



Sommerkäse, 4 Wochen gereift

Zutaten: Pasteurisierte Kuhmilch*, Meersalz, Milchsäurekultur, Mikrobielles Lab (vegetarisch), Ringelblumenblüten, Knoblauchpulver*, Zwiebel*, Schnittlauch*, Dill*, Petersilie*, Zitronenschalenstücke*

*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung
Best.Nr. 121656 1 kg / 23,90 €



Lupresso, Espresso aus Lupinen aus der Region!

Seit 1994 gibt es diesen Lupino vom Bioland-Hof Fritz Klein aus Wertheim-Sachsenhausen. Damit war er der erste Lupinenkaffee, der überhaupt auf dem deutschen Markt erschien (seit 1918).

Aktionspreis!
Best.Nr. 540004 **bisher 5,99 € jetzt 4,99 € / 250 g**



Johannisbrotkernmehl, 100 g

Ideal für Süßspeisen sowie Suppen und Saucen – es ist geschmacksneutral und sehr ergiebig.

Aktionspreis!
bisher 9,09 € jetzt 5,99 € * / 100 g



Platterbse - die deutsche Kichererbse aus der Region!

Dieses Superfood ist super...vegan und nah und bio sowieso. Erstmals vorneweg zu jeder gesunden Ernährung gehört auch Eiweiß dazu, dieses sollte eine hohe Wertigkeit haben, damit viel von den Aminosäuren verwertet werden kann und nur wenig die Niere belastet. Die weiße Süßlupine ist in Ihrer Zusammensetzung hier ideal geeignet, außerdem enthält sie noch viele Mineralstoffe und Vitamine, aber ganz klar eine ausgewogene Ernährung bei der auch Obst und Gemüse nicht zu kurz kommen darf, sollte für jeden selbstverständlich sein.

Aktionspreis!
bisher 3,69 € jetzt 3,29 € * / 250 g Glas



Knuspy Kids Reis Kakao, vegan

Luftige Kakao-Knusperbällchen aus Reis. Auch ideal zum Mischen mit anderen Müslis.

Best.Nr. 440458 **Aktionspreis!**
bisher 3,39 € jetzt 2,99 € * / 250 g

Mandelmehl, Govinda, 200 gr Dose -glutenfrei-

Besonders fein gemahlene, stark entölte Mandeln. Geeignet für die Herstellung von Proteinshakes, Smoothies oder feine Backwaren, ebenso als Zusatz zu Müsli und Desserts. Aufgrund des geringen Anteils an Kohlenhydraten ist das Mandelmehl für eine Low Carb Ernährung geeignet.

Best.Nr. 524992 **Aktionspreis!**
bisher 11,49 € jetzt 8,99 € * / 200 g



Steak & Chicken Rub Gewürzubereitung

Nachhaltig würzen - Gutes tun

Zutaten: Gewürze (Pfeffer*, Paprika rot*, Chili*, Paprika grün*, Koriander*, Zwiebel*, Petersilie*, Senf*, Bohnenkraut*, Thymian*, Oregano*), Meersalz

*aus kontrolliert ökologischer Erzeugung
Best.Nr. 504652 **Aktionspreis!**
bisher 4,99 € jetzt 4,49 € / 50 g

Erdnussflips

Die dennree Erdnussflips sind ein luftig-krosser Knabbersnack. Sie werden aus feinem Maisgrieß, frisch gemahlene Erdnüssen und Sonnenblumenöl hergestellt, mit Steinsalz verfeinert und im Ofen knusprig gebacken.

Genießen Sie den aromatischen Erdnussgeschmack.
Best.Nr. 657314 **Aktionspreis!**
bisher 2,09 € jetzt 1,89 € * / 115 g



Grillknacker, 4 Stück, vegan

Der legendäre Grillknacker ist eines der beliebtesten Tofu-Würstchen überhaupt.

Mit feiner Pfefferwürznote zum Braten und veganen Grillen.

Best.Nr. 170741 250 g / 3,79 €



Lupinen Filet, rein pflanzlich (vegan)

Knusprig braun angebraten in der Pfanne oder auf dem Grill.

