



Das Dr. Almond-Team: Zwei promovierte Chemiker auf Abwegen

Gutes Essen war schon immer unsere Leidenschaft. Backen, Kochen, Grillen - unser liebstes Hobby! Doch nachdem wir die bewegungsreiche Laborarbeit während Studium und Promotion gegen Büro-sitze in der Industrie getauscht hatten, sammelten sich so einige überflüssige Pfunde an. Eine Ernährungsumstellung musste her! So speckten wir mit einer low-carb & glutenfreien Ernährung innerhalb von nur 6 Monaten gemeinsam über 20 Kilo ab und fühlten uns körperlich und mental pudelwohl. Wir löhnten uns so phantastisch, dass wir diese Art der Ernährung dauerhaft beibehalten wollten.

Einziges Knackpunkt: uns fehlte einfach das Brot. Weißbrot aus dem Discounter mit erhöhtem Glutengehalt waren da keine Option, glutenfreie Brote waren richtige Stärkebomben und andere Produkte gab es leider nicht. Die Kombination, low-carb UND glutenfrei, war nirgends zu finden. Also ließ es selber backen! So gingen wir mit harntrocknender Forschung in der heimischen Küche ans Werk. Über 1 Jahr und über 500 Versuche hat es gedauert, bis wir ein Brot entwickelt hatten, das tatsächlich nach Brot schmeckte und in der Konsistenz vergleichbar war.

Zuerst nur für den Eigenbedarf zusammengemischt und gebacken, kam schließlich die Idee auf, nebenberuflich ein Start-up zu gründen und das Brot als Backmischung zu verkaufen - das war die Geburtsstunde von Dr. Almond®. 2014 fingen wir in einem 20qm Kellerraum mit der Produktion an - mit einem klitzekleinen Lebensmittelmischer und einem Fülltrichter zur händischen Abfüllung in Beutel.

Aus dem Nebenberuf wurde mit rasant steigender Nachfrage schnell ein Hauptberuf. Die Chemikerhüte wurden an den Nagel gehängt und wir zogen in eine größere Produktionsstätte in Bottenheim-Rodheim um. Doch auch diese wurde nach wenigen Jahren wieder zu klein, so dass wir schließlich unseren bisher größten Schritt gewagt haben: den Neubau einer Produktionsstätte im westfälischen Ramstein.

Mittlerweile ist unser Sortiment auf über 20 Brotsorten und insgesamt über 70 Mischungen gestiegen, unter anderem für Kuchen, Kekse, Nudeln, Pizza, Pudding, Desserts und vieles mehr. Mit unseren neuen Marken Nuketo® und Choketo® haben wir für euch außerdem leckere Schokoladentafeln und Schokolade kreiert.

Von der Rezeptur bis zur Auswahl der besten Rohstoffe - für uns gibt es keine Kompromisse! Sämtliche Produkte sind von uns eigenhändig entwickelt worden und werden nach wie vor in Eigenproduktion hergestellt. Auf diese Weise haben wir zu 100% die Kontrolle über die Qualität der Rohstoffe und der fertigen Produkte. Unser Fokus bei der Produktentwicklung: Qualität, Geschmack und einfache Zubereitung.

Aber die Entwicklung geht noch weiter und wir sind ständig dabei, unser Sortiment zu erweitern. Hast du Ideen, Vorschläge, und Wünsche zu unserer Produktentwicklung? Wir freuen uns auf deine Nachricht!

Dein Dr. Almond-Team *Moni & Samir* Kontakt: info@dr-almond.com

Unser gesamtes Sortiment findest du in unserem Online-Shop:  
**www.lowcarb-glutenfrei.com**



## Marokkanische Harira

**Fertigmischung für kohlenhydratreduzierte und glutenfreie Suppe**  
mit Süßungsmitteln

Über 65 % weniger verwertbare Kohlenhydrate als herkömmliches Fertigsuppenpulver auf Stärkebasis!

Kühl und trocken lagern. In original verschlossener Packung mindestens haltbar bis Ende: siehe Beutelaufdruck.

**Probierpackung**  
Für 2 Portionen à 250 ml

**Inhalt: 50 g**

**Zutaten:** 36 % Gemüsepulver (Tomate, Sellerie, Lauch, Karotte, Zwiebel), Erythritol, Zitrusfaser, Ur-Salz, Kakaobutterpulver, 3,3 % Gewürzmischung (Petersilie, Paprika, Kreuzkümmel, Kurkuma, Ingwer, schwarzer Pfeffer, Piment, Knoblauch, Bockshornklee, Pastinake, Liebstöckel, Rote-Bete), Enthält weniger als 2 % von: Verdickungsmittel Xantan, Süßstoffe Natriumcyclamat und Natriumsaccharin, Antioxidationsmittel Ascorbinsäure (Vitamin C), Kann Spuren von Senf enthalten.

