



Warum es sich
lohnt, besser zu
essen.

**Ich
find's
richtig!**





Ein dickes **Auto**,
aber das **Brot** muss **billig** sein?
Kommt **für mich**
nicht in Frage!

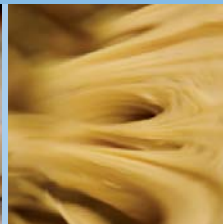
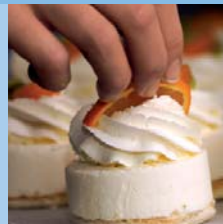


Ein dickes **Auto**
aber das **Brot** muss **billig** sein?
Kommt **für mich**
nicht in Frage!

Was ist bei **Bio** denn nun wirklich **besser**?

Wir sind die Brot-Esser Europas: Jährlich isst jeder von uns im Schnitt 87 kg. Doch leider gibt es kein Reinheitsgebot für Brot. Heute sind mehr als 70 Chemikalien in Backmitteln erlaubt und jedes dritte Brot kommt aus einer Backfabrik. Da wird getrickst und zugesetzt, bis keiner mehr weiß, was er da eigentlich auf dem Teller hat. Hauptsache schnell und billig, ist die Devise ...

Aber es geht auch anders. Unsere Biobackwaren werden nach alter Tradition in Handarbeit und mit guten Zutaten aus biologisch kontrolliertem Anbau gefertigt. Wer sein Handwerk beherrscht, braucht keine Hilfsmittel aus dem Labor, meinen wir. Das bedeutet zwar mehr Aufwand und kostet mehr Zeit. Aber es lohnt sich: Denn den Unterschied kann man schmecken – und die bessere Nährstoffbilanz kommt Körper und Geist zugute.



Was ist mir eigentlich wichtig?

Für 84 % ist ein Leben ohne Brot und Brötchen nicht vorstellbar. Umso erstaunlicher, dass viele beim Lebensmittel Nr. 1 am Preis, Geschmack und an der Qualität sparen.

Biobackwaren schmecken besser als Billigbrot, machen gut satt und versorgen uns mit lebenswichtigen Vitaminen und Mineralien. Viele Menschen sind zwar augenscheinlich wohlgenährt, aber tatsächlich mangelernährt, weil sie an einer Unterversorgung mit Spurenelementen leiden. Ein Vergleich: Brot aus 1 kg unseres täglich frisch gemahlene Vollkornmehls liefert dem Körper 44 mg Eisen, Brot aus 1 kg Industrieweißmehl dagegen nur 7 mg.

Wir meinen: Sparen - ja klar! Aber nicht um jeden Preis. Wer Gutes kauft, hat mehr davon: mehr Wohlbefinden, mehr Leistungsfähigkeit und mehr ... mmmh, Genuss. Schließlich entscheiden beim Essen nicht nur der Kopf, sondern vor allen Dingen Gaumen und Bauch.



Wir müssen auch
sparen – aber nicht
beim **Brot!**



Wir müssen auch
sparen – aber nicht
beim **Brot!**





**Ich verzichte
auf zig
Zusatzstoffe**

in Brot und Brötchen.

Warum ist weniger oft mehr?

Bereits jeder Vierte leidet an einer Allergie. Tendenz: steigend. Die Ernährung kann dabei ein wichtiger Baustein zur Stärkung des Wohlbefindens sein. Doch 90 % aller Bäcker backen heute mit Fertigmischungen. Mit zig Emulgatoren, Stabilisatoren und Säuerungsmitteln: Da wird helles Brot mit Farbstoffen auf Vollkorn getrimmt. Cystein aus Menschenhaar soll für eine schöne Kruste und Gips für eine lockere Krume sorgen.



**Ich verzichte
auf zig
Zusatzstoffe**

in Brot und Brötchen.

Dabei ist weniger mehr. Wir setzen seit Jahrzehnten bewusst nur ein Minimum an traditionellen Backzutaten ein. Unsere Zutatenliste gibt Auskunft über das, was drin steckt und was nicht – also z.B. bei manchen Sorten keine Milch, kein Ei und keine Nüsse. Und das Beste? Verzicht ist hier Gewinn. Schmecken Sie's selbst: Eine Scheibe Bio-Vollkornbrot mit guter Butter gehört zu den einfachen und großen Genüssen.

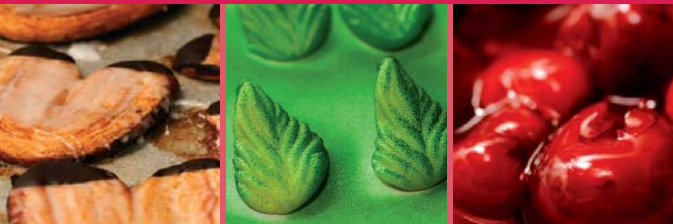


Worauf kommt es wirklich an?



Verbraucher sind stärker als viele denken und jeder von uns kann etwas dafür tun, dass sich Dinge positiv verändern. Wer sich z.B. dafür entscheidet, bewusst(er) zu essen, kann sich nicht nur auf genussvolle Momente und ein wachsendes Wohlbefinden freuen. Er nimmt auch die Umwelt und ihre Ressourcen in Schutz. Ein Beispiel: Unser Korn wird nicht aus einem weit entfernten Baltikumland heran gekarrt, sondern wächst pestizidfrei gleich nebenan im Lipperland. Auf den Feldern des Bio-Gutshofes Wendlinghausen, um genau zu sein.

Regional zu handeln und lokal einzukaufen, bedeutet kurze Wege und ein Plus an Zukunftsfähigkeit. Denn jeder Euro, den wir oder Sie in Ostwestfalen-Lippe investieren, kommt den Menschen, ihren Arbeitsplätzen und unserer Kulturlandschaft zugute. So haben oft kleine Entscheidungen große Wirkungen.



Brot aus gespritztem **Korn**,
das **2.000 km** hinter sich hat?
Kommt gar nicht
in die **Tüte**.



Brot aus gespritztem **Korn**,
das **2.000 km** hinter sich hat?
Kommt gar nicht
in die **Tüte**.

Mit Laib & Seele dabei: Fred & Jörg Meffert

Die Vollkorn- und Bio-Bäckerei Meffert wird bereits in der vierten Generation geführt. Nach alter Väter Sitte pflegen die Brüder Fred und Jörg Meffert die Tradition des gesunden Backens. Sie sind überzeugt davon, dass es sich lohnt, mit der Gesundheit, unserer Umwelt und den Ressourcen achtsam umzugehen. Das finden sie richtig ... und wichtig!

Das Stammhaus:

Paulinenstraße 19
32657 Lemgo
Telefon 0 52 61.40 43

Unsere Filialen:

Mittelstraße 128
32657 Lemgo

Lemgoer Straße 30
32657 Lemgo/Brake

Babenhauser Straße 13
33613 Bielefeld

Obernstraße 51
33602 Bielefeld

Detmolder Straße 228
33604 Bielefeld

Krumme Straße 24
32756 Detmold

Außerdem beliefern wir viele
Reformhäuser und Bioläden.



Ganz in Ihrer Nähe.

- In der Tradition gesunden Backens
- Bereits in der vierten Generation geführt
- Große Vielfalt in Geschmack und Auswahl

- Korn aus der Region, aus kontrolliert biologischem Anbau
- Traditionelle Backzutaten, möglichst in Bio-Qualität
- Eigene Steinmühle für täglich frisch gemahlenes Mehl
- Handwerk und Fertigung nach alter Väter Sitte



gestaltung gabriela imort | food www.rosarosa.de
people sandra sánchez

