

Gesprächskreis Stuhr-Brinkum im Oktober

Published on Deutsche Diabetes-Hilfe - Menschen mit Diabetes
(<https://hb.menschen-mit-diabetes.de>)

Gesprächskreis Stuhr-Brinkum im Oktober

Gespeichert am/um Di, 2017-10-10 10:24

Am Freitag, den 13. Oktober lädt die Deutsche Diabetes-Hilfe - Menschen mit Diabetes Landesverband Bremen e.V. zu einer Veranstaltung mit dem Thema **Teff - Das kleinste Getreide der Welt** ein.

Delia Brox, Geschäftsführerin der Tensima GmbH wird über diese Alternative zu anderen Getreidosorten informieren.

150 Körner dieser Zwerghirse entsprechen der Größe eines einzelnen Weizenkorns. Aber so klein die Körner auch sind, in ihnen steckt eine geballte Ladung Gesundheit. Der tiefe Glykämische Index von Teff ist für Diabetiker, die auf einen ausgeglichenen Blutzuckerspiegel achten müssen, ideal. Leichte Verdaulichkeit, einen hohen Mineral- und Nährstoffgehalt und nahezu grenzenlose Einsatzmöglichkeiten machen aus Teff eine tolle Alternative zu anderen Getreidesorten.

Die Veranstaltung findet am 13. Oktober um 15:00 Uhr im Mehr-Generationen-Haus in der Bremer Straße 9 in Stuhr-Brinkum statt und ist kostenlos.

Source URL (modified on 2017-10-10 10:24):

<https://hb.menschen-mit-diabetes.de/aktuelles/2017/gespraechskreis-stuhr-brinkum-im-oktober>