



### Fasnacht in Franken - Hellau



Krapfen hell vegan  
**1,95 €**



Dinkel Krapfen hell  
**2,20 €**



Schoko Krapfen  
**2,75 €**



Himbeer Krapfen  
**2,50 €**



Vanillekrapfen  
**2,50 €**



Privat Cuvée  
Schaumwein  
Piccolo trocken,  
**2,99 € / 0,2 l**



Gin & Tonic  
**3,49 € / 180 ml**



Monster Money  
Bio-Esspapier  
**0,99 € / 20 g**



Tortilla Chips Paprika  
**1,49 € / 125 g**



Mexican Salsa Dip  
**2,59 € / 260 g**

**Für die närrischen Tagen haben wir noch Glühwein & Punsch im Angebot!**

#### Vegane Amerikaner

##### Teig:

- 100 g Veganes Streichfett
- 60 g Rohrzucker
- 150 g Apfelmus
- 100 ml Haferdrink
- 300 g Dinkelmehl 630 Spielbereger
- 37 g Vanille Pudding Pulver dennree
- 0,8 g Backpulver

##### Guss

- 150 g Puderzucker
- 2-3 EL Zitronensaft

Das Streichfett und den Rohrzucker in eine Schüssel geben und mixen. Jetzt langsam Backpulver, Mehl und Puddingpulver zugeben und mit dem Apfelmus und dem Haferdrink verrühren.

Teig entweder zu Kugeln formen oder mit einem Esslöffel auf das mit Backpapier belegte Blech geben.

Auf mittlerer Stufe für ca. 15 Minuten backen und abgekühlt lassen. Nun den Guss aus Puderzucker und Zitronensaft darüberstreichen und nach Wunsch verzieren.

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!**

## Aktuelles Gemüse- und Obstangebot im Februar 2026

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

Wir bieten Ihnen verschiedene Körbe von S bis XL (Preis ca. 16 bis 26 Euro) an und auch ganz individuell nach Ihren Wünschen: Sie können wählen zwischen: Obstkorb, Regionaler Korb, Korb mit Gemüse und Salat, gemischter Korb oder einem milden Korb. Wöchentlich ändern wir die Zusammenstellungen für Sie, je nach Saison und Verfügbarkeit vom Bio-Obst und Bio-Gemüse.

In unserem Online-Shop unter [www.gras-huepfer.de](http://www.gras-huepfer.de) können Sie die aktuellen Daten einsehen.

