Mail-Betreff: **LSM KW28**

View in browser

Aktuelle Wino-News zu deiner Lieferung





Jetzt wird's knackig

Wusstest du, dass die Gurke botanisch gesehen eine Beere ist? Und dass ihre **wertvollsten Inhaltsstoffe** — Vitamine, Mineralstoffe, Antioxidantien — vor allem **in der Schale stecken**?
Genau deshalb lohnt sich auch hier Bio besonders. Wer die Schale isst, will sicher sein, was drauf ist. Im Bio-Anbau sind chemisch-synthetische Pestizide verboten — die Schale einer Bio-Gurke kann man bedenkenlos essen.

Dazu kommt: Freilandgurken aus der Region gibt es ab Mitte Juli. Kein beheiztes Gewächshaus, keine langen Transportwege, keine Folie drum — einfach Gurke, wie sie sein soll.
Und falls sie mal etwas krumm ist: bei uns kein Problem. Geschmack und Qualität haben mit der Form nichts zu tun.

Im Shop findet ihr Gurken in vielen Varianten: heimische Gurken, Schlangengurken, Landgurken oder knackige Minigurken. Perfekt für frische Sommersalate oder zum Einlegen in Scheiben und Stücken sind auch unsere Retter-Gurken.

Sie entsprechen vielleicht nicht der Norm, schmecken aber genauso gut und sind viel zu schade für die Tonne. Eben: nicht geschniegelt und genormt, sondern einfach *guut genuuug!*

Passend zur Gurkensaison erwartet euch außerdem unser **Rezept der Woche** - einfach ganz nach unten scrollen. Auf unserer Website findet ihr noch viele **weitere Gurkenrezepte** für warme Sommertage. Lasst es euch schmecken und genießt den Sommer!

Gurken satt!

Sonnige Grüße, wünscht Nadine Croneiß und das gesamte Wino-Team!

Sommerliche Erfrischung

Genießt den Sommer mit unseren prickelnden Saftschorlen! Gut gekühlt sind sie die perfekte Erfrischung an warmen Tagen und löschen den Durst mit bestem Brackenheimer Bio-Obst aus der Flasche.
Erhältlich in den Sorten: Apfel, Apfel-Cassis und Birne-Rhabarber.
Natürlich kommen alle Sorten ohne zugesetzten Zucker aus.
Bestellt eure Lieblingsschorle ganz bequem im Sixpack oder im 24er-Kasten und genießt fruchtig-prickelnde Erfrischung für den Sommer!



Wino Bio Schorle

Events im Juli

Immer was los bei Wino Bio!

19.07.26 09:00 Yoga-Retreat
Ein Morgen voller Achtsamkeit und Genuss. Für Körper und Seele. Es warten: zwei inspirierende Yoga-Sessions, Frühstücksbuffet & leichter Mittagssnack, Getränke und Heißgetränk und achtsame Momente inmitten der Natur.
Anmeldung erforderlich

Hier geht's zur Anmeldung

19.07.26 13:30-17:30 Uhr SpielBlüten Fest in Mosbach
Spiel & Spaß für die ganze Familie. Freut euch auf ein breit gefächertes Programm mit Spielen, Wellenrutsche und Murmelbahn. Wir sind mit einem Marktstand dabei und freuen uns auf euren Besuch. Für Kinder haben wir ein kreatives Mitmach-Angebot vorbereitet – und natürlich gibt es bei uns auch immer fruchtige, obstige Grüße. Schaut gerne vorbei.



Asiatischer Gurkensalat mit Sesam

Zutaten:

- 2 Salatgurken
- 2 Stängeln Frühlingszwiebeln, in feine Ringe geschnitten
- 2 EL Sesam
- 1 EL frischer Koriander oder Petersilie (optional)

Für das Dressing:

- 3 EL Sojasauce
- 2 EL heller Essig
- 2 EL Salatöl
- 2 TL Ahornsirup oder Honig
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt oder gepresst
- 1 TL frisch geriebener Ingwer
- 2 PrisenChilipulver oder etwas frische Chili (nach Geschmack)

Zubereitung:

1. Die Gurken mit einem Gemüsehobel quer in hauchdünne Scheiben hobeln.
2. Die Gurkenscheiben leicht salzen und etwa 10–15 Minuten ziehen lassen. Anschließend das überschüssige Wasser vorsichtig ausdrücken.
3. Knoblauch pressen oder fein hacken und den Ingwer reiben.
4. Für das Dressing Sojasauce, Essig, Öl, Ahornsirup, Knoblauch, Ingwer und Chili verrühren.
5. Gurken und Frühlingszwiebeln mit dem Dressing vermengen und etwa 15 Minuten durchziehen lassen.
6. Vor dem Servieren mit geröstetem Sesam und nach Belieben frischem Koriander oder Petersilie bestreuen.

Tipp:

Für noch mehr Crunch passen geröstete Erdnüsse oder Cashewkerne hervorragend dazu. Wer es besonders frisch mag, gibt kurz vor dem Servieren etwas Limettenabrieb und einen Spritzer Limettensaft über den Salat.

Zum Rezept auf unserer Website!

Wino Bio GmbH
Im Hasenlauf 1 | 74336 Brackenheim
Tel.: 07135 93767-0 info@wino.bio | www.wino.bio

Home | Impressum

Copyright © 2025 Wino Bio GmbH, All Rights Reserved.