

## Sortimentsliste

### Ganzes Korn

Buchweizen\*  
 Dinkel\*  
 Grünkern\*  
 Hafer\*  
 Hirse\*  
 Quinoa   
 Roggen\*  
 Weizen\*

→Viele Körner können vor Ort gemahlen oder geflockt werden.

### Mehl

Dinkelmehl\* Typ 630/ 1050  
 Maismehl\*  
 Roggenmehl\* Typ 1150  
 Weizenmehl\* Typ 550 und 1050

### Teigwaren

Hörnchen\*  
 Lasagne\*  
 Penne\* (hell, Vollkorn, Dinkel, Mais)  
 Spätzle\*  
 Spaghetti\*(hell, Vollkorn)  
 Spirelli\* (bunt, hell, Kichererbse, Vollkorn)  
 Schmetterlingsnudeln\*  
 (Farfalle)  
 Dinkel Bandnudel gedreht aus Reinfeld

### Sojaprodukte

Sojaschnitzel

### Reis

Basmatireis\* weiß, natur  
 Langkornreis\* weiß, natur  
 Milchreis\*  
 Naturreis\*rund  
 Parboiledreis\*  
 Risottoreis\*

### Grieß, Flocken, Müsli, Cornflakes

Amaranth\* gepoppt  
 Bulgur\* aus Vollkorndinkel  
 Cornflakes\*  
 Couscous\*  
 Dinkelflocken\*  
 Flohsamenschalen\* gemahlen  
 Haferflocken (fein\*, grob\*)  
 Maisgrieß\*/ Hartweizengrieß\*  
 Müsli (Basis\*, Früchte\*, Schoko\*, Crunchy\*)  
 Reisflocken\*  
 Vier-Korn-Flocken\*

### Hülsenfrüchte und Ölsaaten

Bohnen (Kidney\*, weiß)\*  
 Grüne Erbsen \*

Kichererbsen\*  
 Linsen\* (braun, rot)  
 Mungbohnen\*

Blaumohn\*  
 Chiasaat\*  
 Leinsaat \*  
 Sesamsaat\*

Kürbiskerne\*  
 Pinienkerne\*  
 Sonnenblumenkerne\*  
 Popcornmais\*im Pfandglas

### Backzutaten


Agar Agar\*  
 Backhefe\*  
 Backpulver\*  
 Gelatine gemahlen\*  
 Hirschhornsalz  
 Kakaopulver\*  
 Kokosblütenzucker\*  
 Kokosraspel  
 Kuvertüre (Vollmilch\*, dunkel\*)  
 Maisstärke\*  
 Natron  
 Orangeat  
 Puderzucker\*  
 Puddingpulver\* (Vanille, Schokolade)  
 Rohrohrzucker\*  
 Rübenzucker\*  
 Schokoplättchen\*  
 Schokostreusel\*  
 Tortenguss\* (klar rot)  
 Vanilleschoten\*  
 Vanillezucker\*  
 Zitronat\*  
 Zuckerrübensirup\*  
 Zuckerstreusel\*

### Süßwaren

Choco-Lini Minis\*  
 Colafläschen  
 Fruchtbärchen\*, vegan  
 Fruchtgummi \*  
 → Saurer Apfel, Saure Würmer, HimbeerHolunder Mix, vegan  
 Kaugummi (Frucht, Minze, TeebaumölMinze, Zimt)  
 Lakritzschnecken\*  
 Lakritzstücke mit Salmiakpulver und VM Schoko  
 Pfefferminzdrops\*  
 Pretzel\*

### Schokoladiges

Beerenmix in Schokolade\*  
 Bruchschokolade\* div.Sorten, z.T. vegan  
 Cashewkerne in Zartbitterschokolade


Erdnüsse in Vollmilchschokolade  
 Haselnüsse Schokomix  
 Kokoswürfel in Vollmilchschokolade  
 Kaffeebohne in Zartbitterschokolade  
 Mandelkerne Cappuccino  
 Mandelkerne gesalzen mit Zartbitter  
 Mandelkerne Schokomix  
 Meisterschokolade, div. Sorten   
 Milchcremekugeln\*  
 Weinbeeren\* schokol.

