

Die E. Zwicky AG weiss, wie sich Getreideprodukte veredeln lassen. Durch spezielle, schonende Aufbereitung bleiben nicht nur wertvolle Nährstoffe erhalten. Die Nahrungsmittel schmecken besonders gut und machen fit für den ganzen Tag.

# Fit in den Tag

## Wertvolle Getreideprodukte von Zwicky

Ein gutes Frühstück macht fit für den ganzen Tag. Doch was ist ein gutes Frühstück? Schmackhaft, gesund und nahrhaft sollte es sein – also möglichst wenig Zucker und Fette enthalten, dafür viele Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Vollwertige Kost eben. Doch was ist Vollwertkost?

Der Begriff stammt von den Ernährungsreformen um 1900 und wurde vom deutschen Ernährungswissenschaftler Prof. Dr. Werner Kollath geprägt. Die Vollwerternährung ist ein Konzept, bei dem Vollkornprodukte sowie frische und unbehandelte Nahrungsmittel im Vordergrund stehen. Werner Kollath teilte die Nahrungsmittel in verschiedene Gruppen ein: je geringer der Grad der

Verarbeitung, desto höher die Wertigkeit. Bei seinen Forschungen fand Prof. Kollath unter anderem heraus, dass wertvolle Wachstums- und Zellersatzstoffe durch starkes Erwärmen oder durch heute übliche technische Schritte bei der Verarbeitung zerstört werden: Aus unbehandelten, natürlichen Rohstoffen entstehen durch diese Vorgänge Nahrungsmittel mit vermindertem Nährstoffgehalt.

### Vitalstoffe müssen geschützt werden

Um den unerwünschten Qualitätsverlust bei der Verarbeitung zu vermeiden, entwickelte Prof. Kollath ein spezielles Verfahren: das Collatieren®. Getreide und einige Hülsenfrüchte können mit

diesem schonenden Spezialverfahren (Collatieren®) geschützt werden – ohne Chemie und ohne Überhitzung. Der Abbau wertvoller Inhaltsstoffe nach der Behandlung wird so über einen längeren Zeitraum verhindert: Getreide- und Sojaflocken, die normalerweise durch natürliche Oxidation ihre Vitalstoffe schnell abbauen, bleiben durch das Collatieren® länger vollwertig.

### Kollath-Frühstück – für hohe Leistungsfähigkeit

Die E. Zwicky AG nutzt das von Prof. Kollath entwickelte Verfahren, um vollwertige Nahrungsmittel herzustellen – beispielsweise das Kollath-Frühstück aus biologischem Anbau. Wertvolle Inhaltsstoffe



Zwicky-Produkte sind erhältlich in Apotheken, Drogerien und im Lebensmittelhandel.



wie Mineralien und Spurenelemente bleiben durch das Collatieren® im hochkeimfähigen Weizen erhalten. Das Kollath-Frühstück ist eine ideale Stärkung für den Tagesbeginn, sättigt auf natürliche Weise und fördert die Verdauung.

### Müesli – Gesundheit auf dem Frühstücksteller

Das Müesli ist eine Schweizer Spezialität – weltbekannt wie Fondue und Schokolade. Lange wurde das Müesli ausschliesslich als einfaches Abendessen verzehrt, heute wird es vorwiegend als Frühstück oder auch als leichtes, bekömmliches Nachtessen eingenommen. Traditionell besteht das Müesli aus Getreideflocken, die mit Milch vermischt und mit Äpfeln, Zitronensaft sowie Nüssen ergänzt werden. Eine geballte Ladung an Mineralstoffen und Spurenelementen, Vitaminen und mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Moderne, leckere Varianten von diversen Müeslis hat die E. Zwicky AG entwickelt; die wichtigsten Zutaten werden mit dem von Prof. Kollath entwickelten, schonenden Verfahren hergestellt.

