

bioaktiv

Angebote
17. bis 30. September

Jetzt zugreifen



Burger-Fertigmischung
Diverse Sorten
Bioaktiv
160 g (1,00g = 0,07 €)

AKTION

1,39

Natur kostet nicht die Welt.

Solange der Vorrat reicht.

Obst & Gemüse

Avocados

Preis pro Stück

AKTION

Zum Tagespreis



Mangold
bunt

Preis pro kg

AKTION

Zum Tagespreis



› Fenchel: Das leckere Anti-Stress-Gemüse

Mancher kennt Fenchel vielleicht nur als Tee aus Kindertagen, um einen aufgewühlten Magen zu beruhigen. Dafür verwendet man die ansartig schmeckenden Samen des wilden Fenchels oder des Gartenfenchels.

Hildegard von Bingen schreibt in ihrem Kräuterbuch: „Wie auch immer er gegessen wird, macht er den Menschen fröhlich und vermittelt ihm angenehme Wärme und eine gute Verdauung.“

Als Gemüse ist die weiße, knackige Blattknolle des Fenchels eine gesunde Kostlichkeit, die immer mehr Menschen zu schätzen wissen. Fenchelknollen lassen sich sowohl als Rohkost wie auch gekocht oder gebraten verspeisen. Viel Vitamin A und doppelt soviel Vitamin C wie Orangen, dazu viel Calcium, Eisen und Phosphor machen das mit nur 24 Kilokalorien pro 100 Gramm schlanke Gemüse zu einem gesunden Genuss. Ein zusätzliches Plus für das Wellness-Food: auch der Gemüsefenchel enthält, wie die für den Tee verwendeten Fenchelsamen, bestimmte ätherische Öle, die magenberuhigend und entzündungshemmend wirken.

Fenchel

Preis pro kg

AKTION

Zum Tagespreis



Fenchelcarbonara mit knusprigen Speckwürfeln

Zutaten für 4 Personen:

- 3–4 Fenchelknollen (ca. 600 g)
- 600 g Spaghetti
- 150 ml Weißwein oder Gemüsebrühe
- 50 g Parmesan, frisch gerieben
- 100 g Speck, gewürfelt
- 1/2 TL Muskat, gerieben
- 2 EL Sahne
- 2 Eier
- Öl
- Pfeffer und Salz

Und so wird's gemacht:

Spaghetti wie gewohnt kochen. Vom Fenchel das Grüne abschneiden, hacken und zur Seite stellen. Evtl. den Strunk abschneiden und den Rest in dünne Streifen schneiden und waschen. Fenchel in Öl anbraten, pfeffern und salzen, den Wein angießen und bei geschlossener Deckel ca. 10 Min. köcheln lassen. Den Speck in einer kleinen Pfanne auslassen. In einer großen Schüssel Eier, Sahne, Parmesan, Muskat, Pfeffer und Salz verquirlen. Die sehr heißen Spaghetti und den Fenchel in die Schüssel geben und alles miteinander vermengen. Auf Tellern anrichten, den Speck darübergeben und mit dem Fenchelgrün garnieren.

Milch & Co



Soja Joghurt Alternative
ohne Zucker
Provamel
500g (1kg = 2,98 €)

AKTION
1,49



Schnittkäse 50%
Grüner Keil • Uriger Hanneke
Paal/Gabbeke
Preis pro 100g

AKTION
1,99



Soja Joghurt Alternative
No Kosmos + Mandel
Provamel
500g (1kg = 4,38 €)

AKTION
2,19



Mozzarella
DWA
100g

AKTION
1,09

Feinkost & Wurst



Mettwürstchen
mit Rind- und Schweinefleisch
Bio Can Canine
210g (100g = 1,90 €)

AKTION
3,99

› Bunte Gewürz-Optik, fleischähnlicher Biss und wunderbarer Geschmack. Das ist ein herzhaftwürziges, pflanzliches Steak. In der Pfanne kurz anbraten oder kurz von beiden Seiten auf den Grill.



Veganes Virginia Steak
mit Seitan
Wherby
175g (100g = 1,82 €)

AKTION
3,19

› Ein klassischer Bio-Nudelsalat mit Erbsen und Möhren – ein idealer Begleiter auch für einen Grillabend. Grundlage für den Salat sind Farfalle-Nudeln. Hinzu kommen knackige Möhren, Erbsen und Mais. Geschmacklich abgerundet wird das Ganze durch eine mit mildem Joghurt verfeinerte Salatmayonnaise.



