

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,
endlich ist es soweit - die meisten Salate und
Kräuter kommen jetzt von unseren regionalen
Gärtnern. Den feinen Basilikum gibt es jetzt
von unserem Nachbargärtner Sigi Klein auch
im Topf ...



Käse und Wein des Monats Mai

Rahmlaib ca. 180g Stück

Schnittkäse 55% F.i.T., pasteurisiert, KLab
Ein wunderbar fein-würziger Käse aus
dem Gebiet rund um die österreichischen
Nationalparks Hohe Tauern und Nockber-
ge. Saftige Wiesen und duftende Kräuter sind
ausschlaggebend für das einzigartige Aroma
der Milch. Rindengereift mit Rotschmiere. Rinde essbar.



€ 21,90/kg

Allgäuer Rosenblüte ca. 180g Stück

Schnittkäse 52% F. i.T., pasteurisiert, mLab
Ein blumig-eleganter Heumilch Schnittkä-
se aus dem Herzen des Allgäus, der auch
durch seine Optik besticht: Die Rinde ist
mit Rosenblüten ummantelt.



€ 22,90/kg

Demeter Tortenbrie ca. 180g Stück

Weichkäse 50% F.i.T. pasteurisiert, mLab
Der ÖMA Torten-Brie ist der Weichkäse-
Klassiker und wird aus bester Demeter-
Milch in Vorarlberg hergestellt. Ein Weich-
käse mit weißem Edelschimmel, feinsäuer-
lich im Geschmack - je nach Reifegrad mild
bis kräftig.



€ 23,90/kg

Allgäuer Bergkäse ca. 180g Stück

Hartkäse, 50% F.i.T., Rohmilch, mLab
Aus reinster Heumilch von Hörner tra-
genden Demeter-Kühen. Ein ausneh-
mend würziger Bergkäse, dessen feiner
Schmelz auf der Zunge zergeht.



€ 24,90/kg

Gouda Bärlauch ca. 180g Stück

Schnittkäse 50% F.i.T., pasteurisiert, mLab
Ein typischer Gouda mit frischem Bär-
lauch - erfrischend im Geschmack.



€ 20,90/kg

Eine Empfehlung unseres regionalen Weinhändlers:

Lupi Reali Montepulciano 0,75l Flasche

Ein leichter, süffiger Rotwein aus Italien

€ 5,99/Fl

und unsere Spargelweine:

Rivaner Q.b.A. 0,75l Flasche

Trockener Weißwein aus Rheinhessen

€ 5,99/Fl

Strom Grüner Veltliner D.A.C. 0,75l Flasche

Ein edler Weißwein aus Österreich mit
feiner Kräuterwürze am Gaumen.



€ 6,29/Fl

Regionaler Rhabarber



Rhabarber gehört „richtig gesehen“ zu den Gemüsesorten. „Gefühlt“
geht er freilich eher als Obst durch, weil er vorrangig zu süßen Speisen
wie Kuchen oder Kompott verarbeitet wird. Neben vielen gesunden In-
haltsstoffen besitzt der Rhabarber auch viel Oxalsäure, die hauptsäch-
lich in den Blättern und der Schale steckt. Deswegen schälen wir den
Rhabarber und entfernen die Blätter.

Rhabarber lässt sich kühl, in ein feuchtes Tuch eingewickelt aufbewah-
ren, oder geschält für spätere „Gelüste“ gut einfrieren.

Eine weitere tolle Möglichkeit noch länger etwas von dem erfrischenden Rhabarber genießen zu können ist die
Herstellung eines Sirups. Ein kleines Fläschchen davon ist auch immer ein nettes Mitbringsel - vielleicht gleich
eine Idee für den nahenden Muttertag?

Für einen Liter Sirup brauchen Sie: 3 kg Rhabarber, 2 l Wasser, 600g Zucker und 2 Zitronen. Rhabarber schälen, in Stücke schneiden und
in dem Wasser ungefähr eine halbe Stunde auskochen, danach ruhig noch eine Weile stehen lassen. Den Sud durch ein Tuch oder ein
sehr feines Sieb filtern, so dass möglichst wenige feste Bestandteile darin sind. Die Flüssigkeit in einen Topf geben, Zucker und Zitronen-
saft dazu geben und das Ganze noch einmal einkochen bis auf die gewünschte Menge. Noch kochend heiß in Flaschen abfüllen, Deckel
drauf und auskühlen lassen. 2-3 EL Sirup geben z.B. einem Glas Sekt oder Mineralwasser den besonderen Geschmacks-Kick...

AMPERHOF ÖKOKISTE 100% BIO – FRISCH VOM FELD IN DIE KÜCHE

Kundentelefon 08142 40879 | amperhof.de

Amperhof Ökokiste GmbH & Co. KG | Neuriesstr. 9 | 85232 Bergkirchen | DE ÖKO 006 | Fax 08142 18854 | info@amperhof.de



Fleisch/Fisch-AKTION für Auslieferung in KW 21

vom 22. Mai bis 27. Mai 2023

Bestellschluß: So., 14.5.23

Bitte beachten Sie unseren **Frei-Haus-Betrag** von **25 €**. Darunter berechnen wir eine Liefergebühr von bis zu € 3,90.
Wenn Sie nur Fleisch bestellen und der Wert darunter liegt, bitte mit Gemüse, Obst oder anderen Produkten auffüllen

Name, Kundennummer:

Telefon:

Info zum MHD Fleisch bekommen wir zweimal im Aktionszeitraum von unseren Lieferanten angeliefert. Das ist aus logistischen Gründen nicht anders möglich. So kann der Artikel, wenn er bei Ihnen ankommt evtl. nur noch ein paar Tage MHD haben. Sie können also das Fleisch bis zum Verzehr gleich einfrieren oder bis zum MHD das Fleisch sofort verarbeiten.

