

NEWSLETTER APRIL 2022



NEU FÜR EUCH IM LADEN:

- **Duschseifen-Taler** „Kräuterkraft“ & „Morgentau“ von Kräutermagie
- **Sonnenschutz-Stifte** von 4peoplewhocare
- **Aufstriche:** Linse-Curry, Linse-Grünkern und Bärlauch-Zucchini von Chiron
- **Weine in Pfandflaschen** von Weingut Häußling

RIESLING, GRAUER BURGUNDER UND GEWÜRZTRAMINER VOM WEINGUT HÄUßLING

Sehr leckere, schmackhafte und preisgünstige Weine aus Bioanbau in der Pfandflasche - Wir hatten das Glück sie für euch im Rahmen einer kleinen Weinprobe verkosten zu dürfen und können aus eigener Erfahrung berichten: Sie schmecken intensiv, lecker und erfrischend. Der persönliche Kontakt, das Pfandsystem, die sorgfältig durchdachten Abwägungen, was der Umwelt, dem Familienbetrieb und den Kund:innen guttut, und natürlich der Geschmack der Weine haben uns überzeugt. Natürlich hat jede der Weinsorten ihren besonderen, eigenen Geschmack - aber da wollen wir nichts vorwegnehmen, probiert selbst!

Das Weingut Häußling ist ein kleiner Familienbetrieb im Weinbaugebiet Nahe am Rhein. Das ist zwar nicht regional, doch Benedikt lebt in Bayreuth, sodass sein Vater die Lieferung mit einem Besuch oder anderen Lieferungen in die Region verbinden kann. Es gibt leider nur sehr wenige Weinbauern in Deutschland, die mit Mehrwegsystemen arbeiten. Das Weingut Häußling wird von Benedikts Vater und Onkel gemeinsam betrieben. Sie verzichten nicht auf maschinelle Arbeit, versuchen aber den Weinbau so ökologisch wie möglich und doch auch ökonomisch sinnvoll zu betreiben - sodass sie zum einen genug erwirtschaften, um den Betrieb am Laufen halten zu können, der Wein zum anderen aber auch erschwinglich bleibt. Das Weingut arbeitet seit 30 Jahren ökologisch und ist Ecovin zertifiziert. Im Nachbarort haben sie die Möglichkeit die Pfandflaschen zu reinigen und dann wieder zu befüllen. Auch die Korken nehmen sie wieder zurück und geben sie an eine Werkstatt, wo daraus recycelte Korkprodukte entstehen. Mehr über das Weingut und die Anbauweise könnt ihr bald auch auf der Homepage und ausgedruckt im Laden lesen.



OSTERN STEHT VOR DER TÜR!

Wir haben für dich unser leckeres, frühlingshaftes Bärlauch-Pesto in selbstgebastelte österliche Häschen-Tüten gesteckt - perfekt als Ostergeschenk!
Für alle, die die Geschenke für ihre Lieben lieber selbst zusammenstellen, stehen kleine Körbchen parat.
Viel Spaß beim Beschenken!

NACHHALTIG OSTERN FEIERN MIT NATÜRLICH GEFÄRBTEN EIERN

Greenpeace hat in einem Marktcheck festgestellt, dass mehr als 50 Prozent der Eierfarben bedenkliche Inhaltsstoffe enthalten. Eine super Alternative ist es da, die Eier (von glücklichen Hühnern) mit natürlichen Farben selbst zu färben. Der Prozess dauert zwar etwas länger, das Ergebnis ist dafür aber umso schöner!

Ihr nehmt ganz einfach

- Rotkohl für ein tiefes Blau
- Zwiebeln samt ihrer Schale für Orange / Braun
- Rote Beete für ein tiefes Rot
- Kurkuma für ein strahlendes Gelb
- Spinat für ein natürliches Grün
- Hibiskusblüten für ein schönes Rot

und lasst die Zutat eurer Wahl 30-60 Minuten in Wasser köcheln, um einen bunten Sud herzustellen. In diesem Sud lasst ihr eure (hart gekochten) Eier 4-12 Stunden ziehen - und bekommt ganz natürlich wunderschöne, bunte Ostereier!



FROHE OSTERN LIEBE HAMSTERBACKEN :)

FÜR DIE OSTER-NASCHKATZEN: VEGANE RÜBLI-MUFFINS

Für uns gehört ein leckerer und saftiger Karottenkuchen einfach zu Ostern dazu! Und die vegane Variante unterscheidet sich gar nicht viel von der „normalen“!

Für 12 Muffins reibt ihr **450g Karotten** ganz fein. In einer großen Schüssel vermischt ihr **250g Mehl**, **200g gemahlene Mandeln** (oder andere Nüsse, ganz nach Geschmack), **2 TL Backpulver** (könnt ihr aus Natron und Zitronensäure selbst mischen), zusätzlich **1 TL Natron**, **160g Zucker**, **1/2 TL Zimt** und **1/2 TL Salz**. Dazu gebt ihr **170g neutrales Öl**, **150g Apfelmus** (oder einen anderen Ersatz für 2 Eier) und **1 TL (Obst-) Essig**. Zum Schluss die geriebenen Karotten dazu, alles vermischen und in Kuchen- oder Muffinformen füllen.

Die Muffins backen bei 160 Grad Umluft etwa 40 Minuten. Wenn ihr den Teig in eine normale Kuchenform befüllen wollt, verdoppelt einfach die Mengen und verlängert die Backzeit etwas. Wir haben die Muffins hier mit veganer Schoko-Glasur und Marzipan-Karotten verziert - aber da ist eurer Kreativität freien Lauf gelassen!

Viel Spaß beim Ausprobieren & Naschen!