Nudelsalat
mit Farfalle-Nudeln
Gewürzt
600g (1kg = 3,73 €)

AKTION
2,29

Snacks & Co

Vollkorn-Doppelkekse
Kakao • Zartbitter
Allos
330 g (1 kg = 3,45 €)

AKTION
2,79



Schokokekse
Vollmilch • Zartbitter
Allos
1,30 g (1,00g = 2,15 €)

AKTION
2,79



Vollkornbrot
6 Getreidearten • Sonnenblumenkern
Davert
500 g (1 kg = 4,98 €)

AKTION
2,29



Walnussbrötchen
zum Aufbacken | 6 Stück
Angelus
140 g (1 kg = 8,31 €)

AKTION
2,99

Getränke

Limo leicht
Zitrus • Minze • Himbeere • Pfirsich
Chempurle
0,75 l (1 l = 1,05 €) • Pfand - 15 €

AKTION
-,79

Limonade
Diverse Sorten
Bionade
0,33 l (1 l = 2,39 €) • Pfand - 10 €

AKTION
-,79



**Finca Enguera
Crianza Valencia DO**

Unglaublich viel Qualität zu einem sensationellen Preis. Dezentere Würze, Frucht, elegante Reife im Holz. Alles was spanische Lebensfreude und Charakter ausmacht.

Erzeuger: Enguera
Region: Valencia, ES
Rebsorte: Tempranillo, Monastrell
Passt zu: Tortilla Espanola, Serranoschinken
Geschmack: trocken

Finca Enguera
Crianza Valencia DO
Regal Nummer: ES
0,75 l (1 l = 7,32 €)

AKTION
5,49

Kosmetik & Co



Handcreme
Diverse Sorten
Sante
75g (100g = 3,32 €)

AKTION
2,49

◀ **SANTE Balance Handcreme**
Frisch duftend. Unterstützt durch ihren basischen pH-Wert eine ausgewogene Säuren-Basen Balance der Haut. Die Formulierung mit Bio-Aloe-Verä spendet der Haut Feuchtigkeit und schützt sie vor dem Austrocknen.

SANTE Express Handcreme
Schnell einziehend. Spendet der Haut im Handumdrehen Feuchtigkeit ohne einen Fettfilm zu hinterlassen. Die leicht nach Mandeln duftende Creme mit Tonerde und Granatapfel-extrakt wirkt antioxidativ und unterstützt die Hautregeneration.

SANTE Anti Aging Handcreme
Die Anti-Pigment Formel mit Bio-Gänseblümchenextrakt hebt auf natürliche Weise bereits vorhandene Pigmentflecken auf. Zusätzlich schützt die Formulierung mit wertvollem Q10 die Haut vor Umwelteinflüssen, beugt ersten Anzeichen der Hautalterung vor und beschleunigt die Zellerneuerung. Reichhaltige Öle und Sheabutter pflegen die Hände spürbar zart und sorgen für ein ebenmäßiges Hautbild.

SANTE Intensive Repair Handcreme
Die Wirkformel mit sechs wertvollen Ölen pflegt stark beanspruchte Hände seidig-weich. Kostbare Inhaltsstoffe wie Vitamin F unterstützen die Haut-Lipid-Barriere und verbessern so nachhaltig die Schutzfunktion und Widerstandskraft der Haut.

Süffiges zu Herbstbeginn

Federweißer oder
Roter Sauser
Sante
1 l

SAISONARTIKEL
3,49

Frisch, frischer, Traubenmost. Und zwar welcher, bei dem die alkoholische Gärung gerade eingesetzt hat. Mit Erwärmung bei Raumtemperatur oder Kühlung im Kühlschrank bestimmen Sie selbst, mit welchem Restzuckergehalt Sie das Getränk genießen möchten. Zu Federweißer und Roter Sauser passen am besten Zwiebelkuchen oder Quiche.



greenorganics immer günstig!

Nussolade
Nuss-Hafer-Creme
greenorganics
400 g (1 kg = 9,48 €)

IMMER GÜNSTIG
3,79



Dark Choco
Zartbitter-Kakao-Creme
greenorganics
400 g (1 kg = 9,98 €)

IMMER GÜNSTIG
3,99

Erdnusscreme
greenorganics
250 g (100 g = 1,99 €)

IMMER GÜNSTIG
2,49



Cornflakes
gesüßt
greenorganics
375 g (1 kg = 5,84 €)

IMMER GÜNSTIG
2,19



Haferflocken
zart + kernig
greenorganics
500 g (1 kg = 2,58 €)

IMMER GÜNSTIG
1,29



bioaktiv

- vegan
- glutenfrei
- lactosefrei

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.]**