



# KUNDENBRIEF

Ein Service Ihrer **ÖKOKISTE**

## ANGEBOTE DER WOCHE

Gültig bis 10.11.18

### Käse der Woche: Walnuss-Rebell

Art-Nr. 5586

Der Käse fühlt sich Cremig und weich am Gaumen an und entfaltet dabei einen zarten Süßeschmelz. Die Aromen des Dufts unterstreichen das harmonische Geschmacksbild. **Deutschland 50 % i. Tr.**



2,99

€/ 100 g  
23,90 / 1 kg

Hähnchen 13,95  
Art-Nr. 7545  
€/ 1kg

Hähnchenbrust 3,89  
Art-Nr. 11226  
€/ 100 g

Hähnchenschenkel 3,79  
Art-Nr. 11227  
€/ 100 g

Hähnchenflügel (6 Stück) 11,90  
Art-Nr. 11228  
€/ 1kg

BESTELL-  
SCHLUSS  
9.11.



Abb.: Servierbeispiel

## HALLO KISTENLIEBHABER !

Die Genussmacher Messe in der Posthalle Würzburg war ein voller Erfolg!

Vielen Dank an alle, die uns an unserem Stand besucht haben. Die Messe-Saison ist in vollem Gange. Nächstes Wochenende findet das Würzburger Yogafestival statt, wo wir auch mit einem kleinen Stand vertreten sein werden.

**Wenn Sie noch Tickets möchten, sollten Sie möglichst bald auf deren Website reservieren. Infos im grünen Kasten!**

Als wir im Team erstmalig über das Weihnachtsangebot gesprochen haben, war es noch richtig warm draußen. Mittlerweile ist die Planung abgeschlossen und wir haben uns allerlei für Sie überlegt.

**Nächste Woche finden Sie das Angebot in Ihrer Kiste. Sie dürfen gespannt sein!**

Ferdinand Plietz

Ihr Ferdinand Plietz



## YOGAFESTIVAL WÜRZBURG!

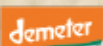
9. bis 11.11.

Hier Tickets reservieren:  
[yogafestival-wuerzburg.de](http://yogafestival-wuerzburg.de)

regionaler Bio-Liefersdienst

**ÖKOKISTE**

BRINGT BIO INS HAUS



Beste BIO-Qualität - für Sie zertifiziert.

Unser Unternehmen ist BIO-Zertifiziert durch DE-ÖKO-037



# DIESEN MONAT FÜR SIE IM ANGEBOT

## bioladen Erdnüsse

Art.-Nr. 771  
Schonend geröstete  
Erdnüsse aus Ägypten.  
250 g



statt 3,99  
**3,69**  
€/ 250 g



Gültig bis 08.12.18

## barnhouse Krunchy'n' Flakes Frucht

Art.-Nr. 6407  
Keksig gebackenes Krunchy und feine Cornflakes, Honigpoppies und luftige Crisps - wunderbar knusprig und doch locker und leicht. Brombeere, Himbeere, Cranberry und Apfel runden die Komposition ab! **250 g**



statt 3,99

**3,79**  
€/ 375 g

## Zwergenwiese Bruschesto

Art.-Nr. 6835  
Als Aufstrich, für eigene Sandwichkreationen, als Gewürz für Dressings, Dips und Saucen geeignet. **160 g**



statt 2,69  
**2,49**  
€/ 160 g



## benecos Natural Handcream classic sensitive



statt 1,99  
**1,79**  
€/ 75 ml

Art.-Nr. 9206  
Für ein rundum gepflegtes Gefühl für streichelzarte Hände. Mit allergenfreiem, natürlichem Duftöl. **75 ml**



## Lebensbaum Ceylon Schwarztee

Art.-Nr. 7802  
Tees aus Sri Lanka haben ein unvergleichlich feines Aroma - mit einer leichten Zitronennote. Unser Ceylon-Tee begleitet Sie vom frühen Morgen bis in die Abendstunden. **20 Beutel**



statt 2,79  
**2,49**  
€/ 20 Beutel

## REZEPT-TIPP

### Weißkohl - Hack - Auflauf

#### Zutaten:

|       |             |        |                 |
|-------|-------------|--------|-----------------|
| 500 g | Weißkohl    | 50 g   | Zwiebeln        |
| 500 g | Hackfleisch | 200 ml | Sahne           |
| 3     | Eier        | 200 g  | geriebener Käse |
| 1     | Tomate      |        |                 |

Ofen auf 200°C vorheizen. Weißkohl in Streifen schneiden und ca. 10 Minuten kochen, anschließend abgießen. Zwiebel würfeln und mit dem Hack anbraten, würzen.

Auflaufform buttern und die Hackmischung und den Weißkohl einfüllen. Tomate in Würfel schneiden und darauf verteilen.

Eier mit Sahne und Käse verrühren, abschmecken und gleichmäßig über Hack, Kohl und Tomaten geben.

Im Ofen ca. 35 Minuten backen.

Guten Appetit!



**10 Eier** Art.-Nr. 5042  
Bio-Eier vom Naturlandhof Lehner aus Freilandhaltung. **10 Stück**

**4,39**  
€/ 10 Stk.



## demeter RARITÄTEN GÄRTNEREI Veit Plietz

### DER PROFI RÄT Frostschutz

Viele Gehölze und Stauden aus Gegenden mit mildem Klima brauchen Winterschutz.

Bei einigen reicht es aus, sie vor der direkten Sonneneinstrahlung zu schützen - denn die Pflanzen erfrieren nicht, sondern sie vertrocknen.

Die Sonne führt zur Verdunstung über die Blätter und Triebe, während die eingefrorenen Wurzeln kein Wasser aufnehmen können.



Deshalb häufeln Gärtner bei Rosen die Basis mit Erde an, damit die Grundknospen geschützt sind. Vlies, Jute oder gelochte Folie schützen beispielsweise Hochstammrosen.