Kekse\* und Chips

Gebäck versch.Sorten\*

Soja-Reiskeks salzig  
 Bananenchips  
 Kokoschips

### Nüsse

Cashewkerne\*  
 Cashewnüsse\* gewürzt Gutding   
 Edelnussmischung\*  
 Erdnüsse ungesalzen und geröstet  
 Erdnüsse\* ungesalzen und geröstet  
 Haselnüsse ganz\*/ geröstet\* und gehackt\*  
 Mandeln ganz\*/gemahlen\*/gestiftelt /gehobelt\*)  
 Paranuskerne  
 Pecannuskkerne  
 Pistazien mit Schale  
 Studentenfutter\*  
 Walnusskerne (halb\*, Bruch\*)  
 Frisches Nussmus (wechselndes Angebot, siehe Homepage)  
 Hasel- und Walnuss in Schale\*

### Trockenfrüchte

Aprikosen\*  
 Bananenchips  
 Cranberries  
 Datteln  
 Feigen\*  
 Kokoschips\*  
 Mangostreifen\*  
 Pflaumen\*  
 Röstzwiebeln\*  
 Sauerkirschen\*  
 Sultaninen\*  
 Tomaten, getrocknet  
 Weinbeeren\*

Himbeeren\* gefriergetrocknet


### Antipasti

schwarze Oliven\*  
 Tomaten\*


### Gewürze

Anis\* (ganz)  
 Basilikum\* (gerebelt)  
 Bouillon\* mit Rind  
 Brotgewürz\*, grob gemahlen (Fenchel, Anis und Koriander)  
 Chilipulver\*  
 Curry\*  
 Dill\* (fein geschnitten)  
 Fenchel\* (ganz)  
 Gemüsebrühe\* ohne Hefe  
 Hefeflocken\*  
 Ingwer\* (gemahlen)  
 Italienische Kräuter\*  
 Kardamom (gemahlen)  
 Knoblauchgranulat\*  
 Koriander\* (gemahlen)  
 Kräuter der Provence\*  
 Kreuzkümmel\* (gemahlen), Cumin  
 Kümmel\* (gemahlen, ganz)  
 Kurkuma\* (gemahlen)  
 Lebkuchengewürz\*  
 Lorbeerblätter\*  
 Majoran\* (gerebelt)  
 Muskatnuss\* (gemahlen, ganz)  
 Nelken\* (ganz, gemahlen)  
 Oregano\* (gerebelt)  
 Paprika\* (edelsüß, scharf)  
 Pfeffer\* (schwarz ganz, weiß gemahlen, bunt ganz)  
 Rosmarin\* (geschnitten)  
 Rote-Bete-Pulver\*  
 Spinatpulver\*  
 Thymian\* (gerebelt)  
 Wacholderbeeren\*  
 Zimt\* (ganz/ gemahlen)



### Salz: Steinsalz

Atlantik-Meersalz grob  
 Kräutersalz  
 Ostseesalz Flocken,Rauch,Sanddorn 





### Essig, Öl, Flüssiges, Aufstrich, Diverses

Aceto Balsamico hell und dunkel\*  
 Apfelessig\*  
 Essigessenz  
 Olivenöl\*  
 Rapsöl\*  
 Sojasauce\*  
 Sonnenblumenöl\*  
 Weißweinessig\*  
 Aufstrich Cashew div. Sorten Gutding   
 Kokosöl\* im Einwegglas  
 Senf\*  
 Tomatenketchup\*  
 Virescanner  ( IngwerZitronenHonigSirup)  
 Hafermilch\* div. in der Pfandflasche

### Kaffee, Tee und Kakao


Ganze Bohne mild   
 Ganze Bohne kräftig   
 Ganze Bohne entkoffeiniert   
 Espressobohne   
 MAYA\* Kaffee/ Espresso  
 →alle Kaffeebohnen können gemahlen werden  
 Darjeeling Schwarztee\*  
 Darjeeling Grüntee\*  
 Diverse Teemischungen\*  
 Earl Grey\*  
 Früchtetee\*  
 Kamillenblütentee\*  
 Mate Tee\*  
 Ostfriesentee\*  
 Pfefferminztee\*  
 Rooibuschtee\*  
 Trinkschokoladenpulver\*

### Eier, Gemüse und Molkereiprodukte, Diverses

Crème Fraîche\*  
 Sauerrahm\*  
 Schlagsahne\*  
 Schmand\*  
 Fassbutter natur im Stück\*  
 Frischkäse (Quark), Saisonprodukt   
 Joghurt (natur, Vanille, div.Früchte)   
 Milch 1l, 2l   
 Weichkäse, Saisonprodukt 

