# **Aktuelle** INFOS

## Neu im Sortiment



**Apfel "Red Jonaprince"**
4,99 € / kg

**Birne "Vereinsdechant"**
7,19 € / kg



**Bitterorangen (Pomeranzen)**
7,09 € / kg



**Grapefruit weiß**
5,79 € / kg



**Agavendicksaft großes Glas**
9,49 € / 1 kg



**Ahornsirup Grad A bioladen***
5,99 € / 250 ml



**Ahornsirup Grad C bioladen***
5,99 € / 250 ml



**Allgäuer Käsefondue**
7,39 € / 300 g

Zum Shop ›



## Weihnachtsmenü

Zu Weihnachten steht oft ein besonderer Braten im Mittelpunkt: zart gegart, mit würziger Sauce und Beilagen, die zu den Festtagen passen. Wenn du Fleisch aus der Region bevorzugst, findest du bei uns regionales Bio-Fleisch von Höfen aus Westen und Verden-Eitze – mehr dazu auf unserer Seite Fleisch aus der Region.

Mehr entdecken ›

## Lieferhinweis

Alle Kunden werden in der Weihnachtswoche zwischen dem 21.12. bis 23.12. beliefert.
Deinen genauen Liefertermin siehst du in deinem Kundenkonto im Lieferkalender.
Die letzte Lieferung im Jahr 2026 erfolgt am 23.12.2026. Danach haben wir Betriebsruhe bis 03.01.2027.

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

# **Rezept** DER WOCHE

**KW 49**

### Zutaten

1 Stück Spitzkohl
300 g Strauchtomaten
1 Zwiebel rosé
2 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer
1 Prise Paprikapulver edelsüß
1 Bund Petersilie

### Spitzkohl-Gemüsepfanne mit Strauchtomaten

Spitzkohl in feine Streifen schneiden, Tomaten vierteln, Zwiebel schälen und würfeln. In einer großen Pfanne das Olivenöl erhitzen, Zwiebeln darin glasig dünsten. Spitzkohl zugeben und unter Rühren etwa 5 Minuten anbraten. Tomaten hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Weitere 5 Minuten garen, bis der Kohl weich ist. Petersilie grob hacken und vor dem Servieren darüberstreuen.

### Zutaten

300 g Flowersprouts
2 Halbblut Orangen
1 EL Olivenöl
1 EL Balsamico-Essig
1 TL Honig
Salz und Pfeffer

### Flowersprout-Salat mit Orangen

Flowersprouts waschen und die Strünke abschneiden. In kochendem Wasser 3 Minuten blanchieren, dann abgießen und abkühlen lassen. Orangen schälen und in Scheiben schneiden. Aus Olivenöl, Balsamico und Honig ein Dressing rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Flowersprouts und Orangen in einer Schüssel mischen, Dressing darübergeben und servieren.

### Zutaten

300 g Möhren
300 g Pastinaken
50 g Butter
100 ml Sahne
Salz und Pfeffer
1 Prise Muskatnuss

### Möhren-Pastinaken-Püree

Möhren und Pastinaken schälen, in grobe Stücke schneiden und in Salzwasser ca. 15 Minuten weich kochen. Abgießen und mit Butter und Sahne pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Warm servieren.

WEITERE LECKERE REZEPTE HIER KLICKEN