

Kross

Kärnorna är "klippta" i småbitar. Bra att använda i bröd då de är lätta att fördela jämnt i degen.



Hel kärna

Skalade hela kärnor av spelt. Används kokta, rostade eller blötlagda som bas i sallader, till huvudrätten eller som tilltugg.



Flingor

Hela kärnor av spelt som är val-sade till flingor/gryn. Används till brödgarnering, müsli eller till gröt.



Fullkornsmjöl

Kallas även grahamsmjöl. Allt ingår; frövita, grodd och skal. Används till matbröd, våfflor och andra bakverk.



Mannagryn

Mannagryn tillverkade av spelt. Små goda "sandkorn" som är utmärkta till klassikern manna-grynsgröt.



Siktat mjöl

Det vita mjölet med mycket bra bakegenskaper och god smak. Används om du vill göra läckra bullar och småkakor, eller tunna pannkakor.

