

Liebe Kundin, lieber Kunde,

Mitte September findet jedes Jahr die Faire Woche statt. Ziel der Aktion ist es, auf einen fairen und gerechten Handel aufmerksam zu machen. Dieses Jahr steht die Faire Woche unter dem Motto „Zukunft fair gestalten - #fairhandeln für Menschenrechte weltweit“.



Wir haben zu diesem Anlass in unserem Blog Hintergrundinfos zu einigen fairen Projekten und Siegeln zusammengetragen und unser faires Sortiment für Sie zusammengefasst. Einfach mal im Onlineshop bzw. in den nächsten Kundenbrief reinschauen! Zusätzlich bieten wir in diesem Jahr wieder eine „Faire Kiste“ an, enthalten sind Produkte ausschließlich aus fairem Handel.

Und wer sich noch näher mit dem Thema beschäftigen möchte, dem möchten wir das Buch „Fair for Future: Ein gerechter Handel ist möglich“ von Gerd und Katharina Nickoleit empfehlen. Dort finden sich viele interessante Fakten über die Geschichte des fairen Handels!

Herzlichst, Ihre Martina Kögl und
 das Team der Ökokiste Kößnach

Monatsangebot September

| | |
|--|-------------|
| Pudermucker, Naturata 125g | 1,59 € /St. |
| Gockel Gulaschsuppe v. Bruderhahn, Demeter, 400ml | 5,59 €/Glas |
| Gockel Bolognese v. Bruderhahn, Demeter, 400ml | 5,59 €/Glas |
| Streich's drauf Arrabito , Arrabiata-Tomaten-Aufstrich, Zwergenwiese, 160g | 2,49 €/Glas |
| Kidneybohnen gegart, Nur Puur, 350g | 1,49 €/Glas |
| Tomaten Passata, Demeter, Naturata, 700g | 2,59 € /Fl. |
| Olivenöl nativ extra, mild-fruchtig, Mani Bläuel, 1l | 16,99 €/Fl. |
| Bauernsenf, Münchner Kindl, Bioland 125ml | 2,69 €/Glas |
| Himbeeren in Beerenschokolade, Fairtrade, 50g | 1,85 € /St. |
| Beeren in dreierlei Schokoladen, Fairtrade, 50g | 1,85 € /St. |
| Dinkelkaffee Instant, Naturata, 175g | 7,99 € /St. |
| Kamillentee, Sonnentor, 18 Beutel | 2,99 € /St. |
| Pfefferminztee, Sonnentor, 18 Beutel | 2,99 € /St. |
| Spülmittel Sanddorn-Mandarine, Almawin, 0,5l | 2,29 € /St. |
| Spülmittel Wildrose-Melisse, Almawin, 1l | 3,29 € /St. |
| Spülmittel Zitronengras, Almawin, 0,5l | 1,89 € /St. |
| Entkalker, 100% natürl. Zitronensäure, Klar, 280g | 2,89 € /St. |
| Deocrema Forever Fresh, we love the planet, 48g | 10,59 €/St. |
| Retsina weiß, Demeter-Wein aus Griechenland, 0,7l | 6,59 € /Fl. |
| Syrah rot, fruchtig, Spanien, 0,75l | 4,59 € /Fl. |
| Katzenfutter Huhn mit Karotte & Kamut, 100g | 1,35 € /St. |
| Katzenfutter Rind mit Kürbis & Quinoa, 100g | 1,35 € /St. |

Zum Schulstart

| | |
|--|--------------|
| Frucht Pur Aprikose, 250g | 2,99 € /Glas |
| Aufstrich Sonnen Tomate Streich, 180g | 2,79 € /Glas |
| Haselnuss Nougat Creme m. Kakao, milchfrei, 270g | 5,59 € /Glas |
| Samba Haselnuss, 250g | 4,99 € /Glas |
| Süße Brezeln, 125g | 2,29 € /St. |
| Vital Keks, 150g | 1,99 € /St. |
| Waffeln mit Nougat, glutenfrei, 150g | 3,49 € /St. |
| Tiger Picnic-Dinkelwaffel, 23g | 0,79 € /St. |
| Schokolinsen mini, 100g | 2,19 € /St. |
| Beerenfrüchtchen zuckerreduziert, 80g | 1,79 € /St. |
| Bio-Vitamino Frutti, 100 g | 1,79 € /St. |
| Lutscher Erdbeere, 13g | 0,79 € /St. |
| Lutscher Himbeere, 13g | 0,79 € /St. |

Faire Kiste

enthält je 1x

500g Bananen, Eistee Pfirsich & Zitrone (0,5l), Choco4Change Schokolade (100g), Heldenkaffee Kolumbien (250g), Rapadura Vollrohrzucker (1kg), Cashewbruch im Glas (270g), Berg-Feigen (250g), Schwarztee Earl Grey (20 Beutel)
 inkl. Infoblatt zu den fairen Projekten

