



Angebote

**Natürlich
Bio.** persönlich
kompetent
nah

Bioland -

*seit über 40 Jahren
organisch-biologischer
Anbau*



Bioland

Neumarkter Lammsbräu Bio-Hefeweißbier

2 Sorten: Weiße oder Schwarze,
5,1% Vol., 12% Stammwürze

je 0,5 l (1 l = 1.98)
+ Pfand
(in ausgewählten Märkten
als Kasten erhältlich)

0.99



Bio-Salat

verschiedene Sorten,
aus Deutschland,
HKL II

je Kopf

0.88



Bio-Pflaumen oder Bio-Zwetschgen

aus Deutschland
oder Italien

je 1 kg

2.99



Bioland

Andechser Natur Bio-Rahmjoghurt mild

fruchtig-sahniger Genuss,
verschiedene Sorten,
mit 10% Fett,
ohne Aromazusatz

je 150 g
(100 g = 0.43)

0.65



Bioland

ÖMA Bio-Herbstbrie „Kürbis-Kernbeißer“

cremiger österreichischer Weichkäse
mit Kürbiskernen, mit mikrobiellem
Lab hergestellt,
mind. 50% Fett i.Tr.

100 g

1.79

Angebote gültig vom 28.08.2013 bis 10.09.2013



Rezept-Tipp

Zutaten:

(für 4 Personen)

- 500 g Tomaten
- 1 Bund Koriander
- 1 Knoblauchzehe
- 6 EL Sesamöl
- 1 EL Agavendicksaft
- 1 TL Senf
- 2 EL Balsamico-Essig
- Salz, Pfeffer
- 400 g Spinat
- 2 Zwiebeln
- 100 ml Soja-Cuisine
- 1 TL geriebener Meerrettich
- 4 EL Zitronensaft
- 5 Chilischoten
- 50 g Quinoa
- 4 Lachsfilets
(je etwa 150 g)

Lachs mit Chilistreifen, Spinat und Tomaten-Koriandersalat

Zubereitung:

Für den Salat die Tomaten würfeln. Korianderblättchen abzupfen und fein hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. Für das Dressing 3 EL Sesamöl, Knoblauch, Agavendicksaft, Senf, Balsamico-Essig, Salz und Pfeffer gut verrühren. Tomaten, Koriander und Dressing gut vermischen und 30 Minuten ziehen lassen.

Spinat in Streifen schneiden. In kochendem Salzwasser 2 Minuten kochen. Dann kalt abschrecken. Zwiebeln schälen und fein würfeln. 1 EL Sesamöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln anschwitzen, Spinat und Soja-Cuisine hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer, Meerrettich und 2 EL Zitronensaft würzen.

Chili halbieren, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Lachs mit Salz und Pfeffer würzen und in gemahlenem Quinoa wenden.

2 EL Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, Lachs von beiden Seiten 5 Minuten braten. Nach 5 Minuten die Chilistreifen hinzufügen. Lachs mit 2 EL Zitronensaft beträufeln und mit dem Spinat und dem Salat servieren.

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde

Nährwert: pro Portion ca. 470 kcal

Weitere Rezeptideen finden Sie auf www.biomarkt.de.



laktosefrei



glutenfrei



Bio-Zucchini

aus Deutschland

1 kg

1.49



Bio-Möhren

aus Deutschland

1 kg

1.79



Bio-Birnen

Sorte Williams grün,
aus Italien oder
Frankreich,
HKL II

1 kg

1.99

Mont'Albano

**Italienischer
Wein* „Terre
Biologiche“**

2 Sorten, trocken:

Rosso (rot, fruchtig-würzig,
11,5% Vol.) oder Bianco
(weiß, fruchtig-frisch,
11,5% Vol.)

je 0,75 l
(1 l = 3.32)



2.49

* hergestellt aus Trauben
aus kontrolliert ökologischem Anbau

HERZHAFT KOCHEN



Rapunzel

Bio-Omega 3-6-9-Öl

Mischung aus nativem Lein-, Hanf- und Kürbiskernöl, reich an Omega-3, Omega-6 und Omega-9, im idealen Verhältnis

100 ml

5.99



Rapunzel

Bio-Leinöl mit Granatapfelkernöl

reich an Omega-3 und Omega-5-Fettsäuren, mit wertvollen Antioxidantien und Polyphenolen

100 ml

4.99



Rapunzel

Bio-Leinöl mit Nachtkerzenöl

reich an Omega-3, Omega-6 und der wertvollen Gamma-Linolensäure

100 ml

3.99

Bio *Unser-Tipp*
Reich an essentiellen Fettsäuren
Die hochwertigen Öle werden im eigens entwickelten OXYGUARD®-Verfahren hergestellt. Der gesamte Prozess – vom Öffnen der Saatkörner über das Pressen und Filtern bis zum Abfüllen des Öls – findet ohne Licht, ohne Sauerstoff und ohne Wärmezufuhr statt. Die empfindlichen Inhaltsstoffe der Ölsaaten bleiben so optimal erhalten. Das schmecken Sie.



