

## NeujahrsgriÙe

Wir wÙnschen euch ein wunderbares neues Jahr, voller Gesundheit und GlÙck!  
Auf ein 2026, das reich an frischen Bio-Lebensmitteln und nachhaltigem Genuss ist.

Auch im neuen Jahr sind wir gerne an deiner Seite und beliefern dich mit unseren Produkten.



Mit herzlichen GriÙen  
Dein GemÙseabo-Team

## Neu im Sortiment

Frische GemÙsebrÙhe  
6,69 € / 210 g



Salted Caramel GewÙrz  
5,99 € / 130 g



Erdnuss Drink  
3,15 € / 1 L

Salsa scharf  
3,19 € / 260 g



Apfel-Kirsch-Saft  
4,85 € / 700 ml



[Zum Shop](#)

## Neu: Perfect Match

Ab sofort gibt es regelmÙÙig unser neues Abo „Perfect Match“.

Eine besondere KÙsesorte trifft auf den dazu perfekt abgestimmten Wein.

Probiere es aus und finde dein [Perfect Match!](#)



### Zutaten

250 g Tagliatelle  
60 g Postelein  
170 g Austernpilze  
5 ½ EL OlivenÙl  
Salz, Pfeffer  
180 g Cherrytomaten  
2 EL Balsamico Bianco  
1 TL mittelscharfer Senf  
2 TL Ahornsirup

### Pasta mit Postelein und Cherrytomaten

Nudelwasser zum Kochen bringen, salzen und die Pasta nach Packungsanleitung kochen. Vom Postelein die Wurzeln abschneiden und die Blätter abzupfen, waschen und ggf. trocken schleudern. Pilze säubern und je nach GrÙÙe ggf. halbieren. In einer Pfanne 1,5 EL OlivenÙl erhitzen und die Pilze darin kurz anbraten. Salzen und pfeffern. Tomaten waschen und halbieren. 4 EL Nudelwasser mit dem restlichen OlivenÙl, Essig, Senf und Ahornsirup in eine groÙe SchÙssel geben zu einem Dressing verrÙhren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die fertig gekochte Pasta mit den Pilzen in die SchÙssel geben, die Tomaten und den Postelein hinzugeben und mit dem Dressing vorsichtig vermengen. Ggf. noch mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch heiÙ servieren.

### Zutaten

1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
500 g Brokkoli  
400 g Kartoffeln  
1 TL Butter  
1 L GemÙsebrÙhe  
50 g Sahne  
Salz, Pfeffer  
Muskat

### Brokkolisuppe

Zwiebel und Knoblauch klein hacken. Brokkoli in RÙschen teilen. Kartoffeln schÙlen und in kleine StÙcke schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andÙnsten. GemÙsebrÙhe, Brokkoli und Kartoffeln zugeben und alles 20 Minuten kÙcheln lassen. Die Suppe pÙrieren. Sahne einrÙhren und alles mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

### Zutaten

1 Tasse Milchreis  
4 Tassen Milch  
1 Prise Salz  
Orangenabrieb  
2 EL Honig  
1 TL Vanillezucker  
Saft einer halben Orange  
Orangenscheiben  
Zimt

### Milchreis mit Orange

Den Reis mit lauwarmem Wasser abspÙlen, bis das Wasser klar ist. In einem groÙen Topf Milch, Salz, Orangenschale, Vanilleextrakt und den Reis geben. Unter stÙndigem RÙhren zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und den Reis bei geringer Hitze ca. 25-35 Minuten ohne Deckel weiter kÙcheln lassen. Dabei hÙufig umrÙhren, damit nichts anbrennt. Ca. 10 Minuten vor Ende der Kochzeit den Honig hinzufÙgen. Weiter kÙcheln, damit der Reis fertig garen kann. Dabei regelmÙÙig umrÙhren. Gegen Ende der Kochzeit den Orangensaft unterrÙhren und weitere 2-3 Minuten kochen. Den Topf vom Herd nehmen, den Milchreis in SchÙlchen fÙllen. Die StÙcke aus der zweiten HÙlfte der Orange in kleine StÙckchen schneiden und damit den Milchreis dekorieren. Nach Geschmack Zimt ùber den Milchreis streuen.



[Frisches GemÙse direkt aufs Handy –  
Jetzt WhatsApp-Kanal abonnieren!](#)



DE-ÖKO-006

