



Fit und gestärkt ins neue Jahr

Bio-Angebote

Gültig vom 04.01. bis 17.01.2017

biomarkt.de

Mehr Info. Mehr Bio.



Fenchel

aus Italien

1 kg

1.99



Clementinen

verschiedene Sorten,
aus Spanien oder Marokko,
HKL II

je 1 kg

2.49

Für Sie zum Probiertpreis



Higher Living
Tea

exquisit komponierte
Tee-Variationen

je Packung (15 Btl./20 Btl.)
(100 g = 4.44/9.20)

2.00



dennree

Naturjoghurt

2 Sorten:
aus Magermilch (0,3% Fett)
oder fettarm (1,7% Fett)

je 500 g
(1 kg = 1.38)

0.69



Hofkäserei Belrieth

Ringelblumen-Käse

deutscher Weichkäse, cremig-
mild, Edelschimmelig gereift,
mit mikrobiellem Lab,
mind. 53% Fett i. Tr.

100 g

1.99

Zutaten:
(für 4 Personen)

- 1 Zitrone
- 1 EL Mehl
- 1 kg Schwarzwurzeln
- 4 EL Rapskernöl
- 1 Zwiebel
- 500 ml Hafercuisine
- etwa ½ - 1 TL Meersalz
- 1 Prise Cayenne-Pfeffer
- 1 Prise Muskatnuss
- 700 g verzehrfertige Gnocchi
- 30 g Kürbiskerne
- ½ Bund Petersilie



Pasta Nuova

Frische Gnocchi

nach traditioneller Rezeptur,
aus Hartweizengrieß und
Kartoffeln, pfannenfertig,
vegan

350 g
(1 kg = 4.83)

1.69

**Schwarzwurzel-Gnocchi
mit Kürbiskernen**

Zitrone waschen, Schale abreiben und ½ Zitrone pressen. Zitronenschale beiseite stellen und den Saft und das Mehl in eine Schüssel mit 2 l Wasser geben.

Schwarzwurzeln in der Spüle unter laufendem Wasser (am besten mit Einweghandschuhen) waschen. Anschließend schälen und schräg in etwa 5 mm feine Scheiben schneiden und in das Zitronenwasser geben, damit sie sich nicht verfärben.

Zwiebel schälen und klein hacken. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln goldbraun anbraten. Danach die Schwarzwurzeln aus dem Wasser holen, trocken tupfen und zusammen mit den Zwiebeln etwa 8 Min. anbraten.

Mit der Hafercuisine ablöschen und bei reduzierter Temperatur mit geschlossenem Deckel einkochen, sodass eine cremige Sauce entsteht und die Schwarzwurzeln gar sind. Nach etwa 10-15 Min. mit Salz, Cayenne-Pfeffer, frisch geriebener Muskatnuss und der Zitronenschale abschmecken.

Verzehrfertige Gnocchi aus der Packung nehmen und zu den Schwarzwurzeln geben. Alles gut umrühren und mit verschlossenem Deckel bei niedriger Temperatur etwa 5-7 Min. ziehen lassen.

Währenddessen die Kürbiskerne hacken und in einer Pfanne ohne Öl rösten. Die Petersilie waschen, trocknen und hacken. Schwarzwurzel-Gnocchi auf Tellern verteilen, mit Petersilie und Kürbiskernen bestreuen und sofort servieren.

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten



Weitere saisonale Rezeptideen finden Sie
auf unserer Homepage: www.biomarkt.de/rezepte

Bioland



Teutoburger
Ölmühle

Rapskernöl

nativ, 2 Sorten: vielseitig
(nussig-fein) oder mit
Buttergeschmack

je 0,5 l
(1 l = 13.98)

6.99



dennree

**Kürbis-
kerne**

eignen sich her-
vorragend zum
Verfeinern von Suppen,
Pürees, Eintöpfen und Salaten,
aber auch als Knabberei
oder Snack für
zwischen durch

500 g
(1 kg = 11.98)

5.99



Oatly

Hafercuisine

eignet sich zum Binden
von Suppen und Saucen,
13% Fett, laktosefrei,
vegan

250 ml
(100 ml = 0.40)

0.99



dennree

Tofu

2 Sorten: mit Paprika oder Kräutern,
ideal als Brotbelag oder
angebraten zu Nudeln,
Reis oder Kartoffeln,
vegan

je 200 g
(100 g = 0.90)

1.79





Gläserne Molkerei
Heumilchkäse

deutscher Schnittkäse, mild bis leicht pikant, mit Rotkultur, laktosefrei, 6 Monate rindengereift, mit tierischem Lab, mind. 50% Fett i. Tr.

