



Bio-Obst & Bio-Gemüse

aus biologischer Landwirtschaft



Mit Bio-Rezepten!

Täglich frisch bei



Immer wieder ein Bio-Klassiker!



SPAR Natur*pur Bio-Äpfel

Das vitaminreiche Obst stammt zum größten Teil von steirischen Bio-Bauern, wo die saftigen Äpfel bereits vor Ort auf ihre Größe, Ausfärbung, Druckfestigkeit und ihr köstliches Zucker-Säure-Verhältnis geprüft werden. Nur wenn sie alle Auflagen erfüllen, kommen sie bis ins Regal. Das schmeckt man!



SPAR Natur*pur Bio-Bananen

Mit dem Fairtrade Siegel ausgezeichnete SPAR Natur*pur Bio-Bananen geben Ihnen als Konsument die Sicherheit, dass die Produzenten fair bezahlt und keine Kinder ausgebeutet werden. Echt fair, echt bio, echt guter Geschmack!



SPAR Natur*pur Bio-Karotten

Der vertraute Duft macht unweigerlich Appetit auf das leicht süßliche Gemüse! Ob gekocht oder frisch als knackiger Snack zwischendurch – als bekanntester Lieferant von Carotin sind Karotten tatsächlich wichtig für Augen und Haut. Apropos Augen: Eine Augenweide bilden sie etwa als farblicher Kontrast in grünem Salat.



SPAR Natur*pur Bio-Zwiebeln

Schmecken nicht nur gut, sondern tun auch gut! Sie wirken verdauungsfördernd und haben eine allgemein kräftigende Wirkung. Gut, dass sie sich so vielseitig einsetzen lassen! Tipp: Damit sie nicht schimmeln, müssen Zwiebeln gut atmen können - daher offen lagern.



SPAR Natur*pur

Bio-Bananen



Mit etwas SPAR Natur*pur Bio-Butter, Zimt und Honig im Rohr braten - ein herrliches Dessert.

Am besten schmeckt's in der Saison!

Da sich das SPAR Natur*pur Bio-Obst & Bio-Gemüsesortiment nach dem saisonalen Angebot richtet, kann es auch einmal sein, dass es einen Vitaminspender gerade nicht im Regal gibt. Denn jede Gemüse- oder Obstsorte hat ihre Saison, in der sie am besten und auch am billigsten ist! Hilfe leistet Ihnen dabei unser Saisonkalender.

Saisonkalender. Erhältlich sind die Produkte in den gekennzeichneten Monaten

SPAR Natur*pur Bio-Gemüse	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
SNP Bio-Cocktailtomaten	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Fenchel	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Heurige Kartoffel						●	●	●				
SNP Bio-Kartoffel	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Karotten	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Kräuter im Topf	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Kresse	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Melanzani	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Rhabarber			●	●	●							
SNP Bio-Radicchio								●	●			
SNP Bio-Tomaten						●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Paprika grün						●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Pfefferoni						●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Weisskraut								●	●			
SNP Bio-Zucchini	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Zwiebel	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

SPAR Natur*pur Bio-Obst	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
SNP Bio-Äpfel	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Bananen	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Birnen	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Nektarinen							●	●	●			
SNP Bio-Pfirsiche							●	●	●			
SNP Bio-Datteln	●	●	●	●	●					●	●	●
SNP Bio-Grapefruits	●	●	●									●
SNP Bio-Kiwi	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SNP Bio-Orangen	●	●	●	●	●							●
SNP Bio-Trauben								●	●	●		
SNP Bio-Zitronen	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●



Rezept für Rote Rüben Salat

Bio-Rote Rüben in dünne Scheiben schneiden oder klein raspeln und mit 1 EL Bio-Olivenöl, 2 EL Bio-Condimento Balsamico Bianco, etwas Bio-Sauerrahm, 1 EL Kren sowie Salz und Pfeffer nach eigenem Empfinden abschmecken. Frische Bio-Kräuter machen den Salat so richtig knackig!



Tipp für selbstgemachte Salatmarinaden

Garnieren Sie den Salat mit Bio-Salatkernmix aus gerösteten Sonnenblumen- und Kürbiskernen, Sojabohnen und Pinienkernen. Fix und fertig bringt der Salatkernmix Arbeitserleichterung in die biologische Küche, maximalen Geschmack und sieht auch noch toll aus.



Im Einklang mit der Natur

Auch wenn rundherum alles schneller wird, sollte man gerade bei Lebensmitteln und deren Anbau auf natürliche und vielleicht ein wenig langsamere Methoden setzen. Klar, der Verzicht auf chemische Düngemittel macht den Ernteerfolg nicht immer leichter. Und natürlich auch nicht größer. Kurz: Die Arbeit ist intensiver, der Ertrag geringer, die Preise ein wenig höher – aber der Geschmack, der ist unübertrefflich! Sie werden es riechen, schmecken und genießen.

Für uns heißt Bio:

- **Bester Geschmack**
 - **Strengste Kontrollen**
 - **Gentechnikfrei***
 - **ohne chemisch-synthetische Pestizide***
 - **Schont Grundwasser und Böden**
- * Entsprechend der EU-Verordnung „Ökologischer Landbau“ 2092/91 EWG.

Auf die Herkunft kommt's an!

Grundlage jeder Bio-Landwirtschaft ist die ökologische Nachhaltigkeit. Gesunde Böden, Kenntnisse über Wechselwirkungen von Pflanzengemeinschaften, Bewahrung der langfristigen Fruchtbarkeit von Äckern und Wiesen sind Prinzipien auf denen SPAR Natur*pur aufbaut.

Das markenrechtlich geschützte Bio-Siegel der AMA (Agrarmarkt Austria) ist das staatliche Zeichen für biologisch erzeugte landwirtschaftliche Lebensmittel. Grundlage der Vergabe des Siegels sind die Kriterien der EU-Bio-Verordnung. Somit dürfen nur Hersteller und Erzeuger das Bio Siegel auf ihre Produkte drucken, die den Anforderungen dieser Verordnung entsprechen und sich den vorgeschriebenen, strengen Kontrollen unterziehen.



Beim "rot-weiß-roten"-Zeichen muss der Rohstoff aus Österreich stammen. Die "schwarz-weiß"-Variante gibt keine Auskunft über die Herkunft des Rohstoffes.



SPAR Natur*pur Bio-Produkte werden vom Saatgut bis zum Endprodukt ohne Gentechnik hergestellt.



Gesicherte, faire Preise - garantiert durch dieses Logo - ermöglichen den Produzenten und ihren Familien Entwicklungschancen.

Garantiert. Die Ursprungsgarantie.

Neben den staatlichen Kontrollsystemen und strengen SPAR Richtlinien bürgen die Bio-Bauern selbst für die reine, biologische Qualität der SPAR Natur*pur Bio-Produkte. Und zwar persönlich mit Ihrem guten Namen. Für jedes einzelne SPAR Natur*pur Bio-Produkt.