



Landkreis
Heidenheim

Forum
Ernährung HDH

Entdecke den Essgenuss in der Heimat



Inhalt

Warum regional einkaufen?	4
Forum Ernährung HDH	5
Die Bio-Musterregion Heidenheim plus	6
Bio-Landwirtschaft – was ist das?	7
Salat im Siegel-Wald?	8
Bio – wie erkenne ich es?	12
Einkaufen beim Bauern	14
Hofläden und Automaten im Landkreis	18
Was gibt's?	20
Entdeckertour zum Direktvermarkter um die Ecke	21
Dischingen	22
Gerstetten	26
Giengen	31
Heidenheim	33
Herbrechtingen	35
Hermaringen	39
Königsbronn	40
Nattheim	42
Niederstotzingen	45
Sontheim / Brenz	47
Steinheim	49
Gärtnereien	54
Imkereien	56
Mostereien	58
Schäfereien	60
Dort essen wo's herkommt	63
Nix verschwenden	68
Klug geplant	70
Saisonkalender	72
Direktvermarktung online	76
Bauernhöfe laden ein	78
Notizen	80
Impressum	83

Warum regional einkaufen?

Seit Jahrtausenden ernährt sich der Mensch davon, was er auf seinen Feldern anbaut, und von den Tieren, die er zu seinem Nutzen hält. Im Landkreis Heidenheim bewirtschaften rund 600 Bauernhöfe etwa 26.000 ha landwirtschaftliche Nutzfläche. Dabei arbeitet ein Drittel der Betriebe im Haupterwerb und zwei Drittel im Nebenerwerb. Auf etwa 17.000 ha Ackerland bauen sie Mais, Gerste, Weizen, Dinkel, Triticale, Hafer und Roggen an. Auch Erbsen, Linsen, Ackerbohnen und sogar Soja, Buchweizen und Hirse wachsen hier. Auf ca. 9.000 ha Grün- und Weideland sowie in den Ställen leben Rinder, Schweine, Schafe und Hühner. Landwirtinnen und Landwirte sind Allround-Manager ihres Unternehmens. Sie benötigen Fachwissen in Boden- und Pflanzenkunde, Tierzucht und -haltung, Landmaschinentechnik, Betriebswirtschaft und Verwaltung. Das Knowhow erlernen sie im Ausbildungsberuf Landwirt, die Schäferinnen und Schäfer im Beruf Tierwirt der Fachrichtung Schäferei, und in den Weiterbildungen zum Meister, Techniker oder Agraringenieur. Landwirtinnen und Landwirte erzeugen nicht nur unsere Lebensmittel, sie pflegen auch die Landschaft, in der wir leben und spazieren gehen.



Die in der Region erzeugten Lebensmittel haben kurze Transportwege hinter sich und landen während der Saison frisch in der Küche und anschließend auf dem Teller. Sie genügen höchsten Qualitätsansprüchen. Die Wertschöpfung bleibt bei uns in der Region. Darum ist es nicht egal, was, wann und wo wir einkaufen.

Peter Polta
Peter Polta
Landrat

Forum Ernährung HDH

Lebensmittel und Essen anschaulich gemacht

Das Forum Ernährung HDH im Landratsamt Heidenheim bietet Verbraucherinnen und Verbrauchern wissenschaftlich fundiert und werbefrei anschauliche Informationen zur Ernährung sowie der Herkunft und Qualität von Lebensmitteln. Spannende Vorträge, Besuche bei Bauernhöfen oder Schäfereien, interaktive Angebote und Veranstaltungen, pädagogisch wertvolle Lernzirkel für Schulklassen und andere Formate fördern das Entdecken von Lebensmitteln und die Lust an leckerem und nachhaltigem Essen. Das Forum Ernährung HDH setzt sich für den bewussten Umgang mit Lebensmitteln ein. Mit den Landesinitiativen Bewusste Kinderernährung – BeKi und Gläserne Produktion sowie dem Projekt Lernort Bauernhof fördert das Land Baden-Württemberg die gesunde Ernährung von Kindern und Erwachsenen. Guten Appetit!

Aktuelle Informationen dazu finden Sie im Internet auf der Seite

www.forum-ernaehrung-hdh.de



Die Bio-Musterregion Heidenheim plus

Anfang 2018 hat das Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg den Landkreis Heidenheim und fünf nördlich angrenzende Kommunen des Ostalbkreises (Bartholomä, Essingen, Heubach, Neresheim und Oberkochen) als Bio-Musterregion Heidenheim plus anerkannt.

Seit über 90 Jahren wird hier biologische Landwirtschaft aus Überzeugung betrieben. Heute werden rund 12 Prozent der landwirtschaftlichen Flächen im Kreis Heidenheim nach ökologischen Kriterien bewirtschaftet (Stand 2022). Aufgrund der geografischen Gegebenheiten und des Klimas an der Ostalb, sowie der Bedeutung für den Nährstoffkreislauf ist die Tierhaltung ein wesentlicher Teil eines landwirtschaftlichen Betriebs. Auch der Ackerbau, insbesondere der Dinkel, spielt eine große Rolle in der Region. 1991 wurde eine der ersten Bio-Erzeugergemeinschaften gegründet und so kann der Backwaren-Sektor in der Region ebenfalls auf ein fundiertes Wissen bauen.

Das übergeordnete Ziel der Bio-Musterregion Heidenheim plus ist es, Unterstützung in der Entwicklung und im Fortbestehen der Bio-Wertschöpfungskette zu bieten und so die regionalen Kreisläufe zu stärken. Damit noch mehr Menschen in den Genuss von bio-regionalen Produkten kommen, sollen Angebot und Sichtbarkeit ökologisch erzeugter Lebensmittel beim Einkauf stetig verbessert werden.

Mehr Informationen zu den aktuellen Projekten unter:

www.landkreis-heidenheim.de/landkreis/bio-musterregion+heidenheim+plus

www.biomusterregionen-bw.de/heidenheim

 [@Biomusterregion.Heidenheim.plus](https://www.facebook.com/Biomusterregion.Heidenheim.plus)

 [biomusterregion.heidenheimplus](https://www.instagram.com/biomusterregion.heidenheimplus)

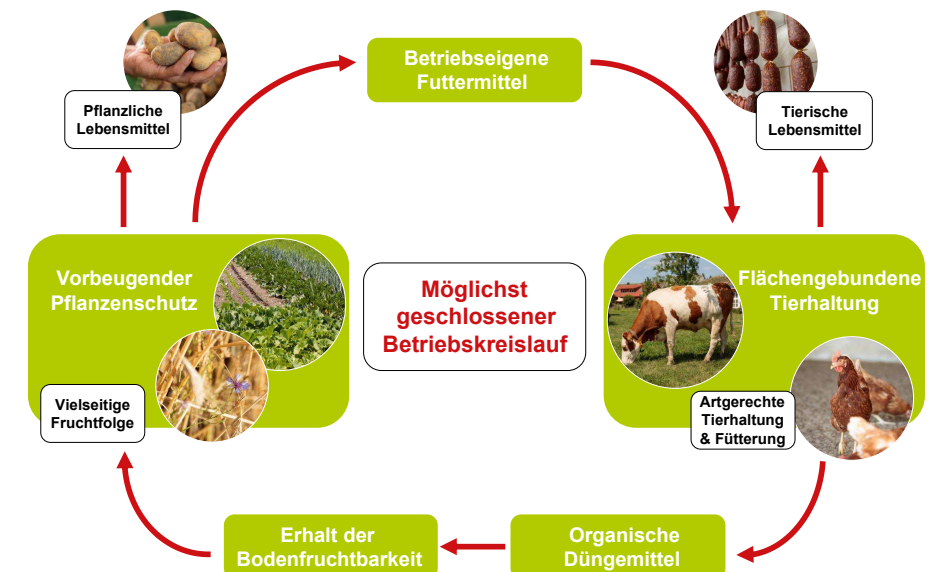
Der Newsletter „Wertpapier“ erscheint einmal pro Quartal.

Anmeldung an: a.kotschi@landkreis-heidenheim.de



Bio-Landwirtschaft – was ist das?

Das oberste Prinzip im ökologischen Landbau ist ein möglichst geschlossener natürlicher Betriebskreislauf. Dieser wird am besten erreicht, wenn Pflanzenbau und Tierhaltung auf dem Hof miteinander kombiniert werden und sich dadurch ergänzen. So leben auf einem Bio-Hof nur so viele Tiere, wie durch die hofeigenen Pflanzen ernährt werden können. Gleichzeitig bleiben durch die Düngung der Ackerflächen mit dem Mist aus der eigenen Tierhaltung die Nährstoffe weitgehend im Betriebskreislauf erhalten. Hülsenfrüchte oder Klee binden durch ihre Knöllchenbakterien Stickstoff aus der Luft und reichern diesen im Boden an. So kann auf den Einsatz von chemisch-synthetischen Stickstoffdüngern verzichtet werden. Im ökologischen Landbau werden Unkraut, Pflanzenkrankheiten und Schadinsekten vor allem durch abwechslungsreiche Fruchtfolgen und mechanische Unkrautregulierung bekämpft. Durch die ganzheitliche Herangehensweise kann eine Vielfalt auf Hof und Feld bestehen, von der Insekten, Tier und Mensch gleichermaßen profitieren können.



Salat im Siegel-Wald?

Auf Verpackungen gibt es eine Flut von Siegeln, Labels und Gütezeichen. Für den Verbraucher sind damit oft höhere Erwartungen an die Qualität verbunden. Deshalb werden diese Kennzeichnungen auch gerne zu Werbezwecken eingesetzt. Manche Labels oder auch Siegel weisen auf eine bestimmte Eigenschaft des Produktes hin oder sind ergänzende Informationen zur Marke oder Qualität. Manche Zeichen sehen auch nur so aus, als würden sie eine besondere Eigenschaft des Produktes hervorheben, haben aber keine Aussagekraft. Produkte mit eingetragenen Gütezeichen unterliegen definierten Kriterien und werden von den Verbänden, Unternehmen oder von unabhängigen Kontrollstellen regelmäßig überprüft, so wie das Bio-Siegel. Ein genaues Hinsehen lohnt sich auf jeden Fall.

FOTO Shutterstock / Antonova Ganna



Das Qualitätszeichen zeichnet über 500 Produkte aus, die in allen Produktionsschritten in Baden-Württemberg erzeugt und verarbeitet wurden. Die Betriebe und deren Produkte werden von externen Kontrollstellen überprüft.



Mit dem QZ-bio-Zeichen können Bio-Produkte aus Baden-Württemberg gekennzeichnet werden.



Das EU-Gütezeichen „Geschützte traditionelle Spezialität“ oder abgekürzt „g.t.S.“ hebt eine besonders traditionelle Zusammensetzung oder Herstellungsart des Produkts, unabhängig von der Region, hervor. Da es kaum deutsche eingetragene Spezialitäten gibt, sind Beispiele der italienische Serrano-Schinken, der holländische Matjes oder die Heumilch aus dem Alpenraum.



Produkte mit dem EU-Gütezeichen „Geschützte geografische Angabe“, abgekürzt „g.g.A.“, werden in einer festgelegten Region hergestellt oder verarbeitet. Beispiele sind das Schwäbisch-Hällische Qualitätsschweinefleisch, das Filderkraut, der Tettlinger Hopfen, die Schwäbischen Spätzle oder die Schwäbischen Maultaschen.



Das EU-Gütezeichen „Geschützte Ursprungsbezeichnung“, abgekürzt „g.U.“, dürfen nur Produkte tragen, bei denen die Zutaten in einer festgelegten Region gewachsen sind und die Herstellung in derselben stattgefunden hat. Beispiele dazu sind der Allgäuer Bergkäse, der Fränkische Grünkern oder der Württemberger Wein.



Produkte mit dem Fairtrade-Gütesiegel stammen aus fairem Handel. Bei der Herstellung wurden bestimmte soziale, ökologische und ökonomische Kriterien eingehalten. Dazu gehören stabile Preise, langfristige Handelsbeziehungen oder auch Kriterien zu demokratischen Organisationsstrukturen, zum Umwelt- und Arbeitsschutz. Zusätzlich können Bäuerinnen und Bauern eine zusätzliche Fairtrade-Prämie für Gemeinschaftsprojekte erhalten.



Beim Regionalfenster des Bundeslandwirtschaftsministeriums sind die Herkunfts- und Verarbeitungsorte auf den ersten Blick erkennbar. Bei verarbeiteten Produkten gibt eine dritte Zeile Auskunft über den Anteil regionaler Zutaten. Die angegebenen Regionen können dabei politische oder geografische Räume sein. Weitere Zutaten dürfen auch aus anderen Regionen stammen.



