

# BACKWERK

Nicht einfach lästige Pflicht, vielmehr Selbstschutzmaßnahme

## Die Lebensmittel- kennzeichnungsverordnung

Damit Bäcker und Konditoren nicht zum Auslöser  
von Blaulichteinsätzen werden

Seiten 6 und 10

Neue Software hilft, die Hürden der Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung zu nehmen:

**Erfahrungsbericht BackBüro®**

Seite 10

Ideales Instrumentarium für erfolgreiche Vermarktung

**Erfar-Gruppen**

Seite 14

Ressourcenschonung

**Energieeffizienz-Richtlinien**

Seite 20

Weltbevölkerungswachstum:

**Womit ernähren sich künftige Generationen?**

Seite 22

**Superfood Chia**

Seite 54

[www.baeko.at](http://www.baeko.at)



OMEGA-3 · ANTIOXIDANTIEN · KALZIUM · EIWEIF · BALLASTSTOFFE

# Der Nährwert/Mehrwert-Kick für Ihre Marke – 100% natürlich



Chiabia-Info aus  
**BackBusiness**  
jetzt als Sonderdruck  
bestellen: ☎ 040 84 00 46 52

## Bessere Haut Schneller abnehmen Weniger Cholesterin Mehr Ballaststoffe

Chiabia – die exclusive Bäckermarke:

Ihr Zugang zu den Megatrends  
Gesundheit & Wellness,  
Food as Fuel, Brainfood  
(»Reformhauskunden«)

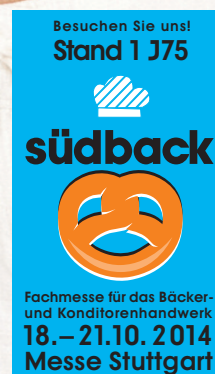
Chia lässt sich problemlos  
in Ihren Backprodukten  
verarbeiten.

Höchste bekannte pflanzliche  
Ressource für Omega-3-  
Fettsäuren.

Keine Pestizide – kein GVO

Info/Kontakt:

Chiabia Germany | Osterbrooksweg 69 | D-22869 Schenefeld  
Tel.: +49 40 84 00 46 52 | Fax: +49 40 84 00 46 77  
info@chiabia.de | www.chiabia.de



**Chiabia**®

Suppliers of 100% Natural Chia Seed



Erfolg versprechender Rohstoff mit hohen Marktchancen

# Chia-Samen – Superfood der Azteken



Rechts: Chia-Feld.  
Foto:www.chiabia.at

Erst seit Januar 2013 für die Einfuhr in die EU freigegeben, werden Chia-Samen von den Lifestyle- und Gesundheitsmedien in Österreich und Deutschland als Superfood gefeiert. Und das nicht ohne Grund: Denn der winzige Energiespender ist randvoll mit wertvollen Omega-3- und -6-Fettsäuren, Eiweiß sowie Mineralien und erreicht eine Nährstoffdichte, die für eine pflanzliche Quelle enorm ist.

Rechts:Chia-Samen.



Chia ist eine Ölsaat aus der Gattung der Salbeipflanze, die nur in tropischen und subtropischen Anbaugebieten gedeiht. Bis auf 200 Hektar im 20. Jahrhundert fast vollständig ausgerottet, wurde sie von Dr. Wayne Coates wiederentdeckt und durch ehrgeizige Anbauprojekte vor dem Aussterben gerettet. Seitdem werden Chia-Samen in beschränkten Mengen wieder produziert und exportiert. In den USA und Kanada hat

Chia bereits seinen Siegeszug gehalten. Dort wird Chia im Tierfutter eingesetzt, um Fleisch und Eier mit Omega-3-Fettsäuren anzureichern. In den Supermarktregalen finden sich etliche Chia-Produkte wie Kekse, Öl, Müsli bis hin zu Chips.

Im Vergleich zu anderen Lebensmitteln enthält Chia viermal soviel Ballaststoffe wie Leinsamen sowie zusätzliche Vitamine und Mineralstoffe, achtmal soviel Omega-3-Fettsäuren wie Lachs und sechsmal so viel Kalzium wie Milch. Der Eiweißanteil ist sogar doppelt so hoch wie in der Sojabohne. Das ausgewogene Omega-3-/Omega-6-Verhältnis von Chia ist zudem für den Menschen günstiger als in den meisten anderen Lebensmitteln, da der Omega-3-Anteil überwiegt.

## Chia-Produkte mit Alleinstellungsmerkmal

Für das traditionelle Bäckerhandwerk bietet Chia-Saat eine enorme Chance für Produkte mit Alleinstellungsmerkmal.

Chia eignet sich bestens, um Produkte mit Nährstoffen anzureichern und erfüllt so das Bedürfnis vieler Konsumenten nach Nahrung mit Einfluss auf die Gesundheit.