29,90 €/Kiste

Buchtip

Fair for Future:
 Ein gerechter Handel ist möglich,
 März 2021, 224 Seiten broschürt,
 Ch.Links Verlag



18,00 €



OBST DER WOCHE

regional

Bioland

GELBFLEISCHIGE WASSERMELONE

vom Bioland-Hof Wiethaler

Darf es mal etwas farbige Abwechslung auf dem sommerlichen Fruchteteller sein? Dann probieren Sie auf alle Fälle die gelbfleischige Wassermelone vom Bioland-Hof Wiethaler. Dabei handelt es sich um eine alte, samenfeste Sorte, die ursprünglich aus Sibirien stammt. Für unser Klima ist sie also bestens geeignet! Angebaut werden die Wassermelonen im Freiland in Kößnach und haben daher nur einen Kilometer Fahrt hinter sich, wenn sie bei uns ankommen. Die Melonen sind sehr aromatisch und bringen eine wunderbare farbige Abwechslung auf den Teller!



MELONEN-TOMATEN-SALAT

Zutaten: 1/2 Wassermelone, 1 Gurke, 100 g Schnittsalat, etwas Chilipulver, 500g Tomaten, 4 Zweige Thymian, 3-5 EL Zitronensaft, 40-50 ml Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Melone schälen, Kerne entfernen. Gurke putzen, beides mit der Gemüseribe in dünne Scheiben schneiden. Salat waschen, putzen und trocken schleudern. Tomaten waschen, Stielansatz entfernen, in mundgerechte Stücke schneiden. Thymianblätter abzupfen und mit Chili, Zitronensaft und Olivenöl in einer Schüssel vermengen, mit Salz und Pfeffer gut würzen. Das Gemüse auf einer Platte dekorativ anrichten und mit der Thymianvinaigrette übergießen. Gleich servieren.



ZUCCHINI-MOZZARELLA-AUFLAUF

Zutaten: 1 Zwiebel gehackt, 2 Knoblauchzehen zerdrückt, Olivenöl, 800g Tomaten überbrüht und geschält, 1 TL Gemüsebrühe, 600 g Zucchini in 1/2 cm breite Scheiben geschnitten, Salz, Pfeffer, 300 g Mozzarella in dünne Scheiben geschnitten, 1 Bd. Basilikum fein gehackt, 100 g Parmesan frisch gerieben

Zubereitung: Zwiebeln und Knoblauch in wenig Öl glasig dünsten. Tomaten und Gemüsebrühe dazugeben und einige Minuten köcheln. Zucchini in wenig Öl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. In eine Auflaufform die Hälfte der Tomatensauce geben, darauf die Hälfte der Mozzarellascheiben verteilen. Mit Basilikum bestreuen. In der gleichen Reihenfolge die restlichen Zutaten einschichten.

Bioland

Die Zucchini kommen diese Woche vom Bioland-Hof Wiethaler, Kammersdorf.



ZWETSCHGEN CRUMBLE

Zutaten: 1 kg Zwetschgen, 6 EL Zucker, 1/2 TL Zimt, 150 g Mehl, 1/2 TL Backpulver, 100 g Butter, 1 Pckg. Vanillezucker 4 EL Haferflocken

Zubereitung: Zwetschgen waschen, entsteinen und längs halbieren. Mit 2 EL Zucker und Zimt vermengen und kurz durchziehen lassen. Mehl, Backpulver, Butter, Zucker, Vanillezucker, Haferflocken in eine Schüssel geben und mit den Händen zu einem Streuselteig verkneten. Gratinform einfetten, Zwetschgen samt gezogenem Saft hineingeben. Streusel darüberstreuen und im 180 Grad heißen Ofen auf mittlerer Schiene in ca. 25 Min. goldbraun backen.

Bioland

Die Bioland-Zwetschgen kommen diese Woche aus Deutschland.



ANGEBOT



vom Weiherblasch aus Schönsee

| | |
|--|--------------|
| Elsässer Saibling ganz, ca 250-330g | 2,99 € /100g |
| Elsäßer Saibling geräuchert, ganz, 250-300g | 3,79 € /100g |
| Saiblingsfilets, 2 Stück, ca. 200-300g | 4,59 € /100g |
| Regenbogenforelle ganz, ca. 220-320g | 1,99 € /100g |
| Regenbogenforellenfilets, 2 Stück, 150-250g | 3,59 € /100g |
| Geräucherte Regenbogenforelle ganz, ca. 250g | 2,69 € /100g |
| Lachsforelle ganz, ca 500-600g | 2,09 € /100g |
| Lachsforellenfilet, 2 Stück, 300-500g | 3,89 € /100g |

Gewichte können je nach Größe der Fische deutlich schwanken! Geräucherte Lachsforelle leider nicht im Sortiment.

Bestellschluss: 09.09.2021
Auslieferung: KW 37 (13.-17.09.2021)