

Neu im Liefergebiet

Wir haben unser Liefergebiet erweitert!

Ab sofort liefern wir auch in Minden, Porta Westfalica, Stadthagen, Bückeburg, Hannover, Celle und Bremerhaven.

Natürlich auch in allen Dörfern dazwischen :)

[Klicke hier und schau dir unser neues Liefergebiet an!](#)



Angebote



Frischkäse Natur
~~1,79 €~~
1,65 € / 175 g



Haselnusskerne ganz
~~5,99 €~~
5,49 € / 250 g

Streichs drauf „Basitom“
~~2,89 €~~
2,60 € / 160 g



TK Hähnchen Kinder-Dinos
~~4,35 €~~
3,95 € / 180 g



Kartoffeln ernten auf dem Lohmanns Hof

Am Sonntag, 01.09.2024 zwischen 11 und 15 Uhr

Buddeln, sammeln, graben...

Kartoffel Selbsternte auf dem Lohmanns Hof.

Erntet euch euren Wintervorrat an:

Linda, Annabelle, Agria, Almonda... - und in diesem Jahr auch Bunten Knollen!

Schau doch gerne vorbei, in der Feldstraße, auf dem Acker am Ortsausgang, 27313 Westen.

Zutaten

- 125 g Quinoa
- 2 EL Zitronensaft
- Öl
- Salz
- 3 Stangen Mangold
- 1 Zucchini
- 1 Möhre
- 3 EL Soja Sauce

Teriyaki-Bowl mit Mangold

Quinoa in einem Sieb abspülen und nach Packungsanleitung kochen. Die Quinoa mit Zitronensaft, 2 EL Öl und Salz würzen. Mangold, Zucchini und Möhre in lange, dünne Scheiben schneiden. Soja Sauce mit 2 EL Öl vermischen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und darin Zucchini, Möhre und Mangold nacheinander kurz anbraten. Quinoa in eine Schale geben, das Gemüse darauf verteilen, mit der Soja Sauce beträufeln und servieren.

Zutaten

- 2 Möhren
- 2 Knollen Ringelbete
- 2 EL gehackte Mandeln
- 4 EL Olivenöl
- 1 TL Honig
- Schale einer Limette

Ringelbete-Möhren-Salat

Die Möhren in dünne Steifen und die Ringelbete in dünne Scheiben schneiden. Beides in eine Schüssel geben. In einer kleinen Schüssel Öl, Honig und die Limettenschale verrühren. Das Dressing über das Gemüse geben. Den Salat auf einen Teller geben, die Mandeln drüber verteilen und anrichten.

Zutaten

- 1 Pflaume
- 4 EL Haferflocken
- 250 ml Milch
- Etwas Pflaumenmus
- Etwas Zimt

Pflaumen Porridge

Haferflocken mit der Milch aufkochen. Anschließend von der Herdplatte nehmen und ca. 3 Min. zugedeckt stehen lassen. In der Zwischenszeit die Pflaume in Spalten schneiden. Porridge in Schalen füllen, Pflaumenmus und Pflaumenspalten darauf verteilen und nach Geschmack etwas Zimt darüber streuen.



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

WEITERE
LECKERE
REZEPTE

HIER
KLICKEN

BIO DAS
GEMÜSE
ABO