

## Brathähne von Lohmanns

Wir bieten euch wieder Brathähne vom LohmannsHof aus Westen an. Die Auslieferung ist vom 23.01.2025 bis zum 29.01.2025. Der Bestellschluss ist der 21.01.2025 um 8 Uhr. Seid schnell, denn übersteigt die Nachfrage das Angebot, werden die frühesten Bestellungen berücksichtigt.

[Zu den Hähnen](#)

## Detox-Wochen

Starte mit unseren Detoxwochen und erlebe, wie du dich von innen heraus erneuerst!

Seit dem 13.01.2025 bieten wir dir 3 Wochen lang köstliche, gesunde Saft-Rezepte, die deinen Körper entgiften und dein Wohlbefinden steigern. Von vitalisierenden Frisch- und Vital-Säften bis hin zu kraftvollen Energiekick-Smoothies, wir haben die perfekten Rezepte für dich, um deine Zellen zu revitalisieren und deine Energie zurückzuholen.

Erlebe, wie du dich durch unsere Detox-Rezepte für Säfte rundum erfrischt, ausgeglichen und voller Energie fühlst.

[Zur Detox Box](#)

## Thermohaube

Um euer Obst, Gemüse etc. vor der Kälte und dem Frost zu schützen, bestellt euch doch zu eurer nächsten Lieferung die Thermohaube dazu, dass die Ware ihre beste Qualität behält.

[Zur Thermohaube](#)



### Zutaten

500 g Süßkartoffeln  
2 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer  
150 g Feta  
5 Cherrytomaten

### Süßkartoffel-Auflauf

Den Ofen auf 200 vorheizen. Süßkartoffeln schälen und in Würfel schneiden. In einer Schüssel die Kartoffeln mit Olivenöl, Salz und Pfeffer vermischen, in eine Auflaufform geben und 20 Min. im Ofen vorgaren. In der Zwischenzeit den Feta würfeln und die Tomaten vierteln. Die Süßkartoffeln aus dem Ofen nehmen, mit Feta und Tomaten bestreuen und für weitere 10 Min. garen. Nach dem Herausnehmen heiß servieren.

### Zutaten

500 g Nudeln  
300 g Brokkoli  
4 bunte Möhren  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
250 ml Sahne  
Salz, Pfeffer

### Brokkoli-Möhren-Pasta

Die Nudeln nach Packungsanleitung kochen und die bunten Möhren bissfest garen. Zwiebeln und Knoblauch anbraten, anschließend den Brokkoli in Röschen teilen, dazugeben und kurz mitbraten. Etwas Wasser hinzugeben und ca. 5 Min. köcheln lassen. Die Möhren in Scheiben schneiden und dazugeben. Mit der Sahne ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Nudeln unterrühren und genießen.

### Zutaten

400 g Trauben  
1 Granatapfel  
1 Pack. Cookies  
200 g Schlagsahne  
1 Pack. Vanillezucker  
250 g Speisequark  
250 g Mascarpone  
100 g Zucker

### Trauben-Granatapfel-Dessert

Trauben halbieren und die Kerne aus dem Granatapfel lösen. Die Kekse zerbröseln. Sahne mit dem Vanillezucker schlagen und anschließend Quark, Mascarpone und Zucker dazugeben und verrühren. Nun alles in die Gläser schichten. Zuerst die Trauben, die Creme, dann die Keks-Brösel und zum Schluss die Granatapfelkerne und dies so lange wiederholen, bis die Gläser gefüllt sind.

WEITERE  
LECKERE  
REZEPTE

HIER  
KLICKEN

BIO DAS  
GEMÜSE  
ABO



[Frisches Gemüse direkt aufs Handy –  
Jetzt WhatsApp-Kanal abonnieren!](#)