



# KUNDENBRIEF

Ein Service Ihrer **ÖKOKISTE**

## ANGEBOTE DER WOCHE

Gültig bis 7.9.19



### Käse der Woche: Aurora Herbstkäse

Art-Nr. 31251

Unser Herbst Saisonkäse - Oliven, Tomaten und Rosmarin sorgen für eine mediterrane Note und verleihen dem jungen Gouda einen herrlich aromatischen Geschmack.

Niederlande, 50 % i. Tr.

2,29

€/ 100 g  
22,90 / 1kg

### Tomaten Raritas

Art-Nr. 15003

Die Tomaten-Saison neigt sich dem Ende entgegen.

4,19

€/ 500 g  
8,38 / 1kg



KURZE  
ZEIT

## HALLO KISTENLIEBHABER !

In Zusammenarbeit mit unserem Partner Demeter wird es wieder ein großes Gewinnspiel mit 15 Gewinnern geben.

Als ersten Platz verlosen wir ein Wochenende auf dem Bauernhof für zwei Personen. Mitmachen lohnt sich. Die Ziehung der Gewinner ist für 15:15 Uhr geplant. Live!

Ferdinand Pietz

Ihr Ferdinand Pietz

## 36. HOFFEST

Bei uns: Gewerbering-Nord 6

### SCHWARZACH

15. September, 10-17 Uhr

Führungen, Essen & Trinken,  
Live Musik, bunt gemischte  
Aussteller, Kinder-Bespaßung,  
und Vieles mehr!



demeter

## GEWINNSPIEL ▶

## VIELE TOLLE PREISE ZU GEWINNEN



Beste BIO-Qualität - für Sie zertifiziert.

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

regionaler Bio-Lieferdienst  
**ÖKOKISTE**  
BRINGT BIO INS HAUS

# DIESEN MONAT FÜR SIE IM ANGEBOT!

Gültig bis 30.9.19



**Lindenhonig**  
Von Hier! Honigschätze  
Brauns, Wiesenbronn.  
500 ml

7,49 € / 500 g  
14,98 / 1 kg

statt 2,89

2,49 € / 350 g



**Vegetarische Bolognese**  
Art.-Nr. 52109  
Vegane Bio Fertigungsauce aus Tomaten mit Soja. Lecker zu Nudeln, Reis oder Gemüsepfannen. **350 g**



**Beerenbauern Fruchtaufstrich Erdbeere**  
Art.-Nr. 67000  
200 g

statt 3,49

3,19 € / 200 g

**Falafel Knili**  
Falafel-Mischung Knoblauch-Chili von der Genießermanufaktur Würzburg. **250 g**

statt 4,49  
4,29 € / 250 g



**Topfenquark Rahmstufe 50%**  
Art.-Nr. 30302  
schonend hergestellt, feste Konsistenz, typisch fein-säuerlicher Quarkgeschmack **50,0% Fett, 250 g**

statt 1,19  
0,99 € / 250 g

## REZEPT-TIPP

### Blumenkohl Kartoffel Plätzchen

Zutaten für 4 Personen:

- 4 große Kartoffeln
- 1 Ei
- 1 Blumenkohl
- 1 2 EL Stärke
- Salz, Pfeffer, Muskat

Kartoffeln schälen und mit restlichen Zutaten in eine Küchenmaschine geben und fein raspeln. Ofen auf 180 Grad vorheizen. Backpapier auf ein Backblech geben und kleine Klekse vom Teig darauf geben und etwas ausbreiten. Das Ganze für 25 Minuten in den Ofen geben. **Guten Appetit!**



**NomaVita**  
Foodcoaching | Stressmanagement  
**Martina Amon**  
etwa 10-jährige Diätassistentin  
Sozialpädagogin  
Stressmanagementtrainerin



demeter

**RARITÄTEN GÄRTNEREI**  
Veit Pletz

DER PROFI RÄT



### Tomaten im Backofen trocken

Die Tomaten-Saison neigt sich dem Ende entgegen. Falls Sie einen Teil der Ernte für den Winter konservieren wollen, bietet sich eine Trocknung im Backofen an.

1. Tomaten waschen, längs halbieren, mit der Schnittfläche nach oben auf Blech verteilen
2. Früchte **vorsichtig würzen**, z. B. mit Thymian, Salz, Zucker
3. Backofen auf **75°C** aufheizen.
4. Tomaten bei leicht geöffneter Ofentür für **etwa sieben Stunden trocken lassen**.

Die Tomaten sind fertig, wenn Sie trocken sind, sich aber noch biegen lassen.

Herausgeber: Ökokiste Schwarzach e.K. - Inhaber: Ferdinand Pletz - Gewerbering-Nord 6 - 97359 Schwarzach a. Main - BIO-Zertifikat-Kontrollnummer: DE-ÖKO-037 - Amtsgericht Würzburg - HRA 7292 - Ust. IDNr. DE175907955  
Eigenerzeugung: Raritätengärtnerei & Demeter-Gärtnerei Veit Pletz - Am See 9 - 97359 Schwarzach a. Main - Demeter Betriebsnummer: 17520 Redaktion: lauterbach kreativbetreuung e.K. - oekokiste@kreativbetreuung.de

Alle Artikel sind im Internet unter [www.oekokiste-schwarzach.de](http://www.oekokiste-schwarzach.de) oder telefonisch via 09324 - 978 99 0 bestellbar (Anruf ins deutsche Festnetz, Kosten variieren nach Anbieter) zum angegebenen Preis. Alle Preise in EUR inkl. gesetzl. MwSt. zzgl. Versandkosten bestellbar. Informationen zur Lebensmittelkennzeichnung finden Sie durch Eingabe der Artikelbezeichnung oder -nummer im Suchfeld unter [www.oekokiste-schwarzach.de](http://www.oekokiste-schwarzach.de) Die Abgabe der Artikel erfolgt nur in haushaltsüblichen Mengen, solange der Vorrat reicht und ohne Dekoration bzw. Belegen. Texte und Abbildungen von uns, unseren Partnerbetrieben, fotolia, pixabay oder cheffoch.de. Für Druckfehler keine Haftung.

