



# Ihr Festtagessen!

Gehen Sie dem Weihnachtsstress aus dem Weg und reservieren Sie jetzt Ihr Weihnachtessen: Bis zum 18.12. liegen die Bestellscheine im Markt bereit.



# Bio-Angebote

Mittwoch, 05.12. bis Dienstag, 18.12.2018

[biomarkt.de](http://biomarkt.de)

Mehr Info. Mehr Bio.

NETZ AUS 100% ZELLULOSE



1.99

## Clementinen

aus Spanien, Italien oder Griechenland, HKL II

1-kg-Netz

## Für Sie zum Vorteilspreis



Shoti Maa

## Ayurvedischer Tee

verschiedene Sorten, außergewöhnlich wohlschmeckende und inspirierende Kräuter- und Gewürztee-Mischungen

je Packung (16 Btl.)  
(100 g = 6.25/6.94)

2.00



Bioland

ÖMA

## WinterBrie Pistazie

österreichischer Weichkäse, cremig-zart, mit edlen Pistazien, 3 Wochen Edelschimmelgereift, mit mikrobiellem Lab, mind. 50% Fett i. Tr.

100 g

2.29



Zwergenwiese

## Fruchtaufstrich „FruchtGarten“

verschiedene Sorten, mit 70% Fruchtanteil und Agavendicksaft gesüßt, vegan

je 225 g (100 g = 1.11)

2.49



# Pan do Mar

Wenn Tradition auf Nachhaltigkeit trifft



Vertriebsleiter Lazaro Campuzano

Unsere Reise zu den Standorten unserer Partner führt uns dieses Mal an einen besonders schönen Platz: Vilanova de Arousa, ein malerischer Küstenort im Nordwesten der Iberischen Halbinsel. Schon die Urgroßväter unseres Partners Pan do Mar widmeten sich hier der traditionellen Herstellung von Fisch- und Meeresfrüchtespezialitäten aus nachhaltiger Küstenfischerei. Wir treffen uns mit dem Vertriebsleiter Lazaro Campuzano, der uns mehr über Pan do Mar, das Brot des Meeres, erzählt.

**Die Pan do Mar-Produkte werden noch traditionell handwerklich von dem kleinen Familienbetrieb Conservas Antonio Perez Lafuente hergestellt. Wie viele Generationen arbeiten hier zusammen?**

Derzeit sind es zwei Generationen, die täglich Schulter an Schulter die Arbeit vorantreiben. Bis vor drei Jahren waren es sogar drei Generationen, aber Don Alvaro, der letzte noch lebende Sohn des Firmengründers Antonio, ging nun in den wohlverdienten Ruhestand. Er überließ das Geschäft seinem Sohn und seinem Enkel, die jetzt die Produktion und Verwaltung leiten.



**Es werden ausschließlich Fangmethoden akzeptiert, die gewährleisten, dass nur die Fischart gefangen wird, die auch gewünscht war.**

**Was bedeutet nachhaltige Fischerei genau und wie wird diese bei Pan do Mar umgesetzt?**

Um wirklich nachhaltig zu fischen, sind zum einen selektive Fangmethoden sehr wichtig. Dadurch wird ungewollter Beifang verhindert. Ein weiterer wesentlicher Punkt ist die Mengenbeschränkung. So achten wir bei Pan do Mar darauf, dass die Anzahl der Boote, deren Größe und die Besatzung pro Boot dem Sinne der küstennahen Kleinfischerei entspricht. Die kleinen Boote der alteingesessenen Fischerfamilien führen nur Tagesfänge durch und kehren somit täglich mit ihrem Fang in den Heimathafen zurück. Für Überfischung gibt es dadurch erst gar keine Grundlage.

