehl hell	klassisches Bauern-Brotmehl für helle / dunkle Brote
	Buure-Brotmehl dunkel	
Gersten	Malzmehl	Brotzugabe für besser Bräunung & Geschmack (Backmalz)
Mais	Mehl	Fladenbrot
Reis	Mehl	zum Binden von Suppen und Soßen, als Ersatz für Stärke
Buchweizen	Mehl	Pfannkuchen, Gebäckzugabe (Brote, Kuchen...)
Kastanien	Mehl	Gebäckzugabe (Brote, Kuchen)

*backstark: hat einen hohen Proteinanteil

**Mischbrote: Mischung aus versch. Getreidesorten. In Baden meist Roggen & Weizen.

Rezept des Monats

Apfelkuchen

Zutaten:

125 g Puderzucker
125 g Butter oder Margarine
1 P. Vanillezucker
abgeriebene Schale von 1 Zitrone
3 Eier
200 g Mehl Weizen 550 oder Dinkel 630
2 TL Backpulver
3 EL Milch
3-4 Äpfel
Puderzucker zum Bestäuben
Ggf. Fett für die Form



Zubereitung:

Puderzucker, Butter, Vanillezucker, Eier und Zitronenschale schaumig schlagen. Das Mehl, das Backpulver sowie die Milch zugeben und nochmal gut unterrühren. Den Teig in eine gut gefettete Springform (26 cm) füllen.

Die Äpfel schälen und vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Apfelschnitz kreisförmig auf den Teig legen.

Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze bzw. 160°C Umluft vorheizen und den Kuchen auf der mittleren Schiene ca. 40-45 min backen.

Nach der Backzeit den Kuchen gleich aus der Form nehmen und nach dem Abkühlen mit Puderzucker bestäuben.

Die Tage werden kürzer Und auch unsere Preise hat´s erwischt:

den ganzen Oktober über gilt unsere



für folgende Produkte:



dieses finden Sie in unserem Mühlenladen
sowie [hier](#) in unserem Webshop

Ebenfalls in unserem Mühlenladen
bzw. [hier](#) in unserem Webshop finden Sie



Bauernregel des Monats:

Ist der Oktober warm und fein, kommt ein scharfer Winter drein. Ist er aber nass und kühl, mild der Winter werden will.

Hier noch der Hinweis auf eine Veranstaltung, die bei uns am 18. Oktober stattfindet.

Thema: Brotbacken – rustikale Ruchmehl-Brote mit einer kräftigen Note

Selbst Brot backen ist wieder voll im Trend! Knusprige Kruste und lockere Krume sowie volle Aroma – das wünschen wir uns von einem guten Brot.

In der Schweiz gibt es, im Vergleich zu Deutschland, andere Bezeichnungen für die verschiedenen Ausmahlungen von Mehlen. Darunter befindet sich auch das sogenannte Ruchmehl.

Für alle Hobbybäcker, die mehr zum Thema Ruchmehl sowie Backmalz erfahren möchte ist diese Veranstaltung genau richtig. Aber auch allgemeine Fragen zum Thema Brotbacken werden geklärt. Günter Oberle (Designer des Furnus Holzbackofen für Terrasse und Garten) zeigt Ihnen vor Ort, wie man aus Huber Mühle Ruchmehl feinste Brote zaubert. Im Holzbackofen gebacken, erhalten die Gebäcke dann erst das richtige Aroma und können natürlich von Ihnen probiert werden. Alle Rezepte können Sie anschließend mit nach Hause nehmen.

Die Veranstaltung ist frei gestaltet, sodass Sie auch später dazu stoßen oder früher aufbrechen können. Wir beantworten an diesem Tag auch all Ihre Fragen rund um unsere Produkte. Außerdem informiert Sie Herr Oberle gerne zu seinem Furnus Holzbackofen!

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr Huber Mühle Team und Günter Oberle

Datum: Freitag, 18.10.2019

Uhrzeit: 15.00 Uhr – ca. 17.15 Uhr

Ort: Mühlenladen
Huber Mühle GmbH
Ichenheimer Straße 2
77749 Niederschopfheim



Aktion: 10% auf alle Produkte während des Veranstaltungszeitraums (außer Tiernahrung & reduzierte Artikel) **Kostenlos – keine Anmeldung nötig**