



LIEFERANTEN UND ZUTATEN

5 Elemente Versand www.5Elemente-Versand.de info@5elemente-versand.de

☎ 09231-507 8532 Fax 09231 - 507 7475

| Produkt | | Hinweis | Menge | Preis |
|----------------|------------------------------|--|-------|-------|
| Gewürze | | | | |
| Bio | Curry süß | Fa. Sonnentor , sehr mild, feinaromatisch, Spitzenqualität | 50g | |
| Bio | Galgant | Fa. Sonnentor -mild, feinaromatisch, für Suppen, Saucen | 50g | |
| Bio | Curcuma | Fa. Sonnentor - Basischstes Gewürz mit Heilwirkung | 50g | |
| Bio | Kräuterbuttergewürz | Salzfreie Verfeinerung von Gemüsen, Suppen, Gerichten | 50g | |
| Bio | Pilz-Gewürzmischung | Passt ideal zu allen Pilzgerichten, wie Jäegergeeschn. | 50g | |
| Bio | Bruschetttagewürz | Fruchtig-tomatig mit feiner Knoblauchnote (Blumenkohl) | 50g | |
| Bio | Gyrosgewürz | Für die schnelle Gyrospfanne mit Sojafilet oder Seitan | 50g | |
| Bio | Tsatsikigewürz | Mit fein püriertem Tofu+Sojajoghurt+Leinöl ein köstlicher Dipp für Gemüse oder zu Ofenkartoffeln | 50g | |
| Bio | Barbecue Gewürzmischung | | 50g | |
| Bio | Lebkuchengewürz | Abgerundete Gewürzmischung für leckere Lebkuchen | 50g | |
| Bio | Gulaschgewürz | | 50g | |
| Bio | Schaschlikgewürz | | 50g | |
| Bio | Kräuter Italia = Pizzagewürz | Runde, aromatische italienische Kräutermischung | 50g | |
| Bio | Kräuter Provence | Runde, aromatische französische Kräutermischung | 50g | |
| Bio | Basilikum | | 50g | |
| Bio | Majoran | | 50g | |
| Bio | Oregano | | 50g | |
| Bio | Thymian | | 50g | |
| Bio | Rosmarin | | 50g | |
| Bio | Bohnenkraut | | 50g | |
| Bio | Pfeffer bunt ganz | | 50g | |
| Bio | Pfeffer bunt geschrotet | | 50g | |
| Bio | Pfeffer weiß ganz | | 50g | |
| Bio | Pfeffer weiß geschrotet | | 50g | |
| Bio | Pfeffer schwarz ganz | | 50g | |
| Bio | Pfeffer schwarz geschrotet | | 50g | |
| Bio | Chili gemahlen | | 50g | |
| Bio | Dillspitzen | Abrunden von Dressings, Suppen + Gurken/Kartoffelsalat | 50g | |
| Bio | Koriander ganz | | 50g | |
| Bio | Koriander gemahlen | | 50g | |
| Bio | Schwarzkümmel ganz | | 50g | |
| Bio | Kreuzkümmel ganz | | 50g | |
| Bio | Kreuzkümmel gemahlen | | 50g | |
| Bio | Nelken ganz | | 50g | |
| Bio | Nelken gemahlen | | 50g | |
| Bio | Muskat ganz | | 50g | |
| Bio | Muskat gemahlen | | 50g | |

