

Het verhaal spelt

goed verteld!

Wat is Spelt?

- Oergraan uit het bronzen tijdperk
- Komt voort uit de oertarwe soorten Einkorn en Emmer
- Oudste graansoort die de mensheid kent
- Bevindt zich nog in de oervorm



Wat is Spelt?

Hildegard von Bingen



- Spelt is zeer gezond. Volgens Hildegard van Bingen (1098-1179) is het graan:
- vet, warm en krachtig
- het wordt beter verdragen dan alle andere granen
- spelt geeft zijn verbruiker goed vlees, goed bloed en maakt zijn gemoed blij en opgewekt
- het is licht verteerbaar.



Wat is Spelt?

- 150 jaar geleden in Duitsland het meest verbouwde brood graan (meer dan 400.000 ha)
- Hoofdgraan vooral in Baden-Württemberg en Beieren
- Plaatsnamen als Dinkelsbühl herinneren vandaag de dag nog aan de betekenis welke dinkel(spelt) in het bijzonder in het zuiden van Duitsland had.
- Thans wordt er: ca. 30.000 ha – verbouwt met stijgende tendens.

De verschillen tussen spelt en tarwe

- Dinkel(spelt) behoort tot de bedektzadigen in tegenstelling tot tarwe



spelt



tarwe



spelt

tarwe

De verschillen tussen spelt en tarwe

- Spelt kan niet goed tegen het gebruik van kunstmest
- Spelt heeft een opvallend slanke aar



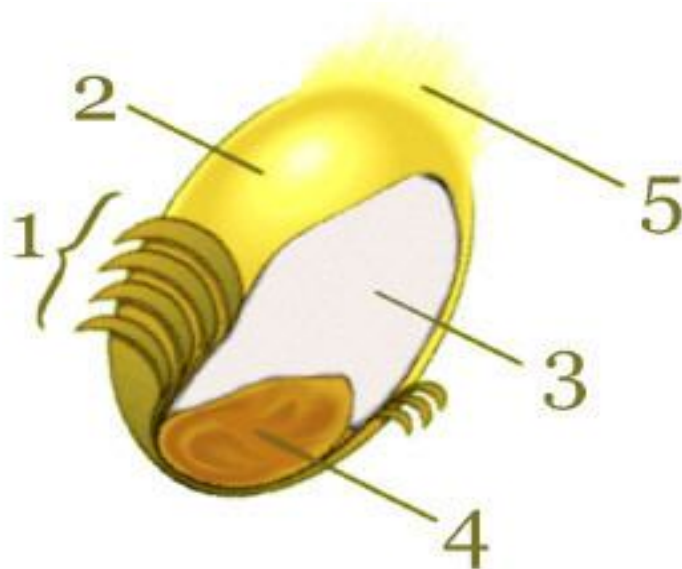
De verschillen tussen spelt en tarwe

- Spelt is niet zo “veredeld” als tarwe
- Spelt dient na het oogsten te worden gedopt



De verschillen tussen spelt en tarwe

- Bij spelt bevinden zich de belangrijkste voedingsstoffen ook in het meellichaam ofwel bloemlichaam



1 - Zemelen, zemellagen, 2 - Alleuron laag, 3 - Endosperm, 4 - Kiem, 5 - Borstel



De verschillen tussen spelt en tarwe



Tarwe



Spelt

Waarom is spelt in de vergetelheid geraakt?

- Opbrengst Spelt op het veld is lager dan tarwe.
- Waait bij een fikse regenbui snel plat.
- Spelt korrels zijn lang en dik vergroeid met de stengel waardoor deze eerst gepeld (gedopt) dienen te worden alvorens te vermalen. Een tijdrovend proces dus.

De spelt oogst en verwerking



De spelt oogst en verwerking



De spelt oogst en verwerking



Waarom is spelt weer herontdekt?

- Heeft complexere (langzame) koolhydraten wat zorgt voor een langer verzadigend gevoel.
- Heeft een hoge concentratie vitamine B en minder eiwitten als tarwe.
- Beter verteerbaar dan andere granen.
- Mensen met darmklachten hebben minder of geen last bij het eten van spelt.
- Mensen met een tarwe intolerantie hebben minder of geen last bij het eten van spelt.
- Spelt bevordert de stoelgang en voorkomt verstopping.
- Door de meerdere vliezen om de speltkorrel worden alle vitamines en mineralen, tijdens de groei, goed beschermd tegen invloeden van buitenaf.
- Door de vaste huls om de speltkorrel is er ook minder bestrijdingsmiddel nodig bij het verbouwen van spelt.
- Spelt is vooral erg lekker en heeft een eigen nootachtige smaak.

De overeenkomsten tussen spelt en tarwe

- Dinkel(spelt) & tarwe bevatten beide gluten!
- Dus zowel dinkel(spelt) & tarwe kunt u NIET verkopen aan mensen met een gluten intolerantie!
- Dinkel(spelt) is wel geschikt voor personen met een tarwe intolerantie
- Van beide soorten kan men goed brood bakken echter tarwedegen geven beduidend drogere degen en een groter eindvolume dan degen met spelt.
- Zowel bij tarwe als bij spelt bestaan verschillende kwaliteitssoorten. Deze hebben in NL vaak een fantasienaam, worden overigens in alle andere Europese landen aangeduid met een cijfer wat staat voor het asgehalte van een bloem- of meelsoort.

