



Neuheiten!



Kola Sirup von Sonnentor

Kola aus dem Kräutergarten? Ja, richtig gelesen! Für deine Lieblings-Limo ist ein Cola-Kraut gewachsen – und das beste: Der Sirup kommt ganz ohne künstliche Aromen und Koffein aus. Am besten schmeckt's mit Kugeln drin – also unbedingt mit prickelndem Wasser aufgießen und mit einer Scheibe Zitrone servieren! Bio-Fruchtsirup zum Verdünnen 1:10
Best.Nr. 703258

Aktionspreis!
statt 9,99 € jetzt 8,99 € / 0,5 l



Mojito Sirup, von Sonnentor

Du kannst auf Rum verzichten, aber nicht auf die zischfrische Kombination aus cooler Minze und fruchtiger Limette? Da geht es uns genauso! Darum schenken wir dir mit unserem Mojito Sirup ordentlich ein – Karibikfeeling inklusive! Einfach 1 Teil Sirup mit 9 Teilen Soda mischen und schon geht's ab auf die Insel.
Best.Nr. 703271

Aktionspreis!
Statt 9,99 € jetzt 8,99 € / 0,5 l



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)



Wilde Lilli Sirup von Sonnentor

Einmal fruchtig-bitter, bitte! Sehr gerne, kommt sofort: Die Wilde Lilli löscht deinen Durst nämlich mit einer fein abgestimmten Komposition aus aromatischen Beeren und herber Grapefruit. Dabei bringt sie einen Hauch von Lila in dein Glas. Perfekt für alkoholfreie Cocktail-Kreationen oder einfach so. Wilde Geschichte! Der Sirup ist nur mit natürlicher Apfelsüße gesüßt.
1 Teil Sirup mit 9 Teilen Wasser verdünnen
Best.Nr. 703293

Aktionspreis!
statt 9,99 € jetzt 8,99 € / 0,5 l



Sonderpreise !



Lupinen Geschnetzeltes, vegan

Lupinen-Bratstreifen, vegan

Knusprig braun angebraten in der Pfanne.
Best.Nr. 173801

Aktionspreis!
bisher 3,79 € jetzt 3,19 € / 200 g



Mandeldrink gesüßt

Der leicht-cremige Provamel Bio Mandeldrink enthält wertvolle europäische Bio-Mandeln und einen Hauch Agavendicksaft. Dank seines mild-süßen Geschmacks und leichter Cremigkeit ist er die perfekte kleine Nascherei für zwischendurch. Er lässt sich aber auch bestens für warme und kalte Mix-Getränke sowie für Kaffee und für Gebäck und Desserts verwenden. Beim Kochen verleiht er Gemüsegerichten eine feine Mandelnote
Best.Nr. 104106

Aktionspreis!
bisher 3,39 € jetzt 2,49 € / 1 l



Hirseflocken -glutenfrei-

Als Grundlage für Müslis, Bratlinge, Süßspeisen und Suppen. Diese glutenfreien Hirseflocken können ohne Kochen oder Einweichen verzehrt werden. Mit Milch, Saft, Getreidedrink etc. und etwas Obst warm oder kalt zubereitet, sind sie eine schnelle, vollwertige Mahlzeit.
Best.Nr. 404831

Aktion
bisher 1,99 € jetzt 1,69 € / 250 g



Erbsen Guacamole von bio verde

Genießen Sie den vollen Geschmack frischer Erbsen, abgerundet mit Zwiebel und feinen Gewürzen, komplett ohne Avocado. Diese Produkte sind 100% PUR, das heißt ohne Geschmacksverstärker, Farbstoffe oder andere Zusatzstoffe, aber voller gesunder Nährstoffe.
Best.Nr. 184959

Aktion
bisher 2,39 € jetzt 2,19 € / 150 g



BioC Immunkraft

mit natürlichem Vitamin C und Vitamin A

- mit natürlichem Vitamin C & A für das Immunsystem
- Vitamin C und A tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- Vitamin A trägt zum Erhalt normaler Sehkraft bei
- Schon 0,2 l decken deinen Tagesbedarf an Vitamin C.
- Eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig für dein Wohlbefinden

