



Im Licht der Ostersonne bekommen die Geheimnisse der Erde ein anderes Licht.

Friedrich von Bodelschwingh

Wir wünschen allen Kunden frühlingshafte Ostertage! Geruhige Feiertage, einen fleißigen Osterhasen und sonnige Tage mit schönen Überraschungen!

Aufgrund der Osterfeiertage kommt es zu veränderten Liefertagen und damit verbunden auch zu anderen Bestellschlüssen.

Bitte berücksichtigen Sie dies bei Ihrer Bestellung.

Leider können Bestellungen bzw. Änderungen die später eingehen nicht mehr berücksichtigt werden.

Lieferverschiebungen in KW 14 und 15, Ostern

Normaler Liefertag	Liefertag KW 14	Bestellschluss
Dienstag	Montag, 30.03.	Freitag, 27.03. 9 Uhr
Mittwoch	Dienstag, 31.03.	Freitag, 27.03. 9 Uhr
Donnerstag	Mittwoch, 01.04.	Montag, 30.03. 6 Uhr
Freitag	Donnerstag, 02.04.	Dienstag, 31.03. 6 Uhr
Normaler Liefertag	Liefertag KW 15	Bestellschluss
Dienstag	Dienstag, 07.04.	Donnerstag, 02.04. 9 Uhr
Mittwoch	Mittwoch, 08.04.	Donnerstag, 02.04. 9 Uhr
Donnerstag	Donnerstag, 09.04.	Dienstag, 07.04. 6 Uhr
Freitag	Freitag, 10.04.	Mittwoch, 08.04. 6 Uhr

Aktuelles Gemüse- und Obstangebot im März 2026

Wir bieten Ihnen verschiedene Körbe von S ca. 16 € bis XL ca. 26 € an.

Sie können wählen zwischen: Obstkorb, Regionaler Korb, Korb mit Gemüse und Salat, gemischter Korb oder einem milden Korb. Wöchentlich ändern wir die Zusammenstellungen für Sie, je nach Saison und Verfügbarkeit vom Bio-Obst und Bio-Gemüse.

Ab dieser Woche Neu bei uns			Nicht mehr bestellbar
Gemüse / Obst	Herkunft	Preis	
Artischocken	IT	2,69 €/ Stk.	Granatäpfel
Broccoli Sprossen	DE /Regio	2,89 € / 80g	Kiwi gelb
Trauben blau kernlos	ZA	13,90 € / kg	Ananas
Bärlauch	DE	4,29 € / 100 g	Blutorangen
Pomelo	ES	5,99 € / Stk.	Spitzkraut
Himbeeren	ES	5,49 € / 125 g	
Physalis/Kapstachelbeeren	PE	4,49 € / 100 g	

Ab jetzt ist wieder Bärlauch Saison



Bärlauchkäse, lactosefrei
5,18 € / 200 g



Bärlauchbratwurst frisch
3,99 € / 250 g



Tortelloni mit Bärlauch,
3,49 € / 250 g



Bärlauch
regional
4,29 € / / 100 g

Ich bin der Bärlauch

Iss mich, denn ich enthalte Vitamin C für ein starkes Immunsystem. Mein Eisen brauchst du für Sauerstofftransport und Blutbildung. Das Kalium hilft dir bei deinen Muskeln.



Bärlauch Ficelle
regional
2,95 € / 1 Stück



Pesto Basilikum Bärlauch mit Zedernüssen
regional
5,40 € / 140g



Pesto Bärlauch Tomate Sonnenblumenk.
regional
3,99 € / 90 g



Senf Waldsenf mit Bärlauch & Steinpilzen,
regional
3,99 € / 90 g

Bärlauch Semmelknödel

250g alte Brötchen
1 kl. Zwiebel
150g Bärlauch
2 Eier
150 ml Milch / Haferdrink
2 EL Butter / Margarine
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

50 g Butter / Margarine
Parmesan / Grattaveg Parmesan vegan

Die Brötchen würfeln. Danach Bärlauch säubern, waschen und schleudern und danach fein hacken. Nun die Milch leicht erhitzen und über die Brötchenwürfel gießen.

