

**BIOMARKT**



**VORWERK  
PODEMUS**

*Mehr Bio,  
mehr glücklich!*

# MÄÄÄH -R ZU OSTERN

Köstlichkeiten für  
Festtafel & Osternester

UNSERE **Bio** -ANGEBOTE

vom **15.3.** bis **11.4.23**

**MOLDAWIEN  
UND SEIN WEIN**

Geschmacklich  
und politisch ein  
Statement

**NEU: MEHL  
DIREKT VOM HOF**

Der Müller hat  
unsere Körner  
gemahlen

Ökologischer Land- und Obstbau | Hoffleischerei | Hofmolkerei | Biomärkte





WWW.ZUCKERZIMTUNDLIEBE.DE

## REZEPT Oster-Hefengebäck: Weckmänner

### ZUTATEN FÜR 6 STÜCK:

#### Für den Hefeteig:

**250 g Mehl Type 550**

1 Päckchen Trockenhefe

2 EL Zucker (gehäuft)

**150 ml Milch**

1 EL weiche Butter

1 verquirltes Ei (Gr. M)

#### Für den Häschenschwanz:

Zuckerguss

Kokosflocken

### ZUBEREITUNG

Für den Hefeteig Mehl, Hefe und Zucker in einer Rührschüssel gut vermengen.

Milch und Butter in einem kleinen Topf erwärmen bis die Butter geschmolzen ist - dabei nicht zum Kochen bringen.

Milchmischung zum Mehl geben und alles mehrere Minuten lang zu einem glatten Teig kneten bis er sich vom Schüsselrand löst und elastisch ist. Die Teighugel in eine leicht geölte Schüssel geben, einmal wenden, damit alles mit Öl bedeckt ist.

Die Schüssel mit Frischhaltefolie und einem Geschirrtuch gut abdecken und an einem warmen, zugfreien Ort ca. 60-90 min lang gehen lassen, bis sich der Teig im Volumen etwa verdoppelt hat.

Den Teig in sechs Stücke teilen. Jedes Sechstel nun zu einer etwa 30 cm langen Wurst rollen. 1cm vom Teig von jeder Schlange abschneiden und daraus Häschenschwänzchen formen. Die restliche Schlange u-förmig auf die Arbeitsfläche legen. An den offenen Enden greifen und zweimal miteinander

verschlingen. Die Ohren etwas in die Länge zupfen und formen.

Die Hasen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit dem verquirlten Ei bestreichen. Die Häschenschwänzchen darauf platzieren und ebenfalls mit dem Ei bestreichen und garnieren. Die Hasen dann mit einem Geschirrtuch abgedeckt eine halbe Stunde gehen lassen.

Unterdessen den Backofen auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen und die Hasen 30 Min backen.

Die Hasen schmecken am besten am Tag des Backens.



Wildenhain  
Eier



VORWERK PODEMUS  
Heumilch



VORWERK PODEMUS  
Weizenmehl 550



WWW.ZUCKERZIMTUNDLIEBE.DE

VON  
UNSEREM  
HOF



## VON UNSEREN FELDERN IN DIE TÜTE

NEU  
BEI UNS

»Warum nicht eigentlich schon eher?« - Diese Frage stellen wir uns tatsächlich, jetzt wo wir Dinkel- und Weizenmehl von unserem Hof in die Regale unserer Biomärkte stellen.

Bewirtschaften wir doch schon seit über 30 Jahren unserer Äcker und Felder aus tiefster Überzeugung organisch und nachhaltig um hochwertige und ökologische Lebensmittel zu erzeugen.

Getreide gehört da jedes Jahr fest in die Fruchtfolge. Seit März dürfen Sie sich mit uns also am ersten hofeigenen Podemuser Mehl freuen und nach Herzenslust Backen und genießen!



