



Obst und Gemüse

Produkt	Preis	Kg/St	Herkunft	Zertifizierung	Info
Äpfel / Birnen					
Apfel Sissyred	4,99 €	Kg	Altes Land	demeter	
Apfel Elstar	4,99 €	kg	Altes Land	demeter	
Apfel Holsteiner Cox	4,99 €	kg	Altes Land	demeter	
Apfel Gravensteiner	4,99 €	kg	Altes Land	Demeter	
Apfel Topaz	3,99 €	kg	Baden	demeter	
Birnen	5,99 €	kg	NL	Bioland	Conference
Steinobst					
Pflaumen/Zwetschgen	4,99 €	kg	D	demeter	
Pflaumen blau und gelb	7,99 €	kg	Spanien	EG	
Bananen					
Bananen	2,99 €	Kg	Dominikanische Republik	EG-Bio	
Zitrusfrüchte					
Orangen	3,99 €	Kg	ZA		
Grapefruit rot	4,99 €	Kg	Spanien	EG-Bio	
Zitronen	6,99 €	Kg	CL	EG-Bio	
Limetten	7,99 €	Kg	CO	EG-Bio	
Trockenfrüchte					
Ananas getrocknet	5,99 €	100 g	Gahna	EG Bio	
Mango getrocknet	4,99 €	100 g	Peru	EG Bio	
Berfeigen	1,99 €	100 g	Türkei	EG-Bio	
Datteln lose	1,99 €	100g	Israel	EG-Bio	
Beeren und Trauben					
Heidelbeeren	3,49 €	125 g	Arentinien	EG	
Himbeeren	3,99 €	250 g	regional	Naturland	Hof Lohmann
Trauben hell kernlos	7,90 €	kg	Italien	EG	
Trauben dunkel kernlos	7,90 €	kg	Italien	EG	Sorte Crimson
Kiwi					
Kiwi gold	0,99 €	Stück	NZ	EG	
Kiwi grün	0,70 €	Stück	Frankreich	EG Bio	
Exoten					
Ananas	3,99 €	Stück	Costa Rica	EG-Bio	
Avocado	8,99 €	kg	Spanien	EG-Bio	
Honigmelone Piel de Sapo	2,99 €	kg	Spanien	EG-Bio	
Mango Kent	2,99 €	Stück	Peru	EG Bio	
Ingwer	12,90 €	kg	Peru	EG-Bio	
Kurcuma	1,69 €	100g	Peru	Demeter	
Fruchtgemüse					
Auberginen	6,99 €	Kg	regional	Bioland	
Paprika gelb	9,90 €	Kg	regional	Bioland	

