



Liebe Kunden!

Eine Woche Betriebspause hat uns allen gut getan.

Jetzt starten wir gestärkt in das neue Jahr, mit der Hoffnung, dass wir von den diversen „Viruswellen“ verschont werden und den „Grashüpfer“ mit den vielfältigen Aufgaben am Laufen halten können.

Von unseren „Weihnacht -und Winterartikeln“ sind noch einige „Überhänge“ erhältlich. Diese bieten wir Ihnen, solange der Vorrat reicht, kostengünstig in unserem Online-Shop unter „Abverkauf Winter & Weihnachten“ für sie an.

Neuheiten!

Burger Buns

Burger-Brötchen mit hohem Vollkornanteil

von der Vollkornbäckerei Köhler

Zutaten: WEIZENVollkornmehl, Belebtes Wasser, WEIZENmehl Type 550, Margarine, SESAM, Sonnenblumenkerne, Hefe, Rohrohrzucker, Steinsalz, Kartoffelflocken

Best.Nr. 1145

1,00 €/ Stück



Dinkel Krapfen hell

Traditionelle Krapfen, Kreppel oder Berliner wie man diese luftige Versuchung auch nennt - sie sind zur Faschingszeit ein Muss und super lecker! Sie sind aus hellem Dinkelmehl und nach fränkischer Tradition mit fruchtiger "Hiffenmark" (Hagebutten-Konfitüre) gefüllt.

Best.Nr. 1624 1,80 €/ Stück



Gebackenes Spitzkraut

Zutaten für 4 Personen:

1 Spitzkraut (ca. 750 g)

½ TL Salz

1 EL Öl für die Form

250 ml Sahne; alternativ Soja- oder Hafercuisine

2 TL italienische Gewürzmischung oder eine Alternative

frisch gemahlener Pfeffer

2 EL Parmesan gerieben; alternativ veganer Parmesan oder ein anderer würziger Käse

Zubereitung:

Den Backofen auf 200 °C Umluft/220 °C Ober-Unterhitze vorheizen.

Das ganze Spitzkraut waschen und trocknen. Eventuell die äußeren Blätter entfernen. Das Kraut der Länge nach, je nach Größe in 4 - 6 gleich große Teile schneiden. Den Strunk herausschneiden. Eine ausreichend große, feuerfeste Form einfetten. Die Krautstücke mit den Schnittflächen nach oben in die Form auslegen und leicht salzen, ca. 30 Minuten ziehen lassen. Dadurch wird das Kraut noch milder und weicher. Das Salz vom Marinieren nicht abwaschen.

Die Gewürze über die Krautstücke verteilen. Das Ganze in der Form mit einem passenden Deckel, z.B. einem Pfannendeckel abdecken. Nach Möglichkeit auf Alufolie verzichten.

Das Kraut in den Ofen schieben und ca. 20 Minuten backen.

Dann den geriebene Parmesan und die Sahne über die Krautstücke verteilen und weitere 20 Minuten backen. Fertig!

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!



Wir wünschen Ihnen
eine gute Woche
Marion & Stefan Schäbler

Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 03/22
 97837 Erlenbach/ Tiefenthal, Kreuzstr. 19 a
 Tel.: 09391 / 5000 335 Fax: 09391 / 5000 336
 Internet: www.gras-huepfer.de, DE-OKO-037

Name:
 Kundennr:
 Tel.:
 Lieferwoche:



Das gesamte Angebot an Gemüse, Salat und Obst stammt aus kontrolliert biologischem Anbau.
 Von Montag, den 17.01.2022 bis Freitag, den 21.01.2022 KW 03 ist voraussichtlich in Ihrem Korb

