

# Best of Bio

Obwohl sie nicht gerade günstig sind, steigt die Nachfrage nach Öko-Produkten weiter – was vielleicht auch an deren neuem Image liegt. Sie sehen nicht nur appetitlicher aus, sondern haben sich dem modernen Leben angepasst: So gesund kann Fast Food sein!



## SUPPE & SAUCE

Keine Wurst, sondern Möhrensuppe und Bolognese zum Aufwärmen. Mal ehrlich, schneller geht gesundes Essen nicht. Und es gibt noch sechs weitere Suppen und Eintöpfe. Von Rack & Rütter, ab 4 Euro.

## TEE-DRINK

Unser Eistee des Sommers: Organic Jasmine Tea. Grüner Tee wird hierfür über Nacht zum Aromatisieren mit Jasminblüten gemischt und mit natürlichem Agavensirup leicht gesüßt. Auch als grüner oder weißer Tee erhältlich. Von Kenzal-T, 2,50 Euro.



## DO-IT-YOURSELF-BROT

Aus natürlichem Sauerteig im Steinofen vorgebacken, bleibt dieses Brot in der Dose ein Jahr frisch und muss einfach nur knusprig aufgebacken werden. Von Kraft über Vincent Becker, 1 kg 9,50 Euro.



## VINAIGRETTE

Bitte gut schütteln, dann verbindet sich der Aceto Balsamico aus Modena mit dem Olivenöl aus Süditalien zu einem köstlichen Dressing. Einfach Salz und Pfeffer dazu, da haben Sie den Salat ... Von Bio Planète, 0,25 l 6 Euro.



## WURST-RING

Diese hessische Rohwurst aus Bio-Schweinefleisch ist kräftig gewürzt und eignet sich bestens für ein Picknick. Einfach aufschneiden und genießen! „Runde“ von Rack & Rütter, 300 g 7 Euro.



## LEICHTE SCHICHT

Spannender als Frischkäse: exotisch-fruchtiger Curry-Ananas-Aufstrich oder der Mediterrane aus Tomaten und Kräutern. Auch lecker als Dip zu Rohkost. Von Zwergenwiese, 125 g 2 Euro.

## LUXUS-KAFFEE

Für diesen Espresso werden biologisch angebaute Arabica- und Robusta-Kaffeebohnen von Hand geerntet, danach rösten sie in einer kleinen Kaffeerösterei auf Sizilien ganz sanft über Olivenholz. Und so viel Liebe schmeckt man einfach. Von Maria Sole, 250 g 8,50 Euro.



## LANDWEIN

Das Weingut Cave du Libreau ist bekannt für gute Bio-Weine. Im Biocéan finden sich – typisch Sauvignon Blanc – Aromen von Zitrusfrüchten und Johannisbeere, am Gaumen viel Frische und Noten von reifem Pfirsich, Mirabelle und Stachelbeere. 2007 Biocéan, Sauvignon, Cave du Libreau, 8,50 Euro.

