

bioladen

Unsere Monatsinfo Oktober

Hier gibt's 100% Bio

Ideenreich durch den Herbst!



Vegetarisches
Himmel & Erde
Rezept auf
bioladen.de/
kochbuch



Perfekte
Partner!
Bordeaux
Supérieur
& Gourmet
Superieur

WERTVOLL LEBEN

BIO EINKAUFEN

bioladen

Handeln auf Augenhöhe
Unabhängige Unternehmer
Vielfalt der Produkte
Nachhaltiges Wirtschaften
Handwerklicher Genuss
bioladen*fair

10-Korn-Schrot



bioladen***Lindenhonig**
Der cremig-süße Start
in den Tag.

bioladen



Aktion

5²⁹
€/500g
10,58/1kg

Mezzogiorno
Nero di Troia, rot
Trocken.
Riegel. Italien.



Aktion

4⁹⁹
€/0,75l
6,65/1l

Das Bio-Einkaufserlebnis... ... in Wohlfühlatmosphäre.

Knackfrisches Obst und Gemüse, feine Weine, ausgewählte Käse, Naturkosmetik und viele weitere hochwertige Bio-Produkte erwarten Sie. Kompetente Beratung gehört bei uns dazu. Entdecken Sie unser vielfältiges Angebot sowie Tipps und Trends zum Ausprobieren und Genießen.

Wir freuen uns auf Sie!



Aromatisch, nussig, leicht süß.

1,69 Euro / 100g

Tiroler Emmentaler
Bio vom Berg. Aus Österreich.
Hartkäse aus Heumilch
mit mind. 45% Fett i. Tr.



Besonders
aromatisch
dazu!



Ideen und Angebote aus Ihrem Bioladen.

Oktober 2019
Gültig bis 31.10.

KARTOFFELN VOLLER WERTE!



Fruchtfolgen fördern gesundes Wachstum und eine feinzellige, feste Struktur.

Schonende Weiterverarbeitung, wie z. B. das Bürsten anstelle von waschen der Kartoffeln, erhalten den Geschmack.



Unser ganzheitlicher Wertekreis – biodynamisch gedacht und gelebt – bewusst wirtschaften & bewusst handeln!

Wir bei der Fleischmanufaktur Bauckhof in Klein Süstedt stehen seit Generationen für beste Qualität genau wie bioladen*. Unsere Idee der biodynamischen Landwirtschaft setzen wir jeden Tag mit Respekt gegenüber unseren Tieren und der Natur in der Lüneburger Heide um.

Es geht nicht nur um den Geschmack – der ist bei uns immer hervorragend – sondern auch darum, sich für eine alternative und bewusste Form der Landwirtschaft und des gemeinsamen Handelns zu entscheiden.

Unser Sortiment umfasst Heidekartoffeln, Bruderhahn-Eier, Bruderhahn-Fleischprodukte, Frischfleisch aus der Fleischmanufaktur und Fertiggerichte.

Besuchen Sie unsere Internetseite mit weiteren Informationen zum Wertekreis und vielen tollen Filmen rund um die Fleischmanufaktur Bauckhof.



Hier geht's zum Kartoffel-Film:



Mehr zur Fleischmanufaktur Bauckhof & CO2 Kompensation finden Sie auf bioladen.de

Hintergrund biofaktum

Tropische Früchte von Kipepeo – jetzt CO2-kompensiert

Seit 1999 arbeitet Kipepeo als Import- und Vertriebsorganisation nach den Grundsätzen des „fairen Handels“ für Bio-Bauern aus Thailand und Afrika. Dabei werden die tropischen Bio-Früchte und -Gewürze von den Landwirten direkt auf den europäischen Naturkostmarkt gehandelt. Daran partizipieren in Ostafrika circa 600 Kleinbauernfamilien, die meist weit abgelegen von lokalen Marktplätzen leben.



bei uns einen Kundenkreis antreffen, der sich kritisch mit dem Produkthintergrund auseinandersetzt, die Produkte würdigt und durch den Kauf die Leitlinie „Wandel durch Handel“ und „Trade not aid“ unterstützt.



Zusätzlich gründete das Unternehmen einen gemeinnützigen Verein: Mit Spenden der Seite www.kipepeo-afrika.de wurden bisher über 500 Familien ein eigener Wassertank zur Verfügung gestellt.

„Wir wissen, dass wir durch den Kauf und Verkauf unserer Früchte den Menschen helfen, ein existenzielles Einkommen zu schaffen.“

ländern. Die Bauern erhalten dadurch ein existenzielles Einkommen und können sich so ihre Selbständigkeit bewahren. Das wirkt zusätzlich der Landflucht und der Verelendung entgegen. Kipepeo-Gründer Hermann war selber jahrelang in Afrika tätig. Mit dem Unternehmen verwirklicht er seinen Wunsch auf konkrete, direkte und ökonomische Art den Menschen vor Ort, das Leben lebenswerter, leichter und menschenwürdiger zu machen.

