



Das Grashüpfer - Team macht eine Woche Pause!

!PAUSE!



In der KW33, vom 12.08. bis 18.08.24 ist unser Lieferservice nicht im Einsatz. Bestellungen für die KW 34 können wie gewohnt in unserem Online-Shop aufgegeben werden.

Ab Montag, den 19.08.24 sind wir wieder wie gewohnt persönlich für Sie erreichbar.



Fenchel-Anis-Kümmel-Tee im Beutel süß würzig passt zu jeder Tageszeit



Das Trio aus Fenchel, Anis und Kümmel ist ein echter Klassiker unter den Kräuterteemischungen. Entdecken Sie, wie herrlich die drei harmonieren und Tasse für Tasse wohlschmeckenden Genuss mit sich bringen. Beliebt bei Groß und Klein."

Best.Nr. 480734 **Aktionspreis!**
bisher 2,99 € jetzt 2,65 € * / 20 x 2,5 g



Knäcke Sesam Vollkorn von linea natura
Besonders leicht schmeckendes Vollkornknäckebrötchen – ohne Hefe!

Best.Nr. 424089

Aktionspreis!
bisher 1,59 € jetzt 1,49 € / 200g



Now LIGHT Black Cola von Neumarkter 10 x 0,5 l

Entdecke den vollmundigen Geschmack der neuen now light Black Cola! Kolanuss in Kombination mit feinem Zitronenaroma ergibt den aufregend-authentischen Geschmack, den ihr so liebt, und sorgt für ganzen Genuss bei 30 % weniger Zucker. Natürlich darf die Kraft der Guarana nicht fehlen!

Best.Nr. 670624 10 x 0,5 l / 14,90 € (z.zgl. 3 € Pfand)



Sauerkraut Frischkost, Marschland

Die natürliche Methode Gemüse haltbar zu machen. Vitamine und probiotische Bakterienkulturen bleiben durch den Verzicht auf Erhitzen erhalten.

Best.Nr. 214235 410 g / 3,99 €



Thunfisch natur in eigenem Saft von SeaSide

Handgefangen mit Rute und Leine.

Best.Nr. 563861 **Aktionspreis!**
bisher 2,59 € jetzt 2,39 € / 185 g



Tortilla Chips Natur von Acapulco

krosse, goldgelbe Maischips aus Maismehl und Sonnenblumenöl, verfeinert mit wertvollem Meersalz. Genießen Sie den salzig-knusprigen Snack pur, zusammen mit einem würzig-fruchtigen Salsa Dip.

Zutaten: Maismehl*, Sonnenblumenöl*, Meersalz. (* = aus kontrolliert-biologischem Anbau)

Best.Nr. 652972 **Aktionspreis!**
bisher 1,89 € jetzt 1,69 € / 125 g



Eukalyptus globulus* bio Duftöl, frisch, klar, kampherartig;

Gemischt und verdünnt für die kosmetische Anwendung auf der Haut z.B. in Gesichts- und Körperölen, für Massageöle, für die Einreibung und für Wickel in der Aromatherapie und Aromapflege, als Badezusatz, für Masken, für selbstgemischte Kosmetikprodukte

Best.Nr. 728471 **Aktion**
bisher/ 8,90 € jetzt 7,90 € / 10ml



Weihrauch indisch, Duftöl

duftet harzig, frisch und ist eine Basisnote. Das Duftthema ist reinigend und ausgleichend, toll zur Meditation..

Best.Nr. 730348 **Aktion**
bisher 9,90€ jetzt 8,90 € / 5 ml



Windlicht aus Glas, grau von Kerzenfarm Hahn

Dieses Windlicht mit skandinavischem Flair wird mit einem Teelicht beleuchtet zu einem echten Hingucker.

Maße: Durchmesser = 100 mm, H = 95 mm

Best.Nr. 847452 **Aktion**
bisher 7,99 € jetzt 1 Stück / 6,99 €



Bienenwachsteelichter Starter set von Kerzenfarm Hahn

Bienenwachs-Teelichte mit Glasteelichthalter in einer schönen Geschenkverpackung.

Von Hand gegossenes Teelicht aus reinem Bienenwachs.

Teelicht nur in dafür geeignetem Glas zu verwenden.

