



Liebe Kundinnen, liebe Kunden,  
die Zeit der regionalen Salate neigt sich dem Ende zu, von den heimischen Äckern kommen die durch ihre Bitterstoffe gesunden Wintergemüse und -salate. Chicoree, Radicchio, Endivie, Zuckerhut und vom Rutz gibt's den feinen Feldsalat. Die Qual der Wahl bleibt ...

## Ein kulinarischer Gruß „aus dem Pilzgarten“



### Edelpilz-Mischung im 1kg Körbchen

Diese feine Mischung aus drei wechselnden Sorten wie Limonen-, Rosenseitlingen, Kräuterseitlingen, Buchenpilzen, Shitake oder Austernpilzen kommt von **Pilzgarten** - einem BIO-Edelpilz-Zuchtbetrieb.

Im Herbst wird die Küche ja etwas deftiger und da lässt sich mit frischen Pilzen das ein oder andere leckere Gericht zaubern. Ganz klassisch natürlich - (Semmel-)Knödel mit einer feinen Pilz-Sahne-Soße oder Sie braten die Pilz-

mischung in etwas Butter mit Petersilie an, salzen und pfeffern kräftig und servieren dazu z.B. ganz einfach Rühreier. In Butter kross gebratene, gepfefferte Pilze passen auch hervorragend zu Feld-, Löwenzahnsalat und Radicchio.

## Natürlich frisch & pasteurisiert



### Sauerkraut im Becher

aus der Sauerkrautfabrik Roedel  
- mit oder ohne Karotten -

Fränkischer Weißkohl, Karotten, Meersalz, Kümmel und Dill - das sind die einzigen Zutaten in dem natürlich gereiften Sauerkraut ohne Konservierungsmittel. Gehobelt, gestampft und mit den Gewürzen geschichtet verrichten die Milchsäurebakterien ihre Arbeit und nach 14 Tagen kann das leckere und gesunde Sauerkraut abgefüllt werden. Probieren Sie - roh oder gekocht - immer ein Genuss!

## Die Zeit der Quitten ...



Jetzt im November haben die **Quitten** ihren starken Auftritt .....Wussten Sie, dass sie mehr Vitamin C als Äpfel enthalten?

Pektin ist der Grund, dass man sie in unseren Breitengraden nicht roh verzehren kann. Also kochen wir sie. Das hoch konzentrierte Pektin in der Frucht ist ein natürliches Geliermittel und hilft der Weiterverarbeitung. Weichgekocht entsteht ein Mus, das durch ein Baumwolltuch gedrückt oder durch ein Sieb passiert, mit Gelierzucker zum bekannten Gelee weiterverarbeitet werden kann. Aus Mus wird auch das Quittenbrot zubereitet - beliebt in der Vorweihnachtszeit. Aber nicht nur die Frucht selbst können Sie verwenden. Die Schale kann getrocknet Kräutertees beigemischt werden - schmeckt und duftet zugleich himmlisch. Und aus den Kernen können Sie Schleim produzieren und als Arznei aufheben: Dazu einfach die Kerne in Wasser einlegen und nach 15 Minuten ist ein Trank entstanden, der bei Halsschmerzen, Bronchitis sowie Magen-Darm-Entzündungen helfen kann. Nur den Flaum, den müssen Sie vorher noch abrubeln, der ist bitter ...

## Käse & Wein des Monats November

**Allgäuer Tortenbrie** ca. 180g Stück **€ 22,90/kg**  
Weichkäse, absolut cremig im Teig.

**Kürbiskopf** Ca. 180g Stück **€ 24,90/kg**  
Schnittkäse mit knackigen Kürbiskernen, mit Rotkulturen gepflegt. Cremig und feinwürzig.

**Waldkäse** ca. 180g Stück **€ 24,90/kg**  
Schnittkäse mit Steinpilzen, Wacholderbeeren, Zwiebeln und Pfeffer verfeinert.

**Tiroler Bergkäse** ca. 180g Stück **€ 24,90/kg**  
Rohmilchkäse, herzhaft, 10 Monate gereift.

**Schafgouda** ca. 180g Stück **€ 39,90/kg**

Schnittkäse aus Schafmilch, aromatisch und doch dezent im Geschmack.

*Von unserem regionalen Weinlieferanten empfohlen:*

**Maria Torres** D.O. 0,75l Flasche **6,39/Fl**

Dieser hervorragende Rotwein wurde 8 Monate im Barrique gelagert.

**Borgo Faveri** IGT 0,75l Flasche **5,69/Fl**

Ein leichter, wunderbar harmonischer, fruchtiger Weißwein, trocken.

