

Herzliche Einladung



Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

am Samstag übergeben wir Ihnen Ihre vorbestellten Bäume. Wir freuen uns schon. Diesmal sind es über 100 Stück und somit fast doppelt so viele, wie im letzten Jahr. Gestern bekamen wir sie geliefert und haben bis Samstag unseren eigenen Tannenwald in der Firma.

Die Bäume stammen alle aus dem Bioanbau von Stefan Lüdenbach aus Engelskirchen. Hier wird komplett auf Unkrautvernichtungsmittel und mineralischen Dünger verzichtet. So ist es erforderlich, den Bewuchs zu mähen und jeden Baum einzeln freizuschneiden. Tatkräftig unterstützt wird Stefan Lüdenbach hierbei von seinen Shropshire-Schafen, welche in den Kulturen grasen.

Auch wenn Sie keinen Baum bestellt haben, sind Sie uns herzlich willkommen. Es gibt u.a. Glühwein, Bratwurst, Kürbissuppe, Quarkbällchen, eine Weihnachtsbäckerei und ein Bastelprogramm für Kinder. Auch eine Weinverkostung wird es geben, falls sie noch ein Weihnachtsgeschenk brauchen. Sie können natürlich auch mal einen Blick in unser Firmengebäude werfen. Weil das Wetter wohl nicht so toll wird, werden wir unsere Packhalle nutzen. Gerüchte sagen sogar, dass der Nikolaus nochmal vorbeischaud.

Flotte arotte Unser Baumschmaus



Samstag 15-18 Uhr
Josef-Haumann-Str. 7
Bochum-Wattenscheid

Schauen Sie doch mal rein! Wir freuen uns auf Sie. Ihr Weihnachtsteam von **Flotte  arotte**

Aktuelles erfahren?
Besuchen Sie uns:



Artikel der Woche

Fünf weihnachtliche Köstlichkeiten



Vollmilch-Dominosteine

4,59 € / 140 g

GEPA Schoko-Tannenbaum

2,79 € / 40 g

Dinkel-Premium-Meister-Schoko-Spritzgebäck

4,79 € / 200 g

Kokosmakronen

3,29 € / 150 g

Vegane Lebkuchenherzen, gefüllt

2,99 € / 125 g

Rezepte der Woche

Unsere Rezepte für diese Woche:

- Portabella-Pilze mit Walnuss-Zwiebelfüllung
- Rotkohl mit getrockneten Früchten

Diese und weitere Rezepte finden Sie hier auf unserer Homepage.



Einige unserer Ökokisten



Quer durch das Sortiment

für etwa 28€	Die Alles-Drin-Kiste: Obst, Gemüse, Käse, Joghurt, Kartoffeln
500 g	Joghurt Orange-Ingwer von Söbbeke
500 g	Eierbandnudeln vom Buscher Hof
125 g	Feldsalat von Brands
0.45 kg	Fenchel
0.45 kg	Möhren von Arendes
1 Stück	Rotkohl von Dirk Schoof
0.45 kg	Strauchtomaten von Campo Joyma
0.45 kg	Äpfel Jonagold von Schulte
1 Stück	weiße Grapefruit
0.55 kg	große Orangen Navelina
1 Laib	Weizenbrot *K* 1000 g
1 l	Vollmilch in der Flasche, 3,7%, von Söbbeke
1 Stück	Winterkäse, ca. 190 g von Aurora



Regiokiste (mittel)

für etwa 15€	Gemüse, Kräuter und Salat, konsequent aus der Region
1 Stück	Chinakohl von Finke
125 g	Feldsalat von Brands
0.6 kg	Grünkohl von Lesker
0.75 kg	Möhren von Arendes
4 Stück	Portabella-Pilze von Moser



Halbe-halbe

für etwa 15€	Mehr Rohkost und Obst – weniger zum Kochen
125 g	Babypspinat von Brands
0.4 kg	Fenchel
0.45 kg	Möhren von Arendes
1 Stück	Rotkohl von Dirk Schoof
1 Stück	Schlangengurke
0.5 kg	Äpfel Redprince von Cordes
0.38 kg	Bananen
1 Stück	weiße Grapefruit
0.6 kg	große Orangen Navelina



Schonkost-Kiste (mittel)

für etwa 15€	Obst und Gemüse ohne Zitrusfrüchte und blähende Gemüsesorten
125 g	Feldsalat von Brands
0.6 kg	Fenchel
0.5 kg	Möhren von Arendes
1 Stück	Schlangengurke
0.45 kg	Äpfel Jonagold von Schulte
0.45 kg	Äpfel Redprince von Cordes
0.5 kg	Bananen
0.45 kg	große Birnen Alexander Lukas von Cordes
1 Stück	Kaki Rojo/Brillante



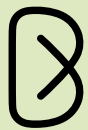
Rohkost-Kiste (mittel)

für etwa 15€	Gemüse und Salate zum Rohverzehr
0.35 kg	Cherrytomaten von Campo Joyma
1 Stück	Endiviensalat
125 g	Feldsalat von Brands
1 Stück	Kohlrabi
0.5 kg	Möhren Purple Haze von Finke
1 Stück	Schlangengurke
0.5 kg	Strauchtomaten von Campo Joyma

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



Brote der Woche



Back Bord



Dinkel-Roggenbrot

Ein Kastenbrot, wie man es sich feiner kaum vorstellen kann. Mit sehr fein vermahlenem Dinkel- und Roggenvollkornmehl, mild und bekömmlich.

3,59 €/750 g

Kuchen der Woche



Marzipan-Hörnchen

Bitte ganz laaaangsam genießen, nichts überstürzen. Häppchenweise abbeißen. Den Honigmarzipan allmählich auf der Zunge zergehen lassen. Super lecker!