VON  
UNSEREM  
HOF



Vegan

VORWERK PODEMUS

### Mehl aus Weizen oder Dinkel

aus Weizen von unseren Feldern und Dinkel aus der Region

1 kg

ab  
1.29



Vegan

Bio Planete

### Omega Leinöl-Mixturen

in verschiedenen Sorten, mit Leinöl und weiteren natürlichen Zutaten, ideale Begleiter für ein vitales Leben

je 100 ml  
(1 l = ab 69.90)

6.99

~~7.99~~



La Selva

### Crema di Balsamico

Vegan

verschiedene Sorten, für Salate, Fleisch und Fischgerichte, zum Verzieren von Eis, Früchten oder Käse

je 250 ml  
(1 l = 17.96)

4.49

~~5.79~~



Zwergerwiese

### Soul Kitchen

erwärmen und fertig, versch. Sorten, vegan oder vegetarisch, glutenfrei, schmeckt zu Reis, im Wrap oder pur

je 370 g  
(1 kg = 6.73)

2.49

~~2.99~~



Demeter

Davert

### Spitzreis

Vegan

verschiedene Sorten, in Kochbeutel portioniert

je 250 g | 500 g  
(1 kg = 5.58 | 11.16)

2.79

ab 2.99

# NEUE GENTECHNIK



## SCHLAUER ALS DIE EVOLUTION?

Jennifer Doudna hat für die Erfindung der Gen-Schere CRISPR/Cas den Nobelpreis erhalten und schreibt in Ihrem Buch »Eingriff in die Evolution«, dass die »Zeiten, in denen das Leben ausschließlich durch die schwerfälligen Kräfte der Evolution geprägt wurde, vorüber sind.« Das war vor ca. 10 Jahren und klingt schon irgendwie freaky. Mit Hilfe dieser Genschere können Eingriffe in das Erbgut von Mensch, Tier und Pflanzen wesentlich gezielter erfolgen. Seitdem spricht man von »Genome Editing« oder »Neuer Gentechnik«. Doch sind wir jetzt tatsächlich klüger als die Evolution?

## GENIALITÄT UND WAHNSINN

Die heute existierenden Arten resultieren aus einer Entwicklung, die sich über Millionen von Jahren erstreckte. Der gemeinsame Ursprung und die gemeinsame Entwicklung machen es möglich, dass Mikroben und Darmzellen, Blüten und Insekten, Ameisen und Blattläuse, Pilze und Bäume sich innerhalb der Ökosysteme »verstehen«, d.h. interagieren und Informationen austauschen. Auch wir leben in diesem Netzwerk von Organismen und insbesondere unsere Landwirtschaft und Ernährung sind in diese komplexen Symbiosen und Interaktionen eingebunden. Mit den Methoden der Gentechnik und der Synthetischen Biologie können wir Lebensformen hervorbringen, denen dieser gemeinsame Ursprung fehlt. Setzen wir diese Organismen in die Umwelt aus, ist dies ein Eingriff in die von

der Evolution hervorgebrachten Netzwerke, die Folgen kaum einschätzbar.

## RECHTLICHER RAHMEN

In Europa gelten strenge Vorschriften für die Erforschung, Entwicklung und Zulassung von gentechnisch veränderten Pflanzen. Neuere Verfahren wie CRISPR/Cas spielen noch keine Rolle, als die rechtlichen Regeln formuliert worden sind. Befürworter möchten diese Verfahren von der Gentechnik-Gesetzgebung ausnehmen und damit die Definition von Gentechnik im Allgemeinen »auf-

weichen«. Das wiederum gefährdet die Wahlfreiheit und die Sicherheit von Mensch und Umwelt.

## FORDERUNG AN UNSEREN BUNDESKANZLER

Mit Hilfe der neuen Gentechnik wird eine wesentlich größere Bandbreite von Arten verändert, als mit den bisherigen gentechnischen Verfahren. Nach den Bestimmungen der EU müssen alle Organismen aus NGT einer Risikobewertung unterzogen werden. Das soll auch so bleiben! Dabei müssen alle spezifischen beabsichtigten und unbeabsichtigten genetischen Veränderungen im Hinblick auf ihre Risiken für Mensch und Umwelt bewertet werden.

