



Start in die Grillsaison



Lupinen-
Rostbratwürstchen
Vegan
3,79 € / 200 g



Vegane Würstchen,
Fränkische Art
Vegan
3,19 € / 200 g



Burger Cashew
Black Bean
Vegan
3,19 € / 160 g



Seitanwürstchen
Winzi-Weenies
Vegan
3,79 € / 200 g



Black Forest Tofu
Vegan
3,39 € / 200 g



Bärlauchbratwurst
3,99 € / 250 g



Nürnberger
Rostbratwürste
3,99 € / 200 g



2 Rindfleisch-Burger,
5,79 € / 250g



Schweinenackensteaks,
8,72 € / ca. 350 g



Minutensteaks
9,57 € / ca. 320 g



Algen-Salat mit
Sesam und Ingwer
Vegan
3,39 € / 100 g



Kartoffelsalat Essig/Öl
Vegan
3,39 € / 400 g



Nudelsalat
3,59 € / 400 g



Curry Geflügelsalat,
2,79 € / 125 g



Antipasti-Mix, in
Kräuteröl,
2,99 € / 190 g



Guacamole
Vegan
4,29 € / 150 g



Tzatziki von SAFOS
14,99 € / 160 g



African Spirit Sauce,
Naturata
3,79 € / 0,21 l



Grillsauce Barbecue -
rauchig-süß
3,29 € / 0,210 l



Grillsauce Mexican
Salsa mit Jalapeno-Chili
3,29 € / 0,210 l

Aktuelles Gemüse- und Obstangebot im April 2026

Wir bieten Ihnen verschiedene Körbe von S ca. 16 € bis XL ca. 26 € an. 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.

Ab dieser Woche Neu bei uns			Nicht mehr bestellbar
Gemüse / Obst	Herkunft	Preis	
Artischocken	IT	2,69 €/ Stk.	Kürbis Butternut
Meerrettich	AT	17,99 € / kg	Rettich schwarz
Trauben blau kernlos	ZA	13,90 € / kg	Gelbe Bete
Bärlauch	DE	4,29 € / 100 g	
Himbeeren	ES	5,49 € / 125 g	
Erdbeeren	ES	5,99 € / 300 g	



Matcha for Latte to Go
7,99 € / 120 g



Shot Matcha,
1,99 € / 95,ml

Ich bin das Matcha Grünteepulver

durch die Kombi Koffein und L-Theanin wirke ich anregend. Meine Antioxidantien schützen deine Zellen und fördern Konzentration



Joghurt Matcha Mango
2,49 € / 500 g



BioZisch Matcha
1,99 € / 0,5 l

Orientalischer Couscous Salat

250g Couscous
1 TL Würzl Gemüsebrühe
250 ml heißes Wasser
1 Glas Kichererbsen
1 rote Zwiebel
250 g Cherrytomaten
½ Salatgurke
20 g Minze
30 g Petersilie
150 g Feta

Für die Kichererbsen

6 EL Olivenöl
1,5 TL Paprikapulver

Für das Dressing

6 EL Olivenöl
4 EL Zitronensaft
2 EL Lindenhonig
Salz und Pfeffer

Couscous mit Gemüsebrühe und Wasser anrühren. Dann 10 min abgedeckt stehen lassen.

Zunächst die Kichererbsen abspülen und danach mit Olivenöl sowie Paprikapulver würzen und anbraten.

Das Gemüse sowie Feta in kleine Stücke schneiden und die Kräuter klein hacken.

Für das Dressing Olivenöl, Zitronensaft, Salz & Pfeffer und Honig verrühren.

Jetzt Couscous, Gemüse, Kräuter und Feta misch und das Dressing darüber geben.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Aktuelles Käseangebot im April 2026

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, lactososefrei, 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	Hoodammer	100 g	2,69 €
162213	Leuchtturm Käse, 48 %	Thise Mejeri	100 g	2,99 €
119801	Nordseekäse, 48 % Fett	Thise Mejeri	100 g	2,69 €
186219	Rässkäse mit Steinsalz, 6 Monate gereift	Bio vom Berg	100 g	2,79 €
186996	Tiroler Bio-Bergkäse	Bio vom Berg	100 g	2,19 €
167049	Bärlauchkäse, lactosefrei !NEU!	Roggenburger	100 g	2,59 €
<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	Schlierbacher	100 g Packung	3,29 €
184151	Ziegenbuttermilch in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	100 g Packung	3,19 €
131433	Ziegenamembert, 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 €
<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 Ziegenmilch	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	Roggenburger	125 g Packung	3,79 €
123244	Ringelblumenkäse in Scheiben	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	Milchwerke 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 €
116998	Camembert, light !NEU!	dennree	125 g Packung	1,99 €
163809	Camembert oval, 30 % !NEU!	dennree	150 g Packung	2,49 €
<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	FrischeCrème Kreta	Weißenhörner	150 g	2,49 €
116223	FrischeCrème Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhörner	150 g	2,29 €
147925	Körniger Frischkäse	dennree	200 g Becher	1,39 €
125829	Mascarpone -lactosefrei-	Züger	250 g Becher	3,79 €
162922	WildeWeideKuh Pinna	Jakobsberger	140 g Glas	3,99 €

