

GÜLTIG IM  
JANUAR  
2025

ANGEBOTE, INFOS, REZEPTE. Aus deinem Bioladen.

# DURCHSTARTEN MIT BIO-POWER

Ganzheitlich und nachhaltig handeln. 100% Bio.



## GROSSE AUSWAHL IM BROTRREGAL

Brote aus echten Bio-Getreideklassikern wie Dinkel, Emmer oder Kamut.

**BROT DES MONATS**  
GENUSS TIPP



## ZITRUSFRÜCHTE

... aus Spanien und Italien.

Hinter dem bioladen\* Partner Lindo Mondo stecken engagierte Bio-Landwirte, die im bedeutendsten Zitronenanbaugebiet Spaniens Zitrusfrüchte anbauen. Rafael Sánchez Sánchez leitet die Erzeuger-Genossenschaft in und um Santomera.

Die karge, ja nahezu wüstenartige Hügellandschaft mündet in mehreren Flusstälern, das bekannteste ist das Segura Tal. Hier erstrecken sich vom Iberischen Plateau bis hin zum Meer eine besondere Vielzahl von Klimazonen, welche Zitruspflanzen und das gesamte Spektrum an mediterranen Pflanzen gedeihen lassen. Die Anbaumethoden der Bio-Landwirte werden maßgeblich von einem uralten, maurischen Anbausystem beeinflusst. Hierbei werden die natürlichen Ressourcen Wasser, Boden und Klima auf optimale Weise genutzt. Dabei ist wichtig, dass hochwertige Lebensmittel produziert und gleichzeitig die einzigartigen Naturlandschaften erhalten werden.

Die Erzeugergemeinschaft L'arcobaleno entstand 1993 dank der weitsichtigen und verantwortungsvollen Entscheidung einiger Landwirte. Sie entschieden sich, ihre Felder mit alten Techniken und Traditionen zu bewirtschaften, im Bewusstsein, die Gesundheit der Verbraucher und die Umwelt zu schützen.

In den hügeligen Tälern des Berges Sicane auf der italienischen Insel Sizilien wachsen in 200 bis 600 Metern über dem Meeresspiegel Orangen erstklassiger Qualität. Das warme Klima, die fehlende Feuchtigkeit und der Wind geben den Zitrusfrüchten ihren besonderen Geschmack und ihre wertvollen Eigenschaften.

BEACHTET UNSERE  
WOCHE  
AKTION



## IST MIR WICHTIG:

### ZUKUNFT

„ÖKOLOGISCHER LANDBAU IST RESSOURCENSCHONEND. WIR ÜBERNEHMEN VERANTWORTUNG – MIT WEITBLICK.“

BEI UNS BEKOMMST DU, WAS DIR WICHTIG IST!



WARM-KALT-SÜSS-HERZHAFT

# BOWLS

gehen immer!



FÜR DICH  
für jeden Tag

BOWL-REZEPTE



Viele tolle Rezepte findest du unter Rezepte auf bioladen.de

@bioladen\_de Bioladen.de



PIMP' MEINEN

# SALAT

ABER GERNE DOCH!



FRUCHTIGER BROKKOLI-SALAT  
JETZT AUSPROBIEREN!

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 2 Köpfe bioladen\*Brokkoli
- 1 große rote Zwiebel
- 80 ml bioladen\*Rapsöl
- 100 g bioladen\*Macadamia Bruch
- 1 EL bioladen\*Bratöl
- 2 bioladen\*Zitronen
- 100 ml bioladen\*Mangopüree
- 20–40 g bioladen\*Honig
- Salz
- 1 Granatapfel



Die Zubereitung findest du unter Rezepte auf bioladen.de

@bioladen\_de Bioladen.de



# FEINE KÄSE IM JANUAR

*Typisch nussig.*



**Tiroler Emmentaler**  
Bio vom Berg, Österreich.  
5 Monate gereifter Rohmilch-Hartkäse mit mind. 45% Fett i. Tr.

**2<sup>29</sup>**  
€/100g

*La dolce vita!*



**Gouda Tomate-Oregano-Paprika**  
bioladen\*, Niederlande.  
Vollmundiger Schnittkäse mit mediterraner Note. Mind. 50% Fett i. Tr.