**In welcher Form wird selektiver Fischfang bei Pan do Mar umgesetzt?**

Es werden ausschließlich Fangmethoden akzeptiert, die gewährleisten, dass nur die Fischart gefangen wird, die auch gewünscht war. Beim Thunfisch ist es etwa der Angelfang, bei den Makrelen die kleine Leine und beim Tintenfisch die Handleine, die dafür sorgen, dass der richtige Fisch gefangen wird. Entsprechend klein können die Mengen dann auch sein, denn je größer das Ausmaß des Fangs, umso geringer ist naturgemäß dessen Selektivität.

**Stichwort Rückverfolgbarkeit: Wie kann der Kunde erkennen, woher der Fisch in seinem Pan do Mar-Produkt stammt?**

Auf den Packungen stehen nicht nur das Fanggebiet, sondern auch die Fangmenge sowie die Fischerkooperative bzw. Fischergemeinschaft, die den Fang getätigt hat. So ist all das direkt beim Kauf für den Kunden offengelegt und nachvollziehbar.

Weiter im Gespräch geht es auf unserer Internetseite: [www.biomarkt.de](http://www.biomarkt.de).

Pan do Mar

## Fischkonserven

verschiedene Sorten, aus nachhaltiger Fischerei, von Kleinfischern mit traditionellen Methoden gefangen, veredelt mit Zutaten aus ökologischer Landwirtschaft

ab 50 g (100 g = 1.99/4.98)  
(Abtropfgewicht ab 30 g)

2.49





# Obst & Gemüse

Alle Angebote auf dieser Seite sind gültig von  
Mittwoch, 05. 12. – Dienstag, 11. 12.



## Avocado

verschiedene Sorten,  
aus Spanien oder Peru,  
HKL I

je Stück

1.49



## Strauchtomaten

aus Spanien oder Italien,  
HKL II

1 kg

2.79



## Kürbis

2 Sorten: Hokkaido orange  
oder Butternut,  
aus Deutschland  
oder den Niederlanden

je 1 kg

1.99



## Granatapfel

verschiedene Sorten,  
aus Griechenland  
oder der Türkei

je Stück



1.49

## Jede Woche neu!

Von Mittwoch, 12. 12. – Dienstag, 18. 12.  
finden Sie neue Angebote in Ihrem BioMarkt!





Söbbeke

## Monsieur Jean Bernard

2.49

französischer Weichkäse, 2 Sorten: cremig-würzig oder cremig-mild, mit tierischem Lab, mind. 60% Fett i. Tr.

je 200 g (100 g = 1.25)

FÜR KURZE ZEIT



Bioland

Söbbeke

## Winter Wenzel

deutscher Hartkäse, würzig-aromatisch, 9 Monate rindengereift, mit mikrobiellem Lab, mind. 50% Fett i. Tr.

100 g

2.49



Bastiaansen

## Charmeux drei Sorten Pfeffer

niederländischer Schnittkäse, aromatisch-kräftig mit Pfeffer, halbfest, 6 Wochen rindengereift, mit mikrobiellem Lab, mind. 50% Fett i. Tr.

100 g

1.79



Französische Käsespezialitäten

## Comté Extra A.O.C.

französischer Hartkäse, herzhaft-würzig, mit feiner, fruchtiger Note, aus Roh- und Heumilch, laktosefrei, 6-8 Monate rindengereift, mit tierischem Lab, mind. 45% Fett i. Tr.

100 g

2.29



Soto

## Fingerfood „deluxe“

verschiedene Sorten

ab 195 g (100 g = 1.27/1.43)

2.79



Bio-Metzgerei Juffinger

## Schinken

2 Sorten: Heublumen- oder Rosmarin-Schinken, vom Schwein, über Buchenholzrauch mild geräuchert

je 80 g (100 g = 3.74)



2.99





Berchtesgadener Land

### Frucht- & Knusper-Joghurt

verschiedene Sorten, 3,9 % Fett

137 g/150 g (100 g = 0.46/0.50)