Best.Nr. 173406 200 g / 3,79 €

Rhabarber-Blätterteigtaschen

Zutaten für 8Taschen:
300 g junger Rhabarber
4 EL Rohrohrzucker
2 EL Vanille-Puddingpulver
0,25 TL Vanille gemahlen
80 ml Wasser
1 Rolle Blätterteig vegan (Kühlregal)
2 EL Hafersahne oder Sojasahne
1 pr. Kurkuma
1 TL Zucker

Zubereitung:

Der junge Rhabarber muss nicht geschält werden. Direkt in ½ cm dicke Scheiben schneiden und zuckern. Das Puddingpulver und die Vanille mit kaltem Wasser mischen. Unter Rühren aufkochen. Die Rhabarberstücke zugeben, kurz aufkochen lassen und weiter rühren. Die Rhabarbermasse abkühlen lassen. Den Blätterteig in 8 Rechtecke teilen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Auf jedes Teigstück 2 EL Rhabarberfüllung geben. Rechteck zu einer Tasche zusammenklappen. Die Ränder mit einer Gabel andrücken. Mit einem scharfen Messer oben 3 tiefe Schnitte setzen. Die Hafersahne mit Kurkuma verrühren. Die Teigtaschen damit bestreichen. Mit dem restlichen Zucker bestreuen. Die Rhabarbertaschen in der Mitte des Ofens bei 200 °C Ober-/Unterhitze ca. 12–15 Minuten goldgelb backen. Auf einem Gitter abkühlen
Wir wünschen Ihnen eine guten Appetit!

Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 23/2024
 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.:
 Lieferwoche:



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

Von Montag den 03.06.2024 bis Freitag, den 07.06.2024 KW 23 ist voraussichtlich in Ihrem Korb

Gemischt:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Champignons, Schlangengurke, Zucchini, Lauch (L, XL), Tomaten (L,XL)
	O O O O	Bananen, Äpfel der Woche, Nektarinen
Gemüse/Salat:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Champignons, Schlangengurke, Zucchini, Spinat,
	O O O O	Broccoli (M,L,XL), Fenchel (L,XL), Stangensellerie (XL)
Mild:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Champignons, Schlangengurke, Zucchini, Lauch (L, XL), Tomaten (L,XL)
	O O O O	Bananen, Äpfel der Woche, Nektarinen
Regionaler Korb:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren violett, Broccoli, Mangold, Kresse in der Schale, Gurken Schlangengurken (M,L,XL)
	O O O O	Apfel Mariella, Erdbeeren (L,XL)
Obst:	S M L XL	Apfel der Woche, Bananen, Birnen, Orangen, Nektarinen, Aprikosen, Kiwi
	O O O O	Erdbeeren (L,XL)
Büro Körbe	S M L XL	nur mit Obst: Äpfel der Woche, Bananen, Birnen, Nektarinen, Aprikosen, Erdbeeren
	O O O O	mit Rohkost: Äpfel der Woche, Bananen, Birnen, Nektarinen, Aprikosen, Erdbeeren, Radieschen, Gurken Mini
Probekorb:		Salat der Woche, Möhren, Champignons, Schlangengurke, Zucchini, Tomaten
		Bananen, Äpfel der Woche, Nektarinen, Aprikosen

