



Ökologische Spezialitäten

Neben Obst und Gemüse können Sie bei uns aus einem großen Angebot an Zusatzartikeln auswählen. Selbstverständlich stammen auch diese Waren aus kontrolliert biologischem Anbau und – soweit möglich – aus der Region. Hier bekommen Sie auszugsweise einen kleinen Überblick über ca. 600 Artikel aus unserem Sortiment.

Allerlei für jeden Tag

Kartoffelkiste mittel	ca. 3,75kg	9,- €
Eier, Pilhofer	10 St.	4,99 €

Aufstriche und Honig

Erdbeer, Beerenbauern	200g	3,45 €
Himbeer, Beerenbauern	200g	3,75 €
Bruschesto, Zwergenwiese	160g	2,69 €
Rucola-Tomate-Streich, Zwergenwiese	180g	2,79 €
Bärlauch Streich, Zwergenwiese	180g	2,79 €
Honig Frühlingsblüte, Weber	500g	8,90 €
Akazienhonig, Weber	500g	9,75 €

Backwaren aus der hofeigenen Demeter-Bäckerei

Bauernbrot	750g	3,95 €
Kartoffelbrot	500g	3,45 €
Französisches Landbrot	500g	3,45 €
Dinkelbaguette	500g	3,45 €
Dinkel-Saatensammel	4 St.	3,25 €
Körnige Baguettesemmel	2 St.	1,95 €
Laugenbaguette	320g	2,45 €

Eingemachtes, Essig und Öle

Gewürzgurken im Glas, Laurer	670g	2,79 €
Blaukraut im Glas, Laurer	680g	1,95 €
Olivenöl, griechisch, Vita Verde	0,5l	10,49 €
Aceto Balsamico, weiß, Fattoria degli Orsi	0,5l	7,29 €

Wurstwaren

Rindersalami Mini, Schneinderhof	ca. 150g	4,49 €/100g
Chili-Stangerl, Schneinderhof (5 St.)	ca. 150g	4,19 €/100g
Bratwurstgehäck, Bäumlner	200g	3,75 €
Gockel-Leberwurst im Glas, Schubert	200g	4,99 €



Käse und Wein

Amtsschimmel, Wohlfahrt	ca. 200g	2,39 €/100g
Bergkäse, Österreich	ca. 150g	1,89 €/100g
Wilder Bernd, Deutschland	ca. 150g	2,89 €/100g
Silvaner, Weingut Roth	ll	7,95 €
Vigneto Rosso, La Cantina Pizzolato, ll		6,49 €

Getränke

Zisch Edelpils, Lammsbräu	10x0,33l	10,90 €
NOW Fresh Lemon, Lammsbräu	10x0,33l	10,90 €
NOW Black Cola, Lammsbräu	10x0,33l	10,90 €
Apfelsaft naturtrüb, Edelsfelder	6xll	13,49 €
Apfel-Quittensaft, Lillinghof	0,7l	4,95 €

Müsli, Getreide und Reis

Zartbitter-Nuß-Müsli, Barnhouse	375g	3,69 €
Nußmüsli, Rosengarten	750g	6,99 €
Dinkelflakes, Spielberger Mühle	250g	3,29 €
Emmerreis, Bio-Hof Walz	500g	5,79 €
Risotto Reis, davert	500g	3,59 €

Doppelt gut: Bio & Fair Produkte

Basmati Reis, davert, FairTrade	500g	4,19 €
Ceylon Schwarztee, GEPA	250g	6,79 €
Café Esperanza, GEPA	250g	5,99 €

Nudeln und Sugi

Kartoffel-Gnocchi, Hierl	400g	2,95 €
Kartoffel-Fingernudeln, Hierl	250g	2,45 €
Bandnudeln mit Ei, Pilhofer	250g	2,95 €
Ohrwascheln mit Ei, Pilhofer	250g	2,95 €
Spiralen hell, Castagno	500g	1,75 €
Macaroni semolato, Castagno	500g	1,75 €
Sugo mit Basilikum, SanVicario	280g	4,29 €
Sugo mit Auberginen, SanVicario	280g	4,29 €

Antipasti

Feta, mariniert, Il Cesto	160g	4,99 €
Oliven-Mix, mariniert, Il Cesto	150g	4,99 €

Feine Gewürze

Alles im Grünen, Sonnentor	20g	3,29 €
Zimt Ceylon, Lebensbaum	50g	2,79 €
Currypulver, Lebensbaum	50g	2,99 €
Kräuter d. Provence, Lebensbaum	30g	2,69 €
Kümmel ganz, Sonnentor	60g	2,29 €

Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Abbildungen ähnlich.

