

# INHALT

<b>EINLEITUNG</b>	<b>6</b>
Urgetreide säen – Erfolg ernten	7
Den Wandel der Verzehrgeohnheiten beobachten, verstehen – und mitgestalten	8
Verbraucheranforderungen an Brot und Backwaren	18
 <b>THEORIE</b>	 <b>22</b>
Urgetreide – Klärung eines diffusen Begriffs	23
Urgetreide kennenlernen	30
Die Pseudogetreide	37
Die Samen	40
Zutaten des Backens	47
Wie auch mit Urgetreiden ein guter Teig entsteht	53
Die Verarbeitung von Urgetreidearten	67
Überprüfung der Qualität	80
 <b>REZEPTE</b>	 <b>82</b>
Dinkel	82
Einkorn / Emmer	174
Urroggen	234
Sondermehle	292
 <b>SERVICE</b>	 <b>372</b>
Rezeptregister	372
Die Autoren	373
Impressum	376