



ADAMAH
BioHof

Mach mit
beim BioKistl
Sommer-
gewinnspiel!

Bestellen & gewinnen

Stell dir vor, heuer kommt das Christkind schon im Sommer! Wie das geht? Wer im Juli und August 8 Mal oder öfter bei uns bestellt, darf sich mit etwas Glück im September über eine genussvolle Überraschung freuen. Denn unter allen fleißigen Besteller:innen verlosen wir 3 ADAMAH Genussgutscheine im Wert von € 50,- sowie 3 ADAMAH Kochbücher „Gutes aus der BioHof-Küche“. Als Hauptpreis erwarten dich 3 vitamingeladene Monate mit dem BioKistl im Wert von € 338,-

Wie du mitmachen kannst? Einfach bestellen, genießen und schon nimmst du an unserem Sommergewinnspiel teil. Tu dir Gutes, verwöhne Leib und Seele mit unseren feinen Bio-Produkten und vielleicht legt das ADAMAH Christkind nach dem Sommer ja genau bei dir einen kleinen Zwischenstopp ein.

Urlaubstipp für dein BioKistl: Endlich Urlaubszeit! Aber was tun mit dem BioKistl? Entscheide dich beim Eintragen einer Lieferpause für eine Spende an eine soziale Organisation oder schenke es einem lieben Menschen, der sich während deines Urlaubs um deine Pflanzen oder die Katze kümmert. Hier findest du alle Infos www.adamah.at/deinkistlhilft

Schick dein
BioKistl auf
Reisen!



Neues vom BioHof | KW23 | 5.6. bis 11.6.23



Glutenfrei genießen

Du möchtest oder musst in deiner Ernährung aufgrund einer Zöliakie oder Unverträglichkeit auf Gluten verzichten? Dann bist du bestimmt stets auf der Suche nach leckeren, glutenfreien Brot- und Gebäckspezialitäten, Nudeln, Müslis, Snacks und mehr. Wir haben unser glutenfreies Sortiment aufgestockt und freuen uns, dir unsere Neuzugänge vorstellen zu dürfen. Gerne bereichern wir mit unseren Rezeptideen deinen Speiseplan.

Schau gleich auf www.adamah.at/glutenfreier_genuss vorbei!

Genusstipp

Hast du gewusst, dass das glutenfreie Reis- und Buchweizenbrot der BioHofbäckerei Mauracher noch besser schmeckt, wenn du es toastest und lauwarm genießt? Mit leicht geschmolzener Rohmilchbutter und Schnittlauch oder fruchtiger Marmelade ein echter Hochgenuss!

Buchweizenbrot, 600 g

€ 8,95

Reisbrot mit

Flohsamenschalen, 600 g

€ 8,60



Unikat:Dinner am BioHof

Ein einzigartiges, kulinarisches, pflanzliches und natürlich biologisches Vergnügen in 5 Akten veranstaltet Unikat:Dinner bei uns am BioHof. In der Hauptrolle: „Die Zucchini“, welche sich in unserem wunderschönen Kräutergarten fünfmal von ihren vielfältigen Facetten präsentiert. Alles von Hand mit Liebe zubereitet, jedes Stück ein Unikat!

Komm vorbei, lass in geselliger Runde an einer liebevoll gedeckten Tafel die Seele baumeln und fröne einem unvergesslichen Menü, das seinesgleichen sucht. Bei Schlechtwetter machen wir es uns im Stadl gemütlich. Sicher dir gleich deinen Platz unter www.unikat-essen.com oder schicke eine E-Mail an hi@unikat-essen.at

Wann: Donnerstag 29.6. // 18:00 – 21:00 Uhr

Wo: ADAMAH BioHof

Kosten: € 149,- inkl. Getränke



Endlich wieder da!

Freu dich auf Christian Weinbubs fruchtig-süße Erdbeeren aus dem Weinviertel. Rezeptideen gibt's auf www.adamah.at/erdbeeren

Bio-Erdbeeren, 250 g € 4,10



ADAMAH BioHof, ADAMAH Vertriebs GmbH, FN 554551 t, Landesgericht Korneuburg
Sonnenweg 11, 2280 Glinzendorf, Österreich, Tel.: +43 2248 2224
E-Mail: biohof@adamah.at, www.adamah.at



