



Liebe Kunden! KW 39 vom 24. September 2018

Achtung!



Änderung der Bestell- und Liefertage wegen dem **Feiertag 3.Oktober** (Mittwoch)!
Die Dienstag- und Mittwochkunden werden jeweils einen Tag früher beliefert.
Ihre Bestellungen müssen bis Freitag den 28.09.18 um 12 Uhr bei uns eingegangen sein.
Für die Donnerstag- und Freitagkunden bleibt der Liefertag unverändert.
Jedoch müssen Ihre Bestellungen schon am Dienstag den 02.10.18 um 10 Uhr bei uns eingegangen sein.
Bitte beachten Sie die Bestellzeiten.
Später eingehende Bestellungen oder Änderungswünsche können nur bedingt berücksichtigt werden.



Unsere Kürbisse sind im Trockenem!
Rechtzeitig vor dem langersehten Regen wurden die Kürbisse geerntet.
Das trockene Wetter der vergangenen Wochen hatte auch Vorteile - so sauber wie in diesem Jahr konnten wir die Kürbisse noch nie vom Feld bringen.



Gestern hat es dann endlich 20 Liter/qm² in Tiefenthal geregnet.
Nicht die Welt - aber immerhin nach 5 Monaten Trockenheit können wir aufatmen und Kartoffeln ernten!
Wir selber haben von dem Regen nichts mitbekommen, da wir in Augsburg auf der „Bio Süd“ waren.
Auf der Messe wurden viele Neuheiten vorgestellt. Natürlich gibt es neben den vielen Informationen und den guten Gesprächen auch die Möglichkeit zum Probieren.
Iris und Fritz Klein aus Wertheim-Sachsenhausen waren mit ihren neuen Produkten aus Lupinen und Platterbsen auf der Messe vertreten.
Nachdem wir uns von diesem tollen Geschmack überzeugen konnten, wurde gleich die neue Ware geordert.
Im Laufe dieser Woche werden wir diese in unser Warenangebot aufnehmen.



In der KW 40 gibt es wieder die beliebten **Hähnchen vom Bioland Hof Behl** aus Schippach bei Miltenberg.
Bestellschluss ist Freitag der 28.09.2018.
Hähnchen ca. 2 kg für 15,90 €/kg

Fritz Klein stellt uns seine Neuheiten aus Lupinen und Platterbsen (die deutsche Kichererbse) vor.

Auch wir sind jetzt bei Facebook!
Schauen Sie einfach vorbei, um Neuigkeiten und sonstige Informationen zu erhalten.
Sollte es Ihnen gefallen, dann würden wir uns freuen, wenn Sie die Seite mit Ihren Freundinnen und Freunden teilen und mit



bewerten.



Leider können wir in der **KW 40** feiertagsbedingt **keine Steinruck-Backwaren** liefern!



Eine schöne Woche wünscht Ihnen
Marion &
Stefan Schäbler

Sie haben uns weiterempfohlen und einen Neukunden geworben?
Als Dankeschön erhalten Sie einen Warengutschein über 20 €, sobald der von Ihnen geworbene Neukunde viermal mit einem „Grünen Korb“ beliefert worden ist bzw. eine regelmäßige Lieferung (Abo) eingerichtet hat.



Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 40/18
 97837 Erlenbach/ Tiefenthal, Kreuzstr. 19 a
 Tel.: 09391 / 5000 335 Fax: 09391 / 5000 336
 Internet: w w w .gras-huepfer.de
 DE-ÖKO-037

Name:
 Kundennr:
 Tel.:
 Lieferwoche:



Das gesamte Angebot an Gemüse, Salat und Obst stammt aus kontrolliert biologischem Anbau.
 Von Montag den 01.10.18 bis Freitag den 05.10.18 KW 40/18 voraussichtlich in Ihrem "Grünen Korb"

