

Unsere Monatsinfo Februar

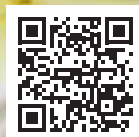
Hier gibt's 100% Bio

Ideen und Angebote aus deinem Bioladen.

Das schmeckt mir!



Rezept-Tipp!
Gefüllte Paprika mit Sultans Freude.
Jetzt auf bioladen.de!



Käse-Wein-Tipp:
Grauburgunder & Almkönig

WERTVOLL LEBEN

BIO EINKAUFEN

bioladen ★

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

Dinkel-Schrotling



Aktion

5⁶⁹
€/1kg

Herzhaft,
kraftvoll.

Mandelöl

Sanfte Haut-Pflege,
100% naturrein.



vegan

Aktion

13⁵⁰
€/100ml

MEHR DAZU IM
PODCAST
bioladen.de



Lavendel fein

Ätherisches Öl. Ausgleichend, beruhigend und entspannend für Haut und Psyche. Auch Erste-Hilfe-Öl und zur Schlaf-förderung.



vegan

Aktion

6⁸⁰
€/5ml
13,60/10ml

Einkaufserlebnis...

... in Wohlfühl-Atmosphäre.

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

Wir freuen uns auf Dich!



Mit 1 Cent pro verkaufte bioladen*-fair-Banane werden gemeinnützige Projekte in den Ursprungsländern gefördert.

- Dokumentation über den Verbleib des Geldes. 100% der Gelder fließen in die Projektarbeit.
- Kontrolle der Projekte vor Ort
- Einhaltung der UN-Charta für Menschenrechte
- Nachhaltige und umweltschonende Bewirtschaftung
- Transparenz für den Endverbraucher
- Anbau nach Demeter- bzw. Naturland-Richtlinien
- Direkter Handel, persönliche Betreuung, langfristige Handelsbeziehungen
- CO2-kompensiert vom Anbau bist zum Bio-Händler.

Gutes zum Wegnaschen.



bioladen ★ fair.

*bioladen**
Mango Brooks

Aktion

3¹⁹
€/150g
2,13/100g

*bioladen**
Bananenchips

Aktion

1⁹⁹
€/200g
1,00/100g

Da, wo du gut informiert bist.

bioladen ★

Februar 2021
Gültig bis 28.02.

Tiroler Bergkäse g. U.
Ein pikantes Stück Handwerkskunst.



Aktion
2⁵⁹ €/100g
 Bio vom Berg, Österreich.
 Rohmilch-Hartkäse mit mind. 50% Fett i. Tr.

Charmeux Bockshorn
Sahnig, nussig.



Aktion
1⁸⁹ €/100g
 Bastiaansen, Niederlande.
 Halbfester Schnittkäse mit mind. 50% Fett i. Tr.

Almkönig
Delikat, herzhaft.



Aktion
1³⁹ €/100g
 Salzburg Milch, Österreich.
 Schnittkäse mit mind. 45% Fett i. Tr.

Uriger Allgäuer leicht
Leichter, dezent nussiger Genuss.



Aktion
1⁸⁹ €/100g
 Bio-Schaukäserei Wiggensbach, Deutschland.
 Schnittkäse mit mind. 25% Fett i. Tr.

Streich's drauf
Bruschesto
 Besonders cremiger Brotaufstrich. Verfeinert mit Pesto.



Aktion
2²⁹ €/160g
 1,43/100g

bioladen***Rindersalami**
 Geräuchert.



Aktion
2⁷⁹ €/80g
 3,49/100g

bioladen***Puten-Wiener**
 Feines Raucharoma, zarter Biss.



Aktion
3⁴⁹ €/200g (4 St.)
 1,75/100g

Sultans Freude & Datteln
 Feiner Frischkäse in Öl mit Curry, Datteln und Kreuzkümmel.



Aktion
3⁴⁹ €/150g
 2,33/100g

Frucht Pur 75% Sauerkirsche
 Einzigartig lecker – nicht zu süß und extra fruchtig.



