



**Loewe Buch Meine allererste WeihnachtsWimmelWelt,**  
Best.Nr. 835364  
7,95 € / Stück



**Zimtsterne,**  
Weihnachtsgebäck mit Zimt  
Best.Nr. 851522  
115 g Packung 2,99 €



**Rosengarten Pfeffernüsse mit Zartbitterfuß**  
Best.Nr. 659171  
125 g Packung 2,79 €



**Loewe Buch Plätzchenduft und Kerzenschein**  
Best.Nr. 835363  
7,95 € / Stück



**Nashido Adventkalender**  
24 Tafeln à 8,5g = 204 g + 1  
Tafel = 8g; Gesamt: 212g  
Best.Nr. 659024  
24,99 € Stück

**Dominosteine**  
Brauner Lebkuchen mit  
38% Apfelfruchtfüllung, 11% Marzipan  
und 23% Zartbitterschokolade  
Best.Nr. 873595  
125 g Packung 2,89 €



**Echte Maronen, lose, frisch**  
ca. 200 g  
Zum selber garen/rösten  
Best.Nr. 2196090 17,90/kg



**Mini Dinkelstollen im Geschenkkarton**  
Fruchtig, würzig und saftig ist der Mini Bio-Dinkelstollen im Kleinformat.  
Best.Nr. 890245  
250 g Packung 4,99 €

### Steckrüben- Kartoffel- Möhrensuppe

**Zutaten** für 8 Personen:  
500 g Steckrüben  
750 g Möhren  
300 g Kartoffeln  
1 Zwiebel, gewürfelt  
2 EL Olivenöl  
2 EL Agavendicksaft  
1300 ml Gemüsebrühe  
100 ml Sojasahne  
Kräutersalz  
Muskatnuss, frisch  
gerieben  
2 EL gehackte Petersilie

#### **Zubereitung:**

Die Steckrüben, Möhren und Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebelwürfel in Öl glasig dünsten, Gemüsewürfel und Agavendicksaft zugeben, kurz mit anschmoren, mit Brühe ablöschen. Kurz aufkochen, zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 25 Minuten dünsten. Alles im Mixer pürieren, Sojasahne zugießen, kurz aufkochen lassen. Mit Kräutersalz und Muskatnuss abschmecken, mit Petersilie bestreut servieren.

Tipp: Sojasahne ist eine rein pflanzliche Alternative zu Sahne aus Kuhmilch. Sie enthält lediglich 14g Fett und kein Cholesterin.

**Zubereitungszeit: ca. 45 Min.**

*Wir wünschen Ihnen eine gute Woche  
Marion & Stefan Schäbler  
mit dem Grashüpfer-Team*

Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 47/2022  
 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.:



Das gesamte Angebot an Gemüse, Salat und Obst stammt aus kontrolliert biologischem Anbau.

Von Montag, den 28.11.2022 bis Freitag, den 02.12.2022 KW 48 ist voraussichtlich in Ihrem Korb

Gemischt:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Agria, Lauch, Kürbis Hokkaido
	O O O O	Zwiebel gelb (L,XL), Knollensellerie (M,L,XL) Birnen, Bananen, Clementinen, Satsumas
Gemüse/Salat:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Agria, Lauch, Kürbis Hokkaido
	O O O O	Zwiebel gelb, Knollensellerie, Gelbe Bete, Rosenkohl (M,L,XL), Blumenkohl (L,XL)
Mild:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Agria, Lauch, Kürbis Hokkaido
	O O O O	Zwiebel gelb (L,XL), Knollensellerie (M,L,XL) Birnen, Bananen, Clementinen, Satsumas
Regionaler Korb:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Agria, Lauch, Kürbis Hokkaido
	O O O O	Zwiebel gelb (L,XL), Knollensellerie (M,L,XL) Rosenkohl (L,XL), Birnen, Äpfel Pinova
Obst:	S M L XL	Birnen, Bananen, Clementinen, Satsumas,
	O O O O	Äpfel der Woche, Pflaumen, Trauben weiß, Trauben blau
Büroobstkorb:	S M L XL	Birnen, Bananen, Clementinen, Satsumas,
	O O O O	Äpfel der Woche, Pflaumen, Trauben weiß, Trauben blau
Probekorb:	S M L XL	Salat der Woche, Möhren, Kartoffeln Agria, Lauch, Kürbis Hokkaido
	O O O O	Zwiebel gelb (L,XL), Knollensellerie (M,L,XL) Birnen, Bananen, Clementinen, Satsumas

