



Liebe Kund\*innen

nachdem wir Sie herzlich in unserer ersten Lieferwoche begrüßen konnten, möchten wir Ihnen heute ein königliches Gemüse an den Gaumen legen, welches noch nicht in allen Küchen die Anerkennung gefunden hat, die ihm gebührt. Diesmal dreht es sich um das **HEIMISCHE WINTERGEMÜSE ROSENKOHL**. Bereits seit einigen Wochen können wir Ihnen den wunderschönen Rosenkohl vom **WIEBKE & JAN SCHÜTT** anbieten, welche mit ihren drei Kindern einen Gemüsebaubetrieb nach **BIOLAND-RICHTLINIEN** bewirtschaften.

Rein ästhetisch betrachtet ist der Rosenkohl ein absolut erstaunliches Modell unter den Kohlgewächsen. Mit bis **ZU 1,20 M HOHEN STRÜNKEN** überragt er majestätisch den Gemüsegarten und hat sozusagen alles unter sich im Blick. Gepflanzt wird er bereits im Mai, und bis zur absoluten Genussreife braucht es mindestens bis Oktober, solange wie bei keinem anderen Kohlgewächs. Dass der Rosenkohl so hoch wächst, ist für alle, die ihn pflücken müssen, schon ein Vorteil, denn wirklich gute und schöne Röschen können wir Ihnen **NUR MIT DER GUTEN ALTEN HANDERTE ANBIETEN**. Diese ist – zumindest wenn sie stundenlang ausgeführt werden muss – wirklich anstrengend. Ich kenne schon einige Rosenkohlpflücker\*innen, welche Probleme mit den Sehnscheiden bekommen haben. Daher sind hier auch immer mal wieder Pausen von einem Tag auf den anderen angesagt.

Rosenkohl ist erst dann so richtig genussreif, wenn die Pflanzen vom ersten Frost überzogen wurden, welchen wir ja nun inzwischen schon ein paar mal hatten. Als Schutzfunktion vor dem Frost, wird Stärke zu Zucker umgewandelt, wodurch die Pflanze sozusagen über ihr eigenes **NATÜRLICHES FROSTSCHUTZMITTEL** verfügt. Dies addiert zu dem kräftigen Kohlgeschmack ein angenehm herb-süßliches Aroma.

Nach dem Grünkohl ist er **EINES DER GESÜNDESTEN KOHLGEWÄCHSE**, weit noch vor Blumenkohl, Brokkoli oder Rotkohl. Wie beim Grünkohl, stecken **VIEL VITAMIN C, WICHTIGE B-VITAMINE UND EINIGE MINERALIEN** in dem tollen Wintergemüse. In Gourmetrestaurants (vor und nach Corona) findet man ihn oft als Beilage für einige gute Fleischgerichte. Leckere Rezepte – auch vegetarisch/vegan – finden Sie auf unserer Website unter: <https://bit.ly/2MZZ1C1> ... und zudem haben wir Ihnen auf der nächsten Seite eines mit ausgewählt.

Wir empfehlen übrigens die kleinen Strünke auf der Unterseite der Röschen **KREUZWEISE EINZUSCHNEIDEN**, damit der Rosenkohl gleichmäßig beim Kochen fertig garen kann. Apropos Garen: da das nicht so hitzestabile Vitamin C unter langem Kochen leidet, reichen, entgegen landläufigen Meinungen, beim Kochen von Rosenkohl 10-15 Minuten. Wir wünschen guten regionalsaisonalen Appetit!