Best.Nr. 847456 1 Set mit 9 Teelichte + 1 Teelichthalter 9,49 €

Spaghettikürbis aus dem Backofen

Zutaten für 2-3 Portionen:

- 1 Spaghettikürbis
- 1 EL Öl
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Butter
- Salz
- Pfeffer
- 2 EL Parmesan (gerieben)

Zubereitung:

Den Backofen vorheizen (200 °C Ober-/Unterhitze).
Den Spaghettikürbis waschen und mit einem scharfen Messer längs halbieren.
Die Kerne mit einem Löffel entfernen.
Innenseiten jeder Kürbishälfte mit Öl einpinseln. Die Kürbiskälften mit der Schnittfläche nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Spaghettikürbis ca. 40 Minuten backen.
Der Kürbis ist gar, wenn du mit einer Gabel leicht hineinstecken kannst.
In der Zwischenzeit den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Butter mit dem Knoblauch vermengen. Das Fruchtfleisch jeder Kürbishälfte mit einer Gabel von der Schale lösen.
Mit je der Hälfte Butter vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen.
Den Spaghettikürbis mit Parmesan bestreuen und servieren. Wer mag, kann den Kürbis zusätzlich mit gehackten Kräutern wie Petersilie oder Basilikum toppen.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 34/2024
 97837 Erlenbach/ Tiefenthal, Kreuzstr. 19 a
 Tel.: 09391 / 5000 335 Fax: 09391 / 5000 336
 Internet: w w w . gras-huepfer.de, DE-ÖKO-037

Name:
 Kundennr:
 Tel.:
 Lieferwoche:



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

Von Montag den 19.08.2024 bis Freitag, den 23.08.2024 KW 34 ist voraussichtlich in Ihrem Korb

Gemischt:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Annabell (fk) (L,XL), Rote Bete, Kürbis Hokkaido, Staudensellerie, Bananen, Apfel der Woche, Trauben w eiß, kernlos,
Gemüse/Salat:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Annabell (fk) (M,L,XL), Rote Bete, Kürbis Hokkaido, Staudensellerie, Weißkraut, Mangold (L,XL)
Mild:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Annabell (fk) (L,XL), Rote Bete, Kürbis Hokkaido, Staudensellerie, Bananen, Äpfel der Woche, Trauben w eiß, kernlos,
Regionaler Korb:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Gelbe Bete, Staudensellerie, Kürbis Hokkaido, Weißkraut (M,L,XL), Kartoffeln Annabell (fk) (M,L,XL), Tomaten Regio. (XL), Zw etschgen (S,L,XL)
Obst:	S M L XL	Bananen, Apfel der Woche, Birnen, Pfirsiche, Nektarinen, Zw etschgen, Pflaumen blau/rot, Trauben w eiß, kernlos, Trauben blau,rot kernlos (XL)
Büro Körbe	S M L XL	nur mit Obst Bananen, Äpfel,Birnen, Pflaumen,Zw etschgen,Pfirsiche,Nektarinen,Trauben blau,rot kernlos,Trauben w eiß,ke mit Rohkost: Bananen, Äpfel, Birnen, Pflaumen, Zwetschgen, Pfirsiche, Trauben kernlos, Landgurken, Spitzpaprika rot, Radiesche
Probekorb:		Salat der Woche, Möhren, Rote Bete, Kürbis Hokkaido, Staudensellerie, Kartoffeln Annabell (fk) Bananen, Äpfel der Woche, Trauben w eiß, kernlos,