0.69



Söbbeke

### Creme- oder Fruchtjoghurt

verschiedene Sorten, ohne Aromazusatz

je 500 g (1 kg = 3.38) + Pfand

1.69



Andechser Natur

### Sahne-Pudding

2 Sorten: Schoko oder Vanille (echte Bourbonvanille), ohne Aromazusatz, 10 % Fett

je 150 g (100 g = 0.46)

0.69



Söbbeke

### Naturjoghurt

2 Sorten: stichfest oder mild mit Milchsäure-ABC-Kulturen, cremig gerührt, 3,8 % Fett

je 500 g (1 kg = 2.58) + Pfand

1.29



-20%  
Rabatt\*

### auf ausgewählte vegane Spezialitäten von MyLove - MyLife

\* Der rabattierte Preis ist am Regal ausgewiesen.

## Für Sie zum Vorteilspreis



dennree

### Milchalternative

2 Sorten: Mandeldrink Natur oder Reis-Kokosdrink Natur, von Natur aus laktosefrei, rein pflanzlich, vegan

je 1 l

1.70







FÜR KURZE ZEIT

ähnl. Abb.



4.29

Geflügelschlachterei Stauß/Müller  
**Gänsekeule oder -brust**

tiefgefroren, mit Haut,  
je 1 Stück, ca. 0,5 kg, HKL A  
je 100 g



denree  
**Gemüse**

erntefrisch tiefgefroren,  
verschiedene Sorten  
400 g/450 g (1 kg = 2.87/3.23)

1.29



La Spiga Bio  
**Gefüllte Nudeln**

3 Sorten: Ravioloni mit Ricotta und Spinat, Ravioli mit Gemüse oder Ravioli mit Ricotta und Rucola  
je 250 g (100 g = 1.20)

2.99



Good Herdsmen  
**Irishes Angus-Rindersteak**

2 Sorten:  
Roast Beef oder Entrecôte,  
extra gereift, je 1 Stück  
je 200 g (100 g = 3.45)

6.90



Gustoni  
**Antipasti**

original italienische Antipasti,  
in Kräuter-Öl-Marinade oder  
Essig-Salzlake eingelegt,  
verschiedene Sorten  
je 150 g (100 g = 1.66)

2.49



followfood  
**Pizza**

original italienische Holzofenpizza  
in verschiedenen Sorten,  
tiefgefroren  
ab 300 g (1 kg = 8.96/10.97)

NEUE SORTE

3.29

4.99



Abrahams Räucherei  
**Sockeye Wildlachs**

der beliebteste Lachs aus dem Nordpazifik,  
nachhaltig gefangen in den Flüssen Alaskas,  
festes, fettarmes Fleisch, nach kanadischem  
Originalrezept handgebeizt  
und traditionell geräuchert

100 g



Unser Rezepttipp:

# Kürbis-Salbei-Pasta mit Gorgonzola

## Zutaten für 2 Personen:

- 500 g Hokkaido-Kürbis
- 1 rote Zwiebel
- 9 Salbeiblätter
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Honig
- ½ TL Zimt
- 1 Prise Cayennepeffer
- Meersalz
- 150 g Gustoni Hartweizen Maxi-Fusilloni
- 2 EL Kürbiskerne
- 60 g Casale del Sole Gorgonzola

## Zubereitung:

Kürbis putzen, Strunk entfernen, entkernen, waschen und mundgerecht würfeln. Zwiebel schälen und würfeln. Salbeiblätter waschen und trocken tupfen. Drei der Blätter in Streifen schneiden und beiseitestellen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die ganzen Salbeiblätter knusprig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier beiseitelegen.

Zwiebel in die Pfanne geben und drei Minuten anschwitzen. Kürbis, Salbeiblätter-Streifen, Honig, Zimt, Cayennepeffer, eine gute Prise Salz dazugeben und 5 Minuten anbraten. Dann mit etwa 150 ml Wasser ablöschen und bei geschlossenem Deckel etwa 20 Minuten garen, bis der Kürbis gar ist und noch Biss hat. Evtl. Flüssigkeit hinzufügen.