Mit rosenkohligen Grüßen

  
Ihr Thomas Wolf

[Ich möchte den Newsletter in Zukunft nicht mehr erhalten.](#)

[www.querbeet.de](http://www.querbeet.de)

## Unsere Angebote KW 3 vom 18. bis 23. Januar 2021

- Brot Querbeet-Karottenbrot Mulinbeck** (1019) 750g Kasten, Mulinbeck St. € 5,69  
Dinkelbrot mit Möhren und Walnüssen! Sehr lecker und durch die Zugabe von Möhren deutlich feuchterer Teig. 100 % Dinkelvollkornmehl mit Backferment gebacken.
- Brot Dinkel-Roggen-Brot Siebenkorn Demeter** (10814) 750 Laib St. € 6,29  
Mild und bekömmlich. Das runde Dinkel-Roggen-Brot ist der Klassiker unter unseren dinkelhaltigen Brotsorten. Der Roggenanteil gibt dem Brot einen kräftigeren Touch und Saftigkeit ohne den Dinkelgeschmack zu stören. Da es im Steinofen gebacken wird, ist es schön krustig, trotzdem hell.
- Brot Maronenkeil Brot Siebenkorn** (12196) 375g Keil, Mulinbeck St. € 4,39  
Ein lockeres und absolut reichhaltiges Vital- Brot. Mit Kastanienmehl, geraspelten Möhren, Sonnenblumenkernen und Mandeln.
- Suppe QUERBEET-SUPPE der Woche** (10381), 1 kg Beutel Stück € 10,99  
**Diese Woche: Kokos-Linsensuppe mit Chili (vegan)**  
Unsere frische, wöchentlich wechselnde, Suppe im 1Liter-Beutel. Exklusiv für Querbeet vom BioCaterer Safran aus Hüttenberg für Sie gekocht, mit überwiegend hofeigenen, regionalen & saisonalen Zutaten.
- Gemüsegericht QUERBEET Gemüsegericht der Woche** (12415), 1 kg Beute Stück € 19,90  
**Diese Woche: Griechisches Gemüse mit Feta**  
Fertig gekochte Gemüsegerichte. *Das Gemüsegericht ist ausreichend für 4 Erwachsene Personen*  
Exklusiv für Querbeet vom BioCaterer Safran aus Hüttenberg für Sie gekocht.
- Käse Schweizer Brie Torte** (5081), ca. 200g, Schweiz 100g € 2,49  
Feiner Brie aus der Käserei Val D'Arve vom Genfer See / Schweiz, hergestellt nach den Richtlinien der Bio Suisse Knospe. Der Käse ist mittelwürzig und zuverlässig in der Qualität, man schmeckt und sieht die Nähe zu Frankreich. Fettgehalt: 45 % Fett i. Tr. – Lab: Mikrobiell.
- Käse Ziegenfrischkäse in Öl m. Kräuter** (10419), 150g Becher, Deutschland Stück € 4,59  
Dieser Ziegenfrischkäse wird in erntefrischem Olivenöl mit Kräutern und Knoblauch eingelegt. Von Monte Ziego aus dem Schwarzwald – sehr feiner, milder Ziegenfrischkäse wunderbar im Becher geschichtet und somit auch optisch fein. Fettgehalt: 45 % Fett i.T. – Lab: Kälberlab.
- Käse Winterkäse Aurora** (5326), ca. 200g Stück, Holland 100g € 2,19  
Aromatisch, würzige Gewürzkombination mit Biss: Zimt, Kumin, Knoblauch, Zwiebeln, und Spanischer Pfeffer. Spezialität mit wärmender Gewürzmischung die durch Zugabe von fruchtigen Cranberries abgerundet wird. Fettgehalt: 50 % Fett i. Tr. – Lab: Mikrobiell. Rinde ist nicht verzehrbar.
- Käse Der Bärige Käse** (12440), ca. 200g, Schweiz 100g € 2,79  