Gemischt:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Blumenkohl, Paprika rot, Paprika gelb, Kartoffeln Nicola (M, L, XL), Pastinaken (L, XL), Apfel der Woche, Bananen, Orangen
Gemüse/Salat:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Blumenkohl, Paprika rot, Paprika gelb, Kartoffeln Nicola, Kresse, Pastinaken (M, L, XL), Fenchel (L, XL)
Mild:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Blumenkohl, Paprika rot, Paprika gelb, Kartoffeln Nicola (M, L, XL), Pastinaken (L, XL), Apfel der Woche, Bananen, Orangen
Regionaler Korb:	S M L XL	Feldsalat, Möhren, Kartoffeln Nicola, Pastinaken, Kresse, Grünkohl (M, L, XL), Zwiebeln gelb (L, XL), Apfel der Woche
Obst:	S M L XL	Apfel der Woche, Bananen, Orangen, Granatapfel, Clementinen, Birnen, Kiwi grün, Kiwi gelb
Büroobstkorb:		<input type="checkbox"/> Äpfel der Woche, Bananen, Orangen, Clementinen, Birnen
Probekorb:		<input type="checkbox"/> Salat der Woche, Möhren, Blumenkohl, Paprika rot, Paprika gelb, Kartoffeln Nicola, Pastinaken, Apfel der Woche, Bananen, Orangen

Anderungswünsche / zusätzliche Bestellung	€/Einheit	Bestellmenge:	€/Einheit
Gemüse		Obst	
.....St Auberginen, Sp	6,99 / kgSt Ananas, CR/Togo	2,99 / Stück
.....kg Bataten / Süßkartoffeln, 1/Sp	6,89 / kgSt Apfel 3 kg Vorratsstübe.....	14,19 / 3 kg
.....St Blaukraut, Regio	3,99 / kgkg Apfel der Woche, D	4,89 / kg
.....St Blumenkohl, F/ I	3,99 / Stkg Apfel Holsteiner Cox, D ?	4,89 / kg
.....kg Broccoli, 1/Sp	6,89 / kgkg Apfel Idared, D	4,89 / kg
.....250g Cherrytomaten, 1/Sp	2,99 / 250 gkg Apfel Jonagold, D	4,89 / kg
.....St Chinakohl, Regio	4,69 / kgkg Apfel Pinova, Regio	4,89 / kg
.....100g Feldsalat, Regio/D	3,49 / 100 gkg Apfel Topaz, Regio	4,89 / kg
.....kg Fenchel, I	7,49 / kgkg Apfelbrei-Apfel (Äpfel mit Fehlern)	2,49 / kg
.....kg Gelbe Bete, F	4,49 / kgkg Avocado, Mx/Sp ?	1,99 / St
.....kg Grünkohl, Regio	7,99 / kgkg Bananen, EC/PE	2,99 / kg
.....100g Ingwer, Ch/Pe	1,49 / 100 gkg Birnen, Regio/D/NL	7,39 / kg
.....kg Knoblauch, Sp/D/O	1,79 / 100 gkg Clementinen, Sp	4,99 / kg
.....St Knollensellerie, D	3,79 / kgSt Datteln, große Früchte, Isr	5,38 / 200 g
.....St Kohlrabi, Sp/I	2,29 / StSt Datteln, Deglet Nour, Isr.	2,98 / 200 g
.....St Kürbis Butternut, Regio	3,49 / kgSt Granatapfel, Sp/1/Gr	3,49 / St
.....St Kürbis Hokkaido, Regio ?	3,99 / kgSt Grapefruit, Gr/I	2,49 / Stück
