



Wir begrüßen den Juli



Bionade Naturtrübe
Zitrone
13,90 € / 12 x 0,33 l



Fritz-Kola Anjola Bio
Ananas-Limette
32,90 € / 24 x 0,33 l



Now Bio Sprizz
Rhabarber
15,90 € / 10 x 0,5 l



Now light
Cassis Lime
15,90 € / 10 x 0,5 l



3 Nuss Drink -
Macadamia Allos
3,49 € / 1 l



Trinkkakao
5,49 € / 400 g



Nuss Nougat Creme,
4,80 € / 400 g



Spargelcremesuppe
1,49 € / 45 g



Pilzcremesuppe
1,49 € / 50 g



Kürbiscremesuppe
1,49 € / 40 g



Maultaschen mit
Gemüsefüllung
3,39 € / 250 g



Dinkel Saccottini,
gefüllt mit Spinat
4,39 € / 250 g



Tortelloni mit
Ricotta-Füllung
2,69 € / 250 g



Tortelloni mit Bärlauch
3,49 € / 250 g



Crispy Snack Rote Linse
3,49 € / 200 g

Aktuelles Gemüse- und Obstangebot im Juli 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.

<i>Ab dieser Woche Neu bei uns</i>			<i>Nicht mehr bestellbar</i>
Gemüse / Obst	Herkunft	Preis	
Minze im Bund	DE	2,59 € / Bund	Brokkoli
Basilikum im Topf	DE	2,99 € / Topf	Schalotten
Frühkartoffeln Magda	DE	3,49 € / kg	
Chinakohl	IT	8,90 € / kg	
Brombeeren	ES	5,69 € / 125 g	
Kiwi gelb	ZA	1,69 € / Stück	
Honigmelone Charentais	ES	9,90 € / kg	
Honigmelone Cantaloupe	ES	9,90 € / kg	
Wassermelone Mini	ES	3,99 € / kg	
Stachelbeere	DE/Regional	7,90 € / 250 g	
Johannisbeeren rot	DE/Regional	7,90 € / 250 g	
Dicke Bohnen	DE/Regional	1,60 € / 200 g	
Süßkirschen	DE/Regional	3,89 € / 200 g	
Fleischtomaten/Ochsenherz	DE/Regional	9,90 € / kg	
Frühkartoffeln Annabelle fk	DE/Regional	3,79 € / kg	
Frühkartoffeln Laura vfk	DE	3,79 € / kg	
Frühkartoffeln mehlig	DE/Regional	3,79 € / kg	

Frisch vom Feld – eigene Ernte

Bundzwiebel, Blaukraut, Lauch, Spitzkraut, Mangold, Tomaten.
Fleischtomaten, Fenchel, Kohlrabi, rote Bete, rote Bete im Bund,
Mairübchen, Weißkraut

Spitzkohlpfanne mit Fetakäse (2 Portionen)

Zutaten:

360 g Spitzkohl
1 kl. Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 kl. Chilischote
160 g Feta-Käse
1 kl. Paprikaschote
2 EL Gemüsebrühe
1 EL Sojasauce
1 EL Honig
1 EL Essig
Salz und Pfeffer
2 Tasse Reis

Die Zwiebel und die Paprikaschote in dünne Streifen schneiden.
Die Knoblauchzehe klein hacken sowie die Chilischote klein schneiden.

Nun alles in etwas Öl anbraten. Den geschnittenen Spitzkohl ein wenig mitbraten. Mit der Gemüsebrühe, dem Honig, der Sojasoße und dem Essig ablöschen. Ca. 5 Minuten dünsten lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den gewürfelten Schafskäse unterheben und erwärmen, nicht mehr kochen lassen. Dazu die 2 Tassen Reis kochen. Am Ende alles unterrühren.

Wir wünschen guten Appetit.

Aktuelles Käseangebot im Juli 2026

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

Käsesorten die wir für Sie schneiden		Mindestabnahmemenge 200 g je Käselieferung		
126246	Almkönig, lactossefrei, 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 €
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 Mejemi	100 g	2,99 €
186996	Tiroler Bio-Bergkäse	Bio vom Berg	100 g	2,19 €
Ziege und Schaf				
187222	FrchesFrolleinziege (Knoblauch & Kräuter)	Jakobsberger	135 g Glas	4,29 €
120734	Frischkäse Schani das Schaf (Curry & Dattel)	Jakobsberger	135 g Glas	4,59 €
184151	Ziegenbuttermilch 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 €
191439	Ziege Rosmarin- Thymian-Salbei	Vallée Verte	100 g	3,59 €
Abgepackte Käse				
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 €
Scheibenkäse, abgepackt				
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 €
145934	Toast & Burger Schmelzkäsescheiben	bio verde	150 g Packung	2,79 €
Brie - Camembert				
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 €
116998	Camembert, light !NEU!	dennree	125 g Packung	1,99 €
163809	Cambert oval, 30 % !NEU!	dennree	150 g packung	2,49 €
Frischkäse				
116199	Frischkäse Kräuter	dennree	150 g	1,49 €
116188	Frischkäse Natur	dennree	150 g	1,39 €
114941	Frischkäse Kräuter	Andechser	175 g	2,29 €
116212	FrischeCreme Paprika !NEU!	Weißenhorn	150 g	2,49 €
116201	FrischeCreme Kräuter	Weißenhorn	150 g	2,49 €
116278	FrischeCreme Kreta	Weißenhorn	150 g	2,49 €
116223	FrischeCreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhorn	150 g	2,29 €
147925	Körniger Frischkäse	dennree	200 g Becher	1,39 €
125829	Mascarpone -lactosefrei-	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 Juli 2026

(DE-ÖKO-037)

Backwaren von der Vollkornbäckerei Köhler, Würzburg

Tägliche frisch gebacken!