DIE VORRATSKAMMER

März 2019

Liebe Leut,

fasten Sie noch oder schlemmen Sie schon? Oder wars umgekehrt? Die Fastenzeit beginnt offiziell am Aschermittwoch und dauert 40 Tage lang. Man kann ja auch mal langsam anfangen und die in der Neujahrsnacht gemachten Vorsätze einlösen wie z. B. *sich gesünder zu ernähren*. Wir laden Sie mit unserem März-Angebot recht herzlich dazu ein. Los geht's!

Wir haben unser Versprechen gehalten und fleißig weiter in unserer Hutzelhof-Küche gewerkelt. Fünf neue Salate sind dabei entstanden und haben es in die Weckgläser geschafft.

Außerdem mit dabei: Leckere vegetarische und vegane Köstlichkeiten, die nicht nur "fastenden" Leuten schmecken: LupiLove-Aufstriche von Zwergenwiese, vegane Drinks, Lassi u.v.m. Alles dabei für eine voll- und hochwertige Ernährung.

Mit genussvollen Grüßen

Ihre Hutzelhöflinge



Frische Smoothies

Kennen Sie schon unsere Smoothie-Kisten?

Zwei Smoothie-Kisten gibt es bei uns, die "grüne" und die "bunte" Kiste. Beide werden von uns wöchentlich neu und stimmig mit wechselnden Obst- und Gemüsesorten gefüllt.

Die **Zubereitung** ist denkbar einfach: Alle Obst- und Gemüsezutaten waschen, etwas klein schneiden und im Mixer bis zur gewünschten Konsistenz pürieren. Die Konsistenz kann je nach Geschmack auch mit

Apfelsaft und Wasser verändert werden. Auch Nüsse, ein wenig Joghurt oder (Soja-)Milch können einfach mit gemixt werden. Lassen Sie Ihren Ideen freien Lauf!



Tipp: Fette oder Öle sind wichtig, damit der Körper die fettlöslichen Vitamine voll und ganz aufnehmen kann. Geben Sie daher besonders bei den grünen Smoothies ein paar Tropfen Öl dazu. Bitte verwenden Sie dabei nur hochwertige Fette wie kalt gepresste Öle (z. B. Leinöl).

Smoothie-Kiste "Grün"

Grünes Gemüse, ergänzt mit Obst

Smoothie-Kiste "Bunt"

Viel Obst, abgerundet mit passendem Gemüse

ca. 15 €
je Kiste

Keine Lust zum Selbermixen?

Es fing alles 2009 mit drei Schulfreunden an, die in einem Kreuzberger Hinterhof liebevoll selbstgemachte Smoothies produzierten und diese auf Berliner Straßenfesten verkauften: **Proviant** war geboren und produziert auch heute noch handwerklich leckere, frische Smoothies in Grün und Bunt.

Bio-Treibstoff 240ml 2,95

Dieser ACE-Muntermacher hat es in sich. Die volle Kraft der Guarana-Pflanze, Grapefruit, Möhren und Orangen runden die Mischung perfekt ab. Von Proviant, *kbA*

Liebesgruß 240ml 2,95

Eine liebevolle Kreation aus frischer Mango und fruchtiger Ananas. Mit einem süßen Hauch Bienenhonig und dem gewissen Etwas von Ingwer. Von Proviant, *kbA*

Erdbeer-Banane 240ml 2,95

Für diesen Klassiker werden nur ganze, reife Bio-Erdbeeren verwendet. Ein Spritzer Zitrone sorgt für den unverwechselbar frischen Geschmack. Von Proviant, *kbA*



Weitere Smoothie-Sorten finden Sie unter hutzelhof.de



Trink's mit Geschmack

NEU: Reis-Kokosdrink



Ein köstlich erfrischendes Rendezvous aus südeuropäischem Bio-Reis und dem Mark der Kokosnuss ohne Zuckerzusatz. Einfach pur und eisgekühlt genießen, zum Müsli geben, in fruchtigen Shakes kombinieren oder zum Kochen und Backen verwenden. Von Provamel, *kbA*

