

Seitz glutenfrei Aktionstag 2015

Besucher freuten sich über ein interaktives Programm

Abwechslung für die tägliche glutenfreie Küche

Nicht nur zuschauen, sondern selbst den Kochlöffel schwingen, durften die Besucher des Seitz glutenfrei Aktionstags am vergangenen Samstag im Kundenzentrum der Firma Alb-Gold in Trochtelfingen. Nachdem am Freitagabend bereits die glutenfreie Schlemmernacht mit großem Buffet stattfand, richtete sich der Aktionstag an alle, die mehr über eine glutenfreie Ernährung erfahren wollten. Gluten ist ein natürlich vorkommendes Klebereiweiß, welches in verschiedenen Getreidesorten vorkommt (z.B. Weizen und seine unterschiedlichen Sorten, Roggen, Hafer, Gerste). Eine solche Ernährung erfordert viel Disziplin und auch Wissen.

Nach einer kurzen Begrüßung durch André Freidler, Mitglied der Geschäftsleitung, begannen die unterschiedlichen Programmpunkte. Nina Korn, Kontaktperson der Deutschen Zöliakie Gesellschaft, berichtete als selbst Betroffene über Grundlagen zu Zöliakie und Haushaltstipps im Alltag. Wertvolle Tipps zum glutenfreien Backen kamen von Rudolf Pristl, Bäcker bei sz-glutenfrei. Beim Schaubacken zeigte er, dass mehr Flüssigkeit im Teig und eine höhere Temperatur oft schon helfen, um ein gelungenes Brot ohne das Klebereiweiß zu backen. Der Vortrag von Professor Dr. Peter Köhler zum Thema „Abbau von Peptidasen“ fand bei den Zuhörern Anklang. Ein echtes Highlight war der interaktive Kochkurs mit Andrea Hiller, Diätassistentin im Sesano Therapiezentrum, bei dem die Teilnehmer positiv überrascht waren, dass sie selbst interaktiv einbezogen wurden. So lerne man doch am meisten, meinte eine der zufriedenen Teilnehmerinnen.

Am Ende des Tages hatten die Besucher neues gelernt, Tipps und Tricks für's Backen und Kochen erhalten sowie kreative Rezepte im Gepäck.



Bild links: Andrea Hiller zeigt im Kochkurs die richtigen Handgriffe.

Bild rechts: In der Backstube wurden Brote gebacken mit Rudolf Pristel mit Team.