Anderungswünsche / zusätzliche Bestellung	€/Einheit	Bestellmenge:	€/Einheit
<b>Gemüse</b>		<b>Obst</b>	
.....St Auberginen, SP/ Regio	10,49 / kg	.....St Ananas, CR/Togo	3,99 / Stück
.....kg Bataten / Süßkartoffeln, Sp	5,69 / kg	.....St Apfel 3 kg Vorratsstüte.....	14,55/ 3 kg
.....St Blaukraut, D	3,89 / kg	.....kg Apfel der Woche, D	4,95 / kg
.....St Blumenkohl, D/NL	4,49 / St	.....kg Apfel Boskoop, D	4,95 / kg
.....kg Broccoli, NL/I	7,69/ kg	.....kg Apfel Elstar, D	4,95 / kg
.....kg Buschbohnen, EC	11,90/kg	.....kg Apfel Gala, D	4,95 / kg
.....250 g Cherrytomaten, Sp/I	3,75 / 250 g	.....kg Apfel Jonagold, D	4,95 / kg
.....100g Chili Peperoni, Sp,Regio	2,99 / 100 g	.....kg Apfel Pinova, D/A	4,95 / kg
.....St Chinakohl, Regio	3,99 / kg	.....kg Apfel Topaz, A	4,95 / kg
.....kg Fenchel, I	6,90 / kg	.....kg Apfelbrei-Apfel (Äpfel mit Fehlern)	2,49 / kg
.....kg Gelbe Bete, D	3,99 / kg	.....kg Avocado, Ma/Sp	2,89 / St
.....kg Goldballrübchen, D	4,95 / kg	.....kg Bananen	3,20 / kg
.....kg Grünkohl D	8,79 /kg	.....kg Birnen, I/Regio	5,99 / kg
.....100g Ingwer, Ch/Pe	1,13/ 100 g	.....kg Clementinen, Sp	5,99 / kg
.....kg Knoblauch, D, NL	1,49 / 100 g	.....St Datteln Deglet Nour	3,09 / 200 g
.....St Knollensellerie, D	4,59 / kg	.....St Datteln, große Früchte, Isr	5,38 / 200 g
.....St Kohlrabi, I	2,50 / St	.....St Granatapfel, GR/I	3,39 / Stück
.....St Kürbis Butternut, Regio	3,99 / kg	.....St Grapefruit, Gr/SP	2,59 / Stück
.....St Kürbis Hokkaido,Regional	2,99 / kg	.....St Kaki/Sharon, Sp	2,39 / Stück
.....100g Kurkuma, CR	1,39 / 100 g	.....St Kiwi, I/Gr	0,79 / Stück
.....Stange Meerrettich, A	15,90 / kg	.....St Kiwi Gelb, I	0,99 / St
.....kg Möhren, Regio	2,99 / kg	.....St Limetten, CO	8,99 / kg
.....kg Möhren gelb, D	4,35 / kg	.....St Mango, Mx	2,89 / Stück
.....kg Möhren, violett, D	4,16 / kg	.....kg Orangen, 3 kg Vorratsstüte,Sp	12,99/ 3 kg
.....kg Navetrübchen, F	4,49/kg	.....kg Orangen, Sp	4,49/ kg
.....kg Paprika gelb, Sp	8,59 / kg	.....kg Pflaumen, Sp	5,79 / kg
.....kg Paprika grün, Sp /Regio	7,89 / kg	.....kg Satsumas	5,99 / kg
.....kg Paprika rot, Sp	7,89 / kg	.....kg Trauben blau, I	5,99 / kg
.....kg Pastinaken, D	5,69 / kg	.....kg Trauben weiß, I	5,99/ kg
