

Rettet die Biodiversität!



Woche 32 gültig 08.08–14.08.2022

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

was bedeutet eigentlich Biodiversität?

Divers bedeutet Vielfalt und so ist mit Biodiversität die Vielfalt an Pflanzen, Tieren und verschiedenen Ökosystemen, wie Wälder oder Meere, gemeint.

Der Ökolandbau ist der konventionellen Landwirtschaft in Sachen Biodiversität auf dem Acker weit voraus. Das ging zuletzt aus einer vom Thünen-Institut im Januar 2019 veröffentlichten Metastudie hervor (mehr zu den Hintergründen können Sie [hier](#) lesen).

Klar ist, es muss sich etwas ändern: Derzeit sind weltweit allein 31 % aller Amphibien, 25 % aller Säugetiere und 12 % der Vögel vom Aussterben bedroht. Korallenriffe sind bis zu 80 % zerstört und jährlich fallen 26 Mio. Hektar Wald weg.

Schuld ist vor allem der Mensch, er baut Häuser und Straßen auf wertvollen Grünlandflächen und zerstört

mit Ackergiften und Überdüngung die Ökosysteme. Immer mehr Lebensraum für Tiere wird zerstört. Das Massensterben der Bienen ist heute ein gravierendes Problem. Denn die Ernte, also die Lebensmittelversorgung hängt von der Bestäubung ab. Ihr Bestand darf sich keinesfalls extrem verringern! Und dann ist da ja noch das CO₂ ...

Um die Böden und Tiere zu schützen, setzen wir auf bio aus Überzeugung! Und mit dem Kauf von Bioprodukten können auch Sie einen kleinen Beitrag für die Biodiversität in der Zukunft setzen.

Wir wünschen Ihnen eine sommerliche Woche.
Erfrischen Sie sich gut! Ihre

Flotte  arotte

Alternativ genießen

Haferjogu Waldfrucht



Haferjoghurt Waldfrucht - die vegane Joghurtalternative aus Hafer für den nachhaltigen Genuss. Pflanzlich for Future.

Mehr zu [The Vegan Cow](#).

1,49 €/150 g

! Die Karotte-App

In den App-Stores von Apple und Google. Einfach mal ausprobieren!



Unsere Homepage-Rezepttipps



Fenchelrohkost

Mangold-Joghurt-Suppe

Stangenbohnen mit Kartoffeln und brauner Butter

Einige Saisonkisten



Quer durch das Sortiment

für etwa 28 €	Alles-Drin-Kiste: Obst, Gemüse, Käse, Joghurt, Kartoffeln
1 l	Vollmilch, Flasche, 3,7 %
0.4 kg	Stangenbohnen
0.4 kg	Karotten
1 Stück	gelbe/orange Spitzpaprika
1 Kopf	Eichblattsalat vom Trantenrother Hof
0.5 kg	Äpfel Collina von Schulte
0.4 kg	helle Trauben Vittoria
1 Laib	Sesam-Leinsaatbrot
1 Karton	Eier (6 Stück)
0.5 kg	Joghurt Erdbeere von Andechser
1 Stück	Charmeux Bockshorn von Bastiaansen



Regiokiste (mittel)

für etwa 15 €	Gemüse, Kräuter und Salat, konsequent aus der Region
0.4 kg	Stangenbohnen
0.5 kg	Brokkoli
0.6 kg	Fenchel vom Trantenrother Hof
1 Stück	Kohlrabi vom Trantenrother Hof
3 Stück	gelbe/orange Spitzpaprika



Halbe-halbe

für etwa 15 €	Mehr Rohkost und Obst – weniger zum Kochen
0.4 kg	Brokkoli
1 Stück	Schlangengurke
1 Stück	gelbe/orange Spitzpaprika
0.4 kg	bunter Tomaten-Mix von Brands
0.4 kg	Birnen Guyot, neue Ernte
0.45 kg	gelbe Pfirsiche
0.4 kg	dunkle Pflaumen