**1<sup>79</sup>**  
€/100g

*Wie eine Meeresbrise, kräftig und angenehm salzig.*



**Nordseekäse**  
Thise Mejeri, Dänemark.  
6 Monate in der salzhaltigen Nordseeluft gereifter Hartkäse. Mind. 48% Fett i. Tr.

**2<sup>49</sup>**  
€/100g

*Käsekunst aus dem Appenzellerland.*



**Schweizer Bergbauernkäse**  
Dörig-Bergsenn, Schweiz.  
12 Wochen gereifter, würziger Hartkäse vom Fuße des Säntis. Mind. 48% Fett i. Tr.

**2<sup>59</sup>**  
€/100g

*Herzhaft-charmant.*



**Charmeux mit Röstzwiebeln**  
Bastiaans Bio, Niederlande.  
Halbfester Schnittkäse mit feinen Röstzwiebelstückchen. Mind. 50% Fett i. Tr.

**2<sup>29</sup>**  
€/100g

*Samtig-weich.*



**Brie de Saône**  
Vallée Verte, Frankreich.  
Typischer Weichkäse aus einer kleinen Dorfkäserei im Saône-Tal. Mind. 50% Fett i. Tr.

**1<sup>89</sup>**  
€/100g

# WEIN-EMPFEHLUNGEN IM JANUAR

Perfekt zum **BIOLADEN\* GOUDA TOMATE-OREGANO-PAPRIKA**



**Heimat Badischer Landwein, rot**  
*Unkompliziertes, würziges Rotweincuvée.*  
Noten von dunklen Beeren und warmen Früchten schmeicheln den Gaumen im Abgang. Bei 16°C Trinktemperatur ein Genuss zu dunklem Fleisch oder mildem Weichkäse.  
**Trocken. bioladen\*, Deutschland.**

**5<sup>29</sup>**  
€/1l  
+0,25 € Mehrwegpfand

- Spätburgunder, Regent, Dunkelfelder, PIWIS
- trocken
- Deutschland
- vegan
- 16°C

**Vulkanlöss, weiß**  
*Jugendlich-frisch mit angenehmer Restsüße.*  
Ein besonders reiner, authentischer Wein mit klarer Zitrusfrucht und saftigen Apfelnoten. Die herbstliche Frische dieses Weines ist geprägt von einem spannenden Süße-Säure-Spiel. Einfach anregend! Der ideale Wein zu gebratenem Fisch.  
**Feinherb. Weingut Kiefer, Deutschland.**



**5<sup>29</sup>**  
€/0,75l  
7,05/1l

- Müller Thurgau, Riesling, Johanniter
- feinherb
- Deutschland
- vegan
- 8°C

**Primitivo Integro, rot**  
*Perfekte Struktur, weiche Tannine, angenehm süffig.*  
Leuchtendes Rubinrot mit lila Reflexen, ausgeprägte Noten von Kirschblüten und Gewürzen. Sehr gut zu Pasta und würzigen Gerichten.  
**Halbtrocken. The Wine People, Italien.**