.....Bund Radieschen, Regio/I	2,39 / Bund	.....kg Trauben blau kernlos, I	8,90 / kg
.....kg Rosenkohl, NL/D	8,99 / kg	.....kg Trauben weiß kernlos, I	8,90 / kg
.....St Rettich weiß, Regio	2,89 / St	.....kg Zitronen, I/Sp	8,49 / kg
.....kg Rettich schwarz, D	4,59/kg		
.....kg Rote Bete, D/Regio	3,39/ kg	<b>Zwiebeln</b>	
.....St Salat Batavia, F	2,89 / St	.....kg Gemüsezwiebeln, Regio/Sp	4,19 kg
.....100 g Salat Chicoree, D	1,29 / 100 g	.....kg Schalotten, D/NL/F	9,90 / kg
.....St Salat der Woche, F	2,89 / St	.....kg Zwiebeln gelb, Regio/I	3,59 / kg
.....St Salat Eisberg, Es	3,49/Stück	.....Bund Zwiebeln im Bund, I	3,69 / Bund
.....St Salat Eichblatt, F	2,89 / St	.....kg Zwiebeln rot, I	3,99 / kg
.....St Salat Endivien, D	3,30 / St		
.....100 g Salat Feldsalat, D	3,39 / 100g	<b>Sprossen / Kräuter</b>	
.....100 g Salat Rucicola, D	2,89 / 100g	.....Bund Dill	2,89/Bund
.....Regio Salat Radicchio, I	7,90/kg	.....Schale Kresse, Regio	1,59 / Schale
.....Regio Salat Zuckerhut, D	5,49/kg	.....Bund Petersilie, Regio	2,89 / Bund
.....St Schlangengurke, Sp	2,39 / St		
.....kg Schwarzkohl, D	7,99 / kg	<b>Nüsse</b>	
.....kg Schwarzwurzel, NL	6,19 / kg	.....Beutel Erdnüsse mit Schale, I	3,99 / 330 g
.....kg Spinat, D	10,99 / kg	.....200 g Walnüsse lose, F	2,99 / 200 g
.....kg Spitzkraut, Regio	3,89 / kg	.....200 g Echte Maroni, I	1,70 / 100 g
.....St Stangensellerie, D	2,99 / St		
.....kg Steckrüben, Regio	3,89 / kg	<b>Kartoffeln</b>	
.....kg Tomaten, Sp/I	8,79 / kg	.....kg Kartoffeln Agria, (vfk), Regio	2,99 /kg
.....kg Topinambur, Regio	7,99 / kg	.....kg Kartoffeln Laura/Rosara, (fk), Regio	2,99 /kg
.....kg Weißkraut, Regio/D	2,89 / kg	.....kg Kartoffeln mehlig, Regio	2,99 /kg
.....St Wirsing, Regio	3,89 / kg	.....kg Kartoffeln Nicola, (fk), Regio	2,99 /kg
.....kg Wurzelpetersilie, D	7,89 / kg		
.....kg Zucchini, Sp	7,99 / kg		
.....St Zuckermais, vakuum, D	4,99 / 400 g		
		<b>Hier handelt es sich um Frischware, deshalb sind die Preise freibleibend!</b>	
<b>Pilze</b>			
.....200 g Austernpilze, Regio	2,49 / 200 g		
.....200 g Champignons, Regio	2,49 / 200 g		
.....100 g Kräuterseitlinge, Regio	2,99 / 100 g		
.....100 g Shiitake-Pilze, D	2,99 / 100 g		