Best.Nr. 715218 **Aktion**
bisher 3,99 € jetzt 3,49 € / 0,75 l

Türkische gefüllte Auberginen

Zutaten für 4 Portionen:
4 Tomaten
1 kg Auberginen
Öl zum Braten
1 Zwiebel gewürfelt
4 Knoblauchzehen gehackt
Zucker
Salz
Pfeffer
1 Handvoll Petersilie gehackt

Zubereitung:

Den Stielansatz der Tomaten ausschneiden und die Tomaten mit heißem Wasser übergießen. Häuten und pürieren. Bei den Auberginen den Stiel abschneiden und die Auberginen längs halbieren. Die violette Seite kreuzförmig einritzen. Von allen Seiten in Öl anbraten. Beiseite stellen. Zwiebel und Knoblauch schälen, kleinhacken und in Öl anbraten. Das Tomatenpüree, Zucker, Salz und Pfeffer zugeben. 10 Minuten köcheln. Die Auberginenhälften mit der flachen Seite nach unten in eine gefettete Form legen. Die Soße darüber gebe und mit etwas Wasser begießen. Petersilie darüberstreuen. Bei 180° C etwa eine halbe Stunde backen. Heiß oder kalt servieren.
Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 35/2024
 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 26.08.2024 bis Freitag, den 30.08.2024 KW 35 ist voraussichtlich in Ihrem Korb

Gemischt:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Laura, Gelbe Bete, Kürbis Spaghetti, Mangold, (M, L, XL), Staudensellerie (XL)
	O O O O	Bananen, Nektarinen, Pflaumen
Gemüse/Salat:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Laura, Gelbe Bete, Kürbis Spaghetti, Staudensellerie,
	O O O O	Mangold (M, L, XL), Spitzkraut (L, XL), Zucchini (XL)
Mild:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Laura, Gelbe Bete, Kürbis Spaghetti, Mangold, (M, L, XL), Staudensellerie (XL)
	O O O O	Bananen, Nektarinen, Pflaumen
Regionaler Korb:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Rote Bete, Kürbis Spaghetti, Tomaten Regio., Aubergine (M, L, XL),
	O O O O	Mangold (M, L, XL), Buschbohnen (XL), Äpfel Sommercrisp
Obst:	S M L XL	Bananen, Apfel der Woche, Birnen, Nektarinen, Pflaumen,
	O O O O	Trauben blau, kernlos, Kiwi (XL)
Büro Körbe	S M L XL	nur mit Obst: Bananen, Äpfel der Woche, Birnen, Nektarinen, Pflaumen, Mango
	O O O O	mit Rohkost: Bananen, Äpfel der Woche, Birnen, Nektarinen, Pflaumen, Mango, Rettich weiß, Gurken Mini
Probekorb:		Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Laura, Gelbe Bete, Kürbis Spaghetti, Mangold, Bananen, Nektarinen, Pflaumen

