



SPELTKOFFIE

U hebt het vast al eens op onze bestellijst zien staan: SPELTKOFFIE.

Maar hebt u het ook al eens geprobeerd? Veel mensen beginnen hun dag met koffie. En meestal gaat het dan om cafeïnehoudende, of misschien cafeïnevrije koffie van koffiebonen. Velen van ons weten al lang: uit bladen, van de dokter, of van horen zeggen, dat (te veel) koffie drinken niet goed is voor de mens. Er zijn ook al heel wat alternatieven op de markt, denk maar aan de bamboekoffie en granenkoffie die u in de natuurwinkels kunt kopen.

Ook in SPELT kunt u een alternatief vinden voor reguliere koffie: SPELTKOFFIE. En dan slaat u meteen twee vliegen in één klap, want u hebt een alternatief voor minder gezonde koffie én u geniet de voordelen van spelt voor uw gezondheid.

Het is een basische drank, en personen met een zure maag noemen hem een weldaad.

- Hoe komt u aan SPELTKOFFIE? Wel, dat is op meerdere manieren mogelijk. U kunt zelf speltkoffie maken van hele speltgranen of u kunt de tot speltkoffie gemaakte speltgraantjes kant-en-klaar bestellen (heel of gemalen, beide opgenomen in ons assortiment).
- Hoe smaakt SPELTKOFFIE? Natuurlijk is speltkoffie een naam voor iets dat weliswaar als vervanger van uw gewone koffie kan dienen, maar door de andere samenstelling nooit in smaak hetzelfde kan zijn als bonenkoffie. Misschien zou het dan ook beter zijn geweest als men deze koffievervanger van spelt gewoon spelt drank genoemd zou hebben.

N.B. De gemalen versie van de speltkoffie kan het best en smakelijkst bereid worden in een cafetière.



Een cafetière is een glazen pot waarin grof gemalen koffie en heet (net niet meer kokend) water worden gegoten. De koffie trekt ongeveer 4 minuten, waarna een metalen filter van boven naar beneden door de glazen pot wordt gedrukt. De goed aansluitende filter drukt de gemalen koffie die in het hete water zweeft naar de bodem. Boven in de pot zit dan verse, hete koffie die direct uitgeschonken kan worden.

Zelf van hele speltgranen speltkoffie maken?

Het recept om zelf speltkoffie te maken:

In een droge gietijzeren pan zoveel speltkorrels gieten totdat de bodem bedekt is. Onder voortdurend roeren die goudgeel laten worden. De pan leeg maken en in dezelfde pan een tweede hoeveelheid speltkorrels donkerbruin roosteren.. Daarna een derde hoeveelheid roosteren tot bijna zwart. Dit alles samen mengen en u beschikt over speltkoffie.

Bereiding:

1^e dag: een eetlepel speltkoffie per kop water in een pan met gesloten deksel 10 – 15 minuten koken. Een poos laten trekken en het water afgieten. Het afgietsel is een heel slappe koffie die er eerder uitziet als thee. De granen bewaren.

2^e dag: de granen van de eerste dag en een eetlepel nieuwe koffie per kop aanvullen met water en twee minuten goed laten koken, een poos laten trekken en het water afgieten. De granen van de eerste en de tweede dag bewaren.

3^e tot 6^e dag: steeds de granen van de vorige dag samen met een eetlepel verse koffiegrannen koken, even laten trekken, afgieten enz.

Vanaf de 7^e dag helemaal opnieuw beginnen.

Vanaf de tweede dag smaakt de koffie als een goede malkoffie. Die koffie, geserveerd met melk en (riet)suiker of honing gezoet, is een lekkere drank. Deze bewerkt een goede stoelgang en u kunt hem ook 's avonds drinken: uw nachtrust zal er niet door gestoord worden.