Grashüpfer
Bio-Hof & Lieferservice

Wochenblatt
KW 13 vom 25.03.2024

Erdbeersecco
Ein Gaumenschmeichler aus Bio-Erdbeersaft, feinperlig und wunderbar fruchtig. Gut gekühlt genießen.
Best.Nr. 664672 *0,75 l / 5,99 €*

Rhabarber-Secco naturtrüb
Bio-Roséwein, Bio-Rhabarbersaft "naturtrüb" + Kohlensäure
Erfrischend fruchtig – einfach gut!
Best.Nr. 664659 *0,75 l / 5,99 €*

Crème Brûlée Riegel, Vivani
Vollmilchriegel, gefüllt mit feiner Milchcrème und knusprigen Caramal-Stückchen.
Best.Nr. 662488 *40 g Stück / 1,09 €*

Schafmilchseife Herz mit Rosenduft
im pinken Organzasäckchen und Anhänger.
Schafsmilchkosmetik ist besonders mild und hautschonend, was sie auch für empfindliche Haut geeignet macht.
Best.Nr. 805408 *Aktionspreis!*
bisher 3,99 € *jetzt 3,39 € / 65 g*

Kernseife, Pflanzen
Für den Haushalt und den Werkstattbereich und überall dort, wo eine gut reinigende Handseife gebraucht wird.
Best.Nr. 831442 *Aktionspreis!*
bisher 1,49 € jetzt 1,19 € / 100 g

Mandel Trüffel
Cremige und köstliche Trüffel aus Bio- und Fairtrade-Milchschokolade aus einer Kakaobohne aus dem Hochland Perus
Best.Nr. 627985 *Aktionspreis!*
bisher 4,19 € *jetzt 3,69 € * / 100 g*

Erbsen Guacamole von bio verde
Genießen Sie den vollen Geschmack frischer Erbsen, abgerundet mit Zwiebel und feinen Gewürzen, komplett ohne Avocado.
Nicht nur als köstlicher Aufstrich, sondern auch perfekt zum Würzen von Gemüse und Saucen oder einfach als Dip-Sauce mit Gemüsesticks und Crackern.
Best.Nr. 184959 150 g / *2,39 €*

Sugo Famiglia, fruchtig-aromatisch
aus sonnengereiften Tomaten und aromatischem Gemüse nach traditionellem Rezept hergestellt und mit Olivenöl verfeinert. Genießen Sie den fruchtig-aromatischen Geschmack.
Best.Nr. 557313 660 g / 2,99 €

Sugo Ragazzi, herzhaft-pikant
aus sonnengereiften Tomaten und aromatischem Gemüse nach traditionellem Rezept hergestellt und mit Olivenöl und Chili verfeinert. Genießen Sie den herzhaft-pikanten Geschmack.
Best.Nr. 557324 *660 g / 2,99 €*

Liefertagverschiebungen und Bestellschlussänderungen!
In der Kalenderwoche 14 beliefern wir Sie einen Tag später als gewohnt.

ACHTUNG FREITAGSKUNDEN!!!
Um Lieferengpässe in der KW14 zu vermeiden, bitten wir sie bis spätestens Dienstag, den 02.04.2024 Ihre Bestellung abzugeben.

