

SCHROT & KORN

BIO LEBEN, BIO LIEBEN.

Bio-Wissen Rosinen

Grüne Küche im Januar

Rezepte für Grünkohlpesto, Wirsingchips und Rosenkohlsalat

Gentechnik durch die Hintertür?

Was neue Verfahren versprechen und was wir wissen sollten



„Man sollte nicht aufgeben“

Hannes Jaenicke

Wie der Schauspieler für eine bessere Welt kämpft

JETZT AUSMISTEN

Mit wenigen Kleidungsstücken zum neuen Stil

www.schrotundkorn.de



01 2018



EIN DANKESCHÖN VON IHREM BIO-LADEN

LUST AUF ...

Warmes

Die Temperaturen sind im Keller, Frösteln ist vorprogrammiert. Damit die Laune nicht sinkt, stellen wir ein paar Seelenwärmer vor.

Gemüsegarten im Glas

In diesen Biowürzen stecken nur Gemüse aus regionalem Anbau, Salz und Gewürze. Als Gemüsebrühe pur, zum Würzen von Soßen oder Aufstrichen. Es gibt die würzigen Pasten – entsprechend abgeschmeckt – in den Sorten Classic, Mediterran, Asia und Nordic. „Biowürze“, je 200 g, von Feinschmabel



OHNE HEFE-EXTRAKT

Herzhaft

Kartoffeln, Tomaten, Zwiebeln, Paprika und Rindfleisch – alles, was in eine deftige Gulaschsuppe gehört. Nur nicht aus der Kanone, sondern vom Spitzenkoch. „Gulaschsuppe“, 400 g, von Rose Biomanufaktur



Detox à la Hildegard

Ein lieblich-milder Tee mit ungewöhnlichen Zutaten wie Spitzwegerich, Rose, Veilchen und Galgant. Zum Fasten oder als Kräutertee zwischendurch. „Rose-Galgant Basente“, 60 g, von Heuschrecke



Bayern-Frühstück

Weißwurst aus Seitan. Nur im Wasserbad erhitzen und unbedingt vor 12 Uhr gepelzt zu genießen. Sonst ist es nicht mehr bayerisch. „Vegane Weiße“, 175 g, von Wheaty



Müslifrühstück

Dank 20 Prozent Amaranth ist der fertige Brei schön leicht und luftig. Für alle, die am Morgen warm starten möchten. „Amaranth Frühstücksbrei“, 400 g, von Allos

Zu gewinnen!

10 Überraschungspäckchen von Mani Bläuel können Sie diesen Monat gewinnen, wenn Sie im Internet Kommentare und Bewertungen zu den vorgestellten Produkten abgeben.

PRODUKTE BEWERTEN
► www.schrotundkorn.de/produkte



Das mag ich!

von Andrea Giese-Seip, Redakteurin

„Weil's die Kinder mögen: Der Punsch enthält dank Orange, Sanddorn und Acerola viel Vitamin C, schmeckt aber nicht sauer. Ein Glas am Tag reicht aus.“ „Abwehr-Punsch“, 0,75 l von Voelkel

