

Dorfladen-Zeitung

frisch-nah-günstig ■■■



41508

Unsere Öffnungszeiten:

Montag und Mittwoch:
08.00 bis 12.00 Uhr/14.00 bis 18.30 Uhr
Dienstag und Donnerstag:
Vormittag geschlossen, Nachmittag
14.00 bis 18.30 Uhr
Freitag:
08.00 bis 12.00 Uhr/16.00 bis 20.00 Uhr
Samstag:
08.00 bis 16.00 Uhr durchgehend



Auffahrt, Do., 29.05.14: geschlossen

Aktionen

gültig bis 31. Mai 2014

Bertolli Olivenöl extra vergine
Flasche 1 Liter **statt 16.90**
13.50

gültig bis 31. Mai 2014

Chirat diverse Sorten z.B. Delikatessgurken
Glas 800 g **statt 4.90**
3.90

gültig bis 31. Mai 2014

Nesquik plus Nachfüller
Duopack 2 x 1 kg **statt 18.60**
14.50

Dorfladen is(s)t glutenfrei

Obwohl Glutenintoleranz lediglich bei einem Prozent der Bevölkerung vorkommt, finden sich im Dorfladen St. Peter-Pagig seit geraumer Zeit auch drei glutenfreie Produkte.

Zwei davon stammen aus der traditionsreichen Firma E. Zwicky AG aus dem thurgauischen Müllheim-Wigoltingen. Das Unternehmen ist seit 1892 in der vierten Generation in Familienbesitz und konzentriert sich hauptsächlich auf die Produktion von Markenartikel-Spezialitäten für die Lebensmittel-

industrie. Darunter fällt auch das glutenfreie Hirsotto®, welches im Dorfladen in zwei Variationen angeboten wird. Als da sind das Hirsegericht mit Tomate und das Hirsegericht mit Gemüse, jeweils fixfertig gewürzt und im Nu zubereitet. Ein Beutel ergibt zwei Portionen. Ein allfälliger Rest schmeckt übrigens auch sehr lecker aus dem Ofen mit einem würzigen Alp- oder Raclette-Käse überbacken.

Da sich im Hirsotto® keine tierischen Inhaltsstoffe befinden, ist

das auch ein perfektes Menü für Vegetarier und Veganer. Aber auch für Menschen, die nicht an einer Glutenintoleranz leiden, sind die beiden köstlichen Hirsegerichte eine ideale Beilage zu Grilladen sowie zu Gulasch und dergleichen.

Dank der langen Haltbarkeit gehört das Hirsotto® in jeden Vorratschrank genauso wie die Konservendosen mit Gemüse.

Auf Vorbestellung ist im Dorfladen St. Peter-Pagig auch glutenfreies Brot erhältlich.



Wissenswert:

Gluten ist ein Stoffgemisch aus Proteinen, das in Nahrungsmitteln vorkommt, die aus Weizen und ähnlichen Getreidearten hergestellt werden, darunter auch Gerste und Roggen. Es macht den Teig geschmeidig und sorgt dafür, dass er aufgeht und seine Form behält. Gluten ist in vielen Hauptnahrungsmitteln der westlichen Kost enthalten.

Symptome bei Glutenunverträglichkeit: Blähungen, Schmerzen oder Durchfall; es können aber auch zahlreiche Symptome einschliesslich Kopfschmerzen und Migräne, Lethargie und Müdigkeit, Aufmerksamkeitsdefizitstörungen und Hyperaktivität, Schizophrenie, Muskelbeschwerden sowie Knochen- und Gelenkschmerzen auftreten.

Wenn aufgrund der Krankengeschichte eines Patienten sowie klinischer Untersuchungen Zöliakie und Weizenallergie ausgeschlossen werden können, sollte die Diagnose Glutensensitivität in Betracht gezogen werden. Doch es müssen mehrere Kriterien zutreffen, damit sich die Diagnose Glutensensitivität erhärten lässt. Die Behandlung aller drei Erkrankungen besteht in einer glutenfreien Diät.

Quelle: <http://de.wikipedia.org/wiki/Glutenintoleranz>

Lösung Nr. 10

7	1	3	4	8	6	5	9	2
6	9	2	5	3	7	4	1	8
8	5	4	2	9	1	3	6	7
2	8	7	1	4	5	9	3	6
1	6	9	7	2	3	8	5	4
4	3	5	8	6	9	2	7	1
3	4	1	6	5	2	7	8	9
5	2	6	9	7	8	1	4	3
9	7	8	3	1	4	6	2	5

YOUR STAR @ HOME WIN A PRIVATE PARTY
EVENT-TICKETS & MORE

frisch-nah-günstig ■■■

... in Ihrer Nähe

	5	8					3	
				7	6			4
2				1	3			
1		3						
6	9	5		8				
		2	9	3			7	1
		9	2					3
	1	4	3	5				
					8		9	5

Sudoku Nr. 11

