

# bioladen

bioladen.de



Kai kocht!

**Mein Tipp!**  
Das Rezept zum Auflauf  
mit Knödeln & Äpfeln finden  
Sie auf Seite 6 und auf  
bioladen.de!

Ein Mann mit Ideen.



## Ofenküche

Ideen und Angebote aus Ihrem Bioladen.

Entdecken Sie viele leckere, vom bioladen\*Team erprobte Rezepte auf bioladen.de

bioladen

Für Menschen mit Geschmack.

### Top-Wein

### Brot



*Für uns ist fair ein  
Grundsatz und kein Label.*

Mehr zu den bioladen\*Cashewkernen auf S. 7.

#### Gavi, weiß

Trocken.  
La Raia.  
Italien.

demeter

vegan

Aktion

**8<sup>99</sup>**  
€/0,75 l  
11,99 / l



#### Sonnenblumenbrot



Aktion

**4<sup>49</sup>**  
€/1 kg

## So schmeckt Tirol.

Machen Sie mit und gewinnen Sie mit  
etwas Glück ein echtes Bergwinter Tirol-Erlebnis.  
Einzelheiten im Innenteil auf Seite 3.

In Kooperation mit:



www.tirol.at  
www.biovomberg.at

### Gewinn- spiel



Bergwinter Tirol

Bild: Tirol Werbung / Bauer Frank

Viel los im November

Bei uns ist alles Bio.

November 2015  
Gültig bis 30.11.

## Fein und würzig

### bioladen\*Leonardo da Vinci

bioladen\*. Deutschland. Leicht würziger Schnittkäse aus Kuhmilch mit einer Kräutermischung affinert. Mind. 50% Fett i.Tr.



Bioland

Aktion

**1 79**  
€/100g

### Bergblumenkäse

Andechser Molkerei Scheitz. Österreich. Mild-würziger Schnittkäse. Die Rinde wird mit einer Bergblumengewürzmischung und Karamellzucker-Sirup behandelt. Mind. 50% Fett i.Tr.



Bioland

Aktion

**2 29**  
€/100g

### Aurora Gold mittelalt

Aurora. Niederlande. Pikanter, aromatischer Schnittkäse mit mind. 50% Fett i.Tr.



Aktion

**1 49**  
€/100g

### Schweizer Greyerzer AOC, 8 Monate

Lustenberger+Dürst/Le Superbe. Schweiz. Rohmilch-Hartkäse mit geschütztem Ursprung. Durch die 8-monatige Reifezeit entwickelt er seinen kräftig-würzigen Geschmack. Mind. 48% i.Tr.



Aktion

**3 09**  
€/100g

Unsere Weinempfehlung zum 5 Monate gereiften Tiroler Emmentaler ist der weiße Gavi von La Raia.

## Mehr erfahren...



### BIO vom BERG, Tirol

Die Bio-Käse stammen aus kleinen Sennereien und landwirtschaftlichen Betrieben, die sich gemeinsam einen Namen gegeben haben: „BIO vom BERG“.

Alle gemeinsam bewahren die einzigartige Kulturlandschaft Tirols und helfen, dass die Lebensgrundlage der Bio-Bergbauern erhalten bleibt.

Jeder Käse ist eine ganz besondere Spezialität, wie z. B. auch der Tiroler Emmentaler, der in der Sennerei Hatzenstädt gekäst wird.

## ... Tirols Schätze

### Tiroler Emmentaler

Bio vom Berg. Österreich. Heumilchkäse mit nussigem, leicht süßem Geschmack. Aus Rohmilch. 5 Monate gereift. Mind. 45% Fett i.Tr.



Aktion

**1 59**  
€/100g

### So schmeckt Tirol.

Machen Sie mit und gewinnen Sie mit etwas Glück ein echtes Bergwintner Tirol-Erlebnis: 3 Übernachtungen für 2 Personen inklusive Frühstück im Hotel „Beim Dresch“ in der Region Kufstein, um dort dann auch einen Blick hinter die Kulisse der BIO vom BERG Sennerei „Hatzenstädt“ zu werfen und selbst Käse zu produzieren. Wir drücken Ihnen die Daumen!