Währenddessen Nudeln nach Packungsanleitung kochen. Gorgonzola in Stückchen schneiden und Kürbiskerne hacken.

Nudeln abgießen und in der Pfanne mit dem Kürbis und dem Gorgonzola vermengen. Auf Teller geben und mit Kürbiskernen und den frittierten Salbeiblättern genießen.

**Zubereitungszeit:** ca. 30 Minuten



Gustoni

## Maxi-Nudeln

3 Sorten: Conchiglioni, Fusilloni oder Tagliatelle, original italienische Pasta aus Hartweizen, vegan

je 500 g (1 kg = 3.98)

1.99



Casale del Sole

## Gorgonzola D.O.P.

italienischer Weichkäse, pikant-würzig, rindengereift, mit Blauschimmel und tierischem Lab, mind. 53% Fett i. Tr.

200 g (100 g = 1.65)

3.29



vegetarisch





**-20%  
Rabatt\***

**auf ausgewählte  
Gewürzmischungen  
von Sonnentor**

\*Der rabattierte Preis ist  
am Regal ausgewiesen.



**Sanchon  
Asiatische Sauce**

verschiedene Sorten,  
ideal zu Reis und Nudeln

330 ml/340 g (1 l = 8.45/1 kg = 8.21)

**2.79**



**Davert  
Reis**

verschiedene Sorten,  
ideal als Beilage zu Gemüse-,  
Fleisch- oder Fischgerichten

je 1 kg

**3.99**



**Pichler  
Fond**

3 Sorten: Rinder-, Hühner-  
oder Gemüse-Fond

je 350 ml (1 l = 7.11)

**2.49**

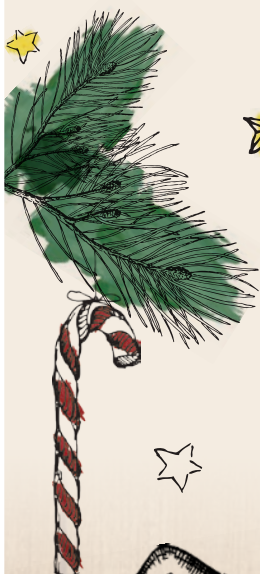


**MyDeli  
Fertiggericht**

verschiedene Sorten,  
ohne Palmöle und -fette

ab 360 g (1 kg = 10.50/11.08)

**3.99**



**byodo  
Bratöl „Brat-Olive“**

mild, hoch erhitzzbar dank  
hohem Ölsäure-Gehalt,  
ideal zum Braten oder Frittieren

0,75 l (1 l = 9.99)



**7.49**



**Allos  
Brot- oder  
Linsenaufstrich**

verschiedene Sorten, auch als Dip  
oder zum Verfeinern von  
Pasta-Gerichten oder Saucen geeignet,  
vegan

je 140 g (100 g = 1.28)

**1.79**







denree  
**Kürbiskerne**

**5.49**

eignen sich hervorragend zum Verfeinern von Suppen, Pürees, Eintöpfen und Salaten

500 g (1 kg = 10.98)



denree  
**Quinoa oder Chiasamen**

wertvolle Ergänzung in Joghurts, Müslis und Salaten sowie in Gemüsepfannen oder als Beilage

je 500 g (1 kg = 6.98)



**3.49**



**Terres Fortes**

klassischer französischer Wein in 3 fruchtigen Sorten: Rot, Rosé oder Weiß

je 1 l  
+ Pfand

**4.99**



Neumarkter Lammsbräu  
**Bier oder Radler**

natürlich-reiner Biergenuss, verschiedene Sorten

je 0,33 l (1 l = 2.70)  
+ Pfand

**0.89**



Aronia Original  
**Aronia Heißgetränk**

2 Sorten: Glühwein oder Früchtepunsch

0,7 l / 0,75 l (1 l = 4.65 / 4.98)