Postkarte direkt ins Bundeskanzleramt senden!  
Diese Karten finden Sie in unseren Biomärkten.

**JETZT!**

Quellen: [www.testbiotech.org/](http://www.testbiotech.org/) [www.boelw.de/](http://www.boelw.de/) [www.leopoldina.org](http://www.leopoldina.org)



demeter



Riegel Bioweine

## Weine des Monats

Frühlingsweine: Ruminat Primitivo aus Italien und Riesling aus dem Reingau

6.99

je 0,75 l  
(1 l = 9.32)

~~7.99~~



Nerchauer Brauhaus

## Bier in der Schmuckflasche

hopfenfrische Brauspezialitäten in der formschönen Bügelflasche, versch. Sorten

3.29

1 l  
+ Pfand

~~3.79~~



Weingut EQUINOX

## Rotwein aus Moldawien

erlesene Weine direkt vom Winzer, verschiedene Sorten, sortenrein oder feine Cuvées

10%

0,75 l  
1 l = ab 17.99

~~ab 13.49~~



## MOLDAWISCHER WEIN | WINZER CONSTANTIN STRATAN IN PODEMUS

### EIN PARADIES FÜR ROTWEIN-LIEBHABER

Die Weinbauregion **Stefan Voda** liegt im Südosten Moldawiens. Diese Region ist geprägt durch eine Landschaft mit tief liegenden Ebenen, welche perfekte geologische und klimatische Bedingungen für den Weinbau bieten und ist **weltweit für exzellente Rotweine** bekannt.

### EQUINOX - »TAGUNDNACHTGLEICHE«

Equinox zählt zu den **kleinsten Weingütern Moldawiens**, das auf nur **fünf Hektar Rebfläche** derzeit

acht Rot- und drei Weißweinrebsorten für seine unverwechselbaren Weine anbaut. Equinox, vom lat. »Aequinoktium« bezeichnet die beiden Wendepunkte des Jahres, an denen Tag und Nacht gleich lang

sind. Die Geschichte von Equinox fing in 2002 an, als die ersten zwei Hektar Land gekauft und die ersten Weinberge mit Rebstöcken bepflanzt wurden. Zu dieser Zeit arbeitete Constantin als Chef-Önologe bei einem der größten und renommiertesten Weinhersteller Moldawiens und hat erfahrungsreiche Aufenthalte auf Weingütern in Frankreich, USA und Neuseeland hinter sich.

### KLEINES LAND MIT GROSSER LAST

Seit Beginn des vergangenen Jahres ist die Lage für die Menschen in Moldawien, vor allem in der Region Transnistrien, sehr angespannt. Die Republik Moldau hat seit dem

Beginn des Ukraine Konflikts pro Einwohner mehr Geflüchtete aufgenommen als jedes andere Land. Das Land gilt als Armenhaus Europas mit den niedrigsten Löhnen und sechsmal höheren Energieausgaben als in Ländern der EU (Quelle: www.merkur.de). Die Inflation stieg zuletzt auf über 20 Prozent. Alles Umstände, die eine enorme Abwanderung der moldawischen Bevölkerung zur Folge haben. Fast die Hälfte der eigentlich vier Millionen Moldauer lebt und arbeitet im Ausland.

### AUF NACH PODEMUS

Vorwerk Podemus-Inhaber Bernhard Probst ist bekannt für seine hands-on-Mentalität und so holte er die Weine in seine Biomärkte. Das Schicksal des Landes und der Menschen haben ihn bewegt. Im Februar 2023 besuchte Constantin Stratan unseren Hof in Podemus. Die beiden lernten sich kennen und tauschten nach der Weinverkostung mit den Biomarkt-Kollegen am heimischen Küchentisch noch viele Gedanken aus.

»Ein Leben mit dem Krieg direkt vor der Haustür gepaart mit wirtschaftlichen Sorgen ist nicht einfach, zumal Constantin die Bombeneinschläge in Odessa an seinem Weinberg hört und bis letztes Jahr dort sein Absatz lag« fasst er zusammen.

