

Schön, dass Sie bei uns sind!



Liebe Kundinnen, liebe Kunden!

Die Sommerferien sind für uns immer die ruhigste Zeit im Jahr. Viele von Ihnen sind im Urlaub, die Schulen und Kitas sind zu und wir haben gut ein Drittel Kunden weniger zu beliefern. In dieser Zeit sammeln wir Kräfte, machen Arbeiten, die sonst liegen bleiben und denken über die Zukunft nach.

Heute möchten wir Sie daher mal nicht mit negativen Auswirkungen der Klimakrise oder den vielen anderen Problemen anstrengen. Es gibt auch viele schöne Themen: Demnächst schütten wir an unsere Mitarbeitenden Ihr digitales Trinkgeld aus. Es ist ordentlich was zusammengekommen, wofür wir herzlich Danke sagen wollen. Die Zusatzbelastung in diesem und im letzten Jahr war für uns im Betrieb enorm und daher ist die Wertschätzung, die Sie uns auf diesem Weg entgegenbringen, großartig.

Mit den stark steigenden Kundenzahlen musste der Betrieb sehr schnell wachsen, was einerseits großartig ist, andererseits in der Geschwindigkeit auch Herausforderungen bereithält. Dennoch haben alle mit angepackt und gemeinsam haben wir es mit viel Einsatz geschafft.

Jetzt blicken wir in die Zukunft und hoffen, dass Sie uns weiterhin helfen, die Menschen für gute Bio-Produkte zu begeistern. Eine Idee wäre

Woche 30 | gültig 26.07.–01.08.2021

zum Beispiel, dass Sie mit Ihrer Abo-Kiste im Urlaub dem Nachbarn eine Freude machen, der auf die Blumen aufpasst oder die Katze füttert. Wir bringen die Ware auch gerne dort vorbei.

Wir freuen uns über die vielen neuen Kunden, die wir im letzten Jahr hinzubekommen haben, und hoffen, dass wir Sie für frische, regionale Bio-Produkte begeistern konnten.

Kommen Sie gut durch die Ferien und erholen Sie sich gut.

Schön, dass Sie bei uns sind!

Ihr Team von  Flotte arotte

Aus dem Monatsangebot

Blumenbrot Kastanie



Das Blumenbrot möchte am liebsten jede Ihrer Mahlzeiten erobern und dabei das Klischee des „langweiligen und faden Knäckebrot“ verdrängen. Es bietet ein breites Spektrum an Verwendungsmöglichkeiten. Ob einfach pur zum Knuspern, als Topping für Suppen oder mit einfallreichen Aufstrichen kombiniert, ist der Fantasie des Feinschmeckers keine Grenze gesetzt. Diese Sorte lässt sich quasi mit allem kombinieren, was sich in Ihrem Kühlschrank findet – Marmelade, Kräuterquark und Käse können wir als Belag empfehlen.

3,29 €/150 g

Unsere Rezepttipps:



 **Buschbohnen-Auflauf**

 **Nudeln mit grüner Sauce aus Staudensellerie**

Einige Saisonkisten



Quer durch das Sortiment

für etwa 28€	Alles-Drin-Kiste: Obst, Gemüse, Käse, Joghurt, Kartoffeln
1 l	Vollmilch, Flasche, 3,7%
1 Stück	Meule du Vercors, ca. 150 g
1 Bund	Lauchzwiebeln
0.4 kg	deutsche Karotten, neue Ernte
1 Stück	Salat
400 g	bunter Tomaten-Mix
0.45 kg	Äpfel Idared
1 Stück	Ananas
750 g	Kornpower *K*
500 g	Joghurt Pur Pfirsich-Maracuja von Söbbeke
1 Karton	Eier (6 Stück)



Regiokiste (mittel)

für etwa 15€	Gemüse, Kräuter und Salat, konsequent aus der Region
1 Stück	Kohlrabi vom Trantenrother Hof
0.5 kg	Mangold vom Trantenrother Hof
0.6 kg	deutsche Karotten, neue Ernte
0.5 kg	Porree vom Trantenrother Hof
0.6 kg	Strauchtomaten



Halbe-halbe

für etwa 15€	Mehr Rohkost und Obst – weniger zum Kochen
400 g	Buschbohnen
1 Stück	Kohlrabi vom Trantenrother Hof
1 Bund	Lauchzwiebeln
1 Stück	Salat
0.4 kg	Äpfel Braeburn
0.3 kg	Bananen
400 g	kernlose helle Trauben



Schonkost-Kiste (mittel)

für etwa 15€	Obst und Gemüse ohne Zitrusfrüchte und blähendes Gemüse
0.5 kg	deutsche Karotten, neue Ernte
1 Stück	Salat
1 Stück	Staudensellerie
0.5 kg	Zucchini
0.5 kg	Äpfel Braeburn
0.4 kg	Bananen
400 g	kernlose helle Trauben



Rohkost-Kiste (mittel)

für etwa 15€	Gemüse und Salate zum Rohverzehr
1 Stück	Kopfsalat
1 Bund	Lauchzwiebeln
1 Stück	Mini-Paprika-Mix, süß, 200 g
0.4 kg	deutsche Karotten, neue Ernte
1 Stück	Staudensellerie
0.5 kg	Strauchtomaten

Alle unsere Abo-Kisten finden Sie [hier](#).