| | | | | |
|-----|-----------------------|--|------|--|
| Bio | Lorbeerblätter | | 50g | |
| Bio | Wacholderbeeren | | 50g | |
| Bio | Zimt Ceylon | | 50g | |
| Bio | Cardamom gemahlen | | 50g | |
| Bio | Gemüsebrühe hefefrei | Fa. Ernteseegen - feines Aroma, frei von herber Note | 500g | |
| Bio | Ingwerpulver | Für feine Schärfe und „Aufwärmung“ von Suppen und Gerichten, z.B. Gemüsesuppen oder Misosuppen | 50g | |
| Bio | Knoblauchpulver | Geschmacklicher „Kick“ für alle Gemüsegerichte, Suppen und Saucen – vorsichtig dosieren, da sehr intensiv | 50g | |
| Bio | Bärlauchflocken | Ins Salatdressing oder zum Verfeinern v. Suppen und Gemüsegerichten wunderbar, passt auch in Dipps | 50g | |
| Bio | Ajowan | Indisches, aromatisches Gewürz – passt gut zu Linsengerichten, auch in Kombination mit Koriandersaat und gelber Senfsaat und Curry. | 50g | |
| Bio | Senfsaat gelb | Wie Ajowan und Koriandersaat auch wunderbar zum aromatisieren im Topf mit Palmbutter „springen lassen“ | 50g | |
| Bio | Bourbon-Vanillepulver | Höchstaromatische und köstlichste Vanille der Welt! Im Gastro-EK kosten 90g € 34,03 ! (Wiberg + nicht BIO!) Für Kaffee-Spezialitäten, Kuchen, Desserts, Saucen etc | 50g | |

Würz-Saucen/Pasten

| | | | | |
|-----|---------------------------------|--|-------|--|
| Bio | Shoyu | Feinst-aromatische jap. Sojasauce, 2-jährig fermentiert | 500ml | |
| Bio | Teriyaki | Sojasoßen-Spezialmischung, sehr aromatisch | 150ml | |
| | Mirin | Fermentierter Kochwein (ideal für Gemüse, Suppen) | 500ml | |
| | Genmai Su | Fermentierter fein-aromatischer Reis-Essig | 500ml | |
| | Ume Su | Fermentierte Salzwürze (fruchtig-Salzig) | 500ml | |
| | Ume Paste | Intensiv salzig-fruchtige Würzpaste, sehr enzymreich, basisch + verdauungsfördernd, vor allem f. Hülsenfrüchte | 500ml | |
| Bio | Vollreis-Miso „Onozaki „unpast. | Mild-würzig, für Dressings, Suppen, Saucen, Dressings | 500ml | |
| | Hatcho Miso (Manna) | Kräftig-würzig, für braune Saucen, Suppen, Dressings | 400g | |
| | Helles Reismiso (Manna) | Süßlich-würzig für Misosuppen, Dressings, Saucen | 500ml | |
| Bio | Senf mittelscharf | Feiner, hochqualitativer Senf | 300g | |

Hülsenfrüchte, Seitan, Tofu

| | | | | |
|-----|-------------------------------|--|------|--|
| Bio | Chateau Linsen | Edles Aroma, nussig und angenehm würzig | 500g | |
| Bio | Gelbe Linsen | Kurze Kochzeit, mild-süßliches Aroma | 500g | |
| Bio | Kidney Bohnen (gekocht, Dose) | Für schnelles Chili con Soja, Bohnenragout, Bohnensalat | 500g | |
| Bio | Adzuki Bohnen (rot) | Kleine Bohnen, schnell weich, mild, für pikante Gerichte wie Chili o. Bohnenragout – auch für süße Dessert-Creme | 500g | |
| Bio | Seitan | Bratenstücke (Fa. Nagel) in Sojauce-Marinade | 500g | |
| Bio | Tofu in Premium-Qualität | Bärlauch, Mandel-Nuss, Paprika (Fa. Kato) | 250g | |
| Bio | Tofu in Premium-Qualität | Natur (Fa. Kato) | 400g | |

Milch-Ersatzprodukte

| | | | | |
|-----|--------------------|--|--|--|
| Bio | Sojamilch Vanille | Feinaromatisch, köstlich, für Süßspeisen, Kuchen etc | | |
| Bio | Sojamilch Natur | Natur, mit leichtem Sojageschmack | | |
| Bio | Reismilch Vanille | Feinaromatisch, köstlich, für Süßspeisen, Kuchen etc | | |
| Bio | Reismilch Natur | Natur | | |
| Bio | Soja-Joghurt Natur | z.B. Pürieren mit Natur-Tofu = Quark-Ersatz | | |