Unser Bäriger Schweizer Rahmlaib aus St. Gallen wird aus bester Bio-Vollmilch hergestellt. Er besticht durch sein vollmundiges, rahmiges Aroma und zeichnet sich durch seinen wunderbar zarten Teig und hervorragenden Schmelz aus. Bestens als Vesperkäse geeignet unterstreicht er auch das Aroma von frischen Äpfeln. Fettgehalt: 55 % Fett i. Tr. – Lab: Kälberlab. Die Naturrinde ist für den Verzehr geeignet.
- Käse Bergbauernkäse Bockshornklee** (3302), ca. 200g Stück, Deutschland 100g € 2,39  
Beste Bergbauernmilch von Höfen im Voralpenland und die aromatischen Samen vom Bockshornklee vereinen sich im ÖMA Bergbauer Bockshornklee zu einem Geschmackserlebnis der besonderen Art. Im geschmeidig cremigen Teig des Schnittkäses können die Bockshornkleesamen ihr würziges, leicht nussiges Aroma wunderbar harmonisch entfalten. Fettgehalt: 50 % Fett i. Tr. – Lab: Mikrobiell. Die Rinde ist nicht verzehrbar.
- Käse Gouda extra alt / überjährlig** (7617), ca. 200g Stück, Holland 100g € 2,59  
Mindestens 12 Monate gereifter Gouda mit würzigem, pikantem Aroma, karamellig und leicht süßlich. Kristalline Struktur, leicht bröckelig. Ideal zum Überbacken von Wintergemüse (z.B. Rosenkohl), für Käsegebäck oder einfach mit frischen Feigen, Nüssen und einem Rotwein genießen. Fettgehalt: 48 % Fett i. Tr. – Lab: Mikrobiell. Die Rinde ist nicht verzehrbar. **Passt prima zum Rezept!**
- Käse Luzerner Nusskäse** (12322), ca. 200g, Schweiz 100g € 3,69  
Unser Luzerner Nusskäse wird aus tagesfrischer und naturbelassener Heumilch hergestellt und mit einer Baumnuss-Essenz verfeinert. Ein Käse mit Tradition: Seine Geschichte reicht bis ins 19. Jahrhundert zurück, als die Besitzer stattlicher Bauernhöfe zur Geburt eines Sohnes einen Nussbaum in der Nähe des Wohnhauses pflanzten. Im Laufe der Zeit gab es in der Gegend um Luzern dann immer mehr kleine und große Nussbäume und da lag es nahe, aus den Walnüssen verschiedene Leckereien und Spezialitäten zu kreieren. Neben Nussöl, Nussbrot und Nussbutter unter anderem auch diesen feine Nusskäse. Genuss mit Nuss! Fettgehalt: 50 % Fett i. Tr. – Lab: Kälberlab. Die Naturrinde ist verzehrbar. Aus Rohmilch.
- Fleisch Rinder-Gulasch** (452) ca. 500g 100g € 2,79
- Fleisch Gulasch gemischt (Schwein & Rind)** (3040) ca. 500g 100g € 2,59
- Fleisch Schweine-Gulasch** (479) ca. 500g 100g € 2,49  
Frisches Gulasch vom Alsfelder Bio Metzger. Ideal für die Winterküche zu oder mit deftigem Gemüse zubereitet. Eigene BIOLAND Tierhaltung der Hephata in Nord- und Mittelhessen.
- Wurst Kartoffel-Mettwurst** (w1285) 2 Stück = ca. 220g 100g € 2,49
- Wurst Möhren-Mettwurst** (w1286) 2 Stück = ca. 220g 100g € 2,49  
Feine Mettwurstchen, geräuchert mit ca. 20% Möhren bzw. 20 % Kartoffeln im Wurstteig. Sehr delikat! Zum Rohessen, Brühen, Warmmachen in der Suppe oder Eintopf oder ähnlichem. Kartoffeln und Möhren aus eigenem Anbau der BIOLAND Landwirtschaft der Hephata in Nord- und Mittelhessen.

