Lamm-Spezialitäten

Zur Landschaftspflege halten wir zur ganzjährigen Weidehaltung Coburger Fuchsschafe, eine alte Landschafrasse.

Lammfleisch wird auch in der Diätküche sehr geschätzt, es ist reich an **Eiweiß, Vitaminen der B-Gruppe, Eisen, Zink und Niacin**. Mageres Lammfleisch enthält durchschnittlich **nur 4% Fett** und dieses hat auch noch eine besondere Qualität. Lammfett bietet dem Körper nämlich eine Reihe **fettlöslicher Vitamine** und auch einen beachtlichen Anteil an konjugierter **Linolsäure (CLA)**. Dieser Fettsäure werden mehrere positive Effekte zugeschrieben, zum Beispiel die Hemmung des Krebswachstums sowie Schutz vor Herz-Kreislauferkrankungen und Diabetes. Für den Gehalt an CLA ist das Futter der Tiere entscheidend. Frisches Gras und der hohe Faseranteil im Futter des Bio-Lamms fördern die CLA-Bildung. Vermutlich spielt auch die Pflanzenvielfalt auf Bio-Wiesen eine Rolle.

Tiere die nicht zur Zucht verwendet werden, verarbeitet unser Metzger zu köstlichen Fleisch- und Wurstprodukten die wir saisonal anbieten:

- Rollbraten
- Kotelett
- Bratwurst im Glas
- Salami
- Grill-Bratwurst

Gerne erhalten sie auch ganze oder halbe Lämmer
grob zerlegt oder in küchenfertigen Teilen.

Schiegl Christian, Dorfstr. 42, 85135 Titting
Tel. 08423/985444 info@jura-biohof.de www.jura-biohof.de