

# LANDWEGE

Bio aus nächster Nähe

## UNSERE MONATSINFO JANUAR

Hier gibt's 100 % Bio



Regional von LANDWEGE Höfen – geliefert von unseren 30 Mitgliedsbetrieben aus durchschnittlich 30 km Entfernung. Erhältlich in unseren 4 Bio-Märkten in Lübeck. Nachhaltig, frisch, fair – wie unsere Produkte, so unser Handeln.

WWW.LANDWEGE.DE

## TOMATENSUPPE MIT REIS

FÜR DICH für jeden Tag



### ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- ☐ 2 Knoblauchzehen
- ☐ 2 mittelgroße Zwiebeln
- ☐ 1 EL bioladen\*Butter
- ☐ 100g bioladen\*Parboiled Reis
- ☐ 2 EL bioladen\*Tomatenmark
- ☐ 800g (2 Dosen) bioladen\*Tomatenstücke Cubetti
- ☐ 400ml bioladen\*Gemüsefond
- ☐ 1 TL Kräuter der Provence
- ☐ 1 Schuss bioladen\*Ahornsirup oder bioladen\*Agavendicksaft
- ☐ Salz & Pfeffer
- ☐ 4 – 5 EL bioladen\*Rahmjoghurt (oder bioladen\*Vegan Joghurt-alternative)
- ☐ 4 – 5 EL Parmesan, gehobelt
- ☐ zum Garnieren frischen bioladen\*Basilikum

Die Zubereitung findest du unter Rezepte auf bioladen.de

@bioladen\_de Bioladen.de



LANDWEGE Bio aus nächster Nähe



Bio-Markt Ziegelstraße  
Ziegelstraße 3 – 5, 23556 Lübeck  
Tel. 0451 – 881 83 13 – 500  
Mo – Fr 08 – 19 Uhr  
Sa 08 – 18 Uhr

Bio-Markt am Kanal  
Kanalstraße 78 – 80, 23552 Lübeck  
Tel. 0451 – 881 83 13 – 100  
Mo – Fr 08 – 19 Uhr  
Sa 08 – 18 Uhr

Bio-Markt am Brink  
Am Brink 9, 23564 Lübeck  
Tel. 0451 – 881 83 13 – 200  
Mo – Fr 08 – 19 Uhr  
Sa 08 – 14 Uhr

Bio-Markt am Kamp  
Heiligen-Geist-Kamp 4a, 23568 Lübeck  
Tel. 0451 – 881 83 13 – 300  
Mo – Fr 08 – 19 Uhr  
Sa 08 – 14 Uhr

Das Freibackhaus  
Glockengießerstraße 42, 23552 Lübeck  
Tel. 0451 – 881 83 13 – 700  
Mo – Fr 07 – 18 Uhr  
Sa 07 – 13 Uhr

WWW.LANDWEGE.DE



# SAFTIG- SPRITZIGES

von Lindo Mondo und L'Arcobaleno.

Erfahrt wo unsere Zitrusfrüchte  
Sonne tanken: einfach die  
QR-Codes scannen!



Anna Maria Catalanotto & Francesco Memo

bioladen



## MANGO-KOKOS- SUPPE



Super  
SCHNELL  
fertig!

JETZT AUSPROBIEREN!

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 1 Glas bioladen\* Mangopüree
- 1 Dose bioladen\* Kokosmilch leicht
- 200 ml bioladen\* Gemüsefond
- Saft einer halben bioladen\* Orange
- 1 kleine Schalotte
- etwas bioladen\* Olivenöl zum Anschwitzen
- 1 kleines Stück Ingwer (ca. 3 cm)
- 2 TL bioladen\* Schwarzkümmelöl
- Salz, Pfeffer, Chili nach Geschmack
- etwas frischer Koriander
- bioladen\* Kokoschips zum Garnieren



Die Zubereitung findet du  
unter Rezepten auf bioladen.de

@bioladen\_de Bioladen.de

### Agavendicksaft naturtrüb bioladen\*

Vollmundig aromatisch,  
mit malzig-karamelliger Note.  
Im praktischen Spender.



4 49  
€/500g  
8,98/1kg

### Ananasstücke bioladen\*

Im eigenen Saft. In lokalen Betrieben  
auf Sri Lanka direkt nach der Ernte  
per Hand verarbeitet.  
Abtropfgewicht 405g.



6 99  
€/665g  
17,26/1kg

Meine  
LANDWEGE  
für jeden Tag!

Immer  
12% RABATT  
bei uns?  
KANNST DU HABEN!

Mehr Infos direkt im Markt oder auf  
www.landwege.de/genossenschaft/mitglied-plus

### Gerstengras Trinkpulver Greenic

Für Smoothies und Getränke.



8 99  
€/150g  
59,93/1kg

### Chiasamen Govinda

Für Chia Pudding, im Müsli  
oder im Brot.



6 49  
€/450g  
14,42/1kg

### Granatapfel Voelkel

100% Muttersaft. Nur mit frucht-  
eigener Süße. In der Mehrweg-Pfand-  
flasche.



7 99  
€/0,75l  
10,65/1l

### Vegane Art Leberwurst mit oder ohne Röstzwiebeln Hedi Natur

Brataufstrich aus braunen Linsen.



3 29  
€/140g  
23,50/1kg

### Veganes Gulasch Sancho

Fein abgeschmeckt mit aroma-  
tischen Gewürzen. Genau das  
Richtige, wenn es mal schnell  
gehen muss.



3 49  
€/330ml  
10,58/1l

### Leinöl nativ bioladen\*

Mit milder Note und leicht nussigem  
Geschmack. Zur kalten Anwendung  
in der Küche.



4 29  
€/250ml  
17,16/1l

### Ingwer Zitrone oder Halswärmer Yogi Tea®

Ayurvedische Kräuterteemischung.  
17 Beutel.



3 29  
€/30,6g/32,3g  
107,52/101,86/1kg

### FrISChe Pasta Tagliatelle bio-verde

Goldgelb und bissfest.  
Nach traditionell italienischem  
Rezept hergestellt.



2 29  
€/250g  
9,16/1kg

### Vegani Hafer, Kokos oder Soja Natur bioladen\*

Die Joghurtalternative. Cremig und mild.



1 59  
€/400g  
3,98/1kg

2 49  
€/400g  
6,23/1kg

1 29  
€/400g  
3,23/1kg

### Joghurt Mango Vanille bioladen\*

Besonders cremig mit 3,5% Fett  
im Milchanteil. Mit feiner Bourbon-  
Vanille und dem reinen Geschmack  
der Mango. Im 500-g-Mehrwegglas.



2 29  
€/500g  
4,58/1kg

### Kräuterfrischkäse bioladen\*

Doppelrahmstufe. Cremig-frisch.  
Mit Dill, Basilikum, Rosmarin,  
Majoran, Oregano, Petersilie und  
Thymian.



1 99  
€/175g  
11,37/1kg

### Vinnocence Merlot alkoholfrei

Samtig und vollmundig mit  
geringer Säure.

Entalkoholisierter Merlot. Schmeckt nach  
Pflaumen und Kirschen. Ein guter Begleiter  
zu Pizza und Pasta.  
Alkoholfrei. Riegel, Deutschland.



Merlot  
alkoholfrei  
Deutschland  
vegan  
14-16°C

6 99  
€/0,75l  
9,32/1l