Skyr Kulturen

Ab
4,19 €

Produktfotos

Kurzbeschreibung

- Reich an Eiweiß & sehr geringer Fettanteil
- Beliebt bei Sportlern
- Als Alternative zu Quark

Beschreibung

Skyr – ein skandinavisches, proteinreiches Milchprodukt auf dem Vormarsch.

Selbstgemachter Skyr ist bereits seit der Wikingerzeit ein fester Bestandteil der isländischen Esskultur, welches damals auf jedem Bauernhof traditionellerweise mit Molke hergestellt wurde. Der Skyr wurde als Konservierungsmittel für verschiedene Fleischsorten verwendet

Die Herstellung hat sich in den vergangenen 1000 Jahren stark gewandelt, doch tat es der Beliebtheit dieses Milchproduktes keinen Abbruch.

Aus abgekochter Frisch- oder H-Milch und speziellen Skyr-Kulturen hergestellt, ist Skyr heutzutage besonders bei Sportlern und in der gesundheitsbewussten Ernährung sehr beliebt, da es einen hohen Eiweißgehalt und einen sehr geringen Fettanteil aufweist. Dies ist sehr förderlich bei einer abgestimmten Ernährungsweise für eine angestrebte Gewichtsreduzierung, aber natürlich auch im täglichen Leben.

Skyr schmeckt säuerlich frisch, zergeht angenehm cremig auf der Zunge und sättigt langanhaltend.

Besonders junge Leute und Sportler wissen das Milchprodukt sehr zu schätzen, denn es ist in wenigen Schritten hergestellt, passt in jeden Ernährungsplan und lässt sich vielfältig variieren. Ob mit Müsli am Morgen, als Zwischenmahlzeit oder als Kochzutat, ist selbstgemachter Skyr eine hervorragende Alternative zu selbstgemachtem Quark.

Inhaltsstoffe

Lactobacillus delbrueckii subsp. Bulgaricus, Streptococcus thermophilus, **Kann Spuren von Milch (Laktose) enthalten.**

Mehr Informationen

Artikelnummer	0022110580
Package Amount	0.000000

Varianten

Variante:	1 g
	3 x 1 g