Zimtschnecken	**Zubereitung:**
Zutaten für 12 Zimtschnecken: 165 g Margarine weich, vegan + etwas Margarine für die Form 500 g Dinkelmehl Type 630 + etwas Mehl für die Form 1 Päckchen Trockenhefe 130 g Kokosblütenzucker 1 Prise Kurkuma gemahlen 1 Prise Salz 220 ml Mandelmilch + 2 EL zum Bestreichen 150 g Viernussmus 2 TL Zimt gemahlen 50 g Puderzucker 1 EL Zitronensaft 4 EL Nussmischung geröstet, gehackt	80 g Margarine zerlassen. Das Mehl mit Hefe, 80 g Zucker, Kurkuma und einer Prise Salz in eine große Schüssel geben und gut mischen. Die Mandelmilch lauwarm erwärmen und mit der Margarine zur Mehlmischung geben. Das Ganze den Knethaken des Handrührers zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt 1 Std. ruhen lassen, bis der Teig gut aufgegangen ist. Den Boden einer Springform (ca. 24 cm) mit Backpapier auslegen. Den Rand fetten und mit etwas Mehl ausstäuben. Den Teig nochmals gut durchkneten. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck (30 x 40 cm) ausrollen. Das Nussmus darauf streichen. 85 g Zucker und Zimt darauf streuen. 85 g Margarine zerlassen, etwas abkühlen lassen und auf den ausgerollten Teig träufeln. Den Teig eng von der längeren Seite her aufrollen. In 4 cm dicke Scheiben schneiden. Mit der Schnittkante nach unten in die Form setzen. Zugedeckt 15 Min. gehen lassen. Die Zimtschnecken auf der zweiten Schiene von unten bei 200 Grad in circa 20 Min. goldbraun backen. 10 Min. abkühlen lassen. Aus der Form lösen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Den Puderzucker mit Zitronensaft und wenig Wasser zu einem zähflüssigen Guss verrühren. Auf dem Kuchen verteilen, mit Nüssen bestreuen. Wir wünschen Ihnen eine guten Appetit!

Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 14/2024 Name:
97837 Erlenbach/ Tiefenthal, Kreuzstr. 19 a Kundennr:
Tel.: 09391 / 5000 335 Fax: 09391 / 5000 336 Tel.:
Internet: www.gras-huepfer.de, DE-ÖKO-037 Lieferwoche:

Das gesamte Angebot an Gemüse, Salat und Obst stammt aus kontrolliert biologischem Anbau.

Von Montag den 01.04.2024 bis Freitag, den 05.04.2024 KW 14 ist voraussichtlich in Ihrem Korb

Gemischt:	S M L XL O O O O	Salat der Woche, Möhren, Zucchini, Kohlrabi, Lauch, Kartoffeln Laura (M,L,XL) Äpfel der Woche, Bananen, Birnen, Mandarinen kernarm(L,XL)
Gemüse/Salat:	S M L XL O O O O	Salat der Woche, Möhren, Zucchini, Kohlrabi, Lauch, Wirsing Kartoffeln Laura (M,L,XL), Kresse (M,L), Gurken Mini (L), Chinakohl (XL)
Mild:	S M L XL O O O O	Salat der Woche, Möhren, Zucchini, Kohlrabi, Lauch, Kartoffeln Laura (M,L,XL) Äpfel der Woche, Bananen, Birnen, Mandarinen kernarm(L,XL)
Regionaler Korb:	S M L XL O O O O	Salat Chicorée, Möhren, Kartoffeln Agria, Grünkohl, Topinambur (M,L,XL), Bärlauch (L,XL) Äpfel Topaz
Obst:	S M L XL O O O O	Bananen, Äpfel, Birnen, Mandarinen, Orangen, Kiwi, Limetten, Trauben blau/rot kernlos
Büro Körbe	S M L XL O O O O	nur mit Obst: Bananen, Äpfel, Birnen, Mandarinen, Kiwi mit Rohkost: Bananen, Äpfel, Birnen, Mandarinen, Kiwi, Mini Gurke, Radieschen, Kohlrabi
Probekorb:	S M L XL O O O O	Salat der Woche, Möhren, Zucchini, Kohlrabi, Lauch, Kartoffeln Laura, Äpfel der Woche, Bananen, Birnen, Mandarinen kernarm

