



IG Dinkel

Schweizerische Interessengemeinschaft
zur Förderung des Dinkels aus den
angestammten Gebieten



UrDinkel-Backkurse mit Judith Gmür in Sumiswald BE

Duftender Butterzopf, pikanter Speckgugelhopf, verführerischer Schokoladekuchen, leckere Quarktorte oder eine abenteuerliche Rotkabis-Focaccia - überraschend vielfältig sind die Gerichte, die sich aus UrDinkel-Mehl zubereiten lassen. UrDinkel-Mehl gibt es in verschiedenen Ausmahlungsgraden von Weissmehl bis Vollkorn. Kennt man die Backeigenschaften von UrDinkel, gelingen herrliche Gebäcke je nach Wunsch luftig leicht, knusprig oder auf der Zunge zergehend.

Im UrDinkel-Backbuch, das bereits in der 4. Auflage erscheint, gibt Rezeptautorin Judith Gmür moderne und traditionelle Rezepte preis. Aufgrund der vielen positiven Rückmeldungen zum Backbuch ist die Idee entstanden, das Wissen zur Schweizer Getreidekultur UrDinkel in Backkursen weiter zu geben.



In den UrDinkel-Backkursen vermitteln wir Tipps zum UrDinkel und der richtigen Verarbeitung, stellen das Backen mit dem **Brühstück** vor und geben einen Einblick in die gesundheitlichen Vorteile des UrDinkels, möchten aber vor allem selber ganz verschiedene UrDinkel-Gebäcke kreieren und probieren.

Haben Sie Lust an einem UrDinkel-Backkurs mit der Rezeptautorin Judith Gmür teilzunehmen und nachher vielleicht das gewonnene Wissen in Ihrem Unterricht oder in Kursen weiter zu geben oder Ihre Gäste damit zu verwöhnen?

In Zusammenarbeit mit dem Frauenverein und Landfrauengruppe Sumiswald bietet die **Interessengemeinschaft Dinkel** folgende Kurse an:

Freitag, **8. November 2019** von 17.30 - 22.00 Uhr (Zusatzkurs)

Samstag, **9. November 2019** von 9.30 - 14.00 Uhr

- Ort: Schulküche Sumiswald, Hofackerstrasse 7, 3454 Sumiswald
- Kurskosten: Fr. 105.- inkl. Kursunterlagen, Mahlzeit, UrDinkel-Backbuch
(Fr. 100.- für Mitglieder Frauenverein und Landfrauengruppe Sumiswald)
- Mitbringen: Kochschürze, Behälter oder Korb um Gebäck nach Hause zu nehmen
- Anmeldung: Vreni Röthlisberger, vreni.roethlisberger@goxli.ch, Tel. 034 431 50 58

Auf Ihre Anmeldung freuen wir uns!

Vreni Röthlisberger
Frauenverein und
Landfrauengruppe
3454 Sumiswald

Petra Ruckli
IG Dinkel
Bäregg 830
3552 Bärau
Tel. 034 409 37 31
pr@urdinkel.ch

Judith Gmür
Rezeptautorin, Foodstylistin
Hausmattstrasse 8
3454 Sumiswald
judith.gmuer@bluewin.ch