Aktuelle INFOS

Neu im Sortiment



Apfel "Elise"
5,49 € / kg



Apfel "Pilot"
5,49 € / kg



Rettich weiß 350g+
3,19 € / Stück



Sweetie Pampelmuse
9,99 € / kg



Allgäuer Käsefondue
7,39 € / 300 g



Allgäuer Raclette-Scheiben
6,79 € / 300 g



Amarena Kirsch Fruchtaufstrich
4,99 € / 250 g



Apfelessig 750 ml demeter
3,55 € / 750 ml

Zum Shop ›



Herbstzeit

Wenn die Blätter sich färben und die Tage gemütlicher werden, zeigt der Herbst seine kulinarisch schönste Seite. Kürbis, Äpfel, Rote Bete und knackiger Kohl füllen jetzt die Felder und bringen Farbe und Vielfalt auf den Teller. Frisch geerntet und aus biologischem Anbau schmeckt die Herbstküche besonders aromatisch und lädt zum Genießen ein.

Mehr entdecken ›

Rezept DER WOCHE

KW 48

Zutaten

1 kleiner Rotkohl (ca. 1 kg)
200 g grüne Linsen
1 Apfel Glockenapfel
100 g Feta
2 EL Olivenöl
2 EL Apfelessig
Salz und Pfeffer
1 TL gemahlener Kreuzkümmel

Rotkohl-Linsen-Salat

Den Rotkohl waschen, vierteln und in feine Streifen schneiden. Die Linsen in einem Topf mit Wasser ca. 20 Minuten garen, bis sie weich sind. Den Apfel waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. In einer großen Schüssel Rotkohl, Linsen und Apfel mischen. Olivenöl, Apfelessig, Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel zu einem Dressing verrühren und über den Salat geben. Alles gut vermengen. Den Feta zerbröseln und über den Salat streuen. Vor dem Servieren ziehen lassen.

Zutaten

2 gelbe Paprika
1 Schlangengurke
1 Bund Lauchzwiebeln
2 EL Olivenöl
100 g Naturjoghurt
1 TL Paprikapulver edelsüß
Salz und Pfeffer

Paprika-Gurken-Pfanne

Die Paprika waschen, entkernen und in Streifen schneiden. Die Gurke waschen und in Scheiben schneiden. Die Lauchzwiebeln waschen und in Ringe schneiden. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen. Paprika und Lauchzwiebeln darin anbraten. Die Gurkenscheiben hinzufügen und kurz mitbraten. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Den Joghurt dazugeben, gut verrühren und kurz erwärmen. Sofort servieren.

Zutaten

3 Topaz-Äpfel
100 g Haferflocken
50 g Mehl
50 g Butter
50 g Zucker
1 TL Zimt

Topaz-Apfel-Crumble

Die Äpfel schälen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Eine Auflaufform mit Butter einfetten und die Apfelstücke darin verteilen. Haferflocken, Mehl, Zucker und Zimt in einer Schüssel mischen. Die Butter in kleine Stücke schneiden und mit den Händen unter die Haferflocken-Mischung kneten, bis Streusel entstehen. Die Streusel über die Äpfel verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad ca. 25 Minuten backen, bis die Streusel goldbraun sind. Warm servieren.

Frisches Gemüse direkt aufs Handy –
Jetzt WhatsApp-Kanal abonnieren!

WEITERE LECKERE REZEPTE
HIER KLICKEN

DE-ÖKO-006

BIO DAS GEMÜSE ABO