Änderungswünsche / zusätzliche Bestellung	€/Einheit	Bestellmenge:	€/Einheit
Gemüse		Obst	
.....St Auberginen, ES	6,79 / kgSt Ananas, CR/Togo	4,99 / St
.....kg Bataten / Süßkartoffeln, ES	6,79 / kgSt Apfel 3 kg Vorratsstüte.....	15,99 / 3 kg
.....St Blaukraut, DE	5,19 / kgkg Äpfel der Woche, DE/IT/AT	5,49 / kg
.....kg Broccoli, DE	8,59 / kgkg Apfel Braeburn, AT	5,49 / kg
....250 g Cherrytomaten, ES	3,50 / 250 gkg Apfel Gala, AT	5,49 / kg
.....kg Chinakohl, DE	7,85 / kgkg Apfel Jongold, DE	5,49 / kg
.....100 g Chili Peperoni, ES	3,29 / 100 gkg Apfel Mariella, DE	5,49 / kg
.....St Fenchel, DE	10,99 / kgkg Apfel Pinova, IT	5,49 / kg
.....kg Gurken Minigurken, DE	9,79 / kgkg Apfelbrot-Apfel (Äpfel mit Fehlern)	2,49 / kg
....100 g Ingwer, Ch/Pe	1,99 / 100 gkg Aprikosen, IT	9,49 / kg
.....kg Knoblauch, IT	2,03 / 100 gSt Avocado, MA/ES/MX	2,99 / St
.....kg Knollensellerie, DE	4,49 / kgkg Bananen, EC / PE / DO	3,29 / kg
.....St Kohlrabi, DE	2,79 / Stkg Birnen, AG	6,29 / kg
.....kg Kurkuma, PE	1,79 / 100 gSt Brombeeren, ES	4,99 / 125 g Schale
.....kg Lauch, DE	6,29 / kgSt Datteln, große Früchte, IL	6,30 / 200 g
.....kg Mangold, IT	8,99 / kgSt Datteln deglet Nour, TN	3,60 / 250 g Schale
....Stange Meerrettich, AT	17,99 / kgSt Erdbeeren, DE	5,99 / 250g Schale
.....kg Möhren, Frühmöhren, IT	3,29 / kgSt Grapefruit, ES	2,29 / St
.....kg Möhren violett/rot, DE	5,19 / kgSt Heidelbeeren, ES	5,49 / 250g Schale
.....St Pak Choi, I, NL	3,99 / St.St Himbeeren, ES	4,99 / 125 g Schale
.....kg Paprika gelb, ES	8,39 / kgSt Kiwi grün, IT/Gr	0,99 / St
.....kg Paprika grün, ES	9,59 / kgSt Kiwi gelb, ZA	1,79 / St.
.....kg Paprika rot, ES	8,39 / kgSt Kiwi rot, ZA	1,99 / St.
.....kg Paprika Spitz. rot, ES	14,59 / kgkg Limetten, BR	10,79 / kg
.....kg Rhabarber, DE	8,99 / kgkg Mango, PE	3,49 / St
.....kg Pastinaken, DE	6,79 / kgkg Nektarinen, ES	9,69 / kg
.....Bund Radieschen Regional, DE	2,90 / Bundkg Orangen, ES	4,49 / kg
.....St Rettich weiß, DE	4,89 / St.3kg Orangen Vorratsstüte, ES	13,17 / 3 kg
.....St Rote Bete, ES	4,49 / kgkg Pfirsiche, ES	9,69 / kg
.....St Salat Batavia, DE	3,19 / St100 g Pysalis	4,49 / 100 g
.....100 g Salat Chicoree, DE/NL	1,30 / 100 gkg Trauben, IT	15,79 / kg
.....St Salat der Woche, DE	3,19 / Stkg Wassermelone, ES	3,99 / kg
.....St Salat Eisberg, IT	3,59 / Stkg Zitronen, IT/ES	4,99 / kg
.....St Salat Eichblatt, DE	3,19 / St		
.....100 g Salat Feldsalat, IT	2,80 / 100g	Zwiebeln	
.....100 g Salat Mix, IT	2,80 / 100gkg Schalotten, FR	7,59 / kg
.....St Salat Radicchio, IT	8,99 / kgkg Zwiebeln gelb, NL	3,99 / kg
.....100 g Salat Rucola, DE	2,80 / 100 gBund Zwiebeln im Bund, DE	2,99 / Bund
.....St Schlangengurke, ES	2,29 / Stkg Zwiebeln rot, EG	5,39 / kg
.....St Schlangengurke, DE	2,99 / Stkg Zwiebeln Gemüsezwiebel, DE	4,49 / kg
.....kg Spargel grün, ES	17,49 / kg		
.....kg Spargel weiß, DE	21,99 / kg	Nüsse	
.....kg Spinat, DE	11,29 / kgBeutel Erdnüsse mit Schale, EG	4,99 / 330 g
.....kg Spitzkraut, ES	6,29 / kg200 g Walnüsse lose, FR	3,20 / 200 g
.....St Stangensellerie, IT	2,59 / St		
.....kg Tomaten, ES/IT	5,59 / kg	Kartoffeln	
.....kg Topinambur, DE	6,49 / kgkg Kartoffeln Agria (vfk), DE	3,59 / kg
.....St Weißkraut, DE	5,79 / kgkg Kartoffeln Nicola (fk), DE	3,59 / kg
.....St Wirsing, IT	6,29 / kgkg Kartoffeln Laura, (vfk), DE	3,59 / kg
.....kg Wurzelfetersilie, DE	11,29 / kgkg Kartoffeln mehlig, DE	3,59 / kg
.....kg Zucchini, IT	3,99 / kg		
.....St Zuckermais, vakuum, DE	5,39 / 400 g		

