



Verbraucherzentrale Südtirol  
Centro Tutela Consumatori Utenti

*Die Stimme der VerbraucherInnen  
la voce dei consumatori*

**VZS-name**

VZS-str

VZS-plz

VZS-tel

info@verbraucherzentrale.it

---

## Was bedeuten die verschiedenen „Typen“ beim Mehl?

Mon, 04/27/2020 - 09:25

Mehl ist nicht gleich Mehl. In Italien werden beim Weizenmehl fünf Mehl-Typen unterschieden: 00, 0, 1, 2 und Vollkornmehl.

„Die Einteilung erfolgt nach dem Mineralstoffgehalt, der auch als Aschegehalt bezeichnet wird“, weiß Silke Raffener, Ernährungsberaterin der Verbraucherzentrale Südtirol. „Mehl der Type 00 ist am hellsten und enthält am wenigsten Mineralstoffe, Vollkornmehl ist am dunkelsten und enthält am meisten Mineralstoffe.“

Farbe und Mineralstoffgehalt – und auch der Gehalt an Ballaststoffen – hängen davon ab, welche Schichten des Getreidekorns vermahlen bzw. vor dem Mahlen entfernt werden. Für Mehl der Type 00 werden die äußeren Schichten des Korns und auch der ölhaltige Keimling entfernt. Dadurch ist es im Vergleich zu Vollkornmehl länger haltbar – denn das Öl kann ranzig werden. Als Vollkornmehl wird Mehl aus gemahlene ganzen Getreidekörnern bezeichnet. Es enthält alle Schichten des Getreidekorns (mit Ausnahme der harten, nicht essbaren Spelzen) einschließlich des Keimlings.

Entlang der Typen 0, 1 und 2 nimmt der Mineralstoffgehalt des Mehls zu.

Die Südtiroler Mühlen verwenden zusätzlich noch ein Farbsystem. Hier gibt es beispielsweise Type 00 Gelb (geeignet für Hefeteige, Torten, Strudel), Type 00 Blau (geeignet für Mürbteige, Brot, Teigwaren) und Type 0 Rot (geeignet für Knödel und Spätzle).

In Deutschland werden laut DIN-Norm beim Weizenmehl die Typen 405, 550, 812, 1050, 1600 und Vollkornmehl unterschieden. Mehl der Type 405 hat den geringsten Mineralstoffgehalt, Vollkornmehl den höchsten. Die Einteilung in Deutschland entspricht nicht exakt den italienischen Kategorien, die folgenden Typen sind aber zumindest grob vergleichbar: 00 und 405; 0 und 550; 1 und 812; 2 und 1050.

In Österreich wird beim Weißmehl (Type 00) zudem noch zwischen glattem und griffigem Mehl unterschieden. Glatte Mehl ist besonders fein vermahlen, griffiges Mehl wird etwas gröber vermahlen und fühlt sich zwischen Daumen und Zeigefinger etwas gröber an. Es nimmt Flüssigkeit langsamer auf und benötigt daher mehr Zeit zum Quellen.

Die Backeigenschaften eines Mehls hängen übrigens nicht von der Type, sondern vom Gehalt an Klebereiweiß ab.