

# Das Bioblatt

Mehr Ideen findest du unter:  
[www.biohof.at/muttertag](http://www.biohof.at/muttertag)  
 oder besuch uns doch mal  
 vor Ort mit deiner Mama!

## DANKE LIEBE MAMA! Du bist mir **BIO** wert

Mama zu sein ist ein Vollzeitjob. Am 12. Mai möchten wir unseren Mamas **DANKE** sagen. Lass das Herz deiner Mama mit hochwertigen Bio-Produkten höher schlagen. ❤️

**Pizzolato Rosé Spumante (017297)**  
 Riegel Bioweine  
 750 ml € 12,60

**Lavendelblütensirup (013490)**  
 Höllinger  
 500 ml € 5,29

**Bunte Herzerl Nudeln „Mit Liebe“  
 (016486) Biohof Harrer**  
 250 g € 3,69

**Nuss-Nougat Pralinen  
 (014840) Rosengarten**  
 75 g € 4,19

**„Frühling“ Geschenkset (020649)**  
 Ölmühle Raab  
 Zwetschenkessig, Hanföl, Distelöl, Leindotteröl € 30,99

**Hausg'mocht Fruchtaufstrich  
 Erdbeere (001819)**  
 Bio-Kulinarium Achleitner  
 192 ml € 4,99

**„Beste Mama der Welt“ Tasse  
 (020726) Grafik Werkstatt**  
 € 9,99

**Doppelkarte Pop-Up „MAMA“ (020777)** € 7,95  
 Grafik Werkstatt  
 3D-Doppelkarte mit Überraschungseffekt

**Schokolade „Für die beste Mami“ (019619)**  
 Bioart  
 70g € 4,39

**Alles Liebe Kräutertee (003917)**  
 Sonnentor  
 18 Beutel € 4,19

## EINE BIOKISTE ZUM MUTTERTAG

Der Klassiker zum Muttertag: ein bunter Blumenstrauß. Aber hast du gewusst, dass in konventionellen Schnittblumen ein ganzer Pestizid-Cocktail steckt? **Eine schöne Alternative, garantiert ohne Pestizide: die Biokiste!**

Auf Wunsch liefern wir deiner Mama (sofern sie in unserem Liefergebiet wohnt) eine Biokiste mit besten Bio-Produkten deiner Wahl direkt zu ihr nach Hause. Gerne auch mit persönlicher Grußkarte! Mehr Infos erhältst du **unter 07272-2597**.

## JUNGPFLANZENVERKAUF

**AB SOFORT**

Besuche mit deiner Mama unseren Pflanzenmarkt in Eferding und schenke ihr zum Muttertag einen blühenden Garten:

- 🌱 Bio-Gemüsepflanzen
- 🌱 Gemüse- und Kräuterraritäten
- 🌱 Bauergartenblumen & Wildstauden

An Freitagen & Samstagen mit regionalen Kunsthandwerksausstellern!





# HEIDELBEEREN

Produkt der Woche

**Klein aber oho! Die kleinen, blauen Früchte gelten aufgrund ihres hohen Anteils an wertvollen Vitaminen und Ballaststoffen als Superfood.**

Ob Kuchen, Smoothies, Cremes oder als schneller Snack zwischendurch: Heidelbeeren sind vielseitig verwendbar. Die Beeren sind **druckempfindlich** und sollten rasch gegessen oder in einem Behälter locker nebeneinander gelegt aufbewahrt werden.



Wer Heidelbeeren länger lagern möchte, kann die kleinen Powerpakete auch **einfrieren** und so beispielsweise als Eiswürfel verwenden.



## Pflannencookie mit Schokolade und Heidelbeeren

Für 4 Personen, Zubereitungszeit ca. 40 Min.

100 g Butter, 150 g Mehl, 1 TL Backpulver, 60 g Zucker, 2 (kleine) Eier, 120 g Heidelbeeren, 30 g Zartbitterschokolade, 1 Prise Salz, 1 Päckchen Vanillezucker, Honig

Die Butter in einer Pfanne auf kleiner Flamme sanft erhitzen und zum Schmelzen bringen. Mehl, Backpulver, Zucker, Vanillezucker und eine Prise Salz in einer kleinen Schüssel vermischen, Schokolade zu kleinen Stückchen hacken.

Die Pfanne kurz vom Herd nehmen. Die beiden Eier verquirlen, in die Pfanne hinzugeben und mit der Butter gut vermengen.

Die Pfanne wieder auf den Herd geben, die Mehlmischung unterheben und alles (in der Pfanne) zu einem glatten Teig verrühren. Die Schokostückchen, Heidelbeeren und den Honig darüber verteilen - die Schokolade sollte dabei den Pfannenboden nicht berühren (sonst brennt sie an).

