



Regionales Fleisch
 fürs Weihnachtsfest

Vorbestellung
 nur noch kurz
 möglich!

Liebe Kundin, lieber Kunde,

der erste Advent liegt nun hinter uns. Für uns heißt das, der Endspurt für die Vorweihnachtszeit beginnt! Wenn Sie Ihr Weihnachtsfest mit regionalem Fleisch bzw. Fisch genießen möchten, dann melden Sie sich bitte bald bei uns. Vorbestellungen sind nur noch kurze Zeit möglich!

Bei Enten und Gänsen und haben wir uns dieses Jahr entschieden, nur ganze bzw. halbe Tiere anzubieten. Unserem Geflügelbauer sind sonst immer viele Teile übriggeblieben, da z.B. Gänsebrust sehr beliebt ist, aber kaum einer Gänseflügel bestellt. Das finden wir sehr schade und haben uns im Sinne der Nachhaltigkeit und Gesamt-Verwertung eines Tieres für diese Neuerung entschieden. Wem eine ganze bzw. halbe Gans/Ente zu viel ist, kann natürlich auch Einzelteile einfrieren. Anleitungen für die richtige und einfache Zerlegung finden sich zuhauf im Internet. Oder laden Sie einfach ein paar mehr Leute zum Weihnachtsessen ein - dann ist auch eine ganze Gans schnell gegessen!

Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Adventszeit!

Herzlichst, Ihre Martina Kögl
 und das Team der Ökokiste Kößnach

Angebot

Rund ums Weihnachtsfest!

Ravioli mit Trüffelpilzen, 250g	3,79 € /St.
Fassbutter gesalzen, 250g	2,75 € /St.
Geflügelfond, 400ml	3,39 € /St.
Rinderfond, 400ml	3,39 € /Glas
Kartoffelknödel halb & halb, 230g	2,69 € /St.
Tomaten geschält, 800g	1,79 € /St.
Backöl Klassik, 0,75l - NEU!	5,99 € /St.
Olivenöl, 1l, mild	10,99 € /Fl.
Feigensenf, 125ml	2,79 € /St.
Quark 20% Fett iTr., 250g	1,05 € /St.
Zwiebelschmelz, 165g	2,79 € /St.
Artischocken geviertelt, 200g	4,59 € /Glas
Pizza-Grissini Demeter, 100g	1,79 € /St.
Traubensaft, 1l	2,39 € /Fl.
Heißer Winterapfel 0,7l (alk.frei)	2,59 € /Fl.

Wild Angebot

Hirsch-Filet, ca. 250-300g	54,90€/kg
Hirsch-Mischpaket, ca. 5kg	23,90€/kg
Hirsch-Rücken ausgelöst o. Knochen, ca. 500g	45,90€/kg
Hirschkeule ohne Knochen, ca. 1kg	38,90€/kg
Hirschmedaillons, 2 Stück, ca. 250-300g	48,90€/kg
Hirschragout, ca. 500g	26,90€/kg
Hirschschulter ohne Knochen, ca. 1kg	32,90€/kg

Bestellschluss: 06.12.2019, Auslieferung: 20. - 24.12.2019

Geflügel Angebot

Ente, ca. 2,5-3kg	22,90€/kg
Ente halb, ca. 1,25kg	22,90€/kg
Taube, ca. 500g	33,90€/kg
Weihnachtsgans, ca. 4-5kg	19,90€/kg
Weihnachtsgans halb, ca. 2,5kg	19,90€/kg

Bestellschluss: 06.12.2019, Auslieferung: 20. - 24.12.2019

Perlhuhn Angebot

Perlhuhn, ca. 1,5-2kg	24,90€/kg
-----------------------	-----------

Bestellschluss: 12.12.2019, Auslieferung: 16. - 20.12.2019

Angebot

Festliche Brotzeitplatten I

Weihnachtliches Käsepaket, versch. Sorten	25,00€/Stk
Weihnachtliches Wurstpaket, versch. Sorten	25,00€/Stk
Arvenkäse, mit Arvenöl (Zirbelkiefer) verfeinert	3,20€/100g
Comté AOP, 24 Monate gereift	3,49€/100g





OBST DER WOCHE

Satsumas-Mandarinen

Die Satsuma ist eine aus Südjapan stammende Zitruspflanze (Citrus). Sie bildet süßsauerlich und fast kernlose Zitrusfrüchte. Die Satsuma ist nicht identisch mit der Mandarine, obwohl ihre Früchte in Europa auch als kernlose Mandarinen gehandelt werden. Der Baum wird als eine Kreuzung aus Mandarine und Orange angesehen und lässt sich bis 1429 zurückverfolgen. Die Frucht ist süß und normalerweise kernlos. Sie ist etwa von der Größe einer Mandarine, also kleiner als eine Orange. Die Fruchtschale lässt sich leicht ablösen, was die Satsumas zu einer sehr beliebten Sorte macht.



