

Ei, Ei, Ei, ... was hoppelt da im Gras? Es ist der Osterhas
.....

Ostern bei der Biomitter-Kiste
OSTERFLEISCH-VORBESTELLUNG min. 6 Werktage vor Liefertag
erhältlich nur solange der Vorrat reicht!



Bunt gefärbte **OSTEREIER** gehören einfach zum Osterfest:

6er Packung gefärbte Eier € 5,99/ Pkg.

und was noch zur **OSTERJAUSE** passt

Sahne-Meerrettich im 95g Glas € 3,99
Senf mittelscharf in der 100ml Tube € 2,19
Senf süß in der 100ml Tube € 2,59
Aufstrich nach Liptauer Art 125g Becher € 2,49
Frischkäse Kräuter 175g Becher € 2,89
Piccolo Essiggurkerl 370ml Glas € 3,49

OSTERFLEISCH vom Sonnberg
Geselchtes essfertig

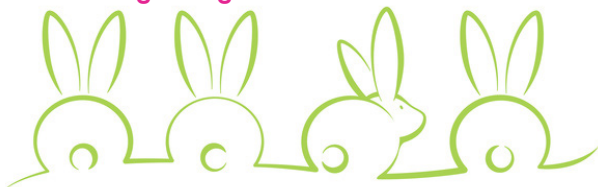
Teilsames ca. 500g € 27,99/kg
Selchkarree - Roller ca. 600g € 36,99/kg
Selchschopf ca. 500g € 28,99/kg
Lammbratwürstel 2 Paar/Pkg ca. 220g € 7,39/Pkg.

und noch was **SÜSSES** für's Nest....

Dinkel Osterhasenkekse mit VM Schoko 150g € 4,79
Dinkel Osterhasenkekse mit ZB Schoko 150g € 4,79
Schoko-Nougat-Eier 100g Pkg. € 4,89
Vollmilch Osterhase geschminkt 80g € 4,39
Überraschungsei 20g € 2,98

OSTERGEBÄCK von der Vollkornbäckerei Waldherr

VK Dinkel Osterbrot 480g verpackt € 7,99
VK Dinkel Osterpinze groß 400g verpackt € 7,99
Osterkipferl 250g verpackt € 5,99
Osterpinze 300g verpackt € 5,99
Osterhase 100g verpackt € 3,99
Osternest 290g verpackt € 6,39



Unsere neuen Produkte für die asiatische Küche



Würz- & Dipsauce Curry Saté 125g € 3,99/Glas
Würz- & Dipsauce Sweet&Sour 125g € 3,99/Glas
Wok Up - fertige Wok-Würze 50g € 2,59/Tube
ASIA Wok-Noodles 250g - in 4 Min. fertig € 3,99/Pkg.
Jasminreis 500g € 3,99/Pkg.



Kohlrabi-Brokkoli-Salat



Zutaten für 4 Personen: 2 Kohlrabi, 1 Karotte, 1 Brokkoli, 3 Knoblauchzehen, 2 Chilischoten, 1 Dose Bohnen schwarz, Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1 Handvoll Mandeln geröstet. **Dressing:** 2 EL Mandelmus, 2 EL Sesamöl, 1 TL Zitronensaft
ZUBEREITUNG: Backofen auf 200°C (Umluft 180°C) vorheizen. Kohlrabi und Karotte schälen und in dünne Scheiben schneiden. Brokkoli in Röschen teilen. Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Chilischoten entkernen und fein schneiden. Bohnen aus der Dose geben und abspülen. Kohlrabi-Scheiben auf ein Backblech geben, mit Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer bestreuen, dann 25 Minuten backen. Brokkoli, Karotte, Knoblauch und Chili dazugeben und weitere 10 Min. backen. Sobald das Gemüse weich ist, aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen. Schwarze Bohnen und das gebackene Gemüse in einer großen Schüssel vermischen. Für das Dressing das Mandelmus mit Sesamöl und Zitronensaft verrühren, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und über dem Salat gießen. Den Salat gut vermischen und mit den gerösteten Mandeln garnieren.