## frisches Rindfleisch von Familie Hampel aus Schotten zum Vorbestellen

**Diese Woche zum Vorbestellen - Bitte bestellen Sie bis Mittwoch 20. Januar 12 Uhr vor – Auslieferung mit Ihrer normalen Bestellung in KW 4 ab Dienstag, den 26. Januar.**

Tolles Rindfleisch aus artgerechter und sehr naturnaher Haltung. Alles in einer Hand – Tierhaltung, Schlachtung, Verarbeitung und Vermarktung! Bäuerliche Landwirtschaft so wie sie sein soll!

<b>Fleisch V* Rumpsteaks 2 Stück, regional</b> (11012), 2 Stück = ca. 350g	100g € 5,40
<b>Fleisch V* Rouladen vom Rind, regional</b> (11013), 2 Stück = ca. 350g	100g € 3,95
<b>Fleisch V* Rinder-Hüftsteaks, regional</b> (11022), 2 Stück = ca. 350g	100g € 3,95
<b>Fleisch V* Rinderbraten, regional</b> (11014), 1 Stück = ca. 800g	100g € 2,99
<b>Fleisch V* Rindergulasch, regional</b> (11015), ca. 500g	100g € 2,80
<b>Fleisch V* Kochfleisch ohne Knochen, regional</b> (11016), 1 Stück = ca. 800g	100g € 1,99
<b>Fleisch V* Rinder-Hackfleisch, regional</b> (11017), ca. 500g	100g € 2,20
Das <b>Haltbarkeitsdatum</b> ist aufgrund rechtlicher Bedingungen nur auf den <b>Tag der Auslieferung</b> begrenzt! Nur zum sofortigen Verzehr oder zum Einfrieren.	
<b>Fleisch V* Beinscheibe vom Rind, regional</b> (11018), 1 Stück = ca. 500g	100g € 1,99
<b>Fleisch V* Suppenfleisch vom Rind, regional</b> (11019), 1 Stück = ca. 500g	100g € 1,60
<b>Wurst V* Rindersalami am Stück, regional</b> (11020), 1 Stück = 300g	Stk € 12,90
<b>Wurst V* Rinderschinken, regional</b> (11021), 1 Stück = ca. 150 - 200g	100g € 5,80

### Frühstücksbrei von Rapunzel

Den Grundstein für einen guten Tag legen Sie mit dem richtigen Frühstück. Genießen Sie daher die erste Mahlzeit des Tages am besten in Ruhe, ausgewogen, abwechslungsreich und wohlschmeckend. So sind Sie den Herausforderungen des Alltags gewachsen und fühlen sich rundum wohl. Mit den Rapunzel Müslis und Frühstücksbreien liegen Sie hier immer richtig und haben eine große Auswahl, vom Original Müsli über Beeren-Amaranth-Varianten bis hin zu Omega-, Ayurveda- oder Basen-Balance-Breien. Schließlich fühlt man sich ja auch nicht jeden Tag gleich ... Der Brei wird einfach mit einer heißen Flüssigkeit übergossen. Je nach Geschmack und Verträglichkeit ist dafür heiße Milch, Soja-, Reis- sowie Hafermilch oder einfach heißes Wasser geeignet. Nach einer kurzen Quellzeit – je nach Belieben 2 bis 5 Minuten – ist der Brei fertig. Wer will, kann ihn mit Mandel- oder Haselnussmus, mit frischem Obst oder Nüssen variieren. Mit der Sorte Basis lassen sich auch gut würzige Varianten zubereiten. Einfach mal probieren!

<b>Cerealien Frühstücksbrei Basis Rapunzel</b> (5897), 500g Beutel	Stück € 5,79
<b>Cerealien Frühstücksbrei Frucht Rapunzel</b> (5898), 500g Beutel	Stück € 6,49
<b>Cerealien Frühstücksbrei Omega Rapunzel</b> (10449), 500g Beutel	Stück € 6,49
<b>Cerealien Frühstücksbrei Kakao-Banane Rapunzel</b> (7072), 500g Beutel	Stück € 5,79
<b>Cerealien Frühstücksbrei Basen-Balance Rapunzel</b> (7073), 500g Beutel	Stück € 5,79
<b>Cerealien Frühstücksbrei Dinkel Hildegard</b> (7074), 500g Beutel, Rapunzel	Stück € 6,49
<b>Cerealien Frühstücksbrei Sportler Rapunzel</b> (n6977), 500g Beutel, Rapunzel	Stück € 6,49

### Querbeet Käsemix Paket der Woche 4x ca. 100g

**Angebotspreis Käsemixpaket pro 100 g € 2,70**

- Camberra Nuss** Weichkäse mit Nusstückchen aus dem Allgäu. 50 % Fett i. Tr. - Lab: Mikrobiell
- Winterkäse** Schnittkäse mit wärmenden Gewürzen – schön winterlich. 50 % Fett i. Tr. - Lab: Mikrobiell.
- Scarmorza affumicata Käse** Geräucherte Mozzarella, herzhaft! 44 % Fett i. Tr. - Lab: Mikrobiell.
- Luzerner Nusskäse** Schweizer Hartkäse mit Walnuss-Essenz. 50 % – Lab: Kälberlab. Aus Rohmilch.

