



! ACHTUNG - Feiertag 1. MAI & Feiertag CHRISTI HIMMELFAHRT!

Liefertagsverschiebungen und Bestellschlussänderungen!

In der Kalenderwoche 18 und 19 beliefern wir Dienstags- und Mittwochskunden einen Tag **früher** als gewohnt.

Bitte beachten Sie auch die **geänderten Bestellfristen!**

Für Dienstagskunden ist der Bestellschluss für die KW 18 am bereits **am Freitag 26.04. um 12:00 Uhr** und für die KW 19 **am Freitag 03.05. um 12:00 Uhr**

Für Mittwochskunden ist der Bestellschluss für die KW 18 am Montag 29.04. um 6:00 Uhr. (unverändert) für die KW 19 am Montag 06.05. um 6:00 Uhr. (unverändert)



Dinkelmügli Beerenzart von Bauck Hof

Ohne Weizen, mit extra zarten Dinkelflocken.
Ideal zum Frühstück mit Milch, Saft oder Quark oder zum Backen von Brot, Brötchen, Keksen, Müzliriegeln u.a.,
Best.Nr. 440752 425 g / 3,99 €



Dinkelmügli Schokozart von Bauck Hof

Ohne Weizen, mit extra zarten Dinkelflocken
Ideal zum Frühstück mit Milch, Saft, Joghurt oder Quark und zum Backen von Brot, Brötchen, Keksen und Müzliriegeln.
Best.Nr. 440921 425 g / 4,19 €



Cooler Lollies Fruchtiger Mix von Fredos

Der Wassereisklassiker in Bio-Qualität: Einfach einfrieren – fertig! Mit Bio-Fruchtsaftkonzentraten, echt lecker und natürlich gut. In den Sorten: Kirsche + Orange+ Pfirsich-Maracuja+ Waldfrüchte
Best.Nr. 655626 1 Packung mit 10 Stück / 2,99 €



Seitan mariniert von dennree

Der dennree Seitan wird aus Bio-Weizen hergestellt und mit Sojasauce und Ingwer mariniert. Er eignet sich bestens für die warme vegetarische Küche, z.B. zum Braten sowie zur Verfeinerung von Pasta-, Reis- und Gemüsegerichten. Genießen Sie den mild-würzigen Geschmack.
Best.Nr. 174699 200 g / 3,10 €



Landlust Mai / Juni 2024
Best.Nr. 123523 1 Stück / 5,20 €



Köstlich VEGETARISCH
Mai/Juni 2024
Best.Nr. 111856 1 Stück / 6,50 €



Virginia Steak von Wheaty

Fleisch ohne Fleisch: Bunte Gewürz-Optik, saftig-faseriger Biss und wunderbarer Geschmack.
Das ist ein herzhaft würziges, pflanzliches Steak.
In der Pfanne kurz anbraten oder kurz von beiden Seiten auf den Grill. Zum Sommer-Grillen an leichten Salaten oder an herzhaften Beilagen und einer kräftigen Soße - ein Traum.
Best.Nr. 173226 175 g / 4,39 €

Gebackene Aubergintaler mit Ziegenkäse

Zutaten für 4 Portionen:
400 g Aubergine
Salz
2 Eier
Pfeffer
1 EL Rosmarinnadeln
1 EL Thymianblättchen
200 g Semmelbrösel
4,5 EL Mehl
12 EL Olivenöl
1 Zitrone
1 Knoblauchzehe
2 Handvoll Petersilienblättchen
0,5 TL Chilischote fein gehackt, nach Belieben
200 g Ziegenfrischkäse

Zubereitung:

