



Liebe Kundin, lieber Kunde,

wir hoffen, Sie hatten schöne Ostertage! Aktuell hat sich einiges bei unserem Brot- und Backwaren-Sortiment getan. Wir werden nach wie vor von zwei Bio-Bäckern beliefert: der Bio-Bäckerei Neuhoff aus Regensburg und der Biohofbäckerei Gottschaller aus Roththalmünster. Beide Bäckereien legen höchste Qualitätsanforderungen an ihre Backwaren, dazu zählen natürlich auch exzellente Rohstoffe. Da diese aktuell immer teurer werden, mussten auch die Bäckereien die Preise etwas erhöhen. Dafür erhalten Sie aber beste Backwaren aus der Region! Wir haben dies zum Anlass genommen, um unser Sortiment etwas aufzufrischen. Sollten Sie Ihr Lieblingsbrot nicht mehr im Online-Shop finden, zögern Sie nicht und kontaktieren Sie uns. Wir werden sicher eine passende Alternative im Sortiment haben!

Steht bei Ihnen aktuell schon der Frühjahrsputz an? Wer es sauber und rein möchte, muss nicht die Chemiekeule schwingen. Probieren Sie unsere ökologischen Putzmittel aus und lassen Sie sich vom Ergebnis überzeugen!

Herzlichst, Ihre Martina Kögl

Ausgezeichnet

Biohofbäckerei Gottschaller erhält Zertifikat für Bergbauernlaib und Landbrot



Das Deutsche Brotinstitut e.V. hat dem Bergbauernlaib und dem Landbrot der Biohofbäckerei Gottschaller eine Auszeichnung verliehen: der Bergbauernlaib wurde mit Sehr gut, das Landbrot mit Gut bewertet. Der Qualitätsprüfdienst des Instituts hat beide Brotsorten einer sensorischen Qualitätsprüfung unterzogen und war begeistert! Wir gratulieren Nikodemus Gottschaller und seinem gesamten Team zur Auszeichnung!



Bergbauernlaib

Bergbauernlaib, 750g

hefefreies, rustikales Roggen-Vollkornbrot 3,82 €/St.

Landbrot, 750g

feinwürziges mild-saftiges Weizen-Roggen-Mischbrot 3,79 €/St.

Angebot

Frühjahrsputz

BIO BAULA



Biobaula Starterset, 3 Tabs: Glas/Bad/Boden	7,99 €/St.
Biobaula Allzweckreiniger Tabs, 3 Tabs für je 500-750ml	7,99 €/St.
Biobaula Badreiniger Tabs, 3 Tabs für je 500-750ml	7,99 €/St.
Biobaula Bodenreiniger Tabs, 3 Tabs für je 500-750ml	7,99 €/St.
Biobaula Glasreiniger Tabs, 3 Tabs für je 500-750ml	7,99 €/St.
Biobaula Glasflasche, Sprühflasche zum Befüllen	5,99 €/St.

FRÜHJAHRSPUTZ

Glas- & Fensterreiniger, 0,5l, Almawin	3,39 €/St.
Haushaltsreiniger 0,5l, Almawin	2,99 €/St.
Badreiniger frische Minze, 0,5l, Almawin	3,59 €/St.
Badreiniger mit Sprayer, 0,5l, Klar	3,59 €/Fl.
Universalreiniger 0,5l, Klar	2,89 €/St.
Backofen- & Grillreiniger, 0,5l, Diemer	9,95 €/St.
Zitronenreiniger 0,5l, Diemer	4,89 €/St.
Goldschmierseife flüssig, 1l, Tagwerk	4,29 €/St.
Kernseife rein pflanzlich, 100g, Almawin	1,29 €/St.
Kernseife parfümfrei, 100g, Klar	1,29 €/St.
Kalklöser mit Zitronensäure, 0,5l, Klar	3,59 €/St.
Entkalker, 280g, Klar	2,99 €/St.
Scheuermilch, 0,5l, Klar	3,19 €/St.
Orangenöl-Reiniger, 0,5l, Almawin	9,99 €/Fl.
Eco Schwamm, SauberZauber, 2er Pack mit Bio-Seife	3,99 €/St.
Auf Vorrat:	
Fußbodenreiniger 5l, Klar	18,95 €/St.
Glas- & Oberflächenreiniger, 5l, Klar	24,99 €/St.
Haushaltsreiniger 5l, Almawin	17,99 €/St.
Auslaufhahn für 5-10l-Kanister	3,50 €/St.

Info

Biobaula: plastikfrei putzen dank Tabs und wiederbefüllbarer Glasflasche

Das Team hinter Biobaula hat es sich zum Ziel gemacht, Reinigungsmittel mit möglichst wenig Verpackung herzustellen, daher gibt es sie nur in Tab-Form. Der Tab kann in einer eigenen Flasche in Leitungswasser aufgelöst werden und ergibt dann 750ml Reinigungsmittel. Falls keine eigene Spray-Flasche zur Verfügung steht, haben wir ab sofort eine wiederbefüllbare Glasflasche im Sortiment. So werden Einweg-Plastikflaschen vermieden und die Umwelt geschont. Wir sind von diesem Konzept begeistert – lassen Sie sich auch überzeugen!