Die Zwiebeln in Butter andünsten und danach mit den verquirlten Eiern, Bärlauch und Mehl in einer Schüssel vermengen und nach Belieben würzen. Das Ganze 10 Min. ruhen lassen und nun zu 10-15 Knödeln formen. Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Knödel dann 15-20 Min bei mittlerer Hitze ziehen lassen.

In einer Pfanne Butter auslassen und die Knödel darin schwenken. Zum Abschluss mit Käse bestreuen.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Aktuelles Käseangebot im März 2026

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

Käsesorten die wir für Sie schneiden		Mindestabnahmemenge 200 g je Käselieferung		
126246	Almkönig, lactosefrei, 45 % fett	dennree	100 g	1,49 €
184961	Butterkäse, 3 Wochen gereift, mind. 45 %	BMI	100 g	1,69 €
121239	Bergkäse aus Heumilch, 50 % Fett	Zillertaler Berg	100 g	2,39 €
189685	Cheddar, 8 Monate gereift	ÖMA	100 g	2,49 €
127607	Comté Extra A.O.C., mind. 45 % -lactosefrei-	Franz. Käsespezial.	100 g	3,39 €
122264	Emmentaler, 70 Tg gereift, mind. 35%	ÖMA	100 g	2,19 €
121228	Gouda jung, 3 Wochen gereift mind. 45 % -lactosefrei-	dennree	100 g	1,49 €
163495	Hoodammer Supreme, Schnittkäse, 50 % Fett	Hoodammer	100 g	2,59 €
146068	Hoodammer Orientalische Kräuter NEU!!	Hoodammer	100 g	2,69 €
162213	Leuchtturm Käse, 48 %	Thise Mejeri	100 g	2,99 €
119801	Nordseekäse, 48 % Fett	Thise Mejemi	100 g	2,69 €
186219	Rässkäse mit Steinsalz, 6 Monate gereift	Bio vom Berg	100 g	2,79 €
186996	Tiroler Bio-Bergkäse	Bio vom Berg	100 g	2,19 €
167049	Bärlauchkäse, lactosefrei	Roggenburger	100 g	2,59 €
Ziege und Schaf				
187222	FrechesFrolleinziege (Knoblauch & Kräuter)	Jakobsberger	135 g Glas	4,29 €
120734	Frischkäse Schani das Schaf (Curry & Dattel)	Jakobsberger	135 g Glas	4,59 €
188357	Schafsscheibenkäse	Schlierbacher	100 g Packung	3,29 €
184151	Ziegenbuttermilch in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	100 g Packung	3,19 €
131433	Ziegencamembert, 50 % Fett	Andechser	100 g Stück	2,99 €
157274	Ziegenfrischkäse 65%	Andechser	150g Becher	3,29 €
190642	Ziegenkäse mit Rosmarin, 6 Wochen gereift	Bastiaansen	100 g Stück	3,39 €
160165	Ziegenbuttermilch, 3 Wochen gereift, lactosefrei	Aurora Guild	100 g Stück	3,49 €
Abgepackte Käse				
122343	Gouda jung, 48 %, vakuumiert -lactosefrei-	Aurora	ca. 250 g Stück	2,19 € / 100 g
122354	Gouda mittelalt, 50 %, vakuumiert -lactosefrei-	Aurora	ca. 250 g Stück	2,29 € / 100 g