Gemischt:	S M L XL	Salat, Möhren, Kürbis Hokkaido, Kartoffeln Queen Anne, Lauch, Broccoli (M, L, XL), Kohlrabi (XL), Äpfel, Bananen
Gemüse/Salat:	S M L XL	Salat, Möhren, Kürbis Butternut, Kartoffeln Queen Anne, Lauch, Broccoli, Kohlrabi (M, L, XL),
Mild:	S M L XL	Salat, Möhren, Kürbis Hokkaido, Kartoffeln Queen Anne, Lauch, Broccoli (M, L, XL), Kohlrabi (XL), Äpfel, Bananen
Regionaler Korb:	S M L XL	Salat, Möhren, Kürbis Butternut, Kartoffeln Queen Anne, Broccoli, Radieschen (M, L, XL), Stangensellerie (XL), Äpfel
Obst:	S M L XL	Äpfel, Bananen, Kiwi gelb, Trauben weiß, Trauben blau, Pflaumen, Granatapfel

Anderungswünsche / zusätzliche Bestellung

	€/Einheit	Bestellmenge:	€/Einheit
Frucht- & Blattgemüse		Obst	
.....St Auberginen, NL	7,29 / kgSt Ananas, CR	3,39 / St
.....kg Fenchel, Regional	6,99 / kgSt Avocado, Mx/Sp	2,29 / St
.....kg Lauch, Regional	5,39 / kgkg Äpfel der Woche,D	5,19 / kg
.....kg Mangold, Regional	6,49 / kgkg Äpfel der Woche, 3 kg Vorratstütze 14,80 € / 3 kg..Sorte	
.....kg Paprika gelb, NL	8,89 / kgkg Äpfel Elstar, D	5,19 / kg
.....kg Paprika grün, Regional	7,99 / kgkg Apfel Gala, D	5,19 / kg
.....kg Paprika rot, Regional	8,89 / kgkg Äpfel Santana, D	5,19 / kg
.....St Schlangengurke, Regional	2,89 / Stkg Äpfel Topaz, Regional	5,19 / kg
.....kg Spinat, Regional	6,99 / kgkg Bananen, DO/PE	2,99 / kg
.....St Stangensellerie, Regional	3,39 / Stkg Birnen, Regional	5,59 / kg
.....kg Tomaten, NL	6,29 / kg	...200 g Datteln, Groß, Isr.	4,60 / 200 g
...250g Cherrytomaten, Regional	2,79 / 250 gSt Granatapfel, Sp	2,69 / St
.....kg Zucchini, Regional	5,59 / kgSt Honigmelone, Galia, E	3,29 / kg
.....St Zuckermais, Regional	2,29 / StSt Kiwi, AR	0,79 / St
	St Kiwi Gelb, I	0,79 / St
	St Limetten, MX	7,99 / kg
	St Mango ?	3,99 / St
	kg Pflaumen blau/rot oder gelb, Sp	5,29 / kg
	Schale Physalis/Kapstachelbeeren, D	3,49 / 100g
	kg	„Apfelbrot-Apfel“ (Äpfel mit kleinen Fehlern) 2,00 €/kg solange der Vorrat reicht
		Kartoffeln	
		Kartoffeln Laura, rotschalig, fvk, Regional	
	 2,49 €/ kg5,90 €/2,5 kg11,20€/5 kg19,90€/10kg	
		Kartoffeln Queen Anne fk, Regional	
	 2,49 €/ kg5,90 €/2,5 kg11,20€/5 kg19,90€/10kg	
	 Frühkartoffeln mk, Regional	2,99 / kg
	kg Bataten / Süßkartoffeln, I	5,29 / kg
	kg Topinambur, Regional	4,89 / kg
		Zwiebeln	
	kg Gemüsezwiebeln, Sp	3,49 / kg
	kg Zwiebeln gelb, Regional	3,59 / kg
	kg Zwiebeln rot, D	3,99 / kg
	 Bund Zwiebeln im Bund, Regional	2,99 / Bund
	kg Schalotten, A	5,99 / kg
	kg Knoblauch, D/A	1,49 / 100g
		Pilze	
	200 g Austernpilze, Regional	2,99 / 200 g
	200 g Champignons, Regional	2,29 / 200 g
		Nüsse	
		...Beutel Erdnüsse mit Schale, I	4,59 / 330 g
	200 g Walnüsse lose, F	2,78 / 200 g
	100 g Pistazien, USA	3,89 / 100 g
	200 g Maronen, gegart, F	4,99 / 200 g

Da es sich um Frischware handelt, sind die Preise freibleibend!