.....100g Kurkuma, Pe	1,39 / 100 gSt Kiwi Gelb, I	0,99 / St
.....kg Lauch, Regio/F/I	6,79 / kgSt Kiwi, 1/Gr	0,89 / Stück
.....kg Mangold, I	6,89 / kgSt Limetten, CO	9,90 / kg
.....Stange Meerrettich, O	15,90 / kgSt Mango, BR/PE	2,99 / Stück
.....kg Möhren, Regio	2,79 / kgkg Orangen, 3 kg Vorratsstübe	9,99 / 3 kg
.....kg Navetrübchen, F ?	4,99 / kgkg Orangen, Sp	3,49 / kg
.....kg Paprika gelb, Sp, I	8,79 / kgSt Sharon/Kaki, Sp	1,99 / kg
.....kg Paprika grün, Sp	7,49 / kgkg Zitronen, 1/Sp	7,99 / kg
.....kg Paprika rot, Sp/I	7,89 / kg		
.....kg Pastinaken, D	5,49 / kg	Nüsse	
..... Bund Radieschen, I	2,49 / BundBeutel Erdnüsse mit Schale, I	2,99 / 330 g
.....kg Rettich schwarz, D	4,49 / kg200 g Maronen, gegart, F	4,99 / 200 g
.....St Rettich weiß, I	3,89 / St200 g Walnüsse lose, F	2,99 / 200 g
.....kg Rosenkohl, D ?	8,99 / kg	Pilze	
.....kg Rote Bete, D/Regio	3,59 / kg200 g Austernpilze, Regional	2,49 / 200 g
.....kg Rübchen Goldball, F ?	5,99 / kg200 g Champignons, Regional	2,49 / 200 g
.....100g Rucola, Regio/I	2,99 / 100 g100g Kräuterseitlinge, Regio	2,80 / 100 g
.....St Salat Batavia, Regio/1/F	2,79 / St100g Shiitake, Regio	2,89 / 100 g
.....100g Salat Chiccoree, D/Regio	1,19 / 100 g	Zwiebeln	
.....St Salat der Woche, Regio/1/F	2,79 / Stkg Gemüsezwiebeln, D	4,39 / kg
.....St Salat Endivien, Regio	2,99 / Stkg Schalotten, D	9,90 / kg
.....St Salat Eichblatt, Regio/1/F	2,79 / Stkg Zwiebeln gelb, Regio	3,59 / kg
.....100g Salat Postelein, Regio	3,49 / 100 gBund Zwiebeln im Bund, I	3,69 / Bund
.....St Salat Radicchio, I	7,89 / kgkg Zwiebeln rot, D/Regio	3,99 / kg
.....St Salat Zuckerhut, Regio/I	4,49 / kg	Sprossen / Kräuter	
.....St Schlangengurke, Sp	1,99 / StSchale Kresse, Regional	0,99 / Schale
.....kg Schwärzkohl, Regio	7,99 / kg		
.....kg Schwarzwurzel, NL	5,49 / kg	Kartoffeln	
.....kg Spitzkraut, Regio/NL/Sp	4,99 / kgkg Kartoffeln Agria (vfk), Regio	2,99 / kg
.....St Stangensellerie, Sp	3,49 / Stkg Kartoffeln Laura (vfk), Regio	2,99 / kg
.....St Steckrüben, Regio	3,89 / kgkg Kartoffeln Nicola (fk), Regio	2,99 / kg
.....kg Tomaten, Sp/I	6,99 / kgkg Kartoffeln mehlig, Regio	3,39 / kg
.....kg Topinambur, Regio	5,99 / kg		
.....kg Weißkraut, Regio	3,49 / kg		
.....St Wirsing, Regio/I	4,99 / kg		
.....kg Wurzelpetersilie, Regio	8,90 / kg		
.....kg Zucchini, Sp	5,99 / kg		