3,29 €
1l

Mandeldrink ungesüßt

Geröstete Bio-Mandeln und eine Prise Meersalz geben dem rein pflanzlichen, ungesüßten Mandeldrink seinen cremig-vollmundigen Geschmack. Von Provamel, *kbA*

3,29 €
1l

Kokos-Mandeldrink

Bio-Kokosnüsse und feine Bio-Mandeln verleihen dem rein pflanzlichen Kokos-Mandeldrink einen erfrischenden Geschmack. Leicht gesüßt mit 3% Agavendicksaft. Von Provamel, *kbA*

3,29 €
1l

Lassi Joghurt Drink Frucht

Komposition aus erlesenen Früchten und hochwertiger Bioland-Milch, schonend zubereitet nach indischer Rezeptur. Ohne Aromazusatz! Wechselnde Sorten: Himbeer, Mango oder Guave. Von Andechser, *Bioland*

1,69 €
250g



Lassi Joghurt Drink Chai

Komposition aus hochwertiger Bioland-Milch mit klassischen Chai-Gewürzen (Zimt, Ingwer, Kardamom, Gewürznelken, Pfeffer). Von Andechser, *Bioland*

1,69 €
250g

demeter Säfte von Beutelsbacher

Gemüsecocktail

Milchsauer vergorener Direktsaft aus Gemüse (Möhren, Rote Bete, Sellerie, schwarzer Rettich). Zur Entschlackung und Mobilisierung des Organismus. Wirkt durch die milchsäure Vergärung probiotisch, *demeter*

18,95 €
6 x 0,7l

Möhrensaft "Rodelika"

Der Beutelsbacher Karottensaft "Rodelika" ist ein Direktsaft aus erntefrisch gepressten, samenfesten Rodelika-Möhren. Der Saft wurde leicht mit erfrischendem Zitronensaft geschmacklich abgerundet, *demeter*

16,95 €
6 x 0,7l

Tomatensaft Roma

Tomatensaft ist sehr nahrhaft und erfrischend zum Frühstück, als kleine Mahlzeit, für Suppen, Saucen und Cocktails. Mit Tomaten aus samenfestem Saatgut, *demeter*

17,95 €
6 x 0,7l

Weitere Säfte finden Sie unter butzelhof.de

VEGANE KÖSTLICHKEITEN

Zwergenwiese LupiLove Kernige Brotaufstriche aus der heimischen Lupinenbohne

Die Lupine gehört zu der Familie der Hülsenfrüchte und wird vorwiegend in Nord- und Ostdeutschland angebaut. Als vielfältig verwendbarer, **heimischer Eiweißlieferant** gilt sie als ideale Alternative zu Soja. Die Firma Zwergenwiese hat sich der wertvollen Bohnen angenommen und daraus unter Berücksichtigung neuester ernährungswissenschaftlicher Erkenntnisse intensiv-würzige Aufstriche kreiert. Neben allen acht essentiellen Aminosäuren, Eisen, Spurenelementen und Eiweiß bringen sie noch mehr mit: Sie sind **vegan, hefefrei, glutenfrei, laktosefrei und reich an Ballaststoffen**.



LupiLove Tomate

Als Aufstrich, aber auch ideal zum Kochen geeignet. Aus Lupinen und Tomaten. Von Zwergenwiese, *kbA*

2,69 €
165g

LupiLove Paprika-Pfeffer

Als Aufstrich, aber auch ideal zum Kochen geeignet. Aus Lupinen, Paprika und Pfeffer. Von Zwergenwiese, *kbA*

2,69 €
165g

LupiLove Curry

Als Aufstrich, aber auch ideal zum Kochen geeignet. Aus Lupinen und Curry. Von Zwergenwiese, *kbA*

2,69 €
165g



Neue Salate aus unserer Hutzelhof-Küche

Wie angekündigt wollen wir unser Sortiment aus der Hutzelhof-Küche stetig erweitern. Schon geschehen: Diese fünf Neuen haben es in unsere Weckgläser geschafft:

Quinoa-Salat

Das *Korn der Inka* ist reich an Eiweiß und Mineralstoffen und daher in der veganen Küche äußerst beliebt. Außerdem ist es glutenfrei. Ein Grund mehr für uns, dieses "SuperFood" ins Weckglas zu packen. Abgeschmeckt mit gewürfelter Gurke und Tomate, Tomatenmark, Zitronensaft, Petersilie, Olivenöl, Salz und Pfeffer. Vegan, *kbA*

180g **3,95 €**

Brokkoli-Feta-Salat

Knackig-frischer, roher Brokkoli trifft auf cremigen Feta-Käse. Tolle Kombination und durch Tomatenstücke und Cashewnüsse ausgewogen rund. Mit einem Dressing aus Weißweinessig, Rapsöl, Honig, Senf, Salz und Pfeffer abgeschmeckt, *kbA*

180g **3,95 €**

Indischer Linsensalat

Klingt nicht nur würzig, ist er auch. Braune Linsen verfeinert mit Lauch, Paprika- und Tomatenwürfeln, Ananas und Apfel. Indisch gewürzt mit Curry, Salz, Pfeffer und Rapsöl. Vegan, *kbA*

180g **3,75 €**

Fruchtiger Fenchel-Salat

Fruchtig-frisch, leicht und lecker. Fein gehobelter Fenchel mit Paprika und Orangensaft verfeinert. Mit einem Dressing aus Honig, Senf, Salz, Pfeffer, Weißweinessig und Olivenöl abgeschmeckt, *kbA*

180g **3,75 €**

Uli's Nudelsalat

Ein Klassiker, der immer geht. Als Nudel verwenden wir die Ohrwascheln mit Ei vom Biolandhof Pilhofer. In Uli's Nudelsalat dürfen noch hinein: Mozzarella-Kugeln, Kirschtomaten und grüne Oliven. Abgeschmeckt mit Tomatensaft, Knoblauch, weißem Balsamicoessig, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Basilikum, *kbA*

180g **3,95 €**

Ab 18. März gibt's
alle Salate in
drei Größen:



Weitere Infos finden Sie unter butzelhof.de



BACKWAREN & KÄSE

Aus unserer Bäckerei

Fladenkuchen

Perfekt zum Nachmittagskaffee oder -tee! Nach Original-Rezept: Süßer Hefeteig mit Dinkelgrieß-Topping mit Safran, Zimt, Zucker, Vanille und aromatischen Rumrosinen verfeinert, *demeter*

4,95 €
270g

Osterbrot ohne Rosinen

Locker leichtes Osterbrot aus Weizenmehl ohne Rosinen, verfeinert mit Anis und frischem Abrieb von Zitrone und Orange. Herrlich frisch und passend zum angehenden Frühling, *demeter*

5,45 €
500g

Osterbrot mit Rosinen

Unser Osterbrot verfeinert mit in Rum eingelegten Rosinen, *demeter*

5,95 €
500g



Käse des Monats

Olmützer Quargel

Sehr magerer Sauermilchkäse aus past. KUH MILCH. Von der Käserei Birkenstock, labfrei, 125g-Stück, *kbA*

1,95 €
Stück

Allgäuer Urig leicht

Leicht nussiges Aroma. Schnittkäse aus past. KUH MILCH, mind. 25% Fett i. Tr., tier. Lab. Von der Schaukäserei Wiggensbach, *Bioland*

1,99 €
100g

Pfeffer-Bierkäse

Schön würzig, mit weißer Pfefferkruste. Schnittkäse aus therm. KUH MILCH, mind. 15% Fett i. Tr., tier. Lab, LAKTOSEFREI. Von der Sennerei Danzl aus Tirol, *Bioaustria*

2,39 €
100g

Le Petit Lathuy léger

Mit feinem, weißem Flaum und saftigem Teig. Weichkäse aus KUH-ROHMILCH, mind. 25% Fett i. Tr., tier. Lab. Von der Käserei Bioferme aus Belgien, *kbA*

2,79 €
100g

Wohlfahrts Magerkäse

Angenehm mild. Halbfester Schnittkäse aus KUH-ROHMILCH, mind. 20% Fett i. Tr., tier. Lab. Von der Biokäserei Wohlfahrt aus Weißenberg, *Biokreis*

2,19 €
100g

Sofern nicht anders angegeben wiegen alle Stücke ca. 150g.