Aktuelles Käseangebot im September 2018

Alle Käsesorten werden nach biologischen Richtlinien hergestellt.

Käsesorten die wir für Sie schneiden

Mindestabnahmemenge 200 g je Käselieferung



160345	Almkäse, 50 % Fett, laktosefrei	Bio Wiesenmilch	1,99 € / 100 g
126246	Almkönig, 45 % Fett, laktosefrei	dennree	1,09 € / 100 g
125594	Bergblütenkäse, ca. 55 % Fett	Landkäserei Herzo	2,29 € / 100 g
128722	Bergkäse, 50 % Fett, laktosefrei	Walchsee	1,99 € / 100 g
151885	Bockshornklee-Käse, laktosefrei	Pötzelsberger	1,99 € / 100 g
123535	Cheddar aus Großbritannien, mind. 48% Fett	Vallée Verte	1,99 € / 100 g
119496	Dorfkäse bunter Pfeffer, 65 % Fett	Hofkäserei Belriet	2,59 € / 100 g
27001	Emmentaler, laktosefrei	Pötzelsberger	1,69 € / 100 g
119801	Nordseekäse, 48 % Fett	Dänemark	2,19 € / 100 g
117437	Tortenbrie	dennree	1,49 € / 100 g

Ziege und Schaf

128013	Cerron Ziegenkäse mit Rosmarin	Spanien	2,99 € / 100 g
130623	Pecorino "Rio Coghinas", Schafkäse 45% Fett	Spanien	1,99 € / 100 g
125313	L'Agasse du Larzac, 50 %, Schafkäse	ÖMA	3,49 € / 100 g
131433	Ziegencamembert, 50 % Fett	Andechser	2,49 € / Stück

Abgepackte Käse

122365	Gouda Basilikum-Knoblauch. 50% Fett	Aurora	ca. 250 g	1,79 € / 100 g
122343	Gouda jung, 48 % Fett	Aurora	ca. 250 g	1,39 € / 100 g
122354	Gouda Pikant, 50 % Fett	Aurora	ca. 250 g	1,59 € / 100 g
120082	Gorgonzola 53 % Fett	Arrigoni	200 g Schale	3,29 € / Schale
119608	Hausmacher Bauernhandkäse, 1,8 %	Birkenstock / Bio	200 g	2,59 € / Stück
125998	Parmigiano Reggiano D. O. P	Montanari	200 g	6,59 € / 200 g
118293	Mozzarella, 45% Fett	dennree	100 g	0,99 € / Stück
129543	Manouri Schafmolkenkäse	bio verde	150 g	3,09 € / Stück
29199	Schaf Feta, Tharros	Tharros	180 g	2,99 € / Stück
122409	Ziegengouda, 48% Fett, 250 g Stück	Aurora	ca. 250g	2,49 € / 100 g

Scheibenkäse, abgepackt

124154	Kräuter Käse aus Weidemilch in Scheiben, 50 % Fett,	dennree	150 g	2,29 / Packung
130241	Bioländer in Scheiben, 45 % Fett	Andechser	150 g	2,49 € / Packung
121059	Heumilchkäse, in Scheiben I, 50 % Fett laktosefrei	Baldauf	150 g	3,99 € / Packung
124143	Paprika-Chili-Käse in Scheiben, 50 % Fett	dennree	150 g	2,49 € / Packung
161706	Wildblumenkäse in Scheiben, 50 % Fett laktosefrei	Baldauf	150 g	3,99 € / Packung

