REZEPTE I ANGEBOTE I INFOS

Hier gibt's 100 % Bio.

September 2021



Das Bio-Einkaufserlebnis...

... in Wohlfühlatmosphäre.

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!









- für echten Genuss
- rür eine lebenswerte Zukunft
- rür Respekt im Miteinander
- rür Vielfalt im Leben
- r für Menschen mit Ideen





Viele unserer bioladen*-Produkte sind bereits mit dem Leitbildlogo ausgezeichnet. Wie z.B. unsere neuen Mehrweggläser.





Mehr zu den bioladen*Werten auf bioladen.de/leitbild

Von Mensch zu MENSCH

Wir handeln: Miteinander. Auf Augenhöhe. Füreinander und mit

Wohlwollen. Zusammen mit unseren bioladen*Handelspartnern zeigen wir, dass das geht. Daraus entsteht ein Netzwerk, das so vielfältig ist, wie die Visionen seiner Partner. 2004 haben wir zum Beispiel das erste bioladen*fair-Projekt auf der Bananenplantage Finca Girasol in der Dominikanischen Republik gegründet. Für jede bioladen*fair-Banane, die ihr kauft und genießt, fließt 1 Cent in einen Waldorf-Kindergarten und eine Waldorf-

RESPEKT

als Lebenseinstellung

Eine gute Beziehung ist eine Beziehung, in der nicht nur einer, sondern alle profitieren. Bei bioladen* kommen Menschen zusammen, die im gegenseitigen Respekt Wertschätzung leben. Dazu gehört ihr als Kunden, der Handel und die Erzeuger - Menschen, denen wir vertrauen, deren Sorgfalt und Liebe zum Detail wir bewundern. Unsere Handelspraktiken? Langjährige Partnerschaften entstehen durch im Voraus geplante Bedarfsmengen, die sichere Abnahme dieser und einen Preis, mit dem alle gut leben können. Wir finden, der Beitrag jedes Einzelnen zu unse-

GENUSS mit Lebensfreude

Was wir bei all dem nie vergessen: den Genuss. Wir sind überzeugt,

rer geteilten Vision verdient Respekt!

dass guter Geschmack aus gutem Handwerk und natürlich aus der Natur kommt. Egal ob frische Hofmilch am Morgen, knackiges Obst & Gemüse im Büro oder süffiger Wein mit cremigem Käse abends auf der Couch – mit bioladen* darf man unbeschwert, zu jeder Zeit und überall das Leben genießen. Durch die vielfältigen Nachhaltigkeitsaktivitäten kann man den unverfälschten Geschmack noch be Für eine bessere

Leben ist heute - mit Konsequenz für morgen! bioladen* leitet der Wunsch, mit allen Ressourcen sorgfältig umzugehen und die Zukunft lebenswert zu gestalten. Deshalb sind wir bereits verschiedene Schritte gegangen: Alle bioladen*Obst- und Gemüseprodukte sind bis zur Ankunft beim Bio-Händler komplett CO2-kompensiert. Dabei reduzieren wir die Emissionen und gleichen den restlichen Fußabdruck durch ein von der Gold-Standard-Foundation zertifiziertes Klimaprojekt aus. Fast das gesamte bioladen*Obst und Gemüse ist unverpackt, über 75% liefern wir in Mehrwegkisten aus. Dabei verzichten wir komplett auf Einwegplastik. So haben wir in den letzten 20 Jahren durch folienfreie Rollwagen fast 50 Mio. m² Folie gespart. Unsere eigenen LKWs fahren bereits fast vollständig mit Erdgas. Dazu testen wir bei der Anlieferung von Ware in Teilen der Strecke auch Schienenverkehr.

Eine große

Der Inbegriff des bioladen*Lebens ist Vielfalt: Artenvielfalt genauso wie Pflanzenvielfalt und auch Vielfalt im täglichen Erleben sowie Handeln - im Großen und im Kleinen. Jeder, der bioladen* erleben möchte, ist eingeladen, im Bio-Fachhandel z.B. in den Bioläden, bei Bio-Onlinebetrieben und Bio-Marktständen zu probieren. Es ist für jeden Geschmack das Richtige dabei. Überzeugt euch selbst: Seit über 45 Jahren schützen wir die ökologische Diversität mit unterschiedlichen Aktivitäten, unter anderem mit den folge

PROJEKT W







Mehr zum bioladen*Leitbildlogo erfahrt ihr in unserem neuen Video auf bioladen.de.















(2-3 PORTIONEN): 300g Mehl Typ 550

5 EL Olivenöl 185 ml Wasser etwas Salz

Belag: 2 Becher Crème fraîche Salz, schwarzer Pfeffer 1/3 Hokkaido-Kürbis 4 EL bioladen* Kürbiskerne

etwas geriebener Bergkäse 3-4 Lauchzwiebeln

FÜR 2 FLAMMKUCHEN | Alle Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und mit den Knethaken mind. 8 Minuten zu einem elastischen, weichen Teig verkneten. Aus der Schüssel nehmen und mit bemehlten Händen noch einmal durchkneten. Den Teig halbieren und die Hälften auf jeweils einem Backpapier dünn ausrollen.

> Den Teig mit Crème fraîche bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Hokkaido entkernen, in 5 mm dicke Spalten schneiden und auf den Flammkuchen verteilen, Kürbiskerne und Bergkäse darüber verteilen.

Den Backofen mit den leeren Backblechen auf 200°C vorheizen. Je einen Flammkuchen mit dem Backpapier vorsichtig auf ein Backblech ziehen (Achtung, heiß!) und ca. 12-14 Minuten knusprig backen.

In dieser Zeit die Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Den gebackenen Flammkuchen mit Lauchzwiebeln bestreuen und sofort servieren.



















Vollkorn











Klassisch. Dreieckig. Kross.







Premium









Trauben aus Ita... nein: Deutschland!

bioladen

Ihr lest richtig: Unsere Trauben kommen aus Deutschland und haben damit einen 40 % geringeren CO₂-Fußabdruck im Vergleich zu importierter Ware. Sie sind bio, sie sind regional und vor allem eines:

Dafür sorgt unser bioladen*Partner Andreas' Biohof aus Lauffen am Neckar. Er liefert uns von Mitte August bis Ende September demeter-zertifizierte Traube. Wegen der Kälte verzögerte sich der Beginn der Ernte etwas auf Ende August/Anfang September. Bei den hellen Trauben handelt es sich um die Rebsorte Fanny. Sie ist knackig und harmonisch im Geschmack mit festem Fruchtfleisch. Wenn ihr blaue Trauben bevorzugt, empfehlen wir euch die Muscat Bleu. Eine Traube mit großen, ovalen Beeren, knackigem Fruchtfleisch und deutlichem Muskatton. Alle diese Traubensorten haben (wenig) Kerne.

Ihr könnt sie zum Käse oder zum Naschen servieren. Eine Freude bereitet ihr damit