

UNSERE ANGEBOTE IM OKTOBER

NUT BUTTER
ZIMTSCHNECKE

oder

NUT BUTTER
VANILLEKIPFERL

JE

STATT 7,49

5,99

€/250g
23,96 / 1 kg



NEU



VERKOSTUNGEN IM BIOLADEN

FR 11. OKTOBER

10 – 17 Uhr

LEBENSBAUM

Wir stellen vor: Das passende Topping für jeden Geschmack – am Freitag, den 11. Oktober. Lassen Sie sich überraschen!

Ausserdem: 10% auf alle Lebensbaum Produkte*

* Gültig nur am Verkostungstag

10%



SA 19. OKTOBER

10 – 17 Uhr

GEORG

Warmes für den Herbst. Suppen & Eintöpfe von georg können Sie am Samstag, den 19. Oktober in unserem BioLaden verkosten.



DO 24. OKTOBER

10 – 17 Uhr

NATURATA

Am Donnerstag, den 24. Oktober von 10 bis 17 Uhr stellen wir Ihnen köstliche Schokolade und neue koffeinfreie Kaffeevarianten von Naturata vor.

Ausserdem: 10% Rabatt auf Naturata Schokolade*

* Gültig nur am Verkostungstag

10%



100% NATÜRLICHE PROTEIN-POWER



AUS KICHER-ERBSE

STATT 2,49
2,19
€/50g
43,80 / 1kg

VEGANES RÜHREI MIT SPECKERSATZ
Aus der Kichererbsenmischung lässt sich ein fluffiges Rührei zubereiten, geräucherte Pilze sorgen für deftigen Geschmack. 50g

WHEATY AUFSCHNITT LYONER ART oder AUFSCHNITT TOSKANA ART

Veganer Bio-Aufschnitt auf Basis von Erbsenprotein. Als Brotbelag oder als Topping in einem frischen Salat. Je 80g



AUS ERBSE

STATT 2,19
1,99
€/80g
24,88 / 1kg



AUS ERBSE

STATT 2,19
1,99
€/80g
24,88 / 1kg



STATT 2,19
1,99
€/350g
7,11 / 1kg



WEIßE BOHNEN
Fix und fertig für Eintopfgerichte und die kalte Mahlzeit. Schonend verarbeitet, einfach schnell genießen. Abtropfgewicht 240g

GESUNDES FRÜHSTÜCK MIT BISS

KRUNCHY LOW SUGAR SILLY SEEDS

Haferknuspermüsli mit knackigen Kernen und Saaten. 375g

Zuckerarm & ballaststoffreich!



STATT 4,49
3,99
€/375g
10,64 / 1kg

KRUNCHY LOW SUGAR VERY BERRY

Zuckerarmes Hafer-Krunchy. Aus Himbeeren, Heidelbeeren, einem Touch Tonka. 375g

Zuckerarm & ballaststoffreich!



STATT 5,29
4,79
€/375g
12,77 / 1kg

KRUNCHY LOW SUGAR CRAZY NUTS

Nussiges Müsli aus knusprigen Hafer-Krunchys, gerösteten Haselnüssen, Cashews und Kokoschips. Zuckerarm und reich an Ballaststoffen. 375g

Zuckerarm & ballaststoffreich!



STATT 4,99
4,79
€/375g
12,77 / 1kg

KRUNCHY LINSE APFEL

Ausgefallen, spannend und etwas ganz Neues: Das ist Krunchy Linse mit Apfel – ein köstliches Bio-Knuspermüsli aus roten Linsen, das kein Getreide als Zutat enthält! 325g

AUS LINSE

Bestes Bio 2024!

STATT 4,99
4,49
€/325g
13,82 / 1kg



LINSEN-SCHOKO-GRANOLA

Für alle, die den Tag mit einer crunchy Extraportion Protein beginnen möchten.

ZUTATEN

100 g getrocknete Belugalinsen
 100 g Nüsse und Mandeln • 125 g grobe Haferflocken
 30 g geschrotete Leinsamen • 1 TL gemahlener Zimt
 1 Prise Salz • 50 ml Pflanzenöl (z. B. Sonnenblumenöl)
 60 g flüssiger Honig oder Ahornsirup
 75 g (vegane) Bitterschokolade

Die Linsen mindestens 12 Stunden oder über Nacht in Wasser einweichen. Den Backofen auf 160 Grad Umluft (!) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Nüsse und Mandeln grob hacken. Die Linsen in ein Sieb abgießen, kalt abspülen und gut abtropfen lassen. Mit allen anderen Zutaten bis auf die Schokolade mischen und auf dem Blech verteilen. Im vorgeheizten Ofen etwa 35 Minuten rösten, dabei zwischendurch ein- bis zweimal wenden.

Inzwischen die Schokolade fein hacken. Das Granola aus dem Ofen nehmen und mit der Schokolade bestreuen, diese schmilzt dann auf der warmen Flockenmischung. Das Granola ganz abkühlen lassen und in ein Glas oder eine Dose füllen.

ZUBEREITUNGSZEIT:

20 Minuten plus mindestens
 12 Stunden Einweichen
 und ca. 35 Minuten Backen

Für 10 – 12 Portionen

In einem Schraubglas bleibt es
 mindestens 2–3 Wochen frisch.



Fotos: Wolfgang Schardt, AT Verlag

BUCHTIPP

GREENS & BEANS

Grüne Küche mit Erbsen, Linsen und Bohnen



€ 34,00
 Stück

Anne-Katrin Weber bringt die Hülsenfrüchte in frischen, grünen Kombinationen und internationalen, alltagstauglichen Rezepten voll zur Geltung – sei es in aromatischen One-Pot-, Wok- und Pfannengerichten, in Rezepten für den Ofen oder knackigen Salaten. 200 Seiten, gebunden.

INHALT:

- Hülsenfrüchte als Proteinbooster in der pflanzenbasierten Küche
- Frische, grüne, kreative Rezepte
- Hintergrundwissen und Reportagen



AKTION

HERZHAFTE BROTZEIT



Deftiger Bio-Genuss für zuhause oder unterwegs

AUFS BROT TOPPING
Gewürzmischung für belegte Brote, Sandwiches, Toast oder Rohkost. Mit Fleur de Sel, Zwiebel, Tomate und Gewürzen. 65 g



STATT 3,99

3,69
€ / 65 g
56,77 / 1 kg



STATT 3,99

3,69
€ / 70 g
52,71 / 1 kg

AVOCADO TOPPING

Knuspriger Mix aus Knoblauch, feurigem Chili und Fleur de Sel. Das Topping passt auch wunderbar zu Frischkäse oder Rührei. 70 g

SALAMI SNACK

Klassischer Salami-Snack für die Brotzeit oder unterwegs. Fein geräuchert, traditionell gereift und ohne Nitritpökelsalz. Je 3 x 40g



SALAMI SNACK
KRAUTER



SALAMI SNACK
NATUR

JE
STATT 4,99

4,69
€ / 120 g
39,08 / 1 kg

SNÄCKEBROD

Anders als Brot, mehr als eine Knäcke – die gewürzten Snäckebrote der Bohlsener Mühle sind bestens geeignet zum Dippen und Belegen. Je 200 g.

SNÄCKEBROD LAUGEN & BREZELSALZ



STATT 2,99

2,69
€ / 200 g
13,45 / 1 kg

Unser
Tipp



SALAMI SNACK
PFEFFER



SNÄCKEBROD
CURRY &
KURBISKERN

Bioland

STATT 2,99

2,69
€ / 200 g
13,45 / 1 kg

Beim Kauf von beiden Aufstrichen erhalten Sie ein Brotzeitbrettchen gratis!



STATT 4,29

3,99
€ / 150 g
26,60 / 1 kg



STATT 2,99

2,49
€ / 175 g
14,23 / 1 kg

SCHMALZ-TÖPFLE

Rein pflanzlicher, deftiger Brotaufstrich mit Zwiebelstückchen. **VEGAN.** 150 g

STREICHGENUSS BROTZEIT

Cremiger Brotaufstrich aus süßen Äpfeln und herzhaften Zwiebeln – eben perfekt für die Brotzeit. **VEGAN.** 175 g

AKTION

KÄSE-HIGHLIGHTS IM OKTOBER

Feinste Käse-Spezialitäten mit Würze und Charakter

ALLGÄUER ALPKÄSE AUS HEUMILCH G.T.S.

Baldauf Käse

Mit essbarer Naturrinde.
Deutscher Hartkäse
aus Kuhmilch (Rohmilch),
ca. 4 Monate gereift,
mind. 50 Fett i.Tr.

STATT 2,89

2,49
€/100g
24,90 / 1kg



AURORA GOLD STEINPILZ

Aurora Gold

Würzig-erdig, leichte
Schärfe. Feiner, sahniger
Käseteig mit Steinpilzen,
Zwiebeln, grünem +
schwarzem Pfeffer.
Niederländischer Schnittkäse
aus Kuhmilch, mind. 50 %
Fett i.Tr.

STATT 2,19

1,99
€/100g
19,90 / 1kg



GOUDA MITTELALT/PIKANT

bioladen*

Pikant, aromatisch. Deutscher Schnittkäse
aus Kuhmilch vom Niederrhein, mind. 3 Monate
gereift und mindestens 50 % Fett i. Tr.

STATT 2,09

1,79
€/100g
17,90 / 1kg



LE DUC DE BOURGOGNE/ WEINBERGKÄSE

Vallée Verte

Cremig, fein & zart und von
schmelzender Konsistenz.
Nach traditioneller Rezeptur
hergestellt. Französischer
Weichkäse aus Kuhmilch,
mind. 72 % Fett i.Tr.

STATT 4,39

3,69
€/100g
36,90 / 1kg



SCHWEIZER UR-EMMENTALER AOP 12 M

InterCheese

Mit typisch großer Lochung und einem
unverwechselbaren, süßlichen und
nussigen Aroma. Schweizer
Hartkäse aus Kuhmilch
(Rohmilch), mind. 45 Fett i. Tr.

STATT 4,19

3,49
€/100g
34,90 / 1kg



WILDER BERND

Söbbeke

Mit Eichenrindensud und feinem,
zwei Jahre im Holzfass gelagertem
Dinkelkorn gepflegt. Herzhaft
und pikant. Deutscher Schnittkäse
aus Kuhmilch, mind. 50 Fett i.Tr.

STATT 2,99

2,49
€/100g
24,90 / 1kg



Sie können sich alle Artikel auch ganz bequem nach Hause liefern lassen.

Jubiläumsgewinnspiel!

40
JAHRE

Partnerschaft



40 Jahre Partnerschaft verbindet die Spielberger Mühle mit der Riseria Marsinari in Norditalien – ein Grund zum Feiern! Und Sie können gewinnen – mit jedem Kauf eines Jubiläums-Reis-Päckchens habe Sie die Chance, einen Reiskocher im Wert von **135 €** zu gewinnen.

So geht's: Gewinnspielkarte ausfüllen und in die Losbox im BioLaden einwerfen. Lieferservice-Kunden können die ausgefüllte Karte abfotografieren und per Mail an info@paradieschen.de senden. Betreff „Reiskocher“



**RISOTTOREIS
ARBORIO**
mit Gewinnspiel-
karte

**4,79 für 500 g
9,58 / kg**

**MILCHREIS
RUNDKORN**
mit Gewinnspiel-
karte

**2,99 für 500 g
5,98 / kg**

**PARBOILED
LANGKORNREIS**
mit Gewinnspiel-
karte

**3,49 für 500 g
6,98 / kg**

**ECHTER
BASMATIREIS**
mit Gewinnspiel-
karte

**3,99 für 500 g
7,98 / kg**

BASIS MÜSLI

Das bioladen*Basis Müsli bietet die Grundlage für ein individuelles Müsli. Ohne Sultaninen und Nüsse. 750 g

STATT 1,99

1,79

€ / 750 g
2,39 / 1 kg



ROGGENMEHL 1150

Eignet sich besonders für kräftige, dunkle Brote, Mischbrote, aber auch für Lebkuchen. 1 kg

STATT 1,49

1,35

€ / 1 kg



BRATÖL

Auch zum Frittieren geeignet. 1 Liter

STATT 5,49

4,99

€ / 1 l



REISPARFUM

Gewürzzubereitung für orientalische Reisgerichte, passt aber auch wunderbar zu Cremesuppen. Mit u. a. Gomasio, Zwiebeln, Mandeln, Rosenblüten, Kubeppfeffer und Safranfäden. 70 g

Unser
Tipp



STATT 8,49

6,49

€ / 70 g
92,71 / 1 kg

DATTELN ENTSTEINT

Herkunft: Tunesien. 500 g

STATT 5,29

4,79

€ / 500 g
9,58 / 1 kg



MANDELN

Mildes, angenehm süßes Aroma. In Spanien angebaut. 500 g

STATT 11,99

10,49

€ / 500 g
20,98 / 1 kg



PENNE

Original italienische Pastaqualität aus Hartweizengrieß. 500 g

STATT 1,29

1,19

€ / 500 g
2,38 / 1 kg



TOMATEN PASSATA

Aus sonnengereiften italienischen Bio-Tomaten. Fein passiert. 680 g

STATT 1,99

1,79

€ / 680 g
2,63 / 1 kg



VOLLKORNREIS LANGKORN

Nussig-aromatisch. 1 kg

STATT 4,49

3,99

€ / 1 kg



AKTION

MEDITERRANE VERFÜHRUNGEN

Wir bringen Urlaubsgefühle auf ihren Teller

Unser
Tipp



STATT 2,69

2,39

€/80g
29,88/1kg

FRISCHER OLIVEN-MIX OHNE STEIN

Mit mediterranen Kräutern verfeinert. Zum Antipastibuffet, im Salat oder einfach auf die Pizza. 80g



STATT 2,69

2,39

€/70g
34,14/1kg

ZIEGENFRISCHKÄSE- BÄLLCHEN MIT KRÄUTERN

Mild-cremige Frischkäse-Bällchen in fein-würziger Kräutermarinade mit rosa Pfefferkörnern. 70g

FRISCHE GNOCCHI NATUR

FrISChe Gnocchi originale aus Kartoffelteig. Einfach anbraten oder kochen. Ein Stück Italien für zu Hause. Vegan. 400g



STATT 5,79

5,19

€/125g
41,52/1kg

GRANA PADANO D.O.P.

Der Grana Padano darf nur in Norditalien mit Kuhmilch aus der Region entlang der Po-Ebene produziert werden. Er zeichnet sich durch seine grobe Struktur und einen vollmundigen Geschmack aus. 125g



STATT 3,49

3,19

€/400g
7,98/1kg

JAMON SERRANO

Luftgetrockneter Roh-Schinken aus Spanien. Unbedingt 20 Minuten vor dem Genuss aus dem Kühlschrank nehmen und die Verpackung öffnen. Dann kann sich das Aroma am besten entfalten. 80g



STATT 8,49

7,99

€/80g
99,88/1kg

SALAMI AL TARTUFO

Edle Variante der italienischen Wurstspezialität. Der verwendete echte, schwarze Trüffel stammt aus zertifiziertem Wildwuchs. 80g



STATT 6,59

5,99

€/80g
74,88/1kg



TEMPRANILLO ROT

Moderner, fruchtig-harmonischer Rotwein. Passt gut zu Fleisch, herzhaften Aufläufen und Geschmortem.

Trocken,
bioladen*,
Spanien



STATT 3,99

3,49

€/0,75l
4,65/1l

ZWEIGELT ROT

Fruchtig-milder Rotwein. Passt zu Aufläufen, Antipasti, mildem Hart- u. Weichkäse.

Trocken,
Weingut
Sonnenmulde,
Neusiedlersee -
Österreich



STATT 8,49

7,49

€/0,75l
9,99/1l

GEMISCHTER SATZ

Tolle Frucht, saftig und knackig, sehr einladend und animierend.

Trocken. Winzerhof
Landauer-Gisperg,
Österreich

Unser
Tipp



STATT 9,99

8,99

€/0,75l
11,99/1l

Sie können sich alle Artikel auch ganz bequem nach Hause liefern lassen.

WALDAROMEN FÜR KÖRPER UND GEIST

WALD SPAZIERGANG DUFTMISCHUNG

Die waldige Frische von Riesentanne und Fichtennadeln entschleunigen und lassen uns in die Welt des Waldes eintauchen. 100% naturreines ätherisches Öl. 5 ml

STATT 9,90

8,80

€/ 5 ml
1760 / 11



WALD SPAZIERGANG RAUMSPRAY

Riesentanne und Fichtennadeln bringen das Waldgefühl nach Hause und lassen uns auch daheim diese Frische erleben. 50 ml

STATT 14,90

12,90

€/ 50 ml
258 / 11



JOJOBAÖL

Für jeden Hauttyp. Straffend und feuchtigkeitsbewahrend. Ein Basisöl aus naturreiner Pflanzenkraft. 100 ml

Unser Tipp

STATT 18,90

16,90

€/ 100 ml
169,00 / 11



WALD SPAZIERGANG DUSCHBALSAM

Duft aus Zeder und Zypresse. Reinigt sanft. Bewahrt die natürliche Feuchtigkeit der Haut und wirkt pflegend. 200 ml

STATT 9,00

8,00

€/ 200 ml
40 / 11



WALD SPAZIERGANG TROCKENÖL

Schnell einziehendes Körperöl aus Traubenkernöl, Wildrosen- und Kameliansamenöl. 100 ml

STATT 19,00

16,00

€/ 100 ml
160 / 11



CORNFLAKES

Nur wenig süß. Sanft geröstet, damit sie schön knusprig schmecken. 375 g

STATT 3,69

3,29

€/ 375 g
8,77 / 100 g



PIZZAMEHL

Aus Weizenmehl und Hartweizenmehl. 1 kg

STATT 2,59

2,29

€/ 1 kg



MOZZARELLA STANGE

Stangenform, für gleichmäßige Scheiben. Mind. 45 % Fett i.Tr. 300 g

STATT 3,99

3,59

€/ 300 g
11,97 / 1 kg



SAHNEJOGHURT GRIECHISCHE ART

3x mehr Reifezeit für mehr Geschmack. Nach griechischer Rezeptur hergestellt. 200 g

STATT 1,09

0,99

€/ 200 g
5,95 / 1 kg



FORELLEN-FILET, GERÄUCHERT

Aus ökologischer Aufzucht. 125 g

STATT 7,79

6,99

€/ 125 g
55,92 / 1 kg



VOLLMILCH-SCHOKOLADE GANZE NUSSE oder CAPPUCCINO SCHOKOLADE

Je 100 g

JE

STATT 2,99

2,69

€/ 100 g
26,90 / 1 kg



SCHOKO HAFERLINGE

Aus 100% Hafervollkornmehl und feiner Zartbitterschokolade. **VEGAN.** 125 g

STATT 2,29

1,99

€/ 125 g
15,92 / 1 kg



JOGHURT STRACCIATELLA 3,5 %

Besonders cremiger Joghurt-Genuss. Mit feinen Schokostückchen. Im Mehrwegglas. 500 g

STATT 2,29

1,99

€/ 500 g
3,98 / 1 kg