Brie - Camembert

120058	Brie, Demeter, 50 % Fett	Bergpracht	100 g	1,29 € / Stück
117246	Camembert mit Nuß, 48%F.i.Tr.ca. 180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,29 € / 100 g !
117022	Camembert, 55 %	Andechser	100 g	1,69 € / 1 Stück
160569	HerbstCambera mit Pfeffer,	ÖMA	125 g	2,19 €/ Stück

Frischkäse

114941	Frischkäse Kräuter	Andechser	175 g	1,65 €
114939	Frischkäse Natur	Andechser	175 g	1,65 €
118629	Hüttenkäse mind. 20%	Züger	200g Becher	1,35 €
116223	Frischcreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhorn	125 g	1,89 €
116267	Frischcreme Toscana, 25 % Fett	Weißenhorn	125 g	1,99 €
125829	Mascarbone, lactosefrei	Züger	200 g Becher	2,69 €

Rezepte

Rote Bete als Salat mit Apfel und Zwiebel

Zutaten für 4 Personen:

500 g Rote Bete
1 großer Apfel
1 mittelgroße Zwiebel
Essig & Öl
Etwas Wasser
Salz & Pfeffer
Zucker
Schnittlauch

Zubereitung:

Knollen der roten Bete waschen, den Strunk herunterschneiden und in einen Topf, vollständig mit kaltem Wasser bedeckt geben. Mit geschlossenem Deckel zum Kochen bringen, die Hitze reduzieren und dann ohne Deckel 30 Minuten köcheln lassen.

Rote Bete in Stücke schneiden, Apfel waschen, nicht schälen (!) und grob reiben, Zwiebel abziehen und fein würfeln, alles in eine Schüssel geben.

Ein Dressing aus Essig, Öl, etwas Wasser und den übrigen Zutaten herstellen und gut mit roter Bete, Apfel und Zwiebeln vermischen. Mindestens 30 Minuten ziehen lassen..

Risotto von der roten Bete

Zutaten für 4 Portionen:

3 St. Rote Bete
1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen
250 g Risottoreis
1 Glas Rotwein
1 L Brühe
50 g Butter
75 g Parmesan
2 EL Meerrettich
Olivenöl
Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Rote Bete, Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.

In einem großen Topf Olivenöl erhitzen und das geschnittene Gemüse kurz anschwitzen. Den Risottoreis dazu geben und weiter anschwitzen, bis die Reiskörner glasig sind.

Den Rotwein dazu geben und einkochen lassen. Unter ständigem Rühren nach und nach die Brühe dazu geben. Immer wieder einkochen lassen, bevor man neue Brühe in den Topf gibt. Eventuell braucht man etwas mehr Brühe bis der Reis gar ist und die gewünschte cremige Konsistenz bekommt.

Zum Schluss die Butter, den geriebenen Parmesan und den Meerrettich (frisch gerieben oder aus dem Glas) unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sofort servieren.

Kartoffel-Sellerie-Auflauf

Zutaten für 4 Portionen:

1 Knollensellerie (ca. 800 g)
800 g Kartoffeln
600 ml Sahne
300 g geriebener Käse
Salz & Pfeffer
Fett für die Auflaufform

Zubereitung:

Sellerie und Kartoffeln schälen und in gleichstarke Scheiben schneiden. Die Auflaufform einfetten. Den Boden der Auflaufform mit Kartoffelscheiben belegen. Dann etwas Sahne darauf gießen, um die Scheiben leicht mit Sahne zu bedecken. Dann salzen und pfeffern. Etwas geriebenen Käse darüber streuen.

Nun die Selleriescheiben in die Auflaufform legen. Wieder etwas Sahne darüber geben, erneut salzen und pfeffern und etwas Käse drüberstreuen.

Dies solange wiederholen, bis alle Zutaten verbraucht sind bzw. die Auflaufform voll ist. Das Schichten mit Sahne beenden und zum Schluss noch einmal salzen und pfeffern.

Die Form nun für ca. 60 Min. bei 200°C Umluft in den vorgeheizten Backofen geben.
Heiß servieren!

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!