Hier handelt es sich um Frischware,
 deshalb sind die Preise freibleibend!

Aktuelles Käseangebot im Januar 2022

Alle Käsesorten werden nach biologischen Richtlinien hergestellt. (DE-ÖKO-037)

Käsesorten die wir für Sie schneiden

Mindestabnahmemenge 200 g je Käselieferung

128722	Bergkäse, 50 % Fett, laktosefrei	Walchsee	1,99 € / 100 g
122815	Butterkäse, 5 Wochen gereift	dennree	1,49 € / 100 g
127607	Comté Extra A.O.C, laktosefrei	Frankreich	2,79 € / 100 g
126336	Emmentaler, laktosefrei	Pötzelsberger	1,89 € / 100 g
121206	Gouda jung, 5 Wochen gereift, 50% Fett	dennree	1,49 € / 100 g
163743	Herbstkäse Kürbis, 4 Wochen gereift	Hoodammer	2,29 € / 100 g
125133	Red Leicester, mind 48%, 5 Monate gereift	Vallée Verte	2,49 € / 100 g
119777	Ringelblumen-Käse, Hofkäserei Belrieth	Hofkäserei Belrieth	2,69 € / 100 g
163495	Hoodammer Supreme, Schnittkäse, 50 % Fett	Baldauf	1,99 € / 100 g
161065	Hoodammer Basilikum Bockshornklee, mind. 50 % Fett	Baldauf	1,99 € / 100 g
105153	Hoodammer Grünes Pesto, mind. 50 % Fett	Baldauf	1,89 € / 100 g
162371	Hoodammer Steinpilz/Röstzwiebel, mind. 50 % Fett	Baldauf	1,99 € / 100 g
117628	Le Brie mit Walnüssen	ÖMA	2,29 € / 100 g
119801	Nordseekäse, 48 % Fett	Dänemark	2,39 € / 100 g
163664	Nordsee Käse geräuchert	Dänemark	2,79 € / 100 g
151738	Trüffelkäse, 50 % Fett	Hoodammer	2,99 € / 100 g
123783	Schwäbischer Rahmkäse, laktosefrei	Geifertshofen	2,79 € / 100 g
164799	Uriger Hannes, 6 Wochen gereift	Söbbeke	2,79 € / 100 g
163574	Waldkäse, Schnittkäse, 6 Wochen gereift	Söbbeke	2,29 € / 100 g
124637	Weißbierkäse	Söbbeke	2,49 € / 100 g
125572	Wilder Bernd, 50 % Fett	Söbbeke	1,99 € / 100 g
121421	Winterkäse Aurora Gold, 50% Fett.i.Tr.		1,89 € / 100 g

Ziege und Schaf

131433	Ziegencamembert, 50 % Fett, 100 g Stück	Andechser	2,49 € / Packung
152436	Ziegenkäse, 10 Monate gereift, mind. 50%	Hoodammer	2,99 € / 100 g
163732	Ziegenfrischkäse-Rolle Honig & Cashew, ca. 250g	Natürlich v. Höchsten	3,19 € / 100 g

Abgepackte Käse

161346	Brat & Grillkäse, original griechischer Art	bio verde	150 g	3,99 € / Stück
122343	Gouda jung, 48 % Fett	Aurora	ca. 250 g	1,59 € / 100 g
122354	Gouda mittelalt, 50 % Fett	Aurora	ca. 250 g	1,79 € / 100 g
120082	Gorgonzola 53 % Fett	Arrigoni	200 g Schale	3,99 € / Schale
119608	Hausmacher Bauernhandkäse, 1,8 % Fett	Birkenstock / Bioland	200 g	2,79 € / Stück
164125	Mozzarella, 45% Fett	dennree	125 g	0,99 € / Stück
114546	Mozzarella Mini, 150 gr Beutel, NL 50%	Zügner	150 g Beutel	1,99 € / Beutel
129543	Manouri Käse aus Schaf- und Ziegenmolke	bio verde	150 g	3,49 € / Beutel
127506	Pecorino Romano, 36% Fett, 125 g Stück	bio verde		4,99 € / Packung

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
122602	Bergblumenkäse in Scheiben	Andechser	125 g	3,39 € / Packung
128452	Käseaufschnitt, drei verschiedene Sorten	Söbbeke	125 g	2,99 € / Packung

Brie - Camembert

117112	Back Camembert, 45 % Fett	ÖMA	100 g	2,49 € / Stück
165137	Bio Blu, Weichkäse, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g	2,99 /Stück
120058	Brie, Demeter, 50 % Fett	Bergpracht	100 g	1,49 € / Stück
117246	Camembert mit Nuß, 48%F.i.Tr. ca.180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,49 € / 100 g !
117022	Camembert, 55 %	Andechser	100 g	1,99 € / Packung
142547	Weichkäse würzig cremig, Monsieur J.Bernard	Söbbeke	200 g	3,49 € / Stück
164711	Coburger Bio Bianco, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	250 g	3,79 € / Stück
164722	Coburger Bio Rosso, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	250 g	3,79 € / Stück

