



KUNDENBRIEF

Ein Service Ihrer **ÖKOKISTE**

ANGEBOTE DER WOCHE

Gültig bis 30.11.19

Käse der Woche:

Walnuss-Rebell

Art.-Nr. 31117

Das Bukett aus Walnuss, Lebkuchen, Vanille und Rahm schmeichelt der Nase. Cremig und weich fühlt sich der Käse am Gaumen an und entfaltet dabei einen zarten Süßschmelz. Die Aromen des Dufts kehren nahezu identisch wieder und unterstreichen das harmonische Geschmacksbild. **50 % Fett i. Tr. Allgäu, kbA-Bioland**



2,99
€/ 100 g
29,90 / 1kg



Rütchenhausener Beluga-Linsen

Art.-Nr. 52628

Von unserem neuen Lieferanten Philipp Adelmann. **500 g**

5,79
€/ 500 g

HALLO KISTENLIEBHABER!

Seit einigen Wochen kooperieren wir mit Ackerdemia, einem Verein, der es sich zur Aufgabe gemacht hat, Kindern den Bezug zu Lebensmitteln näherzubringen. Teilnehmende Grundschulen und Kindergärten legen dafür ein Gemüsebeet an und bewirtschaften dieses über die Saison hinweg mit den Kindern.

Neben der Kulturpflege und der regelmäßigen Ernte lernen die Kinder auf spielerische Weise, was alles geschehen muss, bis das Gemüse und Obst auf unseren Tellern landet. Diesen Ansatz finden wir super, deshalb unterstützen wir die Initiative!

Wenn wir auch für die Einrichtung ihres Kindes den Kontakt herstellen sollen, sprechen Sie uns gerne an. Weitere Informationen über den Verein finden sie im YouTube Channel von „Ackerdemia“.

Ferdinand Pletz
Ihr Ferdinand Pletz



WEIHNACHTS- ANGEBOT



Schauen Sie sich jetzt unser riesiges Weihnachtsangebot, mit zahlreichen Produkten für die persönliche Weihnachtsbäckerei oder auch das Festmahl, in unserem Online-Shop an. Reinschauen lohnt sich!

DIESEN MONAT FÜR SIE IM ANGEBOT!

Gültig bis 30.11.19



statt 4,79
3,99
€/500 g

Agaven-Dicksaft
Art.-Nr. 75002
Agavendicksaft ist ein alternatives Süßungsmittel, das sich vielseitig einsetzen lässt. Sehr mildes Aroma mit abgerundetem, leicht malzig-karamelligem Geschmack. **500 g**



2,99
€/90 g

Nougat-Cashew-Splitter
Art.-Nr. 80020
Waffelstückchen und geröstete Cashewkerne umhüllt von vollmundiger Vollmilchschokolade und abgerundet durch eine weihnachtliche Gewürznote. **90 g**



3,29
€/550 g

Frischer Kloßteig
Art.-Nr. 52401
Frischer Kloßteig aus rohen und gekochten Kartoffeln. Bitte möglichst fünf Tage im Voraus bestellen. **550 g**

REZEPT-TIPP

Grünkohl mit Curry

Zutaten für 2 Personen:

300 g	Grünkohl	1 EL	Gemüßbrühe
5	Kartoffeln	2 EL	Currypulver
1	Zwiebel	1 TL	Zimt

Die Zwiebel schneiden und in etwas Öl glasig dünsten. Die Kartoffeln schälen, würfeln und dazu geben. Mit Wasser angießen, so dass die Kartoffeln reichlich bedeckt sind. Den klein gehackten und gewaschenen Grünkohl dazu geben. Gemüßbrühepulver, Curry und Zimt dazu geben. 30 min kochen lassen. Danach gut abschmecken. Guten Appetit!



Curry
Art.-Nr. 53305

2,85
€/50 g



DER PROFI RÄT

Feldsalat-Smoothie

Zutaten für einen Drink:

- 1 handvoll Feldsalat aus eigenem Anbau
- 1 handvoll frischer Spinat aus Italien
- 1 kleiner Apfel oder die Hälfte eines großen Apfels
- 1 Banane 1 halbe Mango 1 halbe Zitrone
- wenig (ca 50-75ml) Wasser

Den knackigen Feldsalat aus der Gärtnerei fein auswaschen. Apfel, Mango und Banane in grobe Stücke schneiden. Salat und Spinat rupfen und zusammen mit den Früchten und etwas Wasser in den Mixer geben. Abschließend die Zitrone darüber zerdrücken. 2-3 Min. mixen, in Glas einfüllen und mit einem kleinen Feldsalat garnieren. Cheers :)

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 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. Die Abgabe der Artikel erfolgt nur in haushaltsüblichen Mengen, solange der Vorrat reicht und ohne Dekoration bzw. Beilagen. Texte und Abbildungen von uns, unseren Partnerbetrieben, fotolia, pixabay oder cheffoch.de. Für Druckfehler keine Haftung.

