

**Biomobil Lieferservice Resa G. Jensch, Diller Weg 9, 55487 Sohrschied**

Tel/AB 06763/961169 (jederzeit, auch nachts), Email: bio-fuelle @ web.de

**Aktuelles Angebot 40. KW – Mindestbestellmenge ab jetzt 15 € + Liefergebühr 1 € -**

- 🕒 **Liefertag Di 29.9.20** Simmern, Kastellaun, Herrstein... **Bestellschluss Mo 18 Uhr**
- 🕒 **Liefertag Mi 30.9.20** Bernkastel-Kues, Morbach, Hochscheid... **Bestellschluss Di 18 Uhr**
- 🕒 **Liefertag Do 1.10.20** Traben-Trarbach, Kröv, Reil **Bestellschluss Mi 18 Uhr**
- 🕒 **Liefertag Fr. 2.10.20**, Lötzbeuren, Irmenach, Kleinich... **Bestellschluss Do 18 Uhr**

<b>Gemüse, Pilze, Salat und Kräuter</b>
<b>Avocados Bacon</b> E 1.70/St.
*Bataten/Süßkartoffeln 4.80
<b>Bohnen, Busch D</b> 7.60
Blumenkohl <b>D</b> 3.40/St./ *Broccoli 8.-
<b>Chinakohl D</b> 3.20
**Fenchel 4.80
SchlangengurkenE 1.70/St./ <b>krumm</b> E 2.20/kg
Minigurken <b>D</b> 7.60/kg
<b>Ingwer frisch D</b> 2.40/100g
*Kart. neu* <b>Linda</b> fk/ * <b>Nicola</b> fk/ * <b>Rosara</b> vfk/ *Theresa mehlig je 2.20
Knoblauch E 1.-/100g
**Kohlrabi 2.-/St.
*Koriander 2.-/Bund
**Kürbis Hokkaido/ * <b>Butternut</b> je 3.40
**Lauch 4.80
** <b>Lauchzwiebeln</b> 3.20/Bund
** <b>Möhren samenfest</b> 3.20/ *Möhren 2.80
Paprika rot/ <b>rot-spitz D</b> je 8.- /**grün E 6.80
* <b>Pastinaken</b> 5.-
Petersilie **kraus oder **glatt je 1.90/Bd.
<b>Pilze</b> Champignons <b>D</b> 1.-/100g
Austernpilze <b>D</b> 1.20/100g
*Radieschen 1.80
**Rote Bete/ <b>bunte Bete</b> je 4.20
** <b>Rotkohl</b> konv.* 3.40
<b>Salate</b> *Eichblatt grün/rot/ *Batavia/ *Kopfsalat <b>grün/rot./Grazer Krauthäuptel</b> je 1.90/St./ * <b>Endivie</b> 2.20/St./ **Salatmix 2.40/100g
<b>Sauerkraut frisch</b> lose Elsass 1.40/500g
<b>Sellerieknollen D</b> 3.40/ <b>Stauden- D</b> 3.20/St.
* <b>Spinat</b> 6.40
**Spitzkohl konv.* 3.20
Steckrüben <b>D</b> 3.20
**Tomaten 4.40/ **Cocktailtomaten 8.-
**Weißkohl 2.80/** <b>Wirsing</b> konv.* 3.40
**Zucchini 3.80/ ** <b>Zuckermais</b> 2.60/St.
**Zwiebeln 3.20/ *rot 3.80
<b>Tofuprodukte Taifun</b> Grillknacker 250g 3.30
<b>Tofu mediterran Olive</b> 200g 2.80
Räuchertofu 200g 2.40/ Tofu natur 400g 2.60
<b>Wurst</b> Schweineleberwurst 140g-Glas 3.20 Saarl./ Rinder-Landjäger 3 St. 120g 4.- (Chiemgau)
<b>Tortelloni Spinat-Pinienkerne</b> 250g 2.50/