Fenchelspaghetti mit Lachs



Zutaten für 2 Personen: 1 Fenchel, 2 EL Butter, 150 g Gemüsebrühe, 250 g Lachsfilet, ½ Becher Crème fraîche, 1 EL Zitronenöl, etwas Dill, Salz, Pfeffer, 300 g Spaghetti, 50 g frischer Parmesan
ZUBEREITUNG: Fenchel halbieren, Strunk herauslösen und das Gemüse in dünne Streifen schneiden. In einer Pfanne mit heißer Butter Fenchelstreifen kurz anschwitzen, Gemüsebrühe aufgießen und 5-10 Min. garen, mit Salz und Pfeffer würzen. Spaghetti in reichlich Salzwasser kochen. Lachsfilet in Würfel schneiden, in die Soße geben und 3-4 Min. mitgaren bis der Lachs weich ist. Crème fraîche unterrühren und mit Salz, Zitronensaft und Pfeffer abschmecken. Dill und Fenchelgrün hacken, Parmesan reiben und darüberstreuen.

Sauerkraut-Rösti



Zutaten für 2 Personen: 150 g Sauerkraut, 150 g Kartoffeln, 1 Zwiebel, 40 g Rohschinken, 1 Ei, 1 EL Mehl, 2 EL Butter, Salz, Pfeffer
ZUBEREITUNG: Sauerkraut abtropfen lassen, sehr gut ausdrücken und grob hacken. Kartoffeln schälen und raspeln. Zwiebel ebenfalls raspeln. Schinken in 1 cm große Stücke schneiden. Alles mit Ei und Mehl in einer Schüssel gründlich mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Hälfte der Sauerkrautmasse in der Pfanne verteilen und flach drücken. Bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 5-8 Min. goldgelb braten. Restliche Masse ebenso zu einem zweiten Rösti verarbeiten.

Gnocchi mit Brokkoli



Zutaten für 4 Portionen: 400 g Gnocchi, 250 g Brokkoliröschen, 125 g Gorgonzola, 50 g Butter, 150 ml Sauerrahm oder Crème fraîche, Pfeffer
ZUBEREITUNG: Gnocchi 8-10 Min. in Salzwasser kochen, ca. 3 Min. bevor die Gnocchi gar sind, Brokkoli zufügen und gar kochen. Abgießen und warm halten. Gorgonzola, Butter und Sauerrahm zufügen, unter ständigem Rühren langsam erhitzen, bis die Sauce cremig geworden ist, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gnocchi und Brokkoli zugeben, gut mischen und in eine vorgewärmte Servierschüssel geben.

Mangold-Gemüse-Auflauf



Zutaten für 4 Personen: 500 g Kartoffeln, 3 große Karotten, 3 Jungzwiebel, 1 Bund Mangold, Kokosfett, 200 g Champignons, Salz, Pfeffer, Schnittlauch. **Béchamelsoße:** 3 EL Dinkelvollkornmehl, 300 ml Milch, 200 ml Schlagobers, 70 g geriebener Käse, Muskatnuss, Suppenwürze, Petersilie
ZUBEREITUNG: Kartoffeln und Karotten schälen, in große Würfel schneiden und dampfgaren. Dabei die Karotten etwas länger garen als die Kartoffeln. Zwiebel in Ringe schneiden. Mangoldstiele klein schneiden und gemeinsam mit den Zwiebelringen in Kokosfett anschwitzen. Champignons in Scheiben, Mangoldblätter 1cm dick schneiden und beides zum Zwiebel geben. Mit den Gewürzen abschmecken, kurz dünsten. Das gedämpfte Gemüse in eine Auflaufform geben. Mangold-Champignon-Mischung darüber geben. Aus Mehl, Milch und Schlagobers eine Béchamelsoße zubereiten. 1 EL geriebenen Käse dazu geben, würzen und unter ständigem Rühren aufkochen. Die Béchamelsoße über das Gemüse in der Auflaufform gießen. Mit geriebenen Käse und Petersilie bestreuen. Für 15 Min. bei 170 C° überbacken.

Schwarzer Rettichsalat



Zutaten 4-Personen: 250 g Rettich, 250 g Karotten, Salz, 1-2 EL Essig, 2-3 EL Olivenöl, 50 g Frischkäse, Petersilie
ZUBEREITUNG: Rettich und Karotten schälen, raspeln, leicht salzen, umrühren und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Frischkäse, Essig, Öl, Salz und Pfeffer mischen und unter die Rettich- und Karottenmasse rühren. Mit gehackter Petersilie bestreuen und servieren.