



Mehr Wert in den geplanten Ökokisten

Liebe Kundinnen und Kunden,

seit 2014 haben wir an der Größe unserer geplanten Gemüse-, Obst- und Käsekisten nichts geändert. Durch inflationsbedingte Preisanpassungen hatten Sie im Laufe der Zeit immer weniger Menge und Vielfalt in Ihren Ökokisten. So passen die angegebenen Größen der Kisten nicht mehr zu der Anzahl der Personen, die damit versorgt werden sollen.

Wir halten es deshalb alle paar Jahre für angebracht, die Größe unserer Ökokisten ein kleines Stückchen anzugleichen. Wir werden zum Mai die Werte der Ökokisten um rund 10% erhöhen, damit Sie wieder entsprechend mehr Ware in Ihren Kisten haben. Ausführlich informieren wir Sie zu diesem Thema auf unserer Website. Dort finden Sie auch wieder eine herrliche Auswahl an Salaten, Kräutern und Spinat aus eigener Ernte.

Wochenrezepte

Gebackener Knollensellerie mit Harissa

1 Sellerieknolle, 2 EL Honig, 1 EL Swema Gemüsebrühe, 2 EL Harissa, 400 ml kochendes Wasser, 2 EL Olivenöl

- Den Ofen auf 200°C Umluft vorheizen. Den Sellerie schälen, halbieren, in dünne Scheiben schneiden und in einer gefetteten Auflaufform verteilen.
- In einem Topf mit Olivenöl die Swema Gemüsebrühe kurz anbraten und mit kochendem Wasser aufbrühen. Honig und Harissa dazu geben, alles gut verrühren, abschmecken und über den Sellerie gießen.
- Den Sellerie 45 Min. backen, nach 20 Min. mit einem Löffel wenden, unter die Sauce drücken und dann fertig garen. Anschließend sofort servieren.

Aus: Sabrina Ghayour, Vegetariana

Neu im Sortiment

Pflegeprodukte von Fair Squared

Vegan, fair gehandelt und plastikfrei im Mehrweg-Glas

Die Handelsorganisation Fair Squared hat den Firmensitz in Köln und produziert im Naturpark Eifel. Die Grundlagen der mittlerweile 150 Artikel sind fair gehandelte Rohstoffe mit mehr als 15 ausgewählten Partnern. Dazu gehören Olivenöl aus Palästina und dem Libanon, Mandelöl aus Pakistan, Sheabutter aus Ghana und Kautschuk aus Indien.

Alle Produkte sind NATRUE-zertifiziert, vegan und plastikfrei verpackt in Mehrweg-Gläsern. Eine erste Auswahl an Body Lotion, Gesichtscrème, Lippenbalsam, Handcreme und Aleppo Hand- und Körperseife finden sie bei unseren aktuellen Angeboten unter "Natürlich Plastikfrei".



FAIR SQUARED Produkte
ab 5,95 € bis 19,95 €



Wir freuen uns über Ihre Bestellung im Shop auf
www.lotta-karotta.de
Bestellen, Ändern und Ergänzen können Sie
Ihre Ökokiste bis ZWEI TAGE VOR LIEFERUNG, 8 Uhr!



DE-ÖKO-006

lotta karotta

BIO-LIEFERSERVICE
SEIT 1999