Ab sofort finden Sie in unseren Biomärkten **5 Sorten Equinox-Rotweine** sowie Empfehlungen, zu welchen Gerichten sie gut passen.





## 30 JAHRE GEHÜTET | GENERATIONENWECHSEL STEHT BEVOR

### FEST IN FAMILIENHAND

Ralf Pietzsch hütet seit seinem 10. Lebensjahr Schafe. Diese Passion hat der gelernte Zimmermann zum Beruf gemacht und gründete 1993 gemeinsam mit seiner Frau seinen Landwirtschaftsbetrieb. Seit dem Jahr 2000 ist der Biobetrieb auch Mitglied in dem Anbauverband Gää.

Nun steht so langsam die Hofübergabe an. Dafür startet Sohn Matthias in diesem Sommer

seine Ausbildung zum Schäfermeister und wird in der nächsten Zeit den Hof mit all seinen Bewohnern übernehmen. »Mal sehen wie es wird. Ein bisschen will ich auch schon noch mitmachen« schaut der Senior in die



300 Landschaftspfleger für die Elbwiesen

Zukunft und freut sich, dass sein Betrieb in Familienhand bleiben wird.

### ENTLANG DER ELBE

Aktuell leben ca. 300 Fleischschafe der Rasse Nolana auf dem Hof, oder besser gesagt: auf den dazugehörigen Wiesen und Weiden.

**Nolana bedeutet »ohne Wolle«, denn diese Schafe haben einen natürlichen Haarwechsel. Deshalb stoßen sie im Frühjahr ihr Vlies in Flocken ab und müssen nicht geschoren werden.**

Auf Weideflächen von Dresden bis nach Scharfenberg kann die Schafsherde auf den Elbwiesen beobachtet werden. Die Mutterschafe sind ganzjährig auf der Weide und kommen nur zur

Lammzeit in den Stall nach Weistropp. Hierbei hat jede Mutter mit ihren Lämmern ihre eigene Bucht, damit sie sich in Ruhe aneinander gewöhnen können. Nach einigen Tagen kommen sie dann in Gruppen zusammen.

### DAS SPIEL MIT DEM WETTER

Auch wenn die Tiere fast das ganze Jahr draußen grasen dürfen, braucht Pietzsch zur ausgewogenen Versorgung neben Heu noch Mineralfutter wie Ackerbohnen, Hafer oder Gerste. Das produziert er ebenfalls komplett selbst. Dafür bewirtschaftet er insgesamt 200 Hektar Grünland und 20 Hektar Ackerland.

»2022 war das Wetter zwar feuchter als in den letzten Jahren und es gab auch keinen so rechten Winter aber so richtig wird auch kein Frühling « fasst Pietzsch zusammen. Glücklicherweise hat der Landwirt mit seinen Nordhängen eine recht günstige Lage. »Hier ist es nicht ganz so trocken wie andernorts und dennoch stellen auch wir uns immer wieder neu auf das Wetter ein« so Pietzsch.



Lämmer vom Biohof Pietzsch in Weistropp bei Dresden



**THEKEN-TIPP**

**GENUSS IST DIE MISSION**

»Unsere Fleischfachverkäufer:innen beraten Sie nicht nur zu Fleisch, Käse und deren Alternativen an den Theken in unseren Biomärkten. Sie bereiten auch genussvolle, verzehrfertige Köstlichkeiten zu« erklärt Thekenleiterin Kerstin Liebstein stolz.

**Zubereitung vom Backofen-Steak**

Gefüllte Pappelholzschale auf einem Rost in den nicht vorgeheizten Backofen stellen und bei 180° C Ober-/Unterhitze (oder 160° C Umluft) für 30 Min. backen bis der Käse goldbraun ist. Backofen-Steak heiß genießen.



