

GRILL & CHILL mit der Biokiste

Der Sommer im eigenen Garten...

...lädt zum gemütlichem Grillen & Chillen mit Freunden und Familie ein. Dafür hat sich die Biokiste dieses Jahr ein besonderes Grill-Angebot ausgedacht, das die ganzen Sommermonate über mit nach Hause bestellt werden kann! Von Fleisch, Würstel & Grillkäse, über Grill-Begleitung wie Ketchup, Senf, Saucen und knuspriges Brot & Gebäck bis hin zu Durstlöschern und der richtigen Würze. Natürlich haben wir für Sie auch viele nützliche Tipps und leckere Rezeptideen zusammengestellt und dabei auch auf vegetarische Grillbesonderheiten geachtet, damit sich das Gemüse und Obst aus der Biokiste auch beim Grillen von seiner besten Seite zeigen kann!

Alle Zutaten für den Grill & Chill zu Hause können jederzeit über den Online-Bioladen unter www.biohof.at/shop bestellt werden!



Schon gewusst?

Blätter als Alternative zu Alufolie:

Fisch und Käse lässt sich gut in Gemüseblätter vom Kohl, Mangold oder Mais verpacken! Blätter mit etwas Öl einstreichen, befüllen und mit Zahnstochern fixieren.

BIOKISTEN-GRILLTIPP 3:

Einfach verpackt

Schonend gegrillt wird Obst und Gemüse in Backpapier-Päckchen. Diese einfach an den Enden zubinden und auf den Grill – als Alternative geht's auch auch im Backrohr.

Spezialtipp fürs Dessert: Päckchen einfach mit Obst- und Schokostückchen füllen. Schmeckt wie Schokofondue!

BIOKISTEN-GRILLTIPP 2:

Bunt aufgespießt

Ob bunt, pikant mit Käse oder Tofu, süß-sauer oder Früchte pur – der Fantasie sind bei Spießen keine Grenzen gesetzt. Sie sind optisch immer eine Augenweide.

Tipp für die richtige Würze: Einfach etwas Sojasauce mit Whiskey, Ketchup, Olivenöl, Balsamico, Knoblauch und Gewürzen mischen.

BIOKISTEN-GRILLTIPP 1:

Gut gefüllt

Avocado, Melanzani, Süßkartoffel, Zucchini etc. halbieren und aushöhlen. Mit der Innenseite nach unten solange auf den Grill geben, bis zarte Grillstreifen entstehen. In der Zwischenzeit Tomaten, Feta und frische Kräuter fein hacken und mit etwas Öl und Essig marinieren. Hälften mit dem Salat befüllen und genießen!



010449 3kg € 8,90

OLIVENKERN GRILLBRIKETTS

Oliobric Grill-Briketts aus Oliventrester, Stärke und Wasser sind eine ökologische Alternative zu der Billig-holzkohle aus abgeholzten Tropenwäldern.



Heruntertropfendes Fett spritzt nicht (ermöglicht Grillen ohne Aluschale). Kaum Funkenflug. Kein Rauch (ideal zum Grillen am Balkon). 100% Recycling-Produkt.



BIOHOF ACHLEITNER
Unterm Regenbogen 1 | 4070 Eferding |

Tel 07272 / 2597 | Fax 07272 / 2597-25 | www.dieBiokiste.at | dieBiokiste@biohof.at

Alle Produkte aus kontrolliert biologischer Erzeugung LACON AT-BIO-402

Fleisch & Würstel

ca. 1 Woche Vorbestellzeit

Fleisch vom Biohof Höglinger



001455	Schweinskarree 2 Stück ausgelöst, mariniert	ca. 350g	€ 27,90/kg
001510	Schweinskaree 2 Stück ausgelöst, natur	ca. 350g	€ 22,90/kg
001456	Schweinebauch 3 Stück mariniert	ca. 350g	€ 21,90/kg
001506	Schweinebauch 3 Stück natur	ca. 350g	€ 16,90/kg
001454	Schweinschopf 2 Stück mariniert	ca. 350g	€ 27,90/kg
001505	Schweinschopf 2 Stück natur	ca. 350g	€ 22,90/kg

