



Landkreis
Heidenheim

Forum
Ernährung HDH

Entdecke den Ess-Genuss in der Heimat



Inhalt

Ein Statement des Landrats – Warum regional einkaufen?	4
Forum Ernährung HDH	5
Bio-Musterregion Heidenheim plus – eine ausgezeichnete Region im Ländle	6
Bio-Landwirtschaft – Was bedeutet das?	7
Salat im Siegel-Wald?	8
Bio – Wie erkenne ich es?	12
Einkaufen beim Bauern	14
Direktvermarkter und SB-Automaten	16
Was gibt's? – Die Produkte im Überblick	18
Entdeckertour zum Direktvermarkter um die Ecke	19
Dischingen	20
Gerstetten	24
Giengen	29
Heidenheim	31
Herbrechtingen	33
Hermaringen	37
Königsbronn	38
Nattheim	40
Niederstotzingen	42
Sontheim / Brenz	44
Steinheim	45
Querbeet – Obst und Gemüse aus heimischem Boden	50
Die fleißigen Bienen – Honig vom Imker	52
Schafe – Wollige Landschaftspfleger	54
Dort Essen wo's herkommt – Bauernhof-Gastronomie	57
Nix verschwenden	60
Klug geplant	62
Der Saisonkalender	64
Direktvermarktung online	68
Gewusst woher – Bauernhöfe laden ein	70
Impressum	73

Ein Statement des Landrats

Warum regional einkaufen?

Seit Jahrtausenden kommen Lebensmittel für den Menschen von dem, was auf den Feldern angebaut wird und von den Tieren, die zum Nutzen der Menschen gehalten werden. Im Landkreis Heidenheim bewirtschaften die Landwirtinnen und Landwirte mit rund 600 Bauernhöfen seit Generationen im Haupt- und Nebenerwerb etwa 26.000 ha landwirtschaftliche Nutzfläche. 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 und in den Ställen leben Rinder, Schweine, Schafe und Hühner. Bäuerinnen und Bauern sind Allround-Manager ihres Unternehmens. Sie benötigen Fachwissen in Boden- und Pflanzenkunde, Tierzucht und -haltung, Landmaschinenteknik, Betriebswirtschaft und Verwaltung. Das lernen sie im Ausbildungsberuf Landwirt oder die Schäfer im Beruf Tierwirt Fachrichtung Schäferei und in den Weiterbildungen zum Meister, Techniker oder Agraringenieur. 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 auf dem Teller. Sie genügen höchsten Qualitätsansprüchen und 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 zu der Herkunft und Qualität von Lebensmitteln und zur Ernährung. 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. In Zusammenarbeit mit dem Landeszentrum für Ernährung (www.landeszentrum-bw.de) setzt sich das Forum Ernährung HDH ein gegen Lebensmittelverschwendung. Mit den Landesinitiativen Bewusste Kinderernährung – BeKi, Mach's Mahl und Gläserne Produktion sowie dem Projekt Lernort Bauernhof des Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz 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



Bio-Musterregion

Heidenheim plus – eine ausgezeichnete Region im Ländle

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

Seit über 90 Jahren wird hier biologische Landwirtschaft aus Überzeugung betrieben. Heute werden im Kreis Heidenheim 12 Prozent der landwirtschaftlichen Flächen nach ökologischen Kriterien bewirtschaftet (Stand 2020). Besonders die Tierhaltung genießt dabei eine lange Tradition, sodass fast alle Bio-Betriebe Tiere als Teil ihrer Landwirtschaft halten. 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 finden Sie unter www.landkreis-heidenheim.de/Landkreis/Bio-Musterregion
www.biomusterregionen-bw.de/heidenheim
Facebook: [@Biomusterregion.Heidenheim.plus](https://www.facebook.com/Biomusterregion.Heidenheim.plus)

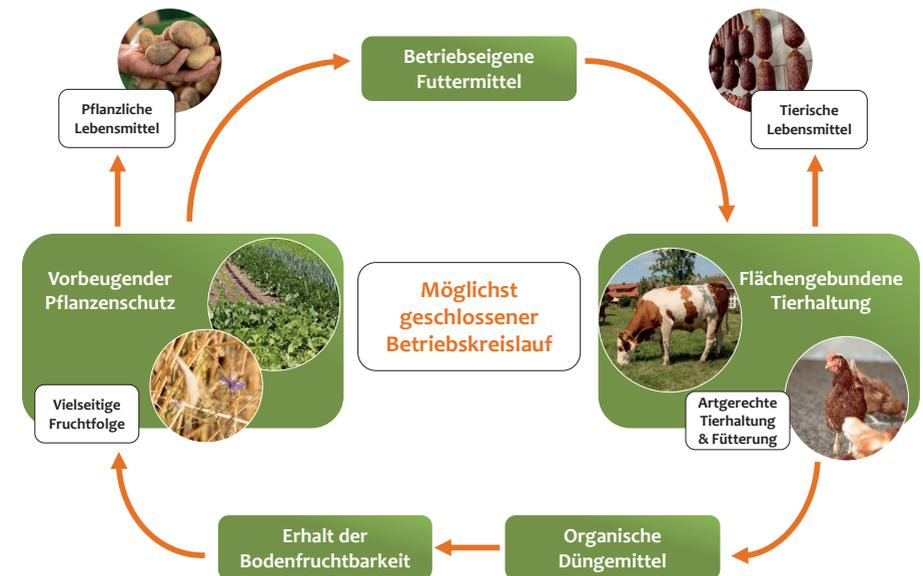
Melden Sie sich gleich an zum Newsletter „Wertpapier“:
Email an biomusterregion@landkreis-heidenheim.de