Das kleine ovale Genusstauglichkeitszeichen steht auf allen Verpackungen von Lebensmitteln tierischer Herkunft. Neben den Kürzeln für Land und Bundesland (BW = Baden-Württemberg) enthält es auch die Codenummer des verarbeitenden Betriebs. Die Betriebsnummern finden sich in der BLtU-Datenbank des Bundeslandwirtschaftsministeriums (www.bvl.bund.de/bltu). Auf verpacktem Rindfleisch ist der Geburts-, Aufzucht- und Schlachtort des Rindes angegeben. Beim Seefisch steht das Fanggebiet auf der Verpackung. Im Stempel auf dem Ei ist das Bundesland zu erkennen (www.was-steht-auf-dem-ei.de).

Weitere Labels und Erläuterungen finden Sie im Internet auf den Seiten www.label-online.de, www.siegelklarheit.de oder bei der Verbraucherzentrale unter der Adresse www.verbraucherzentrale.de.



Bio – wie erkenne ich es?

Lebensmittel dürfen sich nur „bio“ oder „öko“ nennen, wenn sie nach den Regeln der EG-Öko-Verordnung produziert wurden. Alle Lebensmittel, die in der EU unter diesen Bezeichnungen auf den Markt kommen, unterliegen strengen Vorschriften und Kontrollen, die die gesamte Produktionskette umfassen. Jeder Bio-Betrieb wird mindestens einmal im Jahr unangekündigt kontrolliert. Der unabhängigen Kontrollstelle muss detailliert nachgewiesen werden, dass die Vorschriften der EG-Öko-Verordnung eingehalten werden. Bio-Lebensmittel sind zu erkennen am EU-Bio-Logo oder am deutschen Bio-Siegel als Gütezeichen. Zusätzlich gibt es noch weitere Bio-Labels verschiedener Anbauverbände, deren Nutzer weitere Richtlinien einhalten müssen. Diese sind in vielen Punkten noch anspruchsvoller. Bei uns in der Region sind Mitglieder der Anbauverbände Bioland, Demeter und Naturland am häufigsten vertreten.

Bio-Siegel nach EG-Öko-Verordnung:



Deutsches Bio-Siegel



EU-Bio-Siegel

Logos verschiedener Bio-Verbände:



Bioland-Verband



Demeter-Verband



Naturland-Verband



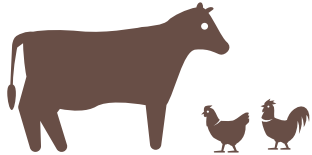
So schmeckt unsere Alb.



Hier gibt es Bioprodukte von zertifizierten Betrieben aus der Bio-Musterregion Heidenheim plus.

Einige Einzelhändler haben sich in einer regionalen Partnerschaft mit Bio-Landwirten aus der Nähe zusammengeschlossen und vermarkten deren Produkte in einem Regionalregal. Im Landkreis Heidenheim findet dies in Edeka-, Marktkauf- und Rewe-Märkten in Kooperation mit der Bio-Musterregion Heidenheim plus unter dem Slogan „**So schmeckt unsere Alb.**“ statt.

Einkaufen beim Bauern



Ab-Hof-Verkauf

Für manche Bäuerinnen und Bauern lohnt sich die Bewirtschaftung eines ganzen Hofladens nicht oder es gibt Lebensmittel wie Kartoffeln nur saisonal zu bestimmten Jahreszeiten. „Ab Hof“ bedeutet: einfach anrufen und einen passenden Termin vereinbaren. Oft gibt es dabei noch ganz nebenbei manche spannende Geschichte rund um die heimischen Lebensmittel zu erfahren ...

Automat

Automaten sind frei zugänglich, stehen auf dem Hofgelände oder woanders und das Angebot steht jederzeit zur Verfügung. Die Bezahlweise ist unterschiedlich, manche Automaten wechseln Kleingeld, bei manchen ist Kartenzahlung möglich.



SB-Hofladen

Meist stehen in einer Hütte oder in einem Nebenraum ein oder mehrere Automaten, mitunter ergänzt von einem kleinen Angebot an weiteren Produkten, zur Selbstbedienung. Beahlt wird direkt am Automaten bzw. mit einer Kasse des Vertrauens, bargeldlose Bezahlung ist oft nicht möglich.

Hofladen

Ein Hofladen hat feste Öffnungszeiten, die Kundschaft wird bedient von Personal oder von den Betriebsleitern selbst. Das Angebot kann saisonal schwanken, auch ist die Breite des Sortiments unterschiedlich. Manche Hofläden verkaufen nur, was sie selbst erzeugt haben, andere bieten ein breiteres Sortiment mit zugekauften Produkten an.



Lieferservice

Vereinzelte Bauernhöfe bieten einen Lieferservice an. Die gewünschten Produkte werden vorab (online) bestellt und an die Haustüre oder an einen vereinbarten Platz gebracht.

Einkaufen beim Bauern

Wochenmarkt

Auf dem Wochenmarkt kommen die landwirtschaftlichen Erzeuger in den Ort. Für die Kunden bedeutet das kurze Wege, ein breites Angebot und eine gute Möglichkeit zum Austausch. Auf dem Wochenmarkt ist jeder Stand gekennzeichnet, so dass jeder „seinen“ Bauern leicht wiederfinden kann.



Wochenmärkte im Kreis Heidenheim:

	Heidenheim:	April – Oktober
		Mi. + Sa. 7.00 – 13.00 Uhr
		November – März
		Mi. + Sa. 7.30 – 13.00 Uhr
	Giengen:	Mi. + Sa. 7.00 – 13.00 Uhr
	Gerstetten:	Freitag 13.00 – 17.00 Uhr
	Herbrechtingen:	Freitag 11.00 – 16.00 Uhr
	Hermaringen:	Freitag 13.00 – 18.00 Uhr
	Königsbronn:	Freitag 13.00 – 17.00 Uhr
	Nattheim:	Donnerstag 8.00 – 12.00 Uhr
	Steinheim:	Samstag 7.30 – 12.00 Uhr

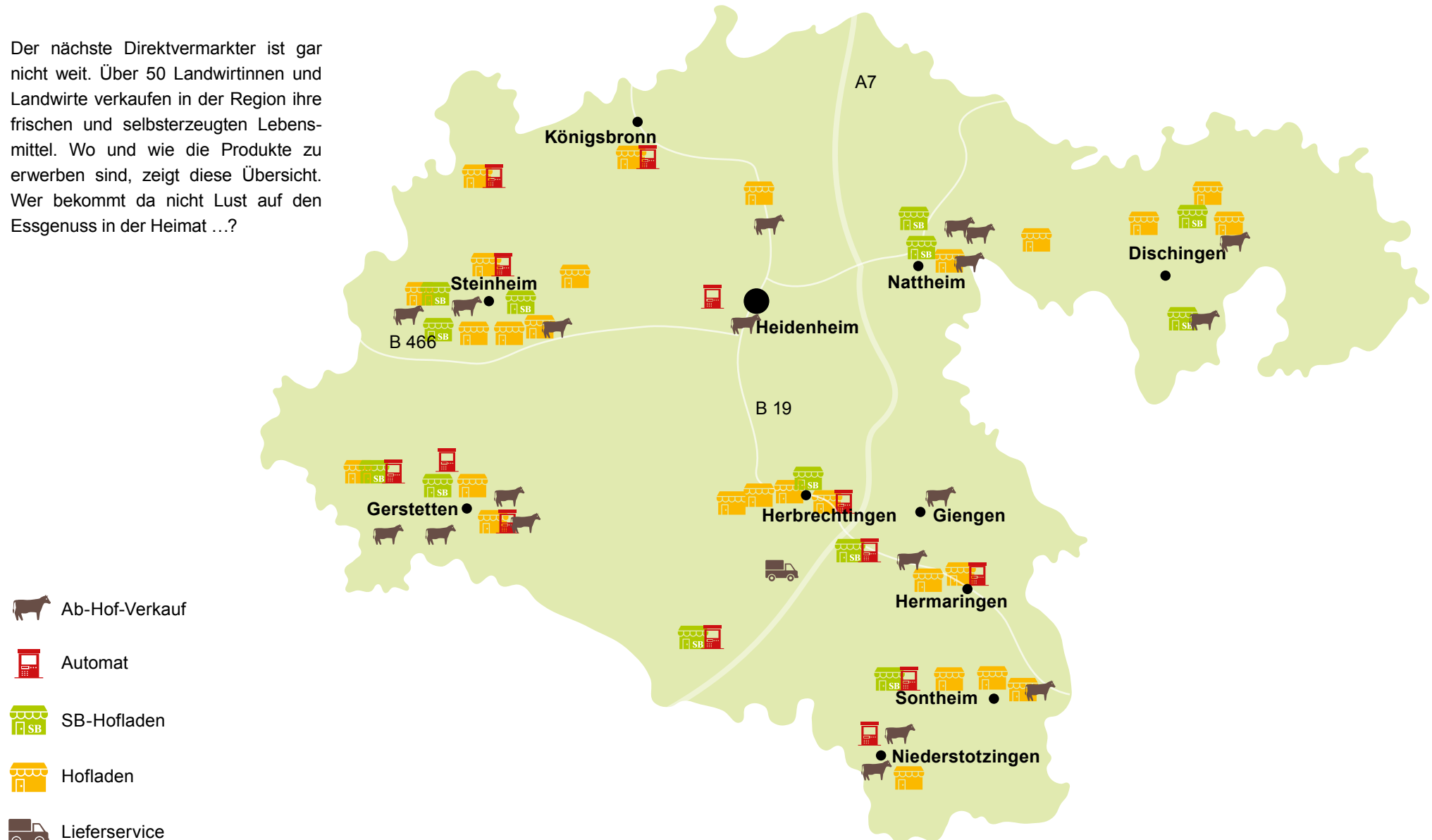



FOTO Adobe Stock / Siegfried Schmepp


Hofläden und Automaten


im Landkreis Heidenheim

Der nächste Direktvermarkter ist gar nicht weit. Über 50 Landwirtinnen und Landwirte verkaufen in der Region ihre frischen und selbsterzeugten Lebensmittel. Wo und wie die Produkte zu erwerben sind, zeigt diese Übersicht. Wer bekommt da nicht Lust auf den Essgenuss in der Heimat ...?



 Ab-Hof-Verkauf

 Automat

 SB-Hofladen

 Hofladen

 Lieferservice

Was gibt's?

Die Produkte im Überblick

Im Landkreis Heidenheim gibt es ein breites Angebot an verschiedenen Lebensmitteln. Die Symbole geben einen schnellen Überblick über die Produkte, die hier angebaut und hergestellt werden.



Backwaren



Gemüse/Obst



Milch/-produkte



Säfte



Fleisch/
Wurstwaren



Eier



Gewürze/Kräuter/
Öle



Spirituosen/Liköre



Beilagen/
Fertiggerichte



Honig/Süßes



Sonstiges

FOTO Shutterstock / Halpoin



Entdeckertour zum Direktvermarkter um die Ecke

In der folgenden Auflistung sind die landwirtschaftlichen Direktvermarkter alphabetisch nach Orten und nach Betrieben sortiert. So ist der Bauernhof in der Nähe leicht zu finden und vielleicht nur eine kleine Fahrradtour entfernt ...