### Rosenkohlpfanne mit altem Gouda

**Zutaten (für 4 Personen):** 1 kg Rosenkohl, 200 g gekochter Schinken, 40 g Butter, 1 Prise frisch geriebene Muskatnuss, 50 g Butter, 100 g frisch geriebener uralter Gouda und 1 Bund Schnittlauch

**Zubereitung:** Den Rosenkohl putzen, es sollten etwa 800 g übrigbleiben. In einem entsprechend großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Röschen in 12-14 Minuten kochen, jedoch nicht zu weich werden lassen. Herausnehmen und warmhalten. Inzwischen den gekochten Schinken klein Würfeln, so dass eine Kantenlänge von etwa 5 mm entsteht. Die Butter in einer großen Pfanne zerlassen und die Schinkenwürfel kurz anbraten. Den Rosenkohl zugeben und alles gut miteinander vermengen. Mit Muskatnuss würzen. Die Butter zerlassen und leicht bräunen lassen. Den uralten Gouda unter die Rosenkohl-Schinken-Mischung rühren und mit Butter begießen. Mit den Schnittlauchröllchen garnieren und servieren. Dazu passen Pell- oder Salzkartoffeln.

Kunden-Name:

Kunden-Nummer:

Bestellung	Art-Nr.	Produkt	Einheit	Preis €	QK-Kürzel	Bemerkungen
<b>SALATE &amp; KRÄUTER</b>						
	102 / 112	Grüner Eichblatt Salat <i>oder</i> Roter Eichblatt Salat	1 Stück	2,95	F Demeter	
	104 / 113	Grüner Batavia Salat <i>oder</i> Roter Batavia Salat	1 Stück	2,95	I Demeter	
	103	Grüner Kopfsalat	1 Stück	2,95	I Demeter	
	105	Feldsalat	100 g	3,20	F Ecocert	wenig
	108	Rucola Salat	100 g	2,25	I EU-Bio	
	109	Radicchio > von Cavalier Mellone	1 kg	6,95	I Demeter	
	107	Chicorée	100 g	1,40	D Demeter	
	350 / 358	Krause Petersilie <i>oder</i> Glatte Petersilie	1 Bund	2,20	I EU-Bio	
	352 / 364	Dill <i>oder</i> Koriander	1 Bund	2,20	I EU-Bio	
	363 / 288	Salbei <i>oder</i> Rosmarin	1 Bund	1,95	I EU-Bio	
	359	Minze	1 Bund	2,20	E APPLUS	
	374	Thymian	1 Bund	2,40	D Bioland	