Aktion
2⁶⁹ €/250g
 1,08/100g

An Apfel und Birne erinnernder Duft, leichte Frische, vollmundig.

Saubere Frucht nach Brombeeren und milder, vanilliger Würze.

Süffig, aromatisch, unkompliziert.



Aktion
6⁹⁹ €/0,75l
 9,32/1l
 Grauburgunder, weiß Trocken. Weingut Schmidt, Deutschland.

Aktion
7⁹⁹ €/0,75l
 10,65/1l
 Coste di Moro, rot Trocken. Olearia Orsogna, Italien.

Aktion
3⁹⁹ €/1l
 bioladen*Gaston, rot Halbtrocken. bioladen*, Spanien.

+ 0,25€ Mehrwegpfand

Lecker,
lecker,
lecker.



Rezept-Tipp!

Nussige Raw-Bites. Jetzt auf bioladen.de!



bioladen* Kerniger Nuss-Mix

Ein toller Mix von süßlich bis aromatisch-würzig und herzhaft.



Aktion

4 29
€/200g
2,15/100g

bioladen* Erdnüsse

Aus Ägypten. Schonend in der Schale geröstet. Das Knacken der Schale verspricht knabbern mit Spaß.



Aktion

3 49
€/500g
6,98/1kg

bioladen* Apfelsaft

100% Direktsaft mit ausschließlich fruchteigener Süße.



Aktion

1 39
€/0,7l
1,99/1l

+ 0,15€ Mehrwegpfand

Hintergrund biofaktum

Trend-Tipp Phytogreens: Frischer geht's nicht!

Keimseen oder Sprossen – Powerfood voller Vitalstoffe selber auf der Fensterbank ziehen. Frischer geht's nicht!

Brokkoli, Radieschen oder gar der Powermix und Hanf. Damit können Sie Salate oder auch Ihren Brotaufstrich verfeinern. Die Sprossen und Keimlinge wachsen aus Hülsenfrüchten, Getreide, Nüssen oder Gemüsesamen.

Die kleinen Samen bieten geschmacklich viele Varianten: süßlich, pikant, herb, frisch, würzig oder auch scharf.

In ihnen steckt alles, was eine Pflanze zum wachsen braucht: Mit ein wenig Wasser, Licht und Zeit sprießen wahre Kraftpakete heran.

Je nach Sorte erfolgt die Ernte nach 4 bis 8 Tagen. Erhältlich sind insgesamt acht Sorten Keimseen aus kontrolliert biologischem Anbau in Keimseen und Keimbehältern aus Glas zum „Eigenanbau“ für zu Hause. Natürlich mit nachhaltiger Verpackung aus Graspapier.

Anbauen, stolz sein und genießen.



bioladen* Wildblütenhonig

Facettenreicher, intensiver Honiggenuss mit betörender Süße. Der Klassiker unter den bioladen*Honigen.

Facettenreich & intensiv.



Aktion

4 99
€/500g
9,98/1kg

Hirseflocken Vollkorn



Aktion

2 69
€/500g
5,38/1kg

Fruchtig, herzhaft,
voller guter Dinge!

Linsensuppe

1 Zwiebel | 1–2TL Harissa | 300g rote Linsen | 1,5l Wasser | Salz | 2 Knoblauchzehen | 2 Spitzpaprika | 100–150g Datteln | Salz, Pfeffer | jeweils 1 kleine Handvoll Koriander, Petersilie, Minze

Die Zwiebel würfeln und andünsten. Harissa dazugeben und anschwitzen. Die gewaschenen Linsen hinzufügen. Mit dem Wasser auffüllen und salzen. Aufkochen und anschließend 10 Minuten köcheln lassen. Die Knoblauchzehen hacken, Paprika und entkernte Datteln klein schneiden. Zur Suppe geben und ca. 10–15 Min. mitgaren lassen, bis die Linsen weich sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kräuter grob hacken und in die Suppe geben.