Erzeuger mit diesem Zeichen sind barrierefrei zugänglich

Dischingen

Behnles Hofwägle

Andreas Behnle
Ortsstr. 22
89561 Dischingen/Hofen
Tel.: 07327 / 9979818
Mobil: 0172 / 9749304
sonja.behnle@web.de



 SB-Hofladen

 Jederzeit





	Honig, Fruchtaufstriche		
	Essig, Rapsöl, Kräutersalze		
	Wurst eigener Schweine, Rindfleisch auf Bestellung		
	Kartoffeln		Freiland- Eier
	Nudeln, Müsli		Mehl
	Käse, Bauernhofeise		Getränke
	Rostschilder, Dekoartikel, Geschenkkörbe, Hanfsamen		


Biohof Haußmann








Siegmar Haußmann
Oberdorfstr. 32
89561 Dischingen/Ballmertshofen
Tel.: 07327 / 6164
siegmar-haussmann@t-online.de
www.biohof-haussmann.de




 Verkaufsraum (Talweg 2, Ballmertshofen),
verschiedene Rewe-Märkte

 **Verkaufsraum:** jederzeit




	Kartoffeln, Linsen	
	Bio-Getränke, Lupinenkaffee	
	Honig	 Nudeln
	Verschiedene Öle	
	Dinkelkorn, Haferflocken, Grünkern	
	Samen, Buchweizen, Sonnenblumenkerne	





Härtsfelder Naturprodukte




Cornelia Felber
Baumgasse 19
89561 Dischingen/Eglingen
Tel.: 07327 / 919030
info@felber-ei.de
www.felber-ei.de



 Hofladen, Einzelhandel, Gastronomie,
Wochenmarkt Weißenhorn

 **Hofladen:**
Mo – Fr 7.30 – 12.30 Uhr
15.00 – 18.00 Uhr
Sa 7.30 – 14.00 Uhr



	Eier aus Bodenhaltung
	Frischei-Nudeln
	Mehl
	Salatwürze „Pronto Salata“ süß-sauer und kräuterwürzig, Kartoffelsalat-Essig, Gewürze





FOTO Shutterstock / Alexander Prokopenko

Ballmertshofer FreiLandeier

Johannes Haußmann
Oberdorfstr. 18
89561 Dischingen/Ballmertshofen
Mobil: 0177 / 4567016
johannes@haussmann-online.de

📍 SB-Eierhäusle,
Ab-Hof-Verkauf (Weihnachtsbäume)

🕒 **Eierhäusle:** jederzeit
Weihnachtsbäume:
Ab 1. Adventswochenende
nachmittags
Ab 2. Adventswochenende
ganztags

- 🥚 Freiland-Eier
- 🍝 Nudeln
- ★ Weihnachtsbäume,
Deck- und Schmuckkreisig



Prinzenmühle

Familie Abele
Prinzenmühle 1
89561 Dischingen/Dunstelingen
Tel.: 07327 / 6139
info@abele-rapsoel.de
www.abele-rapsoel.de



📍 Hofladen, Lieferdienst,
Postversand, Einzelhandel

🕒 Nach telefonischer Vereinbarung

Ölmühlenbesichtigung mit Verkostung
(Nov – April)

🌿 Rapsöle, WE Holl Rapsöl,
Gewürzöle, Hanföl, Leinöle,
weitere Hanf- und Rapsöl-
produkte

🍖 Fleisch vom Wagyu-Rind

★ Hanf geschält, Hanf-Protein-
Shakes natur und geröstet



Q-Hof

Familie Raunecker
Q-Hof 1
89561 Dischingen/Frickingen
Tel.: 07326 / 7578
kontakt@q-hof-raunecker.de
www.q-hof-raunecker.de



📍 Hofcafé, Weihnachtsbäume Ab-Hof
und Wochenmarkt Heidenheim

🕒 **Hofcafé:**
Fr 15.00 – 18.00 Uhr
1. + 3. So 14.00 – 18.00 Uhr
Gruppen auf Anfrage

🍷 Käse: Tilsiter, Bergkäse

🍞 Dinkelmehl „Albertino“

★ Weihnachtsbäume



**Vermietung von Räumlichkeiten für
Tagungen/Feiern, Team-Events,
Maislabyrinth, Bauernhof-Olympiade**

Gerstetten

Bio-Hof Aigner

Jutta Blumenröther,
Hans Dieter Aigner
Marktstr. 34
89547 Gerstetten/Gussenstadt
Tel.: 07323 / 919609
Mobil: 01520 / 2033604
info@albobst.de
www.albobst.de



Hof-Verkauf, Versand,
nach Absprache,
verschiedene Märkte

Fr 14–17 Uhr



Emmer, Dinkel
(ganze Körner, geschrotet)



Saft: Aronia (1,5/3l Bag-in-Box)
Sirup: Aronia, Apfel, Birne,
Johannisbeere, Quitte



Fruchtaufstrich: Aronia,
Aronia-Quitte, Aronia-Schaum,
Johannisbeere, Kirsche,
reine Quitte



Likör: Aronia, Quitte



Alblinsen



Biohof Dauner



Ernst Dauner
Sontbergen 8
89547 Gerstetten/Sontbergen
Tel.: 07323 / 920312
hallo@biohof-dauner.de
www.biohof-dauner.de



Automaten, Milchautomat,
Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung,
Hofmarkt, Einzelhandel,
Gastronomie, Kantinen



Automaten: jederzeit
Hofmarkt: 1. Samstag im Monat,
jeweils 14–16 Uhr

**Gutscheine, Geschenkkörbe,
nach Terminabsprache Führungen
für Gruppen auf Wunsch mit
kleiner Verköstigung**



Mehl (Weizen, Dinkel,
Einkorn)



Milch, Rohmilchkäse



Mind. 3 Wochen gereiftes
Rindfleisch (Special Cut's wie
Flat Iron, Skirt Steak, u.a.),
Rinderwurst (100% Rindfleisch):
Salami, Salamisticks, Lyoner,
Schinkenwurst, Grillwurst,
Suppenhühner



Linsen,
Kürbis



Eier



Apfelsaft



Nudeln



Hirse, Hanf



FOTO MLR / Jan Poterle

Haible's Hühnerhof

Agnes und Peter Haible
Heidenheimer Str. 22
89547 Gerstetten/Heuchstetten
Tel.: 07323 / 919639
Mobil: 01520 / 3020040
peter-haible@t-online.de



Automat, Wochenmarkt HDH, Gerstetten
und Altheim/Alb, Lieferdienst, Einzelhandel



Automat: jederzeit
Wochenmarkt: Heidenheim,
Gerstetten, Altheim
Lieferdienst: donnerstags



Nudeln,
Spätzle



Eier



Honig,
Hägemark



Linsen



Geflügel-
fleisch



Eierlikör



Suppeneinlagen,
Olivenöl



Hochsträßhof

Familie Kerler
Hochsträßhof 1
89547 Gerstetten/Gussenstadt
Tel.: 07323 / 5278
kerler.gussenstadt@t-online.de
www.landmetzgerei-kerler.de



SB-Hofladen

Jederzeit

EU-Schlachtbetrieb

- Eier
- Kartoffeln
- Nudeln Honig
- Bauernhofeis
- Rind- und Schweinefleisch,
Dosenwurst



Schäferei Banzhaf

Holger Banzhaf
Schafhof 1
89547 Gerstetten/Heldenfingen
Mobil: 0174 / 3258042
schafhofbanzhaf@aol.com

Ab-Hof-Verkauf

Nach telefonischer Vereinbarung

Lammfleisch

Lamm- und Schaffelle



Streuobstmanufaktur Gerstetter Alb

Thomas Junginger
Emerstetter Weg 1
89547 Gerstetten
Tel.: 07323 / 6836
Mobil: 0171 / 5291511
thomas.georg.junginger@gmail.com



Hofladen, Wochenmarkt in Heidenheim,
Herbrechtingen, Hermaringen, Oberkochen

Hofladen:
nach telefonischer Vereinbarung

Lohnmosterei, Führungen

Säfte, teilw. sortenrein,
Bag-in-Box, Most

Bio-Käse

Perlwein

Essig

Bio-Obst, Gemüse

Gelée, Honig,
Hägemark,
Fruchtaufstriche



FOTO MLR/Jan Potente

Wiesäckerhof

Familien Jäger/Hollmann
Marktstr. 35
89547 Gerstetten/Gussenstadt
Mobil: 0171 / 5296235
info@wiesaeckerhof.de
www.wiesaeckerhof.de



📍 Automat, SB-Hofladen,
Freitags-Hofladen

🕒 **Automat:** jederzeit
Hofladen: freitags 14 – 18 Uhr
SB-Hofladen: täglich 7 – 19 Uhr

- Nudeln Eier
- Suppenhühner, Rindfleisch
- Kartoffeln, Gemüse, Eingemachtes
- Kräuter, Öle, Saaten
- Milchprodukte, Eis
- Eierlikör, Brände und Liköre
- Honig



Ziegenhof Hahn

Familie Hahn
Sontbergen 22
89547 Gerstetten/Sontbergen
Mobil: 0163 / 7869687
andreaahn@gmx.net

📍 Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung,
regionale Märkte (z. B. Weihnachtsmarkt
Gerstetten)

🕒 Nach telefonischer Vereinbarung

- Fleisch vom Ziegenkitz,
Wurstwaren, Rauchfleisch
- ★ Ziegenfelle



Giengen

FOTO Shutterstock / N-sky

Bischofsbauernhof

Michael Eßlinger
Hurwinstr. 16/1
89537 Giengen/Hürben
Tel.: 07324 / 2697

📍 SB-Hofladen mit Automaten:
Sachsenhausen Viehhofstr. 17
und Hürben Hurwinstr. 16/1

🕒 Jederzeit

Büchertauschregal

- Nudeln Eier
- Kartoffeln, Apfel Eis, Milchprodukte
- ★ Eistee Honig
- Suppenhühner, Geflügelwurst,
Wurstwaren, Hühnersuppe im
Glas, Dosenwurst, Grillfleisch



Demeterhof Schloss Burgberg

Benedikt Badmann
Schloß 1
89537 Giengen/Burgberg
Mobil: 0173 / 6260169
schlossgut@t-online.de



📍 Ab-Hof-Verkauf, Fleisch auf Vorbestellung,
Einzelhandel (Bio-Mäck, Zwiebel & Co.)

🕒 Nach telefonischer Vereinbarung


- Eier
- Kartoffeln, Linsen
- Sonnenblumen-,
Raps-, Leindotteröl
- Rind-, Wildfleisch




FOTO MLR/Jan Potente

Schäferei Stegmayer

Valerie Färber und Marliese Stegmayer
Brunnenfeld 8
89537 Giengen
Tel.: 07322 / 932217
josef-und-marliese-stegmayer@t-online.de

 Ab-Hof-Verkauf

 Nach telefonischer Vereinbarung

 Lammfleisch: 1/2 Lamm
küchenfertig zerlegt, Teilstücke
bei der Metzgerei Renner,
Hohenmemmingen

★ Schaf-/Lammfelle, Fellprodukte,
Märchenwolle



FOTO Markus Wolf


Heidenheim


FOTO Markus Benz


Benz Weihnachtsbäume

Markus Benz
Brenzlestraße 7
89520 Heidenheim/Schnaitheim
Tel.: 07321 / 64729
markus.benz@gmx.de



 Ab-Hof-Verkauf

 Täglich 8.00 – 19.00 Uhr

 Eier

 Kartoffeln


★ Weihnachtsbäume,
Heu + Stroh in Kleinballen





Kunstmühle Benz


Christina Benz
Mühleweg 8
89520 Heidenheim/Schnaitheim
Tel.: 07321 / 64253
info@muehlenperle.de
www.muehlenperle.de




 Mühlenladen, Online-Shop

 Mo-Fr 08.00 – 12.00 Uhr
13.30 – 17.30 Uhr
Sa 08.30 – 12.00 Uhr

 Getreide, unterschiedliche
Mehlsorten, Mahlprodukte
(Grieß, Dunst, Vollkornschrote),
Backmischungen, Backzutaten,
Brotgewürze

 Müslis, Nudeln

 Kräuter, Gewürze, Öle

★ Sämereien



Generationen-kompetenter Service
(Stadt-Seniorenrat), Umgebung lädt zu
Spaziergängen und Fahrradtouren ein

Obstmanufaktur Greiner

Ulrich Greiner
Im Flügel 61
89522 Heidenheim
Tel.: 07321 / 3536363
epost@obstmanufaktur-greiner.de
www.obstmanufaktur-greiner.de



Edelobstbrände, Whiskey,
Brandy, Gin, Obstgeiste



Ab-Hof-Verkauf, Märkte, Online-Shop



Nach telefonischer Vereinbarung

Talhof

Rüdiger Spiegel
Talhof 1
89522 Heidenheim
Tel.: 07321 / 42826
hofladen@talhof-hdh.de
www.talhof-hdh.de



Milch roh und
pasteurisiert, Milchprodukte:
Quark vollfett, Joghurt stichfest,
Fruchtjoghurt, Frischkäse natur
und in Öl, Camembert,
Schnittkäse, Hirtenkäse



Rinderlyoner und -salami



Automat am Hof, Einzelhandel (Rewe,
Marktkauf, Edeka, Biothek), Gastronomie
(Cafe Samocca, Alb.leben Zang)



Automat: jederzeit

Talhofcafé, Antiquariat, kulturelle Veranstaltungen
(Talhof ErLeben e.V.)