	<b>98</b>	<b>Bouquet Garni &gt; Rosmarin, Thymian, Lorbeer</b>	<b>1 Bund</b>	<b>2,40</b>	<b>F Ecocert</b>	<b>NEU</b>
	153	Bundzwiebeln (Frühlingszwiebeln)	1 Bund	2,49	EG EU-Bio	
	355	Kresse > nährstoffreiche Kressesprossen	1 Schale	0,90	D EU-Bio	
	349	Rucola Kresse > würzig-aromatisch, für Salat oder aufs Brot	1 Schale	1,50	D Bioland	
	437	Alfalfa Sprossen	150g	3,20	D Bioland	
	438	Brokkoli Sprossen	50g	3,20	D Bioland	
	439	Sprossensalat	180 g	3,20	D Bioland	
	434	Grand Gourmet Sprossenmischung	80 g	3,95	D Bioland	
<b>GEMÜSE</b>						
	101	Mangold > schöne Stauden > 350 – 600g	1 kg	5,49	I ICEA	
	<b>99</b>	<b>Baby-Spinat &gt; junge Spinatblätter für Salat oder Smoothie</b>	<b>100 g</b>	<b>1,95</b>	<b>F Ecocert</b>	<b>wieder da</b>
	170	Radieschen	1 Bund	2,50	I Demeter	
	173	Rettich schwarz > rund mit weißem Fruchtfleisch	1 kg	3,95	D Bioland	
	1271	Zuckermais gegart vakuum > 2 Stück	1 Beutel	4,65	D Naturland	
	128	Buschbohnen	100 g	1,20	EG EU-Bio	
	<b>137</b>	<b>Zuckerschoten</b>	<b>100 g</b>	<b>1,80</b>	<b>EG EU-Bio</b>	<b>NEU</b>
	136	Landgurken	1 kg	7,95	E CAERM	
	138	Schlangengurken > von CampoJoyma	1 Stück	3,49	E EU-Bio	
	123	Auberginen > 200 – 400 g > von CampoJoyma	1 kg	9,95	E EU-Bio	wenig
	122	Zucchini	1 kg	9,95	E Demeter	
	329	Avocado > Sorte „Hass“ > 170g	1 Stück	2,60	E CAAE	
	125	Grüne Paprika > von CampoJoyma	1 kg	9,95	E Demeter	
	118	Gelbe Paprika > von CampoJoyma	1 kg	9,95	E Demeter	
	124	Rote Paprika > von CampoJoyma	1 kg	9,95	E EU-Bio	
	286	Paprika spitz rot	1 kg	9,95	E APPLUS	
	117	Peperoni rot	100 g	1,95	E APPLUS	
	119	Strauchtomaten	1 kg	7,95	E CAAE	
	290	Romatomen	1 kg	6,95	E CAAE	
	126	Cherrystrauchtomaten	1 kg	9,95	E Demeter	
	165	Kohlrabi > 300g+	1 Stück	2,25	I ICEA	
	163	Brokkoli > von Azienda Di Lauro	1 kg	5,95	I Naturland	
	162	Romanesco	1 Stück	4,95	I Demeter	
	172	Blumenkohl	1 Stück	4,79	I EU-Bio	