Brote der Woche

Kuchen der Woche



Back Bord



Kornsieger

Ein herrliches Roggen-Dinkel-Vollkornbrot mit Sonnenblumenkernen, kernig-saftig mit einem leicht nussigen Aroma.

3,99 €/750 g



Gedeckter Apfelkuchen

Back Bords Publikumsfavorite: mit leckerer Aprikosenkonfitüre, welche die leichte Säure der Äpfel kongenial ergänzt.

2,69 €/Stück

Kabouter



Kornpower

Roggenvollkornmehl 70%, Dinkelvollkornmehl 30%, Quinoa, Leinsamen, Kürbiskerne, Buchweizen, Meersalz, Hefe, Wasser

3,89 €/750 g



Ochsenaugen

Dinkelvollkornmehl, Margarine, Rohrohrzucker, Marzipan, Eiweiß, Kirschkonfitüre, Meersalz

1,99 €/Stück

Obst der Woche

In dieser Woche wird es noch einmal **regionale Kirschen** in der 250-g-Schale zu einem günstigeren Preis geben. Danach beenden wir die Saison. Lassen Sie es sich noch einmal gut schmecken.

Die türkischen **Aprikosen** werden wir auch in dieser Woche weiter im Sortiment haben. Sie sind recht klein und vollmundig im Aroma, dabei besonders süß und lecker.

Es gibt wieder **Ananas** in guter Qualität und ausreichenden Mengen. Nach einer längeren Pause bezüglich transportbedingter Lieferprobleme können wir diese leckere Frucht auch in die Fruchtkisten einplanen. Sie eignen sich wunderbar zum Grillen, als Zutat in süß-sauren Speisen oder einfach pur.



regionale Kirschen



Ananas



Aprikosen

Gemüse der Woche

Die **deutschen Buschbohnen** sind das Gemüse der Woche. Dazu passend haben wir auch Bohnenkraut im Sortiment. Ein wunderbar leichtes Gericht können Sie als Rezept der Woche auf unserer Homepage finden.

Die **Lauchzwiebeln** vom Trantenrother Hof sind sehr schön und vielfältig verwendbar. Ob leicht gedünstet oder roh, bringen sie ein feines Aroma ans Essen.

Der **Staudensellerie**, ebenfalls vom Trantenrother Hof, ist jetzt mit ca. 500 g zu einer schönen Staude herangewachsen und kann geerntet werden. Er ist ungebleicht (grün) und lässt sich, laut Rezept der Woche, zu einer schmackhaften grünen Sauce mit Nudeln verarbeiten. Das ist mal eine schöne Abwechslung zur klassischen roten Nudelsauce.



Buschbohnen



Staudensellerie



Lauchzwiebeln

Veganer Genuss

Sesam-Dip

Er könnte fast Umami-Dip heißen ... Pur Bio verwendet Tahin, Tamari, Paprika und ein hochwertiges geröstetes Sesamöl. Nicht nur für Sesam-Fans ist dieser Dip ein besonders wohlschmeckendes Erlebnis. Mehr zu [PUR Bio Feinkost](#).



2,89 €/130 g

Joghurt der Woche



Joghurt pur Pfirsich-Maracuja

Weniger schmeckt mehr! Söbbeke Pur-Bio-Joghurts kommen ohne Verdickungsmittel aus. Sie enthalten keine Stärke, kein Johannisbrotkernmehl und kein Pektin.

2,19 €/500 g

Mjam!



Unser Käsepaket

Meule du Vercors



Bergkäse aus den Französischen Alpen von Vercors Lait – nussig ausgereift mit 10 Monaten Höhlenreife.
(thermisierte Kuhmilch, tierisches Lab)

***3,74 €/150 g**
24,90€/kg

Bocksberger Bergkäse



Doppelt nussig durch feinen Bockshornklee im Teig. Die Rinde ist zum Verzehr geeignet.
(Rohmilch, tierisches Lab)

Mehr zur [Sennerei Danzl](#).

***3,98 €/200 g**
19,90 €/kg

Crostello Brat- & Grillkäse



Ein kulinarisches Highlight für jede Jahreszeit und ein Vergnügen für den Gaumen ist der Crostello. Der Käse erhält seinen raffinierten Geschmack durch die Zugabe von feinen mediterranen Kräutern wie Oregano, Rosmarin und Thymian.

Mehr zu [bio-verde](#).

4,09 €/200 g

Wurst

Lombarda-Salami, geschnitten



Lombarda-Salami-Aufschnitt aus Italien, 80 g feiner Wurstteig, vom Schwein.

Mehr zu [bio-verde](#).

2,89 €/120 g

Weinangebot

Grauer Burgunder von Knobloch



Solide Wertarbeit. Wie immer bei Knoblochs. Roter Apfel, Birne und Pfirsich, etwas geriebene Haselnuss, ziemlich würzig. Für die Sorte erfrischendes Säuregerüst, gut abgestimmt auf die dezente Restsüße, die den Wein noch harmonischer macht. Kein Kraftprotz, sondern genau der richtige Grauburgunder für viele Gelegenheiten.

Schwarzwälder Schinken



Eine Spezialität von internationalem Ruf in Spitzenqualität. In feine Scheiben geschnitten.

Mehr zu [Chiemgauer Naturfleisch](#).

4,69 €/70 g

6,99 € / 0,75 l