FOTO MLR / Jan Poterle

Herbrechtingen

Andreas Hof

Andreas Hof
Lange Str. 111
89542 Herbrechtingen
Tel.: 07324 / 9833601



SB-Hofladen, Einzelhandel



SB-Hofladen: Jederzeit



Kartoffeln



BioBihlmaier



Rainer und Katja Bihlmaier
Ugenhof 5
89542 Herbrechtingen/Bolheim
Tel.: 07324 / 2476
info@biobihlmaier.de
www.biobihlmaier.de



Hofladen, Wochenmärkte Ulm,
Heidenheim, Herbrechtingen, regionaler
Einzelhandel, Naturkostwarenläden



Hofladen:

Fr 17.00 – 19.00 Uhr

Wochenmarkt:

Ulm	Mi
Herbrechtingen	Fr
Heidenheim	Sa



Fleisch vom Angusrind,
Freiluftschwein und Lamm,
Wurstwaren



Fertiggerichte, Nudeln



Getreide, Mehle



Eier



Linsen



Honig, Marmelade



Schnaps

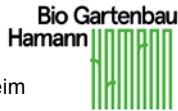


Leindotteröl



Bio Gartenbau Hamann

Jutta Hamann
Breite Straße 19
89542 Herbrechtingen/Bolheim
Tel.: 07324 / 41117
bio-gartenbau.hamann@t-online.de
www.biogaertnerei-hamann.de



Hofladen, Wochenmarkt HDH,
Einzelhandel (Biothek)

Hofladen:
Di und Fr 14.00 – 18.00 Uhr

Diverse Gemüse, Obst

Topfkräuter

Jungpflanzen



**Ausbildungsbetrieb, Einsatz von
Effektiven Mikroorganismen (EM)**

Biototal Hofgemeinschaft

Familie Bosch
Talstraße 23
89542 Herbrechtingen/Eselsburg
Tel.: 07324 / 988662
hofladen@milchmobil.de
www.milchmobil.de



Hofladen, Lieferservice „Milchmobil“

Hofladen, Hofcafé:
Mo – Fr 8.30 – 18.30 Uhr
Sa 7.30 – 16.00 Uhr

**Hofcafé, Demonstrationsbetrieb
Ökolandbau**

Milch, Joghurt,
Käse, Quark, Eis

Getreide,
Brot, Mehl

Apfelsaft Eier

Fleisch, Wurst Nudeln

Salat, Gemüse



Froschbaur

Reinhard Bosch
Mühlstraße 37
89542 Herbrechtingen
Mobil: 0174 / 3131466
info@froschbaur.de
www.froschbaur.de

Hofladen, Verkaufshäuschen
mit Automat

Hofladen:
Mo, Di, Mi 16.00 – 19.00 Uhr
Do, Fr 8.30 – 12.00 Uhr
13.00 – 18.00 Uhr
Sa 8.30 – 12.00 Uhr
Verkaufshäuschen: jederzeit

Automat am Brenztalradweg

Eier

Getreide
(Hafer, Gerste, Weizen)

Erbsen, Mais, Blattsalat (Saison)
Kartoffeln, Zwiebeln

Wurst, Grillfleisch

Bauernhofeis

Heu + Stroh in Kleinballen,
Hühnermischfutter aus eigener
Herstellung



Hofbauer Hausen

Familie Renner
Ernst-Schreiber-Str. 29
89542 Herbrechtingen/Hausen o. L.
Tel.: 07324 / 7784
info@hofbauer-hausen.de
www.hofbauer-hausen.de



SB-Hofladen mit Automat

Jederzeit

Kindergeburtstage

Grillgut, Rindfleischpakete,
Wurst

Kartoffeln, Speisekürbis

Rohmilch, Milchprodukte

Nudeln Eier

Honig

Zierkürbisse



FOTO Markus Wolf



FOTO Shutterstock / Subbotina Anna


Hermaringen



FOTO MLR / Jan Poreite

Hof-Metzgerei Bosch

Karl Bosch
Karlstraße 14
89568 Hermaringen
Tel.: 07322 / 23160

 Hofladen, Automat

 **Hofladen:**

Do	9.00 – 12.00 Uhr
Fr	9.00 – 12.00 Uhr
	15.00 – 18.00 Uhr
Sa	7.30 – 12.00 Uhr



Fleisch und Wurstwaren
aus eigener Aufzucht und
Schlachtung





Partyservice, Lohnschlachtere

Maier's Moschde

Hans-Christian und Matthias Maier GbR
Kronenstr. 72
89568 Hermaringen
Tel.: 07322 / 9119859
moschd@maiers-moschde.de
www.maiers-moschde.de



 Hofladen (saisonal)

 Sa 9.30 – 12.30 Uhr



Apfelsaft, Mischsäfte



Most, zur Weihnachtszeit:
Apfel- und Birnenpunsch,
Glühmost



**Lohnmosterei, Geschenkkörbe,
Gutscheine auf Vorbestellung**

Königsbronn

Bio-Imkerei Fähnle

Claus Uwe Fähnle
Rosensteinstraße 15
89551 Königsbronn/Zang
Tel.: 07328 / 4354
Mobil: 0172 / 9872201
bio-imkerei-faehnle@t-online.de
www.bio-imkerei-faehnle.de



Hofladen, Automat auf dem Hof und im Wental, Einzelhandel, Gastronomie, Postversand, Markttermine (siehe Homepage)

Hofladen:

Mi 9.00 – 12.00 Uhr
Fr 15.00 – 18.00 Uhr
Größere Mengen auf Vorbestellung,
Abholung nach Vereinbarung

Betriebsführungen, Workshops, Vorträge



Regionale Honige,
Honigbonbons



Speisegetreide, Dinkelmehle



Met, Honig-Eierlikör



Essig



Kosmetik mit Bienenprodukten,
Bienenwachskerzen,
Geschenksets



(Nur Automat)



FOTO MLR / Jan Polente

Wiesenhof, Bauernmarkt & Vesperstube

Andrea Bühl
Wäldlesacker 1
89551 Königsbronn/Itzelberg
Tel.: 07328 / 922650
konold-wiesenhof@t-online.de



Hofladen, Vesperstube mit Biergarten, Automat

Vesperstube:

Jeden Di und letzten Fr im Monat
Di + Fr 14.00 – 22.00 Uhr

Automat: Jederzeit

**Im Sommer Schwäbisch Hällisches
Landschwein vom Grill ab 17 Uhr.**

Biergarten mit Spielplatzwiese



Hausmacher Wurst, Pfeffer-
beißer, Griebenschmalz,
Schinkenwurst, Bierschinken,
geräucherter Bauernschinken,
Lachsschinken, gerauchter
Bauch, Salami und Maultaschen
von der Bäuerlichen Erzeuger-
gemeinschaft Schwäbisch Hall



Wiesenhof-Gsälz



Nudeln aus Dinkel- und
Weizenmehl



Brot aus Weizen-, Roggen-,
Dinkel- und Emmermehl, versch.
Brötchen und Briegel



Kuhmilch- und Ziegenkäse-
spezialitäten von Veras
Milchmanufaktur



Eier



(Nur Automat)



FOTO Shutterstock / id-art

Nattheim

Bauernhofeys

F. und M. Schauz
Dischinger Straße 9
89564 Nattheim/Fleinheim
fm-schauz@web.de



Bauernhofeys



SB-Hofladen Hochfeldstr. 11, Fleinheim.
Einzelhandel, Gastronomie

SB-Hofladen:
Bei gutem Wetter
Fr 14.00 – 17.00 Uhr
Sa 10.00 – 17.00 Uhr

Härtsfelder Imkerschule

Gerhard Moll
Mühlweg 14
89564 Nattheim/Fleinheim
Tel.: 09077 / 708728
info@haertsfelder-imkerschule.de
www.haertsfelder-imkerschule.de



Honig in versch. Sorten



Met



Bienenwachs

Saisonale Märkte, Liefersdienst,
Einzelhandel

Nach telefonischer Vereinbarung

Führungen an Bienenvölkern



FOTO ML/R Jan Potente

Hofgut Bernau

Michael Abele
Bauernstr. 2
89564 Nattheim/Auernheim
Mobil: 0162 / 9068685
hofgut-bernau@netcom-mail.de
www.hofgut-bernau.de



Bio-Fleisch von Rotwild, Rind,
Hähnchen, Pute, Gans, Ente



Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung

Nach telefonischer Vereinbarung

Landhof Maurer

Herbert Maurer
Kirchbergstraße 30/1
89564 Nattheim
Tel.: 07321 / 71815
Mobil: 0177 / 8393410
herbertmaurer@gmx.de



Wurst Dosen aus eigener
Schlachtung



Eier



Mehl



Kartoffeln (2,5 kg / 5 kg / 12,5 kg)



Milch, Butter, Käse vom Q-Hof



Honig



Neubauerhof

Familie Joos
Am Krautgarten 3
89564 Nattheim/Fleinheim
Tel.: 07327 / 5581
hansjoergjoos@t-online.de
www.neubauerhof-joos.de



📍 Wochenmarkt Heidenheim,
Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung

🕒 **Wochenmarkt:**
Heidenheim Sa

„Vom Korn zum Brot“, für Schulklassen,
Bewirtschaftungsraum für Gruppen mit
Kaffee und Kuchen oder Salzige aus
dem Ofen

Torten, Kuchen, Hefegebäck,
saisonales Gebäck

Konfitüre



Schäferei Wiedenmann

Kerstin Riek und Karin Wiedenmann-Riek
Am Rotensohler Weg 1
89564 Nattheim
Tel.: 07321 / 730446
schaeferrei-wiedenmann@t-online.de



📍 Hofladen, Ab-Hof-Verkauf auf
Vorbestellung

🕒 Nach telefonischer Vereinbarung

Fleisch von halben oder
ganzen Lämmern

★ Schaf- und Lammfelle, Wollsocken,
Filzwohle, Fellschuhe, Schafs-
milchseife, viele weitere Natur-
produkte



Nierderstotzingen



FOTO Shutterstock / mcjan

Andreas Graf

Andreas Graf
Stettener Str. 27
89168 Niederstotzingen/Oberstotzingen
Tel.: 07325 / 952632
graf-stotzingen@web.de

📍 Automat, Kartoffelkiste

🕒 Jederzeit

Eier

Linsen, Kartoffeln

Florian Klaiber

Florian Klaiber
Stettener Str. 75
89168 Niederstotzingen/Oberstotzingen
Mobil: 0172 / 7329962
florianklaiber@yahoo.de
www.klaiber-oberstotzingen.de

📍 Ab-Hof-Verkauf

🕒 Je nach Saison, siehe Homepage

Erdbeeren,
Wassermelonen

★ Weihnachtsbäume

Junginger Fruchtsäfte

Andreas Junginger
Gartenstr. 38
89168 Niederstotzingen
Tel.: 07325 / 96150
info@junginger-fruchtsaeft.de
www.junginger-fruchtsaeft.de



Getränkemärkte in Niederstotzingen, Gerstetten, Herbrechtingen, Elchingen. Einzelhandel

Nach Standort unterschiedlich, ganztägig, samstags vormittags

Lohnmosterei

Verarbeitung von regionalem Streuobst (Äpfel und Birnen), eigene Direktsäfte, Nektare, Fruchtsaftgetränke

Fruchtweine, Cider und Schorlen

★ Regionale Lebensmittel und Produkte



Nollerhof

Kurt-Martin Hölzle
Breite Straße 91
89168 Niederstotzingen
Tel.: 07325 / 922523
noller-hoelzle@gmx.de
www.nollerhof.de

Ab-Hof-Verkauf

Jederzeit

Bauernhofpädagogische Angebote für Kinder und Erwachsene, Erlebnistage für Kindergartengruppen und Schulklassen

Kartoffeln



Eier

Ziegenmilch, -käse

Fleisch vom Kitz und Weiderind



Sontheim / Brenz

Blumen Ertle

Tobias und Anke Ertle
Gartenstr. 35
89567 Sontheim/Brenz
Tel.: 07325 / 5539
info@gaertle.de
www.gaertle.de



Gärtnerei, Blumengeschäft, Wochenmarkt, Café + Restaurant

Café + Restaurant:
Mi – So 9.00 – 18.00 Uhr
oder nach telefonischer Vereinbarung
Wochenmarkt:
Dornstadt Fr

Kartoffeln, Karotten, Kraut, Salate, Rettich, Zwiebeln, Gurken, Tomaten, Paprika, Bohnen, Erdbeeren, Kohlrabi, Blumenkohl, Brokkoli, Sauerkraut, Feldsalat

Kräuter

★ Pflanzen, Blumen



Eisgenuss vom Brenztal

Thomas und Annette Haide
Sontheimer Str. 28
89567 Sontheim/Brenz
Tel.: 07325 / 9224264
info@eisgenuss.de
www.eisgenuss.de



Eishäusle, Ab-Hof-Verkauf, Verleih von Tischvittrinen, Gastronomie

Eishäusle: Ganztags
Hofladen:
Sa 10.00 – 12.00 Uhr (März – Dez)

Bauernhofeis, Eistorten, Eis im Glas



(Nur Eishäusle)

Eishäusle am Brenz-Radweg

Freilandeier Familie Hörger

Sandra und Albrecht Hörger
Neustr. 72
89567 Sontheim
Tel.: 07325 / 7231
Mobil: 01520 / 1945868
freilandeier-sontheim@web.de
www.freilandeier-sontheim.de



