



Liebe Kunden!

Keine Lieferungen in der KW 33!

In der Kalenderwoche 33, vom 12. bis einschließlich 16. August macht das Grashüpfer-Team Ferien!
Ab dem 19. August sind wir wieder für Sie da!

Laune gut, alles gut - Kekse, 125 g Packung

Gute Laune ist ansteckend! Diese würzigen Kekse bereichern Ihr Leben und sind eine knusprige Köstlichkeit. Mandeln, Nelken, Zimt und Muskat sorgen für wahre Gaumenfreuden, die eine Tasse feinen Kaffee ganz besonders gut ergänzen.

Zum selbst Naschen oder Verschenken. SONNENTOR Kekse werden ohne Palmfett zubereitet. Ihre Herzform kommt von Herzen!

Zutaten: DINKELWEIZENMEHL bio 49%, Margarine bio (Sonnenblumenöl bio, Sheabutter bio, Wasser, Säuerungsmittel: Zitronensaftkonzentrat bio, natürliches Aroma), Rohrohrzucker bio, MANDELN bio, Muskat bio, Cassia-Zimt bio 1%, Nelken bio

3,79 €



Klebio – kompostierbares Klebeband

Dieses Klebeband besitzt eine hohe Klebkraft und ist hochtransparent. Der Vorteil gegenüber herkömmlichem Klebeband: Klebio kann per Hand von der Rolle abgetrennt werden und lässt sich rückstandslos von seinem Untergrund wieder ablösen. Dadurch kann es, ähnlich wie eine Haftnotiz, mehrmals wiederverwendet werden. Ab sofort brauchen Papier und Karton vor der Entsorgung nicht mehr von ihren Klebebändern getrennt zu werden. Denn „Klebio“ kann mit dem Altpapier entsorgt werden. Es löst sich im Recyclingvorgang vollständig auf und kann mitsamt dem Altpapier zu frischem Recyclingpapier verarbeitet werden.

Rolle 50 mm Breite, 50 Meter Länge / 3-Zoll-Hülse 4 Rollen im Karton 19,90 €



Ab sofort lieferbar!

Schrot & Korn August 2019

GRATIS!

Einfach mitbestellen

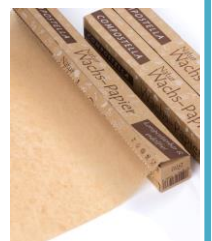


Wieder erhältlich

- Natur Wachs-Papier, Haushaltsrolle

Die ideale Verpackung für Wurst, Käse, Schinken, Obst, Gemüse, Speisereste. Dank hauchdünner und kompostierbarer Naturwachsbeschichtung fettet und feuchtet es nicht durch.

8 m x 38 cm **Rolle 5,50 €**



Bitte beachten:

Der Bäcker Steinruck hat in der Zeit von der KW 31 bis einschließlich KW 33 Betriebsurlaub!

Bitte bestellen Sie alternativ Köhler-Backwaren!

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.

Eine schöne Woche
wünschen Ihnen
Marion & Stefan Schäßler



Bestellschein für Obst und Gemüse in KW 32/19
 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 05.08.19 bis Freitag, den 11.08.19 KW 32/19 voraussichtlich in Ihrem "Grünen Korb"

Gemischt:	S M L XL	Salat, Möhren, Fenchel, Minigurken, Zucchini, Cherrytomaten, Mangold (M, L, XL), Bananen, Trauben weiß,
Gemüse/Salat:	S M L XL	Salat, Möhren, Schlangenguke, Mangold, Tomaten, Rote Bete, Zucchini, Cherrytomaten (M, L, XL), Minigurken (XL)
Mild:	S M L XL	Salat, Möhren, Schlangenguke, Zucchini, Tomaten, Aubergine, Paprika rot (M, L, XL), Cherrytomaten (L, XL), Minigurken (XL), Bananen, Trauben weiß
Regionaler Korb:	S M L XL	Salat, Möhren, Schlangengurke, Rote Bete, Tomaten, Paprika grün, Kresse, Stangensellerie (M, L, XL), Zucchini (XL), Apfel
Obst:	S M L XL	Apfel, Birnen, Bananen, Pfirsiche, Zwetschgen, Kiwi, Trauben weiß, Trauben blau kernlos