Gemüse	Herkunft	€ / Einheit	Obst	Herkunft	€ / Einheit
Auberginen	DE/ES	8,49/ kg	Ananas, CR/Togo		4,99 / St
Babyspinat	DE	2,89 / 125 g	<b>Äpfel</b>		5,89 / kg
Bataten / Süßkartoffeln	IT	7,99 / kg	Äpfel ab 3 kg		5,66 / kg
Blaukraut	Regio	4,39 / kg	Boskoop	DE	
Blumenkohl	DE/Regio	4,69 / St	Breaburn	DE	
Broccoli	NL	7,49 / kg	Elstar	DE	
Cherrytomaten	ES/IT	3,23 / 250 g	Gala	DE/Regio	
Chinakohl	DE/Regio	4,59 / kg	Pinova	DE/Regio	
Chili	DE/IT/NL	2,99 / 100 g	Topaz	DE/Regio	
Fenchel	IT	6,59 / kg	Apfelpbrei-Apfel	(Apfel mit Fehlern)	1,99 / kg
Gelbe Bete	DE	4,99 / kg	Avocado	MA/ES	2,79 / St
Ingwer	Ch/Pe	1,99 / 100 g	Bananen	EC / PE / DO	3,29 / kg
Knoblauch	DE/Regio	2,39 / 100 g	Birnen	DE / IT	6,79 / kg
Knollensellerie	DE/Regio	5,49 / kg	Blutorangen	ES / IT	4,59 / kg
Kohlrabi	IT/Regio	2,49 / St	Clementinen	ES	4,79 / kg
Kürbis Butternut	DE/Regio	3,99 / kg	Datteln, große Früchte	IL	6,20 / 200 g
Kürbis Hokkaido	DE/Regio	3,29 / kg	Datteln deglet Nour	TN	3,60 / 250 g Schale
Kurkuma	PE	1,59 / 100 g	Granatapfel	ES	3,59 / St
Lauch	DE/IT	6,89 / kg	Grapefruit	ES	2,49 / St
Mangold	IT	7,99 / kg	Heidelbeeren	PE	7,59 / St
Maronen, gegart	FR	6,99 / 200 g	Kiwi gelb/gold	ZA	1,29 / St
Minigurken	GR	9,90 / kg	Kiwi grün	IT	1,29 / St
Möhren	DE	2,99 / kg	Limetten	ES	10,79 / kg
Pak Choi	NL	2,99 / St	Mango	ES	3,89 / St
Paprika rot, gelb	ES	11,90 / kg	Orangen	ES	4,59 / kg
Paprika spitz , rot	ES	12,80 / kg	Papaya	ES	10,90 / kg
Pastinaken	DE/Regio	6,79 / kg	Zitronen	IT	6,79 / kg
Radieschen	IT	2,59 / Bund			
Rettich weiß	DE/IT	3,49 / St	<b>Zwiebeln</b>		
Rettich schwarz	DE	4,59 / St	Zwiebeln gelb	DE/Regio	3,79 / kg
Rote Bete	DE/Regio	3,99 / kg	Zwiebeln im Bund	DE	3,99 / Bund
Rote Bete, vorgegart	DE	2,59 / 500 g	Zwiebeln rot	DE/Regio	3,99 / kg
Salat Batavia	DE/Regio	2,99 / St	Schalotten	DE/Regio	8,90 / kg
Salat Chiccoree	NL	1,29 / 100 g	Zwiebeln Gemüsezwiebel	DE/Regio	4,89 / kg
Salat der Woche	DE/Regio/IT	2,99 / St			
Salat Eichblatt	DE/Regio	2,99 / St	<b>Nüsse</b>		
Salat Eisbergsalat	DE	3,49 / St	Erdnüsse mit Schale,	EG	3,29 / 330 g
Salat Endivien	DE	3,69 / St	Erdnüsse mit Schale	EG	6,79 / 650 g
Salat, Feldsalat	DE	2,99 / 100 g	Walnüsse	FR	14,90 / kg
Salat Radicchio	DE/Regio	8,90 / kg			
Salat Rucola	DE	2,99 / 100 g	<b>Pilze</b>		
Salat Zuckerhut	DE	4,99 / kg	Champignons	DE/Regio	3,40 / 200 g
Schlängengurke	ES	2,99 / St	Shitake	DE/Regio	3,30 / 100 g
Palmkohl/Schwarzkohl	DE/Regio	7,90 / kg			
Spitzkraut	DE	4,99 / kg	<b>Sprossen / Kräuter</b>		
Stangensellerie	DE	4,39 / St	Kresse	DE/Regio	1,10 / Schale
Steckrüben	DE	4,39 / kg	Petersilie	DE/Regio	2,59 / Bund
Tomaten getrocknet	IT	3,39 / 100 g	Koriander	DE/Regio	2,89 / Bund
Tomaten	IT	6,59 / kg	Dill		2,89 / Bund
Topinambur	DE	9,60 / kg			
Weißkraut	DE/Regio	3,79 / kg	<b>Kartoffeln</b>		
Wirsing	DE/Regio	4,59 / kg	Kartoffeln Agria (vfk)	DE/Regio	2,89 / kg
Wurzelpetersilie	DE/Regio	9,69 / kg	Kartoffeln Laura (vfk)	DE/Regio	2,89 / kg
Zucchini	DE	7,89 / kg	Kartoffeln Nicola (fk)	DE/Regio	2,89 / kg
Zuckermais, vakuum	DE	5,39 / 400 g	Kartoffeln mehlig	DE/Regio	2,89 / kg