Frischkäse

114941	Frischkäse Kräuter	Andechser	175 g	1,89 €
114939	Frischkäse Natur	Andechser	175 g	1,89 €
118629	Hüttenkäse mind. 20%	Züger	200g Becher	1,45 €
116223	Frischcreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhorn	125 g	1,99 €
116267	Frischcreme Toscana, 25 % Fett	Weißenhorn	125 g	1,99 €
125829	Mascarpone, laktosefrei	Züger	200 g Becher	3,49 €
163451	WildeWeideKuh Curry & Dattel, Frischkäse im 140 g Glas	Jakobsberger	140 g Glas	3,59 €
162944	WildeWeideKuh, Knofi & Klee, Frischkäse im 140 g Glas	Jakobsberger	140 g Glas	3,59 €
162933	WildeWeideKuh Walnuss & Karamell Frischkäse im 140 g Glas	Jakobsberger	140 g Glas	3,59 €

das gesamte Käseangebot finden Sie in unserem Online-Shop

Backwaren im Januar 2022

(DE-ÖKO-037)

Backwaren von der Vollkornbäckerei Köhler, Würzburg

gebacken am Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag

Vollkornbrote

.....	1003	Bauernlaib	1000 g	4,50 €
.....	1034	Dinkel Chiabrot,	500 g	4,10 €
.....	1035	Dinkel Haferbrot	750 g	4,70 €
.....	1036	Dinkel Saatenbrot	500 g	3,65 €
.....	1030	Dinkelbrot	750 g	4,70 €
.....	1051	Dinkelvollkorn Toastbrot	500 g	4,10 €
.....	1023	Emmer Dinkelbrot	500 g	3,65 €
.....	1006	Emmerbrot	750 g	4,70 €
.....	1010	Frankenlaib	1000 g	4,50 €
.....	1002	Frankenlaible	500 g	2,50 €
.....	3663	Molkebrot (nicht für Dienstagskunden)	500 g	4,10 €
.....	1012	Roggenbrot	750 g	4,10 €
.....	1020	Urgetreidebrot,w eizenfrei	750 g	4,30 €

Helle Brote

.....	1157	Dinkel Baguette hell	250 g	2,60 €
.....	1087	Dinkel Ruchmehlbrot	500 g	4,10 €
.....	1092	Focaccia, Fladenbrot	350 g	3,00 €
.....	1191	Fränkisches Baguette m. Sauerteig	350 g	2,55 €
.....	1084	Kürbisbrot	500 g	3,50 €
.....	1075	Rhöner Landbrot	3000 g	12,30 €
.....	1068	Sonnenkruste	2000g	12,00 €
.....	1072	Walnussbrot	750 g	5,25 €
.....	1089	Wurzelbrot	350 g	2,90 €

Vollkornbrötchen

.....	1145	Burger Buns	1 Stück	1,00 €
.....	1121	Dinkelfladen	1 Stück	0,95 €
.....	1120	Dinkel Vollkornbrötchen	1 Stück	0,95 €
.....	1100	Fränkis	1 Stück	0,95 €
.....	1101	Kürbiskernbrötchen	1 Stück	0,95 €
.....	1109	Weizenvollkornbrötchen	1 Stück	0,75 €

Helle Brötchen

.....	1167	Dinkel ChiaBatta Brötchen	1 Stück	0,93 €
.....	1198	Dinkel Ecken	1 Stück	1,05 €
.....	1178	Dinkel Oliven Seelen	1 Stück	1,75 €
.....	1177	Dinkel Rosmarin Seelen	1 Stück	1,75 €
.....	1170	Dinkel Seelen	1 Stück	1,45 €
.....	1182	Fitnessbrötchen	1 Stück	0,95 €
.....	1150	Kipf	1 Stück	0,50 €
.....	1148	Krusti	1 Stück	0,60 €
.....	1196	Laugenbrezel, vegan, Dinkelmehl	1 Stück	1,20 €
.....	1197	Laugenstange, vegan, Dinkelmehl	1 Stück	1,20 €
.....	1190	Pitabrötchen	1 Stück	0,70 €
.....	1151	Rosenbrötchen	1 Stück	0,50 €