Die Aubergine waschen, Strunk entfernen und die Frucht in ca. 1,5 cm breite Scheiben schneiden. Die Scheiben von beiden Seiten leicht salzen und nebeneinander auf Küchenpapier setzen, 10 Minuten ziehen lassen, dann trocken tupfen.
Für die Panade Eier mit etwas Pfeffer in einer Schüssel verquirlen. Rosmarinnadeln und Thymianblättchen fein hacken und mit den Semmelbröseln mischen. Auberginenscheiben zuerst in Mehl, dann im verquirlten Ei und anschließend in den Semmelbröseln wenden. Die Hälfte des Olivenöls in einer breiten Pfanne erhitzen, darin die Hälfte der Taler von beiden Seiten bei mittlerer Temperatur goldbraun ausbacken, Anschließend zum Entfetten auf Küchenpapier setzen und warmhalten. Mit der zweiten Hälfte des Olivenöls und der Taler auf die gleiche Weise verfahren.
Die Zitrone heiß abwaschen und trocken reiben. Schale fein abreiben, dann die Zitrone in Spalten schneiden. Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Petersilie fein hacken und mit Knoblauch und Zitronenabrieb mischen. Nach Belieben fein gehackte Chilischote unterheben. Die gebackenen Auberginen mit dem Ziegenfrischkäse auf einer Platte oder auf Tellern anrichten und mit Gremolata bestreuen. Dazu die Zitronenspalten servieren.
Tipp:
Auberginen in doppelter Menge braten und am nächsten Tag in einem Sandwich mit Salat, frischen Tomaten und Kresse auf den Tisch bringen.
Wir wünschen Ihnen eine guten Appetit!

Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 18/2024
 97837 Erlenbach/ Tiefenthal, Kreuzstr. 19 a
 Tel.: 09391 / 5000 335 Fax: 09391 / 5000 336
 Internet: w w w .gras-huepfer.de, DE-OKO-037

Name:
 Kundennr:
 Tel.:
 Lieferwo che:



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

Von Montag den 29.04.2024 bis Freitag, den 03.05.2024 KW 18 ist voraussichtlich in Ihrem Korb

Gemischt:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren Frühmöhren, Radieschen Regional, Schlangengurke Regional, Kräuterseitlinge (M,L,XL)
	O O O O	Zucchini (L,XL), Spinat (XL), Äpfel der Woche, Bananen, Birnen
Gemüse/Salat:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren Frühmöhren, Radieschen Regional, Schlangengurke Regional, Zucchini, Spinat,
	O O O O	Blumenkohl (M,L,XL), Lauch (L,XL), Kartoffel Laura (XL)
Mild:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren Frühmöhren, Radieschen Regional, Schlangengurke Regional, Zucchini (M,L,XL)
	O O O O	Kräuterseitlinge (L,XL), Spinat (XL), Äpfel der Woche, Bananen, Birnen
Regionaler Korb:	S M L XL	Salat Regional, Möhren violett, Radieschen Regional, Kartoffeln Laura, Lauch, Schlangengurke Regional, Pastinaken
	O O O O	(M,L,XL), Radieschen Regional (L), Rettich Lila (XL), Äpfel Crimson Crip
Obst:	S M L XL	Apfel, Bananen, Birnen, Kiwi, Orangen, Trauben blau kernlos (M,L,XL),
	O O O O	Trauben weiß kernlos (L, XL)
Büro Körbe	S M L XL	nur mit Obst: Bananen, Äpfel, Birnen, Orangen, Trauben blau, weiß kernlos,
	O O O O	mit Rohkost: Bananen, Äpfel, Birnen, Trauben blau, weiß kernlos, Schlangengurke, Rettich weiß, Möhren
Probekorb:		Salat der Woche, Frühmöhren, Radieschen Regional, Schlangengurke Regional, Fenchel, Zucchini, Spinat, Äpfel der Woche, Bananen, Birnen, Trauben blau kernlos