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

## Aktuelles Käseangebot im Februar 2022

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

<u>Käsesorten die wir für Sie schneiden</u>		<u>Mindestabnahmemenge 200 g je Käselieferung</u>		
126246	Almkönig, lactosfrei, 45 % fett	dennree	100 g	1,49 €
184961	Butterkäse, 3 Wochen gereift, mind. 45 %	BMI	100 g	1,69 €
121239	Bergkäse aus Heumilch, 50 % Fett	Zillertaler Berg	100 g	2,39 €
189685	Cheddar, 8 Monate gereift	ÖMA	100 g	2,49 €
127607	Comté Extra A.O.C, mind. 45 % -lactosefrei-	Franz. Käsespezial.	100 g	3,39 €
122264	Emmentaler, 70 Tg gereift, mind. 35%	ÖMA	100 g	2,19 €
121228	Gouda jung, 3 Wochen gereift mind. 45 % -lactosefrei-	dennree	100 g	1,49 €
163495	Hoodammer Supreme, Schnittkäse, 50 % Fett	Hoodammer	100 g	2,59 €
146068	Hoodammer Orientalische Kräuter <b>NEU!!</b>	Hoodammer	100 g	2,69 €
162213	Leuchtturm Käse, 48 %	Thise Mejeri	100 g	2,99 €
119801	Nordseekäse, 48 % Fett	Thise Mejemi	100 g	2,69 €
186219	Rässkäse mit Steinsalz, 6 Monate gereift	Bio vom Berg	100 g	2,79 €
<u>Ziege und Schaf</u>				
187222	FrechesFrolleinziege (Knoblauch & Kräuter)	Jakobsberger	135 g Glas	4,29 €
120734	Frischkäse Schani das Schaf (Curry & Dattel)	Jakobsberger	135 g Glas	4,59 €
188357	Schafsscheibenkäse <b>NEU!!</b>	Schlzierbacher	100 g Packung	3,29 €
184151	Ziegenbutterkäse in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	100 g Packung	3,19 €
131433	Ziegencamembert, 50 % Fett	Andechser	100 g Stück	2,99 €
157274	Ziegenfrischkäse 65%	Andechser	150g Becher	3,29 €
190642	Ziegenkäse mit Rosmarin, 6 Wochen gereift	Bastiaansen	100 g Stück	3,39 €
160165	Ziegenbutterkäse, 3 Wochen gereift, lactosefrei	Aurora Gild	100 g Stück	3,49 €
<u>Abgepackte Käse</u>				
122343	Gouda jung, 48 %, vakuumiert -lactosefrei-	Aurora	ca. 250 g Stück	2,19 € / 100 g
122354	Gouda mittelalt, 50 %, vakuumiert -lactosefrei-	Aurora	ca. 250 g Stück	2,29 € / 100 g
121083	Gorgonzola 53 % Fett	Arrigoni	200 g Schale	4,49 €
119608	Hausmacher Bauernhandkäse, 1,8 % Fett	Birkenstock	200 g Stück	3,39 €
164125	Mozzarella, 45% Fett	dennree	125 g Stück	1,39 €
114546	Mozzarella Mini, 150 gr Beutel , NL 50%	Züger	150 g Beutel	1,99 €
190293	Sahne Schmelzkäse	ISA	175 g Becher	3,79 €
129543	Manouri Käse aus Schaf- und Ziegenmolke	bio verde	150 g Beutel	4,19 €
145697	Parmigiano Reggiano, 24 Monate gereift -lactosefrei-	Montanari & Gruzza	200 g Packung	7,19 €
<u>Scheibenkäse, abgepackt</u>				
130241	Bioländer in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	150 g Packung	3,29 €
122602	Bergblumenkäse in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	125 g Packung	3,39 €
169795	Bergkäse in Scheiben	Andechser	125 g Packung	3,19 €
186647	Feuerkäse in Scheiben	söbbeke	150 g Packung	3,69 €
123246	Raclette Käse	Roggenburger	150 g Packung	4,29 €
123245	Rauchkäse in Scheiben <b>NEU!!</b>	Roggenburger	125 g Packung	3,79 €
123244	Ringelblumenkäse in Scheiben <b>NEU!!</b>	Roggenburger	125 g Packung	3,79 €
145934	Toast & Burger Schmelzkäsescheiben	bio verde	150 g Packung	2,79 €
<u>Brie - Camembert</u>				
117112	Back Camembert, 45 % Fett	ÖMA	100 g Stück	2,99 €
165137	Coburger Bio Blu, Weichkäse, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g Stück	3,79 €
120058	Brie, Demeter, 50 % Fett	Bergpracht	100 g Stück	1,69 €
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
166498	Le Rouche, Weichkäse mit Rotkultur	dennree	125 g	2,39 €
117022	Camembert, 55 %	Andechser	100 g Packung	2,19 €
167117	Coburger Bio Bianco, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g Stück	3,99 €
167128	Coburger Bio Rosso, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g Stück	3,99 €
<u>Frischkäse</u>				
116199	Frischkäse Kräuter	dennree	150 g	1,49 €
116188	Frischkäse Natur	dennree	150 g	1,39 €
114941	Frischkäse Kräuter	Andechser	175 g	2,29 €
116278	FrischeCreme Kreta	Weißehorner	150 g	2,49 €
116223	FrischeCreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißehorner	150 g	2,29 €
147925	Körniger Frischkäse	dennree	200 g Becher	1,39 €
125829	Mascarpone -laktosefrei-	Züger	250 g Becher	3,79 €
162922	WildeWeideKuh Pina	Jakobsberger	140 g Glas	3,99 €

Wir führen auch viele laktosefreie Milchprodukte z.B. Milch, H-Milch, Joghurt, Sahne, Quark u. Frischkäse

# Backwaren ab Februar 2026

(DE-ÖKO-037)

## Backwaren von der Vollkornbäckerei Köhler, Würzburg

Tägliche frisch gebacken!

