

# Ewig dein

## \*PFAS IN WASSER, LUFT UND BODEN

Eine intakte Umwelt für immer und ewig – ja bitte! Pestizide & Co in Trinkwasser und Atemluft – nein, was fällt dir ein!

### WAS SIND PFAS?

PFAS (Per- und polyfluorierte Alkylsubstanzen) sind eine Gruppe von über 10.000 künstlich hergestellten Chemikalien, die aufgrund ihrer Eigenschaften in vielen Produkten eingesetzt werden. Sie sind wasser-, fett- und schmutzabweisend, hitzeresistent und unzerstörbar, weshalb sie auch als „Ewigkeitschemikalien“ bezeichnet werden.

### EINE AUSWAHL AN PRODUKTEN, IN DENEN PFAS ZUM EINSATZ KOMMEN

- Pestizide
- Antihafbeschichtungen von Pfannen und Backformen
- Beschichtete Lebensmittelverpackungen
- Kosmetika und Medikamente

### WAS MACHT PFAS PROBLEMATISCH?

Bei der Produktion, Verwendung und Entsorgung der PFAS werden diese freigesetzt und landen in Luft, Boden und Grundwasser. Da die Ewigkeitschemikalien unzerstörbar sind, reichern sie sich in der Natur immer mehr an und gelangen von dort über das Trinkwasser und Lebensmittel in den menschlichen Körper. Bei Untersuchungen wurden schon bei Neugeborenen PFAS im Blut nachgewiesen. Nur ein kleiner Bruchteil der 10.000 Stoffe wurde auf gesundheitliche Auswirkungen untersucht und alle davon sind nachweislich schädlich.

Du setzt auf biologische Lebensmittel, bei deren Herstellung keine Pestizide eingesetzt werden und vermeidest dadurch, dass noch mehr PFAS in die Umwelt freigesetzt werden. Das ist ein wichtiger Punkt, mit dem du auch in Bezug auf Ewigkeitschemikalien zu einem enkeltauglichen Österreich beiträgst.

WAS DU NOCH TUN KANNST, UM WEITERE PFAS-ANREICHERUNG ZU VERMEIDEN erfährst du auf unserem Blog



**35 Jahre**  
**Stunden**  
\*JUBILÄUMSFEST

19. - 20.  
SEPTEMBER  
[www.biohof.at/35jahre](http://www.biohof.at/35jahre)

### SEHENSWERT

Zum Jubiläum stehen zwei Filme auf unserem Programm. Weil das bessere Leben auch zum Nachdenken einlädt.

#### UNSER EIGENER HOFFILM

Fr, 19. Sept., 18 - 19 Uhr

Ilse und Günter erzählen, wie es ihnen ergangen ist, als sie 1990 ihren Hof auf BIO umgestellt haben. Über Motivation, Inspiration, Herausforderungen und ein Blick auf den Biohof heute. Mit anschließender Diskussion.

#### „BAUER UNSER“

Fr, 19. Sept., 20 - 22 Uhr

ein Film von Robert Schabus  
Ungeschönt und unaufgeregt zeigt der Film, wie es auf Österreichs Bauernhöfen zugeht. So unterschiedlich und vielfältig die Betriebe auch sind – vom kleinen Bio-Bauern bis zum konventionellen Agraringenieur ist man sich einig: So kann es nicht weitergehen. Es läuft etwas falsch. Das Mantra der Industrie – schneller, billiger, mehr – stellen die meisten von ihnen infrage.



**BAUER  
UNSER**

BILLIGE NAHRUNG –  
TEUER ERKAUFT

Ein Film von Robert Schabus



## ZWETSCHKEN-BRUSCHETTA

4 PERSONEN 20 MINUTEN

1 Tasse Zwetschken  
2 Tomaten  
1 EL Sonnenblumenkerne  
2 EL Sojasauce  
½ Zitrone  
1 TL Thymian  
1 EL Honig  
3 EL Olivenöl  
1 Prise Kräutersalz  
12 Scheiben Ciabatta  
20g Frischkäse  
Frische Gartenkräuter

