

bioaktiv

Angebote
13. bis 26. Januar

Jetzt zugreifen



Nuss Müsli
Rosen Garten

750g (1kg = 7,32 €)

Div.

AKTION

5,49

Natur kostet nicht die Welt.

Solange der Vorrat reicht.

Obst & Gemüse

Strauchtomaten

AKTION

Zum
Tagespreis

Preis pro kg



Zitronen

AKTION

Zum
Tagespreis

Preis pro kg



Datteln

AKTION

Zum
Tagespreis

Preis pro kg



Fischfilet auf grünen Bohnen

Zutaten für 4 Personen:

- 800 g Fischfilet
- 500 g grüne Bohnen
- 500 g Tomaten
- einige Thymianzweige
- 3 Eier
- 100 g Semmelbrösel
- 1 Zitrone
- Bratöl
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Und so wird's gemacht:

- Zuerst den Fisch säubern und etwas trocken tupfen, dann von beiden Seiten mit etwas Salz bestreuen.
- Die Bohnen putzen und in kochendem Wasser ca. 10 Min. garen, abgießen und kalt abspülen (dann bleiben sie schön grün).
- Tomaten waschen, in Stücke schneiden und in einer großen Pfanne mit Olivenöl und Thymian für ca. 3 Min. anbraten. Pfeffer und Salz dazugeben und die Bohnen unterheben, auf kleiner Flamme warm halten.
- Das Ei verquirlen, den Fisch darin wenden, in Paniermehl wälzen und im Bratöl von beiden Seiten goldbraun braten.
- Anschließend den Fisch, auf den Bohnen gebettet, anrichten und mit Zitronenecken garnieren.

Guten Appetit!

Milch & Co

Der charakteristische liebliche Geschmack feiner junger Möhren und seine appetitliche orangene Farbe machen diesen Käse zu etwas ganz Besonderem.



Möhren Gouda 50%
Bastiaansen
Preis pro 100 g

AKTION
1,29



So Soja! Alternative zu Quark natur
Kornlos
400 g (1 kg = 3,48 €)

AKTION
2,19



Joghurt mild natur
1,5% oder 3,8%
Paul Söbbeke
500 g (1 kg = 2,18 €) * zzgl. Pfand

AKTION
1,09

Feinkost & Wurst



Schinkenwürfel oder Gestreifter Speck geräuchert
Ökoland
807/100 g (100 g = 3,61/2,89 €)

AKTION
2,89



Teig für Quiche & Tartes
Kornlos und glutenfrei
270 g (1 kg = 10,33 €)

AKTION
2,79



Energie-Taler
kräftiger Mini-Burger mit frischen Sprossen



Glücks-Sterne
mit Hokkaido-Kürbis und Sonnenblumenkernen



Quinoa-Taler
mit Minze, Gemüse und Sonnenblumenkernen



Bratlinge (verser Sorten)
SOTO
195/250 g (100 g = 1,28/1,00 €)

AKTION
2,49

Milch & Co

Der charakteristische liebliche Geschmack feiner junger Möhren und seine appetitliche orangene Farbe machen diesen Käse zu etwas ganz Besonderem.



Möhren Gouda 50%
Bastiaansen
Preis pro 100 g

AKTION
1,29



So Soja! Alternative zu Quark natur
Kornlos
400 g (1 kg = 3,48 €)

AKTION
2,19



Joghurt mild natur
1,5% oder 3,8%
Paul Söbbeke
500 g (1 kg = 2,18 €) * zzgl. Pfand

AKTION
1,09

Feinkost & Wurst



Schinkenwürfel oder Gestreifter Speck geräuchert
Ökoland
807/100 g (100 g = 3,61/2,89 €)

AKTION
2,89



Teig für Quiche & Tartes
Kornlos und glutenfrei
270 g (1 kg = 10,33 €)

AKTION
2,79



Energie-Taler

kräftiger Mini-Burger mit frischen Sprossen



Glücks-Sterne

mit Hokkaido-Kürbis und Sonnenblumenkernen



Quinoa-Taler

mit Minze, Gemüse und Sonnenblumenkernen

Bratlinge (verser Sorten)
SOTO
195/250 g (100 g = 1,28/1,00 €)

AKTION
2,49

Kosmetik & Co



Ob feines, strapaziertes oder zu Schuppen neigendes Haar: Die Logona Shampoos wurden gezielt für die unterschiedlichen Bedürfnisse von Kopfhaut und Haar entwickelt. Alle Shampoos reinigen äußerst schonend mit milden Waschsubstanzen pflanzlichen Ursprungs und sind bestens für eine tägliche Anwendung geeignet. Vitalisierende pflanzliche Wirkstoffe und natürliche Feuchtigkeitsspender sorgen für ein natürliches Gleichgewicht von Haar und Kopfhaut – und nachhaltig gepflegte Haare voller Glanz, Geschmeidigkeit und Elastizität.

Shampoo
Diverse Sorten
Logona
250 ml (100 ml = 2,19 €)

AKTION

5,49

Reiche Inhaltsstoffe

Haferkleie aus der Bauchof Mühle ist eine schnelle, praktische Nahrungsergänzung zur ballaststoffreichen Ernährung. Sie ist reich an Vitamin B1 und Eisen und enthält wichtige Mineralstoffe und Spurenelemente. Ideal zu verwenden für Müsli, Joghurt, Quarkspesen, Obstpüree, Suppen, Soßen, Aufläufe, Brot und Backwaren.



Haferkleie
Bauchof

300g (1 kg = 7,30 €)

SONDERARTIKEL

2,19

greenorganics

immer günstig!



Sultaninen
greenorganics
200g (100g = 1,29 €)
IMMER GÜNSTIG
1,39

Sultaninen
greenorganics
500g (1kg = 4,78 €)
IMMER GÜNSTIG
3,39



Cranberries
greenorganics
100g
IMMER GÜNSTIG
2,19



Leinsaat
greenorganics
500g (1kg = 3,58 €)
IMMER GÜNSTIG
1,79

Bio für eine Welt



Bananenchips
BioTropic
125g (100g = 1,27 €)
AKTION
1,59



Apfelchips
BioTropic
90g (100g = 2,54 €)
AKTION
2,29



... mehr zu den tollen Produkten von BioTropic hier...

bioaktiv

- vegan
- glutenfrei
- lactosefrei

PEGÄH
Kulturcafé

leckere, faire & zugleich ökologisch wertvolle Imbisse & Getränke

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9:00 - 18:00, Sa. 9:00 - 14:00 Uhr

Echt Bio!
Natur & Gesundheit

Kontrollierte
Naturkosmetik
Naturkost

als Mitglieder können Sie bei uns sogar noch 30% sparen!



Stresemannstraße 3, Wuppertal, Telefon: 0202 5158961
Zwischen Alter Markt, Post und Barmer Bahnhof

Angebote solange der Vorrat reicht. Produktabbildungen können vom Original abweichen und sind ohne Deko zu erwerben, Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten. Einzelne Artikel nicht in allen teilnehmenden Läden erhältlich. Rezepte und Rezeptbilder in Kooperation mit **[ECHT BIO.]**