

VIVA ITALIA!

So schmeckt Italien.

IM SEPTEMBER:

Tolle mediterrane Rezepte

Italienische Spezialitäten: LaSelva

Trauben und Wein aus Italien



Unser bioladen*Leitbild gibt Orientierung für unser tägliches Tun und zeigt unseren Anspruch.

Wir setzen uns für eine Zukunft ein, in der Vielfalt in allen Facetten gelebt wird – in einem respektvollen Umgang mit der Natur und von Mensch zu Mensch.

Mehr zum bioladen*Leitbildlogo erfahrt ihr in unserem neuen Video auf bioladen.de. Schaut rein, man sieht sich!



Entdeckt die bioladen*Werte auf bioladen.de/leitbild



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

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

Wir freuen uns auf euch!



bioladen*

Espresso ganze Bohne



Aktion

16⁹⁹ € / 1 kg

BROT DES MONATS:

Einkorn pur



Aktion

5⁶⁵ € / 750 g
7,53 / 1 kg

Da, wo ihr gut informiert seid.

bioladen*

Der Geschmacks-entdecker!



Aktion

2⁸⁹
€/100g

bioladen*

Kolumbus
bioladen*. Schweiz.
Schnittkäse mit mind. 45% Fett i. Tr.

Feiner Charakter.



Aktion

1⁹⁹
€/100g

Ribeaupierre Kuh
Bastiaansen. Niederlande.
Halbfester Schnittkäse mit mind. 50% Fett i. Tr.

Herzhaft, typisch nussig.



Aktion

1⁸⁹
€/100g

Haus-Bergkäse
Bio vom Berg. Österreich.
Rohmilch-Hartkäse mit mind. 45% Fett i. Tr.

La dolce vita.



Aktion

2⁸⁹
€/100g

Mèkkerstee Ziege
italienische Kräuter
Mèkkerstee. Niederlande.
Schnittkäse mit mind. 50% Fett i. Tr.

Bunt und wildwürzig.



Bioland



Aktion

2⁸⁹
€/100g

Bauergartenkäse
Baldauf. Deutschland.
Schnittkäse mit mind. 50% Fett i. Tr.



Bio-Wein aus Italien

Das Weinland Italien zählt neben Spanien und Frankreich zu den größten Weinbauern Europas. Mengenmäßig laufen sich die drei Länder übrigens je nach Jahrgang im Wechsel den Rang ab. Alle gemeinsam produzieren sie etwa die Hälfte der weltweiten Weinernte. Bio-Wein spielt dabei zwar weiterhin eine untergeordnete Rolle, wird aber immer wichtiger.

Zu den absoluten Bio-Pionieren zählt das in der Region Venetien gelegene Weingut La Cappuccina. Auf dem Betrieb der Familie Tessari wird seit über 40 Jahren Wein produziert, seit 1985 in Bio-Qualität.

Die Böden der Weinbauflächen liegen auf einem Untergrund von basalthaltigem, schwarzem Gestein. Dies verleiht den erstklassigen Bio-Weinen von La Cappuccina eine typische mineralische Note. Der Weingarten wird hier als Ökosystem wahrgenommen. Was das alles geschmacklich bedeutet erfährt ihr beim Genuss unseres bioladen*Merlot, rot und dem Pinot Grigio, weiß. Diese wunderbaren Weine stammen aus der Produktion von La Cappuccina.

Eine der wichtigsten Grundlagen im ökologischen Weinbau ist der Verzicht auf chemisch-synthetische Pflanzenschutzmittel und Herbizide. Bio-Winzer setzen sich vielmehr mit natürlichen Mitteln für die Stärkung der Pflanzen und der Bodengesundheit ein und fördern resistente Pflanzen. Ein weiterer Baustein sind die organische Düngung und die Begrünung zwischen den Reihen: Pflanzen wie Leguminosen, Klee und Raps werden zwischen die Rebstöcke eingesät. Sie düngen und lockern den Boden auf natürliche Weise. Zusätzlich ziehen die Blüten wichtige Nützlinge wie Bienen und Marienkäfer an und erhöhen gleichzeitig die Artenvielfalt. Was bleibt zu sagen: Zum Wohl – auf eures und auf das der Natur!

vegan

Aktion

4⁴⁹
€/0,75l
5,99/1l

bioladen*

Merlot, rot
Trocken. bioladen*, Italien.
Beerenfruchtig, vollmundig, saftig.

vegan

Aktion

6⁹⁹
€/0,75l
9,32/1l

Pinot Grigio, weiß
Trocken. La Cappuccina, Italien.
Gut strukturiert, fruchtig und frisch.

vegan

Aktion

6⁹⁹
€/0,75l
9,32/1l

Rosé
Trocken. Purato, Italien.
Frischer und fruchtig-angenehmer Sizilianer.