Änderungswünsche / zusätzliche Bestellung	€/Einheit	Bestellmenge:	€/Einheit
Gemüse		Obst	
.....St Auberginen, ES	6,79 / kgSt Ananas, CR/Togo	4,99 / St
.....kg Bataten / Süßkartoffeln, ES	7,89 / kgSt Apfel 3 kg Vorratstüte.....	15,99 / 3 kg
.....St Blaukraut, DE	6,79 / kgkg Apfel der Woche, DE/IT/AT/AR	5,59 / kg
.....St Blumenkohl, DE/NL	6,99 / St.kg Apfel Cripps Pink, AR	5,59 / kg
.....kg Buschbohnen, IT	10,79 / kgkg Apfel Gala, AR	5,59 / kg
.....250 g Cherrytomaten, ES	4,00 / 250 gkg Apfel Red Delicious, AR	5,59 / kg
.....100 g Chili Peperoni, ES	3,29 / 100 gkg Apfel Frühäpfel Sommercrisp, DE	5,59 / kg
.....St Fenchel, DE	8,99 / kgkg Apfelbrei-Äpfel (Äpfel mit Fehlern)	2,49 / kg
.....St Gelbe Bete, DE	4,49 / kgkg Aprikosen, IT	8,59 / kg
.....kg Gurken Landgurken, DE	5,69 / kgSt Avocado, MA/ES/MX	2,59 / St
.....kg Gurken Minigurken, DE	9,89 / kgkg Bananen, EC / PE / DO	3,29 / kg
.....100 g Ingw er, Ch/Pe	1,99 / 100 gkg Birnen, FR	4,99 / kg
.....kg Knoblauch, ES	1,79 / 100 gSt Datteln, große Früchte, IL	6,20 / 200 g
.....St Kohlrabi, DE	2,59 / StSt Datteln deglet Nour, TN	3,60 / 250 g Schale
.....St Kürbis Hokkaido, DE	3,99 / Stkg Feigen, PT	32,99 / kg
.....kg Kürbis Pattison (Sunbust), DE	4,99 / kgSt Grapefruit, GR	3,49 / St
.....St Kürbis Spaghetti, DE	2,99 / StSt Heidelbeeren, DE	5,99 / 250 g Schale
.....kg Kurkuma, PE	1,79 / 100 gSt Himbeeren, DE	5,99 / 125 g Schale
.....kg Lauch, DE	8,99 / kgkg Honigmelone, ES	5,59 / kg
.....kg Mangold, DE	8,99 / kgSt Johannisbeeren rot, DE	5,99 / 250 g Schale
..Packung Maronen, gegart, FR	6,99 / 200 gSt Kiw i grün, IT/Gr	1,19 / St
.....Stange Meerrettich, AT	17,99 / kgSt Kiw i gelb, ZA	1,79 / St.
.....kg Möhren, DE	3,59 / kgkg Limetten, BR	10,79 / kg
.....St Pak Choi, NL	3,99 / St.kg Mango, PE	2,69 / St
.....kg Paprika gelb, ES	9,49 / kgkg Nektarinen, ES	8,99 / kg
.....kg Paprika grün, DE	8,99 / kgkg Orangen, ES	5,19 / kg
.....kg Paprika rot, ES	8,99 / kg3kg Orangen Vorratstüte, ES	14,97 / 3 kg
.....kg Paprika rot, DE	13,49 / kgkg Pfirsiche, ES	8,59 / kg
.....kg Paprika Spitz. rot, ES	13,49 / kgkg Pflaumen, ES	7,49 / kg
.....Bund Radieschen Regional, DE	2,90 / Bundkg Trauben w eiß, IT	6,69 / kg
.....St Rettich w eiß, DE	3,99 / St.kg Trauben blau, kernlos, IT	8,99 / kg
.....St Rote Bete , DE	4,49 / kgkg Trauben w eiß, kernlos, IT	8,99 / kg
.....St Salat Batavia, DE	3,19 / Stkg Wassermelone, ES	2,59 / kg
.....100 g Salat Chiccoree, DE/NL	1,30 / 100 gkg Zitronen, IT/ES	5,19 / kg
.....St Salat der Woche, DE	3,19 / Stkg Zw etschgen, DE	8,29 / kg
.....St Salat Eisberg, DE	3,29 / St		
.....St Salat Eichblatt, DE	3,19 / St	Zwiebeln	
.....St Salat Radicchio, DE	9,99 / kgkg Zwiebeln gelb, ES	3,99 / kg
.....100 g Salat Rucola, DE	3,19 / 100 gBund Zwiebeln im Bund, DE	4,49 / Bund
.....St Schlangengurke, ES	2,29 / Stkg Zwiebeln rot, NL	5,19 / kg
.....St Schlangengurke, DE	2,99 / Stkg Zwiebeln Gemüsezw iebel, ES	3,99 / kg
.....St Sellerie mit Grün, DE	4,99 / St		
.....kg Spinat, DE	11,29 / kg	Nüsse	
.....kg Spitzkraut, DE	6,49 / kg Beutel Erdnüsse mit Schale, EG	4,99 / 330 g
.....kg Staudensellerie, DE	2,99 / St200 g Walnüsse lose, FR	2,60 / 200 g
.....kg Tomaten Fleischtomaten, DE	9,99 / kg		
.....kg Tomaten Regional, DE	11,29 / kg	Kartoffeln	
.....kg Tomaten, ES/IT	6,69 / kgkg Frühkartoffeln Annabell (fk), DE	3,99 / kg
.....kg Topinambur, DE	7,99 / kgkg Frühkartoffeln Magda (vfk) DE	3,99 / kg
.....St Weißkraut, DE	4,99 / kgkg Frühkartoffeln melig, Karlens DE	3,99 / kg
.....kg Wirsing, DE	6,79 / kg		
.....kg Zucchini, DE	3,39 / kg	Pilze	
.....St Zuckermais, vakuum, DE	5,39 / 400 g200 g Austernpilze, DE	4,60 / 200 g
	200 g Champignons, DE	3,40 / 200 g
Sprossen / Kräuter			
.....Schale Kresse, Regional	1,10 / Schale		
.....Bund Petersilie, DE	2,79 / Bund		
.....Topf Basilikum im Topf, DE	3,19 / Topf		
.....Topf Petersilie im Topf, DE	3,59 / Topf		
.....Topf Schnittlauch im Topf, DE	3,99 / Topf		

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

Backwaren im August 2024

(DE-ÖKO-037)

Backwaren von der Vollkornbäckerei Köhler, Würzburg

Tägliche frisch gebacken!

