



## INFOS UND ANGEBOTE

### NEU BEI UNS NAGELLACKENTFERNER

Wir haben unser Kosmetik-Sortiment erweitert und bieten neben Lippenstiften, Lidschatten & Mascara auch Nagellacke an. Da darf der passende Nagellackentferner natürlich nicht fehlen!



16,90 €/100ml



Unser neues Kosmetik-Sortiment können Sie hier entdecken!

## ENDLICH WIEDER FEDERWEISSER- ZEIT!

Herbstzeit ist Federweißer-Zeit! Und was schmeckt besser zum Federweißen als Flammkuchen?



Federweißer weiß, fruchtig-süß, Weingut Sauer, 1l	4,79 €/Flasche
Federweißer rot, Weingut Kiefer, 1l	4,79 €/Flasche
Frühlingszwiebeln	3,39 €/Bund
FrISChe Flammkuchenböden, 3 Stück, 270g	3,59 €/Stück
Kropfmühler Bauernspeck	40,90 €/kg
Sauerrahm 200g	0,99 €/Becher
Schmand 250g	2,29 €/Glas
Grissini Classico, 125g	1,99 €/Stück
Pizza-Grissini Demeter, 100 g	1,99 €/Stück

## Besuchen Sie uns am 9. September in Saulburg!

EINTRITT  
FREI!

Wir möchten unseren gelungenen Umzug mit Ihnen feiern! Am 9. September von 13 bis 22 Uhr haben wir daher ein buntes Programm für Sie zusammengestellt:

- Schmankerlmeile mit Grillfleisch und Steckerlfisch, veganem Burger & Gemüsespieß sowie Salatbuffet
- Kaffee, Kuchen & Steckerleis sowie Kaffeespezialitäten der Kaffeerösterei Rehorik, Regensburg
- Verschiedene Verkaufs- und Infostände
- Verkostungen im Bioladen, u.a. Weine von Bioweine Riegel & Backwaren der Biobäckereien Laumer aus Straubing und Wagner aus Tiefenbach
- Festzelt mit Barbetrieb
- **Live-Musik:** nachmittags 2Crows & abends die Gsteckenrieblers aus Wiesenfelden
- Buntes Kinderprogramm mit Kinderschminken, Basteln und Holzkegelbahn!
- Glücksrad & Apfelrätsel mit tollen Gewinnen
- Führungen durch unser Gebäude

NATÜRLICH  
100% BIO

### Regensburger aufgepast!

Das Regensburger Radgeschäft Feine Räder organisiert eine Radtour zu unserem Einweihungsfest! Mehr Infos gibts hier:



**DIESE WOCH  
IN DER ÖKOKISTE:**



# BLAUE MUSKAT- TRAUBEN

von Andreas' Biohof, Lauffen/Neckar



Die Muskattraube ist eine sehr aromatische Sorte und schmeckt hervorragend zu einer leckeren Käseauswahl. Sie duftet leicht nach Muskat und hat ein wunderbares Honigaroma. Diese Woche erhalten wir die Muskattrauben aus Baden-Württemberg. Der Biohof Mauk in Lauffen am Neckar ist ein Familienbetrieb, der bereits in vierter Generation geführt wird. Der Inhaber Andreas Mauk hat damals den Weinbau- und Baumschulbetrieb des Vaters übernommen und begonnen Obst anzubauen. Die Lage des Biohofs begünstigt den ökologischen Anbau. Denn im Neckartal ist der sandige Lehmboden besonders fruchtbar.

**AKTUELLE  
BESONDERHEIT**

## PIMIENTOS DE PADRÓN



aus Deutschland

Die kleinen Bratpaprika erfreuen sich aktuell großer Beliebtheit! Ursprünglich wurden die Paprika in Galicien rund um das Dörfchen Padrón angebaut, daher auch der Name. Die Schärfe der Pimientos variiert von Paprika zu Paprika. Selbst die Pimientos einer Pflanze können Paprika unterschiedlicher Schärfe hervorbringen.



**PIMIENTOS DE PADRON –  
EIN SPANISCHES  
NATIONALGERICHT!**

Pimientos waschen und trocken tupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Pimientos darin unter Wenden 2-3 Minuten braten, bis sie Blasen werfen. Herausnehmen, mit Meersalz würzen.

## BLICK HINTER DIE KULISSEN – BIOLANDHOF LAURER

LANDAU/ISAR



Der Biolandbetrieb Laurer liegt südöstlich von Landau. Christa und Helmut Laurer bewirtschaften 60 Hektar Boden mit vielerlei Gemüsesorten. Zur Erhaltung ihres guten Bodens nutzen sie zusätzlich 30 Hektar zur Gründüngung. Ihre Felder erstrecken sich über das Donau-, Isar- und Vilstal. Die Vielfalt der Böden bietet Laurers die Möglichkeit des sortenreichen Anbaus. Auf den Feldern des Ehepaares steht Frischgemüse, wie Erdbeeren, Spargel, Auberginen, Paprika, Brokkoli und echte Schmankerl wie Physalis und Chilis.



**Aktuell erhalten wir Paprika in allen Farben von den Laurers!**

**JETZT VORBESTELLEN:**

**PUTENPAKET** VOM NATURLANDHOF HAIMERL, SCHORNDORF



Puten-Mischpaket, ca. 5 kg

25,90€/kg

Das Mischpaket enthält Fleisch von der Keule, Oberschale, Brust sowie dem Filet - um die Puten bestmöglich vollständig vermarkten zu können, kann die Zusammenstellung sowie das Gewicht der Pakete variieren.

**Bestellschluss: Freitag, 22.09.2023**

**Auslieferung: KW39 (25.09. bis 29.09.)**



## ZUCKERMAIS MIT PIKANTEM BOHNENGEMÜSE

Für 2 Portionen

**Zutaten für das Bohnengemüse:** 300 g grüne Bohnen, 1 El Gemüsebrühe, 1 Apfel, 1 Birne, 1 Zwiebeln, 1/2 Knoblauchzehe, 1 El Butter, 0,5 TL Bohnenkraut, 50 ml süße Sahne, 50 ml saure Sahne, Salz, Pfeffer

**Zutaten für den Zuckermais:** 2 Maiskolben, Zucker, Butter

Zuckermais in kochendes, gezuckertes Wasser geben. Kein Salz hinzufügen, sonst bleiben die Körner beim Kochen hart. Mais ca. 15 min kochen und anschließend mit Butter bestrichen in der Pfanne nachbraten.

Bohnen in 4 cm lange Stücke schneiden. 3 Minuten in kochender Gemüsebrühe blanchieren. Apfel und Birne achteln. Quer in Scheiben schneiden. Zwiebel würfeln. Knoblauch pressen. Beides in Butter glasig dünsten, Bohnen und Bohnenkraut zugeben. Birne, Apfel und Sahne zufügen. 5 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Tip:** Ob der Mais gar ist, erkennt man gut mit dem Zahnstocher-Trick! Einfach mit einem Zahnstocher in den Mais stechen. Geht das leicht, ist der Mais gar!



Die Bohnen & den Zuckermais erhalten wir diese Woche vom Biolandhof Wiethaler, Kammersdorf.