Einfach Teilnahmekarte an der Käsetheke finden, ausfüllen und einschicken!



Bergwintner Tirol

Gewinnspiel



In Kooperation mit:

**Tirol** **BIO vom BERG**  
www.tirol.at  
www.biovomberg.at

Gerne können Sie uns auch eine Postkarte schicken. Kennwort „Gewinnspiel Bergwintner Tirol“ an: BIOALPIN eGen · Wilhelm-Greil-Straße 9 · 6020 Innsbruck · ÖSTERREICH

## Erlesen und ausgewählt



### La Raia

Gelegen im Herzen des Gavi-Gebiets, familiengeführt, biodynamisch. Angebaut werden die Rebsorten Cortese für den Weißwein Gavi und Barbera für den gleichnamigen Rotwein Barbera. Mit dem DOCG-Status ist der traditionelle Weinbau der Region für den Gavi bestätigt worden.

### Gavi, weiß

Trocken. La Raia. Italien.

Überzeugender, mineralischer Cortese mit feinwürzigen, herbalen und fruchtig-exotischen Noten.

vegan demeter

Aktion

**8 99**  
€/0,75l  
11,99/1l

### Sangiovese, rot

Trocken. Antica Enotria. Italien.

Traditioneller, leichter Qualitätswein mit erdig-buttrigen Aromen. Im Mund leicht, mit sich entwickelnden Johannisbeernoten.

Aktion

**7 79**  
€/0,75l  
10,39/1l

### 18° IGP Castilla, rot

Trocken. Bodegas Dionisos. Spanien.

Fruchtig-würziger Qualitätswein mit reifem Cassis und feinen Röst- und Vanillearomen.

vegan

Aktion

**3 99**  
€/0,75l  
5,32/1l

# Im Gleichgewicht



Serviervorschlag

Bei einer basischen Ernährung werden säurebildende Lebensmittel gemieden, um den pH-Wert im Körper ins Gleichgewicht zu bekommen. Generell wirken Kräutertees hierbei positiv unterstützend.

## Basen Ausgleich Tee



**Aktion**  
**3 49**  
€/150g  
6,98/100g

## Olivenöl & Chili oder Olivenöl & Basilikum



**Aktion**  
**4 49**  
€/100ml

## Holunder- Glühpunsch

Alkoholfrei.



**Aktion**  
**3 19**  
€/0,7l  
4,56/1l

+ 0,15€ Pfand

## Heiße Winterapfel

Alkoholfrei.



**Aktion**  
**2 49**  
€/0,7l  
3,56/1l

+ 0,15€ Pfand

## Linsensuppe mit Gemüse (vegan), Erbsensuppe (vegan) oder Tomatensuppe mit Stückchen



**Aktion**  
**2 69**  
€/400ml  
6,73/1l

glutenfrei

# Advent, Advent...



Serviervorschlag

## Zartbitter Dominosteine



**Aktion**  
**3 99**  
€/140g  
2,85/100g

## Aprikosenmus

Nur mit Akazienhonig gesüßt.



