

## 4. Teigwaren

### 4.1. Deutsche und Schwäbische Nudeln

Nudel sorgen für gute Laune, denn dank der komplexen Kohlenhydrate produziert das Gehirn Serotonin, das für Glücksgefühle sorgt. SPIELBERGER Teigwaren sind sowohl in typisch schwäbischen wie auch in typisch deutschen Ausformungen erhältlich.

#### Rohstoffe

Hartweizen ist der ideale Rohstoff für den Nudelteig: Seine ausgeprägte Stärkestruktur und sein hoher Klebergehalt geben dem Teig die richtige Konsistenz. Der Kleber umhüllt die Stärke und verhindert, dass diese beim Kochen ins Wasser übergeht. Seine gelbe Farbe erlangt der Hartweizen durch den hohen Carotiningehalt. Mit steigendem Klebergehalt verbessert sich die Nudelkonsistenz. Hartweizen spielt als Wärme liebender Sommerweizen, der mit sehr wenig Niederschlag auskommt, vor allem im Mittelmeergebiet eine Rolle. Unseren Rohstoff beziehen wir daher aus Italien. Die Schwäbischen Teigwaren und zwei Sorten der Deutschen Nudeln werden aus Hartweizengrieß hergestellt.

Dinkel ist eine alte Kulturform des Weizens und war bis vor 100 Jahren in Europa noch weit verbreitet. Er wurde durch den ertragreicheren Weizen verdrängt und erst im Zuge der Naturkostbewegung wiederentdeckt. Er ragt unter den einheimischen Getreidearten aufgrund seines hohen Klebergehaltes heraus. Er ist zudem äußerst anspruchslos und gedeiht auch auf kargen Böden. Durch seinen festen Spelz ist er gegen Umwelbelastungen weitgehend geschützt.

Für unsere Nudeln werden vorwiegend die traditionellen Dinkelsorten Oberkulmer Rotkorn und Bauländer Spelz verwendet. Deshalb werden die Nudeln auch von zahlreichen Menschen getragen, die auf Weizen allergisch reagieren. Die Dinkel-Vollkorn-Nudeln werden mit Dinkel-Vollkornmehl hergestellt. Für die hellen Dinkel-Nudeln wird Dinkelmehl vom Typ 812 verwendet.



Den Dinkel für alle Dinkel-Nudeln beziehen wir von zwei Demeter-Erzeugergemeinschaften aus der Region rund um die Mühle. Mit diesen Landwirten arbeiten wir zum Teil schon seit 50 Jahren eng zusammen.

#### Herstellung

SPIELBERGER-Nudeln werden in einem traditionellen, deutschen Herstellungsverfahren aus hochwertigen Demeter-Zutaten gefertigt. Je nach Ausformung werden sie doppelt gewalzt und geschnitten oder durch spezielle Matrizen gepresst. Durch die handwerkliche Herstellung und ein ausgefeiltes Trocknungsverfahren werden Nudeln hergestellt, die sich durch ihre hervorragenden Kocheigenschaften auszeichnen.

#### 1. Mahlen des Kornes

Das Getreide wird in der Spielberger Mühle in bis zu 16 Mahlpässagen äußerst schonend zerkleinert. Für die Vollkornnudeln werden alle Partien, die beim Mahlvorgang entstehen, gemischt. Bei den hellen Nudeln wird der helle, besonders fein gemahlene Anteil verwendet.

#### 2. Teigzubereitung

Zur Teigbereitung werden Grieß bzw. Mehl und reines Trinkwasser kontinuierlich vermischt. Dadurch erhalten die Nudeln ein gleichmäßiges Aussehen, die Kochfestigkeit des Endproduktes wird erhöht und eine Zerstörung der Carotinoide wird weitgehend vermieden.

#### 3. Formen

Ist die erforderliche Teigkonsistenz erreicht, wird der Nudelteig - je nach gewünschter Form - gewalzt und in Bänder geschnitten oder durch verschiedene Formen gepresst.

#### 4. Eier-Teigwaren

Für die Schwäbischen Eier-Nudeln werden Demeter-Eier von langjährigen Partnerbetrieben in einem speziellen Aufschlagbetrieb frisch aufgeschlagen und pasteurisiert. Davor werden von der Qualitätssicherung Stichproben gezogen. Die Eier werden auf Frische und Dotterfarbe kontrolliert.

#### 5. Trocknen des Teiges

Das Trocknen ist der schwierigste und aufwändigste Teil, denn die Oberfläche der Nudeln darf nicht vor dem Kern erhärten: Risse und Brüche wären die Folge. Deshalb muss eine stufenweise

Trocknung erfolgen, bei der die Feuchtigkeit nicht zu schnell entzogen werden darf. Die frisch geformten Nudeln werden zunächst vorgetrocknet. Die Temperatur für die Endtrocknung ist abhängig von der Nudelausformung und liegt zwischen 70°C und 100°C. Ebenso hängt die Trocknungszeit von der Ausformung ab. Die Trocknungstemperaturen gewährleisten eine einwandfreie Beschaffenheit der Teigwaren. Am Ende der Trocknung hat die Nudel den gesetzlich vorgeschriebenen Wassergehalt von max. 13 %.

### Ernährungsphysiologische Bedeutung

Besonders wertvoll sind Vollkornnudeln, die alle Inhaltsstoffe des vollen Kornes enthalten und uns mit Kohlenhydraten, B-Vitaminen und wichtigen Mineralstoffen wie Kalium und Magnesium versorgen. Dank der hochwertigen Rohstoffe aus bio-dynamischem Anbau und der schonenden Verarbeitung enthalten aber auch die hellen Teigwaren viele gesunde Inhaltsstoffe.

In unserer Ernährung kommt dem Dinkel eine besondere Bedeutung zu, denn er enthält mehr wertvolle Inhaltsstoffe als Weizen. Neben einem hohen Ballaststoffgehalt zeichnet sich Dinkel vor allem durch einen relativ hohen Anteil

an den Vitaminen E, B1 und B2 aus. Mit seinem reichen Gehalt an Niacin sorgt er für einen geregelten Stoffwechsel sowie gesunde Nerven und eine reine Haut. Da Dinkel besonders reich an Aminosäuren ist, die im Körper die Produktion heiterstimmender Hormone anregen, ist heute wissenschaftlich erwiesen, was schon Hildegard von Bingen vermutete: Dinkel macht glücklich.

### Das SPIELBERGER Teigwaren-Sortiment

#### Schwäbische *demeter* Nudeln aus Hartweizengrieß ohne Ei

- Schwäbische Bauernspätzle aus Hartweizengrieß mit Ei
- Sonntagsspätzle mit Ei
- Bauernbandnudeln mit Ei aus Dinkelvollkornmehl ohne Ei
- Schwäbische Dinkel-Vollkorn-Spätzle

#### Deutsche *demeter* Nudeln aus Hartweizengrieß ohne Ei

- Breite Bandnudeln 18 mm
  - Dreh-Hörnchen
  - Gabel-Spaghetti
- #### aus Dinkelmehl Typ 812 ohne Ei
- Breite Dinkelbandnudeln 18 mm
  - Dinkel-Bandnudeln 9 mm
  - Schmale Dinkelbandnudeln 5 mm
  - Dinkel-Buchstabennudeln
  - Dinkel-Spiralen
  - Dinkel-Muschelnudeln
- #### aus Dinkel-Vollkornmehl ohne Ei
- Dinkel-Vollkorn-Fadennudeln
  - Dinkel-Vollkorn-Bandnudeln 9 mm
  - Dinkel-Vollkorn-Röhrchen