Dazu schmeckt Fladen- oder Naanbrot.



Aktion

2 49
€/500g
4,98/1kg



Rezept-Tipp!

Fruchtig-herzhafte Linsensuppe. Auch auf bioladen.de!

Ideen und Angebote aus deinem Bioladen.

Februar 2021
Gültig bis 28.02.

Die CO₂-Challenge...

... oder, was du im Alltag tun kannst, um CO₂ einzusparen:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Licht ausmachen | <input type="checkbox"/> Fenster schließen |
| <input type="checkbox"/> Heizung runterdrehen | <input type="checkbox"/> LED-Lampen nutzen |
| <input type="checkbox"/> weniger Fleisch essen | <input type="checkbox"/> Recycling-Material verwenden |
| <input type="checkbox"/> Fahrrad, ÖPNV & Zug nutzen | <input type="checkbox"/> Kochen & Braten mit Deckel |
| <input type="checkbox"/> reparieren statt neu kaufen | <input type="checkbox"/> Kühlschrank schnell schließen |
| <input type="checkbox"/> Treppe statt Aufzug nutzen | <input type="checkbox"/> Recyceln |
| <input type="checkbox"/> auf Ökostrom umstellen | <input type="checkbox"/> Leine statt Trockner |
| <input type="checkbox"/> Stand-by-Modus ausschalten | <input type="checkbox"/> im Bioladen einkaufen |

Zum Ausschneiden und an den Kühlschrank hängen!

Manukahonig Halspastillen
MGO 150+ active
Aktion
2 69 € / 30 g
8,97 / 100 g

bioC Immunkraft
Aktion
3 99 € / 0,75 l
5,32 / l
+ 0,15 € Mehrwegpfand

Hintergrund biofaktum

Ökologisch Handeln – alles andere kann ich mir sparen

Als Bio-Fachhandel ist es uns wichtig ökologisch zu handeln. Dabei denken wir ans Handeln im Sinne von Tun und daran, ökologische Ware zu handeln. Auch deshalb haben wir uns für Erzeuger, Lieferanten und Bio-Großhändler entschieden, die ihrerseits bereits einen enormen Beitrag leisten, CO₂ einzusparen, zu reduzieren oder in letzter Instanz zu kompensieren. **Wie das geht? So:**

Fangen wir mit den Bio-Landwirten an, deren Produkte wir handeln. Sie leisten bereits bei der Produktion ihrer Bio-Produkte einen Beitrag zum Klimaschutz. So halten sie sich beim Anbau ihrer Produkte an die Fruchtfolge, konzentrieren sich auf eine schonende Bodenbearbeitung und bauen Humus auf, um Bodenemissionen gering zu halten. Der Humus bindet nicht nur Kohlenstoff, sondern fördert auch die Fähigkeit des Bodens Feuchtigkeit zu speichern. Genauer kann ein humusreicher Boden bis 125 Liter Regenwasser je m² pro Stunde aufnehmen. Dies ist insbesondere für Trockenperioden wichtig.

Nutzen Landwirte für ihren Anbau Gewächshäuser, halten sie diese in kalten Monaten gemäß der Bio-Verbandsordnung „frostfrei“. Das bedeutet, dass sie keine zusätzliche Wärme hinzufügen (dürfen), damit Pflanzen wachsen. Aus diesem Grund ist es im Winter häufig nachhaltiger Saison Gemüse aus wärmeren Gebieten in Europa zu beziehen als aus der Region.

Beim Thema Strom unterscheiden sich die Preise mittlerweile kaum noch. Die Mehrheit der Bio-Landwirte nutzt bereits Öko- oder Grünstrom aus Überzeugung, für alle anderen gibt es eigentlich keinen Grund mehr dagegen.