<b>Gnocchi</b> 400g 2.70
<b>Obst</b> Preis/kg, wenn nicht anders angegeben
*Äpfel Elstar/Gala/ <b>Topaz/CoxOrange</b> je 4.40
Bananen <b>NE</b> Banafair?/demeter Dom.Rep.3.-
*Birnen Williams/ <b>Conference</b> je 4.80
<b>Feigen schwarz</b> E 1.40/100g
Granatäpfel E 2.40/St.
<b>Kiwi gold</b> I 1.-/St.
<b>Mangos Osteen</b> E 3.40/St.
<b>Maronen</b> extra groß 1.60/100g
<b>Honigmelonen</b> Piel de Sapo E 3.-
Trauben weiß Italia I 4.60/ Sultanas kernlos Griech. 5.80
<b>Tafeltrauben Pfalz blau/ weiß D</b> je 6.80
Zitronen E 5.-/ * <b>Zwetschgen D</b> 5.80
<b>Kuhmilchprodukte Bornwiesenhof/ Schwalbenhof</b>
<b>B*</b> Flammkäs Alexis/Cäsar ca. 200g 2.60/100g
<b>S*</b> Joghurt 500g 1.80, Quark 500g 3.40/ <b>Schwalbert</b>
<b>Sonstige Kuhmilch-Käse</b>
<b>Mozzarella</b> von ÖMA 1.20/100 g
Kräutercreme oder Paprikacreme 150g oder Toskanacreme 125g Weißenhörner je 2.50
Frischkäse von Rapunzel 175g 1.80
<b>Der Bio-Cremige</b> (Camembert) 200 g 4.80
Dorfkäse Wiesenblume Weißschimmel 2.20/100g
Walnussbrie 2.40/100g/Rauchkäse 1.40/100g
Blaue Kornblume mit.Blauschimmel 2.40/100g
Bergkäse 1.80/100g/ Gouda jung 1.40/100g
Rigatino Hartkäse 2.-/100g
* Bunter Gouda (Peperoni, Basil.) 2.20/100g
Gourmet Superieur kräftiger Hartkäse 2.20/100g
Parmigiano Reggiano (Parmesan) 3.20/100g
<b>Schafs- und Ziegenkäse</b> Preis pro 100g
Schafgouda 3.-/Schafbrie/ 3.-Feta 150g 4.10
Ziegengouda 2.40/ <b>Ziegencamembert</b> 3.-
<b>Sonstige Milchprodukte</b>
Schafjoghurt griech. Art 250g-Be. 2.10
Speisequark 40% 250g-Be. 1.50/
<b>Magerquark</b> -Zubereitung Söbb. 500g-Glas 2.20
Joghurt Andechser 500g-Glas 1.80
Sahne BGL 200g-Be. 1.50/ 500g-Flasche 3.50
<b>Schmand250g-Gl.</b> 2.10/ 150g-Be. 1.-
Joghurt 500g-Glas je 2.40: Himb-Hol./ Mango-Van./ Stracciatella/Hol.Blüte-Lemon/ <b>Heidelbeer-Cassis</b>
Sahne-Kefir auf Pflaume-Walnuss/ Pfirsich-Maracuja Blaubeere oder <b>Mango-Vanille</b> 200g-Be. je 0.90

Preise in Euro. Wenn nicht anders angegeben, pro Kilo.  
Kurzfristige Änderungen von Preis und Herkunft sind möglich!

\*\* von Ragna Stemmer - B Bornwiesenhof - S Schwalbenhof -  
 \*regional bzw. vom Bio-Regionalverteiler Saar-Pfalz-Hunsrück -  
 D aus **Deutschl** - **NE nicht aus Europa/ E Spanien/ I Italien**

Alle Produkte sind aus kontrolliert biologischem Anbau, wenn nicht anders angegeben.  
 Das jeweils aktuelle Angebot und weitere Infos finden Sie auch unter [www.biomobil.net!](http://www.biomobil.net)

**Kurzfristige Vor- und Nachbestellungen bitte nur per Telefon/AB!**

**Sie erleichtern uns die Arbeit sehr, wenn Sie vorbestellte Waren nochmals auf Ihre Bestellung schreiben bzw. sagen! Ebenso durch frühzeitiges Bestellen, am besten bis spätestens 18 Uhr am Vorabend der Lieferung.**

**Bankverbindung:** G. Jensch Konto 1087540, BLZ 56061472 Volksbank Hunsrück-Nahe eG

IBAN: DE23 5606 1472 0001 0875 40 BIC: GENODED1KHK

Wir mailen Ihnen auf Anfrage gerne jede Woche Sonntag ein aktualisiertes Angebot zu. Bitte teilen Sie uns dann auch mit, ob Sie das Angebot in Papierform außerdem noch haben wollen.

\***Weiß-, Rot-, Spitzkohl und Wirsing** von Ragna Stemmer wachsen auf einem neuen Feld, müssen daher als konventionell verkauft werden.