ASIA-GEMÜSE IN KOKOSMILCH

Zutaten: 200g Shiitake Pilze, 300g Weißkraut, 1 Bund Koriander, 2 Paprika, 3 Karotten, 2 Zwiebeln, 6 Zehen Knoblauch, 20g Ingwer (gerieben), 100g Cashewkerne, 1 Glas Zuckermais, 2 TL Curry, ½ TL Chili, 500ml Kokosmilch, Öl zum Anbraten, 1 EL Butter, Pfeffer und Salz, 125g Asia-Sprossen-Mix

Zubereitung: Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer schälen, klein hacken und in einem großen Topf in etwas Öl leicht anbraten. Die restlichen Gemüsezutaten waschen, putzen und in nicht zu kleine Stücke schneiden. Bis auf die Paprika alles in den Topf geben und mit der Kokosmilch aufgießen. Gemüse ca. 2/3 mit Wasser bedecken. und 10min köcheln lassen. Paprika, Cashewkerne, Curry, Chili und Salz dazugeben, evtl. noch etwas Wasser, und alles 10 Min. kochen lassen. Koriander hacken und mit den Asia-Sprossen und dem Zuckermais zum Schluss dazugeben. Die Butter als Aromaträger dazugeben und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Unser Weißkraut kommt diese Woche vom Bio-Hof Schweiger, Kiefenholz.



Ihre Liefertermine um die Weihnachtszeit

Alle **Montagslieferungen** vom 23.12. kommen am Fr., 20.12.
 Alle **Dienstagslieferungen** vom 24.12. kommen am Sa., 21.12.
 Alle **Mittwochslieferungen** vom 25.12. kommen am So., 22.12.
 Alle **Donnerstagslieferungen** vom 26.12. kommen am Mo., 23.12.
 Alle **Freitagslieferungen** vom 27.12. kommen am Di., 24.12.

Die Lieferzeit bleibt ungefähr gleich.

Bestellschluss für Fr., 20.12. und Sa., 21.12.

ist Do., 19.12. um 6 Uhr früh.

Der Bestellschluss für So., 22.12. - Di., 24.12.

ist Fr., 20.12. um 12 Uhr mittags.



Wir machen Pause!

Vom 25.12. bis einschließlich 06.01.2020 macht die gesamte Ökokiste Kößnach Betriebsurlaub (auch der Hofladen hat geschlossen).

Ab dem 07.01. starten wir wieder mit den Lieferungen – wegen des Feiertags am Mo, 06.01. erhalten Sie Ihre Lieferung einen Tag später als üblich.



SÜßKARTOFFEL-AUFLAUF

perfekte Begleiter zu vielen Gerichten!

Zutaten: 3 mittelgroße Süßkartoffeln, 3 Kartoffeln vorw. festk., 3 Paprika, 1 Zwiebel, schwarzer Pfeffer, 2 Knoblauchzehen, 150g Feta

Zubereitung: Backofen auf 200 Grad vorheizen. Kartoffeln in etwa 4cm große und Süßkartoffeln in ca. 2cm große Würfel schneiden und vorher schälen. Kartoffeln sind schneller gar als Süßkartoffeln. Die Paprika waschen, halbieren, Kerne und Stiele entfernen und in 2,5cm große Stücke schneiden. Gemüse, Zwiebel und Knoblauch in eine große, flache Auflaufform geben und pfeffern, nicht salzen. Mit dem Öl vermischen. 45 Minuten backen, bis das Gemüse leicht bräunt und die Kartoffeln und Süßkartoffeln weich sind. Käse darauf verteilen, Ofen auf höchste Stufe oder Grill einschalten und etwa 5- 10 Minuten weitergaren, bis der Käse bräunt und Blasen wirft.

Die Süßkartoffeln kommen diese Woche vom Bio-Hof Waas, Zeholfing



Angebot

Festliche Brotzeitplatten II

Parmaschinken, 14 Monate gereift	5,69€ /100g
Walnuss-Salami	4,29€ /100g
Allgäuer Heumilch-Raclette-Käse	2,49€ /100g
Allgäuer Käse-Fondue, 300g	5,99€ /Stk.
Winterfestbier, 10x0,5l (Lammsbräu)	12,90€ /Kstn.

