

Aktuelle INFOS

Ostermenü

Ein festliches Menü lebt von Qualität und Frische. Ob feine Vorspeise, saisonales Hauptgericht oder frühlingshaftes Dessert – mit unseren Bio-Zutaten gelingt dein Osteressen ganz entspannt. Frisches Gemüse, aromatische Kräuter, ausgewählte Spezialitäten und alles, was du für ein rundum gelungenes Menü brauchst, liefern wir dir bequem nach Hause.

Dieses Jahr gibt es wieder [Fisch, Fleisch und Veganes zu Ostern](#).

Auslieferung 30.03.26 bis 02.04.26

Bestellschluss für Fisch: 16.3.26

Es gilt: nur solange der Vorrat reicht und bitte so früh wie möglich bestellen. Übersteigt die Nachfrage das Angebot, werden die frühesten Bestellungen berücksichtigt.



2,5 kg Säcke Linda

Vom 16.03.2026 bis zum 27.03.2026 bieten wir die festkochenden Kartoffeln „Linda“ vom LohmannsHof aus Westen in [2,5 kg Säcken](#) an.



Lohmanns Brot vor Ostern

Vom 30.03.2026 bis zum 03.04.2026 backt der LohmannsHof frische Brote zu Dienstag 31.03.2026 und Donnerstag 02.04.2026.

Schaut doch gerne für die nächsten Tage bei unseren [anderen Backstuben](#) vorbei: Lenes Bio Backstube, Steinofenbackstube Hollen und Steinofenbäcker aus Ibbenbüren.

Rezept DER WOCHE

KW 12

Zutaten

100 g Feldsalat
1 Apfel
20 g Parmesan
4 EL Pinienkerne
3 EL Olivenöl
2 EL Balsamico
1 TL Honig
Salz, Pfeffer

Feldsalat mit Äpfeln

Den Feldsalat waschen, Parmesan fein reiben und den Apfel raspeln. Die Pinienkerne in einer Pfanne fettfrei anbraten. Öl, Balsamico und Honig verrühren. Das Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nun nur noch alles miteinander vermischen und genießen!

Zutaten

8 Eier
6 EL Sojacreme Cuisine
6 EL geriebener Käse
Salz, Pfeffer
2 Bund Schnittlauch
300 g Romanesco
300 g Blumenkohl
2 Zwiebeln

Romanesco-Blumenkohl-Frittata

Den Ofen auf 200°C vorheizen. Eier und Sojacreme mit einem Schneebesen aufschlagen, Käse hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und in die Ei-Mischung einrühren. Romanesco und Blumenkohl in kleine Röschen schneiden. Zwiebeln in feine Streifen schneiden. Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen und darin das Gemüse ca. 5 Min. bissfest anbraten. Eimasse gleichmäßig über das Gemüse verteilen und die Pfanne für ca. 20 Min. in den Ofen geben. Frittata vor dem Servieren noch kurz ruhen lassen.

Zutaten

1 Banane
2 Handvoll Heidelbeeren
50 ml Wasser
3 EL Knuspermüsli
1 Kiwi

Heidelbeer-Smoothie-Bowl mit Kiwi

Banane, Heidelbeeren und Wasser in einem Mixer fein pürieren und in eine Schale geben. Die Kiwi schälen und in Scheiben schneiden. Die Kiwi-Scheiben mit dem Müsli zusammen auf dem Smoothie verteilen.



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

WEITERE
LECKERE
REZEPTE

HIER
KLICKEN

DE-ÖKO-006