**Diese Woche gibt es Brot von Frau Schneider – 1kg Roggen-Weizen oder 750g Roggen-Dinkel je 4.40 - bitte möglichst bis Sa 10 Uhr vorbestellen!**

**Und auch von Simone Lonsdorf – jedes Brot kostet 5.80**

**Di Nachmittag ab Kastellaun** (also nicht nach Bundenbach, Hahnenbach, Martinstein, Herrstein, Kludenbach, Oberkostenz, Bell, Mittelstrimmig) **es wird Dienstag vormittag gebacken. Wir können es jetzt voraussichtlich jede Woche liefern.**

**Alle Brote sind Vollkorn, Vollwert, mit Sauerteig, ohne Hefe,**

**Dinkel-Vollkornbrot** Dinkel, Hafer, Leinsamen/**Emma-Brot** Emmer, Waldstaudenroggen, Dinkel/**Waldi-Brot** Waldstaudenroggen, Dinkel, Hafer/**Wohlfühl-Brot** Emmer, Hirse, Sesam, Maismehl, Leinsamen zu 80% glutenfrei

**Hanfölseife aus dem Soonwald von Anke Dery**

Diese Shampoo & Körperseifen sind aus verschiedenen wertvollen Ölen, HanfölbKbA von der Hanfkampagne, Olivenöl kbA, Kokosöl kbA, etc, reinen ätherischen Ölen und reinen Pflanzenfarben gesiedet. Die Naturkosmetik wird am Rande des Soonwaldes in einer kleinen Manufaktur mit Liebe zur Natur hergestellt. Die Seifen sind sehr ergiebig und sehr einfach und effektiv **auch als Shampoo und Körperseife** zu verwenden. Die Haare müssen nicht nachbehandelt werden, der biologisch abbaubare Schaum der Pflanzenölseife einfach gut ausspülen fertig.

Es gibt die Seife

- ohne Duft
- Lavendel-Rose
- Lavendel-Lemongras

Das 100g-Stück kostet 9 €

**Zotter-Schokolade 70g-Tafel je 3.40 in folgenden Sorten:**

- **GeNüsse**
- **Herzlichen Glückwunsch** (tausend Blätter-Nougat)
- **Tiramisu-Schokolade** (mit Alkohol)

**Sonderangebot:** \***Aroniasaft** 0,5 l – Flasche jetzt 3.80 statt 5.-

<b>Honig</b>				
Hunsrücker Honig Götzeroth – Glas bitte zurück!		500 g	6.80	1.34
Waldhonig Piemont	Hoyer	500 g	9.80	1.96

<b>Süssungsmittel, Geliemittel, Backhilfsmittel, Backzutaten, Stärke, Pudding</b>	Hersteller	Menge	Euro	Grundpreis
Agavendicksaft, hell in Plastik-Spenderflasche	Greenorg.	700 g	5.60	8.-
Ahornsirup Grad C	Terrasana	250 ml	7.90	31.60
Rohrohrzucker Brasilien	Dav	1 kg	4.90	
Vollrohrzucker Mascobado	Dwp	1 kg	6.40	
Gelierzucker mit Apfelpektin 3:1 für 1,5 kg Früchte	BioVegan	500 g	4.70	9.40
Konfitura Fruchtgel Geliemittel mit Kartoffelstärke, Pfeilwurzelmehl, Agar-Agar, Pektin, für 6,6 kg Obst	Biovegan	220 g	7.80	3.55
Maisstärke	Biovegan	250 g	2.-	8.-
Vanillepuddingpulver (für 0,5 l)	Arche		1.60	
Weinsteinbackpulver, 4 Tütchen für je500 g Mehl	BioVegan		1.-	
Backhefe, trocken, für 500 g Mehl	BioVegan	9 g	0.80	
Zartbitterkuvertüre, vom 2,5 kg-Block	Rap	100 g	1.20	

**Neu oder wieder im Sortiment:**

**Datteln lose Tunesien 1.-/100g**

**Masala Chai** Gewürztee mit Zimt, Kardamom, Ingwer, Nelken, Pfeffer von Ökotopia 100g 4.-  
 Statt Polenta jetzt **Minutenpolenta** von Rapunzel, 500g 2.40

Preise in Euro. Wenn nicht anders angegeben, pro Kilo.  
 Kurzfristige Änderungen von Preis und Herkunft sind möglich!