Bindemittel, Geliermittel, Backpulver

| | | | | |
|-----|--------------------------|---|------|--|
| Bio | Maisstärke | Zum schnellen Binden von Saucen, Suppen, Puddings etc | 100g | |
| Bio | Reinweinstein-Backpulver | Zum gesunden Kuchenbacken, sehr ergiebig | 100g | |
| Bio | Agar Agar | Pflanzliches Geliermittel mit sehr hoher Ergiebigkeit | 100g | |

Süssungsmittel, Salz

| | | | | |
|-----|---|---|-------|--|
| Bio | Apfeldicksaft | Zum süßen Abrunden v. Süßspeisen u. würzigen Saucen | 330ml | |
| Bio | Zuckerrohr-Melasse | Aromatisch-malzig, zum Veredeln v. Süßspeisen, Gebäck | 300g | |
| Bio | Reissirup | Neutrales Süßen – langkettig - geschmacksneutral | 1 kg | |
| Bio | Hafersirup | Neutrales Süßen – langkettig – nussige Süsse | 1 kg | |
| Bio | Für Reissirup/Hafersirup: Leere Spender-Flasche 580ml -auch für den Frühstückstisch | | | |
| Bio | Reismalz mit Gerste | Aromatisch nussig-malziges Süßen – Premium-Süßmittel | 900g | |
| Bio | Steinsalz | Europäisches Steinsalz, mit vollem Mineraliengehalt, mild | 1kg | |

Nuss-Muse

| | | | | |
|-----|-------------------|---|------|--|
| Bio | Sesam-Mus (Tahin) | Für „Sesamcreme“ mit Reissirup (Gesundes Sesam-Nutella) | 500g | |
| Bio | Mandel-Mus | Für „Mandelcreme“ mit Reissirup (Gesundes Mandel-Nutella) | 500g | |
| Bio | Haselnuss-Mus | Für „Haselnuss-Creme“ mit Reissirup (Gesundes Nutella) | 500g | |

Getreide, Flocken, Pasta

| | | | | |
|-----|---|---|------|--|
| Bio | Buchweizenflocken | Für warme Frühstücksflocken <u>oder</u> Frühstücksbuffet | 500g | |
| Bio | Buchweizenmehl | Für Kuchen, Dessertcremes, Lebkuchen, Plätzchen etc | 500g | |
| Bio | Reisflocken | Für warme Frühstücksflocken (muss gekocht werden) | 500g | |
| Bio | Hirseflocken | Für warme Frühstücksflocken <u>oder</u> Frühstücksbuffet | 500g | |
| Bio | Tsampa (fein geröstetes Gerstenmehl) | Für schnelle Desserts(Joghurt) <u>oder</u> Frühstücksbuffet | 500g | |
| Bio | Fein-aromatischer Bulgur aus Buchweizen o. Dinkel | Demeter-Spitzenqualität aus <u>gekeimtem</u> Getreide | 500g | |
| Bio | Kamut-Nudeln | Spaghetti, Hörnchen, Penne – butternussig-feines Aroma | 500g | |

Meeresgemüse, Shiitake, Daikon-Rettich

| | | | | |
|-----|---------------------------|---|------|--|
| | Wakame Flocken | Als Zutat für Linsen, Getreidegerichte, Suppen | 100g | |
| | Nori Flocken | Für Salate, Gemüsegerichte, Suppen-Finish, Getreideger. | 100g | |
| | Dulse Flocken | Gemüsegerichte, Suppen | 100g | |
| Bio | Sengiri Daikon Rettich | Sonnengetrocknet, hocharomatisch für Suppen | 100g | |
| Bio | Shiitake Pilze getrocknet | Hocharomatisch für Suppen und veget. „ Bratensauce “ | 100g | |