Eier (Bio, Freiland) 

Kartoffeln 

Honig aus Bad Segeberg 

Cashew Frischkäse  vegan

Kimchi 

Diverse GUTDING\* Produkte im Pfandglas 

Diverse JAM Produkte im Pfandglas, wechselndes Angebot 

### Wasch- und Putzmittel

Allzweckreiniger/ Allzweckreiniger Konzentrat  
 Badreiniger  
 Enthärter  
 Essigreiniger  
 Fettlöser Konzentrat  
 Flächendesinfektion  
 Gallseife  
 Geschirrspülmaschinenmittel  
 Geschirrspülmittel/ Geschirrspülmittel Konzentrat  
 Glasreiniger  
 Kalklöser Konzentrat  
 Klarspüler

Natron

Regeneriersalz  
 Sauerstoffbleiche  
 Soda leicht  
 Sportwaschmittel Konzentrat  
 Spülseife fest  
 Universalpaste (=Handwaschpaste)  
 Waschbeutel  
 Waschmittel Color, Wolle und universal (Pulver, flüssig)  
 Waschnusschalen  
 Waschkonzentrat  
 WC Reiniger  
 Zitronensäure

### Körperpflege

Conditioner als festes Shampoo  
 Deodorants Ben und Anna  
 Deocreme Nelumbo  
 Flüssigseife Citrus  
 Gesichtsreinigung als feste Seife  
 Handcreme Daumenschmaus (Bienenwachs)  
 Handdesinfektion zum Nachfüllen  
 Handhygienespray  
 Handseife Lavendel, Rosmarin, Sensitiv  
 Feste Handcreme mit Bienenwachs/Sheabutter  
 Haaröl  
 Haarseifen und festes Shampoo  
 Haut& Haar-Naturshampoo Konzentrat  
 Kernseife  
 Körperbalsam  
 Lippenbalm  
 Rasierseife  
 Seifen (verschieden Sorten)  
 Sheabutter, Wildwuchs  
 Zahnpasta im Glas  
 Zahnpulver (Minze, Orange)  
 Zahnputztabletten DENTtabs

### Körperpflegezubehör

Abschminkpads  
 Haarbürsten  
 Kämmen  
 Konjac-Schwamm  
 Ohrenstäbchen  
 Seifenablage  
 Seifendose  
 Sisalsäckchen  
 Wattestäbchen  
 Zahnbürsten  
 Zahnseide  
 Zahnseide vegan

### Zero Waste Produkte


Backpapier  
 1 für 4 Papier Compostella

Wachspapier Compostella  
 Bambus Taschentücher, Küchenrolle, Trinkhalme,  
 Notizblöcke  
 Blei-/Buntstifte aus Zeitungspapier  
 Bienenwachstücher  
 ECO Brotboxen  
 Flaschenbürste  
 Gemüsebürste  
 Gewürzdosen  
 Kaffeefilter aus Stoff  
 Kerzenwachsverbrenner handgetöpft   
 Kokosschüssel  
 Obst-/Gemüsebeutel  
 Naturbast  
 Spülbürste  
 Spülbürstenersatzkopf  
 Spülschwamm  
 Teelichter  
 Trinkflaschen  
 Stofftaschentücher  
 Teelichtgläser  
 Teenetz  
 Topflappen  
 Trinkhalme  
 WC-Bürsten

### Bücher

Kein Plastik für den Wal  
 Natron-Handbuch  
 Zero-Waste-Nähbuch  
 5 Hausmittel ersetzen eine Drogerie  
 Zero Waste Home  
 Plastiksparebuch  
 Selber machen statt kaufen  
 Wirf mich nicht weg  
 Wissenswertes – Zero Waste  
 Zufällig vegan

### Behälter

Ausgießerkorken  
 Baumwollbeutel und Taschen in verschiedenen  
 Größen und Farben  
 Butterkühler handgetöpft   
 Einkaufs-/ Flaschenkorb  
 Gewürzdosen  
 Gläser und Flaschen in verschiedenen Größen und Formen



Unser Umweltbeitrag: Ökostrom von



\* aus kontrolliert biologischem  
 Anbau

 aus Schleswig-Holstein