Zwetschken sowie Tomaten halbieren, Stein entfernen und Fruchtfleisch klein würfeln. Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Öl kurz rösten, dann mit Sojasauce ablöschen. Kurz durchschwenken, bis die Sojasauce einreduziert ist. Saft der Zitrone zusammen mit Thymian, Honig, Olivenöl und Salz zu einer Vinaigrette verrühren und über die Zwetschken-Tomatenmischung geben. Ciabatta in schräge Scheiben schneiden und mit etwas Öl bestreichen. Am Grill oder im Backofen beidseitig goldbraun anrösten. Achte darauf, dass die Brotscheiben nicht verbrennen! Dann mit Frischkäse bestreichen und die Zwetschken-Tomatenmischung auf den gerösteten Brötchen verteilen. Mit Sonnenblumenkernen & frischen Kräutern bestreut servieren.

PASST  
HERVORRAGEND  
ZU GEGRILTEM!

MEHR IDEEN  
unter [www.biohof.at/rezepte](http://www.biohof.at/rezepte)



THE BARBECUE  
GOES ON ...



### CIABATTA MIT OLIVEN

320g € 4,99  
Biohofbäckerei Mauracher

### STEAK & PFEFFER SAUCE

250 ml 3,99  
byodo

MEHR SAUCEN & KÖSTLICHKEITEN  
ZUM GRILLEN:

[www.biohof.at/grillangebot](http://www.biohof.at/grillangebot)



## Zwetschken

\*IN UMSTELLUNG AUF BIO

In Süßem wie Zwetschkenfleck, Zwetschkenknödeln oder Powidl-tascherl ebenso beliebt wie süß-sauer in Chutneys oder Pastasaucen.

Tipp: Den natürlichen weißen Film auf der Haut erst kurz vor dem Verzehr abwaschen, denn er schützt die Zwetschken vor dem Austrocknen.

Unsere Vision „100% BIO in Österreich“ kann nur wahr werden, wenn möglichst viele Bauern mitmachen. In der 2-3-jährigen Umstellungsphase (je nach Betriebsart) ist die Arbeit mehr und der Verdienst weniger. Umso wichtiger ist es, Bauern bei der Umstellung zu unterstützen.



## FLEISCH & FISCH

### GRILLFLEISCH, SONNBERG, UNTERWEISSENBACH

Auslieferung: 18. - 23. August (KW 34) | Bestellung bis Fr, 8. August

011977 Schwein: Kotelett ohne Knochen, 2 Stk., ca. 350g € 35,90/kg  
001868 Schwein: Kotelett mariniert, 2 Stk., ca. 350g € 36,50/kg  
019719 Schwein: Bauchstreifen mariniert, 3 Stk., ca. 400g € 23,50/kg  
008071 Schwein: Schopf geschnitten 2 Stk., ca. 350g € 25,90/kg  
008584 Schwein: Schopf mariniert, 2 Stk., ca. 350g € 26,90/kg  
017429 Schwein: Spareribs, ca. 500g € 22,90/kg  
005911 Schwein: Spareribs, mariniert, ca. 450g € 25,90/kg  
022150 Schwein: Spidersteak, 2 Stk., ca. 300g € 18,90/kg  
001885 Rind: Rumpsteak, 1 Stk., ca. 200g € 49,90/kg  
013947 Pute: Steak mariniert, 2 Stk., ca. 300g € 56,90/kg

[www.biohof.at/fleisch-fisch](http://www.biohof.at/fleisch-fisch)

## AUS UNSEREM BIO-KULINARIUM



### 4. - 16. AUGUST

017701 Minestrone	410 ml	€ 5,90
012435 Erdäpfel-Pilzeintopf	410 ml	€ 6,80
017278 Hascheeknödel	4 Stk. 400g	€ 8,29
017676 Spinat-Feta-Strudel	400g	€ 7,50

### 18. - 29. AUGUST

Spargelcremesuppe, Süßkartoffel-Erdnusscurry, Grünkernlaibchen, Apfelstrudel

[www.biohof.at/hausgmocht-speisen](http://www.biohof.at/hausgmocht-speisen)