

GÜLTIG IM
MAI
2026

ANGEBOTE, INFOS, REZEPTE. Aus deinem Bioladen.

FRÜHLING AUF DEM TISCH

Ganzheitlich und nachhaltig handeln. 100% Bio.



Dieses cremige Spargel-Rezept findet ihr auf bioladen.de.

GROSSE AUSWAHL IM BROTREGAL

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

Achtet im Regal auf das

BROT DES MONATS
GENUSS TIPP



Fruchtige Offenbarung ERDBEER-RHABARBER-CRUMBLE



FÜR DICH 
für jeden Tag

JETZT AUSPROBIEREN!

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 2 EL Limettensaft
- 2–5 EL bioladen*Frühstückshonig
- 400 g bioladen*Erdbeeren
- 400 g Rhabarber
- Für die Streusel:**
- 225 g bioladen*Weizenmehl Type 1050
- 125 g bioladen*Butter
- 75 g bioladen*Rohrohrzucker
- 80 g bioladen*Haferflocken
- 1 Prise Salz
- etwas Bourbon-Vanille, gemahlen



1 39
€/500 g
2,78/1 kg

6 29
€/500 g
12,58/1 kg



Die Zubereitung findest du unter Rezepten auf bioladen.de

@bioladen_de  Bioladen.de

VON NÜTZLINGEN und ihren Aufgaben.

BEACHTET UNSERE
WOCHE
AKTION

Im ökologischen Anbau spielen Nützlinge eine zentrale Rolle beim Schutz empfindlicher Kulturen wie Erdbeeren.

Anstelle von chemischen Pflanzenschutzmitteln setzen Biohöfe gezielt auf natürliche Gegenspieler von Schädlingen. So kommen bei Läusebefall beispielsweise Schlupfwespen oder Marienkäferlarven zum Einsatz, während Schweb- und Fliegen je nach Witterung unterstützen. Gegen Spinnmilben werden gezielt Raubmilben eingesetzt.

Besonders im geschützten Anbau, etwa in Folientunneln, lässt sich dieses biologische Gleichgewicht gut steuern. Im Freiland ist der Einsatz von Nützlingen zwar eingeschränkter, allerdings sorgen robuste Sorten hier meist

von selbst für stabile Pflanzenbestände. Ergänzend tragen Hummelvölker dazu bei, dass Erdbeerblüten auch bei kühleren Temperaturen zuverlässig bestäubt werden.

So zeigt sich: Der Einsatz von Nützlingen ist ein wirkungsvoller und nachhaltiger Baustein im ökologischen Anbau.



IST MIR WICHTIG:

EINSATZ VON HELFERN AUS DER NATUR

„Ich unterstütze den ökologischen Anbau, weil er auf Nützlinge als natürliche Gegner von Schädlingen setzt!“



Herzhafter Hochgenuss SPARGELSTRUDEL



JETZT AUSPROBIEREN!

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 1 Paket Strudelteig
- 80 g flüssige bioladen*Butter
- mindestens 500 g grüner oder weißer bioladen*Spargel
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- bioladen*Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 1 Kugel bioladen*Mozzarella
- 250 g bioladen*Cherrytomaten
- 1 Packung bioladen*Feta
- 1 Topf bioladen*Basilikum



1 29
€/200 g
12,90/1 kg

6 95
€/ca. 120 g
57,90/1 kg



Die Zubereitung findest du unter Rezepten auf bioladen.de

@bioladen_de  Bioladen.de

FEINE KÄSE IM MAI



Pfeffer Rebell

Käserellen, Deutschland.
Würzig und bunt!
Temperamentvoller Schnittkäse
mit grünem und rotem Pfeffer.
Mind. 50% Fett i. Tr.

2⁹⁹
€/100g



DeJonker Gouda Rucola-Pinienkerne

Heerlijkheid Mariënwaerd, Niederlande.
Nussige Eleganz. 4 Wochen gereifter
Schnittkäse mit feinerherbem Rucola.
Mind. 52% Fett i. Tr.

2²⁹
€/100g



Kraxl Max

Wiggensbach, Deutschland.
Légerer Genuss. Leichter, mit Schab-
zigerklee affinierter, uriger Schnitt-
käse aus dem Allgäu mit nussiger
Note. Mind. 25% Fett i. Tr.

2²⁹
€/100g



Tiroler Bergkäse

Bio vom Berg, Österreich.
Traditionelles Handwerk.
Klassischer Hartkäse aus Rohmilch.
8 Monate gereift. Mind. 45% Fett i. Tr.

2⁹⁹
€/100g



Scamorza

ÖMA, Italien.
Ein Stück italienische Lebensfreude.
Milder, über Buchenholz geräucherter
Filata-Käse. Mind. 40% Fett i. Tr.

2⁴⁹
€/100g



Speisequark Magerstufe

bioladen*
Mit 0,1% Fett. Leicht, frisch und cremig.
Lässt sich süß oder herzhaft genießen.