De overeenkomsten tussen spelt en tarwe

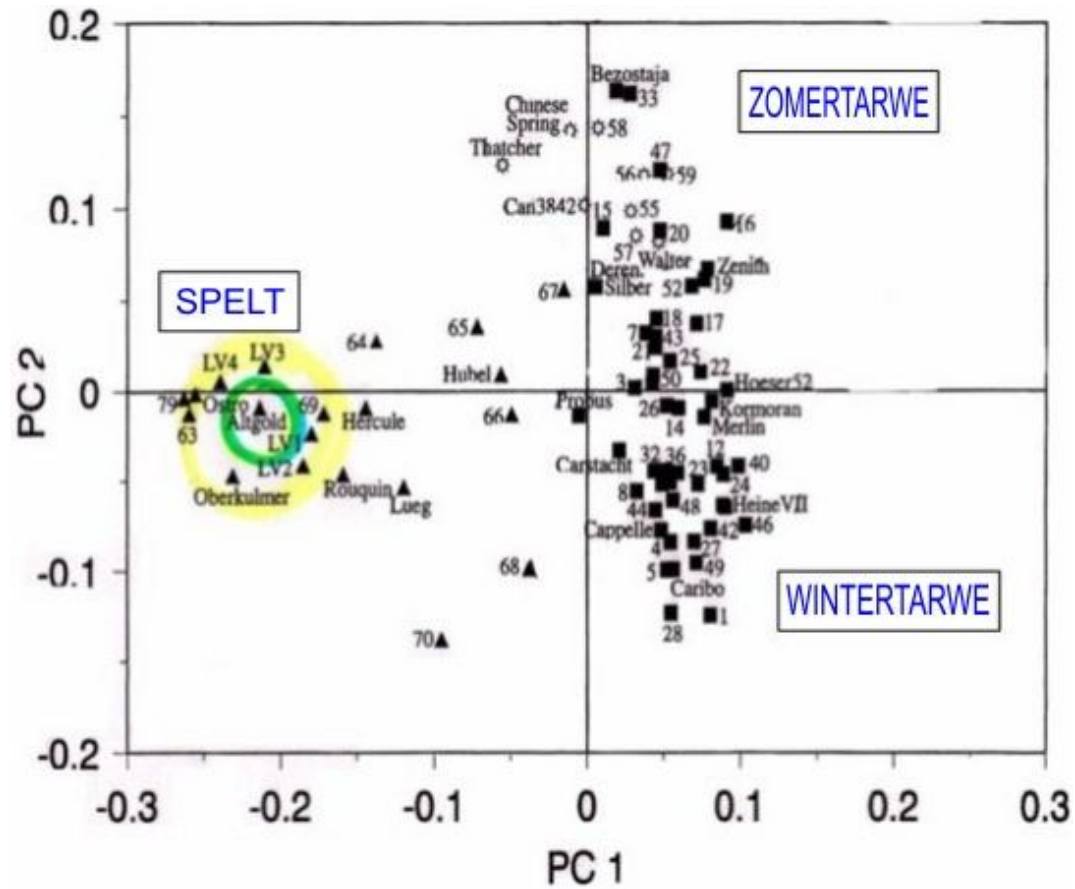
- Bevat spelt gluten?
- Spelt bevat net zoals tarwe gluten
- Is spelt geschikt voor mensen met een tarwe intolerantie?
- Ja, mensen met een intolerantie kunnen bij het eten van spelt hiervan minder last hebben

Waarom heeft spelt een hogere prijs dan tarwe?

- Lagere opbrengst per hectare dan tarwe
- Is moeilijker te oogsten.
- Niet iedere boer kan het verbouwen omdat het niet gedijt op kunstmest behandelde grond.
- Niet iedere molenaar kan het vermalen omdat hiervoor een speciale molensteen/maalstoel voor nodig is.



Is spelt altijd spelt?



Bij de linkse kolonie zijn in de buurt van het speltras Altgold (=ouderlijk paar en kruisingspartner van Franckenkorn) de zuivere Speltsoorten (Ostro, Oberkulmer) te vinden. Rechts onder ziet men de grote blok aan wintertarwe, met daarboven de zomertarwe. Daar tussenin in liggen zogenaamde spelt-tarwe-kruisingen met diverse hoogtes van tarweaandelen in het spelt. Bijvoorbeeld bij het speltras: **Hubel is 50% spelt en 50 % tarwe!!** Van dergelijke speltrassen bedienen wij ons NIET, wij gebruiken uitsluitend speltsoorten welke zo min mogelijk gekruist zijn met tarwe en waar het tarweaandeel zo gering mogelijk is.

Dus Spelt is niet en nooit zomaar spelt wat een consument denkt of een bakker

Dit verklaard vaak ook waarom het ene spelt goedkoper is als het andere goede soorten speltrassen zijn onder andere:

Oberkulmer Rotkorn

Altgold Rotkorn

Neuegg Weißkorn

Bauländer Spelt

Roder Tiroler

Franckenkorn