Anderungswünsche / zusätzliche Bestellung

	€/Einheit	Bestellmenge:	€/Einheit
Frucht- & Blattgemüse		Obst	
.....St Auberginen, I	4,99 / kgSt Ananas, CR	399 / Stück
.....kg Fenchel, Regional	5,39 / kgSt Avocado, Mx/Sp	2,49 / St
.....kg Lauch, D	7,99 / kgkg Apfel der Woche, D/A/Arg	3,79 / kg
.....kg Mangold, Regional	6,19 / kgkg Apfel der Woche, 3 kg Vorratstüte	10,25 € / 3 kg..Sorte
.....kg Minigurken, Regional	6,60 / kgkg Bananen, DO/PE	2,99 / kg
.....kg Paprika gelb, NL	9,39 / kgkg Birnen, Ag	2,99 / kg
.....kg Paprika grün, Regional	7,90 / kg	...200 g Datteln, große Früchte, Isr	5,29 / 200 g
.....kg Paprika rot, NL	9,39 / kgSchale Heidelbeeren, Regional	3,99 / 250 g Schale
.....St Schlangengurken, Regional	2,49 / StSchale Himbeeren, Regional	4,49 / 125 g Schale
.....St Stangensellerie, Regional	2,99 / StSt Honigmelone Galia, Sp	5,89 / kg
.....kg Tomaten, Regional	5,99 / kgSchale Johannisbeeren rot, Regional	4,99 / 500 g Schale
....250g Cherrytomaten, Sp	2,99 / 250 gkg Kirschen, Regional	1,69 / kg
.....kg Zucchini, Regional	4,35 / kgSt Kiwi, I	0,69 / St
Wurzelgemüse	St Limetten, CO	9,99 / kg
....100g Ingwer, Ch/Pe	1,20 / 100 gSt Mango, Ch	2,99 / Stück
....100g Kurkuma, PE	1,39 / 100 gSt Nektarinen, Sp ?	5,99 / kg
..Stange Meerrettich, A	14,90 / kgkg Orangen, I	3,29 kg
.....kg Möhren, Regional	3,09 / kgkg Pfirsiche, Sp	5,79 / kg
.....kg Mairübchen, Regional	2,99 / kgkg Trauben blau kernlos, I	8,99 / kg
.....kg Navetrübchen, Regional	5,29 / kgkg Trauben weiß, I	6,99 / kg
.....kg Pastinaken, D	5,79 / kgkg Wassermelone mini, Sp	1,99 / kg
....Bund Radieschen, Regional	2,19 / Bundkg Zitronen, I	5,69 / kg
.....kg Rote Bete, Regional	3,99 / kgkg Zwetschgen, D	6,39 / kg
Kohlgemüse	kg „Apfelbri-Äpfel“ (Äpfel mit kleinen Fehlern)	2,00 €/kg solange der Vorrat reicht
.....St Blaukraut, Regional	4,19 kg	Kartoffeln	
.....St Blumenkohl, Regional	4,49 / Stkg Frühkartoffel, vorwiegend festk., Regio	3,39 / kg
.....St Sellerie mit Grün, Regional	3,79 / Stkg Frühkartoffel, festkochend, Regional	3,39 / kg
.....St Spitzkraut, Regional	4,99 / kgkg Frühkartoffeln, mehlig kochend, Regio	3,39 / kg
.....St Weißkraut, Regional	4,49 / kgkg Bataten / Süßkartoffeln, I	5,29 / kg
.....St Wirsing, Regional	4,49 / kgkg Topinambur, Regional	5,49 kg
Salate		Zwiebeln	
.....St Salat der Woche, Regional	2,19 / Stkg Gemüsezwiebeln, D	3,99 / kg
.....St Salat Batavia, Regional	2,19 / Stkg Zwiebeln gelb, I	3,99 / kg
.....St Salat Kopf, Regional	2,19 / Stkg Zwiebeln rot, D	3,99 / kg
Sprossen / Kräuter	kg Zwiebeln weiß, I	3,99 / kg
....Schale Sprossenmix, D	2,99 / Schale Bund Zwiebeln im Bund, Regional	3,19 / Bund
....Schale Kresse, regional	0,99 / Schalekg Schalotten, A	5,99 / kg
.....Topf Basilikum, D	2,39 / Topfkg Knoblauch, D/A	1,49 / 100g
.....Topf Schnittlauch, D	2,39 / Topf	Pilze	
Da es sich um Frischware handelt, sind die Preise freibleibend	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	3,12 / 200 g
	200 g Maronen, gegart, F	4,99 / 200 g

Aktuelles Käseangebot im August 2019

Alle Käsesorten werden nach biologischen Richtlinien hergestellt.