TOMATEN-PAPRIKA-RISOTTO ... mit Salat

FÜR 4 PORTIONEN:

- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zwiebeln
- 2 EL Olivenöl
- 500 g Risottoreis Arborio weiß
- 150 ml trockener Weißwein
- 1,75 l Gemüsebrühe
- 2 EL bioladen* Tomaten-Paprikamark
- 150 g Parmesan, gerieben
- 100 g Butter
- Salz, Pfeffer
- 100 g Rucola
- 1 Glas (180 g) Tomaten halbtrocknet in Olivenöl etwas Crema all'Aceto Balsamico

- Knoblauch und Zwiebeln schälen und fein hacken. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Knoblauch und Zwiebeln darin anschwitzen. Reis zugeben und kurz mit anschwitzen.
- Mit Weißwein ablöschen. Nach und nach wenig Gemüsebrühe zugießen. Immer erst wieder nachgießen, wenn die meiste Flüssigkeit verkocht ist. Häufig umrühren, damit der Reis nicht ansetzt. Kurz vor Ende der Garzeit das Paprikamark zugeben. Zum Schluss den Parmesan und die Butter unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Salat waschen, putzen und trocken schleudern. Halbtrocknete Tomaten abgießen, das Öl auffangen. Tomaten in Würfel schneiden. Das aufgefangene Öl mit Salz und Pfeffer verrühren, dann mit Rucola und Tomatenwürfeln vermengen. Risotto mit Tomaten-Salat anrichten, Balsamico-creme darauf verteilen und servieren.

Cremoso!



Risottoreis Arborio, weiß

Aktion

3 49
€/500 g
6,98/1 kg



Crema all'Aceto Balsamico di Modena IGP

Aktion

5 49
€/250 ml
21,96/1 l

POLENTA-PIZZA ... mit Büffel-Mozzarella

FÜR 4 PORTIONEN:

- 1 EL Italienische Küche Tüte
- Salz
- Olivenöl
- 200 g Maisgrieß Polenta
- 1 Knoblauchzehe
- Pfeffer, Rohrohrucker
- 1 Dose bioladen* Cubetti Tomatenstücke
- 2 Packungen Mozzarella di Bufala Campana DOP
- Basilikum
- Kapern

- Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
 - Den Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
 - 700 ml Wasser mit 1 EL Italienische Küche Kräuter, etwas Salz und 1 EL Olivenöl in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Maisgrieß mit einem Schneebesen untermischen. Den Topf vom Herd nehmen und so lange rühren, bis eine cremige Masse entsteht. Dann die Polenta auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech geben, verteilen und glatt streichen. Alternativ 4 kleine, runde Pizzen formen.
 - Knoblauch schälen und fein hacken. Knoblauch mit Tomatenstücken vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
 - Polenta mit Tomatensoße bestreichen. Mozzarella in Scheiben schneiden und auf die Soße geben. Die Kapern auf der Pizza verteilen. Im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen.
 - Basilikumblätter grob hacken und auf die Pizza streuen.
- Die Pizza kann natürlich nach Belieben mit vielen weiteren Zutaten belegt werden.

Buono!



Maisgrieß für Polenta

Aktion

2 69
€/500 g
5,38/1 kg



Mozzarella di Bufala Campana DOP

Aktion

2 99
€/125 g
23,92/1 kg



Tomatenstücke Cubetti

Aktion

1 09
€/400 g
2,73/1 kg

BLITZ-LASAGNE ... mit italienischer Würze

FÜR 4 PORTIONEN:

- 2 Zwiebeln
- Pflanzenöl
- 600 g Hackfleisch
- 1 EL Tomatenmark
- 100 ml bioladen*Merlot
- 1 kg bioladen*Pelati geschälte Tomaten
- Salz, Pfeffer, Rohrohrzucker
- 1 EL Italienische Küche Tüte
- 300 g Bechamel (oder Ähnliches)
- 250 g bioladen*Lasagne
- 50 g geriebenen Parmesan