Vollkornbrote

.....	1004	Bauernlaible	500 g	3,00 €
.....	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 €

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 €

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 €

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 €

Pikantes

.....	1185	Pomodori	1 Stück	1,95 €
.....	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 €
.....	1444	Spinat-Feta-Stange	1 Stück	2,30 €
.....	1195	Vinschgauer	1 Stück	1,20 €

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 €
.....	1236	Zw ertschgen Quarkplunder	1 Stück	2,50 €

Kuchen

.....	1374	Buchw eizenkuchen (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 €
.....	1369	Kokos Kirschkuchen -vegan-	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 €
.....	1341	Johannisbeer Baiser	1 Stück	3,50 €
.....	1345	Walnuss Brow nie	1 Stück	2,95 €
.....	1312	Zw ertschgenkuchen	1 Stück	3,20 €

Dauergebäck

.....	1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig	1 Stück	2,90 €
.....	1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	3,40 €

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

Aktuelles Käseangebot im August 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 mind. 45 %	Frankreich	3,39 € / 100 g
126336	Emmentaler mind. 45 %	Pötzelsberger	2,39 € / 100 g
121228	Gouda jung, 3 Wochen gereift mind. 45 %	dennree	1,49 € / 100 g
163495	Hoodammer Supreme, Schnittkäse, 50 % Fett	Hoodammer	2,59 € / 100 g
121656	Sommerkäse Laktosefrei 50%	Aurora Gold	2,39 € / 100 g
119801	Nordseekäse, 48 % Fett	Thise Mejemi	2,69 € / 100 g
163664	Nordseekäse geräuchert, 48 % Fett	Thise Mejemi	3,19 € / 100 g
163304	Smoked sweet Chili, 4 Wochen gereift, mind. 50 %	Aurora Gold	2,39 € / 100 g
124637	Weißbierkäse	Söbbeke	2,79 € / 100 g

Ziege und Schaf

131433	Ziegenamembert, 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	3,39 € / 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	4,19 € / 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	3,29 € / Packung
122602	Bergblumenkäse in Scheiben	Andechser	125 g	3,39 € / Packung
191204	Bockshornklee-Käse in Scheiben, 45 % Fett	dennree	125 g	2,69 € / Packung
191158	Cheddar,- laktosefrei -	dennree	125 g	2,69 € / Packung
121037	Feuerkäse in Scheiben, 50%Fett	söbbeke	150 g	3,69 € / Packung
145934	Toast & Burger Schmelzkäsescheiben	bio verde	150 g	2,79 € / Packung
184252	Ziegenbergkäse in Scheiben	Andechser	100 g	3,59 € / 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	1,69 € / Stück
118023	Camembert mit Nuß, 48%F.i.Tr. ca.180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,89 € / 100 g !
118012	Camembert mit Pfeffer, mind. 48% ca. 180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,89 € / 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 Fantti das Schaf	Jakobsberger	135 g Glas	4,59 €
114941	Frischkäse Kräuter	Andechser	175 g	2,29 €
114939	Frischkäse Natur	Andechser	175 g	2,19 €
162347	FrischeCreme Sizilien	Weißenhomer	125 g	2,29 €
162472	FrischeCreme Gartengemüse	Weisenhomer	150 g	2,29 €
116201	FrischeCreme Kräuter	Weisenhomer	150 g	2,29 €
116223	FrischeCreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhorn	150 g	2,29 €
118629	Hüttenkäse mind. 20%	Züger	200g Becher	1,79 €
120723	Frischkäse Kurt das Schaf (Knoblauch & Kräuter)	Jakobsberger	135 g Glas	4,59 €
120734	Frischkäse Schani das Schaf (Curry & Dattel)	Jakobsberger	135 g Glas	4,59 €
125829	Mascarpone, laktosefrei	Züger	250 g Becher	3,79 €
157274	Ziegenfrischkäse 65 %	Andechser	150g Becher	3,09 €