



INFOS UND ANGEBOTE

DIESE WOCHE IN DER ÖKOKISTE

PORTOBELLO AUS LEIPZIG

Der Riesenchampignon Portobello hat ein intensives, leicht nussiges Aroma. Weil er weniger Wasser enthält, schrumpft er beim Garen kaum und bleibt angenehm fest. Daher ist er auf vielfältige Weise in der Küche verwendbar und schmeckt mariniert, gefüllt oder gratiniert. Auch frisch vom Grill ist er ein besonderer Genuss und als Burger-Patty eine perfekte vegane Alternative.



Gäa ist ein Bio-Verband, der seit über 30 Jahren ökologische Lebensmittel zertifiziert und dabei höhere Standards als die EU-Bio-Verordnung verlangt. Entstanden aus einer Protestgruppe in der damaligen DDR ist der Verband gemessen an der Mitgliederzahl einer der kleinsten Deutschlands. In Herzblut und Überzeugung steht er den größeren Verbänden wie Bioland oder Naturland in nichts nach!



PORTOBELLO BURGER

4 Portobello, 30 g Olivenöl, Salz und Pfeffer, 100 g Mayonnaise, 2 TL Pesto, 2 TL grober Senf, 4 Hamburger Brötchen (geteilt und geröstet), 150g Rucola, 200 g geröstete Paprika (vom Grill oder aus dem Glas)

Den Stiel der Pilze entfernen und anderweitig (z.B. für eine Gemüsepfanne) verwenden. Den Portobello-Riesenchampignon nicht waschen, die Kappe rundum mit Olivenöl einpinseln. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann mit der glatten Seite nach unten auf den mittelheißen Grill legen – 5 bis 8 Minuten bei geschlossenem Deckel grillen, bis die Pilze weich sind. In einer kleinen Schüssel werden Mayonnaise, Pesto, Senf, Salz und Pfeffer zu Sauce verrührt. Die Sauce auf beiden Innenseiten der gerösteten Brötchen verstreichen. Auf der unteren Brötchenhälfte wird der Rucola verteilt, dann die Paprika, obenauf dann eine gegrillte Pilzkappe – die beiden Hälften zusammenlegen... fertig! Hier noch ein Tipp: Den Portobello mit Käse überbacken oder anstelle der Paprika Zwiebeln darauf legen ist auch sehr lecker!



Natürlich kann der Burger auch klassisch mit Salatblatt, Tomatenscheibe und Essiggurken belegt werden!

PORTOBELLO CAPRESE

4 Portobello, 200g Cherrytomaten, 125g Mozzarella, 1 Knoblauchzehe, Olivenöl, Basilikum, Crema di Balsamico, Salz, Pfeffer, evtl. Pinienkerne

Die Portobello-Pilze putzen und die Köpfe mit der Außenseite nach unten in eine mit Olivenöl ausgestrichene Auflaufform setzen. Die oberen Seiten mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch hacken, Cherrytomaten halbieren und den Mozzarella klein schneiden. Alles gleichmäßig auf den Portobello-Pilzen verteilen. Im Backofen ca. 10min grillen, bis der Käse zerlaufen ist. In der Zwischenzeit Basilikum hacken und ggf. Pinienkerne rösten. Pilze auf Teller anrichten, mit Basilikum, Crema di Balsamico und Kernen garnieren und genießen. Dazu schmeckt ein grüner Salat!

FAIRWERTE-KISTE IM AUGUST

15,97 €/Kiste

(Ersparnis von 1,59€ ggü. Einzelkauf!)



In der FAIRWERTE-Kiste von Rapunzel finden Sie im August vier Produkte, die den Sommer versüßen:

Essig (0,5l) und Olivenöl (0,5l) für feine Salatdressings, der italienische Pasta-Geheimtipp Conchiglie (500g) sowie nussige Kichererbsen (400g) für Antipasti, Hummus, Dips und mehr.