**Zubereitung für 2 Portionen (50 g Suppenpulver + 500 ml Flüssigkeit):**  
1) Beutelinhalt (50 g) mit einem Schneebesen in 500 ml kaltes Wasser einrühren.  
2) Unter gelegentlichem Rühren aufkochen. Servieren und genießen!

|                         | DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE: |                                    |
|-------------------------|------------------------------|------------------------------------|
|                         | Suppenpulver                 | verzehrte Suppe                    |
|                         | 100 g                        | 100 g   1 Portion (275 g)          |
| Brennwert               | 193 kcal (809 kJ)            | 18 kcal (74 kJ)   48 kcal (202 kJ) |
| Fett                    | 3,7 g                        | 0,3 g                              |
| -ges. Fettsäuren        | 2,0 g                        | 0,2 g                              |
| Kohlenhydrate           | 42,4 g                       | 3,9 g                              |
| -Zucker                 | 14,7 g                       | 1,3 g                              |
| -Zuckeralkohole         | 23,0 g                       | 2,1 g                              |
| Verwertb. Kohlenhydrate | 19,4 g                       | 1,8 g                              |
| Ballaststoffe           | 30,1 g                       | 2,7 g                              |
| Eiweiß                  | 5,2 g                        | 0,5 g                              |
| Salz                    | 12,0 g                       | 1,1 g                              |

Die angegebenen Werte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.



## Kürbis & Ingwer

**Fertigmischung für kohlenhydratreduzierte und glutenfreie Suppe**  
mit Süßungsmitteln

Über 65 % weniger verwertbare Kohlenhydrate als herkömmliches Fertigsuppenpulver auf Stärkebasis!

Kühl und trocken lagern. In original verschlossener Packung mindestens haltbar bis Ende: siehe Beutelaufdruck.

**Probierpackung**  
Für 2 Portionen à 250 ml

**Inhalt: 50 g**

**Zutaten:** 28 % Kürbispulver, Erythritol, Zitrusfaser, Ur-Salz, 4,3 % Gewürzmischung (Zwiebel, Karotte, Ingwer (0,3 %), Rote-Bete, Muskatnuss, Piment), Kakaobutterpulver. Enthält weniger als 2 % von: Verdickungsmittel Xantan, Süßstoffe Natriumcyclamat und Natriumsaccharin, Antioxidationsmittel Ascorbinsäure (Vitamin C), Kann Spuren von Senf und Sellerie enthalten.

**Zubereitung für 2 Portionen (50 g Suppenpulver + 500 ml Flüssigkeit):**  
1) Beutelinhalt (50 g) mit einem Schneebesen in 500 ml kaltes Wasser einrühren.  
2) Unter gelegentlichem Rühren aufkochen. Servieren und genießen!

|                         | DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE: |                                    |
|-------------------------|------------------------------|------------------------------------|
|                         | Suppenpulver                 | verzehrte Suppe                    |
|                         | 100 g                        | 100 g   1 Portion (275 g)          |
| Brennwert               | 173 kcal (724 kJ)            | 16 kcal (66 kJ)   43 kcal (181 kJ) |
| Fett                    | 3,3 g                        | 0,3 g                              |
| -ges. Fettsäuren        | 1,9 g                        | 0,2 g                              |
| Kohlenhydrate           | 50,0 g                       | 4,5 g                              |
| -Zucker                 | 14,2 g                       | 1,3 g                              |
| -Zuckeralkohole         | 30,3 g                       | 2,8 g                              |
| Verwertb. Kohlenhydrate | 19,8 g                       | 1,8 g                              |
| Ballaststoffe           | 25,6 g                       | 2,3 g                              |
| Eiweiß                  | 3,0 g                        | 0,3 g                              |
| Salz                    | 11,7 g                       | 1,1 g                              |

Die angegebenen Werte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.

**Dr. Almond**  
Low-Carb & Gluten-Free

# Probierbox 4

## DIE SUPPEN-BOX

**15 %**  
RABATT AUF DEINE NÄCHSTE BESTELLUNG\* MIT DEM CODE **SUPPE23**  
\*gültig 1x pro Kunde, nicht mit anderen Rabatten & Aktionen kombinierbar

**PRODUKTINFORMATION & ANLEITUNG**

**MADE IN GERMANY**



## Blumenkohl & Curry

**Fertigmischung für kohlenhydratreduzierte und glutenfreie Suppe**  
mit Süßungsmitteln

Über 65 % weniger verwertbare Kohlenhydrate als herkömmliches Fertigsuppenpulver auf Stärkebasis!

Kühl und trocken lagern. In original verschlossener Packung mindestens haltbar bis Ende: siehe Beutelaufdruck.