**VON UNSEREM HOF**



VORWERK PODEMUS

**Backofen-Steak Italia**

Schweinenacken in Kräuter-Knoblauch-Mariande mit Tomate und Mozzarella, in der Pappelholzschale, zum selber Backen  
Stück (ca. 300 g)

**5.49**

5.99

**VON UNSEREM HOF**



VORWERK PODEMUS

**Schweinebraten Apfel-Cornichon**

frisch hergestellt an unseren Theken: gegarter Schweinebraten mit Gewürzgurke, Apfel und Zwiebel in pikanter Vinaigrette

100 g

**2.99**

3.69

**VON UNSEREM HOF**



VORWERK PODEMUS

**Rinder-Rouladen**

mager und besonders saftig, aus unserer Hoffleischerei

100 g

**2.49**

2.99

**VON UNSEREM HOF**



VORWERK PODEMUS

**Speck geräuchert**

kerniger, geräucherter Rückenspeck, ideal für Rouladen oder Griebenschmalz, aus unserer Hoffleischerei

100 g

**1.49**

1.69

**VON UNSEREM HOF**



VORWERK PODEMUS

**Kräuter-Leberwurst**

aus unserer Hoffleischerei, vom Schwein, verfeinert mit Gartenkräutern

100 g

**1.49**

1.79

KOLUMNE

# SEIT TAUSENDEN VON JAHREN

## Ein Symbol für Frieden



Bernhard Probst,  
Vorwerk Podemus-Inhaber  
& Bio-Landwirt

LIEBE KUNDEN,

warum essen wir zu Ostern gern und viel Lamm?  
Für viele wahrscheinlich nicht ganz klar, ist das Lamm ganz archaisch ein christliches, jüdisches und auch muslimisches Opfertier. Die Unschuld, die ein Lamm rein optisch darstellt passt dazu und historisch waren Lämmer gegenüber Schweinen immer aufgrund der Trichingefahr viel reinlicher zu halten und zu verspeisen.

### DU LAMM GOTTES

Im christlichen Kontext ist das Lamm ein Opfertier und steht stellvertretend für die Kreuzigung von Jesus. Indem Johannes der Täufer ihn als „Lamm Gottes, das der Welt Sünde trägt“ bezeichnet (Johannes 1, 29) opfert Jesus sich als Unschuldslamm für die Menschheit um Vergebung und Frieden für alle zu bringen. Diese Reinheit und Vergebung sollen uns dazu aufrufen, ein friedliches Leben zu führen. Das sollte für uns immer anstehen, vor allem in der aktuellen, weltpolitischen Lage!

### FRIEDEN - DAS IST DIE BOTSCHAFT

Egal ob bekennender Christ, Ateist, Muslime oder jüdischen Glaubens, vereinen sollte uns immer die friedliche Botschaft. Einfach, gewaltfrei, miteinander leben.

Alle weiteren Argumente von insekten-schonender Landwirtschaft hin zu reiner Umwandlung von Grad in Lebensmittel, sollten eher Argumente für mehr Genuss mit passendem Fußabdruck sein.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein friedvolles Osterfest.

Ihr Bernd Probst





Wieviele Ostereier haben wir  
versteckt? - Schreib uns an  
**kundenmachenmit**  
[@vorwerkpodemus.de](https://www.vorwerkpodemus.de)  
GEWINNE 1 VON 3  
OSTERNESTERN!

RAPUNZEL

„WIR MACHEN  
BIO AUS LIEBE  
FÜR EINE BESSERE WELT.“

*Joseph Wilhelm*

Joseph Wilhelm  
Gründer von Rapunzel



Sofia Huarina Chacon  
Bio-Kakaobäuerin, HAND IN HAND-Partner aus Bolivien

RAPUNZEL

FAIRWERTE

2.29

1.79



Jetzt zugreifen und  
die Welt verbessern:  
Jedes Produkt spendet  
1 Cent für öko-soziale  
Projekte. Das ergibt über  
750.000 € pro Jahr.



Mehr Infos:



Wir machen Bio aus Liebe.