Pro verkauftem Produkt spendet Rapunzel 1 Cent an wohltätige & soziale Projekte!

Save the Date

EINWEIHUNGSFEST AM 09. SEPTEMBER

Wir möchten zusammen mit Ihnen unseren gelungenen Umzug nach Saulburg mit einem großen Einweihungsfest

am 09. September 2023 feiern!

Dazu planen wir ein buntes Markttreiben, eine Schmankerlmeile und ein abwechslungsreiches Kinderprogramm auf unserem Gelände. Natürlich wird es auch Führungen durch unser Gebäude, Aktionen im Bioladen sowie Live-Musik geben. Merken Sie sich das Datum schon einmal vor – wir freuen uns auf Sie!

WIR ERWEITERN UNSER KOSMETIK-ANGEBOT!

Wir haben unser Naturkosmetik-Sortiment erweitert und bieten ab sofort auch Lippenstift, Lidschatten, Mascara und Nagellack von Kia-Charlotta aus München an!

Als Herzensprojekt seiner Gründerin wurde Kia-Charlotta 2017 mit einer großen Vision zum Leben erweckt: Vegane Naturkosmetik in Premiumqualität für jeden zugänglich zu machen. Mit dem Grundsatz von Transparenz und Vertrauen will Kia-Charlotta alle von veganer Naturkosmetik made in Germany überzeugen und die wunderbare Botschaft, für die Kia-Charlotta steht, erlebbar machen. Kia-Charlotta steht für einen Wandel in der Beauty-Industrie und für ein Umdenken hin zu Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung.

Nagellack 5ml

12,90 €

In den Farben kirschrot, beerenrot, purpurrot, Himbeer, taupe, nude, perlenpink, pink transparent, rostbraun metallisch, Pfirsich metallisch, Himbeer pastell, pistaziengrün, ocker schimmernd, malve pastell, rosa schimmernd, kirschrot metallisch und kirschrot intensiv



Lippenstift 1,8g

15,90 €

In den Farben kirschrot, rubinrot, pink hell, Rosenholz, beerenrosa und rot-braun



Nagellack, 5ml

14,90€

Unterlack oder Überlack



Lidschatten, jeweils fünf Farben

19,90 €

Dreams come True

Experiencing Life

Peace of mind



Mascara schwarz, 9g

16,90€



Alle Produkte finden Sie online.

Oder Sie schauen bei uns im Bioladen vorbei, dort können Sie die Farben direkt auf sich wirken lassen!

AUSSERDEM **KOSMETIKESSIG** VON DER ERPFENZELLEREI „NATURALIEN & DÜFTE“ AUS FALKENSTEIN

Kosmetikessig ist eine Mischung aus Apfelessig, ätherischen Ölen und Pflanzenwässern: Schönheitspflege, die auf die Bedürfnisse der Haut und Haare abgestimmt ist. Kosmetikessig ist damit das ideale, natürliche Pendant zu den basischen Seifen der Erpfenzellerei!

Die Anwendungsmöglichkeiten sind vielfältig:

- als Gesichtspflege (tonisierend)
- als Rasierwasser (entzündungsvorbeugend und kühlend)
- als Haar- & Kopfhautpflege (gegen juckende Kopfhaut, für seidigen Glanz & gute Kämmbarkeit)
- als Körperpflege (nach der Rasur, gegen Fußgeruch, kühlend)

regional



Erhältlich in fünf Sorten:

Rose & Rosengeranie:

wirkt ausgleichend auf alle Haar- und Hauttypen

Birke & Rosmarin:

Speziell bei Kopfhaut- und Hautproblemen

Neroli & Vetiver:

perfekt zur Pflege jedes Haar- und Hauttyps

Salbei & Lavendel:

Reinigung & Pflege für jeden Haar- und Hauttyp

Quitte & Zitrone:

ideal für helles/blondes Haar, auch dunkles Haar bei Schuppenneigung