**Aktion**  
**3 99**  
€/250g  
1,60/100g

## Dinkel Schoko Vollkorn-Cookies



**Aktion**  
**2 19**  
€/150g  
1,46/100g

vegan

## Dinkel Cantuccini



**Aktion**  
**2 49**  
€/150g  
1,66/100g

laktosefrei

## Dinkel Vanille Kipferl



**Aktion**  
**3 49**  
€/200g  
1,75/100g

## Lovechock Pur/Kakaonibs oder Mandel/Feige



**Aktion**  
**2 69**  
€/40g  
6,73/100g

laktosefrei

vegan

# Unsere Bio-Bauern des Monats

bioladen  
FÜR SIE AUSGEWÄHLT

Unser Obst- & Gemüse-Angebot ist gültig vom 09.-21.11.2015

## Clementinen aus Italien

Angebot gültig 09.-21.11.2015

Die Genossenschaft Biosybaris umfasst 84 Erzeuger. Federführend sind die drei Geschwister der Familie Minisci: Anita, Maria-Grazia und Angelo, die mit innovativen Ideen den biologischen Anbau in Kalabrien vorantreiben. In der Sybaris-Ebene an der Ostküste Kalabriens in unmittelbarer Nähe zum Ionischen Meer herrschen beste Voraussetzungen für ein reichhaltiges Pflanzenwachstum.



FAMILIE MINISCI



Mehr Infos hier:  
[www.bioladen.de/qr/biosybaris](http://www.bioladen.de/qr/biosybaris)

## Clementinen aus Italien



**Aktion**  
**2 99**  
€/1kg

## Walnüsse aus Frankreich

Angebot gültig 09.-21.11.2015

Die Plantage des Familienbetriebes liegt in einem für Walnüsse sehr berühmten Anbaugebiet im Südosten von Frankreich. Die Geschäftsführerin Joséphine Le Querec bewirtschaftet den Betrieb seit 2006 zusammen mit ihrem Mann. Ressourcen zu schonen und die Umwelt für ihre Kinder zu erhalten war die Motivation 1997 auf Demeter umzustellen. Bio-Anbau aus Überzeugung ist hier die Devise.



JOSÉPHINE LE QUEREK



Mehr Infos hier:  
[www.bioladen.de/qr/montbreton](http://www.bioladen.de/qr/montbreton)

## Walnüsse



**Aktion**  
**0 99**  
€/100g

# ENTDECKEN SIE... Kaki

Die Heimat der Kaki ist China, Japan und Südkorea. Sie ist eine der ältesten Kulturpflanzen der Menschheit, in China wird sie schon seit über 2.000 Jahren angebaut.

Heute bekommt man die Früchte ebenfalls aus Spanien und Israel. Ihr süßes, birnen- und aprikosenartiges Aroma entfaltet die Kaki erst im reifen Zustand. Die Frucht können Sie auslöffeln oder wie einen Apfel aufschneiden und genießen.

# Scheibe für Scheibe ein Genuss



Kai kocht!  
**Variante:**  
 Äpfel & Greyerzer  
 ersetzen durch  
 Birnen &  
 Gorgonzola.  
 Ein Mann mit Ideen.

## Knödelauflauf mit Äpfeln und Walnüssen

4 Knödel, tiefgefroren  
 3 Äpfel | 200g Greyerzer,  
 gerieben | 400g Sahne  
 1 Knoblauchzehe | Salz  
 Pfeffer | Muskat

Knödel nach Packungsanleitung zubereiten. Die fertigen Knödel und die Äpfel mit Schale in Scheiben schneiden (ca. 1 cm dick). Die Scheiben in einer runden Auflaufform abwechselnd im Kreis legen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sahne darüber geben und mit dem Greyerzer bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 180°C ca. 20 Minuten backen.

Als Topping: 100g ganze  
 Walnüsse | ½ Bund Radies-  
 chen | 1 Bund Schnittlauch  
 1 Bund Petersilie | Zitronen-  
 saft | Salz | Pfeffer

Währenddessen für das Topping die Radieschen in Streifen und den Schnittlauch klein schneiden. Die Petersilie und Walnüsse grob hacken und alles zusammen mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermengen.

Wenn der Auflauf goldbraun gebacken ist, herausnehmen und servieren. Nach Belieben das Topping dazugeben.

