

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

Der Frühling hat dem Winter schon mal mit viel Sonne die Stirn geboten und unsere Lebensgeister wieder geweckt. Jetzt bereiten wir uns mit allen Sinnen auf die Osterzeit vor - und viele nutzen diese Zeit um Ihren Geist und Körper zu entschlacken und zu fasten.

AMPERHOF



KÄSE und WEIN des MONATS

Schweizer Kracher ca. 180g Stück € 23,90/kg

Schnittkäse, 45% F.i.T. thermisiert, Klab, aus Bergmilch aus dem Alpsteingebiet. Im Kanton Appenzell reift er ca. 4-5 Monate zu einem aromatisch würzigen Käse.



Allgäuer Bärlauchkäse

ca. 180g Stück € 21,50/kg

Schnittkäse, 48% F.i.T. pasteurisiert, Klab, aus der Käserei Wiggensbach. Ein leckerer Käse - frühlingshaft mit feiner Bärlauchnote



Gouda Tomate-Paprika-Oregano ca. 180g Stück

Schnittkäse, 50% F.i.T. pasteurisiert, Klab, Ein typischer Gouda - mit feinen mediterranen Gewürzen € 15,90/kg



VITALIS Frühlingskäse

ca. 180g Stück Schnittkäse, 30% F.i.T. pasteurisiert, mLab mit Kräutern € 21,90/kg



€ 21,90/kg

Frühlingsbrie Bunte Schote ca. 180g Stück

Weichkäse, 50% F.i.T. pasteurisiert, mLab. Der rahmige Käseteig und die ausgewählte Gewürzmischung ergeben zusammen ein farbenfrohes und prickelnd-frisches Geschmackserlebnis. Ausgesprochen belebend für Gaumen und Genießergeist.



Weinempfehlung - zum Aktionspreis

je € 5,79

Merlot Giol I.G.T. 1 l Rotwein aus Italien

Dieser Merlot erscheint in leuchtendem Rot und besitzt einen fruchtigen und harmonischen Geschmack. Samtig und weich im Geschmack, wenig Tannine, säurearm und trocken.



Riesling Q.b.A. 1 l Weißwein

Ein eleganter und frischer deutscher Weißwein. Ein feines und harmonisches Säurespiel machen den Riesling zu einem perfekten Begleiter zu fast allem.



... Am Aschermittwoch ist alles vorbei ...

Die Fastenzeit beginnt - Tun Sie Ihrem Körper und Geist nach den turbulenten Tagen was Gutes:



Der klassische Fastenkasten von voelkel

Fasten mit den Gemüsesäften von Voelkel bedeutet, Entschlacken für Körper, Seele und Geist mit wertvollen Demeter-Säften. Der Körper schaltet schon während der ersten Fastentage auf „innere Versorgung“ um und schöpft Kraft und Wärme aus den körpereigenen Depots. Das besondere am Saftfasten ist, dass dem Organismus durch Säfte auch Vitamine, Mineralstoffe und (in einem geringen Maß) Kalorien zugeführt werden. Die Stoffwechsellage, zu der der Körper durch das Fasten herausgefordert wird, ist beim Saftfasten daher etwas milder und wird oft als besser verträglich beschrieben.

Kisten-Inhalt: Je 1 x 0,7l Flasche Rote-Bete-Most, Möhrenmost, Gemüsemost, Sauerkrautsaft, Gemüsekomposition, Fitnesscocktail

100% BIO - FRISCH VOM FELDE IN DIE KÜCHE

Kundentelefon 08142 40879 | amperhof.de

Gisela Kinzelmann | Neuriesstr. 9 | 85232 Bergkirchen | Fax 08142 18854 | DE-ÖKO-006 | info@amperhof.de



Fleisch/Fisch-AKTION für Auslieferung in KW 12

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.