Spezialitäten von der Biometzgerei Pichler

- | | | | |
|---|-------------|---|------------|
| <input type="checkbox"/> Kalbsschnitzel 2 Stück ca. 300g | € 63,90/kg | <input type="checkbox"/> Schweinenackensteak Bärlauch | € 25,90/kg |
| <input type="checkbox"/> Kalbsgulasch ca. 300g | € 37,90/kg | 4 Stück ca. 800g | |
| <input type="checkbox"/> Rinderentrecote 1 Stück ca. 500g | € 44,90/kg | <input type="checkbox"/> Rohe Bratwurst 5 Stck ca. 300g | € 8,49/St |
| <input type="checkbox"/> Rib Eye Steak Bärlauch 1 Stück ca. 300g | € 46,90/kg | <input type="checkbox"/> Feuerwurst 4 Stck ca. 280g | € 7,29/St |
| <input type="checkbox"/> Lammsteak mediterran 2 Stück ca. 300g | € 55,90/kg | <input type="checkbox"/> Berner Würstchen 4 Stck ca. 280g | € 7,69/St |
| <input type="checkbox"/> Hähnchenbrust Supreme 2 Stück ca. 350g | € 39,90/kg | <input type="checkbox"/> Regensburger 4 Stck ca. 320g | € 30,90/kg |
| <input type="checkbox"/> Geflügel nuggets 200g Packung (10 St) | € 7,29/Pckg | <input type="checkbox"/> Original italienische Trüffelsalami | € 68,90/kg |
| | | 2 Stück ca. 320g | |

Spezialitäten von der Klostermetzgerei Plankstetten

- | | | | |
|--|------------|---|------------|
| <input type="checkbox"/> 5 kg Rindfleischpaket Bioland | € 29,90/kg | <input type="checkbox"/> Kammsteaks vom Schwein, mariniert | € 28,90/kg |
| 2x ca. 1kg Rinderbraten, ca. 0,5kg Gulaschfleisch, ca. 0,5 kg Rindersteaks, ca. 1kg Suppenfleisch m.Knochen, ca. 1 kg Suppenfleisch o. Kn. | | 2 Stück ca. 300g | |
| <input type="checkbox"/> Roastbeef, mariniert 2 Scheiben ca. 400g | € 69,90/kg | <input type="checkbox"/> Schweinebauchscheiben, mariniert | € 28,90/kg |
| Ochsenfleisch vom Klostergut | | 4 St. ca. 500g zum Grillen | |
| <input type="checkbox"/> Lammgulasch ca. 500g | € 36,90/kg | <input type="checkbox"/> Bärlauchbratwürstl 2 Paar, ca. 200g | € 32,90/kg |
| <input type="checkbox"/> Lammbratwürstl 2 Paar, ca. 220g | € 28,90/kg | Rein Schwein mit frischem Bärlauch | |
| rein Lamm, mit mediterr. Kräutern u. Sonnenblumenöl | | <input type="checkbox"/> Bärlauchleberkäse 1 Scheibe, ca. 200g | € 34,90/kg |
| <input type="checkbox"/> Lammknacker 4 Stück, ca. 200g | € 36,90/kg | Rein Schwein, mit frischem Bärlauch | |
| Lamm/Rind, mit Rosmarin | | <input type="checkbox"/> Zwiebelleberkäse 1 Scheibe, ca. 200g | € 22,90/kg |
| | | Rein Schwein, mit Zwiebeln | |

Spezialitäten vom Geflügelhof Wallner

- | | | | |
|---|------------|---|------------|
| <input type="checkbox"/> Putenfilet-Spieß „Berber“ 4 kleine Spieße | € 42,50/kg | <input type="checkbox"/> Puten-Kräutergriller 5 Stück ca. 400g | € 28,90/kg |
| aus der Putenbrust ca. 300g, mariniert | | mit Vitalkräutern, Knoblauch u.v.m. im Schafsdarm | |
| <input type="checkbox"/> Puten-Pfeffersteak, scharf ca. 400g | € 33,90/kg | <input type="checkbox"/> Puten-Aspik Curry 1 dicke Scheibe, | € 30,90/kg |
| 4 kleine Steaks aus der Truthahn-Oberkeule, mariniert | | ca. 200g Stück | |
| <input type="checkbox"/> Putenschnitzel „Teriyaki“ ca. 300g | € 42,90/kg | | |
| 2 Schnitzel aus der Putenbrust, mariniert | | | |

Spezialitäten aus der Fischzucht Weldener Wasserwerk



Die Forellen werden im frischen Quellwasser aus dem Voralpenland (Aquakulturbetrieb Weldener Wasserwerk) nach den strengen Richtlinien von Naturland aufgezogen und genauso wie der Biolachs durch die Firma Fischräucherei Schießl in Denklingen in Handarbeit filetiert, geräuchert und verpackt. (Mehr Info auf unserer Website unter „Regionale Erzeuger“.)

- | | |
|---|------------|
| <input type="checkbox"/> BIO-Regenbogenforellenfilet, | € 65,90/kg |
| warm geräuchert über Buchenrauch, ca. 170-200g | |
| <input type="checkbox"/> BIO-Saiblingsfilet | € 69,90/kg |
| warm geräuchert über Buchenrauch, ca. 170g - 200g | |
| <input type="checkbox"/> BIO Räucherlachs 130-150g Seite | € 86,90/kg |
| aus Irland, kalt geräuchert, geschnitten, vakuumiert | |