Eierhäusle (Neustr. 74, Sontheim),
Einzelhandel in Herbrechtingen,
Giengen, Gundelfinden, Brenzbox
Bächingen

Eierhäusle: jederzeit

**Besuch der Hühner mit Gruppen
auf Anfrage**

- Kartoffeln, Linsen
- Eier aus dem Mobilstall
- Eiernudeln, hausgemachte
Spätzle, Suppenbrühe
- Suppenhühner
- Honig
- Leindotteröl



SKL Agrar

Simon Schweigardt
Am Riedburren 4
89567 Sontheim/Brenz
Tel.: 0171 / 3770690
skl-agrar-gbr@gmx.de



Automat (Milch), SB-Hofladen

Jederzeit

- Kartoffeln
- Eier
- Honig
- Milch
- Nudeln
- Wurst
- Mehl



Steinheim

Bio geMÄH!t®

Dr. Thomas Elenz
Hochfeldweg 42
89555 Steinheim
Mobil: 0171 / 7742425
twaelenz@gmail.com

Bio geMÄH!t

Ab-Hof Verkauf, Lieferservice

Nach telefonischer Vereinbarung

- Most
- Dörrobst
- Obstbrände



Biohof Niederberger

Ulrich und Patrick Niederberger
Gnannenweiler 6
89555 Steinheim/Gnannenweiler
Tel.: 07329 / 6921
Mobil: 0172 / 8886318
niederberger-gbr@web.de



SB-Hofladen, auf Vorbestellung

Jederzeit

- Mehl
- Nudeln
- Fleischpakete (Rind+Schwein),
Wurst, Geflügel
- Eier aus mobiler Freilandhaltung




FOTO MLR/Jan Poterle



Bioland Sonnenhof


Familie Preiß
Knillweg 11
89555 Steinheim/Sontheim
Tel.: 07329 / 6281
w.preiss@web.de

Bioland Sonnenhof
Familie Preiß


 Hofmarkt, Wochenmarkt HDH,
Steinheim


 **Hofmarkt:**
Fr 15.00 – 17.00 Uhr


Wochenmarkt:
Heidenheim Mi
Steinheim Sa

 Eier aus Freilandhaltung
mit Bruderhahn-Aufzucht

Bioland

 Fleisch vom Weiderind und
Freilauf-Schwein, Wurstwaren,
Suppenhühner, Hähnchen


 Kartoffeln

 Naturkostsortiment




Demeter Imkerei

Günter Friedmann
Küpfendorf 37
89555 Steinheim/Küpfendorf
Tel.: 07329 / 1495
guenter.friedmann@imkerei-friedmann.de
www.imkerei-friedmann.de

 Honig

Bioland


demeter


 Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung,
Online-Shop, Einzelhandel

 Nach telefonischer Vereinbarung


Gärtnerei Pommerenke


Andreas Pommerenke
Obere Ziegelhütte 10
89555 Steinheim
Tel.: 07329 / 209
a-pommerenke@t-online.de

 Hofladen, Wochenmärkte Steinheim,
Gerstetten, Altheim

 **Hofladen:**
Di – Fr 9.00 – 12.00 Uhr
14.00 – 17.00 Uhr

Wochenmarkt:
Steinheim Mi + Sa
Gerstetten Di + Fr
Altheim Sa


 Frischgemüse


 Floristik und Trauerfloristik,
Beet- und Balkonpflanzen





Hofladen Junginger

Hubert Junginger
Steinheimer Straße 4
89555 Steinheim/Sontheim
07329 / 5875
info@hofladen-junginger.de
www.hofladen-junginger.de


 Hofladen


 Mo, Mi – Fr 8.00 – 18.00 Uhr
Sa 8.00 – 14.00 Uhr

 Honig, Konfitüre


 Eier (Bodenhaltung)

 Kartoffeln

 Brot, Brötchen, Kuchen,
Hefegebäck

 Rapsöl

 Nudeln

 Wurst



Kraterhof

Tobias Fink
Hirschstr. 27
89555 Steinheim
Mobil: 0176 / 20612754



SB-Hofladen

Jederzeit

- Kartoffeln
- Ziegenkitzfleisch
- Honig
- Birnensaft
- Ziegenfelle



Söll's Albuch-Genuss

Hans-Peter Söll
Kirchstraße 36
89555 Steinheim/Söhnstetten
Mobil: 0151 / 72407474
soells-albuch-genuss@web.de



Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung,
Dorfladen in Söhnstetten,
Hofladen in Waldhausen

Nach telefonischer Vereinbarung

Senföhl, Senfkörner, Senfmehl,
Senf, Rapsöl, Leindotteröl,
Rosmarinöl, Basilikumöl, Sonnen-
blumenöl, Schwarzkümmelöl*,
Färberdistelöl*

Belugalinsen, Le-Puy-Linsen,
Hirse, Kichererbsen*

Dinkel, Rotkernweizen, Gelb-
mehlweizen, Quinoa, Buch-
weizen, Haferflocken*, Roggen*

*verfügbar ab Herbst 2026



Schafhof Smietana

Familie Smietana
Busentalhalde 1
89555 Steinheim
Tel.: 07329 / 7200
info@schafhof-steinheim.de
www.schafhof-steinheim.de



Hofladen, Automat

Hofladen (siehe auch Homepage):
Fr 14.00 – 17.00 Uhr
Sa 9.00 – 12.00 Uhr

Automat: Jederzeit

**Führungen für Gruppen und Vereine,
offene Stalltür bei Ladenöffnung,
Rastplatz am Albschäferweg**



Frisches Lammfleisch,
verschiedene Schafwürste,
100% Lammwürste,
geräucherter Schafschinken

Lammfelle, Wolle zum Stricken
und Filzen

(Nur Hofladen)

Weilerhof

Samuel Straub
Auf dem Weiler 1
89555 Steinheim
Tel.: 07329 / 918202
Mobil: 0177 / 3518033
teamweilerhof@gmail.com

SB-Hofladen Kraterhof, Hofladen
Junginger, Weilerlädle Gnannenweiler

Siehe dort

Beluga-Linsen,
Kraterlinsen



FOTO MLR/Jan Potente

Gärtnereien

Obst und Gemüse aus heimischem Boden

Vielfältige Obst- und Gemüsesorten wachsen unter den Händen der Gemüsegärtner auch auf der rauen Ostalb. Reif geerntet bekommen wir sie auf kurzem Weg ganz frisch auf dem Wochenmarkt oder im Hofladen.

Obst und Gemüse ist nicht nur bunt und damit auf dem Teller etwas fürs Auge. Es enthält auch jede Menge Vitamine, Mineralstoffe, Ballaststoffe und Bioaktive Substanzen. Dies sind Stoffe, die zwar nicht lebensnotwendig sind, aber vielfältige Wirkungen entfalten. In Zwiebeln treiben sie uns die Tränen in die Augen, in Hülsenfrüchten regen sie unsere Verdauung an oder sie dienen der Pflanze als Abwehr gegen Feinde. Das Wort ‚Gemüse‘ stammt von dem mittelhochdeutschen ‚muos‘. Früher hat man Gemüse oft als Brei oder Suppe gegessen. Wie unterscheiden sich eigentlich Obst und Gemüse? Gemüse sind die essbaren Teile von einjährigen Pflanzen, Obst dagegen von mehrjährigen Pflanzen. Und weil Obst und Gemüse Grundnahrungsmittel sind, sind sie in einer Vielzahl von Sprichwörtern enthalten:

- 🍏 **Tomaten auf den Augen haben**
- 🍏 **Äpfel mit Birnen vergleichen**
- 🍏 **Junges Gemüse**
- 🍏 **Kraut füllt dem Bauern die Haut**
- 🍏 **Hier sieht's aus wie Kraut und Rüben**
- 🍏 **Jedes Böhnchen gibt ein Tönchen**

Fallen Ihnen noch weitere Sprichwörter ein ...?



FOTO Shutterstock / VasilyBudarin

Blumen Ertle

Tobias und Anke Ertle
Gartenstr. 35
89567 Sontheim/Brenz
Tel.: 07325 / 5539
info@gaertle.de
www.gaertle.de



📍 Gärtnerei, Blumengeschäft, Wochenmarkt, Café + Restaurant

🕒 **Café + Restaurant:**
Mi – So 9.00 – 18.00 Uhr
oder nach telefonischer Vereinbarung
Wochenmarkt: Dornstadt Fr

🍷 Kartoffeln, Karotten, Kraut, Salate, Rettich, Zwiebeln, Gurken, Tomaten, Paprika, Bohnen, Erdbeeren, Kohlrabi, Blumenkohl, Brokkoli, Sauerkraut, Feldsalat

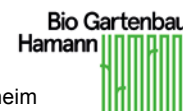
🌿 Kräuter

★ Pflanzen, Blumen



Bio Gartenbau Hamann

Jutta Hamann
Breite Straße 19
89542 Herbrechtingen/Bolheim
Tel.: 07324 / 41117
bio-gartenbau.hamann@t-online.de
www.biogaertnerei-hamann.de



📍 Hofladen, Wochenmarkt HDH, Einzelhandel (Biothek)

🕒 **Hofladen:**
Di und Fr 14.00 – 18.00 Uhr



🍷 Diverse Gemüse, Obst

🌿 Topfkräuter

★ Jungpflanzen



Ausbildungsbetrieb, Einsatz von Effektiven Mikroorganismen (EM)

Gärtnerei Pommerenke

Andreas Pommerenke
Obere Ziegelhütte 10
89555 Steinheim
Tel.: 07329 / 209
a-pommerenke@t-online.de

📍 Hofladen, Wochenmärkte Steinheim, Gerstetten, Altheim

🕒 **Hofladen:**
Di – Fr 9.00 – 12.00 Uhr
14.00 – 17.00 Uhr

🍷 Frischgemüse

★ Floristik und Trauerfloristik, Beet- und Balkonpflanzen



Wochenmarkt:
Steinheim Mi + Sa
Gerstetten Di + Fr
Altheim Sa

Imkereien

Die fleißigen Bienen

Der Fleiß der Bienen ist sprichwörtlich. Ab Temperaturen von 12°C fliegen sie unermüdlich in einem Radius von etwa zwei Kilometern rund um den Bienenstock von Blüte zu Blüte. Dabei sammeln sie den Nektar für ihren Nachwuchs und den Wintervorrat und bestäuben die Blüten von Zier- und Nutzpflanzen. Ohne den Einsatz von Bienen und anderen Bestäubern könnten wir kein Getreide, kein Obst oder Gemüse ernten.

Einzigartig ist der Bientanz: Damit teilt eine Biene den anderen mit, wo es – im Verhältnis zum Sonnenstand – besonders gute Futterquellen gibt. Bienen sind sehr soziale und friedliebende Tiere und stechen nur, wenn sie sich angegriffen fühlen. Honig aus der Region ist vorwiegend der Blütenhonig, der nach der Frühlingsblüte gewonnen wird und der Waldhonig, bei dem die Bienen Läuse „melken“ um, an den nahrhaften Honigtau zu kommen. Neben dem Honig sind weitere wertvolle Produkte das Bienenwachs, der Pollen oder das Propolis (Kittharz).

Auf den Seiten der regionalen Imkervereine finden Sie weitere örtliche Imker mit ihrem Honig oder anderen Bienenprodukten.



www.imkerverein-heidenheim.de

www.alb-bienenzuechter.de

FOTO Shutterstock / Eugenia Lucascio



Bio-Imkerei Fähnle

Claus Uwe Fähnle
Rosensteinstraße 15
89551 Königsbrunn/Zang
Tel.: 07328 / 4354
Mobil: 0172 / 9872201
bio-imkerei-faehnle@t-online.de
www.bio-imkerei-faehnle.de



Hofladen, Automat auf dem Hof und im Wental, Einzelhandel, Gastronomie, Postversand, Markttermine (siehe Homepage)

Hofladen: Mi 9–12 Uhr, Fr 15–18 Uhr, größere Mengen auf Vorbestellung, Abholung nach Vereinbarung

	Regionale Honige, Honigbonbons	
	Speisegetreide, Dinkelmehle	
	Met, Honig-Eierlikör	Essig
	Kosmetik mit Bienenprodukten, Bienenwachskerzen, Geschenksets	
	LERNORT BAUERNHOF IN BADEN-WÜRTTEMBERG	(Nur Automat)

Betriebsführungen, Workshops, Vorträge

Härtsfelder Imkerschule

Gerhard Moll
Mühlweg 14
89564 Nattheim/Fleinheim
Tel.: 09077 / 708728
info@haertsfelder-imkerschule.de
www.haertsfelder-imkerschule.de

Saisonale Märkte, Liefersdienst, Einzelhandel

	Honig in versch. Sorten	
	Met	
	Bienenwachs	

Nach telefonischer Vereinbarung
Führungen an Bienenvölkern

Demeter Imkerei

Günter Friedmann
Küpfendorf 37
89555 Steinheim/Küpfendorf
Tel.: 07329 / 1495
guenter.friedmann@imkerei-friedmann.de
www.imkerei-friedmann.de

	Honig		
--	-------	--	--

Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung, Webshop, Einzelhandel

Nach telefonischer Vereinbarung

Mostereien

Aus Apfel wird Saft

Die Landschaft auf der Schwäbische Alb ist geprägt von vielen Streuobstwiesen. Der Name besagt schon, dass die Obstbäume auf der Fläche verstreut stehen.