1.49

100 g



Berchtesgadener Land

Quark

3 Sorten: Cremig (mit mildem Joghurt verfeinert, 0,2% Fett), Halbfettstufe (20% Fett) oder Rahmstufe (50% Fett)

0.89

250 g/350 g
(1 kg = 2.54/3.56)

Für Sie zum
Probierpreis



Provamel
Soja-Dessert

4 Sorten: Vanille, Schoko, Kokos-Schoko oder Karamel, mit zartem Schmelz und natürlichen Aromen, vegan

1.50

je 500 g (4x125 g)
(1 kg = 3.00)



Birkenstock
Bauern-Quargel

hessischer Sauermilchkäse, mild-pikant bis herzhaft-pikant, mind. 1,8% Fett i. Tr.

1.29

125 g
(100 g = 1.03)



alberts

Lupinen-Spezialität

5 Sorten: Gyros, Geschnetzeltes, Filet, Rostbratwürstchen oder Burger Oriental, auf Süß-lupinenbohnenbasis, laktosefrei, vegan

2.99

je 200 g
(100 g = 1.50)



followfish

Kabeljau-Fischstäbchen

Kabeljau aus dem Atlantischen Ozean, nach den strengen Richtlinien des MSC gefangen, in knuspriger Panade, tiefgefroren, 10 Stück

2.99

250 g
(100 g = 1.20)



Königshofer

Putenstreifen

aus der Brust, ca. 300 g-Packung, HKL A

2.29

100 g



Schwarzwurzeln

aus den Niederlanden

2.29

500 g-Beutel
(1 kg = 4.58)



Paprika rot oder gelb

aus Spanien oder Israel, HKL II

3.99

je 1 kg



Mango

Sorte Kent, aus Peru

1.99

Stück



Torre del Vino

aus Spanien, trocken, 3 Sorten: Tinto (fruchtiges Bukett), Blanco (samtig, frisch) oder Rosado (mit Kräuternote), vegan



1.99

je 0,75 l
(1 l = 2.65)



Voelkel Frucht- saft

verschiedene Sorten, Direktsaft, ohne Zuckerzusatz



2.79

je 0,7 l
(1 l = 3.99)
+ Pfand

Für Sie zum Probierpreis



Morgenland Cashewkerne

getrocknet, mild im Geschmack, ideale Zutat für exotische Reis- oder Currygerichte, für Salate oder als knackige Zutat im Müsli



8.00

500 g
(1 kg = 16.00)



Rapunzel Erdnussmus

3 Sorten: fein, fein mit Salz oder Crunchy mit Salz, vegan



2.49

je 250 g
(100 g = 1.00)



denree Tomaten

2 Sorten: fein-stückig (mit Basilikum) oder ganz (geschält), die ideale Basis für Nudelgerichte oder Pizza



0.79

je 400 g
(1 kg = 1.98)



byodo Sommer- dinkel-Pasta

4 Sorten: Volanti, Spiralen, Hörnchen oder Spaghetti, gold-braune Nudeln aus dem Urgetreide Emmer



3.29

je 500 g
(1 kg = 6.58)



lavera Shampoo oder Spülung

verschiedene Sorten, für jeden Haartyp die passende Pflege



3.29

ab 150 ml
(100 ml = 1.32/2.19)

Liebe Kundin, lieber Kunde,

auf unserer Homepage unter www.biomarkt.de finden Sie pünktlich zum Aktionsstart die aktuellen Angebote als Download. Hier können Sie auch unseren Newsletter abonnieren, der Sie immer über die neuesten Angebote, Rezepte und Themen informiert.

Fan von BioMarkt werden Sie auf www.facebook.com/MeinBiomarkt.

Ihr BioMarkt-Team