121083	Gorgonzola 53 % Fett	Arrigoni	200 g Schale	4,49 €
119608	Hausmacher Bauernhandkäse, 1,8 % Fett	Birkenstock	200 g Stück	3,39 €
164125	Mozzarella, 45% Fett	dennree	125 g Stück	1,39 €
114546	Mozzarella Mini, 150 gr Beutel, NL 50%	Züger	150 g Beutel	1,99 €
190293	Sahne Schmelzkäse	ISA	175 g Becher	3,79 €
129543	Manouri Käse aus Schaf- und Ziegenmolke	bio verde	150 g Beutel	4,19 €
145697	Parmigiano Reggiano, 24 Monate gereift -lactosefrei-	Montanari & Gruzza	200 g Packung	7,19 €
Scheibenkäse, abgepackt				
130241	Bioländer in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	150 g Packung	3,29 €
122602	Bergblumenkäse in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	125 g Packung	3,39 €
169795	Bergkäse in Scheiben	Andechser	125 g Packung	3,19 €
186647	Feuerkäse in Scheiben	söbbeke	150 g Packung	3,69 €
123246	Raclette Käse	Roggenburger	150 g Packung	4,29 €
123245	Rauchkäse in Scheiben	Roggenburger	125 g Packung	3,79 €
123244	Ringelblumenkäse in Scheiben	Roggenburger	125 g Packung	3,79 €
145934	Toast & Burger Schmelzkäsescheiben	bio verde	150 g Packung	2,79 €
Brie - Camembert				
117112	Back Camembert, 45 % Fett	ÖMA	100 g Stück	2,99 €
165137	Coburger Bio Blu, Weichkäse, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g Stück	3,79 €
120058	Brie, Demeter, 50 % Fett	Bergpracht	100 g Stück	1,69 €
118023	Camembert mit Nuß, 48%F.i.Tr. ca.180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,89 € / 100 g
118012	Camembert mit Pfeffer, mind. 48% ca. 180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,89 € / 100 g
166498	Le Rouche, Weichkäse mit Rotkultur	dennree	125 g	2,39 €
117022	Camembert, 55 %	Andechser	100 g Packung	2,19 €
167117	Coburger Bio Bianco, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g Stück	3,99 €
167128	Coburger Bio Rosso, Milchwerke Oberfranken	Milchw. Oberfr.	220 g Stück	3,99 €
Frischkäse				
116199	Frischkäse Kräuter	dennree	150 g	1,49 €
116188	Frischkäse Natur	dennree	150 g	1,39 €
114941	Frischkäse Kräuter	Andechser	175 g	2,29 €
116278	FrischeCreme Kreta	Weißenhorn	150 g	2,49 €
116223	FrischeCreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhorn	150 g	2,29 €
147925	Körniger Frischkäse	dennree	200 g Becher	1,39 €
125829	Mascarpone -lactosefrei-	Züger	250 g Becher	3,79 €
162922	WildeWeideKuh Pina	Jakobsberger	140 g Glas	3,99 €

