

GÜLTIG IM
JANUAR
2026

ANGEBOTE, INFOS, REZEPTE. Aus deinem Bioladen.

DAS BRAUCHEN WIR JETZT!

Ganzheitlich und nachhaltig handeln. 100 % Bio.



GROSSE AUSWAHL IM BROTREGAL

Brote aus echten Bio-Getreideklassikern wie Dinkel, Emmer oder Kamut.



SAFTIG-SPRITZIGES

von Lindo Mondo und L'Arcobaleno.

BEACHTET UNSERE
WOCHE
AKTION

Erfahrt wo unsere Zitrusfrüchte Sonne tanken:
einfach die QR-Codes scannen!



IST MIR WICHTIG:

RESSOURCEN SCHONEN

mit ökologischem Landbau!
Das nenn' ich mal
„Verantwortung übernehmen
mit Weitblick.“



TOMATENSUPPE MIT REIS



JETZT AUSPROBIEREN!

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 2 Knoblauchzehen
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 1 EL bioladen*Butter
- 100 g bioladen*Parboiled Reis
- 2 EL bioladen*Tomatensmark
- 800 g (2 Dosen) bioladen*Tomatentücke Cubetti
- 400 ml bioladen*Gemüsefond
- 1 TL Kräuter der Provence
- 1 Schuss bioladen*Ahornsirup oder bioladen*Agavendicksaft
- Salz & Pfeffer
- 4–5 EL bioladen*Rahmjoghurt (oder bioladen*Vegani Joghurt-alternative)
- 4–5 EL Parmesan, gehobelt
- zum Garnieren frischen bioladen*Basilikum



Die Zubereitung findest du
unter Rezepte auf bioladen.de

@bioladen_de Bioladen.de



MANGO-KOKOS- SUPPE



JETZT AUSPROBIEREN!

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 1 Glas bioladen*Mangopüree
- 1 Dose bioladen*Kokosmilch leicht
- 200 ml bioladen*Gemüsefond
- Saft einer halben bioladen*Orange
- 1 kleine Schalotte
- etwas bioladen*Olivenöl zum Anschwitzen
- 1 kleines Stück Ingwer (ca. 3 cm)
- 2 TL bioladen*Schwarzkümmelöl
- Salz, Pfeffer, Chili nach Geschmack
- etwas frischer Koriander
- bioladen*Kokoschips zum Garnieren



Die Zubereitung findest du
unter Rezepte auf bioladen.de

@bioladen_de Bioladen.de