Sprossen / Kräuter		Pilze	
...Schale Kresse, Regional	1,10 / Schale200 g Austernpilze, DE	4,20 / 200 g
.....Bund Petersilie, DE	2,79 / Bund200 g Champignons, DE	3,60 / 200 g
.....Topf Basilikum im Topf, DE	3,19 / Topf150 g Kräuterseitlinge, DE	4,95 / 150 g
.....Topf Petersilie im Topf, DE	3,59 / Topf100 g Shiitake-Pilze, DE	3,40 / 100 g
.....Topf Schnittlauch im Topf, DE	3,99 / Topf		

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

Backwaren im Juni 2024

(DE-ÖKO-037)

Backwaren von der Vollkornbäckerei Köhler, Würzburg

Tägliche frisch gebacken!

Vollkornbrote

.....	1003	Bauernlaib	1000 g	5,20 €
.....	1030	Dinkelbrot	750 g	5,40 €
.....	1034	Dinkel Chiabrot	500 g	4,75 €
.....	1006	Emmerbrot	750 g	5,30 €
.....	1023	Emmer Dinkelbrot	500 g	4,40 €
.....	1001	Frankenlaib	1000 g	5,20 €
.....	1002	Frankenlaible	500 g	3,00 €
.....	1035	Hafer Dinkelbrot	750 g	5,35 €
.....	1012	Roggenbrot	750 g	4,80 €
.....	1020	Urgetreidebrot, w eizenfrei	750 g	5,00 €

Pikantes

.....	1185	Pomodori	1 Stück	1,95 €
.....	1094	Focaccia mini, Fladenbrot	1 Stück	1,50 €
.....	1442	Käsestange mit Mohn	1 Stück	2,30 €
....	1160	Laugenstange, vegan,	1 Stück	1,30 €
....	1161	Laugenbrezel, vegan,	1 Stück	1,30 €
....	1163	Laugenknopf	1 Stück	1,30 €
.....	1446	Paprikastange	1 Stück	2,30 €
....	1158	Pfeffer Baguette	1 Stück	2,20 €
.....	1444	Spinat-Feta-Stange	1 Stück	2,30 €
....	1195	Vinschgauer	1 Stück	1,20 €

Helle Brote

.....	1157	Dinkel Baguette hell	250 g	3,20 €
.....	1087	Dinkel Ruchmehlbrot	500 g	4,75 €
.....	1058	Fitness Brot	750 g	5,50 €
.....	1191	Fränkisches Baguette m. Sauerteig	350 g	3,20 €
.....	1075	Rhöner Landbrot	3000 g	13,95 €
.....	1072	Walnussbrot	750 g	5,95 €
.....	1089	Wurzelbrot	350 g	3,35 €

Gebäck

.....	1238	Crossaint vegan	1 Stück	2,10 €
.....	1230	Dinkel Quarktasche	1 Stück	2,50 €
.....	1201	Dinkel Vollkorncoissant	1 Stück	2,30 €
....	1225	Franzbrötchen	1 Stück	2,50 €
.....	1241	Hörnchen	1 Stück	1,75 €
....	1231	Rhabarber Quark Plunder	1 Stück	2,50 €