Ein Großteil des CO₂-Verbrauchs entsteht im Transport. Vor drei Jahren errechnete unser Bio-Großhändler Weiling die Menge der Emissionen, die beim Obst- und Gemüse-Handel entstehen – vom Saatgut bis zu uns. Satte 45% der Emissionen nimmt dabei der Transport ein. Wobei die effiziente Tourenplanung für die An- und Auslieferung im Handel quasi obligatorisch ist. Als Konsequenz liefert Weiling mit seiner Flotte mehrheitlich mit Erdgas-LKW aus. Speziell beim Obst & Gemüse hat sich viel entwickelt: So werden über 75% Mehrwegtransportkisten verwendet, für die Marke **bioladen*** sind es sogar 90%, die unverpackt bei uns ankommen.

Außerdem wird das **bioladen***-Obst- und Gemüse in einem zertifizierten Klimaprojekt CO₂-kompensiert, das zusätzlich zehn Nachhaltigkeitsziele der UN erreicht.

Dies ist ein kleiner Einblick in das, was wir unter ökologischem Handel verstehen. Wenn ihr handeln wollt, gibt es – begonnen beim Kauf von Bio-Produkten – noch viel mehr zu tun. **Ganze 60% des privaten Klimaschutzes lassen sich im Bereich Mobilität und Wohnen umsetzen. Dazu haben wir zum Start der Fastenzeit eine Checkliste erstellt. Richtig: Zum Handeln!**

Brat-Olive Mediterran

Ein 100% pures Bio-Olivenöl aus Tunesien. Das milde Öl eignet sich ideal zum Erhitzen.



Aktion
7 99 € / 0,75 l
10,65 / l

Hummus Tahini

Aus ganzen Kichererbsen – vorrangig aus Niederösterreich. Herrlich fluffig-cremig, verfeinert mit Sesam und Kreuzkümmel.



Aktion
2 19 € / 150 g
1,46 / 100 g

Nachhaltig und lecker – für Dich ausgewählt:

CO₂ kompensiert
www.bioladen.de/perledecarantec
www.bioladen.de/co2-kompensiert

CO₂ kompensiert
www.bioladen.de/giardinodiscipline
www.bioladen.de/co2-kompensiert

Unser **bioladen***Partner Perle de Carantec liegt an der Nordküste der Bretagne in der Stadt Carantec. Im Logo zu erkennen ist die Silhouette Carantecs begleitet von leichtem Wellengang. Die Bretagne ist prädestiniert für den ganzjährigen Anbau von Blumenkohl, da dort ein gemäßigtes Klima herrscht. Der Betrieb ist an eine regionale Kooperative angeschlossen, die sich für den Erhalt samenfester Sorten einsetzt und nur CMS-freie Kohlsorten zulässt.

Giardino di Scipione, zu Deutsch „Garten des Scipione“, ist ein Anbaugelände für Blutorangen und befindet sich am Fuße des Ätnas in einem trocken gelegten See. Scipione ist der Vater von Giangiaco Borghese, der auf dem Familienbetrieb rund 80 Mitarbeiter beschäftigt. Das Logo des **bioladen***Erzeugers verbindet thematisch den Ätna mit aufgehender Sonne oder auf den zweiten Blick einer Blutorange.

Salsa piccante Tomatensauce mit Chili

Aktion
1 99 € / 340 g
5,85 / 1 kg

Vegetarische Bolognese

Aktion
2 49 € / 350 g
7,11 / 1 kg

Dinkel Spaghetti

Aktion
2 99 € / 500 g
5,98 / 1 kg

Beachte auch unsere wöchentlichen Angebote!



Solange der Vorrat reicht. Bei allen teilnehmenden Fachhandelsgeschäften. Einzelne Artikel nicht in allen Läden erhältlich. Abgabe von Bier und Wein nur an Personen über 16 Jahren. Keine Haftung für Druckfehler. Bei den angegebenen Preisen handelt es sich um unverbindliche Preisempfehlungen. Alle Preise in Euro inkl. MwSt. Produziert auf 100% Recycling-Material (Blauer Engel). 0221.PARIPARI.com