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

Backwaren ab April 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	1 Stück	1,60 €
1030	Dinkelbrot	750 g	5,60 €	1442	Käsestange mit Mohn	1 Stück	2,50 €
1034	Dinkel Chiabrot	500 g	4,90 €	1160	Laugenstange, vegan,	1 Stück	1,35 €
1006	Emmerbrot	750 g	5,60 €	1161	Laugenbrezel, vegan,	1 Stück	1,35 €
1023	Emmer Dinkelbrot	500 g	4,60 €	1163	Laugenknopf	1 Stück	1,35 €
1001	Frankenlaib	1000 g	5,45 €	1446	Paprikastange	1 Stück	2,50 €
1002	Frankenlaible	500 g	3,20 €	1444	Spinat-Feta-Stange	1 Stück	2,50 €
1035	Hafer Dinkelbrot	750 g	5,60 €	1195	Vinschgauer	1 Stück	1,30 €
1012	Roggenbrot	750 g	5,00 €	1411	Zwiebelstange	1 Stück	2,30 €
1020	Urgetreidebrot, weizenfrei	750 g	5,20 €	<u>Gebäck</u>			
1076	Dinkel48	600 g	5,70 €	1238	Crossaint vegan	1 Stück	2,20 €
1052	Weizenvollkornbaguette NEU!!	350 g	3,60 €	1230	Dinkel Quarktaste	1 Stück	2,60 €
<u>Helle Brote</u>				1201	Dinkel Vollkorncoissant	1 Stück	2,50 €
				1234	Zimtschnecke -vegan-	1 Stück	3,50 €
1157	Dinkel Baguette hell	250 g	3,40 €	1241	Hörnchen	1 Stück	1,80 €
1087	Dinkel Ruchmehlbrot	500 g	4,90 €	1384	Schokobanane	1 Stück	3,40 €
1058	Fitness Brot	750 g	5,80 €	1095	Bärlauch Ficelle NEU!	1 Stück	2,95 €
1191	Fränkisches Baguette m. Sauerteig	350 g	3,40 €	<u>Kuchen</u>			
1075	Rhöner Landbrot	3000 g	14,95 €	1374	Buchweizenkuchen (glutenfrei)	1 Stück	3,40 €
1072	Walnussbrot	750 g	6,20 €	1300	Gedeckter Apfelkuchen -vegan-	1 Stück	3,30 €
1089	Wurzelbrot	350 g	3,50 €	1231	Rhabarber Quarkplunder NEU!!	1 Stück	2,60 €
				1337	Rhabarberkuchen -vegan- NEU!!	1 Stück	3,40 €
<u>Vollkornbrötchen</u>				1342	Himbeerkuchen	1 Stück	3,80 €
1145	Burger Buns	1 Stück	1,30 €	1316	Mohn Streusel Kuchen -vegan-	1 Stück	3,30 €
1120	Dinkel Vollkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	1372	Möhrenkuchen	1 Stück	3,50 €
1106	Dinkel Mohnbrötchen	1 Stück	1,30 €	1380	Apfelstrudel	1 Stück	3,60 €
1105	Dinkel Vollkornkernchen	1 Stück	1,20 €	1248	Apfel Streusel Plunder	1 Stück	2,60 €
1100	Fränkis	1 Stück	1,30 €	<u>Dauergebäck</u>			
1124	Mehrkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	1251	Flammendes Herz	1 Stück	3,70 €
<u>Helle Brötchen</u>				1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig	1 Stück	3,00 €
				1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	3,50 €
1167	Dinkel ChiaBatta Brötchen	1 Stück	1,20 €	1345	Walnuss Brownie	1 Stück	3,20 €
1170	Dinkel Seelen	1 Stück	1,60 €	1544	Semmelbrösel	500 g	3,69 €
1177	Dinkel Rosmarin Seelen	1 Stück	1,80 €				
1178	Dinkel Oliven Seelen	1 Stück	2,30 €				
1198	Dinkel Ecken	1 Stück	1,45 €				
1150	Kipf	1 Stück	0,65 €				
1190	Pitabrötchen	1 Stück	1,00 €				
1151	Rosenbrötchen	1 Stück	0,65 €				

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

<u>Getreide für Salate</u>					
Basmati Reis Vollkorn	500 g	2,89 €	Couscous, Spielberger	500 g	3,59 €
Basmatireis weiß, Spielberger	500 g	3,89 €	Dinkel im Kochbeutel	250 g	2,69 €
Buchweizen	500 g	4,49 €	Dinkel-Vollkorn Couscous	500 g	3,99 €
Bulgur aus Buchweizen	500 g	3,89 €	Gerstengraupen	500 g	2,39 €
Bulgur aus Dinkel	500 g	3,69 €	Quinoa	500 g	4,99 €