Der Artenreichtum einer Streuobstwiese ist unübertroffen. Auf den verschiedenen „Etagen“ Boden, Stamm und Baumkrone tummeln sich bis zu 5.000 Pflanzen- und Tierarten auf engem Raum. Auf der Wiese wachsen viele Gräser und Kräuter und darin an das Lebensumfeld angepasste Insekten und Schmetterlingsarten. In den Bäumen leben Vögel und kleine Säugetiere wie Fledermäuse, die in Höhlen der Baumstämme nisten und in den Baumkronen leben. Diese wiederum ernähren sich von den Insekten. Oft werden Streuobstwiesen als Weide für Pferde, Rinder, Schafe und Ziegen verwendet, die die Wiesen düngen. Den Baumbestand bilden hauptsächlich Apfelbäume, oft alte Streuobstsorten, aber auch Birnbäume, Zwetschgen- oder Walnussbäume. Alte Apfelsorten haben häufig ein geringeres allergisches Potential als neuere Zuchtsorten.


Seit vielen Generationen werden die artenreichen Streuobstwiesen gepflegt und erhalten. Viele Streuobstwiesen- und Gartenbesitzer lassen ihre Ernte zu Saft verarbeiten. So entsteht in den Mostereien ein regionaler Saft, der zum Erhalt des landschaftsprägenden Streuobstanbaus unserer Heimat beiträgt.


Junginger Fruchtsäfte


Andreas Junginger
Gartenstr. 38
89168 Niederstotzingen
Tel.: 07325 / 96150
info@junginger-fruchtsaeft.de
www.junginger-fruchtsaeft.de




 Getränkemärkte in Niederstotzingen, Gerstetten, Herbrechtingen, Elchingen. Einzelhandel

 Nach Standort unterschiedlich, ganztägig, samstags vormittags

 Verarbeitung von regionalem Streuobst (Äpfel und Birnen), eigene Direktsäfte, Nektare, Fruchtsaftgetränke

 Fruchtweine, Cider und Schorlen

 Regionale Lebensmittel und Produkte


Lohnmosterei




Maier's Moschde


Hans-Christian und Matthias Maier GbR
Kronenstr. 72
89568 Hermaringen
Tel.: 07322 / 9119859
moschd@maiers-moschde.de
www.maiers-moschde.de



 Hofladen (saisonal)

 Sa 9.30 – 12.30 Uhr

 Apfelsaft, Mischsäfte

 Most, zur Weihnachtszeit: Apfel- und Birnenpunsch, Glühmost





Lohnmosterei, Geschenkkörbe, Gutscheine auf Vorbestellung


Streuobstmanufaktur Gerstetter Alb


Thomas Junginger
Emerstetter Weg 1, 89547 Gerstetten
Tel.: 07323 / 6836
Mobil: 0171 / 5291511
thomas.georg.junginger@gmail.com





 Hofladen, Wochenmarkt in Heidenheim, Herbrechtingen, Hermaringen, Oberkochen


 **Hofladen:** nach telefonischer Vereinbarung

 Säfte, teilw. sortenrein, Bag-in-Box, Most


 Bio-Käse

 Perlwein

 Essig

 Bio-Obst, Gemüse

 Gelée, Honig,

 Hägemark, Fruchtaufstriche

Lohnmosterei, Führungen



Schäfereien

Schafe – sympathische Landschaftspfleger

Die Ostalb ist geprägt von den Wacholderheiden, die Heidenheim den Namen gaben. Seit Jahrhunderten sind Schäferinnen und Schäfer mit ihren Schafen und meist auch einigen Ziegen bei Wind und Wetter unterwegs und pflegen diese typische Kulturlandschaft auf der Schwäbischen Alb.

Auch hier ist der Artenreichtum mit vielen selten Tier- und Pflanzenarten ein Charakteristikum dieser Landschaft. Diese eignet sich auch hervorragend für aussichtsreiche Wanderungen, wie der preisgekrönte Albschäferweg beweist (www.albschaeferweg.de). Von den Schafen gewinnt man Wolle und ihr Fleisch ist eine köstliche Spezialität der Region. Die Zubereitung von Lammfleisch ist leicht und das Aroma unvergleichlich, denn Lammfleisch „bockelt“ nicht.



Das Gütesiegel Ostalb Lamm steht für: traditionelle Hüteschafhaltung zur Pflege wertvoller Wacholderheiden, artgerechte Tierhaltung, Futtermittel aus der Region ohne gentechnisch veränderte Bestandteile sowie ausgezeichnete Fleischqualität mit feinem aromatisch-mildem Geschmack und Herkunftsgarantie. Die regionale Spezialität wird in Gasthäusern und Restaurants nach traditionellen Rezepten und in neuartigen Kreationen zubereitet und serviert. Die Broschüre „Ostalb Lamm in den Wacholderheiden der Heimat“ mit weiteren Informationen und leckeren Rezepten von erfahrenen Küchenchefs ist auf der Seite www.ostalblamm.de unter Publikationen zu finden.



FOTO Shutterstock / Lukas Gajda

FOTO Markus Wolf



Schafhof Smietana

Familie Smietana
Busentalhalde 1
89555 Steinheim
Tel.: 07329 / 7200
info@schafhof-steinheim.de
www.schafhof-steinheim.de



Hofladen, Automat

Hofladen (siehe auch Homepage):
Fr 14.00 – 17.00 Uhr
Sa 9.00 – 12.00 Uhr

Automat: Jederzeit

**Führungen für Gruppen und Vereine,
offene Stalltür bei Ladenöffnung,
Rastplatz am Albschäferweg**



Frisches Lammfleisch,
verschiedene Schafwürste,
100% Lammwürste,
geräucherter Schafschinken



Lammfelle, Wolle zum Stricken
und Filzen



(Nur Hofladen)



Schäferei Banzhaf

Holger Banzhaf
Schafhof 1
89547 Gerstetten/Heldenfingen
Mobil: 0174 / 3258042
schafhofbanzhaf@aol.com

Ab-Hof-Verkauf

Nach telefonischer Vereinbarung



Lammfleisch



Lamm- und Schaffelle








FOTO Markus Wolf

Schäferei Stegmayer


Valerie Färber und Marliese Stegmayer
Brunnenfeld 8
89537 Giengen
Tel.: 07322 / 932217
josef-und-marliese-stegmayer@t-online.de

 Ab-Hof-Verkauf


 Nach telefonischer Vereinbarung



Lammfleisch 1/2 Lamm
küchenfertig zerlegt, Teil-
stücke bei der Metzgerei
Renner, Hohenmemmingen



Schaf-/Lammfelle, Fellprodukte,
Märchenwolle








Schäferei Wiedenmann

Kerstin Riek und Karin Wiedenmann-Riek
Am Rotensohler Weg 1
89564 Nattheim
Tel.: 07321 / 730446
schaefererei-wiedenmann@t-online.de




 Hofladen, Ab-Hof-Verkauf auf
Vorbestellung



 Nach telefonischer Vereinbarung



Fleisch von halben oder
ganzen Lämmern



Schaf- und Lammfelle, Wollsocken,
Filzwohle, Fellschuhe, Schafs-
milchseife, viele weitere Natur-
produkte



Dort essen wo's herkommt

Bauernhof-Gastronomie

Einen besonderen Charme hat das Essen direkt beim Erzeuger. Näher, frischer und authentischer geht es nicht! Egal ob Salatteller, Würstchen oder Kuchen – ob Frühstück, Mittag- oder Abendessen: Hier geht es rustikal und gemütlich zu. Und gleich nebenan ist ein Blick auf die Tiere im Kuhstall oder auf der Weide möglich. Eine Bauernhof-Gastronomie eignet sich hervorragend als Ziel für eine Fahrradtour oder für einen Ausflug mit Familie, Freunden oder Kollegen.



FOTO Markus Wolf

Biotal Hofgemeinschaft

Familie Bosch
Talstraße 23
89542 Herbrechtingen/Eselsburg
Tel.: 07324 / 988662
hofladen@milchmobil.de
www.milchmobil.de



Hofladen, Lieferservice „Milchmobil“

Hofladen, Hofcafé:
Mo – Fr 8.30 – 18.30 Uhr
Sa 7.30 – 16.00 Uhr

Hofcafé, Demonstrationsbetrieb
Ökolandbau



Milch, Joghurt, Käse, Quark	
Getreide, Brot, Mehl	Eis
Apfelsaft	Eier
Fleisch, Wurst	Nudeln
Salat, Gemüse	

Talhofcafé - Raum für Vielfalt

Phoebe Creutz
Talhof 1
89522 Heidenheim
Tel.: 07321 / 6093947
Mobil: 0176 / 23283120
info@talhofcafe.de
www.talhofcafe.de

Zertifiziert nach DE-ÖKO-006

Siehe Website / vor allem bei Veranstaltungen geänderte Öffnungszeiten!

**Kleine Mittagsgesichte & Tagessuppen,
Kaffee & Bistro, Veranstaltungen wie
Lesungen, Konzerte, Workshops**

Hausgemachte Kuchen –
davon immer auch Kuchen
mit Talhofprodukten hergestellt,
auch vegane Optionen
Frühstück – mit Käseplatte,
Joghurt vom Talhof, Bagels mit
Talhoffrischkäse, Porridge mit
Talhofmilch

Kaffeespezialitäten mit Talhof-
milch oder Haferdrink



Blumen Ertle

Tobias und Anke Ertle
Gartenstr. 35
89567 Sontheim/Brenz
Tel.: 07325 / 5539
info@gaertle.de
www.gaertle.de



Gärtnerei, Blumengeschäft, Wochenmarkt,
Café + Restaurant

Café + Restaurant:
Mi – So 9.00 – 18.00 Uhr
oder nach telefonischer Vereinbarung
Wochenmarkt:
Dornstadt Fr

	Kartoffeln, Karotten, Kraut, Salate, Rettich, Zwiebeln, Gurken, Tomaten, Paprika, Bohnen, Erdbeeren, Kohlrabi, Blumenkohl, Brokkoli, Sauer- kraut, Feldsalat
	Kräuter
	Pflanzen, Blumen

Q-Hof

Familie Raunecker
Q-Hof 1
89561 Dischingen/Frickingen
Tel.: 07326 / 7578
kontakt@q-hof-raunecker.de
www.q-hof-raunecker.de



Hofcafé, Weihnachtsbäume Ab-Hof
und Wochenmarkt Heidenheim

Hofcafé:
Fr 15.00 – 18.00 Uhr
1. + 3. So 14.00 – 18.00 Uhr
Gruppen auf Anfrage

Käse: Tilsiter, Bergkäse

Dinkelmehl „Albertino“

Weihnachtsbäume



**Vermietung von Räumlichkeiten für
Tagungen/Feiern, Team-Events
Maislabyrinth, Bauernhof-Olympiade**





FOTO Markus Wolf

Wiesenhof, Bauernmarkt & Vesperstube

Andrea Bühl
Wäldlesacker 1
89551 Königsbrunn/Iltzelberg
Tel.: 07328 / 922650
konold-wiesenhof@t-online.de



 Hofladen, Vesperstube mit Biergarten, Automat

 **Vesperstube:**
Jeden Di und letzten Fr im Monat
Di + Fr 14.00 – 22.00 Uhr
Automat: Jederzeit

**Im Sommer Schwäbisch Hällisches
Landschwein vom Grill ab 17 Uhr.**

Biergarten mit Spielplatzwiese



Hausmacher Wurst, Pfeffer-
beißer, Griebenschmalz,
Schinkenwurst, Bierschinken,
geräucherter Bauernschinken,
Lachsschinken, gerauchter
Bauch, Salami und Maultaschen
von der Bäuerlichen Erzeuger-
gemeinschaft Schwäbisch Hall



Wiesenhof-Gsälz



Nudeln aus Dinkel- und
Weizenmehl



Brot aus Weizen-, Roggen-,
Dinkel- und Emmermehl, versch.
Brötchen und Briegel



Kuhmilch- und Ziegenkäse-
spezialitäten von Veras Milch-
manufaktur



Eier



(Nur Automat)



FOTO Markus Wolf

Nix verschwenden

Tipps für den Vorrat

Alle Lebensmittel essen, weiterverarbeiten oder und nichts verderben lassen oder wegwerfen – das ist praktische Wertschätzung der Arbeit der Landwirtinnen und Landwirte und ein großer und wertvoller Beitrag zum Klimaschutz.