Wir führen auch viele laktosefreie Milchprodukte z.B. Milch, H-Milch, Joghurt, Sahne, Quark u. Frischkäse

Backwaren ab März 2026

(DE-ÖKO-037)

Backwaren von der Vollkornbäckerei Köhler, Würzburg

Tägliche frisch gebacken!

Vollkornbrote			Pikantes				
1003	Bauernlaib	1000 g	5,45 €	1094	Focaccia Mini	1 Stück	1,60 €
1030	Dinkelbrot	750 g	5,60 €	1442	Käsestange mit Mohn	1 Stück	2,50 €
1034	Dinkel Chiabrot	500 g	4,90 €	1160	Laugenstange, vegan,	1 Stück	1,35 €
1006	Emmerbrot	750 g	5,60 €	1161	Laugenbrezel, vegan,	1 Stück	1,35 €
1023	Emmer Dinkelbrot	500 g	4,60 €	1163	Laugenknopf	1 Stück	1,35 €
1001	Frankenlaib	1000 g	5,45 €	1446	Paprikastange	1 Stück	2,50 €
1002	Frankenlaible	500 g	3,20 €	1444	Spinat-Feta-Stange	1 Stück	2,50 €
1035	Hafer Dinkelbrot	750 g	5,60 €	1195	Vinschgauer	1 Stück	1,30 €
1012	Roggenbrot	750 g	5,00 €	1411	Zwiebelstange	1 Stück	2,30 €
1020	Urgetreidebrot, w eizenfrei	750 g	5,20 €	Gebäck			
1076	Dinkel48	600 g	5,70 €	1238	Crossaint vegan	1 Stück	2,20 €
				1230	Dinkel Quarktasche	1 Stück	2,60 €
Helle Brote				1201	Dinkel Vollkorncoissant	1 Stück	2,50 €
1157	Dinkel Baguette hell	250 g	3,40 €	1234	Zimtschnecke -vegan-	1 Stück	3,50 €
1087	Dinkel Ruchmehlbrot	500 g	4,90 €	1241	Hörnchen	1 Stück	1,80 €
1058	Fitness Brot	750 g	5,80 €	1384	Schokobanane	1 Stück	3,40 €
1191	Fränkisches Baguette m. Sauerteig	350 g	3,40 €	1095	Bärlauch Ficelle NEU!	1 Stück	2,95 €
1075	Rhöner Landbrot	3000 g	14,95 €	Kuchen			
1072	Walnussbrot	750 g	6,20 €	1374	Buchw eizenkuchen (glutenfrei)	1 Stück	3,40 €
1089	Wurzelbrot	350 g	3,50 €	1300	Gedeckter Apfelkuchen -vegan-	1 Stück	3,30 €
				1342	Himbeerkuchen	1 Stück	3,80 €
Vollkornbrötchen				1316	Mohn Streusel Kuchen -vegan-	1 Stück	3,30 €
1145	Burger Buns	1 Stück	1,30 €	1372	Möhrenkuchen	1 Stück	3,50 €
1120	Dinkel Vollkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	1380	Apfelstrudel	1 Stück	3,60 €
1106	Dinkel Mohnbrötchen	1 Stück	1,30 €	1248	Apfel Streusel Plunder	1 Stück	2,60 €
1105	Dinkel Vollkornkernchen	1 Stück	1,20 €	Dauergebäck			
1100	Fränkis	1 Stück	1,30 €	1251	Flammendes Herz	1 Stück	3,70 €
1124	Mehrkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig	1 Stück	3,00 €
				1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	3,50 €
Helle Brötchen				1345	Walnuss Brow nie	1 Stück	3,20 €
1167	Dinkel ChiaBatta Brötchen	1 Stück	1,20 €	1544	Semmelbrösel	500 g	3,69 €
1170	Dinkel Seelen	1 Stück	1,60 €	Osterggebäck			
1177	Dinkel Rosmarin Seelen	1 Stück	1,80 €	1702	Dinkel Hefehäschen NEU!	1 Stück	2,45 €
1178	Dinkel Oliven Seelen	1 Stück	2,30 €	1704	Dinkel Osterbrötchen NEU!	1 Stück	2,15 €
1198	Dinkel Ecken	1 Stück	1,45 €	1705	Dinkel Osterbrot NEU!	1 Stück	6,95 €
1150	Kipf	1 Stück	0,65 €	1710	Dinkel Osterhasi vegan NEU!	1 Stück	2,30 €
1190	Pitabrötchen	1 Stück	1,00 €	1711	Dinkel Schokoei vegan NEU!	1 Stück	3,75 €
1151	Rosenbrötchen	1 Stück	0,65 €				

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

Pesto, Saucen

Pesto mit Trüffel	130 g	3,89 €	Tomatensauce Ricotta	340g	2,99 €
Pesto al pomodoro mit Ricotta	140 g	3,79 €	Sugo Bambini, Kinder	350 g	2,29 €
Pesto Verde vegan	130 g	4,29 €	Tomatensauce Basilico	350 g	1,99 €
Tomatensauce Arrabbiata	340 g	2,99 €	Arrabbiata Tomatensauce	350 g	1,99 €
Tomatensauce Linsen Bolognese	340 g	2,99 €	Vegane Bolognese Tomatensauce	350g	3,29 €