



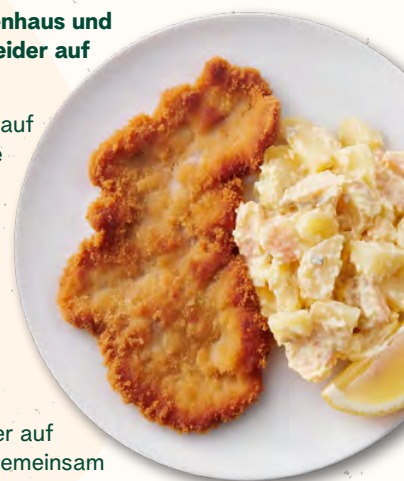
G'sund geredet, frittiert serviert

***Bio in Die ÖFFENTLICHE BESCHAFFUNG!**

Was bekommen wir serviert, wenn wir auf Verpflegung außer Haus angewiesen sind? Im Krankenhaus und im Kurheim? Oder unsere Kinder in Schule, Kindergarten und Krabbelstube? Achten die Entscheider auf Bio-Qualität und Gesundheit?

Ein eindrückliches Beispiel hat Biohof-Geschäftsleiter Stefan zu erzählen. Vor einigen Jahren fuhr er auf Kur. Teil seines Programms war dabei ein Vortrag über gesunde Ernährung. Genauso aufmerksam wie Stefan hätten diesem Vortrag wohl auch die Entscheidungsträger der Kuranstalt lauschen sollen. Denn beim nachfolgenden Mittagessen war von der zuvor gepredigten Ernährungsweise sowie von Bio keine Spur. Zum konventionellen Schnitzel landete fertiger Kartoffelsalat auf dem Teller. Das ließ Stefan natürlich nicht kalt. Er suchte das Gespräch. Woran die Umstellung auf gesunde, biologische Verpflegung scheitert? Laut Geschäftsführer der Kuranstalt an 30 Cent pro Kurgast und Mahlzeit. Ist das tatsächlich unleistbar? Studien beweisen: Eine gesündere Alternative mit weniger Fleisch und mehr Gemüse kommt selbst in Bioqualität günstiger als das Schnitzel.

Sind dir ähnliche Beispiele untergekommen? Ist dir wichtig, was du und deine Kinder außer Haus serviert bekommen? Mach es wie Stefan und such das Gespräch. Mach auch du Entscheidungsträger auf Angebote und Unterstützung bei der Umstellung auf Bio-Verpflegung aufmerksam. Machen wir uns gemeinsam stark dafür, gesundes Bio-Essen als Standard in öffentlichen Einrichtungen zu etablieren.



Seit 2025 sollten laut dem Aktionsplan „Nachhaltige Beschaffung“ verbindlich 30 % der eingekauften Lebensmittel in Einrichtungen des Bundes BIO sein. Momentan sind es nur 4 %. Unsere Mission 2026: Den Bund dazu bringen, seinen eigenen Aktionsplan einzuhalten.

Mehr Bio in der öffentlichen Beschaffung – ETÖ seit 2023 dran.

NÄHERE INFOS:

www.eto.at



**100% BIO
& MEHR**

KARFIOL AUS DEM WOK

3 PERSONEN 30 MINUTEN

- 1 Karfiol
- 1 EL Erdnussöl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL geriebener Ingwer
- 1 EL Tomatensauce
- 2 EL Tamari
- 1 Bund Jungzwiebeln
- 1 Prise Kräutersalz
- 1 TL Sesam

Karfiol in kleine Röschen teilen. Den Stiel schälen und zusammen mit den Blättern klein schneiden. Erdnussöl im Wok erhitzen und die groben Teile des Karfiols zusammen mit der gehackten Zwiebel unter Rühren ca. 2 Minuten anbraten. Karfiolröschen, die zerdrückte Knoblauchzehe sowie den geriebenen Ingwer begeben und ca. 3 Minuten weiterbraten. Tomatensauce, Tamari und einen Schuss Wasser dazugeben. Alles ca. 6 Minuten bissfest garen. Jungzwiebeln in Ringe schneiden, kurz mitdünsten und das Gericht mit Kräutersalz abschmecken. Sesam in einer Pfanne ohne Öl anrösten und darüberstreuen. Mit Reis servieren.



KRÄUTERSALZ
120g € 4,99
Bio-Kräuterhof Aufreiter

ERDNUSSÖL
100ml € 5,90
Raab Ölmühle



EINE SCHNELLE MAHLZEIT IMMER IM KÜHLSCHRANK:

Unsere Haus'gmocht Suppen, Sugos und Eintöpfe



**HAUS'GMOCHT AFRIKANISCHER
SÜßKARTOFFELEINTOPF**
410 ml € 6,80
Achleitner Bio-Kulinarium

FLEISCH & FISCH

SCHWEINEFLEISCH, BIOHOF MITTERHUBER, HAIDERSHOFEN

Auslieferung: 2. - 6. März (KW 10)

Bestellung bis Fr, 20. Februar

- 022817 Kleiner Genuss ca. 1,5 kg € 24,90/kg
Karree, Schnitzel, Geschnetzeltes geschnitten
- 022818 Familienvorrat ca. 3 kg € 23,90/kg
Karree, Bauch, Geschnetzeltes geschnitten,
Schnitzel, Selchfleisch mager (essfertig)

www.biohof.at/fleisch-fisch

Karfiol

*VIELSEITIGER KLASSIKER



✓ Milder, nussiger
Kohlgeschmack

✓ Ideal für Currys, Gratins,
als Beilage oder als
Low-Carb-Pizzaboden

Die grünen Hüllblätter kannst du für
Fleckerlspeis verwenden oder für
Extra-Aroma in der Gemüse-
brühe mitkochen.



AUS UNSEREM BIO-KULINARIUM



23. FEBRUAR - 6. MÄRZ

017255	Kürbiscrèmesuppe	410 ml	€ 5,90
017257	Linsencurry	410 ml	€ 6,80
017278	Hascheeknödel	4 Stk. 400g	€ 8,29
017276	Erdäpfelgratin	400g	€ 9,90

9. - 20. MÄRZ

Champignon-Frühlingszwiebelnsuppe, Chili sin carne mit Tofu,
Murbodner Fleischlaibchen, Spinat-Fetastrudel

www.biohof.at/hausgmocht-speisen