**Breite Dinkel-Bandnudeln**

**Aktion**  
**2 69**  
 €/500g  
 5,38/1kg

**Roggenburger Frischcreme, verschiedene Sorten**

**Aktion**  
**1 89**  
 €/125g  
 1,51/100g

**Veganella Natur**  
 Pflanzliche Alternative zu Mozzarella aus Bio-Cashews.

**Aktion**  
**3 99**  
 €/200g  
 2,00/100g

**Kartoffelklöße**  
 Halb & halb aus rohen und gekochten Kartoffeln. Mit einer feinen Muskatnote.

**TK-Aktion**  
**2 99**  
 €/500g  
 5,98/1kg

## Weihnachtsfleisch

**Weihnachtsspezialitäten.**  
 Fleisch, Fisch und Feines zum Fest. Fragen Sie nach der umfangreichen Weihnachts-Bestellübersicht.

Bestellen Sie bis zum  
 05.12.2015 Ihre Spezialitäten  
 bei uns im Laden vor.



**Apfel-Rotkohl**  
 Fein gewürzt mit Apfelstücken und Apfelsaft.

**TK-Aktion**  
**1 99**  
 €/450g  
 4,42/1kg

bioladen

**bioladen**  
**Bäckerei**  
 Feine Backideen



Die Rezepte zu diesen  
 Keks-Ideen finden Sie auf  
**bioladen.de**

**bioladen\*fair  
 Cashewkerne**

Mit 10 Cent pro verkaufter Packung Cashewkerne unterstützen Sie das bioladen\*fair Projekt in Burkina Faso.

**Aktion**  
**4 49**  
 €/200g  
 2,25/100g

**bioladen\*  
 Kokosraspel**

**Aktion**  
**2 49**  
 €/250g  
 1,00/100g

**bioladen\*  
 Kokosmilch**

**Aktion**  
**2 19**  
 €/400ml  
 5,48/1l

**bioladen\*  
 Speisequark  
 Halbfettstufe 20%**

**Aktion**  
**0 90**  
 €/250g  
 0,36/100g

**bioladen\*  
 Speisequark  
 Vollfettstufe 40%**

**Aktion**  
**0 99**  
 €/250g  
 0,40/100g

**bioladen\*Hackfleisch vom Rind**  
 Fleisch bester Qualität von verbandszertifizierten Bauernhöfen.

**Aktion**  
**6 79**  
 €/ca. 0,4kg  
 16,89/1kg

# Naturkosmetik

natürlich  
hautnah

NATURKOSMETIK IN IHREM

bioladen



Eye Care

Aktion

**8<sup>95</sup>**  
€/15 ml  
59,67/100 ml

Sheabutter cream

Aktion

**10<sup>95</sup>**  
€/50 ml  
21,90/100 ml

Lip Balm

Aktion

**5<sup>55</sup>**  
€/15 ml  
37,00/100 ml

Demeter-zertifizierte Naturkosmetik. Vor rund 5 Jahren wurde das gesamte Sortiment der Naturkosmetik-Marke Martina Gebhardt Demeter-zertifiziert.

Ganz nach dem Motto „Weniger ist mehr“ kommen nur für die Haut wertvolle, sich gegenseitig ergänzende Wirkstoffe zum Einsatz. Mindestens 90% der Inhalte kommen aus Demeter- oder kontrolliert biologischem Anbau. Gerade der hohe Anteil an „Demeter-Zutaten“ schafft eine sichere Basis und macht die Produkte von Martina Gebhardt zu etwas Besonderem.

Zahncreme Minze



Aktion

**2<sup>49</sup>**  
€/75 ml  
3,32/100 ml

Handcreme  
Aprikose & Holunderblüte oder  
classic sensitiv



Aktion

**1<sup>79</sup>**  
€/75 ml  
2,39/100 ml

Vollwaschmittel

Pulver für Weißes und farbechte Buntwäsche.



Aktion

**6<sup>69</sup>**  
€/1,2 kg  
5,58/1 kg

Unsere Angebote im November

Bei uns ist alles Bio.

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.

1111designhoch.de

Alle Preise in Euro inkl. MwSt.