Änderungswünsche / zusätzliche Bestellu		€/Einheit
	Gemüse	
……St	Auberginen, ES	6,79 / kg
……kg	Bataten / Süßkartoffeln, ES	5,19 / kg
……St	Blaukraut, DE	4,99 / kg
……kg	Blumenkohl, FR	4,79 / kg
……kg	Broccoli, IT	5,59 / kg
…. 250 g	Cherrytomaten, NL	4,00 / 250 g
.....100 g	Chili Peperoni, ES	3,29 / 100 g
……St	Chinakohl, ES	6,79 / kg
……St	Fenchel, IT	4,49 / kg
……kg	Gurken Minigurken, ES	8,19 / kg
……kg	Grünkohl, DE	8,99 / kg
….100 g	Ingwer, Ch/Pe	1,53 / 100 g
……kg	Knoblauch, AT	2,25 / 100 g
……kg	Knollensellerie, DE	4,49 / kg
……St	Kohlrabi, ES	2,19 / St
……kg	Lauch, DE	6,29 / kg
……kg	Mangold, IT	7,89 / kg
....Stange	Meerrettich, AT	17,99 / kg
……kg	Möhren, DE	3,19 / kg
……kg	Möhren violett/rot, DE	5,19 / kg
……St	Pak Choi, I, NL	3,99 / St.
……kg	Paprika gelb, ES	10,79 / kg
……kg	Paprika grün, ES	8,99 / kg
……kg	Paprika rot, ES	10,15 / kg
……kg	Paprika Spitz. rot, ES	13,49 / kg
……kg	Pastinaken, DE	6,29 / kg
..... Bund	Radieschen, IT	2,90 / Bund
..... Bund	Radieschen "Eiszapfen", IT	2,90 / Bund
…… St	Rettich schwarz, EG	4,99 / kg
……kg	Rote Bete, DE	3,79 / kg
……St	Salat Batavia, IT	2,79 / St
.....100 g	Salat Chiccoree, DE/NL	1,32 /100 g
……St	Salat der Woche, IT	2,79 / St
……St	Salat Eisberg, IT	3,99 / St
……St	Salat Eichblatt, IT	2,79 / St
……St	Salat Endivien, IT	3,99 / St
.....100 g	Salat Feldsalat, DE	3,50 / 100g
.....100 g	Salat Mix, IT	2,80 / 100g
……. St	Salat Radicchio, IT	6,79 / kg
.....100 g	Salat Rucola, IT	2,99 / 100 g
……St	Schlangengurke, ES	2,19 / St
……kg	Schwarzkohl, IT	10,99 / kg
……kg	Spargel weiß, GR	29,99 / kg
……kg	Spinat, FR	12,29 / kg
……kg	Spitzkraut, ES	6,29 / kg
……St	Stangensellerie, IT	2,99 / St
……kg	Tomaten, ES/IT	5,59 / kg
……kg	Topinambur, DE	6,29 / kg
……St	Weißkraut, DE	4,49 / kg
……St	Wirsing, DE	6,29 / kg
……kg	Wurzelpetersilie, DE	11,29 / kg
……kg	Zucchini, IT	4,49 / kg
……St	Zuckermais, vakuum, DE	5,39 / 400 g

Bestellmenge:		€ /Einheit
	Obst	
……St	Ananas, CR/Togo	4,49 / St
……St	Apfel 3 kg Vorratstüte….....	15,99 / 3 kg
……kg	Äpfel der Woche, DE	5,49 / kg
……kg	Äpfel Crimson Chrisp, DE	5,49 / kg
……kg	Äpfel Elstar, DE	5,49 / kg
……kg	Äpfel Gala, DE	5,49 / kg
……kg	Äpfel Jongold, DE	5,49 / kg
……kg	Äpfel Pinova, DE	5,49 / kg
……kg	Äpfel Topaz, DE	5,49 / kg
……kg	Apfelbrei-Äpfel (Äpfel mit Fehlern)	2,49 / kg
……St	Avocado, MA/ES/MX	2,99 /St
……kg	Bananen, EC / PE / DO	3,39 / kg
……kg	Birnen, NL	5,89 / kg
……St	Datteln, große Früchte, IL	6,30 / 200 g
……St	Granatapfel TR	3,59 / St
……St	Grapefruit, GR	2,99 / St
……St	Kiwi grün, IT/Gr	0,99 / St
……St	Limetten, BR	8,99 / kg
……St	Mandarinen, MA	5,99 / St
……St	Mango, PE	4,99 / St
……kg	Orangen, ES	4,49 / kg
…. ...3 kg	Orangen Vorratstüte, ES	13,17 / 3 kg
…. ... kg	Trauben blau,rot kernlos, ZA	13,49 / kg
……kg	Blutorangen, ES	4,49 / kg
…. ...3 kg	Blutorangen Vorratstüte, ES	13,17 / 3 kg
……. kg	Zitronen, IT/ES	4,99 / kg
	Zwiebeln	
……kg	Schalotten, FR	7,89 / kg
……kg	Zwiebeln gelb, DE	3,99 / kg
.....Bund	Zwiebeln im Bund, IT	3,49 / Bund
……kg	Zwiebeln rot, DE	5,99 / kg
……kg	Zwiebeln Gemüsezwiebel, ES	4,49 / kg
	Sprossen / Kräuter	
.....Schale	Kresse, Regio	1,10 / Schale
.....Bund	Petersilie, DE	2,69 / Bund
.....100 g	Bärlauch, DE	4,50 / 100 g
	Nüsse	
.....Beutel	Erdnüsse mit Schale, EG	4,99 / 330 g
.....200 g	Walnüsse lose, FR	3,20 / 200 g
	Kartoffeln	
……kg	Kartoffeln Agria (vfk), Regio	3,59 / kg
……kg	Kartoffeln Nicola (fk), Regio	3,59 / kg
……kg	Kartoffeln Laura, (vfk), Regio	3,59 / kg
……kg	Kartoffeln mehlig, Regio	3,59 / kg
	Pilze	
.....200 g	Austernpilze, Regio	4,00 / 200 g
.....200 g	Champignons, Regio	3,40 / 200 g
.....150 g	Kräuterseitlinge, DE	4,95 / 150 g
.....100 g	Shiitake-Pilze, DE	3,40 / 100 g