1,99 €/Stück

Kabouter



Weizenbrot

Ein mildes Weizen-Sauerteigbrot freigeschobener Art. Passt gut zu herzhaften, aber auch zu süßen Brotaufstrichen und zu unseren leckeren vegetarischen Aufstrichen.

3,89 €/1000 g



Cashewriegel

Der leckere Snack für zwischendurch. Cashewnüsse, Rohrohrzucker, Eiweiß, Meersalz.

1,79 €/Stück

Obst der Woche

Die **Orangen Navelina** haben wir weiterhin in schöner Qualität und Größe im Angebot.

Apfel der Woche wird die Sorte **Jonagold** von Schulte sein. Wir können ihn für ~~2,89 €~~ noch etwas günstiger anbieten. Mild und leicht süßlich im Geschmack, ist er bei Kindern sehr beliebt.

Sehr empfehlenswert ist die **Ananas Extra Sweet**. Sie eignet sich sehr schön für einen leckeren Nachtisch, zum Beispiel im Obstsalat oder als Schoko-Fondue. Auch gegrillt oder überbacken entfaltet sie eine süßlich-aromatische Note.

Neu im Sortiment führen wir die **weiße Grapefruit** aus Griechenland. Sie wird auch gern als Pampelmuse bezeichnet. Die Vitaminbombe zeichnet sich durch einen bitter-süßlichen Geschmack aus.



Navelina



Jonagold



Extra Sweet



Grapefruit weiß

Gemüse der Woche

Für die kommende Woche haben wir **Rotkohl** von **Dirk Schoof** in Demeter-Qualität für Sie im Angebot und auch in alle Abo-Kisten eingeplant. So können Sie mit den ersten Vorbereitungen für das Weihnachtsfest beginnen.

Vom **Biolandgärtner Brands** bekommen wir weiterhin **Feldsalat**, **Baby-Spinat**, **Postelein** und **Rucola**. Ein typisches Wintergemüse ist die **Schwarzwurzel**. Sie ist sehr reich an Vitaminen und Mineralien und enthält Inulin, das für Diabetiker besonders geeignet ist. Man nennt das Gemüse auch **Winterspargel**.

Für Pilz-Freunde gibt es wieder **Portabella-Pilze** von Moser in Naturland-Qualität aus der Region. Dieser Pilz ist kräftig, aromatisch im Geschmack und wegen seiner Größe (ca. 100 g) sehr gut zum Füllen geeignet.



Rotkohl



Babyspinat



Rucola



Portabella

Veganer Genuss

Karotten-Rösti von Soto

mit frischem Tofu und Sesam, mild gewürzt und weizenfrei.

Lecker mit:

- frischem Kräuterquark
- feinem Apfelmus

Mehr über [Soto](#).



2,99 €/195 g

Joghurt der Woche

Joghurt Orange-Ingwer

Joghurt mild, Rohrohr- und Rübenzucker, 6 % Orangen, 1,5% Orangensaft (aus Orangenkonzentrat), 0,5 % Ingwer, Stärke, Verdickungsmittel Johannisbrotkernmehl und Pektin, Zitronensaftkonzentrat

Mehr über [Söbbeke](#).



1,89 €/500 g

Käsepaket Vario

Aurora Gold Winterkäse, ca. 200 g



überzeugt mit seiner fein abgestimmten Gewürzkombination. Zimt im Käse? - Aber Ja! Erhältlich von Dezember bis Februar. (pasteurisierte Kuhmilch, mikrobielles Lab)

Mehr zu [Aurora](#).

***3,20 €/200 g**
16,90 €/kg

Appenzeller von Intercheese, ca. 180 g



Die InterCheese AG ist sich der sozialen und ökologischen Verantwortung als Unternehmen in der Gesellschaft bewusst und engagiert sich gerne. Sie macht köstliche Klassiker, wie den Appenzeller. (thermisierte Kuhmilch, tierisches Lab)

Mehr zu [Intercheese](#).

***5,20 €/180 g**
28,90€/kg

Italienischer Ricotta-Frischkäse



Wegen seines sämig-cremigen Geschmacks wird Ricotta vorwiegend als Füllung für Teigtaschen oder zur Zubereitung von Süßspeisen verwendet, z.B. als Alternative zur fetthaltigen Mascarpone im Tiramisu.

Mehr zu [bio-verde](#).

2,79 €/250 g

Wurstpaket der Woche

Fleischkäse, geschnitten



Die [Bio-Fleischerei Burchardt](#) ist ein Familienunternehmen, dass es seit 1950 in Essen gibt. [Bernd Burchardt](#) fördert neue Bio-Höfe in Essen und Umgebung.



***4,10 €/150 g**
27,70€/kg



Rosmarin-Kasseler

Aufschnitt mit angenehmer Rosmarinnote im Aromapack

Mehr zu [Ökoland](#).

3,99 €/80 g

Wein des Monats

Agathon vom Berg Athos



Ein Klassiker unter unseren hochwertigen Weinen für die Festtage ist der Agathon vom Berg Athos. Urwüchsiger Limnio, Cabernet Sauvignon dazu und ein Ausbau im Holzfass.

Der Jahrgang 2014 ist mit Preisen reichlich ausgezeichnet: 95/100 Punkte International Wine Award 2017, Silber Mundus Vini BioFach 2018, Gold PAR Internationaler Bioweinpreis 2018.

Im Dezember für 8,95€ / 0,75l.

Am Samstag haben wir etliche Weine für Sie bereitgestellt, gerne können Sie Ihren Favoriten auch verkosten oder für Geschenke etwas aussuchen.



8,95 €/0,75 l