Fette, Öle, Kuvertüre

| | | | | |
|-----|------------------------------|--|-------|--|
| Bio | Palmbutter hell | Zum Braten, Backen etc – rein pflanzlich, hitzestabil | 1kg | |
| Bio | Kokosbutter VCO Dr. Görg | Beste Spitzenqualität aus erntefrischen(!) Kokosnüssen | 1kg | |
| Bio | Leinöl (deutsche Leinsaat !) | Beste Spitzenqualität, stets frisch gepresste Ware ! | 500ml | |
| Bio | Sojasahne 3 x 250ml | Ideal f. Sahneseucen, Suppen, vegetar. Mayonnaise | 750ml | |
| Bio | Zartbitterkuvertüre | Fa. VIVANI (köstliches Aroma von feinstem Kakao) | 200g | |

Gourmet Vital

Schlank & Fit mit Hochgenuss



WELLNESS TEE + ZUBEHÖR Für feinsten Tee-Genuss

Tel: 08667 – 876 456 0

Email: info@gourmetvital.de



24,95

1 Liter Zubereiter
Edelstahl Premium Qualität



17,95

350ml Zubereiter
Edelstahl Premium Qualität



2,95

Edelstahl Tassen-Teesieb
Premium Qualität mit Bambusgriff

BIO WELLNESS TEESORTEN

| | | | |
|---------------------------------------|--|------|------|
| Bio Grüntee Tropenfrüchte | Premium Qualität, bis zu 3-mal aufgiessbar | 100g | 6,95 |
| Bio Weißer Tee Himbeer-Zitrone | Premium Qualität, bis zu 3-mal aufgiessbar | 80g | 6,95 |
| Bio Rooibostee Orange-Vanille | Premium Qualität, bis zu 3-mal aufgiessbar | 100g | 6,95 |
| Bio Kräutertee Ingwer-Aktiv | Premium Qualität, bis zu 3-mal aufgiessbar | 100g | 6,95 |
| Bio Gewürztee Chai-Wellness | Premium Qualität, bis zu 3-mal aufgiessbar | 100g | 6,95 |

- **Ergiebigkeit pro Packung bis zu 20 Liter Bio-Wellness-Tee**

- **Premium Qualität ist bis zu 4 mal aufgiessbar** (die gleichen Blätter innerhalb 1 Tag)

Mindestbestellwert = 30 Euro / Versandkostenanteil: D- € 3,95, A- €5,95 CH- €12,95