- 💡 Einkaufen mit Plan und Köpfchen, nicht auf Verführungen hereinfallen
- 💡 Ein Speiseplan ist professionell und bringt System in die Küchenplanung
- 💡 Kreative Reste-Rezepte finden sich überall im Internet
- 💡 Einfach mal die Nachbarn fragen
- 💡 Kleine Speisereste aufpeppen und variieren
- 💡 Lebensmittel gar nicht erst verderben lassen, den Überblick über den Vorrat behalten.
- 💡 Neue Produkte nach hinten stellen, ältere nach vorne.
- 💡 Auf angebrochene Verpackungen das Datum notieren

Weiterführende Informationen:

www.zugutfuerdietonne.de

www.foodsharing.de

www.toogoodtogo.com/de

📷 [foodsharing_heidenheim](https://www.instagram.com/foodsharing_heidenheim)

www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/auswaehlen-zubereiten-aufbewahren/resteverwertung-von-az-36880

www.bzfe.de/kueche-und-alltag/kochen/reste-verwerten



Das Mindesthaltbarkeitsdatum

Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist ein Garantiedatum des Herstellers und bedeutet nicht, dass die Lebensmittel nach Ablauf verdorben sind. Daher heißt es, die eigenen Sinne einzusetzen und an dem Lebensmittel zu riechen, es genau anzuschauen, etwas zu probieren und erst dann zu entscheiden, ob es nicht doch noch gegessen werden kann. Viele Lebensmittel sind noch mehrere Wochen oder Monate über das Mindesthaltbarkeitsdatum hinaus genießbar.



Das Verbrauchsdatum

Anders das Verbrauchsdatum: Dieses steht auf sehr empfindlichen und leicht verderblichen Lebensmitteln wie Fisch oder Fleisch. Es ist zu erkennen an dem Hinweis „zu verbrauchen bis ...“. In diesen Fällen sollte das Lebensmittel tatsächlich nach Ablauf des Datums entsorgt werden.



Obst & Gemüse

Reife Fruchtgemüse wie Tomaten und Obstsorten wie Äpfel, Bananen oder exotische Früchte geben natürlicherweise das Reifehormon Ethylen ab und können bei der Lagerung nachreifen. Andere Gemüsesorten wie Wurzel- oder Knollengemüse, Beeren oder Zitrusfrüchte reifen nicht nach und verderben unter dem Einfluss von Ethylen schneller. Daher halten Lebensmittel länger, wenn sie bei der Lagerung gut auseinander gehalten werden.

Klug geplant

Die Vorratshaltung

Damit die wertvollen Lebensmittel lange halten und dann auch noch gut schmecken, haben wir ein paar Tipps zur Vorratshaltung zusammengetragen.

Lebensmittel	Lagerort	Haltbarkeit
Honig, Konfitüre, Liköre	Vorratsraum kühl, trocken, dunkel	1 Jahr +
Nudeln, Kartoffeln, Äpfel, Wal-/Haselnüsse, Wintergemüse (Kürbis/ Zwiebeln)	Vorratsraum oder Keller kühl, trocken, dunkel	einige Wochen bis Monate
Milch, Milchprodukte, Käse, Wurst, Frischgemüse, Beeren-, Steinobst	Kühlschrank bei 7-8 °C	einige Tage bis ca. 2 Wochen
Roher Hefeteig, Mürbteig, Torten	Gefrierschrank / Gefriertruhe (-18°C, ***)	2 Monate
Sahne, Butter, Hartkäse	Gefrierschrank / Gefriertruhe (-18°C, ***)	3 Monate
Brot, Kuchen, Weichkäse, Quarkspeisen	Gefrierschrank / Gefriertruhe (-18°C, ***)	6 Monate
Sommergemüse, Kräuter, Steinobst	Gefrierschrank / Gefriertruhe (-18°C, ***)	8 Monate
Fleisch, Wintergemüse	Gefrierschrank / Gefriertruhe (-18°C, ***)	12 Monate



Wenn kein Vorratsraum vorhanden ist eignet sich auch ein ungenutzter, gelüfteter Schrank in einem wenig beheizten Raum (z. B. Schlafzimmer, schattiger Balkon)

Der Notvorrat

Um die Bevölkerung im Fall beispielsweise einer Naturkatastrophe versorgen zu können, hat die Bundesrepublik Deutschland große Notfallreserven eingelagert. Bis diese Maßnahmen aber vor Ort greifen, ist jeder auf sich selbst gestellt. Deshalb empfiehlt der Bund, sich einen Notfallvorrat für etwa 10 Tage anzulegen. Dazu gehören Lebensmittel (auch kalt zu verzehren), Trink- und Brauchwasser sowie notwendige Kosmetikartikel für alle Haushaltsmitglieder. Hamsterkäufe sind nicht nur unnötig sondern können sogar unnötige Engpässe erst hervorrufen. Ein guter Vorrat will auch bewirtschaftet sein, damit im Ernstfall noch haltbare und genießbare Lebensmittel vorhanden sind.

Faustzahlen zur Mengenplanung

Bedarf in 10 Tagen

Für eine erwachsene Person	Menge
Brot, Kartoffeln, Nudeln, Reis	3,5 kg
Fleisch, Wurst, Fisch	1,1 kg
Gemüse, Hülsenfrüchte	4 kg
Obst	2,5 kg
Fette, Öle	0,5 kg
Milch, Milchprodukte	3 kg
Getränke	18 l

Für eine 4-köpfige Familie	Menge
Brot, Kartoffeln, Nudeln, Reis	12,2 kg
Fleisch, Wurst, Fisch	3,8 kg
Gemüse, Hülsenfrüchte	13,4 kg
Obst	8,7 kg
Fette, Öle	1,7 kg
Milch, Milchprodukte	10,5 kg
Getränke	63 l

Weitere Informationen und ein Vorratskalkulator für Vegetarier und Flexitarier finden sich unter www.ernaehrungsvorsorge.de oder www.verbraucherportal-bw.de => Essen/Trinken => Ernährungsnotfallvorsorge

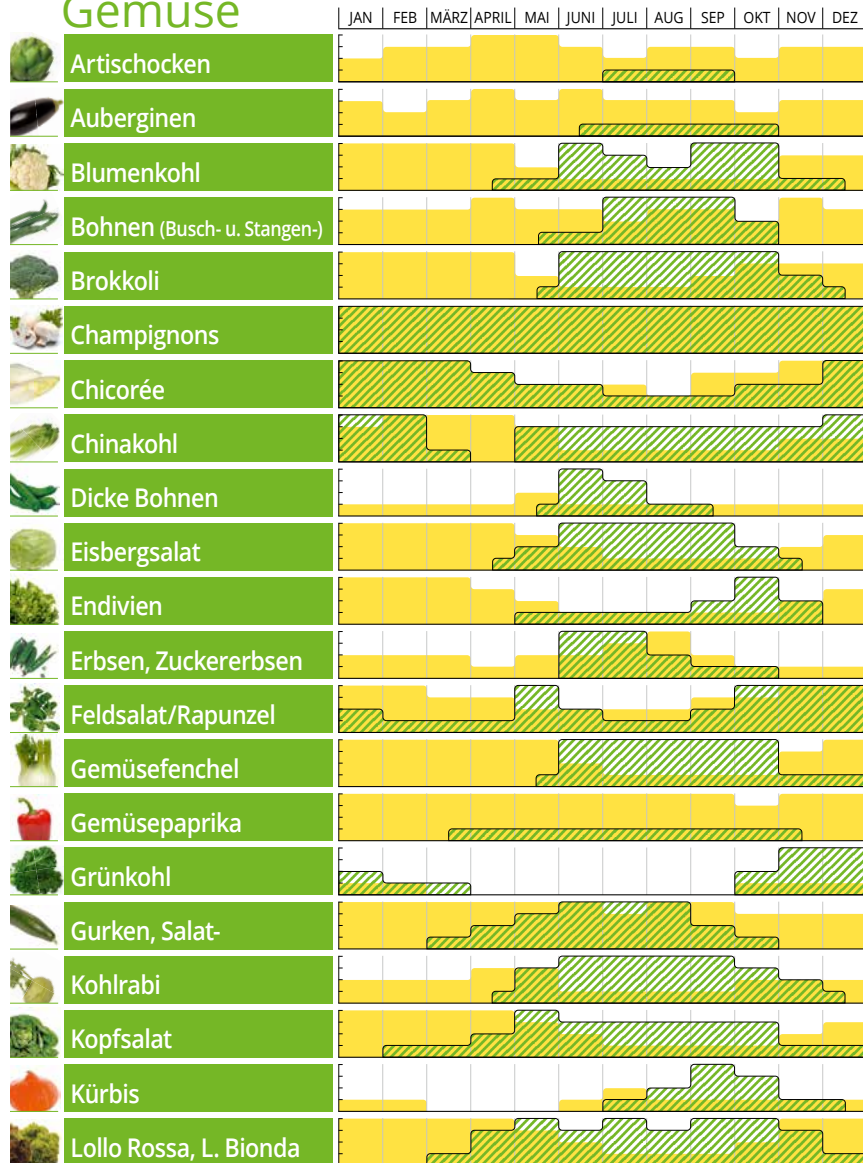
Das Notfallkochbuch „Kochen ohne Strom: die 50 besten Rezepte für Alltag, Camping und Notfall“ mit vielen Informationen, herausgegeben vom Bundesamt für Bevölkerungsschutz (www.bbk.bund.de), ist im Buchhandel erhältlich.

Alles hat seine Zeit

Saisonkalender



Gemüse

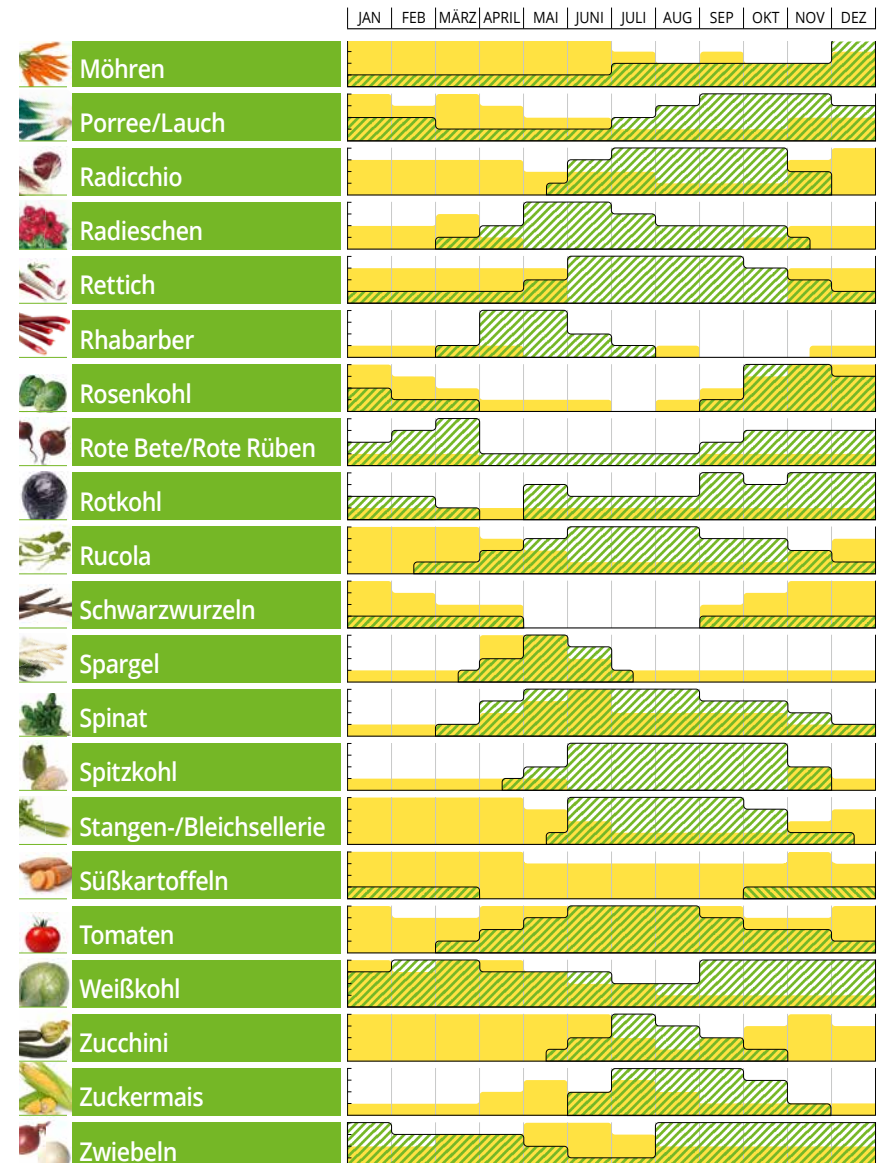


Erklärung



© BLE. Die Nutzungsrechte an den Inhalten dieser Datei liegen ausschließlich bei der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE). Die Nutzung der Inhalte (ganz oder auch in Teilen) bedarf ausdrücklich ihrer vorherigen Zustimmung. Eine Bearbeitung oder Veränderung der Datei ist unzulässig; eine Weiterlizenzierung an Dritte ist ebenfalls unzulässig.