Hier handelt es sich um Frischware, deshalb sind die Preise freibleibend!

Backwaren im März 2024

(DE-ÖKO-037)

Backwaren von der Vollkornbäckerei Köhler, Würzburg

Tägliche frisch gebacken!

Vollkornbrote

.....	1003	Bauernlaib	1000 g	4,95 €
.....	1030	Dinkelbrot	750 g	5,30 €
.....	1034	Dinkel Chiabrot	500 g	4,50 €
.....	1006	Emmerbrot	750 g	5,20 €
.....	1023	Emmer Dinkelbrot	500 g	4,20 €
.....	1001	Frankenlaib	1000 g	4,95 €
.....	1002	Frankenlaible	500 g	2,90 €
.....	1035	Hafer Dinkelbrot	750 g	5,20 €
.....	1012	Roggenbrot	750 g	4,50 €
.....	1020	Urgetreidebrot, w eizenfrei	750 g	4,75 €

Helle Brote

.....	1157	Dinkel Baguette hell	250 g	3,00 €
.....	1087	Dinkel Ruchmehlbrot	500 g	4,50 €
.....	1058	Fitness Brot	750 g	5,30 €
.....	1191	Fränkisches Baguette m. Sauerteig	350 g	3,00 €
.....	1075	Rhöner Landbrot	3000 g	13,50 €
.....	1072	Walnussbrot	750 g	5,80 €
.....	1089	Wurzelbrot	350 g	3,20 €

Vollkornbrötchen

.....	1145	Burger Buns	1 Stück	1,10 €
.....	1120	Dinkel Vollkornbrötchen	1 Stück	1,05 €
.....	1100	Fränkis	1 Stück	1,10 €
.....	1124	Mehrkornbrötchen	1 Stück	1,05 €
.....	1109	Weizenvollkornbrötchen	1 Stück	0,90 €

Helle Brötchen

.....	1167	Dinkel ChiaBatta Brötchen	1 Stück	1,05 €
.....	1170	Dinkel Seelen	1 Stück	1,40 €
.....	1177	Dinkel Rosmarin Seelen	1 Stück	1,60 €
.....	1178	Dinkel Oliven Seelen	1 Stück	1,95 €
.....	1198	Dinkel Ecken	1 Stück	1,30 €
.....	1150	Kipf	1 Stück	0,55 €
.....	1190	Pitabrötchen	1 Stück	0,85 €
.....	1151	Rosenbrötchen	1 Stück	0,55 €

