




Trauben weiß, kernlos

verschiedene Sorten, aus Griechenland, HKL II

je 1 kg

3.99

Bio-Angebote

Mittwoch, 11.10. bis Dienstag, 17.10. 2017

biomarkt.de

Mehr Info. Mehr Bio.

Bioland

Söbbeke

Münsterländer „Wilder Bernd“

deutscher Schnittkäse, pikant-würzig, 6-8 Wochen rindgereift, mit mikrobiellem Lab, mind. 50% Fett i. Tr.

100 g

1.79



Für Sie zum Probierpreis



dennree

Datteln „Deglet Nour“

entsteint, getrocknet, aromatisch-süß, zum Backen sowie als schmackhafte Nascherei für zwischendurch

500 g (1 kg = 7.00)

3.50



Trafo

Gemüsechips

verschiedene Sorten, in reinem Sonnenblumenöl knusprig gebacken, vegan

75 g/80 g (100 g = 2.49/2.65)

1.99



Taifun

Tofu-Bratfilets

fleischloser Bratgenuss auf Sojabohnenbasis, verschiedene Sorten, vegan

je 160 g (100 g = 1.24)

1.99



So gelingt der Bio-Morgenkaffee

Aromatischer Start in den Tag

Gehören Sie zu der Sorte Mensch, die vor dem ersten Kaffee am Morgen, ein imaginäres „Ansprechen Verboten!“-Schild auf der Stirn trägt? Keine Sorge: Damit sind Sie nicht alleine! Um das aromatische Getränk mit dem unschlagbar wachrüttelnden Effekt zum wahren Genuss werden zu lassen, haben wir ein paar Tipps & Tricks für Sie.

Guten-Morgen-Ritual

Die Zubereitung Ihres Bio-Morgenkaffees kann zum reizvollen Ritual werden und schon vor Genuss desselben Ihr Stimmungsbarometer steigen lassen. Schnappen Sie sich Mühle & Kaffeebohnen und genießen Sie den angenehmen würzigen Duft. Wenn Sie den Kaffee jeden Morgen frisch mahlen, stellen Sie sicher, das meiste

an Aroma aus den dunklen Bohnen herauszuholen. Alternativ können Sie natürlich gemahlene Bio-Kaffee kaufen. Dann aber lieber in kleinen Mengen.

Das richtige Maß

Laut der Speciality Coffee Association of Europe sind 60 g Kaffee pro 1.000 ml Wasser optimal, wenn es um die bestmögliche Kaffeedosierung geht. Für eine Tassengröße von 200 ml benötigt man also ca. 12 g gemahlene Kaffee. Unser Tipp: Die 12 g sind eine gute Richtlinie. Abhängig vom eigenen Geschmack kann die Menge natürlich individuell angepasst werden.

French Press vs. Kaffee-Maschine

Anschließend geht's ans Wasser kochen. Kaffeekenner schwören auf die French

Press. Sie ist bequemer als die Handfilter-Methode und führt zu einem wesentlich vollmundigeren Kaffee als die Kaffeemaschine. Wichtig: Kein kochendes Wasser verwenden, sondern auf etwa 93 Grad abkühlen lassen! Das Wasser auf das Kaffeepulver gießen, 2-5 Minuten ziehen lassen und den Siebstempel nach unten drücken, um den Kaffeesatz vom Kaffee zu trennen. So erhalten Sie einen Bio-Kaffee, der nicht nur wach macht, sondern Ihnen einen genussvollen Morgen beschert.

Kaffee-Genuss zu jeder Zeit

Natürlich schmeckt der perfekte Bio-Kaffee nicht nur am Morgen, sondern auch am Nachmittag oder wann immer Sie eine Tasse feinsten Kaffeegenuss gebrauchen können.



Bioland

Andechser Natur Trinkjoghurt

verschiedene Sorten, fruchtig-milder Trinkgenuss, aus entrahmter Milch, nur 0,1% Fett

je 500 g
(1 kg = 2,38)

1.19



Allos

Amaranth-Müsli

verschiedene Sorten in der **Familienpackung**, mit 20% wertvollen, gepopptem Amaranth

je 1,5 kg
(1 kg = 6,66)

9.99



dennree

Röstkaffee oder Espresso

Mischung aus ganzen Arabica- und Robusta-Bohnen, kräftig-aromatischer Geschmack

je 1 kg

8.99



Bioland

demeter

Endiviensalat

aus Deutschland

Stück

1.49



Schlangengurke

aus Spanien

Stück

0.88



Bioland

Pastinaken

aus Deutschland

1 kg

2.99



Granatapfel

verschiedene Sorten,
aus Spanien oder Israel

je Stück

1.79

Vielfalt und Frische

In Ihrem Biomarkt finden Sie Obst und Gemüse bevorzugt in Verbandsqualität aus heimischer Herkunft und von unseren Partnern aus aller Welt.

