

Lebendige Brote, die uns Menschen Leben geben



Was benötigt ein gutes Brot? Wenn man Bettina Edmeier fragt, dann wird man wohl eine ganz andere Meinung erhalten als bei einer durchschnittlichen Bäckerin. Bettinas Brote sind alles andere als durchschnittlich, sie sind etwas Besonderes. Denn sie haben mehr Kraft, sie sind aus lebenden Zutaten gebacken. Sie heißen zurecht Lebenskeimbrote!

Auf dem Weg zur Lebenskeim-Revolution

Bettina startete in ihrer Heimat als 15jähriges Mädchen eine Ausbildung zur Bäckerin. Damals wusste sie noch nicht, dass sie im Laufe ihres Lebens das Bäckerhandwerk ein Stück weit revolutionieren sollte. Damals war Lebenskeimbrot auch noch kein Thema. Wahrscheinlich hatte sich bis dato auch noch nie jemand an dieses Vorhaben gewagt. Dafür brauchte es auch für Bettina noch zwei Jahre auf hoher See, eine ausgedehnte Reise nach Indien und vor allem viel Erfahrung, welche sie sich nach und nach bei verschiedenen Meistern ihres Faches einholte.

Nicht nur Bettinas Persönlichkeit ist während dieser Zeit gereift, sie ist inzwischen anerkannte Bäckermeisterin und ausgebildete Ernährungs-, Mental- und Bewegungsberaterin. Viel wichtiger aber ist, heute wird in Bettinas Keimbackstube das wohl außergewöhnlichste Brot hergestellt, welches es in Reformhäusern, Bioläden oder bei diversen Einzelhändlern zu kaufen gibt: Lebenskeimbrot!



In Bettinas Keimbackstube wird traditionell mit Hand und vor allem mit viel Herz gebacken.

LebenskeimBrote sind Zeit, Qualität und Handwerk

LebenskeimBrote kommen nämlich ganz ohne Mehl aus. Im Gegenzug stecken dafür aber viel Zeit und Ruhe in den Backwerken. Das Korn wird über Tage hinweg eingeweicht, gespült und nicht zuletzt aktiviert. Dadurch explodiert schlagartig die Anzahl der Vitalstoffe, die Körner keimen auf und geben ihre volle Kraft frei. Eine Kraft, die uns dann zugutekommt.

Kohlenhydrate bauen sich um, der glykämische Index sinkt und das LebenskeimBrot wird zunehmend basischer verstoffwechselt. Gluten wird in wertvolle Aminosäuren umgebaut und Stärke abgebaut.

Das gekeimte Korn wird anschließend nur noch zu einer homogenen Masse zerschnitten und mit etwas Hefe, energetisiertem ElisaWasser und Quellsalz aus Portugal zu herzhaften Broten verarbeitet. Fast selbstredend, dass Bettina ihr Korn aus der Region bezieht. Sie nutzt dafür Landwirte ihres Vertrauens. Sie legt außerdem Wert auf Qualität, ist deshalb Demeter zertifiziert und verwendet überwiegend biologisch dynamisches Getreide.

LebenskeimBrot schmeckt einmalig und gut

LebenskeimBrot ist ein Zusammenspiel vieler einzelner Komponenten. Es sind die perfekten Zutaten, denen mit viel Zeit und darüber hinaus außergewöhnlicher handwerklicher Leistung etwas ganz Besonderes entlockt wird.

Man merkt auch geschmacklich den Unterschied. LebenskeimBrot macht satt. Es schmeckt voll – wertvoll. Man schmeckt die einzelnen Bestandteile. Jedes einzelne Korn, jedes Gewürz, jedes Kraut kann sich vollständig entfalten. Das Highlight ist es, wenn man es nochmal kurz an toastet. LebenskeimBrot in seiner Form ist in der Tat einzigartig.

LebenskeimBrot ist ein Brot, welches jeder einmal in seinem Leben probiert haben sollte.