**7<sup>99</sup>**  
€/0,75l  
10,65/1l

- Primitivo
- halbtrocken
- Italien
- vegan
- 16–20°C

**Möhre-Orange-Ingwer-Saft**  
bioladen\*  
Erfrischende Komposition aus Möhren-, Orangen- und Ingwersaft.



**2<sup>69</sup>**  
€/0,7l  
3,84/1l  
+0,15 € Mehrwegpfand

**Gemüsefond**  
bioladen\*  
Wenn es mal schnell gehen soll. Zum Verfeinern. Qualität aus Deutschland.



**3<sup>99</sup>**  
€/400ml  
9,98/1l

**Pelati**  
bioladen\*  
Geschälte ganze Früchte in Tomatensaft.  
Abtropfgewicht 480g.



**2<sup>49</sup>**  
€/800g  
5,19/1kg

**Vegane Art Leberwurst Hedi**  
Würziger Brotaufstrich aus braunen Berglinsen. Mit oder ohne Röstzwiebeln.



**3<sup>29</sup>**  
€/140g  
23,50/1kg

**Sonnenblumen Hack**  
Sunflower Family  
Verwendbar wie normales Hack.



**3<sup>69</sup>**  
€/76g  
48,55/1kg

**Rote Linsen**  
Nur Puur  
Besonders gut geeignet für Dahls, Bratlinge, Pasten und Aufstriche.



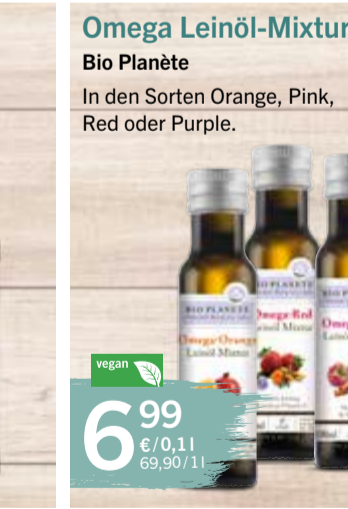
**3<sup>19</sup>**  
€/500g  
6,38/1kg

**Haferdrink Voelkel**  
Fermentiertes Getränk aus Mineralwasser, Hafer, Öl und Ur-Steinsalz.



**2<sup>19</sup>**  
€/0,75l  
2,92/1l  
+0,15 € Mehrwegpfand

**Omega Leinöl-Mixturen Bio Planète**  
In den Sorten Orange, Pink, Red oder Purple.



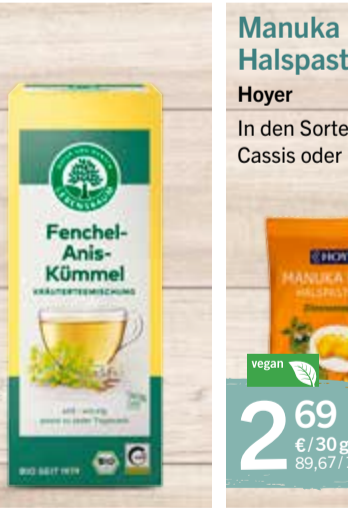
**6<sup>99</sup>**  
€/0,1l  
69,90/1l

**Fenchel-Anis-Kümmel-Tee Lebensbaum**  
20 Teebeutel.



**2<sup>59</sup>**  
€/50g  
51,80/1kg

**Manuka Honig Halspastillen Hoyer**  
In den Sorten Zitronenmelisse, Cassis oder Kräuter.



**2<sup>69</sup>**  
€/30g  
89,67/1kg

**Flohsamenschalen Govinda**  
Ballaststoffreich. Aus den Samen des indischen Spitzwegerichs.



**7<sup>99</sup>**  
€/250g  
31,96/1kg

**Frischkäse bioladen\***  
Doppelrahstufe, süß und herzhaft zu kombinieren.



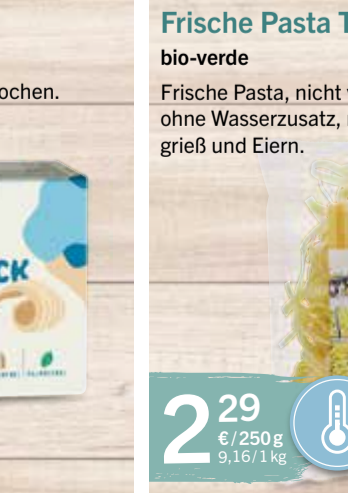
**1<sup>69</sup>**  
€/175g  
9,66/1kg

**Haferblock The vegan cow**  
Zum Streichen, Backen und Kochen.



**2<sup>79</sup>**  
€/250g  
11,16/1kg

**Frische Pasta Tagliatelle bio-verde**  
Frische Pasta, nicht vorgekocht, ohne Wasserzusatz, nur aus Hartweizengrieß und Eiern.



**2<sup>29</sup>**  
€/250g  
9,16/1kg



Solange der Vorrat reicht. Bei allen teilnehmenden Fachhandelsgeschäften. Einzelne Artikel nicht in allen Läden erhältlich. Abgabe von Bier und Wein nur an Personen über 16 Jahren. Keine Haftung für Druckfehler.

Bei den angegebenen Preisen handelt es sich um unverbindliche Preisempfehlungen. Alle Preise in Euro inkl MwSt. Produziert auf 100% Recycling-Material (Blauer Engel). 0125 PARIPARI.com