



# Nackthafer

AVENA NUDA

## URSPRUNG

- erstmals 1753 durch Carl von Linné veröffentlicht

## SYSTEMATIK

- Ordnung: Süßgrasartige
- Familie: Süßgräser
- Gattung: Hafer
- Art: Nackthafer
- Abstammung: Wilder Hafer

## BESONDERHEITEN

- Nährstoffreich
- von Natur aus glutenarm, teilweise auch als "glutenfrei" erhältlich
- enthält Biotin, Eisen, Magnesium, Vitamin B1 und B6 sowie Silicium in vergleichsweise hohen Mengen

## AUSSEHEN

- einjähriges Gewächs
- 40-80cm hoch
- glatter, kahler Halm
- Rispen bis zu 25cm lang

## WISSENSWERTES

- +25 Arten verteilt in verschiedenen Ländern und Regionen
- muss im Gegensatz zum herkömmlichen Hafer nicht entspelzt werden
- entstand parallel zum Spelz-Hafer

## VERWENDUNG

- am bekanntesten sind Haferflocken
- Tierfutter
- auf Grund des geringen Glutengehaltes sollte Hafermehl max. 30% des Gesamtmehlanteils ausmachen

## GESCHMACK

- mild, leicht nussiger Geschmack



LUFTMÜHLE RODERSDORF