

Rezepte gegen den Winterblues.

JANUAR 2014

10. und 11. Jan. **BÄDER UND WÄRMENDE KÖRPERÖLE:**
Gabi Gäckle zeigt Ihnen Bäder und Öle, die für wohlige Wärme sorgen und das Wohlbefinden erhöhen. (10 bis 17 Uhr)



11. Jan. **GENUSS FÜR NORD- UND SÜDLICHTER:**
Martin Duwe kocht Grünkohl mit ohne Pinkel.



11. Jan. **KOCHAKTION ZUM FRÖHLICH UND UNBESCHWERT SEIN:**
Es gibt wohltuend-wärmende Suppe! Sie haben die Wahl zwischen schwäbischer Hochzeitssuppe, russischer Soljanka und italienischer Tomatensuppe mit Hackfleisch.



18. Jan. **NEUJAHRSEMPFANG** mit Sekt und Gugelhupf
(10 bis 18 Uhr)



24. und 25. Jan. **SANDDORN-WOCHENENDE** mit Gabi Gäckle und vielen Gute-Laune-Sanddornprodukten zum Ausprobieren. Sanddorn ist vitaminreich, steigert die Abwehrkräfte und ist einfach genial für heizungsgestresste Winterhaut. (10 bis 17 Uhr)



25. Jan. Gudrun Hartmann bringt mit Ihren **GUTE LAUNE-SUPPEN** Farbe auf den Teller. Freuen Sie sich auf indische Dal-Linsensuppe, grüne Gemüsesuppe und Rote Beete-Meerrettichsuppe.



25. Jan. **KOCHAKTION FÜR ENERGIE UND GUTE LAUNE:** Wir grillen für Sie leckere Steaks vom Rind, vom Schwein und von der Pute, dazu gibt es jeweils einen knackigem Wintersalat! (11 bis 15 Uhr)



SINGER-SONGWRITER SASCHA SANTORINEOS aus Schorndorf spielt bei Hoflieferant seine akustische Hommage an eine Welt, so wie sie sein könnte. (11 bis 15 Uhr)



31. Jan. Michael Rosen macht mit Ihnen bei unserer **ABENDLICHEN WEINPROBE** einen launigen Ausflug ins Bordeaux.



NEWSLETTER JAN. 2014



Weihnachten ist vorbei und mit dem neuen Jahr könnten wir eigentlich auch schon wieder in den Frühling starten. Aber da es bis dahin noch eine Weile hin ist, haben wir uns ein paar Dinge ausgedacht, um Ihnen die grauen, kalten Tage ein bisschen schöner zu machen.

NEUJAHRSEMPFANG AM
18. JANUAR

Unter einem Dach:

organix
Biomarkt

HOF LIEFERANT
FLEISCH & WURST VON BIO-BAUERN.



So fängt das neue Jahr gleich gut an.

Stoßen Sie am 18. Januar bei unserem verspäteten **Neujahrsempfang** mit uns und einem Gläschen Sekt auf das neue Jahr an. Unser Auszubildender Joachim Hattingen greift in die Tasten und unsere Mitarbeiterin Bärbel Hägele steuert ihren legendären **Gugelhupf** bei. Wir freuen uns auf einen netten Plausch und Ihren Besuch. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verraten Ihnen, mit welchen Rezepten sie sich düstere **Wintertage schöner machen** – vielleicht ist ja auch die eine oder andere Anregung für Sie dabei.

Neben der Liebe geht bei uns definitiv auch die gute Laune durch den Magen. Darum haben wir unsere **winterliche Rezeptbar** mit neuen, von unserem Organix Team erprobten, Rezepten bestückt, die nur darauf warten, von Ihnen nachgekocht zu werden. Zum Beispiel mit gesundem **Wintergemüse aus der Region** oder **vitaminreichen Früchten** aus aller Welt.

Ein **Höhepunkt für Genießer**: Am 25. Januar kocht Gudrun Hartmann für Sie **Gute-Laune-Suppen**. Mit viel Schwung und gut gelaunt wie immer, wird sie uns leckere, gesunde Suppen aus Zutaten unserer regionalen und südeuropäischen Lieferanten kochen.

Und weil auch **gute Nachrichten** gute Laune machen, hier noch eine zu unserem Kipepeo-Projekt in Uganda: Im vergangenen Jahr konnten wir dank Ihrer Unterstützung 2.500 € an den gemeinnützigen Verein Kipepeo e.V. überweisen. Von dem Geld werden Regenwassertanks angeschafft, die in Zukunft mehrere Familien dauerhaft mit Trinkwasser versorgen.

Wir wünschen Ihnen eine guten Start in ein glückliches neues Jahr!

Ihre Margret und Christof Tenta und das Team von Organix

Rezept Nr. 2



Lena Feltenreich
(Auszubildende)



Dicke Socken gehören im Winter zur Grundausrüstung, denn mit warmen Füßen sieht die Welt gleich anders aus. An grauen Tagen mache ich mir öfters mal einen exotischen Fruchtsalat mit leckerer Mango: schmeckt toll und hat superviele Vitamine.

Rezept Nr. 4



Birka Föhrenbach-Lohrer
(Käse und Wein)



Ein gut geheiztes Wohnzimmer, leckeres Käsefondue und ein Glas Riesling Schilfsandstein von Jochen Beurer aus dem Remstal – mehr braucht man nicht zu einem gelungenen Winterabend!

Rezept Nr. 3



Sandra Olchawa
(Einkauf Trockenwaren)



Mein Gute-Laune-Rezept für kalte Tage: Heiße Schokolade mit leckerer Vorzugsmilch (gibt's immer freitags und samstags), Tiger-Kakao von Rapunzel, einen Klacks Schlagsahne und als Topping Chai-Küsschen, das Gewürz von Sonnenrot.

Unsere Rezepte gegen Winterblues.

Rezept Nr. 5



Karin Lehmann
(Teamleitung Hoflieferant)



Einen Teller Suppe und anschließend mit einem spannenden Buch in eine Decke gekuschelt eine kleine Auszeit nehmen – und schon geht's anschließend wieder fröhlich und unbeschwert weiter.

Rezept Nr. 1



Jasmin Birke
(Bäckerei)



Ich treibe auch im Winter viel Sport, für den Extra-Vitaminkick sind unsere Orangen perfekt – und für die gute Laune ab und zu ein Stück Bienenstich.

Rezept Nr. 6



Gerhard Lechner
(Biometzger Hoflieferant)



Einfach warm anziehen und raus an die frische Luft. Ab und zu ein schönes Steak vom Thunfisch oder vom Rind mit einem knackigen Salat – schon bin ich wieder energiegeladener und gut gelaunt.