## Backwaren im November 2022

(DE-ÖKO-037)

### Backwaren von der Vollkornbäckerei Köhler, Würzburg

gebacken am Dienstag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag

#### **Vollkornbrote**

.....	1003	Bauernlaib	1000 g	4,70 €
.....	1030	Dinkelbrot	750 g	4,90 €
.....	1034	Dinkel Chiabrot	500 g	4,20 €
.....	1035	Dinkel Haferbrot	750 g	4,90 €
.....	1036	Dinkel Saatenbrot	500 g	3,90 €
.....	1006	Emmerbrot	750 g	5,00 €
.....	1001	Frankenlaib	1000 g	4,70 €
.....	1002	Frankenlaible	500 g	2,60 €
.....	1012	Roggenbrot	750 g	4,20 €
.....	1020	Urgetreidebrot, w eizenfrei	750 g	4,50 €
.....	1023	Emmer Dinkelbrot	500 g	3,90 €
.....	1032	Hausbrot	750 g	4,90 €

#### **Helle Brote**

.....	1157	Dinkel Baguette hell	250 g	2,90 €
.....	1087	Dinkel Ruchmehlbrot	500 g	4,30 €
.....	1058	Fitness Brot	750 g	4,90 €
.....	1191	Fränkisches Baguette m. Sauerteig	350 g	2,90 €
.....	1084	Kürbisbrot	500 g	4,30 €
.....	1065	Quark-Kornbrot	500 g	4,50 €
.....	1075	Rhöner Landbrot	3000 g	13,00 €
.....	1072	Walnussbrot	750 g	5,50 €
.....	1089	Wurzelbrot	350 g	3,00 €

#### **Vollkornbrötchen**

.....	1145	Burger Buns	1 Stück	1,05 €
.....	1120	Dinkel Vollkornbrötchen	1 Stück	1,05 €
.....	1100	Fränkis	1 Stück	1,05 €
.....	1109	Weizenvollkornbrötchen	1 Stück	0,80 €
.....	1124	Mehrkornbrötchen	1 Stück	0,95 €

#### **Helle Brötchen**

.....	1167	Dinkel ChiaBatta Brötchen	1 Stück	1,05 €
.....	1170	Dinkel Seelen	1 Stück	1,40 €
.....	1177	Dinkel Rosmarin Seelen	1 Stück	1,60 €
.....	1178	Dinkel Oliven Seelen	1 Stück	1,85 €
.....	1198	Dinkel Ecken	1 Stück	1,30 €
.....	1150	Kipf	1 Stück	0,55 €
.....	1190	Pitabrötchen	1 Stück	0,80 €
.....	1151	Rosenbrötchen	1 Stück	0,55 €
.....	1123	Bagel	1 Stück	1,25 €

#### **Pikantes**

.....	1094	Focaccia mini, Fladenbrot	1 Stück	1,30 €
.....	1442	Käsestange mit Mohn	1 Stück	2,05 €
.....	1160	Laugenstange, vegan, Weizenmehl	1 Stück	1,30 €
.....	1161	Laugenbrezel, vegan, Weizenmehl	1 Stück	1,30 €
.....	1446	Paprikastange	1 Stück	2,05 €
.....	1444	Spinatstange	1 Stück	2,05 €
.....	1195	Vinschgauer	1 Stück	1,05 €
.....	1411	Zwiebelstange	1 Stück	2,05 €

#### **Gebäck**

.....	1248	Apfel-Streusel-Plunder	1 Stück	2,20 €
.....	1238	Crossaint vegan	1 Stück	1,85 €
.....	1230	Dinkel Quarktasche	1 Stück	2,20 €
.....	1201	Dinkel Vollkorncoissant	1 Stück	2,05 €
.....	1225	Franzbrötchen	1 Stück	1,95 €
.....	1257	Glückstaler	1 Stück	2,60 €
.....	1241	Hörnchen	1 Stück	1,55 €
.....	1384	Schoko Banane, vegan	1 Stück	3,00 €
.....	1249	Schokotasche	1 Stück	2,20 €
.....	1612B	Weihnachtsmann -vegan- bis 23.12.	1 Stück	1,20 €

#### **Kuchen von der Vollkornbäckerei Köhler**

.....	1374	Buchweizenkuchen (glutenfrei)	1 Stück	3,00 €
.....	1300	Gedeckter Apfelkuchen -vegan-	1 Stück	2,90 €
.....	1311	Käsetorte	1 Stück	3,10 €
.....	1270	Nussschnitte	1 Stück	2,95 €
.....	1316	Mohn Streusel Kuchen -vegan-	1 Stück	2,90 €
.....	1372	Möhrenkuchen	1 Stück	2,90 €
.....	1345	Walnuss Brownie	1 Stück	2,60 €

#### **Dauergebäck**

.....	1251	Flammendes Herz	1 Stück	3,00 €
.....	1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig	1 Stück	2,60 €
.....	1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	2,95 €
.....	1612B	Weihnachtsmann -vegan- bis 23.12.	1 Stück	1,20 €