www.bzfe.de

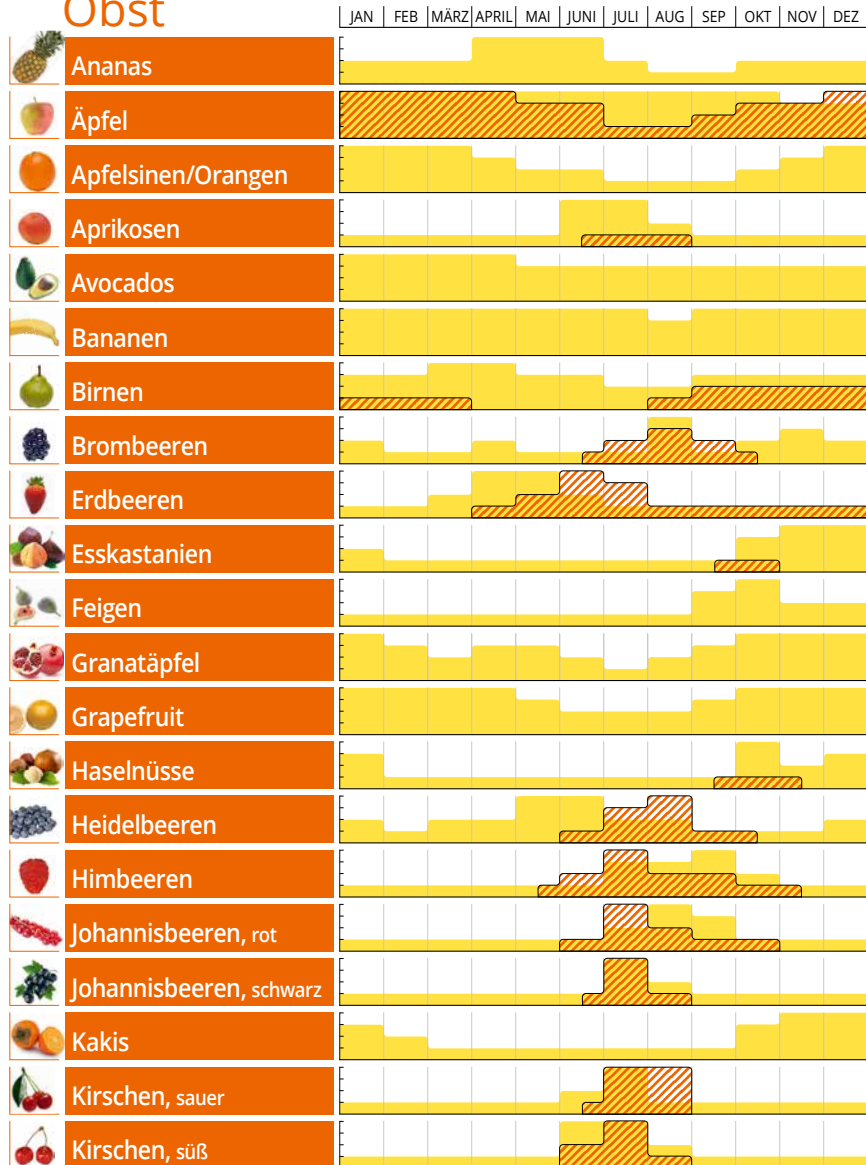


Alles hat seine Zeit

Saisonkalender



Obst

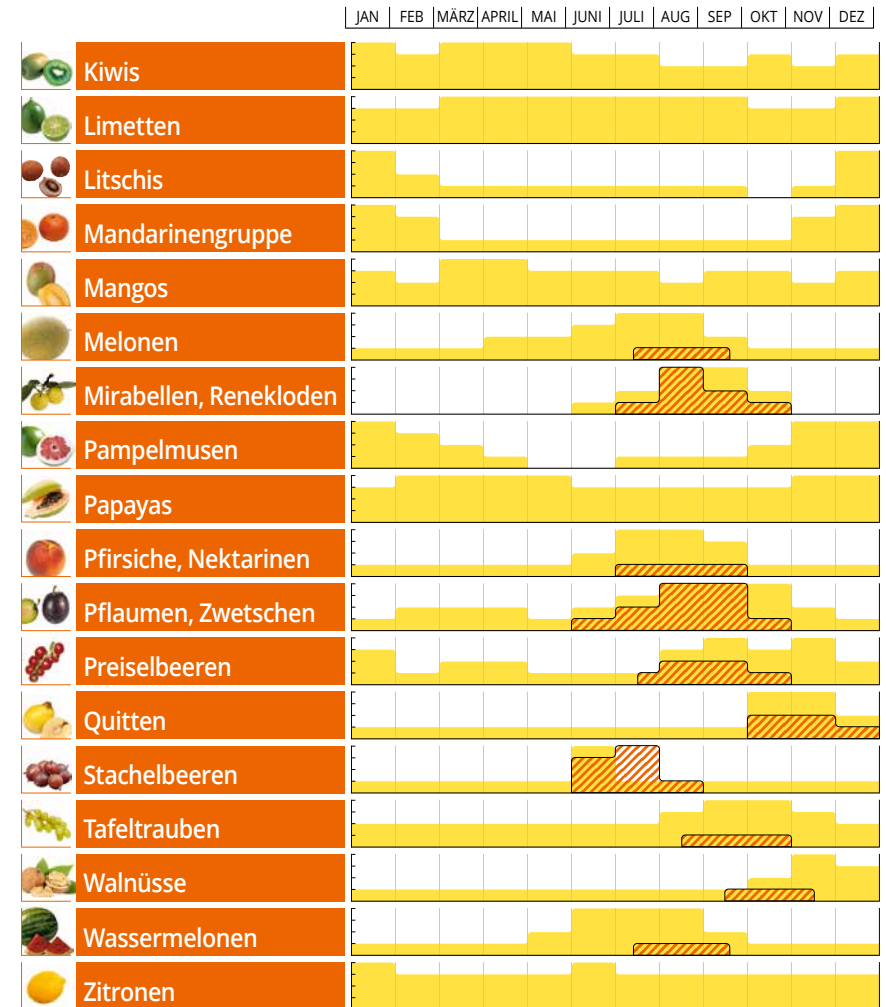


Erklärung



© BLE. Die Nutzungsrechte an den Inhalten dieser Datei liegen ausschließlich bei der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE). Die Nutzung der Inhalte (ganz oder auch in Teilen) bedarf ausdrücklich ihrer vorherigen Zustimmung. Eine Bearbeitung oder Veränderung der Datei ist unzulässig; eine Weiterlizenzierung an Dritte ist ebenfalls unzulässig.

www.bzfe.de



© BLE, www.bzfe.de – Das Poster (Artikel-Nr. 3488) und das Taschenformat (Artikel-Nr. 3917) sind kostenfrei und bestellbar unter www.ble-medien-service.de. Die App zum Saisonkalender steht kostenfrei zum Download im Appstore von Apple und Google Play zur Verfügung.

Direktvermarktung online

Die meisten landwirtschaftlichen Direktvermarkter sind auch online präsent. Viele haben ihre eigene Homepage und / oder sind auf Social Media unterwegs. Für den Einkauf auf dem Bauernhof gibt es regionale, landesweite und überregionale Internetportale. Zwei davon stellen wir an dieser Stelle genauer vor.

FOTO Shutterstock / Wondervisuals



querfeldein.org
LEBENSMITTEL NEU ENTDECKEN

Querfeldein

Auf der Online-Plattform www.querfeldein.org, die von der Heidenheimer Zeitung und der Wirtschaftsförderung des Landkreises Heidenheim entwickelt wurde, präsentieren sich Direktvermarkter aus der Umgebung mit ihren Produkten. Jede Woche sind eine Auswahl der aktuellen Angebote oder Veranstaltungen auch in einer Anzeige in der Heidenheimer Zeitung zu finden. Wer sich für den Newsletter angemeldet hat, bekommt jeden Mittwoch alle aktuellen Angebote direkt auf das eigene Gerät gesendet.

Natürlich Von Daheim

In der App „Von Daheim“ des Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg finden sich direktvermarktende Bauernhöfe mit ihren Produkten, Bäckereien, Metzgereien, Schmeck-den-Süden-Gastwirte oder Bauernhof-Veranstaltungen. Über die Filterfunktion kann der Verbraucher nach Produkt oder Ort suchen. Die Seite des Betriebs führt zu einer Direktanruf-Funktion, zum E-Mail-Programm, der Internetseite des Betriebes oder direkt zum Routenplaner. Informationen und Download sind im Internet möglich auf der Seite <https://von-daheim.de>. Die App steht kostenfrei zum Download im Appstore von Apple und Google Play zur Verfügung.



Bauernhöfe laden ein



Lernort Bauernhof

Der Bauernhof ist ein idealer außerschulischer Lernort. Mit allen Sinnen können dort Kinder und Jugendliche erleben, wo die Lebensmittel aus der Region herkommen und welcher Aufwand dahinter steckt, bis diese im Laden liegen. Die Bäuerinnen und Bauern haben dazu Schulungen bei der landesweiten Koordinierungsstelle Lernort Bauernhof absolviert und freuen sich auf Besuch. Die Betriebe und weitere Informationen für Schulen und Bauernhöfe finden sich auf der Seite:

www.lob-bw.de

IG Bauernhof erleben

Die regionale Initiative „IG Bauernhof erleben“ setzt sich im Landkreis Heidenheim, im Alb-Donau-Kreis und in Ulm dafür ein, dass Kindergärten, Schulklassen oder Jugendgruppen auf landwirtschaftlichen Betrieben entdecken können, wo Lebensmittel herkommen. Die Ansprechpartner sind zu finden auf der Homepage:

www.ig-bauernhof-erleben.de



Gläserne Produktion

Die Gläserne Produktion wurde 1991 vom Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz ins Leben gerufen. Jedes Jahr kommen etwa 300.000 Verbraucher auf um die 400 Hoffeste. Hier sehen Sie, wo die Lebensmittel vor Ort herkommen und wer hinter der Landwirtschaft in der Region steckt. Alle Veranstaltungen in Baden-Württemberg sind zu finden unter:

www.gläserne-produktion.de

Gläserne Produktion

Demonstrationsbetriebe Ökolandbau

Zum bundesweiten Netzwerk „Demonstrationsbetriebe Ökolandbau“ gehört die Hofgemeinschaft Biotal im Eselsburger Tal. Hier können Schulklassen oder Erwachsenen-Gruppen bei einer Führung die Bio-Landwirtschaft näher kennen lernen.

Weitere Informationen unter:

<https://www.oekolandbau.de/bildung/exkursionen-auf-bio-hoeft/>



Notizen

Grid of dots for notes on page 80.

Grid of dots for notes on page 81.



FOTO MLR / Jan Potente

Impressum

Herausgeber

Landratsamt Heidenheim
Fachbereich Landwirtschaft
Forum Ernährung HDH

Felsenstraße 36
89518 Heidenheim

Tel.: 07321 321-1344
landwirtschaft@landkreis-heidenheim.de
www.forum-ernaehrung-hdh.de
www.landkreis-heidenheim.de

Texte

Daniela Schweikhart, Johanna Böll, Sarah Hausler

Konzeption und Gestaltung

Dreamland GmbH & Co. KG

Druck

Schlächter Druck GmbH

4. Auflage

3.000 Stück

Stand

November 2025

Bildnachweise

Titelseite: Shutterstock / Tatevosian Yana, Seite 5: Shutterstock / Romariolen,
MLR/Jan Potente, Markus Wolf, privat, Liwi Photographie,
Shutterstock, Adobe Stock