- Zwiebeln schälen und fein würfeln. Etwas Öl in einem Topf erhitzen. Hackfleisch und Zwiebeln darin anbraten. Dann Tomatenmark zugeben. Mit Rotwein ablöschen und einkochen. Wenn die ganze Flüssigkeit verkocht ist, die geschälten Tomaten zugeben und gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und 'Italienische Küche' würzen. Alles ca. 15 Minuten köcheln lassen.
- Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Eine feuerfesten Form mit Öl auspinseln. Dann die Bechamel, Lasagneblätter und die Bolognesesoße abwechselnd schichten. Zum Schluss den Käse darauf verteilen.
- Im vorgeheiztem Backofen 30-40 Minuten backen.

Pronto!



Lasagne

Aktion

1 59
€/250 g
6,36/1 kg



Italienische Küche

vegan

Aktion

2 79
€/35 g
79,71/1 kg

HIMMLISCHE PAVLOVA ... mit Trauben und Feigen

FÜR 4 PORTIONEN:

- 1 Vanilleschote
- 150 g Rohrohrzucker
- 2 TL Speisestärke
- 3 Eiweiß
- 3 frische Feigen
- 200 g Trauben
- 1 Becher Sahne
- 3 EL bioladen*Feigenkonfitüre
- etwas frische Minze falls gewünscht

- Backofen auf 120°C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Vanilleschote der Länge nach halbieren und mit dem Messerrücken das Mark heraus kratzen. Vanillemark mit Zucker und Stärke in eine Schüssel geben und gut vermengen.
- Das Eiweiß steif schlagen. Zucker-Stärke-Mischung nach und nach zugeben und kurz weiter schlagen.
- Die Masse (Baiser) auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Mit einem Löffel in der Mitte eine Mulde drücken.
- Die Pavlova im vorgeheiztem Backofen 70-80 Minuten trocknen. Nach der Backzeit die Pavlova im ausgeschalteten Ofen lassen und vollständig abkühlen lassen.
- Feigen und Trauben waschen und Stiele entfernen. Früchte in kleinere Stücke schneiden. Sahne steif schlagen und auf der kalten Pavlova verteilen. Konfitüre glatt rühren und in Klecksen auf der Pavlova verteilen. Zum Schluss nach Belieben mit den Früchten und Minze garnieren.

Dolce!



Feigenkonfitüre extra

Aktion

3 49
€/240 g
14,54/1 kg

bioladen*

Penne

Aus 100% italienischem Hartweizengrieß nach traditionellem Verfahren hergestellt. Durch Bronzeformen gezogen.

Original italienisch.

Aktion

1 15
€/500g
2,30/1kg



Tomaten Pesto oder Basilikum Pesto

vegan

Aktion

2 99
€/125ml
23,92/1l



Seit über 40 Jahren:
Pionier für toskanische Bio-Feinkost



Schon allein die Vorstellung von der Toskana lässt bei Italiensfans die Herzen höher schlagen. Der Hersteller LaSelva schafft mit seinen Produkten aber noch mehr: Seit über 40 Jahren steht LaSelva für ökologischen Landbau in der Maremma, dem südlichen Teil der Toskana.

Hier würtzt das Klima der tyrrhenischen Meeresküste das Obst, Gemüse und die Weintrauben von LaSelva. Chianina-Rinder und Apennin-Schafe grasen zwischen vielfältig angebauten Kulturen. Alle Früchte stammen aus Eigenanbau, die reif geernteten Zutaten wandern direkt vom Feld ins Glas, ohne längere Transportwege.

Bei der Verarbeitung legt LaSelva höchsten Wert darauf, den Eigengeschmack des jeweiligen Rohstoffs zu erhalten. Die Verarbeitung erfolgt so natürlich wie möglich, ganz in der Tradition der ebenso einfachen wie schmackhaften toskanischen Küche. Die Produktpalette von LaSelva reicht vom Alleskönner Tomate in verschiedensten Variationen bis hin zu Antipasti, wie eingelegtem Gemüse, delikaten Gemüsecremes und feinen Confits.

Der intensive Eigengeschmack der rund 200 gluten- und hefefreien sowie mit wenigen Ausnahmen laktosefreien und veganen Bio-Kreationen ohne Zusätze ist bis heute das Besondere an LaSelva. Sein Geheimnis lebt in der eigenen Verarbeitung und dem Bio-Anbau: Seit 1980 lebt der Naturland-Mitbegründer Karl Egger in Italien und kreiert Natur- und Feinkost. Mit viel Liebe zu Handarbeit und toskanischer Esskultur. Mit Leidenschaft für Natur und Genuss.