Vollkornbrötchen

.....	1145	Burger Buns	1 Stück	1,20 €
.....	1120	Dinkel Vollkornbrötchen	1 Stück	1,10 €
.....	1106	Dinkel Mohnbrötchen	1 Stück	1,30 €
.....	1105	Dinkel Vollkornkernchen	1 Stück	1,10 €
.....	1100	Fränkis	1 Stück	1,20 €
.....	1124	Mehrkornbrötchen	1 Stück	1,10 €

Kuchen

....	1374	Buchweizenkuchen (glutenfrei)	1 Stück	3,20 €
.....	1300	Gedeckter Apfelkuchen -vegan-	1 Stück	3,20 €
.....	1342	Himbeerkuchen -vegan-	1 Stück	3,60 €
....	1311	Käsetorte	1 Stück	3,40 €
....	1316	Mohn Streusel Kuchen -vegan-	1 Stück	3,20 €
....	1372	Möhrenkuchen	1 Stück	3,30 €
....	1270	Nusschnitte	1 Stück	3,40 €
....	1337	Rhabarberkuchen -vegan-	1 Stück	3,00 €
....	1345	Walnuss Brownie	1 Stück	2,95 €
....	1367	Wilde Hilde	1 Stück	3,20 €
....	1391	Zitronen-Mohn-Muffin -vegan	1 Stück	2,80 €



Helle Brötchen

.....	1167	Dinkel ChiaBatta Brötchen	1 Stück	1,10 €
.....	1170	Dinkel Seelen	1 Stück	1,50 €
.....	1177	Dinkel Rosmarin Seelen	1 Stück	1,70 €
.....	1178	Dinkel Oliven Seelen	1 Stück	2,20 €
.....	1198	Dinkel Ecken	1 Stück	1,40 €
.....	1150	Kipf	1 Stück	0,60 €
.....	1190	Pitabrötchen	1 Stück	0,95 €
.....	1151	Rosenbrötchen	1 Stück	0,60 €

Dauergebäck

....	1251	Flammendes Herz	1 Stück	3,50 €
.....	1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig	1 Stück	2,90 €
.....	1271	Kapuziner, Dauergebäck mit Haselnüsse	1 Stück	3,20 €
....	1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	3,40 €

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

Aktuelles Käseangebot im Juni 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	2,39 € / 100 g
128722	Bergkäse, 50 % Fett, laktosefrei	Walchsee	1,99 € / 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	Hoodammer	2,59 € / 100 g
122815	Butterkäse 5 Wochen	Dennree	2,19 € / 100 g
121656	Sommerkäse Laktosefrei 50%	Aurora Gold	2,39 € / 100 g
119801	Nordseekäse, 48 % Fett	Thise Mejemi	2,69 € / 100 g
123783	Schwäbischer Rahmkäse, laktosefrei	Geifertshofen	2,99 € / 100 g
124637	Weißbierkäse	Söbbeke	2,79 € / 100 g

Ziege und Schaf

131433	Ziegencamembert, 50 % Fett, 100 g Stück	Andechser	2,99 € / Packung
152436	Ziegenkäse, 10 Monate gereift, mind. 50%	Hoodammer	3,39 € / 100 g

Abgepackte Käse

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	1,39 € / 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	7,19 € / 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	2,69 € / Packung
191171	Kräuter Käse aus Weidemilch in Scheiben, 50 % Fett,	dennree	125 g	2,69 € / Packung
191158	Cheddar, - laktosefrei -	dennree	125 g	2,69 € / 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

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	2,79 € / 100 g !
118012	Camembert mit Pfeffer, mind. 48% ca. 180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,79 € / 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 €
162347	Frisch Creme Sizilien	Weißenhorn	125 g	2,19 €
162472	Frisch Creme Gartengemüse	Weisenhorner	150 g	2,19 €
116201	Frisch Creme Kräuter	Weisenhorner	150 g	2,19 €
116223	Frischcreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhorn	150 g	2,09 €
118629	Hüttenkäse mind. 20%	Züger	200g Becher	1,79 €
125829	Mascarpone, laktosefrei	Züger	250 g Becher	3,79 €
120723	Frischkäse Kurt das Schaf, aus reiner Schafmilch (Knoblauch & Kräuter)		135 g Glas	4,49 €
157274	Ziegenfrischkäse 65 %	Andechser	150g Becher	2,99 €