Pikantes

.....	1092	Focaccia, Fladenbrot	1 Stück	2,85 €
.....	1442	Käsestange mit Mohn	1 Stück	1,85 €
.....	1446	Paprikastange	1 Stück	1,85 €
.....	1401	Pizza	1 Stück	3,60 €
.....	1444	Spinatstange	1 Stück	1,85 €
.....	1195	Vischgauer	1 Stück	0,95 €

Gebäck

.....	1238	Crossaint vegan	1 Stück	1,65 €
.....	1624	Dinkel Krapfen hell	1 Stück	1,80 €
.....	1230	Dinkel Quarktasche	1 Stück	1,95 €
.....	1201	Dinkel Vollkorncroissant	1 Stück	1,75 €
.....	1241	Hörnchen	1 Stück	1,25 €
....	1384	Schoko Banane, vegan	1 Stück	2,90 €
....	1249	Schokotasche	1 Stück	1,95 €
....	1264	Granatsplitter - vegan -	1 Stück	3,20 €

Kuchen von der Vollkornbäckerei Köhler

....	1306	Donauw elle	1 Stück	2,70 €
.....	1300	Gedeckter Apfelkuchen -vegan-	1 Stück	2,70 €
.....	1307	Gew ürzkuchen	1 Stück	2,70 €
.....	1342	Hinbeerkuchen (vegan)	1 Stück	2,85 €
....	1311	Käsetorte	1 Stück	2,70 €
....	1316	Mohn Streusel Kuchen -vegan-	1 Stück	2,70 €
....	1372	Möhrenkuchen	1 Stück	2,70 €
....	1345	Walnuss Brow nie	1 Stück	2,40 €

Dauergebäck

....	1251	Flammendes Herz	1 Stück	2,65 €
.....	1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig	1 Stück	2,20 €
....	1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	2,60 €
....	1259	Schoko Cookie	1 Stück	2,35 €
....	1249	Schoko Tasche	1 Stück	2,30 €

Backwaren von der Bäckerei Steinruck

Diese Backwaren werden Mittwoch gebacken und sind für die Mittwoch- bzw. Donnerstagkunden lieferbar!!

Brot

.....	502	Dinkel Roggenvollkornbrot	750 g	5,50 €
.....	518	Dinkel Roggenvollkornbrot Kürbiskernen	750 g	5,70 €
.....	519	Dinkel Roggenvollkornbrot Sonnenblumen	750 g	5,70 €
.....	631	Dinkelbaguette hell	240 g	3,15 €
.....	503	Dinkeltoastbrot	500 g	3,00 €
.....	501	Roggenbrot hell	750 g	4,50 €
.....	516	Roggenbrot hell mit Kümmel	750 g	4,30 €
.....	517	Roggenbrot hell mit Sonnenblumenkernen	750 g	4,30 €
.....	500	Roggenvollkornbrot	1000 g	5,50 €
.....	515	Roggenvollkornbrot Sonnenblumenkerne	1000 g	5,70 €

Brötchen

.....	507	Ciabatta	1 Stück	1,80 €
.....	526	Dinkelbrötchen, hell	1 Stück	1,00 €
.....	540	Dinkellaugenbrötchen	1 Stück	1,20 €
.....	520	Dinkelseele m. Sesam / Kürbiskerne	1 Stück	1,60 €
.....	506	Kornbrötchen	1 Stück	0,95 €
.....	509	Kornstange	1 Stück	3,00 €
.....	514	Kürbiskernbrötchen	1 Stück	0,95 €

Gebäck

.....	522	Dinkelkräcker	1 Stück	1,20 €
.....	524	Dinkeltaler, Buttermürbteig Marmelade	1 Stück	1,80 €
.....	511	Dinkelzopf, milch-, ei-, lactosefrei	1 Stück	4,50 €
.....	512	Einback (neue Form vorher Dinkelschnecke)	1 Stück	1,35 €
.....	525	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	1,80 €

Die Zutaten aller Backwaren erfahren Sie in unserem Internet-Shop oder auf Anfrage.