Änderungswünsche / zusätzliche Bestellung	€/Einheit	Bestellmenge:	€/Einheit
Gemüse		Obst	
.....St Auberginen, ES	6,79 / kgSt Ananas, CR/Togo	4,79 / St
.....kg Bataten / Süßkartoffeln, ES	6,29 / kgSt Apfel 3 kg Vorratstüte.....	15,99 / 3 kg
.....St Blaukraut, DE	5,19 / kgkg Apfel der Woche, DE	5,49 / kg
.....kg Blumenkohl, IT	5,39 / kgkg Apfel Crimson Chrisp, DE	5,49 / kg
.....kg Broccoli, IT	6,69 / kgkg Apfel Elstar, DE	5,49 / kg
.... 250 g Cherrytomaten, NL	4,00 / 250 gkg Apfel Gala, DE	5,49 / kg
.....100 g Chili Peperoni, ES	3,29 / 100 gkg Apfel Jongold, DE	5,49 / kg
.....St Chinakohl, ES	6,79 / kgkg Apfel Pinova, DE	5,49 / kg
.....St Fenchel, IT	4,49 / kgkg Apfel Topaz, DE	5,49 / kg
.....kg Fleischtomaten, GR	7,89 / St.kg Apfelmix-Äpfel (Äpfel mit Fehlern)	2,49 / kg
.....kg Gurken Minigurken, ES	8,19 / kgSt Avocado, MA/ES/MX	2,89 / St
.....kg Grünkohl, DE	8,99 / kgkg Bananen, EC / PE / DO	3,12 / kg
....100 g Ingwer, Ch/Pe	1,79 / 100 gkg Birnen, AG	6,29 / kg
.....kg Knoblauch, AT	2,25 / 100 gSt Datteln, große Früchte, IL	6,30 / 200 g
.....kg Knollensellerie, DE	4,49 / kgkg Datteln deglet Nour, TN	3,60 / 250 g
.....St Kohlrabi, IT	1,89 / StSt Grapefruit, ES	2,19 / St
.....kg Kurkuma, PE	1,79 / 100 gSt Kiwi grün, IT/Gr	0,99 / St
.....kg Lauch, DE	6,29 / kgSt Limetten, BR	8,99 / kg
.....kg Mangold, IT	7,89 / kgSt Mandarinen, MA	5,99 / St
....Stange Meerrettich, AT	17,99 / kgSt Mango, PE	4,99 / St
.....kg Möhren, Frühmöhren, IT	3,19 / kgkg Orangen, ES	4,49 / kg
.....kg Möhren violett/rot, DE	5,19 / kg 3 kg Orangen Vorratstüte, ES	13,17 / 3 kg
.....St Pak Choi, I, NL	3,99 / St. kg Trauben blau,rot kernlos, ZA	15,59 / kg
.....kg Paprika gelb, ES	11,29 / kg kg Trauben weiß, kernlos, ZA	15,59 / kg
.....kg Paprika grün, ES	9,59 / kgkg Blutorangen, ES	4,49 / kg
.....kg Paprika rot, ES	8,39 / kg 3 kg Blutorangen Vorratstüte, ES	13,17 / 3 kg
.....kg Paprika Spitz. rot, ES	14,59 / kgkg Zitronen, IT/ES	4,99 / kg
.....kg Rhabarber, DE	11,19 / kg		
.....kg Pastinaken, DE	6,29 / kg	Zwiebeln	
.....Bund Radieschen, IT	2,90 / Bundkg Schalotten, FR	7,89 / kg
.....Bund Radieschen Regional, DE	3,39 / Bundkg Zwiebeln gelb, DE	3,99 / kg
.....St Rettich lila, DE	5,39 / kgBund Zwiebeln im Bund, IT	3,39 / Bund
.....St Rettich weiß, IT	4,49 / kgkg Zwiebeln rot, FR	6,79 / kg
.....Bund Rote Bete im Bund, IT	4,49 / Stkg Zwiebeln Gemüsezwiebel, ES	4,49 / kg
.....St Salat Batavia, IT	2,89 / St		
.....100 g Salat Chicoree, DE/NL	1,32 / 100 g	Sprossen / Kräuter	
.....St Salat der Woche, IT	2,89 / StSchale Kresse, Regio	1,10 / Schale
.....St Salat Eisberg, IT	3,99 / StBund Petersilie, DE	2,69 / Bund
.....St Salat Eichblatt, IT	2,89 / St100 g Bärlauch, DE	4,50 / 100 g
.....St Salat Endivien, IT	3,99 / StTopf Basilikum im Topf, DE	2,99 / Topf
.....100 g Salat Feldsalat, IT	2,80 / 100gTopf Petersilie im Topf, DE	3,59 / Topf
.....100 g Salat Mix, IT	2,80 / 100gTopf Schnittlauch im Topf, DE	3,99 / Topf
.....St Salat Radicchio, IT	7,89 / kg		
.....St Salat Regional, DE	3,39 / St.	Nüsse	
.....100 g Salat Rucola, DE	2,80 / 100 gBeutel Erdnüsse mit Schale, EG	4,99 / 330 g
.....St Schlangengurke, ES	2,19 / St200 g Walnüsse lose, FR	3,20 / 200 g
.....St Schlangengurke, DE	2,99 / St		
.....kg Schwarzkohl, IT	10,99 / kg	Kartoffeln	
.....kg Spargel grün, GR	15,00 / kgkg Kartoffeln Agria (vfk), Regio	3,59 / kg
.....kg Spargel weiß, DE	29,00 / kgkg Kartoffeln Nicola (fk), Regio	3,59 / kg
.....kg Spinat, FR	12,29 / kgkg Kartoffeln Laura, (vfk), Regio	3,59 / kg
.....kg Spitzkraut, ES	6,29 / kgkg Kartoffeln mehlig, Regio	3,59 / kg
.....St Stangensellerie, IT	2,90 / St		
.....kg Tomaten, ES/IT	6,29 / kg	Pilze	
.....kg Topinambur, DE	6,29 / kg200 g Austernpilze, Regio	4,00 / 200 g
.....St Weißkraut, DE	4,99 / kg200 g Champignons, Regio	3,40 / 200 g
.....St Wirsing, DE	6,29 / kg150 g Kräuterseitlinge, DE	4,95 / 150 g
.....kg Wurzelpetersilie, DE	11,29 / kg100 g Shiitake-Pilze, DE	3,40 / 100 g
.....kg Zucchini, IT	4,99 / kg		
.....St Zuckermais, vakuum, DE	5,39 / 400 g		