Vollkornbrote				Pikantes			
1001	Frankenlaib	1000 g	5,45 €	1094	Focaccia Mini	1 Stück	1,60 €
1002	Frankenlaible	500 g	3,20 €	1160	Laugenstange, vegan,	1 Stück	1,35 €
1003	Bauernlaib	1000 g	5,45 €	1161	Laugenbrezel, vegan,	1 Stück	1,35 €
1006	Emmerbrot	750 g	5,60 €	1163	Laugenknopf	1 Stück	1,35 €
1012	Roggenbrot	750 g	5,00 €	1195	Vinschgauer	1 Stück	1,30 €
1020	Urgetreidebrot, weizenfrei	750 g	5,20 €	1442	Käsestange mit Mohn	1 Stück	2,50 €
1023	Emmer Dinkelbrot	500 g	4,60 €	1444	Spinat-Feta-Stange	1 Stück	2,50 €
1030	Dinkelbrot	750 g	5,60 €	1446	Paprikastange	1 Stück	2,50 €
1034	Dinkel Chiabrot	500 g	4,90 €	1411	Zwiebelstange	1 Stück	2,30 €
1035	Hafer Dinkelbrot	750 g	5,60 €	<u>Gebäck</u>			
1076	Dinkel48	600 g	5,70 €	1185	Pomodori	1 Stück	2,30 €
1052	Weizenvollkornbaguette	350 g	3,60 €	1201	Dinkel Vollkorncoissant	1 Stück	2,50 €
<u>Helle Brote</u>				1230	Dinkel Quarktaste	1 Stück	2,60 €
1157	Dinkel Baguette hell	250 g	3,40 €	1234	Zimtschnecke -vegan-	1 Stück	3,50 €
1058	Fitness Brot	750 g	5,80 €	1238	Crossaint vegan	1 Stück	2,20 €
1072	Walnussbrot	750 g	6,20 €	1241	Hörnchen	1 Stück	1,80 €
1075	Rhöner Landbrot	3000 g	14,95 €	1384	Schokobanane	1 Stück	3,40 €
1087	Dinkel Ruchmehlbrot	500 g	4,90 €	<u>Kuchen</u>			
1089	Wurzelbrot	350 g	3,50 €	1231	Rhabarber Quarkplunder NEU!!	1 Stück	2,60 €
1191	Fränkisches Baguette m. Sauerteig	350 g	3,40 €	1300	Gedeckter Apfelkuchen -vegan-	1 Stück	3,30 €
<u>Vollkornbrötchen</u>				1309	Bienenstich NEU!!	1 Stück	3,80 €
1100	Fränkis	1 Stück	1,30 €	1310	Brownie !!NEU!! - glutenfrei-	1 Stück	3,40 €
1105	Dinkel Vollkornkernchen	1 Stück	1,20 €	1316	Mohn Streusel Kuchen -vegan- !!NEU!!	1 Stück	3,30 €
1106	Dinkel Mohnbrötchen	1 Stück	1,30 €	1318	Spanischer Mandelkuchen !!NEU!!	1 Stück	3,80 €
1120	Dinkel Vollkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	1341	Aprikosenstreuselkuchen !!NEU!!	1 Stück	3,60 €
1124	Mehrkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	1342	Himbeerkuchen	1 Stück	3,80 €
1145	Burger Buns	1 Stück	1,30 €	1347	Himbeer Käsekuchen	1 Stück	3,60 €
<u>Helle Brötchen</u>				1358	Zitronenkuchen mit Blaubeeren	1 Stück	3,60 €
1150	Kipf	1 Stück	0,65 €	1392	Mohnmuffin mit Kirschen !!NEU!!	1 Stück	2,95 €
1151	Rosenbrötchen	1 Stück	0,65 €	<u>Dauergebäck</u>			
1167	Dinkel ChiaBatta Brötchen	1 Stück	1,20 €	1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig	1 Stück	3,00 €
1170	Dinkel Seelen	1 Stück	1,60 €	1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	3,50 €
1177	Dinkel Rosmarin Seelen	1 Stück	1,80 €	1256	Pfauenaugen !!NEU!!	1 Stück	3,50 €
1178	Dinkel Oliven Seelen	1 Stück	2,30 €	1544	Semmelbrösel	500 g	3,69 €
1198	Dinkel Ecken	1 Stück	1,45 €				
1190	Pitabrötchen	1 Stück	1,00 €				

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

Wenn es mal schnell gehen muss

Grünkern Burger-Mischung	160 g	2,29 €	Veggie Bauertopf	340 g	3,29 €
Gemüse Burger-Mischung	160 g	2,29 €	Veggie Gulasch	330 g	3,29 €
Falafel Gut-Fränkisch aus der Region	250 g	4,49 €	No Butter No Chicken	330 g	3,39 €
Falafel Arabica aus der Region	250 g	4,49 €	Thai Curry Kichererbse	400 g	3,29 €
Falafel Provence aus der Region	250 g	4,49 €	Curry Typ Butter Chicken	375 g	3,49 €
Burger Cashew Black Bean, vegan	160 g	3,19 €	Blumenkohl Cremesuppe	380 ml	3,49 €
Burger Süßkartoffeln, vegan	160 g		Brokkoli Cremesuppe	380 ml	3,49 €