Gustoni

Bio-Dinkel-Nudeln

im traditionellen Bronze-Verfahren hergestellt, 4 Sorten: Spaghetti, Penne, Fusilli oder Maccheroni

je 500 g
(1 kg = 3.98)

1.99



dennree

Bio-Tomatensauce

2 aromatische Sorten: Vegetarische Bolognese (mit Soja-Stückchen) oder Sugo Bambini (mild, für Kinder), vegan

je 350 g
(1 kg = 4.26)

1.49



Pasta Nuova

Bio-Gnocchi

2 Sorten: alla genovese (feine Pestofüllung) oder pomodoro (Tomaten-Mozzarella-Füllung)

je 400 g
(1 kg = 5.73)

2.29



dennree

Bio-Reis

2 Sorten: Parboiled oder Arborio weiß

je 500 g
(1 kg = 3.18)

1.59



Freiland Puten Filet

Bio-Putenschnitzel

frisch, 2 Stück,
ca. 360 g-Packung

100 g

2.49



Ökoland

Bio-Pfannengericht

3 delikate Sorten: Tagliatelle Verde (mit Lachs), Nasi Goreng (mit Huhn) oder Hühnerfrikassee (mit Champignons)

ab 400 g
(1 kg = 8.87/9.98)

3.99





MIT GENUSS IN DEN TAG



Zwergenwiese

Bio-Brottaufstrich

verschiedene Sorten, auf Basis von Sonnenblumenkernen, cremig frisch und streichart, vegan

je 180 g
(100 g = 1.27)

2.29

Bioland



Andechser Natur

Bio-Bergblumenkäse

pikant-würziger Schnittkäse aus Österreich, laktosefrei, rindengereift, mit mikrobiellem Lab hergestellt, mind. 50% Fett i.Tr.

100 g

1.99



Berchtesgadener Land

Bio-Buttermilch

fruchtig-mild und erfrischend, 2 Sorten: Mango-Maracuja oder Erdbeere-Cassia, weniger als 1% Fett

je 500 g
(1 kg = 1.58)

0.79



Frischkäserei Züger

Bio-Mascarpone

ein Muss für Tiramisu, Kuchen und traumhafte Nachspeisen, aus der Schweiz, 80% Fett

250 g
(100 g = 0.92)

2.29



Bergerie

Bio-Schafsjoghurt

sahnig und mild, nach griechischer Art, eignet sich für Zaziki, Dips und Desserts, 10% Fett

250 g
(100 g = 0.60)

1.49



denree

Bio-Apfelringe

schonend getrocknet, aromatisch-fruchtiger Geschmack, zum Müsli oder einfach für zwischendurch

125 g
(100 g = 1.99)

2.49



denree

Bio-Crunchy

vollwertiges Getreide in seiner köstlichsten Form, 2 Sorten: Honig-Nuss oder Erdbeere

je 375 g
(1 kg = 6.11)

2.29



Liebe Kundin, lieber Kunde,

auf unserer Homepage unter www.biomarkt.de finden Sie pünktlich zum Aktionsstart die aktuellen Angebote als Download. Hier können Sie auch unseren Newsletter abonnieren, der Sie immer über die neusten Angebote, Rezepte und Themen informiert.

Fan von BioMarkt werden Sie auf www.facebook.com/MeinBiomarkt.

Ihr BioMarkt-Team

Einzelne Artikel nicht in allen BioMärkten erhältlich. Preisangaben in Euro. Solange Vorrat reicht. Irrtum und Druckfehler vorbehalten. An alle Haushaltungen (mit Tagespost). Gedruckt auf Papier aus verantwortungsvoller und nachhaltiger Waldbirtschaft. V.i.S.d.P. und Herausgeber ist die denree GmbH, vertreten durch den Geschäftsführer Thomas Greim, Hofer Straße 11, D-95183 Töpen.