**3.49**



**4.99**

Finca Andrés Valiente  
**Spanischer Rotwein**

trocken, 2 Sorten: **Rebel.lia** (expressive Nase nach Kokos und Kakao) oder **Merlot.lia** (intensives Bouquet von roten und schwarzen Früchten)

je 0,75 l (1 l = 6.65)



Sommer & Co.  
**Brotgebäck**

verschiedene Sorten, mit besonders knusprigem Biss, vegan

je 150 g (100 g = 1.33)

**1.99**



Acapulco  
**Tortilla-Chips**

knusprige Maischips, verschiedene Sorten

je 125 g (100 g = 1.03)

**1.29**





# Zeit für Geschenke

Lassen Sie sich von uns inspirieren!  
Finden Sie hochwertige und verführerische Produkte, mit denen Sie Ihre Liebsten verwöhnen können.

1.99



sensena naturkosmetik

## Aromabadekissen oder Schaumbadekristalle

verschiedene Sorten, mit reichhaltigem rückfettendem Jojobaöl und Meersalz, vegan

60 g/100 g (100 g = 1.99/3.32)

14.99



## Weleda Pflege-Öl

verschiedene Sorten  
je 100 ml

9.99



Styx Naturcosmetic

## Körpercreme

verschiedene Sorten,  
für ein geschmeidig-zartes Hautgefühl, vegan

je 200 ml (100 ml = 5.00)



Zotter

## Schokolade

verschiedene Sorten, z. B. Marzipanengel oder Weihnachtsknistern, handgeschöpft

je 70 g (100 g = 4.27)



2.99

Nur für kurze Zeit  
-50%

11.99



Living Crafts

## Set aus Mütze und Schal\*

100% Bio-Baumwolle,  
weich angeraute Stoff-Innenseite  
für eine optimale Wärmeisolierung,  
Größen: S/M, L/XL

je Set

\* nur solange der Vorrat reicht







barnhouse  
**Krunchy**

verschiedene Sorten  
je 375 g (1 kg = 6.64)

**2.49**



Gepa  
**Kaffee**

3 Sorten: Esperanza,  
Orgánico Ganze Bohne  
oder Gemahlen,  
100% purer Arabica-Kaffee  
je 250 g (100 g = 1.60)



**3.99**



Bauck Hof  
**Frühstücksbrei**

Hot Hafer oder Hot Hirse  
in verschiedenen Sorten,  
einfache Zubereitung, glutenfrei  
je 400 g (1 kg = 8.73)

**3.49**

ALKOHOLFREI



Beutelsbacher  
**Punsch**

3 Sorten: Früchte,  
Holunder oder Exotik  
je 0,7 l (1 l = 4.27)  
+ Pfand

**2.99**



Rapunzel  
**Nusscreme**

verschiedene Sorten, geeignet  
als Brotaufstrich, zum Verfeinern  
von Süßspeisen oder zum Backen  
je 250 g (100 g = 2.00)

**4.99**



Vivani  
**Schokoriegel**

verschiedene Sorten,  
teilweise vegan  
35 g/40 g (100 g = 1.98/2.26)

**0.79**



**-20%  
Rabatt\***

**auf alle denree-Lebkuchen**

\*Der rabattierte Preis ist am Regal ausgewiesen.



