

Exoten-Abo

Seit Anfang Januar bieten für wir alle Exotenfans eine neue Abokiste an. Unsere Exotenkiste liegt bei ca. 12 € bis 15 € und bietet eine tolle Auswahl an besonderen exotischen Früchten, die nicht in unserem Standardabo vertreten sind. Lassen Sie sich überraschen und viel Spaß bei Probieren!



Letzte Chance zum Online-Biertasting

Erleben Sie am 26.01.2024 um 18:30 Uhr ein exklusives Biertasting mit dem Bier-Experten Sebastian von der Brauerei Wolfscraft! Ein ideales Geschenk für Bierliebhaber und die perfekte Gelegenheit, neue Geschmackserlebnisse zu entdecken. Nutzen Sie Ihre letzte Chance und sichern Sie sich jetzt Tickets und genießen einen Abend voller Genuss und Fachkenntnissen. Prost!



Frischfleisch vom LohmannsHof und Stoffers Hoff

Unsere beiden regionalen Fleischlieferanten bieten wieder frisches Fleisch an. Der Bestellschluss hierfür ist der 26.01.2024 und die Auslieferung findet vom 02.02.2024 bis 08.02.2024 statt.

Yoghurt Ferment

Haben Sie Lust Joghurt selbstgemachten Joghurt zu Probieren? Dann schauen Sie doch gerne bei uns im Shop. Wir haben jetzt neu im Sortiment verschiedene Sorten an Yoghurt Ferment und den Joghurtbereiter. Damit können Sie ganz einfach Ihren eigenen Joghurt herstellen.



Rezepte KW 03

Zutaten

- 400 g Möhren
- 250 g Pastinaken
- 250 g Porree
- 1 EL Öl
- 1 L Wasser
- 3 EL Brühe
- 300 g Wiener Würstchen

Möhren-Pastinaken-Suppe

Die Möhren und die Pastinaken schälen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Den Porree waschen und in Ringe schneiden. In einem Topf das Gemüse mit dem Öl andünsten. Das Wasser hinzugeben, zum Kochen bringen, die Brühe darin auflösen und bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. kochen lassen. Die Würstchen in kleine Stücke schneiden und in der Suppe erwärmen.

Zutaten

- 6 Kartoffeln
- 500 g Flower Sprouts
- 1 Peperoni
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Bund Petersilie
- 2 EL Butter
- Salz, Pfeffer

Flower Sprouts mit Bratkartoffeln

Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Flower Sprouts waschen. Die Peperoni in feine Ringe schneiden, Zwiebel und Knoblauch klein schneiden und die Petersilie feinhacken. In einer Pfanne Butter erhitzen und darin die Kartoffeln anbraten bis diese goldbraun sind. Zwiebel und Knoblauch hinzugeben und weitere 10 Min. knusprig braten. Die Flower Sprouts hinzugeben und 3 Min. anbraten. Petersilie darüber geben, mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Zutaten

- 280 g Mehl
- 1 Packung Backpulver
- 3 Eier
- 200 g Zucker
- 180 ml Öl
- 1 Packung Vanillezucker
- 1 TL Zimt
- 150 g geriebene Mandeln
- 500 g Birnen

Birnen-Muffins

Den Ofen auf 160 °C vorheizen. Das Mehl mit dem Backpulver vermischen. In einer zweiten Schüssel Eier, Zucker, Öl, Vanillezucker und Zimt mixen und die Nüsse hinzugeben. Die Birnen in kleine Stücke schneiden und zu der Eiermasse hinzugeben. Anschließend die Mehl-Mischung ebenfalls in die Masse einrühren. Den Teig in Muffin-Förmchen geben und für ca. 35 Min. im vorgeheizten Ofen backen.