<u>Vollkornbrote</u>			<u>Pikantes</u>		
1003	Bauernlaib	1000 g	5,45 €	1094	Focaccia Mini
1030	Dinkelbrot	750 g	5,60 €	1442	Käsestange mit Mohn
1034	Dinkel Chiabrot	500 g	4,90 €	1160	Laugenstange, vegan,
1006	Emmerbrot	750 g	5,60 €	1161	Laugenbrezel, vegan,
1023	Emmer Dinkelbrot	500 g	4,60 €	1163	Laugenknopf
1001	Frankenlaib	1000 g	5,45 €	1446	Paprikastange
1002	Frankenlaible	500 g	3,20 €	1444	Spinat-Feta-Stange
1035	Hafer Dinkelbrot	750 g	5,60 €	1195	Vinschgauer
1012	Roggenbrot	750 g	5,00 €	1411	Zwiebelstange
1020	Urgetreidebrot, weizenfrei	750 g	5,20 €		
1076	Dinkel48	600 g	5,70 €	<u>Gebäck</u>	
				1238	Crossaint vegan
				1230	Dinkel Quarktasche
<u>Helle Brote</u>					1 Stück 2,20 €
1157	Dinkel Baguette hell	250 g	3,40 €	1201	Dinkel Vollkorncoissant
1087	Dinkel Ruchmehlbrot	500 g	4,90 €	1234	Zimtschnecke -vegan-
1058	Fitness Brot	750 g	5,80 €	1241	Hörnchen
1191	Fränkisches Baguette m. Sauerteig	350 g	3,40 €	1384	Schokobanane
1075	Rhöner Landbrot	3000 g	14,95 €	1624	Dinkel Krapfen hell
1072	Walnussbrot	750 g	6,20 €	1626	Schoko Krapfen
1089	Wurzelbrot	350 g	3,50 €	1628	Krapfen hell vegan
				1684	Himbeer Krapfen
				1685	Vanille Krapfen
<u>Vollkornbrötchen</u>					1 Stück 2,50 €
1145	Burger Buns	1 Stück	1,30 €		
1120	Dinkel Vollkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	<u>Kuchen</u>	
1106	Dinkel Mohnbrötchen	1 Stück	1,30 €	1374	Buchweizenkuchen (glutenfrei)
1105	Dinkel Vollkornkernchen	1 Stück	1,20 €	1300	Gedeckter Apfelkuchen -vegan-
1100	Fränkis	1 Stück	1,30 €	1342	Himbeerkuchen
1124	Mehrkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	1316	Mohn Streusel Kuchen -vegan-
				1372	Möhrenkuchen
<u>Helle Brötchen</u>				1380	Apfelstrudel
1167	Dinkel ChiaBatta Brötchen	1 Stück	1,20 €	1248	Apfel Streusel Plunder
1170	Dinkel Seelen	1 Stück	1,60 €		
1177	Dinkel Rosmarin Seelen	1 Stück	1,80 €	<u>Dauergebäck</u>	
1178	Dinkel Oliven Seelen	1 Stück	2,30 €	1251	Flammendes Herz
1198	Dinkel Ecken	1 Stück	1,45 €	1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig
1150	Kipf	1 Stück	0,65 €	1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck
1190	Pitabrotchen	1 Stück	1,00 €	1345	Walnuss Brownie
1151	Rosenbrötchen	1 Stück	0,65 €	1544	Semmelbrösel
					500 g 3,69 €

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

## Snacks

Frutti Worms ohne Gelatine	80 g	1,69 €	Dinkelwaffeln ungesalzen	100 g	0,99 €
Veg.Mix o. Gelat., <b>MHD 22.2. 2026</b>	80 g	1,49 €	Erdnuss Flips	125 g	2,89 €
Brezel Kinder Dinkel o Aufstreusalz	125 g	2,19 €	Maiswaffeln ungesalzen	120 g	0,89 €
Brot Chips - Knoblauch & Kräuter	100 g	1,99 €	Kartoffelchips Paprika, Biofan	125 g	1,99 €
Brot Chips - Paprika & Chilli	100 g	1,69 €	Prinzess-Brezeln mit Salz	125 g	1,49 €
Brot Chips - Salz & Pfeffer	100 g	1,69 €	Cashewkerne in Joghurtschokolade	80 g	2,29 €
Chips mit Salz, Landkartoffelchips	125 g	2,59 €	Dattel Brownie Vollmilch	40g	1,99 €
Cracker "Sesam" mit Rosmarin	250 g	2,09 €	Dattel Brownie Zartbitter	40 g	1,99 €
Cracker "Tomate" mit Oregano	250 g	2,09 €	Dinkel Knusperwaffeln Vollmilch	100 g	4,99 €
Crunchy Kichererbsen Barbecue	90 g	2,69 €	Pistacchio Dubai Style	40 g	1,79 €
Dinkels Parmesan-Knusperscheiben	100 g	3,99 €	Sultaninen in Vollmilchschokolade	100 g	2,29 €
			Schoko Reiswaffeln Zartbitter – glutenf.	100 g	1,79 €