Die zarten Bio-Enten-Teile von Bauers Beste stammen aus artgerechter Freilandhaltung vom Bio-Hof Daasbjerg in Dänemark. Seit 2008 werden die Enten dort mit Mühe und Sorgfalt großgezogen und können sich auf einer Fläche von 150 Hektar mit zahlreichen Wassertümpeln frei bewegen.



Bauers Beste
Entenbrust

tiefgefroren, mit Haut,
ca. 300 g-Packung

100 g

3.49



Entenkeule

*ähnl. Abbildungen

tiefgefroren,
ca. 300 g-Packung

100 g

1.49

Bio im Kühlregal

Milch, Käse und Wurst in Bio-Qualität sind für uns genauso selbstverständlich wie ein umfangreiches Angebot an laktosefreien, veganen und vegetarischen Produkten.

Für Sie zum Probiertpreis



denree
Gemüse

erntefrisch tiefgefroren,
verschiedene Sorten

400 g / 450 g
(1 kg = 2.67/3.00)

1.20



Königshofer
Rinderhackfleisch

zum Braten oder für Füllungen,
die Angabe zur Herkunft finden
Sie auf der Verpackung

400 g
(1 kg = 12.48)

4.99



Bioland
Söbbeke
Joghurt auf Frucht

verschiedene Sorten,
ohne Aromazusatz,
3,8% Fett

je 200 g
(100 g = 0.35)

0.69



Bioland
Gläserne Molkerei
Mönchshofer Erntedankkäse

deutscher Schnittkäse,
mild-aromatisch,
6 Wochen rindengereift,
mind. 50% Fett i. Tr.

100 g

1.29



Bioland
Hoodammer
Schafskäse „Rosmarin-Thymian“

niederländischer Schnittkäse,
cremig-mild, 4 Wochen
rindengereift,
mind. 50% Fett i. Tr.

100 g

2.99

Unser Rezepttipp

Überbackener Ziegencamembert mit Honig und Granatapfelkernen

Zutaten für 2 Personen

als Vorspeise:

- 40 g Haselnüsse
- 2 ½ EL Olivenöl
- 4 TL Honig
- 1 Granatapfel
- 150 g Salatmischung (z.B. Feldsalat oder Babyleaf)
- 1 ½ EL weißer Balsamico-Essig
- Salz und Pfeffer
- 50 g Schinkenwürfel
- 2 Ziegencamembert (à 100 g)
- 1 Zweig Thymian

Backpapier

Zubereitung:

Backofen auf etwa 160 °C vorheizen. Haselnüsse grob hacken, mit ½ EL Öl und 1 TL Honig vermengen und etwa 3–4 Min. auf einem mit Backpapier belegtem Blech im Ofen goldbraun rösten. Anschließend auskühlen lassen.

Granatapfel entkernen.

Salat, wenn nötig putzen und in eine Schüssel geben. In einer kleinen Schüssel aus 2 EL Öl, 1 ½ EL Essig und 1 TL Honig ein Dressing rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schinkenwürfel in einer Pfanne ohne Fett etwa 4–5 Min. knusprig anbraten.

Käse auf das vorhin verwendete Backblech legen. Mit Thymianblättchen bestreuen, mit jeweils 1 TL Honig beträufeln und unter dem heißen Backofengrill etwa 3–4 Min. überbacken.

Salat mit Dressing und ⅔ der Granatapfelkerne vermengen. Auf 2 Teller geben und Ziegencamembert darauf anrichten. Mit gerösteten Haselnüssen, Schinken und den restlichen Granatapfelkernen genießen.

Dazu schmeckt ein knackiges Baguette!

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten



Andechser Natur
Bio Ziegencamembert

österreichischer Weichkäse,
mild im Aroma, edelschimmel-
gereift, mit tierischem Lab,
mind. 50% Fett i. Tr.

100 g

1.99



BioLust

**Schinken- oder
Wurstaufschnitt**

verschiedene Sorten,
von Natur aus glutenfrei,
laktosefrei

ab 70 g
(100 g = 1.46/3.13)

2.19



Rapunzel

Hülsenfrüchte

verschiedene Sorten, ideal für Salate, Suppen, Bratlinge oder Eintöpfe, vegan

je 500 g
(1 kg = 5.98)

2.99

Zum Kochen und Genießen

Ob für den Vorrat oder zwischendurch – in Ihrem Biomarkt finden Sie die Produkte des täglichen Bedarfs, natürlich in Bio-Qualität.