Die Frühstücksmüesli von Zwicky gibt es in diversen Sorten mit Mischungen aus verschiedenen Getreidesorten, Nüssen, Mandeln, Trockenfrüchten, Beeren und weiteren feinen Zutaten. Zur geschmackvollen Abwechslung und für den individuellen Geschmack. Das Früchte-Müesli enthält eine fruchtig-frische Mischung mit

einem hohen Anteil an Trockenfrüchten. Damit lässt sich schnell und einfach eine gesunde Mahlzeit für die ganze Familie auf den Tisch zaubern.

### Hirse macht schön

Hirseflocken sind nicht nur eine willkommene Zutat für feine Müesli, sie passen ebenso gut ins Joghurt oder zu Milch mit Früchten. Hirse gilt als das älteste Getreide der Welt und ist eine der mineralstoffreichsten Getreidesorten überhaupt. Hirse enthält viel Fluor, Phosphor, Magnesium, Kalium und besonders viel Silizium und Eisen. Die Mineralien sorgen für gesunde Zähne, schöne Haare, ebenmässige Haut und starke Nägel. Hirseflocken gelten darum auch als Schönheitsmittel; zudem sind sie bekannt für ihre langanhaltende sättigende Wirkung.

**Fazit:** Gesundes und vollwertiges Essen beginnt mit dem Frühstück. Ein gesundes Müesli sättigt und verleiht Energie für Stunden. Vollwerternährung soll aber auch Genuss und Lebensfreude vermitteln. Aber ohne Zusatzstoffe, dafür mit allen Vitalstoffen und sehr, sehr viel natürlichem Geschmack aus der Natur!



### 120 Jahre Zwicky

#### E.Zwicky AG, die Spezialitätenmühle im Thurgau

Die in Müllheim-Wigoltingen ansässige Schweizerische Schälmmühle E. Zwicky AG entwickelte sich im Laufe ihrer 120-jährigen Firmengeschichte zu einer der bedeutendsten Spezialitätenmühlen der Schweiz. Die Firma ist seit 1892 in der 4. Generation in Familienbesitz und setzt auf qualitativ hochwertige Produkte. Sie garantiert mit ihrem Markenzeichen dafür: dem Zwerg mit der Ähre. Das Müesli wurde von E. Zwicky AG als erste Firma in der Schweiz 1946 auf den Markt gebracht.

Seit die Firma 1956 mit Prof. Dr. Werner Kollath einen Lizenzvertrag abgeschlossen hat, stellt sie das Bio-Kollath-Frühstück nach dem Kollath-Verfahren her. Heute werden weitere Spezialitäten wie Bio-Hirseflocken und Bio-Sojaflocken auf diese schonende Weise produziert.

Die Geschäftsfelder umfassen heute die Entwicklung und Veredelung von Produkten und Halbfabrikaten für die Lebensmittelindustrie, die Herstellung von Getreidespezialitäten unter der Marke ZWICKY sowie Handelsmarken, beispielsweise Nahrungsergänzung wie Goldhirseöl-Kapseln für gesunde Schönheit und Vitalität unter der Marke HIRSANA.

Zwicky ist bekannt für ihren innovativen Geist, ihre Marktnähe und ihre Beweglichkeit. Massgeschneiderte Spezialitäten und Produkte, die ausgewogene Vielfalt und die Partnerschaft mit dem schweizerischen Landbau werden von Kunden und Partnern sehr geschätzt. Qualität und Flexibilität sind die Stärken der E. Zwicky AG.

Innovative Mitarbeiter und auf kundenspezifische Problemlösungen ausgerichtete, moderne Infrastruktur ermöglichen ausserordentlich individuelle Ansätze. Die modernen Anlagen sind auf neuestem Stand der Technik und dank unterschiedlicher Verfahren ausserordentlich flexibel bezüglich der Anwendungen und Produktionsmöglichkeiten. Produktsicherheit und konstante Qualität auf höchstem Niveau sind der Firma wichtig. [www.zwicky.ch](http://www.zwicky.ch)