Ein Unternehmen, das wir gern vollumfänglich unterstützen: Wir erhalten von Kipepeo vor allem die köstlichen Zuckerbananen und Ananas. Seit kurzem ist die Ware von Kipepeo durch den Bio-Großhändler Weiling zusätzlich CO2-kompensiert. Lassen Sie es sich schmecken!

Ananas & Zuckerbananen finden Sie bei uns!

Im Fall der Trockenfrüchte werden die Früchte bereits vor Ort getrocknet und verpackt; so bleibt auch hier der maximale Mehrwert in den Entwicklungs-

Kipepeo hat sich bewusst für Bio und den Bio-Fachhandel entschieden, weil sie



DeJonker Walnuss-Bockshornklee
Landgoed Mariënwaerd. Aus den Niederlanden.
Kuhmilch-Schnittkäse mit mind. 48 % Fett i. Tr.

Vollmundig & nussig.



Knackig
lecker dazu:
Blumenbrot

Aktion
1 69
€/100g

Le Duc de Bourgogne/Weinbergkäse
Vallée Verte. Aus Frankreich.
Kuhmilch-Weichkäse mit mind. 72 % Fett i. Tr.

Cremig-fein,
zartschmelzend
mit Butteraroma.



Extra
verfeinert!
Lindenblüten-
honig

Aktion
3 29
€/100g

Gourmet Supérieur
Bastiaansen. Aus den Niederlanden.
Schnittkäse mit mind. 45 % Fett i. Tr.

Aromatisch
mit Karamellnote.

Perfekte
Kombi:
Bordeaux
Supérieur
rot



Aktion
1 89
€/100g

Haus-Bergkäse
Bio-Käseerei Walchsee. Aus Österreich.
Hartkäse mit mind. 45 % Fett i. Tr.

Aromatisch,
typisch,
leicht nussig.



Dazu ein
Genuss:
Artischocken-
herzen

Aktion
1 79
€/100g

Hintergrund biofaktum

Bordeaux Supérieur

Das Château Earl La Blanquerie liegt in der Gemeinde Mérignas im Süden von Bordeaux. Die 20 Jahre alten Weinberge umfassen insgesamt 17 Hektar. Dieser sehr charakteristische Ort im Bordeaux ermöglicht es, hochwertige Weine mit Finesse und Bouquet zu produzieren. Mehr als die Hälfte der Produktion in der französischen Region Bordeaux wird unter der Herkunftsangabe „Bordeaux“ und „Bordeaux Supérieur“ produziert. Der „Bordeaux Supérieur“ verlangt dabei einen höheren Alkohol-Gehalt von mindestens 10,5% vol. bei Rotwein und 11,5% vol. bei Weißwein.

Bordeaux Supérieur, rot
Trocken.
Château La Blanquerie.
Frankreich.

Sanft,
feinfruchtig,
reifer
Charakter.



Aktion
6 49
€/0,75l
8,65/l

Dies gilt für alle Weine, die aus dem offiziellen Bordeaux-Gebiet kommen, jedoch keine definierte Ortsbezeichnung aufweisen. Sie müssen allen Regeln des Gütesiegels AOP (Appellation d'Origine Protégée) wie u.a. der Rebsorten gemäß dem Ursprung nachweislich entsprechen. Zu den zugelassenen Rebsorten gehören bei den Rotweinen: Merlot, Cabernet Sauvignon und Cabernet Franc. Der Bordeaux Supérieur Rot weist eine feine Aromatik nach reifen roten Beeren auf, die am Gaumen von gut eingebundenen Tanninen untermauert wird. Anhaltend, fast betörend. Dekantierzeit 2 Stunden. À votre santé!

Mezzogiorno
Nero di Troia, rot
Trocken. Weinimport
Riegel. Italien.

Duft
roter Früchte,
dezent
Gewürz-
note!



Aktion
4 99
€/0,75l
6,65/l

Mezzogiorno
Grillo, weiß
Trocken. Weinimport
Riegel. Italien.

Fruchtig-
feine
Zitronen-
aromatik.



Aktion
4 49
€/0,75l
5,99/l

Ideen und Angebote aus Ihrem Bioladen.

Oktober 2019
Gültig bis 31.10.

Hintergrund biofaktum

Recyclable Verpackung

Sie sieht genauso aus. Sie knistert ebenso verführerisch. Nur die Haptik ist etwas fester. Die Rede ist von NatureFlex™, einer Naturfolie aus nachwachsenden Rohstoffen.

Auf Basis von nachhaltig gewonnener Holzfaser bietet sie den gleichen Produktschutz wie PE-Folie oder Stanniol. Das Material ist vollkompostierbar.

Der Schokoladenhersteller Vivani verpackt damit seine Produkte und hüllt sie zusätzlich in Papierwickel oder -schachteln.

