

Eiszeit

Wenn die Temperaturen steigen, gibt es kaum etwas Besseres als eine [erfrischende Auszeit](#). Cremiges Eis, fruchtige Sorbets und gekühlte Leckereien sorgen für pure Genussmomente an warmen Tagen.

Entdecke hochwertige Bio-Eissorten und Zutaten, die den Sommer noch ein bisschen schöner machen.

Ob klassisch, vegan oder fruchtig-leicht – die Eiszeit bietet für jeden das Richtige. Kombiniere dein Lieblingseis mit frischen Beeren, knusprigen Toppings oder feinen Saucen und kreiere deine ganz persönliche Sommer-Erfrischung. Einfach genießen und den Moment auskosten.



WM 2026

Wenn die [Weltmeisterschaft](#) startet, wird jedes Spiel zum Event. Ob mit Freunden, Familie oder spontan auf der Terrasse – gutes Essen gehört einfach dazu. Mit frischen Snacks, knackigem Gemüse, herzhaften Kleinigkeiten und kühlen Getränken bist du bestens vorbereitet für lange Fußballabende.

Vom schnellen Fingerfood bis zur kreativen Snackplatte: Stelle dir dein perfektes WM-Buffer zusammen. Frische Dips, bunte Gemüsesticks, Grillideen und kleine Leckereien sorgen für Abwechslung und Genuss. So wird jeder Spieltag nicht nur spannend, sondern auch richtig lecker.



Zutaten

1 kg Kohlrabi
500 g Möhren
400 g Hackfleisch
1 TL Senf
1 TL Tomatenmark
1 Päck. Helle Sauce
50 g Schmelzkäse
Salz, Pfeffer

Bunter Kohlrabi Auflauf

Gemüse putzen, Kohlrabi in Stifte, Möhren in Scheiben schneiden. In 1/2 Liter Salzwasser 20 Minuten kochen. Hack mit Salz, Senf und Tomatenmark verkneten und anbraten. Gemüsewasser in einen Topf abgießen und das Saucenpulver hineinrühren. Käse in der Sauce schmelzen. Form fetten, abwechselnd Gemüse und Hack einfüllen. Sauce darüber gießen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad 20 Minuten backen.

Zutaten

600 g Rote Bete
250 g Champignons
1 Zwiebel
2 EL Butter
3 EL Sauerrahm
1 Eigelb
Salz, Pfeffer

Rote Bete mit Champignons

Die Rote Bete kochen, bis sie durch sind. Die Champignons in Scheiben schneiden und mit der feingehackten Zwiebel in der heißen Butter anrösten. Salzen und pfeffern und im zugedeckten Topf weich dünsten. Die Rote Bete in dünne Streifen schneiden und 3-5 Min. mit den Champignons ziehen lassen. Von der Kochstelle nehmen mit Sahne und Eigelb binden und abschmecken.

Zutaten

1 Pflaume
4 EL Haferflocken
250 ml Milch
Knusper Müsli
80 g Pflaumenmus
Zimt

Pflaume-Zimt-Porridge

Die Pflaume waschen und in feine Spalten schneiden. Haferflocken mit Milch aufkochen und zugedeckt ca. 3 Min. ziehen lassen. Porridge in eine Schale füllen. Pflaumenmus obendrauf verstreichen, die Pflaumen auf das Mus legen, Müsli verteilen und mit Zimt drüberstreuen.

WEITERE
LECKERE
REZEPTE

HIER
KLICKEN

DE-ÖKO-006

BIO DAS
GEMÜSE
ABO