Käsesorten die wir für Sie schneiden

Mindestabnahmemenge 200 g je Käselieferung



128722	Bergkäse, 50 % Fett, laktosefrei	Walchsee	1,99 € / 100 g
127607	Comté Extra A.O.C, lactosefrei	Frankreich	2,79 € / 100 g
27001	Emmentaler, laktosefrei	Pötzelsberger	1,69 € / 100 g
163495	Hoodammer Supreme, Schnittkäse, 50 % Fett	Baldauf	1,99 € / 100 g
119801	Nordseekäse, 48 % Fett	Dänemark	2,19 € / 100 g
123783	Schwäbischer Rahmkäse, lactosefrei	Geifertshofen	2,69 € / 100 g
162448	Sommer Rebell, Schnittkäse, 50 % Fett, lactosefrei	Käseebellen	2,69 € / 100 g
117628	Le Brie mit Walnüssen	ÖMA	2,29 / 100 g
125324	Sommerbrie Gartentraum, 50 % Fett	ÖMA	2,19 / 100 g

Ziege und Schaf

128013	Cerron Ziegenkäse mit Rosmarin ca. 330 g Stück	Spanien	2,99 € / 100 g
131433	Ziegencamembert, 50 % Fett	Andechser	2,49 € / Stück
127506	Pecorino Romano, 36% Fett, 125 g Stück	bio verde	4,99 € / Stück

Abgepackte Käse

161346	Brat & Grillkäse, original griechischer Art	bio verde	150 g	3,99 € / Stück
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 mittelalt, 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
114546	Mozzarella Mini, 150 gr Beutel, NL 50%	Zügner	150 g Beutel	1,99 / Beutel
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	Der Allgäuer - Heumilchkäse, in Scheiben, 50 % Fett laktosefrei	Baldauf	150 g	3,99 € / 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	2,39 € / 100 g !
117022	Camembert, 55 %	Andechser	100 g	1,69 € / 1 Stück
162191	Weichkäse mild cremig, Monsieur J. Bernard	Söbbeke	200 g	3,39 / Stück
142547	Weichkäse würzig cremig, Monsieur J. Bernard	Söbbeke	200 g	3,39 / 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

Tomaten-Gurkensalat mit Mangold

Zutaten für 4 Personen:

1 kleiner Mangold
Gemüsebrühe
½ Salatgurke
4 Tomaten, gewürfelt
125 g Feta-Käse, gewürfelt
Rucola nach Belieben
Olivenöl
Balsamico Essig
Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Vom Mangold die Stiele in ca. 5 cm lange Stücke, die Blätter in ½ cm breite Streifen schneiden. Stiele in Gemüsebrühe weich kochen, Blätter kurz blanchieren.

Gurke klein schneiden, leicht einsalzen und vorsichtig ausdrücken. Mangold, Tomaten, Oliven, Feta und Rucola miteinander vermengen. Mit Olivenöl, Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken. Ca. ½ -1 Stunde durchziehen lassen.

Kurz vor dem Servieren die Gurke unter den Salat mischen.

Kartoffel-Mangoldsuppe

Zutaten für 4 Personen:

750 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
1 mittelgroße Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 (ca. 600 g) Staude Mangold
1 EL Öl
1 ¼ L Gemüsebrühe
200 g Tomaten
40 g Pinienkerne
150 g Crème fraiche
Salz & Pfeffer
40 g gehobelter Parmesankäse

Zubereitung:

Kartoffeln schälen, waschen. In Stücke geschnitten in kochendem Salzwasser ca. 15 Minuten garen. Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln. Mangoldblätter vom Strunk lösen, waschen, Stiele in Stücke, Blätter in breite Streifen schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Mangoldstiele darin andünsten. 1 ¼ Liter Gemüsebrühe angießen, 5 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Kartoffeln abgießen, abtropfen lassen.

Tomaten waschen, putzen und entkernen, in kleine Würfel schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen. Mangoldstreifen zur Suppe geben und weitere 5 Minuten köcheln lassen.

Crème fraiche, Kartoffeln und Tomaten zur Suppe geben und alles einmal aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Suppe mit Pinienkernen und Parmesan bestreut servieren.

Gebratener Fenchel mit Dip

Zutaten für 4 Personen:

1/2 Kopfsalat
1/2 Bund Petersilie
1 Bund Schnittlauch
250 g Joghurt
Salz & Pfeffer
Zucker
2 Fenchelknollen
1 Ei
ca. 6 EL Semmelbrösel
1 EL Öl
2 EL Butter

Zubereitung:

Salat putzen, waschen und abtropfen lassen. 4 kleine Salatblätter beiseitelegen. Petersilie und Schnittlauch waschen, trocken schütteln. Petersilienblättchen von den Stielen zupfen und hacken. Schnittlauch, bis auf 8 schöne Spitzen, in feine Röllchen schneiden. Gehackte Petersilie und Schnittlauchröllchen mit Joghurt verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen

Fenchel putzen, waschen und längs in Scheiben schneiden. Harten Strunk herausschneiden. Ei und 4 EL Wasser verquirlen, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Fenchelscheiben erst durch Ei-Mischung ziehen, dann in Semmelbrösel wenden. Öl in einer Pfanne erhitzen. Butter darin schmelzen. Fenchel darin portionsweise unter Wenden braun braten, herausnehmen und warm halten.

Fenchel und Salat auf Tellern anrichten. Dip in 4 kleine Salatblättchen verteilen und dazu reichen. Mit Schnittlauchspitzen garnieren

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!