LANDGARTEN

Vor 25 Jahren war LANDGARTEN nicht mehr als ein Hirngespinnst in den Köpfen zweier Jungbauern mit Ambitionen. Sie bauten eine Hülsenfrucht an, die in hiesigen Gefilden kaum bekannt war, stellten den Anbau auf nachhaltige Produktion um und rösteten Sojabohnen zu einem Bio-Snack. Herbert Stava und Johannes Strobl haben durchgehalten und heute dürfen sich die beiden über die Früchte ihrer harten Arbeit freuen. LANDGARTEN verwandelt im niederösterreichischen Bruck an der Leitha Sojabohnen und vieles mehr in pikante Knabberereien und schokoladeüberzogene Gaumenfreuden. Herberts und Johannes' kleine Köstlichkeiten werden mit Sorgfalt, jeder Menge Handarbeit und höchsten Qualitätsansprüchen sowie einzigartigem Geschmack hergestellt. Statt Palmöl kommt bei LANDGARTEN nur feinste Bio-Schokolade in fairer Qualität nach eigener Rezeptur zum Einsatz. Die smarten Knabbersnacks sind allesamt glutenfrei und überraschen mit vielen veganen Sorten.

Seit Kurzem haben wir für dich eine feine Auswahl an süßen und pikanten Leckereien im ADAMAH-Sortiment! Ob pur gesnackt, im Müsli, Porridge oder Smoothie sowie als Topping für Salate und Bowls – die Bio-Knabbersnacks im praktischen Kleinformat verleihen deinen Gerichten das gewisse Etwas!



Herbert Stava zählt mit LANDGARTEN zu Österreichs stolzen Bio-Pionieren.



Bio-Knabbersnacks

Knabber Mix Original , 50 g	€ 1,79 statt € 1,99
Cashews Kokos-Curry , 50 g	€ 2,25 statt € 2,49
Mandeln Tomate-Kräuter , 50 g	€ 2,25 statt € 2,49
Pure Superfruit Mix , 40 g	€ 1,79 statt € 1,99
Himbeeren / Erdbeeren / Heidelbeeren gefriergetrocknet, je 20 g	€ 4,99



© Sandra Tauscher

Zutaten für 3 Personen

- 2 Erdäpfel
- 100 g Pilze
- 1 Kohlrabi
- 100 g Mangold
- 2 Karotten
- 1 Knoblauchzehe
- 10 Kirschparadeiser
- 1 Zweig Thymian
- 3 Eier
- 1 Bund Petersilie
- Olivenöl, Salz & Pfeffer

Bauernfrühstück

Man sagt, dass das Frühstück die wichtigste Mahlzeit des Tages ist. Für alle, die es am Wochenende so richtig zelebrieren oder sich gerne eine gute Unterlage für die Herausforderungen des Tages verschaffen, können wir diese Rezeptidee von **Sandra Tauscher** wärmstens empfehlen. Weil dabei auf den Teller kommt, was schmeckt und was der Kühlschrank hergibt, ist es noch dazu die perfekte Reste-Veredelung.

Zubereitung ca. 30 Minuten

1. Die **Erdäpfel** waschen und grob reiben. Die **Pilze** putzen und vierteln. Den **Kohlrabi** schälen und in kleine Stücke schneiden. Den **Mangold** und die **Karotten** waschen und beides in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in Scheiben schneiden. Die **Paradeiser** waschen und die **Thymianblättchen** abzupfen.
2. Etwas **Öl** in einer Pfanne erhitzen, die geriebenen **Erdäpfel** hineingeben, **salzen** und rösten, bis die Stückchen beginnen glasig zu werden. Dann an den Rand der Pfanne schieben. Nun die **Pilze** hineingeben und mit **Thymian** und **Salz** würzen. So lange rösten, bis sie ein klein wenig Feuchtigkeit lassen, dann ebenfalls zur Seite schieben.
3. Nun den **Kohlrabi** in die Pfanne geben, **salzen** und rösten, bis er beginnt glasig zu werden. Danach ebenfalls an den Pfannenrand schieben. Genauso mit den **Karotten** und den **Kirschparadeisern** verfahren.
4. Zuletzt den **Mangold** und den **Knoblauch** hineingeben. **Salzen** und braten, bis der Mangold zusammenfällt. Dann die **Eier** in die Pfanne aufschlagen und bei schwacher Hitze gar werden lassen. Nach Belieben **Petersilie** darüberstreuen und mit frisch getoastetem Brot servieren.

Tipp: Variiere dieses Rezept ganz nach Lust und Laune. Paprika, Rucolablätter, etwas geriebener Käse und ein Rest Pesto schmecken darin sehr gut. Getoppt mit veganen Bratfilets und Knabbersnacks von Landgarten ein echter Hochgenuss!

It's a match!

Die veganen Bratfilets von Taifun einfach kurz anbraten oder grillen und im Handumdrehen bereichern sie deine Gerichte!

- Japanische Art**, 160 g € 2,99
- Bärlauch**, 160 g € 3,05 statt € 3,35



Dieses und viele weitere leckere Rezepte findest du in unserem Webshop unter www.adamah.at/rezepte