Änderungswünsche / zusätzliche Bestellung	€/Einheit	Bestellmenge:	€/Einheit
Gemüse		Obst	
.....St Auberginen, DE	6,99 / 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	5,99 / St.kg Apfel Gala, FR	5,59 / kg
.....kg Buschbohnen, DE	9,99 / kgkg Apfel Elstar, FR	5,59 / kg
.....250 g Cherrytomaten, ES	4,00 / 250 gkg Apfel Frühäpfel Sommercrisp, DE	5,59 / kg
.....100 g Chili Peperoni, DE	2,99 / 100 gkg Apfel Frühäpfel Summerred, DE	5,59 / kg
.....kg Chinakohl, DE	7,89 / kgkg Apfelbrot-Äpfel (Äpfel mit Fehlern)	2,49 / kg
.....St Fenchel, DE	8,99 / kgkg Aprikosen, TR	12,39 / kg
.....kg Gelbe Bete, DE	4,49 / kgSt Avocado, MA/ES/MX	2,69 / St
.....kg Gurken Landgurken, DE	5,69 / kgkg Bananen, EC / PE / DO	3,29 / kg
.....kg Gurken Minigurken, DE	9,89 / kgkg Birnen, FR	5,59 / kg
.....100 g Ingw er, Ch/Pe	1,99 / 100 gSt Datteln, große Früchte, IL	6,20 / 200 g
.....kg Knoblauch, ES	1,79 / 100 gSt Datteln deglet Nour, TN	3,60 / 250 g Schale
.....kg Knollensellerie, DE	5,59 / kgkg Feigen, ES	32,99 / kg
.....St Kohlrabi, DE	2,69 / StSt Grapefruit, GR	3,49 / St
.....St Kürbis Hokkaido, DE	3,99 / StSt Heidelbeeren, DE	5,99 / 250 g Schale
.....kg Kürbis Pattison (Sunbust), DE	3,99 / kgSt Himbeeren, DE	5,99 / 125 g Schale
.....St Kürbis Spaghetti, DE	2,99 / Stkg Honigmelone, ES	5,59 / kg
.....kg Kurkuma, PE	1,79 / 100 g		
.....kg Lauch, DE	8,99 / kgSt Kiwi grün, IT/Gr	1,19 / St
.....kg Mangold, DE	8,99 / kgSt Kiwi gold, ZA	1,79 / St.
..Packing Maronen, gegart, FR	6,99 / 200 gkg Limetten, BR	10,79 / kg
.....Stange Meerrettich, AT	17,99 / kgkg Mandarinen, ZA	7,85 / kg
.....kg Möhren, DE	3,59 / kgkg Nektarinen, ES	8,99 / kg
.....St Pak Choi, NL	3,99 / St.kg Orangen, ES	8,55 / kg
.....kg Paprika gelb, ES	9,49 / kg3kg Orangen Vorratstüte, ES	24,87 / 3 kg
.....kg Paprika grün, DE	8,99 / kgkg Pflaumen, ES	7,89 / kg
.....kg Paprika rot, ES	8,99 / kgkg Trauben w eiß, IT	6,69 / kg
.....kg Paprika rot, DE	13,19 / kgkg Trauben blau, kernlos, IT	8,99 / kg
.....kg Paprika Spitz. rot, ES	13,49 / kgkg Trauben w eiß, kernlos, IT	8,99 / kg
.....kg Pastinaken, DE	8,99 / kgkg Wassermelone, ES	2,99 / kg
.....Bund Radieschen Regional, DE	2,90 / Bundkg Zitronen, IT/ES	7,89 / kg
.....St Rettich w eiß, DE	3,99 / St.kg Zw etschgen, DE	8,59 / kg
.....St Rote Bete , DE	4,49 / kg		
.....St Salat Batavia, DE	3,19 / St	Zwiebeln	
.....100 g Salat Chiccorée, DE/NL	1,30 / 100 gkg Zwiebeln gelb, DE	4,19 / kg
.....St Salat der Woche, DE	3,19 / StBund Zwiebeln im Bund, DE	3,99 / Bund
.....St Salat Eisberg, DE	3,30 / Stkg Zwiebeln rot, NL	5,19 / kg
.....St Salat Eichblatt, DE	3,19 / Stkg Zwiebeln Gemüsezw iebel, ES	3,99 / kg
.....St Salat Radicchio, DE	9,99 / kg		
.....100 g Salat Rucola, DE	3,19 / 100 g	Nüsse	
.....St Schlangengurke, ES	2,29 / St Beutel Erdnüsse mit Schale, EG	4,99 / 330 g
.....St Schlangengurke, DE	2,99 / St200 g Walnüsse lose, FR	2,60 / 200 g
.....kg Spinat, DE	11,29 / kg		
.....kg Spitzkraut, DE	6,49 / kg	Kartoffeln	
.....kg Staudensellerie, DE	2,99 / Stkg Frühkartoffeln Annabell (fk), DE	2,99 / kg
.....kg Tomaten Fleischtomaten, DE	13,49 / kgkg Frühkartoffeln Laura rotschalig (vfk), DE	2,99 / kg
.....kg Tomaten Regional, DE	5,99 / kgkg Frühkartoffeln Magda (vfk), DE	3,99 / kg
.....kg Tomaten, ES/IT	6,79 / kgkg Frühkartoffeln melig, Karlana, DE	3,99 / kg
.....kg Topinambur, DE	7,99 / kg		
.....St Weißkraut, DE	4,49 / kg	Pilze	
.....kg Wirsing, DE	6,29 / kg200 g Austernpilze, DE	4,60 / 200 g
.....kg Wurzelpetersilie, DE	11,29 / kg200 g Champignons, DE	3,40 / 200 g
.....kg Zucchini, DE	3,39 / kg		
.....St Zuckermais, vakuum, DE	5,39 / 400 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 €