**BIO**  
SCHENKEN

Individuelle **Präsentkörbe** einfach im Biomarkt **bestellen**. Wir beraten Sie gern!



vegan

Vivani

### Schoko-Riegel

verschiedene Sorten, in plastikfreier Verpackung, im handlichen Riegelformat für unterwegs oder zum Verschenken

**0.79**

35 g | 40 g  
(1 kg = 19.75 | 22.57)

~~0.99~~



vegan

nucao

### Creamy Bunny

unwiderstehlich cremig, mit Kakaobutter, Rübenzucker und gemahlenen Haselnüssen

**3.99**

60 g  
(1 kg = 66.50)

~~4.29~~



vegan

Sonnentor

### Oster-Tee

Kräuter- und Blütentee-Mischungen für österlichen Genuss, lose oder im Teebeutel, versch. Sorten

**-20%**

je 60 g | 18 Btl.

~~ab 3.79~~



vegan

Lipfein

### Frühlings-Tattoos

temporäre Klebetattoos für Kinder, kompostierbar und vegan, dermatologisch getestet, 3 Bögen mit Frühlingsmotiven

**3.99**

Stück

~~4.99~~



Saling Naturprodukte

### Schafsmilchseife

vom Familienbetrieb traditionell hergestellt aus Schafsmilchpulver, in verschiedenen Düften und Formen

**2.99**

je 65 g | 95 g  
(1 kg = 46.00 | 31.47)

~~3.49~~



vegan

Play in Choc

### Überraschungswürfel

Jede ToyChoc Box® enthält einzeln verpackte, milchfreie Pralinen, ein 3D-Pappuzzle und eine lustige Faktenkarte

**1.99**

je 20 g  
(1 kg = 99.50)

~~2.49~~



## Ziger - eine Spezialität mit Tradition



»Ist das Ziegenkäse?« - diese Frage hören unsere Kollegen in den Biomärkten ab und an, wenn sie die verschiedenen Ziger-Sorten an den Theken anbieten. **Nein**, es ist ein

*schnittfester Frischkäse aus frischer Heumilch von unseren Weidekühen,*

der in unserer Hofmolkerei von Hand geschöpft wird, **nach Schweizer Tradition.**

An unseren Frischetheken erhalten Sie die Spezialität in 6 verschiedenen Sorten.

Ziger lässt sich wunderbar auf dem **Grill, im Ofen oder in der Pfanne** zubereiten. Auch paniert oder in warmen Gerichten und **als Salat ist er ein Genuss.**



VON  
UNSEREM  
HOF



VORWERK PODEMUS

### Zigersalat: Tomate-Gurke

frisch hergestellt an unseren Theken, aus hofeigenem, Ziger-Käse mit Tomate, Gurke und frischen Kräutern

2.49

100 g

2.79



VON  
UNSEREM  
HOF



### VORWERK PODEMUS Bärlauch Ziger

aus unserer Hofmolkerei, verfeinert mit Bärlauch, aufgeschnitten aufs Brot, im Salat oder als Brat- & Grillkäse ein Genuss

1.49

100 g

1.99



Biokäserei Wohlfahrt

### Heiderer Bärlauch-Chili

aus Kuh-Rohmilch, würzig und angenehm scharf im Geschmack, an unseren Frischetheken

2.49

100 g

2.79



Biokäserei Wohlfahrt

### Bunter Hensl

Weichkäse mit Kräutermantel, versch. Sorten, würziger Geschmack, an unseren Frischetheken

2.29

je 100 g

2.49



VON  
UNSEREM  
HOF



VORWERK PODEMUS

### Frischkäsecreme Frühlingzwiebel

hofeigener Frischkäse, an unseren Theken mit Kräutern und Frühlingzwiebeln verfeinert

1.99

100 g

2.79

# PLASMA SPENDEN



## LEBEN RETTEN



- ☆ Rette Leben
- ☆ Spende Plasma
- ☆ Erhalte Gutscheine

Institut Dresden | Blasewitzer Str. 68/70 | Tel. 0351 44508-0

Für  
Erstspender  
**10 €**  
Gutschein  
1.-31.3.