Kunden-Name:

Kunden-Nummer:

Bestellung	Art-Nr.	Produkte	Einheit	Preis €	QK-Kürzel	Bemerkungen
		<b>G E M Ü S E</b>				
	178	Weißkohl > eigene Ernte Steinfurth	1 kg	2,95	D Bioland	
	159	Spitzkohl	1 kg	4,79	E Demeter	
	<b>160</b>	<b>Chinakohl &gt; 600 – 1200g</b>	<b>1 kg</b>	<b>4,95</b>	<b>D Bioland</b>	<b>wieder da</b>
	179	Rotkohl > 800 – 1800g > von Müller-Ölbke	1 kg	4,25	D Bioland	
	167	Grünkohl > regionale Ernte	1 kg	7,95	D Bioland	
	<b>166</b>	<b>ROSENKOHL</b>	<b>1 kg</b>	<b>8,99</b>	<b>D Bioland</b>	<b>Unser Tipp</b>
	175	Wirsing > 600 – 1000g	1 kg	4,95	F EU-Bio	wenig
	220	Sauerkraut lose > frisch vom Fass	1 kg	4,60	D Bioland	
	2201	Sauerkraut im Beutel > genussfertig > 500g	1 Beutel	2,95	D Bioland	
	152	Lauch	1 kg	6,79	D Bioland	
	180	Möhren > eigene Ernte Pappelhof	1 kg	2,95	D Bioland	
	499	Solidarmöhren > Aktion krummes Gemüse > eigene Ernte Pappelhof	1 kg	2,95	D Bioland	wenig
	189	Möhren „Purple Haze“ > von Müller-Ölbke	1 kg	3,95	D Bioland	
	174	Knollensellerie lose > regionale Ernte	1 kg	4,95	D Bioland	
	183	Staudensellerie > 350g	1 Stück	3,25	I EU-Bio	
	186	Fenchel > 300 – 500g	1 kg	4,95	I ICEA	
	188	Pastinaken > eigene Ernte Pappelhof	1 kg	4,95	D Bioland	
	192	Wurzelpetersilie > eigene Ernte Pappelhof	1 kg	8,49	D Bioland	
	197	Schwarzwurzeln	1 kg	5,49	NL SKAL	
	185	Meerrettich > auch halbe Stangen möglich	100 g	1,65	A Eu-Bio	
	187	Rote Bete > regionale Ernte	1 kg	2,95	D Bioland	
	267	Rote Bete gegart > 500g	1 Beutel	4,30	D Demeter	
	168	Steckrüben	1 kg	3,95	D Bioland	
	176	Suppengemüse > ca. 400g	1 Bund	2,99	D Bioland	
	134	Hokkaido rot > 400 – 800 g	1 kg	4,95	D Naturland	
	<b>233</b>	<b>Butternut-Kürbis &gt; 600 – 1200g &gt; von Cavalier Mellone</b>	<b>1 kg</b>	<b>3,49</b>	<b>I Demeter</b>	<b>NEU</b>
		<b>KULTUR- &amp; EDELPILZE</b>				
	141	Austernpilze > auch Kalbspilz oder Austernseitling genannt;	100 g	1,20	D Bioland	
	140	Steinchampignon > edle Champignonvariante	100 g	1,30	D Bioland	
	143	Kräuterseitling > edler Pilz mit zart-würzigem Aroma	100 g	2,80	D Bioland	
	146	Shiitake Pilze > geschmacklich intensiv wie Waldpilze	100 g	2,50	D Bioland	
		<b>KARTOFFELN &amp; ZWIEBELN</b>				
	190	Kartoffel „ <b>CAMPINA</b> “ > festkochend > eigene Ernte Pappelhof	1 kg ab 2,5 kg	2,55 a` 2,50	D Bioland	
	191	Kartoffel „ <b>LAURA</b> “ > vorwiegend festkochend > <b>rotschalig</b> > eigene Ernte Pappelhof	1 kg ab 2,5 kg	2,55 a` 2,50	D Bioland	
	195	Kartoffel „ <b>FILOU</b> “ > mehlig kochend > eigene Ernte Pappelhof	1 kg ab 2,5 kg	2,55 a` 2,50	D Bioland	
	196	Pellis > <b>festkochend</b> > kleinere Sortierung > eigene Ernte Pappelhof	1 kg	2,60	D Bioland	
	194	St. Galler > Liebhabersorte; lila Fruchtfleisch > eigene Ernte	1 kg	4,25	D Bioland	
	198	Süßkartoffeln > 100 – 500g	1 kg	6,75	D Bioland	
	151	Knoblauch	100 g	1,40	E CAAE	
	150	Gelbe Zwiebeln > eigene Ernte Pappelhof	1 kg	2,95	D Bioland	
	157	Rote Zwiebeln > eigene Ernte Pappelhof	1 kg	3,95	D Bioland	
	149	Gemüsezwiebeln > deutsche Ernte	1 kg	3,60	D Bioland	
	147	Schalotten	1 kg	8,49	D Bioland	

Kunden-Name:

Kunden-Nummer:

Bestellung	Art-Nr.	Produkt	Einheit	Preis €	QK-Kürzel	Bemerkungen
		<b>OBST &amp; SÜDFRÜCHTE</b>				
	304	Apfel „Elstar“ > saftig, mit ausgewogenem Aroma	1 kg	4,45	D Naturland	
	294	Apfel „Natyra“ > feinwürziges, ausgeglichenes süß-säuerliches Aroma	1 kg	4,95	I Bioland	
	300	Apfel „Topaz“ > saftig, fruchtig-würziger Apfel	1 kg	4,45	D Bioland	
	299	Apfel „Gala“ > knackig, saftig-süß	1 kg	4,45	D Naturland	
	278	Apfel „Boskoop“ > erfrischend sauer > Back- oder Bratapfel	1 kg	4,45	D Naturland	
	337	Birne „Xenia“ > etwas größere, würzige Früchte	1 kg	4,95	D Bioland	
	334	Bananen > ökologisch angebaut & fair gehandelt	1 kg	3,25	DOM BCS	
	323	Ananas	1 Stück	3,49	CI BCS	
	<b>218</b>	<b>MANGO „Kent“</b>	<b>1 Stück</b>	<b>2,25</b>	<b>PE BCS</b>	<b>ANGEBOT</b>
	345	<b>Granatapfel „Hicaz Nar“ &gt; 280g</b>	1 Stück	2,40	TR EU-Bio	<b>neue Sorte</b>
	305	Orangen „Wash. Navel“ > von L'arcobaleno	1 kg	3,25	I Naturland	
	341	Saftorangen „Wash. Navel“ > von L'arcobaleno	1 kg	2,49	I Naturland	
	306	Clementinen „Clemenvilla“	1 kg	4,95	E CAECV	
	307	Grapefruit rot > ca. 300g > von Lindo Mondo	1 kg	4,25	E Naturland	
	332	Blutorangen „Tarocco Premium“ von Ragazzi	1 kg	4,95	I EU-Bio	
	322	Kumquat > Zwergorange mit herb-süßlichem Geschmack > mit Schale genießbar	100 g	1,30	E CAAE	
	298	Kaki Frucht > 220g	1 Stück	2,20	E Naturland	
	309	Zitronen	1 kg	4,95	E SOHISCERT	
	344	Limetten	100 g	0,99	MX BCS	
	308	Kiwi > 95g	1 Stück 3 Stück	0,60 à 0,55	I ECOGRUPPO	
	339	Ingwer > intensives Aroma	100 g	1,30	PE Demeter	
	377	Datteln „Medjool“ > vollfleischige große Früchte	100 g	2,49	IL PPIIS	
	328	Zweig-Datteln „Deglet Nour“ > saftige bernsteinfarbene Früchte	100 g	1,20	TN Demeter	
	379	Maronen gegart > 200g	1 Beutel	6,95	F Ecocert	
	325	Walnüsse > „Grenoble“	100 g	1,40	F Ecocert	
	326	Erdnüsse > frisch geröstet > in der Schale	100 g	0,99	ET ECOA	
		<b>EIER</b>				
	209	Bioland Eier, mittel Größe M > in 6er oder 10er Kartons	Stück	0,52	D Bioland	
	210	Bioland Eier, groß Größe L > in 6er oder 10er Karton	Stück	0,55	D Bioland	
	214	Bioland Hühnermobil Eier > im 6er Karton	Stück	0,72	D Bioland	
	70115	Schwester-Ei (Bruderhahn) > im 6er Karton	Stück	0,78	D Bioland	

Hinweise:

- **Wir bieten Ihnen ein umfangreiches Obst- und Gemüsesortiment in 100% BIO-Qualität.** Alle aufgeführten Produkte stammen aus ökologischem Landbau. Es ist möglich, dass einzelne Produkte geliefert werden, die aus der Umstellung auf den ökologischen Landbau hergestellt sind. Diese sind in der Spalte „Qualitäts-Kürzel“ (QK) klein geschrieben.
- Unsere **Obst- & Gemüse-Preise** unterliegen witterungs- und angebotsbedingten Schwankungen. Kurzfristige Änderungen können wir nicht ausschließen.
- Da die Natur manchmal nicht kalkulierbar ist, kann es in seltenen Fällen sein, dass wir einzelne Obst- und Gemüsesorten kurzfristig und vorübergehend nicht liefern können. Wir bitten um Ihr Verständnis!
- Sollte Ihnen für die eine oder andere Spezialität eine Idee für die Zubereitung fehlen, schauen Sie gern auf unserer Website in die **Rubrik „REZEPTE“**. Dort finden Sie eine reiche Auswahl erprobter Rezeptvorschläge für Neues und Bekanntes!

**Bestellschein für NATURKOST**

**Kunden-Nr.:** \_\_\_\_\_

Bestellmenge	Art. Nr.	Artikelbezeichnung

Ihr Platz für Notizen: