

## Unser aktuelles Angebot an AboBoxen

### **Probekiste**

von 31.10.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 30,00 €

Obst, Gemüse, Brot aus unserer Backstube. zzgl. Pfandkaution

99005	Neukundeninformation	1	Stück
99020	Willkommensgeschenk	1	Stück
99003	Kautions für Neukunden	1	Stück
1120	Feines Roggenbrot ca. 1kg	1	Stück
913	Schwarzkohl Eigen	0,6	kg
967	Feldsalat	1	100g
416	Butterkartoffeln fk Regional	0,6	kg
580	Granatapfel	1	Stück
609	Clementine	0,6	kg
520	Bananen	0,6	kg
242	Champignon	1,5	100g

### **Regiokiste 12**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 2 Personen 12,00 €

Die Regiokiste ist bestückt mit Gemüse, Salat und Obst, ausschließlich aus regionalem Anbau.

967	Feldsalat	1	100g
808	Walnüsse Regional	1,5	100g
331	Wirsing Regional	1	kg
408	Kartoffeln festk. Regional	0,5	kg
233	Zwiebeln gelb Regional	0,5	kg
501	Apfel Topaz	0,3	kg

### **Regiokiste 17,50**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 17,50 €

Die Regiokiste ist bestückt mit Gemüse, Salat und Obst, ausschließlich aus regionalem Anbau.

967	Feldsalat	2	100g
808	Walnüsse Regional	3	100g
408	Kartoffeln festk. Regional	1	kg
331	Wirsing Regional	1	kg
233	Zwiebeln gelb Regional	0,5	kg
501	Apfel Topaz	0,4	kg

### **Fingerfood Mini**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 2 Personen 12,00 €

Eine Zusammenstellung aus Obst und Gemüse mit Vitaminen für Pause, Büro oder unterwegs.

501	Apfel Topaz	0,5	kg
111	Paprika rot	2	100g
212	Radieschen im Bund	1	Stück
401	Möhren	0,5	kg
808	Walnüsse Regional	2	100g
600	Orangen	0,5	kg



## Unser aktuelles Angebot an AboBoxen

520 Bananen 0,4 kg  
**Fingerfood Midi** von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 17,50 €

Eine Zusammenstellung aus Obst und Gemüse mit Vitaminen für Pause, Büro oder unterwegs.

501	Apfel Topaz	0,7	kg
111	Paprika rot	4	100g
212	Radieschen im Bund	1	Stück
401	Möhren	0,6	kg
808	Walnüsse Regional	4	100g
600	Orangen	0,6	kg
520	Bananen	0,6	kg

**Jobkiste** von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 17,50 €

Eine Ökokiste für Firmen, Praxen und Büros. Sie enthält eine gesunde Mischung aus Obst und Gemüse.

507	Apfel Santana	0,7	kg
111	Paprika rot	4	100g
212	Radieschen im Bund	1	Stück
401	Möhren	0,6	kg
808	Walnüsse Regional	4	100g
600	Orangen	0,6	kg
520	Bananen	0,7	kg

**Singlekiste** von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 1 Personen 12,00 €

Eine bunte Mischung aus Obst und Gemüse in kleinen Mengen für den Ein-Personen-Haushalt

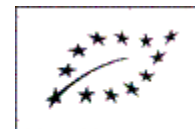
501	Apfel Topaz	0,3	kg
520	Bananen	0,3	kg
600	Orangen	0,4	kg
271	Zucchini	0,4	kg
415	Süßkartoffeln	0,4	kg
441	Broccoli	0,4	kg
808	Walnüsse Regional	2	100g

**Mix Kiste 12** von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 2 Personen 12,00 €

Eine pffige Zusammenstellung aus Obst und Gemüse - für die schnelle Küche.

600	Orangen	0,4	kg
408	Kartoffeln festk. Regional	0,5	kg
401	Möhren	0,5	kg
808	Walnüsse Regional	2	100g
25	Chinakohl Regional	0,7	kg
625	Grapefruit rosa	0,4	kg
580	Granatapfel	1	Stück



## Unser aktuelles Angebot an AboBoxen

### Mix Kiste 17,50

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 17,50 €

Eine pfiffige Zusammenstellung aus Obst und Gemüse - für die schnelle Küche.

600	Orangen	0,6	kg
431	Blumenkohl Regional	1	Stück
408	Kartoffeln festk. Regional	0,7	kg
460	Rote Bete Regional	0,7	kg
808	Walnüsse Regional	3	100g
570	Ananas Extra Sweet	1	Stück

### Mix 23

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 4 Personen 23,00 €

Eine pfiffige Zusammenstellung aus Obst und Gemüse - für die schnelle Küche.

600	Orangen	0,7	kg
408	Kartoffeln festk. Regional	1	kg
331	Wirsing Regional	1	kg
460	Rote Bete Regional	0,7	kg
808	Walnüsse Regional	3	100g
25	Chinakohl Regional	0,8	kg
570	Ananas Extra Sweet	1	Stück
212	Radieschen im Bund	1	Stück

### Gemüse 12

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 2 Personen 12,00 €

Leckerer Gemüse - ohne Blattsalate

113	Paprika gelb	2	100g
216	Rettich weiß	1	Stück
335	Rosenkohl	3	100g
25	Chinakohl Regional	0,8	kg
416	Butterkartoffeln fk Regional	1	kg

### Gemüse 17,50

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 17,50 €

Leckerer Gemüse - ohne Blattsalate

113	Paprika gelb	4	100g
216	Rettich weiß	1	Stück
335	Rosenkohl	4	100g
408	Kartoffeln festk. Regional	0,7	kg
25	Chinakohl Regional	0,8	kg
242	Champignon	2,5	100g

### Gemüse 23

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 4 Personen 23,00 €

Leckerer Gemüse - ohne Blattsalate

113	Paprika gelb	4	100g
-----	--------------	---	------



## Unser aktuelles Angebot an AboBoxen

216	Rettich weiß	1	Stück
335	Rosenkohl	5	100g
460	Rote Bete Regional	0,7	kg
408	Kartoffeln festk. Regional	1	kg
25	Chinakohl Regional	0,8	kg
242	Champignon	3	100g

### **Mutter & Kind 12**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 2 Personen 12,00 €

Auch hier packen wir quer durch den Gemüsegarten, allerdings ohne treibende und blähenden Gemüsearten

520	Bananen	0,5	kg
576	Kaki	1	Stück
105	Cherrytomaten	1,5	100g
25	Chinakohl Regional	0,8	kg
416	Butterkartoffeln fk Regional	1	kg
808	Walnüsse Regional	2	100g

### **Mutter & Kind 17,50**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 17,50 €

Auch hier packen wir quer durch den Gemüsegarten, allerdings ohne treibende und blähenden Gemüsearten

520	Bananen	0,7	kg
576	Kaki	1	Stück
967	Feldsalat	1,5	100g
105	Cherrytomaten	2,5	100g
25	Chinakohl Regional	1	kg
416	Butterkartoffeln fk Regional	1	kg
808	Walnüsse Regional	2	100g

### **Mutter & Kind 23**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 4 Personen 23,00 €

Auch hier packen wir quer durch den Gemüsegarten, allerdings ohne treibende und blähenden Gemüsearten

520	Bananen	0,7	kg
576	Kaki	2	Stück
967	Feldsalat	2	100g
105	Cherrytomaten	5	100g
25	Chinakohl Regional	1	kg
416	Butterkartoffeln fk Regional	1	kg
808	Walnüsse Regional	3	100g

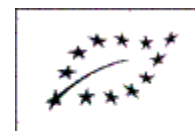
### **Vollsortiment 12**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 2 Personen 12,00 €

Das ist Ihre ausgewogene Versorgung mit Gemüse, Salaten, Rohkost, Kräutern.

416	Butterkartoffeln fk Regional	1	kg
25	Chinakohl Regional	0,8	kg
808	Walnüsse Regional	2	100g



## Unser aktuelles Angebot an AboBoxen

495	Fenchel	0,3	kg
113	Paprika gelb	2	100g
271	Zucchini	0,3	kg

### **Vollsortiment 17,50**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 17,50 €

Das ist Ihre ausgewogene Versorgung mit Gemüse, Salaten, Rohkost, Kräutern.

416	Butterkartoffeln fk Regional	1	kg
25	Chinakohl Regional	1	kg
808	Walnüsse Regional	2,5	100g
495	Fenchel	0,5	kg
113	Paprika gelb	5	100g
271	Zucchini	0,5	kg

### **Vollsortiment 23**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 4 Personen 23,00 €

Das ist Ihre ausgewogene Versorgung mit Gemüse, Salaten, Rohkost, Kräutern.

416	Butterkartoffeln fk Regional	1	kg
25	Chinakohl Regional	1	kg
808	Walnüsse Regional	3	100g
495	Fenchel	0,7	kg
113	Paprika gelb	5	100g
271	Zucchini	0,7	kg
401	Möhren	0,7	kg

### **Rohkost 12**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 2 Personen 12,00 €

Salate und Gemüsearten, die man schnell zubereiten und roh essen kann.

271	Zucchini	0,3	kg
121	Schlangengurke	1	Stück
111	Paprika rot	2	100g
104	Romatomen	0,4	kg
808	Walnüsse Regional	2	100g
25	Chinakohl Regional	0,8	kg

### **Rohkost 17,50**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 17,50 €

Salate und Gemüsearten, die man schnell zubereiten und roh essen kann.

271	Zucchini	0,6	kg
121	Schlangengurke	1	Stück
111	Paprika rot	4	100g
104	Romatomen	0,6	kg
808	Walnüsse Regional	3	100g
25	Chinakohl Regional	0,8	kg

### **Rohkost 23**

von 28.11.2022 bis 04.12.2022



## Unser aktuelles Angebot an AboBoxen

empfohlener Bezugspreis für 4 Personen 23,00 €

Salate und Gemüsearten, die man schnell zubereiten und roh essen kann.

271	Zucchini	0,7	kg
121	Schlangengurke	1	Stück
111	Paprika rot	5	100g
104	Romatomen	0,7	kg
808	Walnüsse Regional	3	100g
25	Chinakohl Regional	1	kg
490	Kohlrabi	2	Stück

### Obstkiste 12

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 2 Personen 12,00 €

Darin befinden sich Obst- und Südfrüchte der Saison.

609	Clementine	0,5	kg
520	Bananen	0,5	kg
625	Grapefruit rosa	0,4	kg
576	Kaki	2	Stück
730	Kiwi	2	Stück
507	Apfel Santana	0,4	kg

### Obstkiste 17,50

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 17,50 €

Darin befinden sich Obst- und Südfrüchte der Saison.

609	Clementine	0,7	kg
520	Bananen	0,7	kg
625	Grapefruit rosa	0,6	kg
576	Kaki	3	Stück
730	Kiwi	3	Stück
507	Apfel Santana	0,6	kg

### Obstkiste 23

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 4 Personen 23,00 €

Darin befinden sich Obst- und Südfrüchte der Saison.

609	Clementine	1	kg
520	Bananen	1	kg
625	Grapefruit rosa	0,7	kg
576	Kaki	4	Stück
730	Kiwi	4	Stück
507	Apfel Santana	0,7	kg

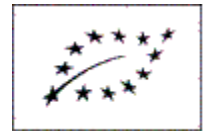
### Feierabendkiste

von 28.11.2022 bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 30,00 €

Alles für einen gemütlichen und entspannten Feierabend !!!

9008	Mini-Spekulatius mit Vollmilch	1	Stück
12150	Heißer Hirsch weiß Vol. 11,5%	1	Stück



## Unser aktuelles Angebot an AboBoxen

12178	Holunder-Punsch alkoholfrei	1	0,7l
1028	Zwiebelpoller ca. 400g	1	Stück
4097	Hackepeter gekocht	1	Stück
3103	Butterkäse Aurora 50%F	1	100g
4052	Nürnberger Rostbratwürste	1	Stück
5105	Sauerkraut Demeter	1	Stück
8077	Scharfer Senf	1	160ml
808	Walnüsse Regional	1,5	100g

### **Frühstückskiste**

von 28.11.2022

bis 04.12.2022

empfohlener Bezugspreis für 3 Personen 30,00 €

Zusammenstellung aus unserem Sortiment für den Frühstückstisch

1120	Feines Roggenbrot ca. 1kg	1	Stück
3009	Frischkäse Natur 22 % F.i.Tr.	1	100g
7002	Erdbeere-Fruchtaufstrich	1	200g
7065	Winterhonig Nuss & Zimt	1	250g
2319	Trink-Kefir mild 0,5 l Demeter	1	Stück
2354	Vanille Pudding 150g	1	Stück
2355	Schoko Pudding 150g	1	Stück
2024	Milchreis mit Kirschsauce	1	150g
11003	Gourmet Kaffee, gemahlen	1	500g