GEMÜSE DER WOCHE



Stangensellerie

Stangensellerie, auch Bleichsellerie oder Staudensellerie genannt, ist mit unserem gewohnten Knollensellerie verwandt. Er schmeckt aber milder als die Knolle, ist angenehm würzig und vor allem knackig. Er eignet sich sowohl für Rohkostsalate als auch für Gemüsezubereitungen.

Info



Postelein mit Blüte in den Regionalkisten

In den Regionalkisten befindet sich diese Woche u.a. Postelein vom Boierhof nahe Cham. Dabei handelt es sich um einen frostharten Pflücksalat, der hierzulande lange kaum Beachtung fand. Mittlerweile wird er aber in vielen Küchen verwendet, denn er bringt im Winter und Frühling eine wunderbare Frische und Abwechslung auf den Teller. Die aktuell warmen Temperaturen haben dazu geführt, dass der Postelein schon die ersten Blüten trägt. Diese können aber bedenkenlos mitgegessen werden!

SÜSSKARTOFFEL-POSTELEIN-SALAT

Zutaten: 500g Süßkartoffeln, 1 rote Zwiebel, 100g Gurke, ¼ Bund Schnittlauch, 2 TL Senf, 4 EL (Soja-)Joghurt, 2 TL Ahornsirup, 2 TL Weißweinessig, Salz, Pfeffer, 2 EL Rapsöl, 35g Postelein, 2EL Saaten



Zubereitung: Süßkartoffeln in Salzwasser ca. 15 Min. bissfest garen, pellen und würfeln. Zwiebel fein würfeln. Gurke in Scheiben schneiden. Für das Dressing Schnittlauch hacken. Senf, Joghurt, Ahornsirup und Essig cremig rühren. Schnittlauch unterrühren. Salzen und pfeffern. Öl in einer Pfanne erhitzen. Süßkartoffelwürfel bei mittlerer Hitze knusprig braten. Salzen und pfeffern. Mit Gurkenscheiben, Postelein, Zwiebelwürfeln und den Saaten mischen. Vor dem Servieren das Dressing zugeben und gut durchmischen.

FRÜHLINGSQUARK MIT WEDGES

3 Portionen

Zutaten: 1 kg festkochende Kartoffeln, 1 Bund Radieschen, 1 Bund Bärlauch, 1 Bund Bundzwiebeln, 500 g Magerquark, 1 Becher Schmand, 1 Zitrone, 4 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, Paprikapulver (edelsüß)

Zubereitung: Den Ofen auf 200°C Umluft vorheizen. Kartoffel schälen und in Spalten vierteln. In einer Schüssel mit Olivenöl, 1 TL Salz und 2 TL Paprikapulver vermischen. Gleichmäßig auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Auf der mittleren Schiene im Ofen ca. 30 Minuten backen, bis die Wedges leicht gebräunt und durchgebacken sind. Die Garzeit hängt von der Größe der Kartoffeln ab. In der Zwischenzeit Bärlauch, Bundzwiebeln und Radieschen putzen und waschen. Den Bärlauch in feine Streifen schneiden, die Bundzwiebeln in dünne Halbringe und die Radieschen fein würfeln. Quark und Schmand in einer großen Schüssel geschmeidig rühren. Bärlauchstreifen, Bundzwiebelringe und Radieschenwürfel (je einen Esslöffel als Deko aufbewahren) mit dem Quark-Schmand homogen verrühren. Mit Salz, frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer und Saft einer Zitrone abschmecken. Quark mit Deko bestreuen und zusammen mit den Wedges servieren.



Alle Zutaten auf einen Klick mit unserer Rezeptkiste Frühlingsquark mit Wedges, inkl. Rezeptblatt für 3 Personen

16,32 €/Kiste

KARTOFFEL-SELLERIE-GRATIN

Zutaten: 600g Kartoffeln, 1 Stangensellerie, 50g Schinkenwürfel, 20g Butter, 150g Creme Fraiche, 1/8 l Sahne, geriebener Ingwer, Salz, Pfeffer, 2 EL Semmelbrösel, Kräuter

Zubereitung: Kartoffeln schälen und Stangensellerie putzen. Beides in feine Scheiben schneiden. Eine Auflaufform mit Butter ausfetten. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Hälfte der Kartoffeln schuppenartig in die Form schichten, mit Salz und Pfeffer würzen. Schinkenwürfel und Selleriestücke darauf verteilen. Eine zweite Schicht Kartoffelscheiben darüber geben. Sahne und Creme Fraiche miteinander verquirlen und mit Ingwer, Pfeffer und Salz würzen. Gratin damit übergießen und mit Semmelbrösel bestreuen. Im Backofen 1 Stunde garen und mit frischen Kräutern servieren.