Alles zusammen ergibt die richtige Mischung für Bio-Feinkost wie Pesto, Antipasti und Tomaten-Spezialitäten. Mit dem perfekten Geschmack, der an den letzten Urlaub in der Toskana erinnert.

Die Cantucci alle Mandorle sind ein traditionelles italienisches Mandelgebäck, das von LaSelva ausschließlich mit italienischen Mandeln nach klassischem Rezept hergestellt wird.

Highlight: Die Cantucci alle mandorle mit süßem Dessert-Wein serviert, sind eine typische toskanische Nachspeise.

Cantucci alle mandorle

vegan

Aktion

3 79
€/150g
25,27/1kg



FrISCHE Tortellini Family mit Käse und Tomaten

In einer kleinen Nudelmanufaktur in Norditalien produziert.

Aktion

4 89
€/400g
12,23/1kg



WeißE Bohnen

Schonend verarbeitet, einfach genießen. Fix und fertig für Eintopfgerichte und die kalte Mahlzeit.

Abtropfgewicht: 240g.

Aktion

1 79
€/350g
7,46/1kg



Tiramisù

Original italienisches Dessert mit Fairtrade-Zutaten.

Aktion

1 79
€/90g
19,89/1kg



Duschgel „Du bist meine Pampelmuse“

Aktion

6 99
€/500ml
13,98/1l



Handcreme „Du hast die Hände schön“

Aktion

3 49
€/100ml
34,90/1l



bioladen*

Natives Olivenöl extra

Erste Güteklasse in der praktischen 1-l-Familiengröße. Kaltextraktion.

Aktion

8 99
€/1l



Lombarda italienische Salami extra fein

Original italienische Salami Mailänder Art. 60 Tage luftgetreift.

Würzig.

Aktion

4 49
€/80g
56,16/1kg



Bio-Trauben aus Griechenland und Italien

Unser bioladen*Partner Vasilis Dimas war einer der ersten Bio-Bauern in Griechenland. Er gehört seit über 20 Jahren zu einer Gruppe griechischer Bio-Bauern und Produzenten, die sich gemeinsam sehr intensiv um den ökologischen Landbau bemühen und zusätzlich Themen wie Nachhaltigkeit, Fairness und Chancengleichheit fördern.

Der Betrieb von Vasilis Dimas wird bereits in der vierten Generation bewirtschaftet und liegt auf etwa 300 Metern Höhe 15 km westlich von Korinth, nur 5 km vom Meer entfernt.

Von unserem bioladen*Partner Don Luigi kommen die italienischen Bio-Trauben. Der Betrieb der Familie Bruculeri liegt in einer hügeligen Landschaft in der Nähe des S. Giovanni Sees in Castrolibero im Herzen Siziliens. Luigi Bruculeri war bereits 1960 fasziniert vom biologischen Anbau. Zusammen mit seinem Sohn Dario betreibt er hier Pionierarbeit im Bio-Traubenanbau.

Wohl auch deshalb bezeichnen sie Bekannte als die Familie „mit den Feldern voller Unkraut“ und die „Verrückten“. Beides bezieht sich natürlich auch auf die Experimentierfreudigkeit ihrer Anbaumethoden. Den Familienbetrieb stellten sie 1990 komplett auf Bio um, seit 1994 sind sie Demeter-zertifiziert. Die Trauben werden mit einer besonderen Methode angebaut und geerntet: Dabei werden sie zum Schutz vor Insekten im Juni mit Pergamentsäckchen umhüllt. Die Trauben werden so bis zur Ernte nicht berührt, sind sauber und geschützt. Neben ihrem süßen Geschmack erfüllen die Bio-Trauben den besonderen Qualitätsanspruch: „Von der Produktion bis auf den Tisch nicht angefasst“. Dann darf aber Traube für Traube nach Herzenslust vernascht werden.

Chicorée vom neuen bioladen*Partner Stephans Biohof



Mehr Infos:
bioladen.de/stephans-biohof



Mehr Infos:
bioladen.de/vasilisdimas



Mehr Infos:
bioladen.de/donluigi

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). 09222 PARIPARI.com