vom 18. bis 22. März 2019

Bestellschluß **Fleisch**: So, 10.3.19

Bestellschluß **Fisch**: Fr, 8.3.19

Bitte beachten Sie unseren **Frei-Haus-Betrag** von **25 €**. Darunter berechnen wir eine Liefergebühr von bis zu € 2,50. 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"/> Magerer Schweinebauch ca. 1kg | € 18,50/kg | <input type="checkbox"/> Rinderfilet ca. 500g | € 62,00/kg |
| <input type="checkbox"/> Schweinehalsbraten mit Schwarte ca. 1kg | € 19,30/kg | <input type="checkbox"/> Rinderrostbraten ca. 1kg | € 32,20/kg |
| <input type="checkbox"/> Schweinelende ca. 500g | € 22,60/kg | <input type="checkbox"/> Tafelspitz ca. 1kg | € 23,10/kg |
| <input type="checkbox"/> Kalbsgulasch, geschnitten ca. 1kg | € 27,20/kg | <input type="checkbox"/> Hamburger Patties (Rind) 2 Stück à ca. 100g | € 4,99/Packg |
| <input type="checkbox"/> Kalbsbraten a.d. Keule ca. 1kg | € 40,80/kg | <input type="checkbox"/> Brathähnchen natur (mit Hähnchenklein) ca. 1.5kg | € 12,80/kg |
| <input type="checkbox"/> Kalbsbratwürstl 6 Stück ca. 450g | € 26,30/kg | <input type="checkbox"/> Geflügelbällchen 300g Schale | € 5,80/Packg |
| <input type="checkbox"/> Vitello Tonnato 150g Packung | € 5,60/Packg | <input type="checkbox"/> Putenbrust am Stück ca. 1kg | € 24,20/kg |

Spezialitäten von der Klostermetzgerei Plankstetten

- | | | | |
|---|------------|--|------------|
| <input type="checkbox"/> 5 kg Rindfleischpaket Bioland
2x1kg Braten, 0,5kg Gulaschfleisch, 0,5kg Rindersteaks
1kg Suppenfleisch mit Knochen, 1 kg Suppenfleisch ohne Knochen | € 22,98/kg | <input type="checkbox"/> Rosmarinschinken gegart ca. 250g Stück
aus dem Schweinerücken | € 45,50/kg |
| <input type="checkbox"/> Rindergulasch ca. 500g | € 22,00/kg | <input type="checkbox"/> Chorizo ca. 250g Stück
rein Schwein - Paprika, Kräuter, ohne Knoblauch | € 29,00/kg |
| <input type="checkbox"/> Schweinebraten aus der Keule ca. 1kg | € 23,00/kg | <input type="checkbox"/> Lammleberkäse 1 Scheibe ca. 200g
rein Lamm, mit Pecorino und medit. Kräutern | € 25,80/kg |
| <input type="checkbox"/> Schweineschnitzel 2 Stück ca. 250g-300g | € 23,00/kg | <input type="checkbox"/> Lammbratwurst 4 Stück ca. 250g
rein Lamm, mit So-blumenöl und medit. Kräutern | € 23,95/kg |
| <input type="checkbox"/> Pfannengyros vom Schwein ca. 500g | € 29,98/kg | <input type="checkbox"/> Hirschknacker 4 Stück ca. 200g
Hirsch- u. Rindfleisch geräuchert | € 30,80/kg |
| <input type="checkbox"/> Leberknödel 2 Stück ca. 300g Stück
nach Metzgerart | € 18,95/kg | <input type="checkbox"/> Hirschschinken geschnitten ca. 100g
geräuchert, 4 Monate gereift | € 54,00/kg |

Spezialitäten vom Geflügelhof Wallner

- | | |
|--|------------|
| <input type="checkbox"/> Puten-Medaillons natur , ca. 500g | € 32,30/kg |
| <input type="checkbox"/> Puten-Kräuterfleckerl gewürzt , ca. 300g | € 26,70/kg |
| <input type="checkbox"/> Puten-Delikatessschinken ca. 300g Stück | € 36,10/kg |

Aus der Räucherei Oderding



- | | |
|---|-------------|
| <input type="checkbox"/> Ganze Oderdinger BIO-Forelle
mit Kopf und Schwanz ca. 300-350g
vakuumiert
heiß über Buchenrauch geräuchert | € 4,99/100g |
|---|-------------|

Spezialitäten von Bavaria Fisch

- | | | | |
|---|-------------|---|-------------|
| <input type="checkbox"/> BIO-Lachsforelle - heiß geräuchertes Filet
auch zum Erwärmen im Backofen, ca. 160-180g | € 5,99/100g | <input type="checkbox"/> Coho Wildlachs 100g aus nachh. Wildfang
kalt geräuchert und geschnitten, folienunterlegt MHD 14 Tage | € 10,89/St. |
| <input type="checkbox"/> BIO-Lachsforellenfilet - Gourmet - heiß geräuchert
auch zum Erwärmen im Backofen, ca. 160-180g | € 5,99/100g | <input type="checkbox"/> Coho Wildlachs - Vorteilsgröße - 350g aus nachh. Wildfang
kalt geräuchert und geschnitten, folienunterlegt MHD 14 Tage | € 31,00/St. |
| <input type="checkbox"/> BIO-Lachsforellenfilet - Bruschetta - heiß geräuchert
auch zum Erwärmen im Backofen, ca. 160-180g, | € 5,99/100g | <input type="checkbox"/> BIO-Saibling - ohne Kopf u. Gräten -
heiß geräuchert, Buchenrauch, ca.100-150g MHD 18 Tg | € 6,20/100g |