**Probierpackung**  
Für 2 Portionen à 250 ml

**Inhalt: 50 g**

**Zutaten:** 30 % Gemüsepulver (Blumenkohlpulver (20 %), Karottenpulver), Erythritol, Zitrusfaser, Ur-Salz, 4,6 % Gewürzmischung (Zwiebel, Paprika, Kreuzkümmel, Kurkuma, Ingwer, schwarzer Pfeffer, Bockshornklee, Piment), Kakaobutterpulver. Enthält weniger als 2 % von: Verdickungsmittel Xantan, Süßstoffe Natriumcyclamat und Natriumsaccharin, Antioxidationsmittel Ascorbinsäure (Vitamin C), Kann Spuren von Senf und Sellerie enthalten.

**Zubereitung für 2 Portionen (50 g Suppenpulver + 500 ml Flüssigkeit):**  
1) Beutelinhalt (50 g) mit einem Schneebesen in 500 ml kaltes Wasser einrühren.  
2) Unter gelegentlichem Rühren aufkochen. Servieren und genießen!

|                         | DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE: |                                    |
|-------------------------|------------------------------|------------------------------------|
|                         | Suppenpulver                 | verzehrte Suppe                    |
|                         | 100 g                        | 100 g   1 Portion (275 g)          |
| Brennwert               | 179 kcal (748 kJ)            | 16 kcal (68 kJ)   45 kcal (187 kJ) |
| Fett                    | 4,0 g                        | 1,0 g                              |
| -ges. Fettsäuren        | 2,0 g                        | 0,2 g                              |
| Kohlenhydrate           | 40,9 g                       | 3,7 g                              |
| -Zucker                 | 9,6 g                        | 0,9 g                              |
| -Zuckeralkohole         | 27,9 g                       | 2,5 g                              |
| Verwertb. Kohlenhydrate | 12,0 g                       | 1,2 g                              |
| Ballaststoffe           | 30,8 g                       | 2,8 g                              |
| Eiweiß                  | 7,1 g                        | 0,6 g                              |
| Salz                    | 11,6 g                       | 1,1 g                              |

Die angegebenen Werte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.



## Tomate & Gartenkräuter

**Fertigmischung für kohlenhydratreduzierte und glutenfreie Suppe**  
mit Süßungsmitteln

Über 65 % weniger verwertbare Kohlenhydrate als herkömmliches Fertigsuppenpulver auf Stärkebasis!

Kühl und trocken lagern. In original verschlossener Packung mindestens haltbar bis Ende: siehe Beutelaufdruck.

**Probierpackung**  
Für 2 Portionen à 250 ml

**Inhalt: 50 g**

**Zutaten:** 30 % Tomatenpulver, Erythritol, Zitrusfaser, Ur-Salz, 4,6 % Gewürzmischung (Petersilie, Zwiebel, Lauch, Paprika, Pastinake, Dill, Liebstöckel, Rote-Bete, Karotte), Kakaobutterpulver. Enthält weniger als 2 % von: Verdickungsmittel Xantan, Süßstoffe Natriumcyclamat und Natriumsaccharin, Antioxidationsmittel Ascorbinsäure (Vitamin C), Kann Spuren von Senf und Sellerie enthalten.

**Zubereitung für 2 Portionen (50 g Suppenpulver + 500 ml Flüssigkeit):**  
1) Beutelinhalt (50 g) mit einem Schneebesen in 500 ml kaltes Wasser einrühren.  
2) Unter gelegentlichem Rühren aufkochen. Servieren und genießen!

|                         | DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE: |                                    |
|-------------------------|------------------------------|------------------------------------|
|                         | Suppenpulver                 | verzehrte Suppe                    |
|                         | 100 g                        | 100 g   1 Portion (275 g)          |
| Brennwert               | 179 kcal (752 kJ)            | 16 kcal (68 kJ)   45 kcal (188 kJ) |
| Fett                    | 3,5 g                        | 0,3 g                              |
| -ges. Fettsäuren        | 1,9 g                        | 0,2 g                              |
| Kohlenhydrate           | 45,9 g                       | 4,2 g                              |
| -Zucker                 | 17,1 g                       | 1,6 g                              |
| -Zuckeralkohole         | 27,9 g                       | 2,5 g                              |
| Verwertb. Kohlenhydrate | 16,8 g                       | 1,6 g                              |
| Ballaststoffe           | 26,9 g                       | 2,4 g                              |
| Eiweiß                  | 5,3 g                        | 0,5 g                              |
| Salz                    | 11,6 g                       | 1,1 g                              |

Die angegebenen Werte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.



## Rote-Bete & Feine Kräuter

**Fertigmischung für kohlenhydratreduzierte und glutenfreie Suppe**  
mit Süßungsmitteln

Über 65 % weniger verwertbare Kohlenhydrate als herkömmliches Fertigsuppenpulver auf Stärkebasis!