1⁹⁹
€/500g
3,98/1kg



WEIN-EMPFEHLUNGEN ZU SPARGEL



Nostru Catarratto Lucido, weiß

Strohgelb mit blumiger Würze.
Mineralischer Weißwein mit lebendiger Säure
und feiner Mandelnote. Guter Begleiter zu
Arancini, Fisch, Zitronenrisotto oder gegrillten
Garnelen.

Catarratto
trocken
Italien
 vegan
 8–10°C

8⁹⁹
€/0,75l
11,99/1l

Weingut Cortese, Italien.



Grauburgunder

Fülliger Duft mit klassischer Frucht.
Elegant mit Aromen von Birnen, Äpfeln und
einem Hauch Zitrus. Passt zu würzigen
Fisch- oder Geflügelgerichten oder zum
Spargelstrudel (Rezept hier im Flyer).

Grauburgunder
trocken
Deutschland
 vegan
 8–12°C

8⁹⁹
€/0,75l
11,99/1l

Weingut Sauer, Deutschland.



Elbling, weiß

**Zarter, reifer Duft,
mit erfrischender Säure.**
Zarter Duft nach Birne und Mango mit frischer,
jugendlicher Säure. Gekeltet aus der Rebsorte
Elbling mit 2000 Jahren Geschichte.
Gut zu Spargel, Antipasti und zur Brotzeit.

Elbling
feinherb
Deutschland
 vegan
 6–8°C

5⁴⁹
€/0,75l
7,32/1l

Weingut Ernst Hein, Deutschland.



Cuvée, rosé

Mild-harmonisches Cuvée aus der Pfalz.
Der weiche Geschmack wird geprägt von
reifen Erdbeeren und einer leichten Minznote.
Passt perfekt zu Gegrilltem.

Cabernet
Savignon,
Spätburgunder,
Schwarzriesling
halb trocken
Deutschland
 vegan
 10–12°C

5⁴⁹
€/0,75l
7,32/1l
+ 0,25 € Mehrwegpfand

bioladen*, Deutschland.

Classic Crunch

bioladen*
Mit etwas Kokos verfeinert.
Köstlich-knusprig.



3⁵⁹
€/500g
7,18/1kg

Sonnenblumenkerne

bioladen*
Für Salate, Suppen und
Müslis oder zum Backen.



3²⁹
€/500g
6,58/1kg

Mangostücke Brooks

bioladen*
Fruchtig-süßes aus Burkina Faso.
Zum Naschen, in Müslis und mehr.



4²⁹
€/150g
28,60/1kg

Bratöl

bioladen*
Zum Braten und
Frittieren. In der
praktischen 1-l-
Familiengröße.



6⁴⁹
€/1l

Spaghetti, Fusilli oder Penne

bioladen*
In Italien hergestellt
und durch Bronze-
formen gezogen.



1¹⁹
€/500g
2,38/1kg

Verde Pesto oder Pesto Rosso

LaSelva
Herzhaft-aromatische Würze
für Pasta und Co.



2⁷⁹
€/130g
21,46/1kg

Delikatess Mayonnaise

Nur Puur
Für Salate, als Dip und
zu Pommes. Im Wrap oder
auf dem Brot.



3⁴⁹
€/250ml
13,96/1l

Erdnussflips

De Rit
Luftig-lockere Flips mit nussig-
würzigem Geschmack.



2⁷⁹
€/125g
22,32/1kg

Mein Gelierzucker 2:1

Biovegan
Für Fruchtaufstriche oder Gelees
mit langer Haltbarkeit.



2⁹⁹
€/500g
5,98/1kg

Weizen Baguette- oder Pizzamehl

Spielberger Mühle
Spezialmehle für originale
Spezialitäten.



2³⁹
€/1kg

now Fresh Lemon, Sunny Orange, Orange Cola oder Passion Crush

Neumarkter Lammsbräu
Erfrischendes Trink-Erlebnis
mit Wow-Effekt.



1²⁹
€/330ml
3,91/1l

+0,08 € Mehrwegpfand

Tofu Terrine Graffiti

Taifun
Edel, bunt, außergewöhnlich.
Mit Gemüsepaprika und Meeres-
algen.



3⁵⁹
€/200g
17,95/1kg

Tofu Brat- und Grillwurst Rostbräterle

Taifun
Mit feiner Majoran-Note.
Tipp: mit Röstzwiebeln kombinieren.
6 Stück.



2⁷⁹
€/160g
17,44/1kg

Superhero Burger 2.0

Wheaty
Seitanbratling mit würzigem
Geschmack. 2 Stück.



2⁷⁹
€/180g
15,50/1kg

Hummus Tahini

bio-verde
Mit Sesam, aus ganzen
Kichererbsen. Köstlich als
Vorspeise oder als Dip.



2⁴⁹
€/150g
16,60/1kg



Solange der Vorrat reicht. Bei allen teilnehmenden Fachhandelsgeschäften.
Einzelne Artikel nicht in allen Läden erhältlich. Abgabe von Bier und Wein nur
an Personen über 16 Jahren. Keine Haftung für Druckfehler.

Bei den angegebenen Preisen handelt es sich um unverbindliche Preisempfehlungen.
Alle Preise in Euro inkl MwSt. Produziert auf 100% Recycling-Material
(Blauer Engel). 0526 PARIPARI.com