Durch die besondere Nährstoffzusammensetzung sind Produkte mit Chia-Samen ideal für verschiedenste Kundengruppen. Schon ab 3% Chia-Samen pro 100 Gramm Teig kann zudem mit dem gesundheitlichen Nutzen nach EU-Bestimmungen geworben werden (Beispiele siehe Kasten).

Chia wirkt unterstützend bei Diäten, da er ein gutes Sättigungsmittel darstellt und den Körper langfristig mit Nährstoffen versorgt. Für Sportler und Figurbewusste ist der hohe Eiweißanteil und der Mineraliengehalt für den Muskelaufbau ideal. Und im Gegensatz zu bereits erhältlichen

Backwaren mit höherem Eiweißanteil („Abend-Brote“) ist Chia glutenfrei und eine technologisch unbehandelte Monokomponente. Nährstoffdefiziten, mit denen Vegetarier und Veganer zu kämpfen haben, kann dank





Kalzium, Zink und Eisen entgegenwirkt werden. Der Fantasie für die Kreation von Backwaren mit ernährungsphysiologischem Mehrwert sind somit keine Grenzen gesetzt, um vom aktuellen Trend der bewussten, gesunden Ernährung zu profitieren. Für den Bäcker oder Konditor entsteht so ein klar argumentierbarer Mehrwert für gesundheitsbewusste Kunden, der auch höhere Verkaufspreise rechtfertigt.

### Simple Verarbeitung, vielseitig einsetzbar

Chia-Saat ist simpel in der Anwendung und vielseitig einsetzbar. Mit einer Zugabe zum Teig oder als Bestreuerung werden Produkte einfach veredelt und der Nährwert gesteigert. Durch die hohe Wasserspeichereigenschaft der Samen kann über Nacht in Wasser gequellte Chia-Saat – das sogenannte Chia-Gel – auch statt Eiern als Bindemittel beim Backen verwendet oder als Verdickungsmittel eingesetzt werden: Optimal also für vegane Produkte – auch im Konditorenbereich. Als Ersatz für Butter kann außerdem eine Reduzierung der Gesamtkalorien eines Produktes erreicht werden.

### Verfügbarkeit in Österreich

BÄKO-Österreich ist exklusiver Lieferant von Chia Bia Chia-Saat für Österreich. Die Samen stammen ausschließlich aus kontrolliertem Anbau in Mexiko und Lateinamerika von Dr. Wayne Coates und enthalten weder Pestizide noch gentechnisch veränderte Organismen. Da der Zugang zu Chia-Samen stark reglementiert und durch begrenzte Anbauflächen die Verfügbarkeit begrenzt ist, besteht derzeit auch nicht die Gefahr, dass andere Großabnehmer kurzfristig auf diesen Zug aufspringen werden. Chia-Saat ist ein sehr hochwertiges und exklusives Lebensmittel und passt ideal zum Handwerk und eben nicht zur Backwarenindustrie.

Ihre BÄKO sieht für ihre Mitglieder und Kunden deshalb die einmalige Möglichkeit, sich mit Chia-Produkten zu differenzieren und das Thema Gesundheit und Wellness im Bereich der Backwaren langfristig zu besetzen.

## Zulässige Aussagen zum gesundheitlichen Nutzen nach EU-Bestimmungen (Beispiele)

Nur 3 % Chia/100 g Teig reichen aus, um folgende Aussagen treffen zu dürfen:

- ☒ Reich an Omega-3
- ☒ Quelle von Calcium, Eisen, Ballaststoffen, Selen
- ☒ Trägt zur Erhaltung der Knochen und Zähne bei
- ☒ Trägt zu Wachstum und Entwicklung bei Knochen von Kindern bei
- ☒ Fördert das Immunsystem
- ☒ Zur Erhaltung gesunder Haare, Nägel und Haut
- ☒ Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
- ☒ Reduziert Müdigkeit und Erschöpfung

Weitere zulässige Aussagen und Tipps können auf der Plattform [www.chiabia.at](http://www.chiabia.at) abgerufen werden.

## Gut zu wissen

- ☒ Der Anteil von Chia-Samen sollte sich pro 100 Gramm Teig zwischen 3 und maximal 10 % bewegen.
- ☒ Bei der Verarbeitung bei Chia-Samen im Teig sollte eine Quellphase von 15 Stunden möglichst exakt eingehalten werden. Da Chia sehr viel Wasser speichert, wird der Teig weicher und hält sich entsprechend länger frisch.
- ☒ Chia eignet sich auch zum Wiederverkauf. Die Samen werden im Reformhaus um bis zu 14 € pro 400 Gramm verkauft. Ein Preis, den der Bäcker für seine Kunden attraktiver gestalten könnte.



Links: Chia-Gel (über Nacht in Wasser aufgequollene Samen).