### Ihr Plasma ist es uns wert

Noch bis Ende März erhalten alle Erstspender sofort & alle Dauerspender nach der 4. Spende einen **10 €-Gutschein** für die VORWERK PODEMUS Biomärkte!

#### Jeder kann was tun

Alle gesunden Menschen von 18 bis 72 Jahren können Plasma spenden! (Erstspender bis zur Vollendung des 60. Lebensjahres).

#### Es ist nicht schwer

Einfach informieren und Termin vereinbaren unter:

[www.terminreservierung.blutspende-nordost.de](http://www.terminreservierung.blutspende-nordost.de)

oder telefonisch über

**0351 - 445 08 0**

*Es lohnt sich!*



Ponte Real

### Büffel-Mozzarella

original italienischer Mozzarella aus pasteurisierter Büffelmilch

125 g  
(1 kg = 19.92)

**2.49**

~~2.99~~



Bioland

Weihenstephaner Milchmanufaktur

### Dessert

leckeres Süßes in verschiedenen Sorten, im neuen PET Becher

je 80 g | 130 g  
(1 kg = ab 11.46)

**1.49**

~~ab 1.79~~



Bio Verde

### Feinkost-Salate mit Fisch

verschiedene Sorten, als Salat, zu Salzkartoffeln oder als Füllung im Wrap genießen

je 125 g | 150 g  
(1 kg = ab 19.93)

**2.99**

~~ab 3.49~~



Bergerie

### Joghurt & Quark aus Schafsmilch

lecker, frisch, reich an tierischem Eiweiß und natürlichem Kalzium, verschiedene Sorten

200 g | 250 g  
(1 kg = 7.96 | 9.95)

**1.99**

~~ab 2.19~~



Moin

### Gemüse-Taschen

Blätterteig-Taschen zum Aufbacken, verschiedene Sorten

je 220 g  
(1 kg = 14.95)

**3.29**

~~3.69~~

demeter

**NEU**  
ab März 2023

BIO-MÜHLE SEIT 1969

**Bauck  
HOF**

# Wunderbrød Nachwuchs UNSERE NEUEN WUNDER



WASSER DAZU,  
BACKEN UND  
FERTIG



Mehr zu unseren  
Neuheiten!  
[www.bauckhof.de](http://www.bauckhof.de)



## Ruckzuck selbst gebacken!

- Sechs Sorten - für jeden Geschmack
- In bester Demeter- & Bio-Qualität
- Glutenfrei auf Basis von Hafer und Saaten
- Nur 35 Minuten Backzeit



UNSERE  
**BIO**  
MÄRKTE  
Serie

BIOMARKT #3  
**MIT TRÄCKERN ÜBER  
DIE WINTERBERGSTRASSE**

Bio gibt es inzwischen seit über 11 Jahren am **Großen Garten in Dresden-Gruna**. So lange ist Marktleiterin Grit Lorenz (Mitte) auch schon dabei. »Ich erinnere mich noch genau an die Nacht vor der Eröffnung. Kurz nach 3 Uhr war dann endlich die MoPro eingeräumt« erzählt sie gern.

»Heute freue ich mich wenn ich Kinder unserer Kunden auf **Trampelträckern** durch unseren großzügigen Bio-markt fahren sehe und jeden Tag ein großartiger Duft aus unserem **Bio-Bistro** durch den Markt zieht. « Tino (links) zaubert wochentags zur Mittagszeit köstliche Bio-Gerichte und dazu nicht nur unseren Kunden ein Lächeln ins Gesicht.



