

Bio-Kürbisse aus Österreich.

Vielfalt, die auf lebendigen Böden wächst.

Bio-Kürbis

Fakten

- ♦ Österreichische Bio-Herkunft mit kurzen Transportwegen
- ♦ Hokkaido kann samt Schale verwendet werden
- ♦ Reich an Beta-Carotin und Ballaststoffen
- ♦ Viele Sorten sorgen für große kulinarische Vielfalt



Bio-Kürbisse schmecken nicht nur gut...

Bio-Kürbisse enthalten viel Beta-Carotin, das der Körper zu Vitamin A umwandelt und Augen, Haut sowie Immunsystem unterstützt. Gleichzeitig liefern sie Ballaststoffe, die lange sättigend und dabei angenehm kalorienarm sind. Durch den biologischen Anbau bleiben lebendige Böden, Insekten und zahl- reiche Tierarten erhalten.

WILDSCHWEINE
BEVORZUGEN BIO-
FELDER - SIE ERKEN-
NEN LEBENDIGE
BÖDEN TATSÄCHLICH
MIT IHRER FEINEN
NASE.



Bio-Hokkaido direkt vom österreichischen Feld in Österreich.

TIPP!

Bio-Kürbisse wirken besonders hochwertig, wenn verschiedene Größen und Sorten gemeinsam präsentiert werden. Kombinieren Sie Bio-Hokkaido, Bio-Butternuss und Bio-Muskatkürbisse mit Strohballen, Holzsteigen und herbstlichen Naturmaterialien. Ergänzende Rezeptkarten erhöhen die Kaufbereitschaft deutlich.

„Bio bedeutet für uns, mit der Natur zu arbeiten – nicht gegen sie. Die Vielfalt auf unseren Feldern ist unser größter Schatz.“

Carina Gschaider (Bio-Kürbis-Produzentin)

pssst!

MINI-REZEPT



Knusprige Bio-Hokkaido-Spalten

Bio-Hokkaido in Spalten schneiden (Schale bleibt dran), mit Bio-Rapsöl, Rosmarin, Thymian, Salz und Pfeffer vermengen und bei 200 °C rund 30 Minuten backen. Mit gerösteten Kürbiskernen und Kräuter-dip servieren.

Organic Development Goals (ODGs)

REICHE BIODIVERSITÄT

Gesunde Böden schaffen Lebensräume für Pflanzen, Tiere und Menschen.



Mini-Rezept-Empfehlung: Bio-Hokkaido in Spalten mit herrlich, erfrischendem Kräuter-dip.



Carina Gschaider und ihre Familie bewirtschaften ihren Betrieb mit großer Leidenschaft für die biologische Landwirtschaft.