

15.06.2020- 19.06.2020

Schweinefleisch

Auslieferung in KW27 (29.06.- 03.07.2020)
Bestellschluss: 22.06.2020

Schw. Schnitzel geschnitten 2 Stk. ca. 300g	€ 29,98/kg
Schw. Schnitzel geschnitten 5 Stk. ca. 750g	€ 29,98/kg
Schw. Schitzel ganz ca. 500g	€ 29,50/kg
Schw. Kotelett o. Kn. abgez. 2 Stk. ca. 400g	€ 32,98/kg
Schw. Kotelett o. Kn. abgez. 5 Stk. ca. 850g	€ 32,98/kg
Schw. Schopf geschnitten 2 Stk. ca. 350g	€ 24,98/kg
Schw. Lungenbraten 1 Stk. ca. 600g	€ 45,40/kg

Rindfleisch

Auslieferung in KW28 (06.07.- 10.07.2020)
Bestellschluss: 29.06.2020 / 12 Uhr

Rinder Beried geschn. 2 Stk. ca. 400g	€ 49,98/kg
Rinder Beried im Ganzen ca. 600g	€ 49,98/kg
Rinder Schnitzel geschn. 2 Stk. ca. 350g	€ 30,95/kg
Rinder Schnitzel geschn. 5 Stk. ca. 850g	€ 30,95/kg
Rinder Rostbraten im Ganzen ca. 500g	€ 37,70/kg
Rinder Tafelspitz ca. 750g	€ 38,60/kg
Rinder Gulasch geschn. ca. 500g	€ 22,90/kg

bitte lasst Euer Kisterl nicht schwitzen

Natürlich ist es in den Sommermonaten wichtig, einen geeigneten Abstellplatz für das ÖBikokisterl zu finden, damit sie nicht ins Schwitzen kommt und der Inhalt nach wie vor ein tolles Geschmackserlebnis bleibt.

Wir stellen die Biokiste gern dort ab, wo es für euch am besten ist bzw. wo auch das Obst und Gemüse vor Sonne oder wie es jetzt ist auch vor Regen geschützt ist. Bitte einfach kurz Bescheid geben, wenn Sie ein bestimmtes "Sommerplatzerl" haben. Oder Sie bestellt bei uns einfach eine Thermobox, in die der Fahrer die Biokiste reinstellen kann...

Mit unserer Thermobox ist euer Obst und Gemüse vor Hitze geschützt und bleibt knackig frisch, auch wenn Sie bei der Anlieferung nicht daheim seid. Die Styroporkiste mit Deckel liefern wir mit der Biokiste mit und die Box bleibt bei Ihnen und gehört auch Ihnen. Diese einfach vor der nächsten Lieferung für den Fahrer bereitstellen, damit er das Biokisterl hineinstellen kann. Trotzdem aufpassen: Schützt nicht stundenlang vor praller Sonne!

Thermobox klein: € 21,50 Thermobox groß: € 29,90



Ein sinnvoller Kreislauf

Bei uns in Breitenfurt kommen die frisch geernteten Produkte an, welche wir in die Biokisten packen, die wiederum von den Fahrern bis zu den Haustüren der KundInnen gebracht werden.

Ein sinnvoller Kreislauf in alle Richtungen!

Der Bezug der Biokiste ist weit mehr als eine Dienstleistung – die regelmäßige Bestellung macht es möglich, dass wir mit vielen Bauern fast punktgenaue Anbauplanungen durchführen können. Durch Vorplanung und Ihre Vorbestellung wissen wir genau, welche Mengen pro Woche wir an Salat von den Feldern oder Lammfleisch vom Biohof Gnigler benötigen.

Diese langfristige Planung sichert die Existenz vieler bäuerlicher Biobetriebe und kleingewerblicher Bioproduzenten. Außerdem beugen wir durch die genau berechenbaren Mengen für die Biokiste der Lebensmittelverschwendung vor.

Übrigens: Faire Preise gewährleisten dabei die Erhaltung bäuerlicher und handwerklicher Strukturen und wirken dem Diktat börsennotierten Rohstoffhandels und konzerndominierter Lebensmittelverteilung entgegen.