Lebensbaum

**Kaffeebohnen**

ob kräftig als Espresso-Bohne geröstet oder als ausgewogen aromatische Kaffeebohne, versch. Sorten

**14.99**

je 1 kg

ab ~~17.49~~



Karin Lang

**Honig-Geschenkset**

Geschmacksvielfalt flüssiger Honige aus Frankreich, Deutschland, Italien und Rumänien

**15.99**

4x120 g

(1 kg = ab 33.31)

17.99



**Voelkel  
Säfte**

gut für das Immunsystem, Orangen-, Grapefruit- oder Ananassaft in der Pfandflasche

**2.99**

je 0,7 l

(1 l = 4.27) + Pfand

ab ~~3.79~~



Rosengarten

**Süßes**

vegane Kuchenschnitten mit fruchtiger Sauerkirsche, in verschiedenen Sorten, mit schokoladigem Zartbitterfuß

**1.99**

je 75 g

(1 kg = 26.53)

ab ~~2.49~~



Naturata

**Instant-Kaffee**

Die feine Kaffeealternative aus Getreide mit Lupinen, Dinkel oder Zichorien, warm und kalt ein Genuss

**-20%**

ab 75 g

(1 kg = ab 31.95)

ab ~~5.49~~

BIOLOGISCH-DYNAMISCH  
SEIT 1959



# Ideal für dein warmes Frühstück

Neu bei  
VORWERK  
PODEMUS



Scan mich!  
Für viele tolle  
Porridge-Rezepte



## Die ganze Porridge-Vielfalt

www.spielberger.de



# DEAR FUTURE

Dresdner  
Nachhaltigkeits-  
Festival

5.-13.5.2023

SAVE THE DATE

## ZUSAMMEN GROSS

### DRESDNER NACHHALTIGKEITSFESTIVAL

Das **Dear Future Festival** richtet den Blick in die Zukunft und lädt Bürger:innen und Expert:innen zu einem gemeinsamen Austausch über einen gesellschaftlichen Wandel zur Nachhaltigkeit ein.

Alle **Veranstaltungen und Hintergründe** erfahren Sie in unserem nächsten Handzettel.

MEHR MÄRKTE, MEHR GLÜCKLICH.

#### DRESDEN

**PODFMARKT**  
Podemuser Ring 1  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 9-19, Sa 8-16 Uhr

**TOLKEWITZ**  
Alttolkewitz 26  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 8-19  
Sa 8-18 Uhr

**GRUNA**  
Winterbergstraße 31 a/b  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 8-19, Sa 8-16 Uhr

**STRIESEN**  
Augsburger Straße 4  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 8-19 Uhr, Sa 8-14 Uhr

#### BAUTZEN

**Töpferstraße 38**  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 9-19, Sa 8-14 Uhr

#### RADEBEUL

**Meißner Straße 79/  
Ecke Hauptstraße**  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 8-19, Sa 8-16 Uhr

#### COSWIG

**Dresdner Str 46b**  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 8-19,  
Sa 8-14 Uhr

**HAUPTBAHNHOF  
DRESDEN**  
Wiener Platz 4  
Öffnungszeiten  
Mo-So 9 - 19 Uhr

**BAHNHOF  
KLOTZSCHE**  
Zur Neuen Brücke 4a  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 8-19, Sa 8-16 Uhr

**AM SCHILLERPLATZ**  
Hüblerstraße 3  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 8-19, Sa 8-14 Uhr

**REUSTADT**  
Hans-Oster-Straße 2/  
Ecke Tannenstraße  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 8 - 19, Sa 8-14 Uhr

#### FREIBERG

**Kornstraße 5**  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 9-19, Sa 8-14 Uhr

#### PIRNA

**Breite Straße 4-8**  
Öffnungszeiten  
Mo-Fr 8 - 19, Sa 8-14 Uhr

Einzelne Artikel nicht in allen Biomärkten erhältlich. Preisangaben in Euro. Solange Vorrat reicht. Irrtum und Druckfehler vorbehalten. V.i.S.d.P. und Herausgeber ist Vorwerk Podemus Biomarkt, vertreten durch Bernhard Probst, Podemuser Ring 1, 01156 Dresden.

Bildrechte Rezept- und Porträt-Fotografie © VORWERK PODEMUS/Janine Funke

Hier gibt's  
das Stadt-Euter

Hier gibt's  
Rohmilch

WWW.VORWERKPODEMUS.DE