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

## Aktuelles Käseangebot im November 2022

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

### Käsesorten die wir für Sie schneiden

### Mindestabnahmemenge 200 g je Käselieferung

166419	Allgäuer Tilsiter, mind. 50 % Fett	ÖMA	2,29 € / 100 g
128722	Bergkäse, 50 % Fett, laktosefrei	Walchsee	1,99 € / 100 g
166252	Blöckle-Gartenkräuter, Schnittkäse	Le Maître	2,99 € / 100 g
122815	Butterkäse, 5 Wochen gereift	dennree	1,49 € / 100 g
190282	Büffelkäse, 4 Wochen gereift	ÖMA	3,49 € / 100 g
127607	Comté Extra A.O.C, laktosefrei	Frankreich	3,29 € / 100 g
126336	Emmentaler, laktosefrei	Pötzelsberger	1,89 € / 100 g
121555	Herbstkäse Aurora Gold, 50 % Fett, lactosefrei	Aurora Gold	1,99 € / 100 g
163743	Herbstkäse Kürbis, 50 % Fett	Hoodammer	2,49 € / 100 g
162371	Hoodammer Steinpilz/Röstzwiebel, mind. 50 % Fett	Hoodammer	1,99 € / 100 g
163495	Hoodammer Supreme, Schnittkäse, 50 % Fett	Baldauf	2,19 € / 100 g
128788	Hornkäse, 3 Monate gereift	dennree	2,99 € / 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
119777	Ringelblumen-Käse, Hofkäserei Belrieth	Hofkäserei Belrieth	2,69 € / 100 g
123783	Schwäbischer Rahmkäse, laktosefrei	Geifertshofen	2,79 € / 100 g
125425	Schwarzwer Wenzel, Hartkäse, lactosefrei	Söbbeke	2,29 € / 100 g
163574	Waldkäse, -lactosefrei	Söbbeke	2,49 € / 100 g
124637	Weißbierkäse	Söbbeke	2,49 € / 100 g
125572	Wilder Bernd, 50 % Fett	Söbbeke	1,99 € / 100 g
<b><u>Ziege und Schaf</u></b>			
131433	Ziegencamembert, 50 % Fett, 100 g Stück	Andechser	2,69 € / 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	1,69 € / 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

130241	Bioländer in Scheiben, 45 % Fett	Andechser	150 g	2,59 € / Packung
122602	Bergblumenkäse in Scheiben	Andechser	125 g	3,39 € / Packung
124154	Kräuter Käse aus Weidemilch in Scheiben, 50 % Fett,	dennree	150 g	2,29 € / Packung
162832	Cheddar, - laktosefrei -	dennree	150 g	2,69 € / Packung
121037	Feuerkäse in Scheiben, 50%Fett	dennree	150 g	2,99 € / Packung
121048	Mediterraneo Scheibenkäse, 50%Fett	dennree	150 g	3,19 € / Packung
145934	Toast & Burger Schmelzkäsescheiben	bio verde	150 g	2,49 € / 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	3,79 € / Stück
167117	Coburger Bio Bianco, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	250 g	3,79 € / Stück
167128	Coburger Bio Rosso, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	250 g	3,79 € / Stück

### Frischkäse

161673	Feta-Creme Fanti das Schaf	Jakobsberger Milchhandwerker	1,35 g Glas	4,49 €
114941	Frischkäse Kräuter	Andechser	175 g	1,89 €
114939	Frischkäse Natur	Andechser	175 g	1,89 €
117404	Körniger Frischkäse mit Kräutern	Andechser	200 g	1,69 €
116223	Frischcreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhorn	125 g	1,99 €
116267	Frischcreme Toscana, 25 % Fett	Weißenhorn	125 g	1,99 €
118629	Hüttenkäse mind. 20%	Züger	200g Becher	1,49 €
125829	Mascarpone, laktosefrei	Züger	200 g Becher	3,49 €
163451	WildeWeideKuh Curry & Dattel, Frischkäse im 140 g Glas	Jakobsberger	140 g Glas	3,59 €
120723	Frischkäse Kurt das Schaf, aus reiner Schafmilch (Knoblauch & Kräuter)		135 g Glas	4,49 €