Fontaine

Thunfischfilet „Echter Bonito“

verschiedene Sorten, eingelegt in Öl oder Naturell, aus traditionellem Angelfang

je 120 g
(100 g = 1.66/2.46)
(Abtropfgewicht 81 g/90 g)

1.99



Gustoni Antipasti

verschiedene Sorten, in Lake oder Kräuteröl eingelegt

140 g/190 g
(100 g = 1.05/1.42)
(Abtropfgewicht 90 g/110 g)

1.99



demeter

Spielberger Dinkel-Nudeln

hell oder Vollkorn, verschiedene Sorten, fein-nussiger Geschmack, vegan

je 500 g
(1 kg = 4.98)

2.49



Vor knapp 40 Jahren begann es mit Zwiebelschmelz, inzwischen liefert Zwergenwiese jede Menge köstliche Brotaufstriche. Doch die Zwerge können auch anders und bieten jetzt würzige Abwechslung in Saucenform – für all jene Situationen des Alltags, in denen es einfach mal schnell gehen muss.



Neu



Zwergenwiese

Fertiggericht „Soul Kitchen“

verschiedene Sorten, Zubereitung aus Gemüse, passt zu Nudeln oder Reis, vegan

je 420 ml
(1 l = 5.93)

2.49





Domaines Auriol

Wein „Grain de Bio“

aus Frankreich,
verschiedene Sorten, vegan

je 1 l



3.99

Bioland

Riedenburger Brauhaus Bierspezialität

verschiedene Sorten,
obergäriges Bier
oder alkoholfrei

je 0,33 l (1 l = 4.52)
+ Pfand



1.49



Allos

Honigspezialität

verschiedene Sorten,
natürliches Süßungsmittel,
vielseitig verwendbar

je 500 g
(1 kg = 15.98)

7.99



linea natura Cookies

verschiedene Sorten,
feines Gebäck, perfekt
zu Kaffee und Tee

je 175 g
(100 g = 1.42)



2.49



Rapunzel

Schokolade

verschiedene Sorten,
zart-schmelzender
Geschmack

je 100 g

1.79



Sonnentor

Kurkuma-Tee

verschiedene Sorten, z. B. mit Ingwer &
Kardamom oder Rosen- & Holunderblüten,
köstlich würzig, vegan

je Packung (18 Btl.)
(100 g = 8.31/11.07)

2.99



20%
Rabatt



auf Babynahrung und -pflege

Der rabattierte Preis ist am Regal ausgewiesen.

Frage der Woche

Kunden fragen - wir antworten



Jede Woche geben wir Aufschluss über eine spannende Kundenfrage.

Kunde Christian S. hat unheimlich viele Pilze gesammelt und fragt sich, ob er diese roh einfrieren kann.

Der Mythos man könne Pilze nicht einfrieren, ist definitiv nichts als ein Mythos. Generell können alle Pilzarten eingefroren werden. Dabei gibt es allerdings einiges zu beachten. Als erstes müssen die Pilze natürlich geputzt werden. Champignons und Austernpilze können anschließend in rohem Zustand eingefroren werden. Schneidet man sie zuvor klein, spart das Platz im Gefrierfach und

macht die spätere Weiterverarbeitung um einiges leichter. Komplizierter sieht es bei Pfifferlingen aus. Würde man diese Pilzsorte roh einfrieren, hätte sie nach dem Auftauen einen leicht bitteren Geschmack. Pfifferlinge müssen deshalb vor dem Einfrieren blanchiert oder leicht angebraten werden. Zu beachten ist außerdem, dass Pilze nach dem Auftauen nicht mehr fest, sondern matschig sind. Am geschicktesten ist es, sie noch im gefrorenen Zustand in die Sauce zu geben.

Was wollten Sie uns schon immer einmal fragen?

Schicken Sie uns eine E-Mail an: fragen@biomarkt.de
Oder auch gerne eine Nachricht über facebook.com/meinbiomarkt.



Natumi

Sahnealternative

verschiedene Sorten, verfeinert Suppen, Saucen oder Desserts, laktosefrei, vegan

je 200 ml
(100 ml = 0.40)

0.79



Pasta Nuova

Frische Gnocchi

verschiedene Sorten

je 400 g
(1 kg = 6.23)

2.49

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



Einzelne Artikel nicht in allen BioMärkten erhältlich. Preisangaben in Euro. Solange Vorrat reicht. Irrtum und Druckfehler vorbehalten. An alle Haushaltungen (mit Tagespost). Dieses Druckerzeugnis ist auf FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt und mit dem Blauen Engel ausgezeichnet. V.i.S.d.P. und Herausgeber ist die gipmree GmbH, vertreten durch den Geschäftsführer Thomas Greim, Holer Straße 11, D-99183 Töpen.