Würstel vom Biohof Höglinger



001557	Grill-Käselaibchen	2 Stk.	€ 4,50/Pkg. € 22,50/kg
001492	Käsekrainer	2 Stk.	€ 4,95/Pkg. € 22,50/kg
001499	Grillwürstel	2 Paar	€ 4,54/Pkg. € 18,90/kg
015052	Grillwürstel-Mix Käse, Pfeffer, Paprika	3 Stk.	€ 5,67/Pkg. € 18,90/kg

Würstel vegetarisch von Hermann Fleischlos

013779	Käsebratwurst ohne Fleisch	160g	€ 4,89/Pkg.
013780	Rostbratwürstchen ohne Fleisch	160g	€ 4,89/Pkg.

NIX WEGWERFEN-REZEPT:

Brotreste, 2 Tomaten, 1 Paprika, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Oliven, 1 Packung Feta, 1/2 Rote Zwiebel, Salz, Pfeffer, Balsamicoessig, Olivenöl, Cashewkerne, Sprossen



Brotsalat „Panzanella“

Brot in Scheiben schneiden, mit Olivenöl und Knoblauch einreiben. Rösten und würfelig schneiden. Mit Tomaten-, Paprikawürfeln, Oliven, Feta, und roten Zwiebelringen vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und Balsamicoessig marinieren. Ein wenig durchziehen lassen und mit Cashewkernen und Sprossen bestreut servieren.



Hausg´mochtes Chutney

001820 mit KÜRBIS, APFEL & CHILINOTE

Ungeöffnet haltbar bis Dez 2019 192 g € 3,79



Käse & Tofu von bioverde, Il Cesto & Ackerlhof

003069	FETA Typischer Salzlakenkäse aus Griechenland	180g	€ 3,99
003082	FETA MARINIERT mit Kräutern und Knoblauch in Öl eingelegter Schaf-Feta	160g	€ 4,99
003073	GRIECHISCHER MANOURI ein Molkeneiweißkäse aus Schaf- und Ziegen- molke, feine Alternative zu Feta; cremig & mild	150g	€ 3,75
006465	BRAT- & GRILLKÄSE mit Kräutern	2x 100g	€ 4,49
011171	BOHNENKAS NATUR Natur-Tofu*	200g	€ 3,18 (15,90/kg)
013316	BOHNENKAS IM SAFTL Marinierter Tofu*	150g	€ 4,03 (26,90/kg)

* aus 100% gentechnikfreien Bio-Sojabohnen, gewachsen auf hofeigenem Mühlviertler Boden, am Ackerlhof handwerklich veredelt. Menge: gewichtsgenaue Abrechnung





Hausg'mochtes Ketchup

015108 LOW CARB

Ungeöffnet haltbar bis Nov 2019 192 g € 3,50

GRILLEN-EINMAL-ANDERS REZEPT:

für ca. 2 Stück, je nach Orangengröße: 50g dunkle Schokolade, 1 Ei, 25g Mehl, ½ TL Backpulver, 25g Butter, 25g Zucker, 1 Prise Salz



Schokokuchen in der Orange

Den oberen Teil der Orange abschneiden und mit einem Löffel das Fruchtfleisch vorsichtig aus der Schale lösen (etwas Fruchtfleisch kann ruhig in der Schale bleiben). Schokolade und Butter schmelzen. Ei mit Zucker schaumig schlagen, anschließend Mehl und Backpulver unterheben. Die geschmolzene Schokomischung mit etwas Orangensaft hinzufügen und zu einem cremigen Teig verrühren. Die Orangen zu ca. ¾ mit dem Teig befüllen und den Deckel auflegen. In Alufolie einschlagen und ca. 20 bis 30 Minuten auf den heißen Grill geben.



Ketchup, Senf & Saucen von Byodo

002855 Tomatenketchup	500 ml	€ 3,49
002857 Curryketchup	500 ml	€ 3,49
002866 Barbecue-Sauce	250 ml	€ 3,29
002989 Cocktail-Sauce	250 ml	€ 3,29
002990 Knoblauch-Sauce	250 ml	€ 3,29
002991 Curry-Mango-Sauce	250 ml	€ 3,29
002992 Chili-Paprika-Sauce	250 ml	€ 3,29
002856 Grill- und Fonduesenf	200 ml	€ 2,49
002872 Mittelscharfer Senf	200 ml	€ 1,99



Schnelles Zupfbrot

800g Mehl, 1 TL Salz, 5 EL Olivenöl, 1 Würfel Germ und 500ml lauwarmes Wasser zu einem glatten Germteig verkneten. Abdecken und an einem warmen Ort ca. 30 Min. gehen lassen. Teig zu Rechteck ausrollen und mit 200g weicher Kräuterbutter bestreichen.