Kühl und trocken lagern. In original verschlossener Packung mindestens haltbar bis Ende: siehe Beutelaufdruck.

**Probierpackung**  
Für 2 Portionen à 250 ml

**Inhalt: 50 g**

**Zutaten:** 28 % Rote-Bete-Pulver, Erythritol, Zitrusfaser, Ur-Salz, 4,8 % Gewürzmischung (Zwiebel, Petersilie, Karotte, Dill, Knoblauch), Kakaobutterpulver. Enthält weniger als 2 % von: Verdickungsmittel Xantan, Süßstoffe Natriumcyclamat und Natriumsaccharin, Antioxidationsmittel Ascorbinsäure (Vitamin C), Kann Spuren von Senf und Sellerie enthalten.

**Zubereitung für 2 Portionen (50 g Suppenpulver + 500 ml Flüssigkeit):**  
1) Beutelinhalt (50 g) mit einem Schneebesen in 500 ml kaltes Wasser einrühren.  
2) Unter gelegentlichem Rühren aufkochen. Servieren und genießen!

|                         | DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE: |                                    |
|-------------------------|------------------------------|------------------------------------|
|                         | Suppenpulver                 | verzehrte Suppe                    |
|                         | 100 g                        | 100 g   1 Portion (275 g)          |
| Brennwert               | 187 kcal (783 kJ)            | 17 kcal (71 kJ)   47 kcal (196 kJ) |
| Fett                    | 3,5 g                        | 0,3 g                              |
| -ges. Fettsäuren        | 1,8 g                        | 0,2 g                              |
| Kohlenhydrate           | 51,8 g                       | 4,7 g                              |
| -Zucker                 | 14,7 g                       | 1,3 g                              |
| -Zuckeralkohole         | 29,5 g                       | 2,7 g                              |
| Verwertb. Kohlenhydrate | 24,1 g                       | 2,0 g                              |
| Ballaststoffe           | 24,1 g                       | 2,2 g                              |
| Eiweiß                  | 4,2 g                        | 0,4 g                              |
| Salz                    | 12,2 g                       | 1,1 g                              |

Die angegebenen Werte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.



## Gemüsegarten

**Fertigmischung für kohlenhydratreduzierte und glutenfreie Suppe**  
mit Süßungsmitteln

Über 65 % weniger verwertbare Kohlenhydrate als herkömmliches Fertigsuppenpulver auf Stärkebasis!

Kühl und trocken lagern. In original verschlossener Packung mindestens haltbar bis Ende: siehe Beutelaufdruck.

**Probierpackung**  
Für 2 Portionen à 250 ml

**Inhalt: 50 g**

**Zutaten:** 32 % Gemüsepulver (Blumenkohl, Sellerie, Lauch, Karotte), Erythritol, Zitrusfaser, Ur-Salz, 5,7 % Gewürzmischung (Zwiebel, Petersilie, schwarzer Pfeffer, Pastinake, Liebstöckel, Muskatnuss), Kakaobutterpulver. Enthält weniger als 2 % von: Verdickungsmittel Xantan, Süßstoffe Natriumcyclamat und Natriumsaccharin, Antioxidationsmittel Ascorbinsäure (Vitamin C), Kann Spuren von Senf enthalten.

**Zubereitung für 2 Portionen (50 g Suppenpulver + 500 ml Flüssigkeit):**  
1) Beutelinhalt (50 g) mit einem Schneebesen in 500 ml kaltes Wasser einrühren.  
2) Unter gelegentlichem Rühren aufkochen. Servieren und genießen!

|                         | DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE: |                                    |
|-------------------------|------------------------------|------------------------------------|
|                         | Suppenpulver                 | verzehrte Suppe                    |
|                         | 100 g                        | 100 g   1 Portion (275 g)          |
| Brennwert               | 187 kcal (782 kJ)            | 17 kcal (71 kJ)   48 kcal (202 kJ) |
| Fett                    | 3,9 g                        | 0,4 g                              |
| -ges. Fettsäuren        | 2,0 g                        | 0,2 g                              |
| Kohlenhydrate           | 39,2 g                       | 3,6 g                              |
| -Zucker                 | 10,2 g                       | 0,9 g                              |
| -Zuckeralkohole         | 24,5 g                       | 2,2 g                              |
| Verwertb. Kohlenhydrate | 14,7 g                       | 1,3 g                              |
| Ballaststoffe           | 24,1 g                       | 2,9 g                              |
| Eiweiß                  | 6,9 g                        | 0,6 g                              |
| Salz                    | 12,0 g                       | 1,1 g                              |

Die angegebenen Werte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen Schwankungen.