| | Produkt | Hinweis | Menge | Preis |
|-----|--|---|-------|-------|
| Bio | Soja-Filet 1kg Trockenware ergibt ca. 3,5kg bratfertiges Fleisch | Schnitzel=Steaks, Medaillons, Geschnetzeltes, Gulasch, Hackfleisch (schnell bratfertig – dann genauso wie Fleisch zubereiten) | | |
| Bio | Vollrohrzucker „Succanat“ | Feines, leicht malziges Aroma - Spitzenqualität | | |
| Bio | Vollrohrzucker „Indien“ | Feines, leicht malziges Aroma - Spitzenqualität | | |
| Bio | Buchweizen Vollwertpulver | Höchstfein vermahlen, optimales Backergebnis | | |
| Bio | Dinkel Vollwertpulver | | | |
| Bio | Kamut Vollwertpulver | | | |
| Bio | Kakao pur | Höchst feinaromatischer, ganz besonderer Kakao | | |
| Bio | Kakao-Drink | Für Trinkschokolade ideal, alle Gäste lieben sie | | |
| Bio | Kokosraspel | Hocharomatisch, sehr selenreich | | |
| Bio | Carobpulver | Nougatähnliches Aroma, ideal z. backen, f. Süßsp. | | |
| Bio | Basmati Naturreis | Indische Spezialität, hocharomatisch! | | |
| Bio | Langkornreis | Italienische Spitzenqualität | | |
| Bio | Calasparra Naturreis | Spanischer Rundkornreis, edel und aromatisch nussig | | |
| Bio | Polenta Premium-Qualität | Goldgelb, hocharomatisch für Pikantes und Süßspeisen, Kuchen und Desserts | | |
| | Himalaya-Salz „Halit“ | Edelstes Himalaya-Salz | | |
| Bio | Olivenöl Andalusien | 16 Goldmedaillen gewonnen Fruchtig-aromatisch, sehr vielseitig verwendbar! | | |
| Bio | Zedernnüsse aus Sibirien | Feinstes Aroma = Spezialität, 6 Mon. kühl lagerbar | | |
| Bio | MÜSLI Crunchy Himbeere | <u>Gebackenes</u> Müsli mit besserer Verdaulichkeit | | |
| Bio | MÜSLI Crunchy Apfel-Zimt | <u>Gebackenes</u> Müsli mit besserer Verdaulichkeit | | |
| Bio | MÜSLI Crunchy Kokos-Ban. | <u>Gebackenes</u> Müsli mit besserer Verdaulichkeit | | |
| Bio | MÜSLI Crunchy Schoko | <u>Gebackenes</u> Müsli mit besserer Verdaulichkeit | | |
| Bio | Leinsaat (Frühstücksbuffet) | gekeimt, gemahlen | | |
| Bio | Bananenflocken | Für schnelle Desserts, Kuchen, Frühstücksbuffet | | |

Franz Obermeyer Bio Demeter Getreide ☎ 08687 – 228 Fax 08687 – 985894
 Mindestbestellwert __ € (Versandkosten 4,95) - ab __ € frei Haus

| | Produkt | Hinweis | Menge | Preis |
|-----|-------------------------|---|-------|-------|
| Bio | Kartoffeln versch. | Alte Sorten, hocharomatisch, regionale Spitzenqualität | | |
| Bio | Einkorn | Uraltes Getreide, feinaromatisch, ideal zum Backen und auch als Beilage wie Naturreis (über Nacht einweichen) | | |
| Bio | Einkorn Vollkornmehl | Wunderbar zum Backen, Pfannkuchen mit vollem Aroma | | |
| Bio | Beluga Linsen | Schwarze Delikatess-Linsen mit feiwürzigem Aroma | | |
| Bio | Grüne Delikatess-Linsen | Grüne Delikatess-Linsen mit feiwürzigem Aroma | | |
| Bio | Nackthafer | Heimischer, alte Hafersorte, ideal für Flocken o. Risotto | | |
| Bio | Perldinkel | Heimische, uralte Sorte, wie Reis zuber. oder als Risotto | | |
| Bio | Leinsamen | Heimische, uralte Sorte | | |
| Bio | Braunhirse gemahlen | Heimische Urhirse, extrem reich an Mineralien | | |

Asia Shop Traunstein ☎ 0861 – 986 71 72 Kein Mindestbestellw. (Versandk. 4,50)

| | | | |
|---------------------------------|--|-------|------|
| Curry Paste Rot 100% natürlich | Für das orig. Thai-Kokosmilch-Gemüse (vorsichtig dosieren) | 250g | 2,69 |
| Curry Paste Gelb 100% natürlich | Zum Verfeinern von Kichererbsen-Curry, Suppen, Saucen | 250g | 2,69 |
| Curry Paste Grün 100% natürlich | Zum Allround-Verfeinern von Gerichten, Suppen, Saucen | 250g | 2,69 |
| Curry Paste Matsaman 100% nat | Für eine indische Note mit feiner Schärfe | 250g | 2,69 |
| Fischsauce 100% natürlich | Zum Verfeinern von asiatischen Gerichten, Gemüsen etc | 500ml | 2.- |