Rohkost-Kiste (mittel)

für etwa 15 €	Obst und Gemüse in kleineren Mengen und größerer Auswahl
1 Stück	Chinakohl, neue Ernte, ca. 1 kg
1 Stück	Kohlrabi vom Trantenrother Hof
0.5 kg	Karotten
2 Stück	gelbe/orange Spitzpaprika
1 Stück	weißer Rettich ca. 300 g
0.4 kg	Tomaten
1 Bund	Lauchzwiebeln



Apfel-Zucchini (mittel)

für etwa 15 €	Die A-Z-Kiste –die perfekte Mischung für die Familie
0.4 kg	Brokkoli
0.4 kg	Mangold vom Trantenrother Hof
0.4 kg	Karotten
1 Stück	gelbe/orange Spitzpaprika
1 Kopf	Salat
0.5 kg	Äpfel Collina von Schulte
0.5 kg	Zwetschgen

Alle unsere Abo-Kisten finden Sie **hier**.



Brote der Woche

Kuchen der Woche



Back Bord



Dinkel-Kruste

100% Dinkelvollkornmehl, Wasser, Meersalz, Apfelfaser, Hefe, Flohsamenschalen, Acerola

3,99 €/500 g



Zwetschgen-Nuss-Schnitte

Ein klarer Fall von Harmonielehre: Das süß-saure Fruchtfleisch harmoniert mit all den Haselnüssen, die in der Zwetschgen-Nuss-Schnitte stecken.

3,09 €/Stück

Kabouter



Sesam-Leinsaatbrot

Mit knackigem Leinsamen und Sesam. Bekommt durch die gerösteten Saaten ein besonders würziges Aroma. Speziell aber durch den lecker gerösteten Sesam.

4,39 €/1000 g



Nuss-Mohnkuchen

Dieser köstliche Mohnkuchen schmeckt einfach himmlisch. Haselnüsse, Vanille, Meersalz und Zimt runden ihn geschmacklich ab.

2,79 €/Stück

Unser Marktgespräch

Der Obstbauer C. Jäger hat den Betrieb Pohlmeier Salzkotten, den viele Kunden sicherlich noch kennen, übernommen. Er nennt sich jetzt Hederwiesen-Obst und baut verschiedene Sorten regionales Obst in Biolandqualität an. Es ist ein junges, dynamisches Team, das sich in alter Verbundenheit an uns gewendet hat. Wir freuen uns über seine frische Ernte von **Zwetschgen** der Sorte Schöneberger. Diese ist eine purpurviolette, saftige Frucht, die sich gut vom Stein lösen lässt. Sie ist oval und hat einen süßen, aromatischen Geschmack.

Auch die **Mirabellen** sind jetzt bei ihm reif. Sie schmecken recht süß und enthalten sehr wenig Säure. Das macht sie so beliebt und bekömmlich. Daher sind sie auch für Menschen mit empfindlichem Magen gut verträglich.

Wir haben eine weitere Sorte Melonen im Sortiment: die Honigmelone Galia, die wir in dieser Woche im Angebot haben. Charakteristisch ist ihre gelbgrüne strukturierte Schale und ihr weißes bis grünes Fruchtfleisch, das sehr süß und saftig erfrischend schmeckt.



Zwetschgen



Mirabellen



Honigmelonen Galia

Vom Trantenrother Hof bekommen wir frisch geernteten **Fenchel**. Es sind recht kleine, aromatische Knollen, die sich wunderbar auch für den rohen Verzehr eignen.

In dieser Woche haben wir wunderschöne **Stangenbohnen** aus der Region im Angebot. Wir bekommen sie über den Großhandel von Demeter-Bauer Bursch.

Der **bunte Mangold** vom Trantenrother Hof ist zur Zeit besonders prächtig. Er wird für uns immer frisch geerntet, sodass seine verschiedenfarbigen Blätter und Stiele richtig leuchtend in den Kisten zu uns kommen und wir sie direkt in Ihre grünen Kisten umpacken. Frischer geht's nicht!