Diese sind natürlich FSC-zertifiziert und mit mineralölfreien Druckfarben bedruckt. Die Naturfolie und auch der rote Aufreißfaden zersetzen sich bei guten Kompostierbedingungen

binnen 50 Tagen vollständig. Wenn Sie die Folie zuvor zerkleinern, wird der Zersetzungsprozess zusätzlich gefördert – wie beim übrigen Kompostgut auch.

Einen kleinen Wermutstropfen gibt es: Ohne eigenen Kompost muss die Folie in den Recycling Müll, da sie für den Biomüll von Entsorgern noch nicht freigegeben ist.

Aber wenn wir das neue Material nicht unterstützen, wer dann?

Vollmilchschokolade GanzNuss und Dunkle Nougat Schokolade



je **1,99 Euro** / 100g



Dazu probieren:
Espresso mit Zimt



bioladen* Espresso

Gemahlen.

bioladen*



Aktion

3⁹⁹
€/250g
1,60/100g

Zimt Ceylon

Gemahlen.



Aktion

2⁴⁹
€/50g
4,98/100g

Vegane Frankenberger



Aktion

3⁴⁹
€/200g
1,75/100g

bioladen* Frikadelle vom Rind



Aktion

7⁴⁵
€/ca. 340g
21,90/1kg

Herbstlicher Warmmacher

Jetzt probieren!

Frankenberger oder Frikadellen zum Eintopf!



1 Zwiebel | Bratöl | 50g Tomatenmark
Thymian, Paprikapulver, Cayennepfeffer
100 ml Rotwein | 400g Kartoffeln
100g Möhren | 40g Staudensellerie
1 Apfel | 3–4 Knoblauchzehen
1 Glas weiße Bohnen | Salz, Pfeffer,
Zucker | 1 Tofu Rosso | 4 kleine Eier

Die Zwiebel in Würfel schneiden, in etwas Öl anschwitzen, bis sie leicht Farbe nehmen. Das Tomatenmark dazugeben und kurz anrösten. Mit Thymian, Paprikapulver und Cayennepfeffer würzen, mit Rotwein ablöschen und einkochen lassen. Die Kartoffeln schälen und würfeln. Apfel fein reiben. Möhre und Sellerie würfeln, Knoblauch fein hacken. Bohnen abgießen. Alle Zutaten in den Topf dazugeben, mit ca. 1 l Wasser auffüllen, sodass das Gemüse gut bedeckt ist. Ca. 20–30 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Den Tofu in Würfel schneiden und in einer Pfanne scharf anbraten. Zum Schluss vier Spiegeleier braten. Die Tofuwürfel und Spiegeleier auf den Eintopf geben und servieren.

Blumenbrot Kastanie



Aktion

3¹⁹
€/2x75g
2,13/100g

Weißer Bohnen



Aktion

1²⁹
€/350g
0,54/100g

Abtropfgewicht: 240g

bioladen* Tomatenmark

Nach original italienischem Rezept.



Aktion

0⁸⁹
€/100g

Tofu Rosso



Aktion

2⁵⁹
€/200g
1,30/100g

Hummus Tahini

Sesam.



Aktion

2¹⁹
€/150g
1,46/100g

Streich's drauf Bruschesto



Aktion

2²⁹
€/160g
1,43/100g

bioladen* Fusilli Vollkorn

Original italienisch.



Aktion

0⁹⁹
€/500g
1,98/1kg

bioC-Saft Antioxidantien

Mit natürlichem Vitamin C.



Aktion

3⁹⁹
€/0,75l
5,32/1l

+ 0,15€ Mehrwegpfand

bioladen* Agavendicksaft

Mildes Aroma.



Aktion

2²⁹
€/250g
0,92/100g

Gemüsesuppe mit Huhn



Aktion

2⁹⁹
€/400g
7,48/1kg

Ingwer-Limette und Ingwer-Orange Bonbons



Aktion

1¹⁹
€/75g
1,59/100g

Dinkel-Früchte-Müsli

Mit 45% Fruchtanteil.



Aktion

4¹⁹
€/500g
8,38/1kg

Hintergrund biofaktum

Links- oder rechtsgedreht?

Welcher Joghurt ist besser?



Biomolkereien achten darauf, dass ihre Joghurtprodukte einen hohen Anteil an rechtsdrehender L(+)-Milchsäure haben.

Der Grund: Nur solche Milchsäure kommt als Stoffwechselprodukt im menschlichen Organismus vor und gilt deshalb als natürlichere Variante. Die linksdrehende D(-)-Milchsäure ist aber keinesfalls ungesund, sie wird nur etwa halb so schnell vom menschlichen Körper verarbeitet.

Die Milchsäure in den bioladen*Joghurts ist zu 95% rechtsdrehend.



bioladen* Joghurt mild

1,49 Euro / 500g

Grundpreis: 2,98/1kg
+ 0,15€ Mehrwegpfand