Pikantes

.....	1094	Focaccia mini, Fladenbrot	1 Stück	1,40 €
.....	1442	Käsestange mit Mohn	1 Stück	2,20 €
.....	1160	Laugenstange, vegan,	1 Stück	1,30 €
.....	1161	Laugenbrezel, vegan,	1 Stück	1,30 €
.....	1163	Laugenknopf	1 Stück	1,30 €
.....	1446	Paprikastange	1 Stück	2,20 €
.....	1444	Spinatstange-Feta-Stange	1 Stück	2,20 €
.....	1195	Vinschgauer	1 Stück	1,10 €
.....	1411	Zw iebelstange	1 Stück	2,20 €

Ostergebäck

....	1702	Dinkel Hefehäschen, Köhler	1 Stück	2,00 €
....	1710	Dinkel Osterhasi- vegan, Köhler	1 Stück	2,00 €
....	1711	Dinkel SchokoEi -vegan-, Köhler	1 Stück	3,20 €
....	1704	Dinkel Osterbrötchen, Köhler	1 Stück	1,85 €
....	1705	Dinkel Osterbrot, 400 g, Köhler	1 Stück	6,20 €

Gebäck

....	1248	Apfel Streusel Plunder	1 Stück	2,40 €
.....	1238	Crossaint vegan	1 Stück	1,95 €
.....	1230	Dinkel Quarktasche	1 Stück	2,40 €
.....	1201	Dinkel Vollkorncoissant	1 Stück	2,20 €
....	1225	Franzbrötchen	1 Stück	2,20 €
.....	1241	Hörnchen	1 Stück	1,65 €

Kuchen

....	1374	Buchw eizenkuchen (glutenfrei)	1 Stück	3,20 €
.....	1300	Gedeckter Apfelkuchen -vegan-	1 Stück	2,95 €
.....	1342	Himbeerkuchen -vegan-	1 Stück	3,40 €
....	1311	Käsetorte	1 Stück	3,20 €
....	1316	Mohn Streusel Kuchen -vegan-	1 Stück	2,95 €
....	1372	Möhrenkuchen	1 Stück	3,20 €
....	1270	Nussschnitte	1 Stück	3,20 €
....	1345	Walnuss Brow nie	1 Stück	2,80 €
....	1367	Wilde Hilde	1 Stück	3,20 €

Dauergebäck

....	1251	Flammendes Herz	1 Stück	3,30 €
.....	1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig	1 Stück	2,80 €
.....	1271	Kapuziner, Dauergebäck mit Haselnüsse	1 Stück	3,00 €
....	1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	3,20 €

Die Zutaten aller Backwaren erfahren Sie in unserem Internet-Shop oder auf Anfrage.

Aktuelles Käseangebot im März 2024

Alle Käsesorten werden nach biologischen Richtlinien hergestellt. (DE-ÖKO-037)

Käsesorten die wir für Sie schneiden **Mindestabnahmemenge 200 g je Käselieferung**