# Fleisch/Fisch-AKTION für Auslieferung in KW 46

vom 14. November bis 19. November 2022

Bestellschluß: So, 6.11.22

**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:

## Spezialitäten von der Biometzgerei Pichler

- |   |            |  |             |
|---|------------|--|-------------|
| <input type="checkbox"/> Hähnchenbrust „Supreme“ 2 Stück ca. 350g               | € 39,90/kg | <input type="checkbox"/> Wollwurst 3 Stck ca. 240g                           | € 6,50/Pckg |
| <input type="checkbox"/> Entenbrust, mariniert ca. 250g                         | € 49,90/kg | <input type="checkbox"/> Leberknödel 4 Stck ca. 400g                         | € 7,49/Pckg |
| <input type="checkbox"/> Kalbsschnitzel 2 Stück ca. 300g                        | € 63,90/kg | <input type="checkbox"/> Semmelknödel 4 Stck ca. 400g                        | € 7,49/Pckg |
| <input type="checkbox"/> Rinderlende ca. 500g am Stück                          | € 54,90/kg | <input type="checkbox"/> Speckknödel 4 Stck ca. 400g                         | € 7,49/Pckg |
| <input type="checkbox"/> Rindertafelspitz ca. 1kg                               | € 27,90/kg | <input type="checkbox"/> Vitello Tonnato ca. 150g                            | € 7,90/Pckg |
| <input type="checkbox"/> Rinderrouladen 4 Stück ca. 720g                        | € 37,90/kg | <input type="checkbox"/> Geflügelnuggets 200g Packung (10 St)                | € 7,29/Pckg |
| <input type="checkbox"/> Rinderbrust ca. 1kg                                    | € 23,90/kg | <input type="checkbox"/> Original italienische Cacciatore 2 Stück ca. 320g   | € 48,90/kg  |
| <input type="checkbox"/> Schweinenuss ca. 1,2kg                                 | € 31,90/kg | <input type="checkbox"/> Rügenwalder Teewurstbällchen 2 Stück à 70g ca. 140g | € 4,29/Pckg |
| <input type="checkbox"/> Schweinelendenbraten ohne Schwarte ca. 1kg             | € 27,90/kg |  |             |
| <input type="checkbox"/> Kasslerlende gekocht, ohne Knochen 4 Scheiben ca. 400g | € 42,90/kg |  |             |

## „Wilde“ Spezialitäten von Landfrau

Das Kontingent des Wildfleisches ist begrenzt ...

Das Rotwild stammt aus den Gehegen vom Kreilhof ([www.kreilhof.de](http://www.kreilhof.de)) - mit weitläufigen Weideflächen. Die Gehege sind strukturiert mit Landschaftselementen und Suhlen angelegt, sodass die Tiere eine naturnahe Haltung genießen.

- |  |            |   |            |
|--|------------|---|------------|
| <input type="checkbox"/> Hirsch-Steak 200g                     | € 65,90/kg | <input type="checkbox"/> Hirsch-Rücken ca. <b>ausverkauft</b> | € 74,90/kg |
| <input type="checkbox"/> Hirsch-Gulasch 500g                   | € 43,90/kg | <input type="checkbox"/> Hirsch-Schulter ca. 1kg ohne Knochen | € 46,90/kg |
| <input type="checkbox"/> Hirsch-Ragout 500g <b>ausverkauft</b> | € 36,90/kg | <input type="checkbox"/> Hirsch-Keule ca. 1kg ohne Knochen    | € 62,90/kg |

## Spezialitäten vom Geflügelhof Wallner

- |   |            |  |            |
|---|------------|--|------------|
| <input type="checkbox"/> Puten-Bratenstück „Mützchen“ ca. 400g aus der Oberkeule, gewürzt | € 28,90/kg | <input type="checkbox"/> Puten-Kräutergriller 5 Stück Saftige weiße, gewürzte, dickere Bratwurst | € 26,90/kg |
| <input type="checkbox"/> Puten-Filet natur Stück ca. 200-250g                             | € 39,90/kg | <input type="checkbox"/> Puten-Hausmacher Leberwurst im Glas 200g                                | € 10,90/St |

## Fisch von Biomare und Bioverde

- |   |           |
|---|-----------|
| <input type="checkbox"/> Garnelen mit Kräuter Knoblauch 90g im Steinofen über Buchenholz geräuchert und mit Kräutern und Knoblauch verfeinert | € 5,29/St |
|---|-----------|



- |   |           |
|---|-----------|
| <input type="checkbox"/> Delikatess-Forellenfilet 100g mild in Buchenholzrauch geräuchert | € 8,99/St |
|---|-----------|



## Spezialitäten von Bavaria Fisch gibt es erst Weihnachten wieder ...

**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.

Soweit nicht anders gekennzeichnet handelt es sich bei unseren Produkten um Bio-Produkte gemäß EG-ÖKO-VO DE-ÖKO-006