



Em@il: Chrilles-Backstuebchen@backen-mit-herz.de
Internet: <http://www.backen-mit-herz.de>

Kategorie: Getreide

Name: Grieß

Grieß ist geschältes und zerkleinertes Getreide, bei denen die Getreidestückchen einen Durchmesser zwischen 0,2 mm bei feinem Grieß und 1,5 mm bei grobem Grieß haben können. Grieß wird in der Regel aus Weizen hergestellt, wobei Grieß aus Hartweizen (eine hauptsächlich in Italien angebauten Weizensorte) für die Herstellung von Nudeln und Grieß aus Weichweizen für Suppen, Aufläufe oder süße Nachspeisen verwendet wird. Grieß enthält viele Spurenelemente, ist leicht verdaulich und regt die Verdauung an. Er ist wesentlicher Bestandteil der Kinderernährung.