Zucchini-Thunfisch-Pfanne

Zutaten für 2 Personen: 1 Zucchini, 1 Dose Thunfisch, 1 Zwiebel, 1 Mozzarella, Olivenöl, 1 EL Balsamico, 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer, Chilipulver, Basilikum

ZUBEREITUNG: Zucchini und Mozzarella würfelig schneiden, Zwiebel fein hacken, Knoblauch blättrig schneiden. Zwiebel in Olivenöl anschwitzen, Knoblauch und Zucchini mitbraten, anbräunen, mit Salz, Pfeffer, Chili und Basilikum würzen. Thunfisch (ohne Saft) zugeben, Mozzarella darauf verteilen, leicht schmelzen lassen, mit einem Schuss Balsamico abschmecken.



Mediterrane Melanzani überbacken

Zutaten für 2 Personen: 1 Melanzani, 1 Becher Cottage Cheese, 2 Tomaten, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, Kräuter oder Gewürze nach Belieben

ZUBEREITUNG: Melanzani in 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen. Mit Zwiebelringen und Tomatenscheiben gleichmäßig belegen und würzen. Dann den Cottage Cheese auf den Scheiben verteilen. Das Ganze im vorgeheizten Backofen bei etwa 200°C Ober-/Unterhitze (Umluft 180°C) 20-25 Min. backen.



Roter Rüben Salat

Zutaten für 2 Personen: 500 g Rote Rüben, 100 g Schaffeta, 1 Salatkopf, 1 Knoblauchzehe, 3 EL scharfer Senf, 2 EL Zitronensaft, 3 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG: Rote Rüben in feine Scheiben schneiden, Schaffeta würfeln. Knoblauch und Senf verrühren, Zitronensaft, Öl und Gewürze hinzufügen. Die Roten Rüben mit dem Dressing vermengen. Salat auf Tellern anrichten und die Roten Rüben mit dem Feta darüber geben.



Brokkoli-Curry-Omelett

Zutaten für 2 Personen: 400 g Brokkoli, 4 Eier, 50 ml Milch, Salz, Pfeffer, 1 Msp. Cayennepfeffer, 1 TL Currypulver, 2 TL Öl, 1 Prise Kümmel, 50 g Frischkäse

ZUBEREITUNG: Brokkoli in kleine Röschen teilen und diese ca. 4 Min. bissfest dünsten. Inzwischen Eier mit Milch, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Kümmel und Currypulver verquirlen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Brokkoli zugeben und 1-2 Min. braten. Die Eiemilch über den Brokkoli gießen, dann den Frischkäse in kleinen Portionen darauf verteilen. Zugedeckt bei schwacher Hitze in ca. 4 Min. stocken lassen.



Zucchini-Fenchel-Auflauf

Zutaten für 2 Personen: 200g Fenchel, 200g Zucchini, 2 Tomaten, 1 Zehe Knoblauch, 2 EL Olivenöl, 30g Parmesan, 1 EL Brösel, Salz, Pfeffer, Oregano

ZUBEREITUNG: Fenchel in Streifen und Zucchini in Scheiben schneiden. Tomaten grob würfeln. Knoblauch fein hacken. Öl erhitzen. Fenchel darin 3 Min. andünsten. Zucchini und Knoblauch zugeben, weitere 5 Min. dünsten. Tomaten unterheben, mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen. Alles in eine Auflaufform füllen. Parmesan mit den Bröseln mischen. Über das Gemüse streuen und im vorgeheizten Ofen 15 Min. bei 200 C überbacken.



Rote Rüben Nudeln

Zutaten für 2 Personen: 250 g Nudeln, 2 Rote Rüben, 250 ml Schlagobers, 100 g geriebener Käse

ZUBEREITUNG: Nudeln al dente kochen. Anschließend im Sieb abtropfen lassen. Rote Rüben schälen und reiben. Anschließend in einem Topf zusammen mit dem Schlagobers ca. 5 Min. köcheln. Dann mit den Nudeln vermengen und nach Bedarf würzen (Salz, Pfeffer, Gemüsebrühe). Alles in eine Auflaufform geben und mit dem geriebenen Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backofen bei 200° C ca. 10 Min. überbacken. Sofort servieren.