Paprika rot	9,90 €	Kg	regional	Bioland	
Spitzpaprika rot	12,90 €	Kg	regional	Billand	
Chili / Peperoni rot	2,49 €	100g	Spanien	Demeter	
Schlangengurke	2,20 €	Stück	regional	Bioland	
Ochsenherztomate	9,90 €	kg	regional	Bioland	
Ebeno Tomate dunkel	7,90 €	kg	regional	Bioland	
Tomaten	4,99 €	Kg	Freckenhorst	demeter	eigene Ernte
Cherrytomaten	12,90 €	Kg	Füchtorf	Bioland	regional
Hokkaido	2,99 €	kg	regional	Naturland	Hof Lohmann
Zucchini	4,99 €	Kg	D	demeter	
Kohlgemüse					
Brokkoli	7,90 €	Kg	regional	Bioland	
Blumenkohl	3,99 €	Stück	regional	Bioland	
Chinakohl	3,99 €	kg	regional	Bioland	
Kohlrabi	1,90 €	Stück	Deutschland	Bioland	
Spitzkohl	3,99 €	Kg	Deutschland	demeter	eigene ERnte
Weißkohl	3,99 €	Kg	regional	Demeter	
Rotkohl	3,99 €	Kg	regional	Demeter	
Rotkohl mit Apfel	4,99 €	500g/Stück	Deutschland	Demeter	
Sauerkraut	2,99 €	500g/Stück	Deutschland	Demeter	
Blatt- und Stängelgemüse					
Spinat	8,99 €	kg	Münster	Bioland	regional
Mangold	5,99 €	kg	regional	Demeter	
Fenchel	4,99 €	kg	Italien	IA	
Staudensellerie	2,99 €	Stück	Deutschland	Bioland	
Hülsenfrüchte					
Buschböhnchen	6,99 €	kg	regional	Bioland	
Wurzel- und Knollengemüse					
Möhren	2,80 €	Kg	D	Bioland	
knollensellerie	3,90 €	kg	Deutschland	Bioland	
Wurzelpetersilie	6,90 €	kg	Deutschland	Bioland	
Pastinaken	3,99 €	kg	Deutschland	Bioland	
Meerrettich	9,90 €	kg	Österreich	demeter	
Steckrübe	2,90 €	kg	Deutschland	Bioland	
Rote Bete	2,99 €	Kg	Deutschland	Bioland	
Rote Bete vakuum	3,49 €	500g/Stück	Deutschland	Demeter	
Zwiebelgemüse					
Knoblauch trocken	1,29 €	100g	Spanien	Demeter	
Knoblauch frisch	1,29 €	100g	Ägypten	Eg	
Frühlingszwiebeln	2,99 €	Bd.	Freckenhorst	demeter	eigene Ernte
Porree	5,99 €	Kg	Spanien	EG-Bio	
Zwiebeln rot	3,99 €	kg	Italien	EG-Bio	
Gemüsezwiebeln	2,99 €	kg	regional	Naturland	
Schalotten	8,99 €	Kg	Frenkreich	EG-Bio	
Zwiebeln gelb	3,99 €	Kg	Deutschland	Bioland	
Kartoffeln					
Linda	2,90 €	Kg	Lüneburger Heide	Biokreis	fest
Gunda	2,90 €	kg	D	Demeter	mehlig

Laura	2,90 €	kg	D	Bioland	vorwiegend fest
Süßkartoffeln	5,99 €	Kg	Spanien	EG Bio	
Kräuter					
Petersilie glatt	1,80 €	Bund	D	demeter	eigene Ernte
Petersilie kraus	1,80 €	Bund	D	demeter	eigene Ernte
Schnittlauch im Topf	1,99 €	Topf	regional	Bioland	
Basilikum im Topf	1,99 €	Topf	Deutschland	Bioland	
Schnittlauch	1,80 €	Bund	eigene Ernte	Demeter	regional
Koriander	1,80 €	Bund	Deutschland	Bioland	
Rosmarin	1,80 €	Bund	Deutschland	Bioland	
Thymian	1,80 €	Bund	Deutschland	Bioland	
Kresse					
Kresse einfach	0,89 €	Stück	Deutschland	Bioland	
Kresse Radieschen	0,99 €	Stück	Deutschland	Bioland	
Pilze					
Austernpilze	1,29 €	100g	Deutschland	Bioland	
Kräuterseitling	2,49 €	100g	Deutschland	Demeter	
Pfifferlinge	3,50 €	100g	Polen	Wildsammlung	
Shiitake Pilz	2,49 €	100g	Deutschland	Demeter	
Steinchampignon	0,99 €	100g	Deutschland	Demeter	
Salate					
Bataviasalat rot	2,00 €	Stück	D	Demeter	eig. Ernte
Eichlaub rot	2,00 €	Stück	D	Demeter	eig. Ernte
Kopfsalat	2,00 €	Stück	D	Demeter	eig. Ernte
Eichlaubsalat grün	2,00 €	Stück	D	Demeter	eig. Ernte
Radicchio	6,99 €	kg	regional	Bioland	
Bataviasalat grün	2,00 €	Stück	D	Demeter	eig. Ernte
Wildkräutersalat	2,49 €	100 g	regional	Bioland	Füchtorf
Feldsalat	2,49 €	100 g	regional	Bioland	Füchtorf
Rucola	2,49 €	100g	regional	Bioland	