



# SO ERKENNEN SIE NACHHALTIGE QUALITÄT

Im Supermarkt sind die Bio-Siegel auf TK-Produkten ein guter Indikator für ökologisch hergestellte Nahrungsmittel, artgerechte Tierhaltung und den Verzicht auf gentechnisch verändertes Saatgut. Zudem können Sie nach folgenden Herstellern und Marken, die sich der Nachhaltigkeit verpflichtet haben, Ausschau halten. Sie beweisen, dass ein schnell und unkompliziert hergestelltes Essen nicht im Widerspruch zu Qualität stehen muss:



## Ökofrost mit BioCool, Biopolar und Wildzeit

Seit 1996 beliefert Ökofrost den deutschen Naturkostmarkt mit Bio-Tiefkühlkost, inzwischen mit drei eigenen Marken: Biopolar, Biocool und Wildzeit. Obst, Gemüse, Naturland-zertifiziertes Fleisch oder auch Flammkuchen und Eis gibt es von Biopolar und BioCool. Wildzeit bietet nach Naturland-Wildfisch-Kriterien zertifiziertes Fleisch. Biopolar.de gibt Auskunft über die Herkunft der Zutaten, Verpackung und Transport der Produkte, aber auch über die Arbeitsbedingungen der Mitarbeiter\*innen.



## Bio Hänsel und Gretel

Nach traditioneller Rezeptur hergestellt, mit vitalisiertem Wasser und fast immer bio-dynamisch sind die TK-Produkte der Österreicher Hänsel und Gretel. Im Bio-Fachhandel gibt es zum Beispiel Germknödel und Gemüse-Kartoffel-Burger.



## Bio Natur Frost

Wer im Rhein-Main-Gebiet wohnt, kann sich von Bio Natur Frost Kartoffelprodukte, Backwaren, Obst und Gemüse führender Bio-Hersteller nach Hause liefern lassen.



## FollowFood

Sie möchten gern wissen, von welcher Farm Ihr Fisch oder aus welchem Betrieb Ihr Fleisch eigentlich kommt? Bei den TK-Produkten von FollowFood informiert ein Tracking-Code über Herkunft, Anbau, Fang und Verarbeitung. Vegane Fertiggerichte, Eis, Fleisch, Fisch oder Gemüse sind im Bio-Fachhandel, aber auch bei Edeka und Rewe zu erhalten.



## FROSTA und FischvomFeld

Die Herkunftsländer aller im Produkt enthaltenen Zutaten und den CO<sub>2</sub>-Fußabdruck seiner Produkte macht Frosta auf seinen Verpackungen kenntlich. Da auf Zusatzstoffe und Aromen verzichtet wird, umfasst das Sortiment nur bestimmte



Fertiggerichte, aber auch Fisch, Gemüse, Obst und Kräuter. Mit Frosta zusammen gelang auch FischvomFeld der Durchbruch.

Diese Marke prangt auf tiefgekühlten Fertiggerichten, die mit Gemüse Fisch nachahmen - Feldstäbchen statt Fischstäbchen und Veggie Filets aus hellem Gemüse, Hanfmehl und Leinöl. Direkt zu bestellen bei [fischvomfeld.de](http://fischvomfeld.de) oder in größeren Lebensmittelläden erhältlich.



## MOIN BIO Backwaren

In die Croissants, Krustis und Teigtaschen von Moin Bio Backwaren kommen lediglich Bioland-zertifizierte Zutaten und vitalisiertes Wasser, keine technischen Enzyme oder Palmöl. Da die Teige lange ruhen können, entfalten sich Nährstoffe und Geschmack. Die Produkte des Unternehmens, das sich auch sozial engagiert und unter anderem Geflüchtete zu Bäcker\*innen ausbildet, gibt es in Bioläden zu kaufen.



## Soto

Frühlingsrollen, Falafel und Gemüsefritten, aber auch TK-Obst sind Teil des Soto-Sortiments, hergestellt im oberbayerischen Bad Endau. Das zertifizierte Bio-Unternehmen bezieht seine Rohstoffe wenn möglich aus der näheren Umgebung, fördert die Sortenvielfalt und arbeitet mit Ökostrom. Die Soto-Produkte sind im Naturkost-Fachhandel erhältlich.

# Powerfrühstück mit KÖRNIGEM FRISCHKÄSE

Exklusiv im Bio-Fachhandel erhältlich.



## Starten Sie ausgewogen in den Tag!

Früchte, körniger Frischkäse und Granola in eine Schüssel geben und vermischen. Mit dem hohen Proteingehalt und dem tiefen Fett- und Kohlenhydratgehalt gehört der körnige Frischkäse von Züger zu jedem Powerfrühstück.

Jetzt gewinnen!  
Ein verlängertes Wochenende in der Schweiz.  
[frischkaese.ch/bio](http://frischkaese.ch/bio)



[frischkaese.ch](http://frischkaese.ch)