**Bio-Zisch Rosenblüte** von Völkel 0,7 l 2.50

**Mini-Frühlingsrollen süß-sauer** von Soto 4 St. 200g 3.40

Statt kretischem Olivenöl, das nicht lieferbar ist, gibt es jetzt griechisches **Manira-Olivenöl** von Rapunzel, 500 ml 9.90

**Grüne Oliven Tapenade** mit Kapern aus Palestina 130g 5.40

**Quinoa Vollkorn** aus norddeutschem Anbau, Bohlsener Mühle 200g 2.90

**Kaffa Wildkaffee mild, gemahlen**, aus Äthiopien 250g 8.90

**Feine Bitterschokolade Cassis** von Vivani 100g 2.50

**Krunchy pur Waldbeer** von Barnhouse 375g 3.60

**Krunchy pur Hafer** 750g 5.50

Knäckebrot von Naturata gibt es erstmal nicht mehr, dafür jetzt **Knäcke Dinkel-Sesam** vom Kiebitzhof 200g 2.80

**Bio-Hanföl** von der Hunsrücker Hanf-Kampagne 250 ml 13.-

**Kürbiskernöl** Wasgauer Ölmühle 250ml 14.-

**Walnussöl** Wasgauer Ölmühle 250ml 16.-

**Reiswaffeln Quinoa** von Davert 100g 1.40

**Reiswaffeln mit Salz** von Davert 100g 1.-

**Sanddornmuttersaft** von Beutelsbacher 0,33l-Pfandflasche 5.30

**Meersalz mit jodhaltigen Algen** von Rapunzel 500g 2.40

**Soft-Tomaten** von Rapunzel 100g 2.80

**Tahin ohne Salz** im 330g-Glas von Monki 4.70/ - jetzt auch wieder im 250g-Glas von Rapunzel 3.80

**Zitronensaft** von Voelkel 0,7 l 4.60

**4-Korn-Tortelettes** glutenfrei von Werz 6 Stück 125g 2.80

**Braunhirse ganz keimfähig** von Werz 500g 3.90

**Cashew-Großbruch lose** von Morgenland 100g 2.40

**Zahnpasta Complete Care** von Lavera mit Fluorid 75 ml 3.-

**Zeitschrift Oya – enkeltauglich leben -Nr. 59 / Juli bis September 20: Schöne neue Welt? Warum uns Fortschritts-Utopien an den Rand des Abgrunds geführt haben und wie wir die Kraft der Vision nutzen können, um hier und jetzt Orte des guten Lebens zu schaffen 8.-Heft**

**Greenpeace-Magazin Nr. 4/20 : unsere Chance – für eine neue Wirtschaft zum Wohle aller 8.40/Heft**

Nicht lieferbar ist grade Kreuzkümmel (Kumin) gemahlen!

**Eier: Demeter-Mobilstall 0.60, Sehenmühle Bioland 0.50/St., beide Größe M**

Manche Verpackungsgrößen sind grade nicht lieferbar, und einige Nudeln von Rapunzel sind nicht lieferbar.

Deswegen gibt es jetzt von Byodo jeweils 500g für 1.90:

Spaghetti hell

Spaghetti hell, extradünn

Spirelli hell

Außerdem

Basmatireis weiß von Spielberger 1 kg 7.30/ 500g 3.90

Goldhirse von Spielberger 1 kg 5.60/ 500g 3.20

Nackthafer lose von Davert 3.90/kg

Linsen rot von Davert, lose, 4.40/kg

In nächster Zeit kann es immer wieder zu kurzfristigen Änderungen von Packungsgrößen, Herstellerfirmen und Preisen kommen.

**Compostella 1 für 4 – Papier aus 100% Zellulose, auf Vorbestellung bis Mo 9 Uhr.** atmungsaktiv, fettdicht, hitzebeständig bis 220°, verrottet im Kompost in 12 bis 14 Tagen. Aus nachwachsenden Rohstoffen europäischer Herkunft, ohne chemische Zusätze, chlor- und säurefrei, lebensmittelecht, geschmacks- und geruchsneutral, unbeschichtet, ohne Lack, Imprägnierung und Silikonisierung Mehrfach verwendbar!

➤ **Papierrolle 8 m, 37.5 cm breit 4.50**

➤ **Maxitüten (Faltenbeutel) 12 St 20cm x 36cm 4.50**

➤ **Frühstückstüchchen (Faltenbeutel) 14cm x 32 cm 20 St. 5.-**

Außerdem gibt es noch **Natur-Wachspapier beschichtet mit reinem Carnaubawachs**, speziell zur Aufbewahrung feuchter und fetthaltiger Speisen, ebenfalls kompostierbar, Rolle 8m x 37,5cm 5.-

Preise in Euro. Wenn nicht anders angegeben, pro Kilo.  
Kurzfristige Änderungen von Preis und Herkunft sind möglich!