166419	Allgäuer Tilsiter, mind. 50 % Fett		ÖMA	2,29 € / 100 g
128722	Bergkäse, 50 % Fett, laktosefrei		Walchsee	1,99 € / 100 g
129126	Bärlauch Rebell, 70 Tage gereift -lactosefrei-		Käserebellen	2,59 € / 100 g
127607	Comté Extra A.O.C, laktosefrei		Frankreich	3,39 € / 100 g
126336	Emmentaler, laktosefrei		Pötzelsberger	2,39 € / 100 g
121228	Gouda jung, 3 Wochen gereift		dennree	1,49 € / 100 g
163495	Hooidammer Supreme, Schnittkäse, 50 % Fett		Baldauf	2,59 € / 100 g
162156	Pfefferecke, mind. 45 %		Gläserne Mokerei	2,29 € / 100 g
117628	Le Brie mit Walnüssen		ÖMA	2,29 € / 100 g
119801	Nordseekäse, 48 % Fett		Dänemark	2,69 € / 100 g
163664	Nordsee Käse geräuchert		Dänemark	2,99 € / 100 g
123783	Schwäbischer Rahmkäse, laktosefrei		Geifertshofen	2,99 € / 100 g
124637	Weißbierkäse		Söbbeke	2,79 € / 100 g
121869	Frühlingskäse, 4 Wochen gereift, lactosefrei, mind. 50 %		Aurora	2,39 € / 100 g
Ziege und Schaf				
131433	Ziegencamembert, 50 % Fett, 100 g Stück		Andechser	2,99 € / Packung
152436	Ziegenkäse, 10 Monate gereift, mind. 50%		Hooidammer	3,39 € / 100 g
Abgepackte Käse				
161346	Brat & Grillkäse, original griechischer Art	bio verde	150 g	4,39 € / Stück
122343	Gouda jung, ca. 250 g Stück, 48 % vakuumiert	Aurora	ca. 250 g	2,09 € / Stück
122354	Gouda mittelalt, ca. 250 g Stück, 50 % Fett vakuumiert	Aurora	ca. 250 g	2,19 € / 100 g
121083	Gorgonzola 53 % Fett	Arrigoni	200 g Schale	4,49 € / Schale
119608	Hausmacher Bauernhandkäse,1,8 % Fett	Birkenstock	200 g	3,29 € / Stück
164125	Mozzarella, 45% Fett	dennree	125 g	1,19 € / Stück
114546	Mozzarella Mini, 150 gr Beutel , NL 50%	Züger	150 g Beutel	1,99 € / Beutel
129543	Manouri Käse aus Schaf- und Ziegenmolke	bio verde	150 g	3,79 € / Beutel
145697	Parmigiano Reggiano, 24 Monate gereift - laktosefrei -	Montanari & Gruzza	200 g	6,99 € / Packung
Scheibenkäse, abgepackt				
130241	Bioländer in Scheiben, 45 % Fett	Andechser	150 g	3,19 € / Packung
122602	Bergblumenkäse in Scheiben	Andechser	125 g	3,39 € / Packung
191204	Bockshornklee-Käse in Scheiben, 45 % Fett	dennree	125 g	2,59 € / Packung
191171	Kräuter Käse aus Weidemilch in Scheiben, 50 % Fett,	dennree	125 g	2,59 € / Packung
191158	Cheddar,- laktosefrei -	dennree	125 g	2,59 € / Packung
121037	Feuerkäse in Scheiben, 50%Fett	dennree	150 g	3,69 € / Packung
145934	Toast & Burger Schmelzkäsescheiben	bio verde	150 g	2,69 € / Packung
184252	Ziegenbergkäse in Scheiben	Andechser	100 g	3,69 € / Packung
Brie - Camembert				
117112	Back Camembert, 45 % Fett	ÖMA	100 g	2,99 € / Stück
165137	Bio Blu, Weichkäse, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g	3,79 /Stück
120058	Brie, Demeter, 50 % Fett	Bergpracht	100 g	1,59 € / Stück
118023	Camembert mit Nuß, 48%F.i.Tr. ca.180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,69 € / 100 g !
118012	Camembert mit Pfeffer, mind. 48% ca. 180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,69 € / 100 g
117022	Camembert, 55 %	Andechser	100 g	2,19 € / Packung
167117	Coburger Bio Bianco, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g	3,99 € / Stück
167128	Coburger Bio Rosso, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g	3,99 € / Stück
Frischkäse				
161673	Feta-Creme Fanti das Schaf	Jakobsberger	135 g Glas	4,49 €
114941	Frischkäse Kräuter	Andechser	175 g	2,19 €
114939	Frischkäse Natur	Andechser	175 g	2,19 €
116223	Frischcreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhorn	150 g	2,09 €
116267	Frischcreme Toscana, 25 % Fett	Weißenhorner	125 g	2,09 €
118629	Hüttenkäse mind. 20%	Züger	200g Becher	1,79 €
125829	Mascarpone, laktosefrei	Züger	250 g Becher	3,79 €
163451	WildeWeideKuh Curry & Dattel, Frischkäse im 140 g Glas	Jakobsberger	140 g Glas	3,69 €
120723	Frischkäse Kurt das Schaf, aus reiner Schafmilch (Knoblauch & Kräuter)		135 g Glas	4,49 €
131218	Ziegenfrischkäse in Kräuter-Marinade mit rosa Pfeffer	bio verde	100 g	2,69 €
157274	Ziegenfrischkäse 65 %	Andechser	150g Becher	2,99 €