

Sie als Konsument bestimmen, wo es herkommt

*Wir garantieren Ihnen höchste
Sorgfalt für Ihren Genuss!*



*Ihre oberösterreichischen
Bäuerinnen & Bauern*

Milch von Dahoam bringt's:

- + Erhalt der bäuerlichen Familienbetriebe
- + Pflege und Erhalt unserer schönen Kulturlandschaft
- + Tierhaltung auf garantiert höchsten Standards
- + Höchste Qualitäts- und Hygienestandards
- + Florierender Tourismus in den Regionen
- + Regionale Selbstversorgung
- + Sichern von 100.000 Arbeitsplätzen in OÖ
- + Sichern der naturnahen Produktion von Lebensmitteln in unserer Region
- + Garantiert kontrollierte Qualität aus Österreich – „skandalfreie“ Lebensmittel
- + Kurze Transportwege schützen das Klima

Schnelle Durstlöscher mit Milch

Als typischen Durstlöscher kann man Milch nicht bezeichnen, zu hoch ist ihr Eiweiß- und Fettgehalt. Doch wer bei sommerlich heißen Temperaturen eh schon wenig isst, dem bietet Milch im Mix mit Früchten eine leicht verdauliche schnelle Mahlzeit, inklusive den wertvollen Vitaminen A und D sowie dem Mineral Kalzium.

Sportler bevorzugen einen solchen Milch-Shake nach dem Training zur Regeneration. Die darin enthaltenen Proteine und Aminosäuren reparieren die erschöpfte Muskulatur und schützen das Immunsystem. Als kalorienärmere Alternative hat sich Buttermilch bewährt. Mit weniger als einem Prozent Fett und mit nur 37 Kalorien pro 100 Milliliter zählt sie zu den echten Light-Produkten. Genauso wie Vollmilch eignet auch sie sich als perfekte Grundlage für einen Fruchtmix-Drink.

APFEL-BUTTERMILCH-SHAKE

Zubereitungszeit ca. 5 min.

Zutaten: 500 ml Buttermilch, 1 großer Apfel, 2 EL Zucker, 1 EL Zitronensaft, Zitronenmelissen-Blätter zum Verzieren

Zubereitung: Apfel schälen, entkernen, in Stücke schneiden und mit den restlichen Zutaten im Mixbecher schaumig pürieren.

FRUCHTIGER MILCHSMOOTHIE

Zubereitungszeit ca. 5 min.

Zutaten: 500 ml Milch, 2 EL Zucker, 1 TL Vanillezucker, 1 Hand voll Früchte nach Saison

Zubereitung: Früchte waschen, in Stücke schneiden und mit den restlichen Zutaten im Mixbecher schaumig pürieren. Tipp: Mit gefrorenen Früchten schmeckt es wie selbst gemachtes Eis!

Schau drauf, wo's herkommt!

Lebensmittelkennzeichnung braucht Ehrlichkeit und Fairness

Eine Initiative von den Bäuerinnen im OÖ Bauernbund

