

Mandelmehl ist nicht gleich Mandelmehl

16.05.2013, 08:37 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Konzelmann's Original*



Mandelmehl nicht entölt

Hochwertiges Mandelmehl erkennt man an einem hohen Fettanteil.

Mandelmehl erlebt bei Low Carb (=wenig Kohlenhydrate) Anhängern eine wachsende Beliebtheit. Der Geschmack ist intensiv, die Nährwerte (unter 6 g Kohlenhydrate) für die Low Carb Ernährung konform.

Der Markt bietet unterschiedliche Arten von Mandelmehl an:

- ungeschälte Mandeln gemahlen
- geschälte Mandeln gemahlen
- gepresste Mandeln (Presskuchen) gemahlen, also teilentölt

Der Verbraucher weiß die Qualität nicht sofort zu unterscheiden, wenn er von Mandelmehl hört.

Die Bezeichnung „nicht entölt“ ist entscheidend, denn es lässt sich mit Mandeln auch hochwertiges Öl herstellen: das Mandelöl. Das Mandelöl dient der inneren und äußeren Anwendung zum Beispiel auch für diverse Cremes und hochwertige Lotionen. Das Mandelöl wird kaltgepresst. Der wertvolle Inhaltsstoff befindet sich nun überwiegend im Öl. Der Presskuchen, der bei der Öl-Herstellung als Nebenprodukt übrig bleibt, wird nun ein bis zweimal vermahlen und ebenfalls als Mandelmehl in den Handel gebracht. Fälschlicherweise, denn das Öl ist teilentölt. Korrekterweise müsste es als „teilentöltes Mandelmehl“ bezeichnet werden.

Ein hochwertiges Mandelmehl hingegen ist gänzlich unbearbeitet. Die wertvollen Fette bleiben erhalten. In einem schonenden Verfahren werden die Schalen entfernt, die Mandeln selber fein gemahlen, man spricht dann auch von blanchierten Mandelmehl.

Woran erkennt man also ein hochwertiges Mandelmehl?

Die Qualität kann nicht am Preis gemessen werden. Aber ein einfaches Indiz an dem Nährwert hilft, hochwertiges Mandelmehl von weniger hochwertigen Mandelmehl zu entscheiden: der Fettgehalt, der bei über 54 Prozent liegen sollte.

Portrait

Unter der Marke Konzelmann's Original produziert und vertreibt das Baden-Württembergische Unternehmen Low Carb (kohlenhydratreduziert) Lebensmittel mit viel Eiweiß. Die Website www.konzelmanns.de beschreibt die Philosophie und Funktionsweise der kohlenhydratreduzierten Ernährung inklusive Empfehlungen und Low Carb Rezepten. Ergänzt wird die Homepage durch einen Low Carb Online-Shop, in dem eigene und ergänzende Lebensmittel für eine kohlenhydratarme Ernährung angeboten werden.

News-ID: 719997 • Views: 2023 (Stand: 29.09.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/719997/Mandelmehl-ist-nicht-gleich-Mandelmehl.html>