



### Dr. Hauschka Überraschungsboxen

Entdecke die Schönheit der Natur mit den Dr. Hauschka Überraschungsboxen. Jede Box enthält eine bunte Mischung aus 2 Reisegrößen und 6 Sachets. Für nur 9,99€ erlebst du die wohltuende Wirkung von natürlichen Inhaltsstoffen, welche die Haut strahlen lässt.

Bestelle jetzt deine Überraschungsbox und entdecke die Magie von Dr. Hauschka!



### Rezepte

In unserer Rubrik „Rezepte“ findest du verschiedenste Rezepte für jeden Geschmack. Von Burgern und Cocktails bis hin zu Rezepten aus verschiedenen Ländern ist für alle Genießer etwas dabei. Viel Spaß beim Nachkochen!

### Bio Obst Münch

Unser neuer Lieferant Bio Obst Münch ist ein Obsthof im Alten Land. Das Familienunternehmen beschäftigt sich hauptsächlich mit Äpfeln. Sie stellen verschiedenste Apfel-Secco Sorten, Apfelchips und mehr her. Hier findest du eine kleine Auswahl aus unserem Sortiment:



Apfelsecco, alkoholfrei  
7,99 € / 750 ml



Apfelchips  
2,19 € / 50 g



Apfelsaft Bag in Box  
7,99 € / 3 L

Bis zum 30.04.2024 sind die Artikel von Bio Obst Münch in Aktion, also probiere dich gerne durch das Sortiment!

### Rezepte KW 15

#### Zutaten

- 20 g Schalotten
- 300 g Radieschen
- 150 g Paprika gelb
- 150 g Äpfel
- 100 g Hirtenkäse
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Senf
- 1 TL Salz
- 1 EL Zitronensaft

#### Radieschen-Apfel-Salat

Schalotte schälen und in einem Mixer zerkleinern. Das restliche Gemüse mit den Äpfeln waschen und zusammen mit dem Hirtenkäse, Olivenöl, Senf, Salz und Zitronensaft ebenfalls mixen.

Den Salat abschmecken und servieren.

#### Zutaten

- 150 g Nudeln
- 150 g Steinchampignons
- 1 Zwiebel
- Salz, Pfeffer
- 3 Tomaten
- 100 g geriebener Käse
- 100 g Schlagsahne

#### Tomaten-Steinchampignon-Gratin

Den Ofen auf 200 °C vorheizen. Die Nudeln nach Packungsanleitung garkochen. In der Zwischenzeit die Champignons in feine Streifen schneiden und die Zwiebeln in etwas Öl glasig anschwitzen. Nun die Champignons hinzugeben und mit braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten in Scheiben schneiden. Eine Auflaufform einfetten, die Nudeln hineingeben und mit den Tomaten belegen. Anschließend die Pilze mit den Zwiebeln darüber verteilen. Das Ganze mit Käse bestreuen und die Sahne übergießen. Das Gratin für 20 Min. backen und nun genießen.

#### Zutaten

- 4 Kiwis
- 2 EL Zitronensaft
- 3 EL Chiasamen
- 250 g Mehl
- 50 g Kokosraspeln
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Natron
- 60 g Margarine
- 100 g Rohrzucker

#### Kiwi Kuchen

Die Kiwis mit dem Zitronensaft pürieren und die Chiasamen mit einrühren. Nun für mind. 2 Stunden im Kühlschrank das Püree quellen lassen. Den Ofen auf 180 °C vorheizen. Mehl, Kokosraspeln, Backpulver und Natron miteinander vermengen. Die Margarine schmelzen lassen und den Rohrzucker darin einrühren. Das Kiwi-Püree und die Margarinen-Masse in die Mehlmischung einrühren. Den Teig zu einem gleichmäßigen Teig verrühren. Eine Kastenform etwas einfetten und den Teig hineingeben. Den Kuchen für ca. 35 Min. backen. Nach dem Herausnehmen den Kuchen abkühlen lassen und dann genießen.