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

Backwaren im April 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 Ruchmehlbro	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

....	1095	Bärlauch Ficelle	1 Stück	2,60 €
....	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 €

Gebäck

....	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 €
....	1231	Rhabarber Quark Plunder	1 Stück	2,40 €

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	Nusschnitte	1 Stück	3,20 €
....	1337	Rhabarberkuchen -vegan-	1 Stück	3,00 €
....	1345	Walnuss Brownie	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 April 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-	Käserellen	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	Hoodammer Supreme, Schnittkäse, 50 % Fett	Baldauf	2,59 € / 100 g	
162156	Pfefferecke, mind. 45 %	Gläserne Mokerei	2,39 € / 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	Söbbecke	2,79 € / 100 g	
121869	Frühlingskäse, 4 Wochen gereift, lactosefrei, mind. 50 %	Aurora	2,39 € / 100 g	
<u>Ziege und Schaf</u>				
131433	Ziegencamembert, 50 % Fett, 100 g Stück	Andechser	2,99 € / Packung	
152436	Ziegenkäse, 10 Monate gereift, mind. 50%	Hoodammer	3,39 € / 100 g	
<u>Abgepackte Käse</u>				
161346	Brat & Grillkäse, original griechischer Art	bio verde	150 g	4,89 € / 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	3,99 € / Beutel
145697	Parmigiano Reggiano, 24 Monate gereift - laktosefrei -	Montanari & Gruzza	200 g	6,99 € / Packung
<u>Scheibenkäse, abgepackt</u>				
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	2,89 € / Packung
184252	Ziegenbergkäse in Scheiben	Andechser	100 g	3,69 € / Packung
<u>Brie - Camembert</u>				
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
<u>Frischkäse</u>				
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	Weißenhorn	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	2,79 €
157274	Ziegenfrischkäse 65 %	Andechser	150g Becher	2,99 €