Die Pfanne abdecken und 15 Min. auf kleiner Flamme backen. Danach Herd ausschalten, etwaiges Kondenswasser vom Deckel entfernen und weitere 15 Min. zugedeckt abkühlen lassen.

Der Pflannencookie sollte weich und saftig bleiben. Darum mit etwas Geduld ganz sanft und nicht zu heiß backen, sonst brennt er von unten an!



## WAS MACH' ICH MIT DEM RADIESCHENGRÜN?

Das Radieschengrün schmeckt hervorragend als Zutat in Salat oder Smoothie. Auch als gebackene Chips kommt das würzige Aroma perfekt zur Geltung. Beträufle hierfür das Grün mit Öl, sowie mit Salz und Pfeffer und backe sie im Ofen, bis sie schön knusprig sind.



NIX- WEG- WERFEN

## WIEDER DA: UNSERE SOMMERKISTE

Im Winter wie die Bunte ... jetzt wird sie wieder zur Sommerkiste: die ideale Ergänzung zum eigenen Garten.



AB KW19



## Fenchelsalat mit Radieschen und Croûtons

1 gr. Schüssel, Zubereitungszeit ca. 20 Min.

**Salat:** 1 Stk. Salat nach Wahl, 1 Bund Radieschen, 1 Stk. Fenchel, 1 Bund Schnittlauch, 3 EL Olivenöl, 2 EL Zitronensaft, 1 EL Apfelessig, Honig, Senf, Salatgewürz, Salz, Pfeffer  
**Croûtons:** 4 Scheiben Brot (vom Vortag), 2 EL Olivenöl, Salz

Brotstücken in kleine Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Brotwürfel darin schwenken, bis diese goldbraun geworden sind. Zum Schluss mit Salz würzen.

Salat waschen, Fenchel in dünne Steife und Radieschen in dünne Scheiben schneiden.



Das Radieschengrün nicht wegwerfen, es kann ebenfalls verwertet werden.

Schnittlauch klein schneiden. Alles in eine große Salatschüssel geben. Olivenöl, Zitronensaft, Apfelessig, Honig, Senf und Gewürze verrühren und über den Salat geben, mit Croûtons bestreuen und servieren.



**Alles im Grünen Salatgewürz** (016052)  
15 g € 2,99  
Sonnentor

**Waldhonig** (011701)  
500 g € 8,79  
Frasl Imkerei



aus Haidershofen, NÖ

## SCHWEINE-GRILLFLEISCH, Biohof Mitterhuber

Auslieferung: 20. - 26. Mai (KW 21) | Bestellung bis So, 12. Mai

NEU



**020785 Schwein Grillmix natur € 24,90 / kg**

ca. 1 kg Grillfleisch (Schopf, Karree, Bauch)  
400g Grillmix (je 2 Stk. Mini: Berner Würstl, Käsekrainer, Rostbratwürstl, Frankfurter)

**020786 Schwein Grillmix mariniert € 26,90 / kg**

ca. 1 kg Grillfleisch (Schopf, Karree, Bauch)  
400g Grillmix (je 2 Stk. Mini: Berner Würstl, Käsekrainer, Rostbratwürstl, Frankfurter)

**020703 Käsegriller ca. 300 g € 28,90 / kg**

aus St. Johann am Wimberg, OÖ

## PULLED PORK, Biohof Steinmayr

Auslieferung: 20. - 26. Mai (KW 21) | Bestellung bis Di, 7. Mai



**020591 Pulled Pork 400g € 13,99**

Perfekt geeignet für Burger, Wraps oder Aufläufe. Einfach aufwärmen und genießen.

## Aus unserem BIO-KULINARIUM

6. - 12. Mai (KW 19)

- 017701 Minestrone** 410 ml € 5,90
- 012435 Erdäpfel-Schwammerleintopf** 410 ml € 6,80
- 017258 Cannelloni mit Kräuter-Topfenfülle** 500g € 9,90
- 017673 Apfelstrudel** 300g € 7,50

KW 20+21

- Tomatencremesuppe
- Chili sin carne mit Tofu
- Hascheeknödel
- Gemüsestrudel



Das vollständige Haus' mocht Angebot findest du online unter [www.biohof.at/hausmocht-speisen](http://www.biohof.at/hausmocht-speisen)

JETZT BESTELLEN!



+43 7272-2597

dieBiokiste@biohof.at

www.biohof.at

Fotos: Biohof Achleitner, Biohof Steinmayr, Biohof Mitterhuber  
Grafiken: pixabay.com, freepik.com



gedruckt auf Enviro Polar hergestellt aus 100% entförtem Altpapier