denree  
**Weihnachtsgebäck**

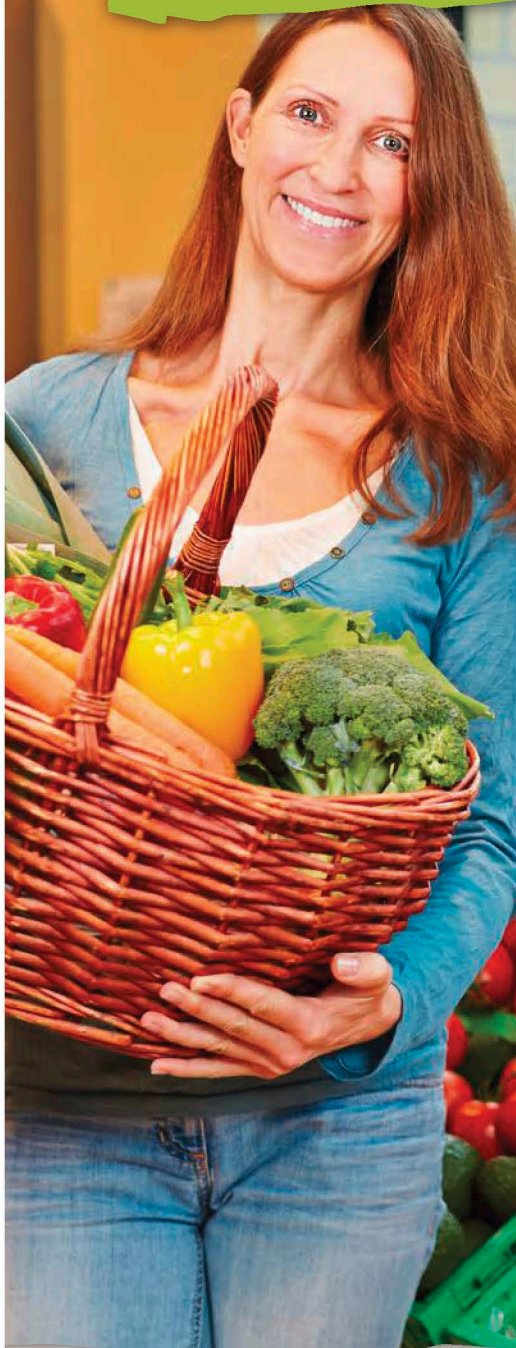
2 Sorten: Zimtsterne oder  
Marzipan-Kartoffeln  
je 100 g

**2.49**





# Bio für jeden Tag



Unser „Bio für jeden Tag“-Sortiment enthält die „Bio-Basics“ des täglichen Lebens. Angefangen bei den Zutaten fürs Frühstück über Pausensnacks bis hin zum vollwertigen Abendessen.

Eine vielfältige Auswahl an Produkten in hoher Bio-Qualität mit einem attraktiven Preis-Leistungs-Verhältnis finden Sie entsprechend gekennzeichnet bei uns im Markt.



denree



## Pommes Frites

knuspriger Genuss aus Bio-Kartoffeln, tiefgefroren

600 g (1 kg = 2.98)

1.79



Provamel



## Joghurtalternative Natur

auf Sojabohnenbasis, ohne Zucker, laktosefrei, vegan

500 g (1 kg = 3.18)

1.59



denree



## Darjeeling-Schwarztee

lose, lebendig ausgereift

500 g (1 kg = 23.98)

11.99



linea natura

## Vollkorn-Knäcke

2 Sorten: Roggen oder Sesam, zart und bekömmlich, ohne Hefe

je 200 g (100 g = 0.55)

1.09



Liebe Kundin, lieber Kunde,

auf unserer Homepage unter [www.biomarkt.de](http://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](https://www.facebook.com/MeinBiomarkt).

Ihr BioMarkt-Team



Einzelne Artikel nicht in allen BioMärkten erhältlich. Preisangaben in Euro. Solange der Vorrat reicht. Irrtum und Druckfehler vorbehalten. An alle Haushalte (mit Tagespost). Dieses Druckzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet. V.i.S.d.P. und Herausgeber ist die denree GmbH, vertreten durch den Geschäftsführer Thomas Greim, Hofer Straße 11, D-95183 Töpen.

Dieses Logo stammt aus hoch-  
qualig bewerteten Quellen  
und ist kontrolliert.  
www.pefc.de