Teig anschließend in Quadrate (ca. 7 cm) schneiden. Alle Teigquadrate nach und nach von der Mitte aus in eine befettete Springform kreisförmig schichten.

Bei 200°C 30 Min. backen.

Kräuterbutter DIY

1 Pkg. Butter, 1 Handvoll Kräuter (z.B. Rosmarin, Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Oregano, Majoran...), 2 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer, Chili

Zimmerwarme Butter mit dem Mixer schaumig rühren. Gehackte Kräuter und Knoblauch untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Mit dem Dressiersack auf einem Teller portionieren und anschließend einfrieren.

Brot & Gebäck

008579 GRILL-CIABATTA 320g	€ 3,70
Biohofbäckerei Mauracher	
002704 WEIZENBAGUETTE 320g	€ 3,75
Biohofbäckerei Mauracher	
005267 MAURACHER STRUTZEN 1 kg	€ 5,65
Biohofbäckerei Mauracher	



Durstlöscher

Getränke



011642 S´Hopferl 5,2% Vol. Neufeldner Biobrauerei, Natürliches Vollbier	9x330 ml	€ 12,90
004807 Edelguss Radler Brauhaus Gusswerk	4x330 ml	€ 6,29
010244 Apfelmost Bio-Obsthof Wiesmeier	1 l	€ 4,59
011518 Holunderfrizzante Sektkellerei Rittsteuer	750 ml	€ 5,29
004745 Apfelsaft naturtrüb Voglsam	1 l	€ 2,79
004601 Wasser St. Leonhard mit Kohlensäure	1 l	€ 1,45
004612 Wasser St. Leonhard still	1 l	€ 1,45



LAVENDELSIRUP von Höllinger

fruchtiger Geschmack durch sorgsame Auswahl hochwertiger Bio Rohstoffe

Neben der Verdünnung mit Wasser kann der Sirup auch in Cocktails oder als Topping bei Speisen und Desserts eingesetzt werden.

TIPP: Ein Schuss Lavendelsirup schmeckt laut Eva Achleitner herrlich erfrischend im Sommerspritzer :)

013490 500 ml € 4,69

Würze fürs Grillherz

Essig & Öl

011710 Honigessig , Imkerei Frasl	250 ml	€ 4,55
002721 Aceto Balsamico , Naturata	500 ml	€ 4,99
002693 Condimento bianco , Byodo	500 ml	€ 4,99
012906 Olivenöl nativ Extra , Mani	500 ml	€ 9,49
002773 Back- und Bratöl , Raab	1 l	€ 6,59



Erfrischung für heiße Tage

Peppen Sie Ihr Wasser mit Kräutern, Ingwer, Gemüse, Obst & Co auf! Einfach nach Belieben auf einen Spieß in die Wasserkaraffe geben. Das ist nicht nur optisch eine Augenweide, sondern sorgt geschmacklich für Abwechslung!



Sauer macht lustig von Pflügelmeier & bioverde

013921 Antipastisalat	125 g	€ 3,50
003249 Bohnensalat	370 ml	€ 2,89
003215 Russenkraut	370 g	€ 2,59



Gewürze von Aufreiter & Sonnentor

011592 Salat-Gewürzmischung	15 g	€ 2,99
003271 Sieglindes Erdäpfelgewürz	18 g	€ 3,29
003263 Scharfmacher-Gewürz	30 g	€ 3,79
011603 Kräutersalz	120 g	€ 4,75
003189 Grillgewürzsalz gemahlen	100 g	€ 2,29



Dressings von Byodo

008249 French-Dressing	150 ml	€ 2,99
008250 Kräuter-Dressing	150 ml	€ 2,99
008251 Senf-Dressing	150 ml	€ 2,99



07272 / 2597



dieBiokiste@biohof.at



RECYCLED
Papier aus
Recyclingmaterial
FSC® C113250

gedruckt auf Cocoon,
hergestellt aus 100%
entfärbtem Altpapier