

Maulbeeren hell, Bio kbA, naturgetrocknet, honigsüßer Knabberspaß in Rohkostqualität

Weißer Maulbeeren Bio – hell & honigsüß – 100 % naturell – naturgetrocknet – Rohkost

Weißer Maulbeeren schmecken honigsüß und sind deutlich süßer als die schwarzen. Mit ihrem feinen Honigaroma eignen sie sich perfekt als alternatives und naturbelassenes Süßungsmittel. Unsere hellen Premium-Maulbeeren kommen aus kontrolliert biologischem Anbau, sind 100 % natürlich und eignen sich dank schonender Trocknung für die rohköstliche Ernährung. Durch ihren festen Biss lassen sie sich prima knabbern oder wie Rosinen im Frühstück oder in Backwaren verwenden. Frische Beeren sind äußerst lager- und druckempfindlich, weshalb Maulbeeren als Trockenfrüchte praktischer sind. Indem die weißen Maulbeeren getrocknet werden, liegen wertvolle Inhaltsstoffe wie Ballaststoffe und Antioxidantien in konzentrierter Form vor.

Vorteile von Topfruits weißer Maulbeeren Bio auf einen Blick

weisse-maulbeeren-getrocknet-auf-loeffel

- 100 % naturbelassene weißer Maulbeeren
- aus kontrolliert biologischem Anbau
- für die Rohkost-Ernährung geeignet
- reich an natürlichen Ballaststoffen
- honigsüßes Aroma, vielseitig einsetz- und kombinierbar

Die weißer Maulbeere als alternatives Süßungsmittel

Verzichten Sie auf chemische Süßstoffe und süßen Sie lieber mit getrockneten Maulbeeren. Schonend getrocknet schmecken die Früchte deutlich süßer als direkt vom Baum, da sich der natürliche Fruchtzucker durch den Wasserentzug konzentriert. Im Gegensatz zu raffiniertem Industriezucker lässt die Fruktose aus Maulbeeren im Verbund der ganzen Frucht den Blutzuckerspiegel nur langsam ansteigen und wirkt deshalb schonender auf unseren Organismus. Gleichzeitig liefern die Beerenfrüchte Ballast- und Mikronährstoffe und hochwertige Energie.

Verzehrempfehlung für getrocknete Maulbeeren

Getrocknete Maulbeeren in Bio Qualität lassen sich vielfältig in eine vollwertige und naturnahe Ernährung integrieren. Durch ihren krossen Biss sind sie pur oder zusammen mit Nüssen eine leckere und vitalstoffreiche Knabberlei. Weil getrocknete Maulbeeren kaum Feuchtigkeit abgeben, bleiben Nüsse in einer selbst gemischten Nusskern-Maulbeere-Mischung lange knackig. Sie eignen sich zudem prima als natürliche Zuckeralternative, da der Geschmack der weißen Maulbeeren an Honig erinnert. Dafür einfach eine Handvoll getrocknete Maulbeeren zum täglichen Müsli, Porridge oder Frischkornbrei geben – und schon kann man sich das Süßen auf andere Weise sparen. Die Beeren lassen sich auch gut für die Verwendung in Smoothies oder in den Mixer geben und sind als Topping für Acai-Bowls beliebt. Wer sich gerne in der Küche ausprobiert, kann die weißen Maulbeeren als Backzutat für Kekse oder Kuchen nutzen.

Rezept mit weißer Maulbeeren getrocknet: Kokos-Maulbeer-Granola

Zutaten für ca. 5 Portionen:

- 200 g Haferflocken
- 100 g [Kokoschips](#)
- 1 TL geriebene Bio Zitronenschale
- 100 g [Cashews](#)
- 100 g [Buchweizenflocken](#)
- 40 g Sesam
- 40 g [Leinsamen](#)
- 140 g [Kokosöl](#)
- 10 EL [Kokosblütenzucker](#)
- 300 g getrocknete Maulbeeren weiß

Zubereitung:

Backofen vorheizen auf 180 °C Ober- und Unterhitze. Backblech mit Backpapier auslegen. Kokosöl und Kokosblütenzucker in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze zum Schmelzen bringen. Währenddessen die restlichen Zutaten in einer großen Schüssel vermischen und anschließend die geschmolzene Kokosmasse darüber geben. Alles gut mithilfe eines Spatels oder eines großen Löffels miteinander vermengen und auf dem Backpapier verteilen. Das Granola in den Ofen geben und 15 Minuten backen. Nach dieser Zeit das Müsli mit einem Löffeln durchlockern bzw. durchmischen und weitere 10 Minuten backen (oder bis es knusprig ist). Das Maulbeer-Granola in ein geeignetes Gefäß füllen und kühl und trocken aufbewahren. Innerhalb von wenigen Wochen aufbrauchen.

Wissenswertes zu Maulbeeren weiß getrocknet

Weißer Maulbeeren: Ein süßer Schatz mit wertvollen Nährstoffen

Weißer Maulbeeren (*Morus alba*) stammen aus China und gehören zur Familie der Maulbeergewächse (Moraceae). Der Maulbeerbaum wird seit Jahrhunderten kultiviert, hauptsächlich wegen seiner Früchte und Blätter, die für die Seidenraupenzucht von Bedeutung sind. Der Baum erreicht eine Höhe von bis zu 20 Metern und ist in der Lage, in unterschiedlichen klimatischen Bedingungen zu gedeihen, sowohl in feuchten als auch in trockenen Regionen. Die Früchte sind länglich, etwa 2–3 cm groß, und reifen von grünlich-weiß zu einem hellen Gelb oder Weiß. Die weißen Maulbeeren haben einen süßen, honigartigen Geschmack und sind reich an Nährstoffen wie Vitamin C, Kalium und Eisen und enthalten außerdem zahlreiche Antioxidantien, darunter Resveratrol.

Anbau und Ernte der weißen Maulbeeren

maulbeeren-baum Image not found or type unknown

Unsere weißen Premium-Maulbeeren stammen aus biologischem Anbau in der Türkei. In China haben sie eine lange Tradition in der Zucht von Seidenraupen und werden in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) verwendet. Im 19. Jahrhundert wollte man mithilfe der hellen Maulbeere die Seidenraupenzucht auch in Deutschland etablieren, seitdem wachsen die nährstoffreichen Früchte auch bei uns. Die Beeren-Ernte findet zwischen Juli und September statt. Die ca. 1-2 cm langen süßen Früchte sehen aus wie kleine Zapfen und ähneln optisch unserer heimischen Brombeere. Weiße Maulbeeren sind jedoch länglicher und cremefarben. Noch vor Ort werden unsere Maulbeeren naturgetrocknet und haben Rohkostqualität, sodass ihre wertgebenden Vitalstoffe erhalten bleiben.

Allgemeine Informationen zu Topfruits getrocknete Maulbeeren Bio

Zutaten: getrocknete weiße Maulbeeren aus kontrolliert biologischem Anbau

Lagerung: kühl, trocken und dunkel lagern, in einem dicht schließenden Behälter

Verpackung: 500 g in PP-Beutel, 1 kg im Vakuumbbeutel

[Zum Produkt](#)

Nährwertangaben zum Produkt "Maulbeeren hell, Bio kbA, naturgetrocknet, honigsüßer Knabberspaß in Rohkostqualität"

Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1078 kj
Brennwert kcal	258 kcal
Fett	2.9 g
Kohlenhydrate	56 g
davon Zucker	38 g
Ballaststoffe	12 g
Eiweiß	14 g
Salz	0.2 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.