

Preisliste/Bestellliste

Alle Zutaten sind biologisch oder regional von steirischen Bauern.

Diese köstlichen Speisen wurden nach dem Kochen in Gläser abgefüllt und eingekocht. Dadurch sind sie viele Monate ungekühlt haltbar!



- | | | | |
|--------------------------|--|--------|--------|
| <input type="checkbox"/> | Linsen-Kokos-Curry (vegan) | 315 g | € 7,50 |
| | rote Linse, Kartoffel, Süßkartoffel, Karotte, Zwiebel, Kokosmilch, Kokosöl, Zitronensaft, Currypulver, Salz
stärkt die Elemente Erde, Wasser, befeuchtet, stärkt Qi, Yin, Blut und Jing, neutral-warm | | |
| <input type="checkbox"/> | Orientalischer Linseneintopf (vegetarisch) | 310 g | € 7,50 |
| | rote Linse, Tomate, Zwiebel, Tomatenmark, Ghee, rote Dattel, Ingwer, Gewürze, Zitronensaft
stärkt die Elemente Feuer, Erde, Wasser, nährt das Yin, nährt Blut und Säfte, wärmend | | |
| <input type="checkbox"/> | Karfiol-Kartoffel-Suppe (vegan) | 290 ml | € 5,50 |
| | Karfiol, Kartoffel, Sellerie , Mandelmus, Zitronensaft, Tamari , Gewürze
stärkt die Elemente Holz, Erde, Metall, Wasser, stärkt das Qi, nährt das Yin, neutral-erfrischend | | |
| <input type="checkbox"/> | Quinoa-Eintopf mit Champignons (vegan) | 325 g | € 7,50 |
| | Quinoa, Süßkartoffel, Karotte, Kohlrabi, Zwiebel, Champignon, Tahin (Sesammus), Garam Masala, Öl, Salz
stärkt die Elemente Feuer, Erde, Metall, Wasser, nährt Blut, Yin und Jing, neutral-wärmend | | |
| <input type="checkbox"/> | Rindsgulasch | 310 g | € 8,50 |
| | Rindfleisch, Zwiebel, Ghee, Tomatenmark, Gewürze
stärkt die Elemente Feuer, Erde, Metall, stärkt Qi, nährt Blut und Yin, bewegt Qi und Blut, wärmend | | |
| <input type="checkbox"/> | Sauerkrauteintopf mit Linsen und Rindfleisch | 320 g | € 9,50 |
| | Rindfleisch, Rindsuppe (enthält Sellerie), Sauerkraut, Zwiebel, rote Linse, Ghee, Tomatenmark, Gewürze
stärkt die Elemente Erde, Metall, Wasser, stärkt und bewegt Qi, stärkt Yang, nährt Yin, Blut und Jing, neutral-wärmend | | |
| <input type="checkbox"/> | Gemüse mit Huhn und Mandelmus | 300 g | € 8,50 |
| | Hühnerbrustfleisch, Karotten, Kohlrabi, Quinoa, rote Paprika, Mandelmus , Gojibeeren, Ghee, Gewürze
stärkt die Elemente Erde, Holz und Metall, stärkt Qi und Blut, wärmend | | |
| <input type="checkbox"/> | Kokos-Curry mit Huhn und Gemüse | 300 g | € 8,50 |
| | Butternusskürbis, schwarzer Rettich, Lauch, Hühnerbrustfleisch, Quinoa, Kokosmilch, Ghee, Currypaste, Steinsalz
stärkt die Elemente Erde, Metall, stärkt Qi, Yang und Blut, bewegt Qi, wärmend | | |
| <input type="checkbox"/> | Quinoa mit schwarzen Bohnen (vegetarisch) | 280 g | € 7,50 |
| | Quinoa, schwarze Bohnen, Frühlingszwiebel, Tomaten, Ghee, Olivenöl, Gewürze
stärkt die Elemente Feuer, Erde, Metall, Wasser, nährt das Yin und das But, neutral-erfrischend
schmeckt auch kalt als Salat sehr gut! | | |
| <input type="checkbox"/> | Gemüsiges Chili con carne (mild) | 330 g | € 6,50 |
| | Rinderfaschiertes, Tomate, Kidneybohne, Kichererbse, Karotte, Stangensellerie, rote Paprika, Zwiebel, Ghee, Zitronensaft, Gewürze
stärkt sehr gut Qi, nährt Blut und Yin, wärmend | | |



- Rindfleischsugo** 330 g € 8,50
Rinderfaschiertes, Tomatensoße, Karotte, Zwiebel, Tomatenmark, Öl, Gewürze
stärkt die Elemente Holz, Erde, Wasser, stärkt das Yang und das Qi, nährt das Yin und das Blut,
wärmend

**Ich freue mich über deine Bestellung, die ich gerne
telefonisch, über WhatsApp oder per E-Mail entgegennehme.**

Email: katja@katjas-naehrreich.at

Telefon: 0664/4555201

Nachdem ich geprüft habe, ob alles vorrätig ist, melde ich mich wegen eines Termins für die Lieferung oder Abholung. Gib gerne schon bei der Bestellung deinen Wunschliefertermin und die Lieferadresse inkl. deinem Namen an.

Ab 10 Gläsern kostenfreie Lieferung innerhalb von Graz (das gilt pro Adresse, also auch für eine Sammelbestellung). 5 % Rabatt bei Abholung.