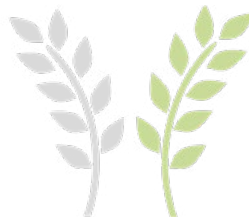
Fenchel



Stangenbohnen



Mangold



Veganer Genuss



Seitan-Gyros

Marinierte Seitan-Streifen gewürzt nach Gyros-Art – herzhaft und aromatisch. Wie Gyros, z. B. im Fladenbrot oder mit Reis und Zaziki, genießen.

Mehr über **Kato**.

3,79 €/200 g

Joghurt der Woche



Joghurt Erdbeere

Cremiger, milder Joghurt aus frischer, pasteurisierter Bio-Milch mit natürlichem Fettgehalt

Mehr über **Andechser**.

2,19 €/500 g

Bio gegen Artensterben

Der Feldhamster ist in Deutschland vom Aussterben bedroht. Er ist vermutlich u.a. Opfer von Monokulturen, Bejagung und Bebauung.



Wie viele Tiere sterben jeden Tag aus?

Jeden Tag sterben weltweit etwa 150 Arten unwiderruflich aus. Durch den menschlichen Einfluss gehen Pflanzen- und Tierarten 1.000 Mal schneller verloren als neue entstehen und auf natürliche Weise aussterben würden. Der Weltbiodiversitätsrat fordert deshalb geschützte Gebiete für Insekten und einen Ausbau der biologischen Landwirtschaft (Quelle: ardalpa.de).

Unser Käsepaket

Charmeux Bockshorn



Ein herzhaft-nussiges Aroma bietet der Charmeux Bockshorn. Er hat einen elfenbeinfarbenen Teig, ist geschmeidig, cremig und schnittfest und enthält geschroteten Bockshornkleesamen. Er wird nach französischer Rezeptur hergestellt. (Kuhmilch und mikrobielles Lab)

Mehr über [Bastiaansen](#).

***4,35 €/190 g**
22,90 €/kg

Camembert



Weichkäse mit rahmig-mildem Geschmack. Außen mit weißem Edelschimmel. Rindengereift; Rinde zum Verzehr geeignet. Auch hervorragend als gebackener Camembert.

Mehr über [Andechser](#).

2,05 €/100 g

Scharfe Käthe



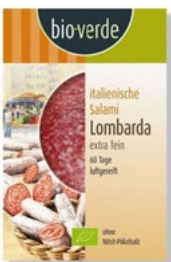
Wunderbar temperamentvolle Mischung mit feuriger Paprika, würzigem Knoblauch und fruchtigem Olivenöl.

Mehr über den [Hof Butendiek](#).

4,29 €/150 g

Wurst

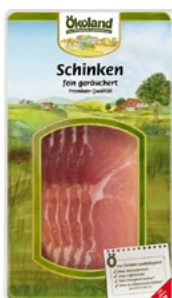
Salami Lombarda, geschnitten



Salami ist die bekannteste italienische Wurstsorte, sie zählt zu den Rohwürsten. Die bio-verde-Salami Lombarda zeichnet sich durch eine feine Strukturierung des Wurstteigs und ein typisch mediterranes Aroma aus.

Mehr über [bio-verde](#).

3,89 €/80 g



Schinken, fein geräuchert

Premium-Schinken, luftgetrocknet & fein geräuchert, über 4 Monate gereift.

Mehr zu [Ökoland](#).

5,49 €/80 g

Wein der Woche

Sauvignon Blanc - 25 Jahre Flotte

Matthias Keth kitzelt aus seinem Sauvignon Blanc feine Aromen von Stachelbeere, Litschi und Cassisblättern heraus. Im Gaumen knackig, gleichzeitig cremig, exotischer Nachhall von Maracuja. Jeder Schluck macht Freude.

Wir haben ihn in unserer limitierten 25-Jahre-Jubiläumsedition für Sie im Sortiment. Nur solange der Vorrat reicht.



7,95 €/0,75 l