



**Proviant für Expeditionen:**

Besonders haltbar Backwaren, säugend und nahrhaft, lecker, ohne weiteres am Stück zu gemessen - deshalb nicht täglich frisch, sondern in geeigneten Zeitasständen hergestellt. Bei guter Pflege bis 2 Wochen haltbar!

**Ertichleibrot**

Sauerleig-Mischbrot, in Mandeln gewälzt: 40% Sauaranteil; 70% Weizenvoll-

500gr im Kasten

korn/30% Roggenvollkorn, etwas Hefeleitzgabe; mit Pflaumen, Feigen, Aprikosen, Sultanen, Mandeln und Sonnenblumenkernen; Honig; als Gewürz etwas Ingwer und Zimt; ohne Haselnüsse, ohne Ei, ohne Butter oder Milch

**Saaten-Schwarzbröt**

BIÖ-zertifiziert  
niedermehrisches Schwarzbröt mit Weizen, Roggen, Apfel-Essig, Sesam, Leinsaat, SB-Kernen, Ribdenkraut, Hele und Saiz; 4 Stunden gebacken, Klasse Körng abo  
sehr mild

900gr im Kasten

**Gemüse-Brick**

das Saaten-Schwarzbröt mit geraspelten Möhren und Zwiebeln,  
Pfeifer und Muskat, Buchweizen-Auflreue

900gr im Kasten

**Obst-Schwarzbröt**

das Saaten-Schwarzbröt mit Pflaumen- und Oststreck, Zimt

200gr im Kasten

**Bockshorn-Käse-Schwarzbröt**

das Saaten-Schwarzbröt mit würzigem Käse, Bockshornkle, Dill

900gr im Kasten

**Regen-Weck!**

ein schwerer Stuten mit vielen Kalorien gegen die niederthermische Feuchtigkeit:  
Weizen, Milch, Ei, Butter, Honig, Vollrohrzucker, Schokolade, Marzipan, Gewürze.

400 gr-Würfel

**Walnuss-Würfel**

sozusagen ein tieferer Stuten;KEIN EI, KEINE MILCH, KEINE BUTTER, erst recht  
lecker!  
heiler Hefeleig, Walnuß-Bruch, Sonnenblumenöl, Vollrohrzucker, Vanille, Zimt,

Würfel

**Amaranth-Pöppelchen**

ein Kraft-Knubbel mit extra-Eiweiß aus Amaranth, lecker, röstig  
Vollkorn-Hefeleig, Popp-Amaranth, Sonnenblumenöl, Vollrohrzucker, Vanille, Zimt,  
KEIN EI, KEINE MILCH!

Knubbel

**Piraten-Stuten**

ein gemein scharter Stuten als Abenteuer auf dem Teller: Olivenöl, Zwiebeln,  
Tomaten, Kräuter, Pfeffer

400 gr-Würfel

**Crunchy** mit oder ohne Sultanas

Unsere Eigennischung mit aromatisch gerösteten Zutaten, Butter+Honig

500 gr

**Mitsü** mit oder ohne Sultanas

Milde Frühstücks Mischung mit gerösteten Nüssen und Mandeln

500 gr

**Der König knusper!**

Exotisch, süß, knackig, würzig, mit Vollrohrzucker, Kokos, Rübenkraut, Sonnenblumenöl, Sesam

400 gr



Pfeiflich, wenn Gäste kommen, und die Vorratskammer wird nur von mageren Mäusen bewohnt. Die folgenden Artikel können in aller Art von Dosen, am besten dunkel, trocken und kühl lange aufbewahrt werden.

**Römenstern**

Ein müde-würziger Outdoor-Keks mit Weizenvollkornmehl, frischer Butter, Honig,  
Sultanas, Mandeln + Nüssen (getrocknet), mit Zimt, Nelken, Zitrone + Vanille, Ei-frei

4-Kantig

**Marzipanbrömer**

fast nur Marzipan, verfeinert mit Aprikosenmarmelade, etwas Weizenmehl, Zitrone  
und Weinsüß-Backpulver, etwa wie weiche Lebkuchen, Ei-frei

Bogen in Mandeln

**Nougatleig**

dunkler Nuss-Nougat mit Vollrohrzucker + PRIMA-Plantzenmargarine locker  
geschlagen, mit Schokolade überzogen, auf Weizenvollkorn-Mürbeteigeln, eisklas-  
sig für die breite Linie (ab 5 Stück); kühl serviert besonders apart

Castewreigel

brunial zerstampfte Cashewkerne mit Eiweiss und hellem Puderzucker (!), ein super-  
leckerer Plombenlester! auch mit weisser Schokolade als Schmiermittel

**Kokosmakronen**

wie der Name schon sagt: geschälte Kokosnüsse feinstgehackt mit hellem Puder-  
zucker und Eischnee, gehäuft, mit Schokolade veredelt

200 gr-Tüten

**Butter-Kekse**

als HA-FER-kekse, DINKEL-kekse, Mander-Zimt-kekse, NUSS-kekse,  
ERDNUSS-kekse, Sommerkekse

**Die Mübe-Schnitten** (Butter+Honig-Weizen-Mürbeteig)

schwer süße, aromatische Schnitte aus Haselnüssen, in Butter und Honig kandiert,  
mit Sultanen, Zimt und Kakao

flach 6\*9cm

**Mandelschnitte**

süße, milde Schnitte aus getrockneten Mandeln, in Butter + Honig kandiert, mit Vanille

flach 6\*9cm

**Maisischnitte**

süße, körnige Schnitte aus Halerfloeken, Leinsaat, Sesam, Nüssen, Mandeln, Son-  
nenblumenkernen, in Butter + Honig kandiert, mit Vanille

flach 6\*9cm

**Sonnenblumenschnitte**

süße, körnige Schnitte aus Sonnenblumenkernen, in Butter + Honig kandiert, mit  
Vanille

flach 6\*9cm

**Die Dinkel-Decker** (Butter+Honig-Dinkel-Mürbeteig)

gefilte Mürbeteig-Doppeldecker, Weizen-, Ei-, Milch-frei, halbar

Mandeldekor

**Marzipanschnitte**

süße, müß-feine Schnitte mit Marzipan- + Himbeer-Marmeladentüllung.

SBKernetsalz

**Sonnenblumen-Kirsch-Decker**

Kirschenmarmelade mit Sonnenblumenkernen

Walnuss-Hack

**Pflaume-Walnuss-Decker**

Pflaumenmus mit Walnüssen

Kokos-Auflstreue

**Kokos-Äprikose-Decker**

Äprikosenmarmelade mit Kokosfloeken