



Land-Forstwirtschaft  
Schwarzwaller

## Walnussöl

*Kaltgepresst, rein und hochwertig*

*Unser hellgelbes Walnussöl besteht zu 100% aus handverlesenen Walnüssen. Der Geschmack passt zu sehr vielen Speisen und die Inhaltsstoffe sind hervorragende Begleiter für eine bewusste Ernährung. Zudem enthält es einen hohen Wert an Omega 3 Fettsäuren und ist bekannt für seine positive Wirkung auf Nerven und Gehirnzellen.*

**100ml € 6,90**

---

## Walnussmehl

*Geröstete Walnüsse werden schonend entölt und zu feinem Mehl vermahlen. Der Unterschied zu gemahlenden Walnüssen liegt also im reduzierten Fettgehalt und ist glutenfrei.*

*Viel Eiweiß und Ballaststoffe und wenig Kohlenhydrate machen das Mehl interessant für eine kohlenhydratreduzierte Ernährungsweise.*

*10–20 % Getreidemehl können durch Walnussmehl ersetzt werden. Walnussmehl hat einen etwas herben Geschmack und eignet sich wunderbar zum Backen von Broten.*

*Grundsätzlich gilt:*

*Kohlenhydratreduzierte Mehle haben ganz andere Backeigenschaften als herkömmliche Getreidemehle, da die Klebereigenschaften fehlen. Das Mischungsverhältnis ist auf keinen Fall 1:1 (100 g Weizenmehl entsprechen etwa 70 g Walnussmehl).*

**250g Vakuumverpackt € 4,-**

---

## Walnusskerne

*ausgelöst, handverlesen frisch und aromatisch*

**200g € 4,20**