Bio-Landwirtschaft?

Was bedeutet das?

Das oberste Prinzip im ökologischen Landbau ist ein möglichst geschlossener natürlicher Nährstoffkreislauf. Am besten wird dieser 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 die 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 einem Gütezeichen unterliegen definierten Kriterien und werden von den Verbänden, Unternehmen oder von unabhängigen Kontrollstellen regelmäßig überprüft. 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 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 beispielsweise 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 bekommt mindestens einmal im Jahr Besuch von seiner Kontrollstelle und muss detailliert nachweisen, dass er sich an die EG-Öko-Verordnung hält. 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-VO:



Deutsches Bio-Siegel



EU Bio-Siegel

Verbands-Siegel: (eine Auswahl)



Bioland-Siegel



Naturland-Siegel



Demeter-Siegel

So schmeckt unsere Alb.

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

Einige Einzelhändler haben Partnerschaften mit regionalen Bio-Landwirten geschlossen und vermarkten deren Produkte in einem Regionalregal. Im Landkreis Heidenheim findet dies in Marktkauf- und Rewe-Märkten in Kooperation mit der Bio-Musterregion Heidenheim plus unter dem Slogan „So schmeckt die 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 Fleisch nur saisonal zu bestimmten Jahreszeiten. Daher können Sie diese Lebensmittel „ab Hof“ auf Vereinbarung einkaufen: einfach anrufen und einen passenden Termin vereinbaren. Oft gibt es dabei noch ganz nebenbei manche spannende Geschichte rund um die heimischen Lebensmittel zu erfahren ...

SB-Automat

Diese Automaten sind frei zugänglich, hier können Sie regionale Lebensmittel an 365 Tagen im Jahr kaufen. Die Automaten werden regelmäßig neu befüllt.



Hofladen



Ein Hofladen hat feste Öffnungszeiten. Das Angebot kann saisonal schwanken, auch ist die Breite des Sortiments unterschiedlich. Manche Hofläden verkaufen nur, was sie selbst erzeugt haben, andere bieten dem Kunden ein breiteres Sortiment mit zugekauften Produkten an.

Lieferservice



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

Wochenmarkt

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



Wochenmärkte im Kreis Heidenheim:

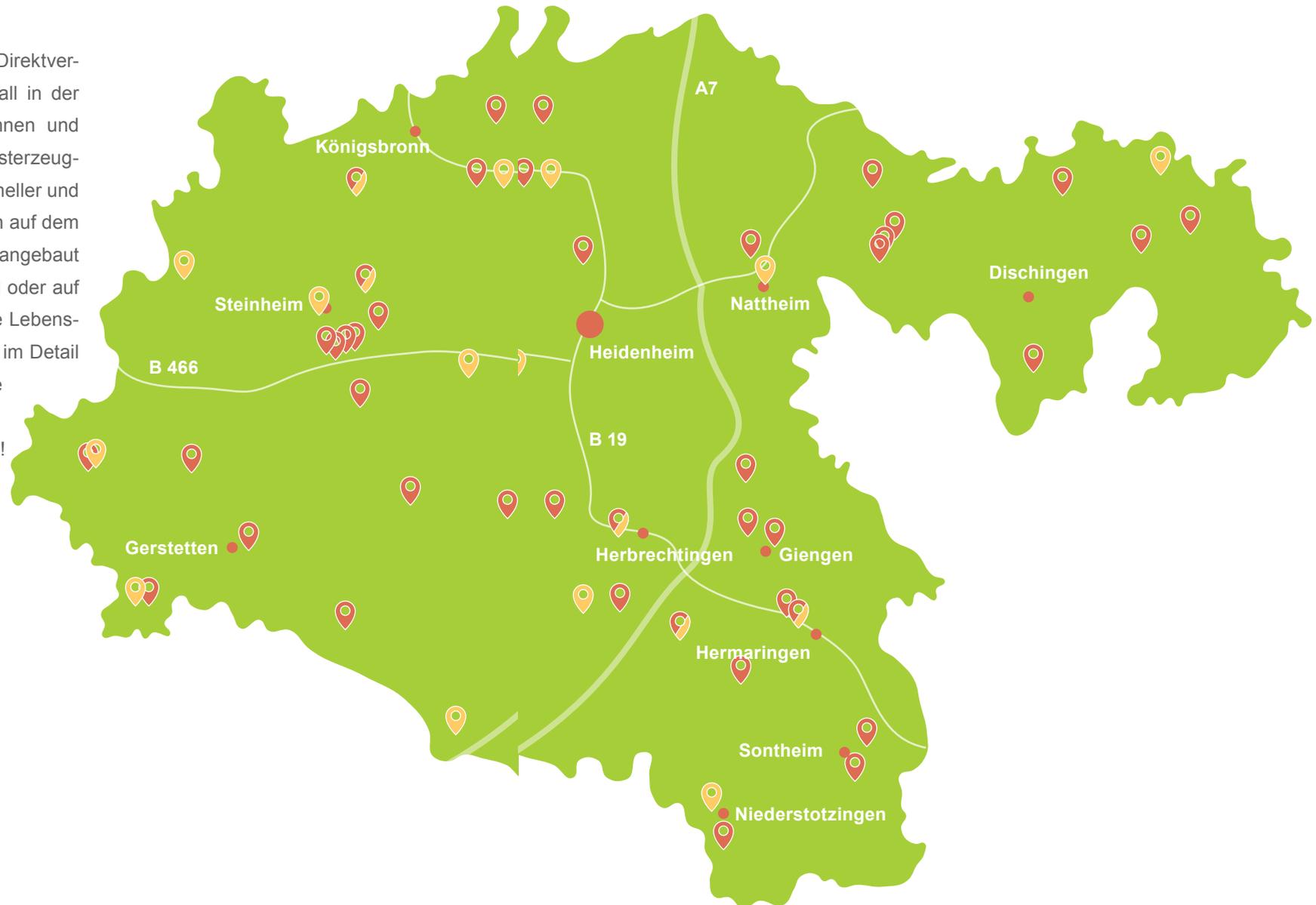
Gerstetten:	Freitag	13.00 – 17.00 Uhr
Heidenheim:	April-Oktober	
	Mittwoch	07.00 – 13.00 Uhr
	Samstag	07.00 – 13.00 Uhr
	November-März	
	Mittwoch	07.30 – 13.00 Uhr
	Samstag	07.30 – 13.00 Uhr
Herbrechtingen:	Freitag	11.00 – 16.00 Uhr
Königsbrunn:	Freitag	13.00 – 17.00 Uhr
Steinheim:	Mittwoch	09.00 – 13.00 Uhr
	Samstag	09.00 – 13.00 Uhr



Direktvermarkter und SB-Automaten

im Landkreis

Eigentlich ist der nächste Direktvermarkter gar nicht weit. Überall in der Region verkaufen Landwirtinnen und Landwirte ihre frischen selbsterzeugten Lebensmittel in konventioneller und Bio-Qualität. Welche Pflanzen auf dem nächstgelegenen Bauernhof angebaut werden, welche Tiere im Stall oder auf der Weide stehen und welche Lebensmittel verkauft werden, verrät im Detail die folgende Liste. Lassen Sie sich verführen von leckeren Angeboten aus nächster Nähe!



-  Direktvermarkter
-  SB-Automat
-  Direktvermarkter mit SB-Automat

Was gibt's?

Die Produkte im Überblick

Im Landkreis Heidenheim gibt es ein breites Sortiment an Lebensmitteln. Die Symbole geben einen schnellen Überblick über den Ess-Genuss in der Heimat.



Mehle /
Backwaren



Gemüse /
Obst



Milchprodukte



Säfte



Fleisch /
Wurstwaren



Eier



Kräuter / Gewürze /
Essige / Öle



Spirituosen /
Liköre



Beilagen /
Fertiggerichte



Honig /
Süßes



Sonstiges

Entdeckertour zum Direktvermarkter um die Ecke

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



FOTO Shutterstock / Halfpoint



Erzeuger mit diesem Zeichen sind barrierefrei zugänglich

Dischingen

Biohof Haußmann

 Ab-Hof-Verkauf, verschiedene Rewe-Märkte, Verkaufswagen (Talweg 2, Ballmertshofen)

 Nach telefonischer Vereinbarung, Verkaufswagen jederzeit

-  Kartoffeln, Linsen 
-  Bio-Getränke  Nudeln
-  Verschiedene Öle
-  Samen, Buchweizen, Haferflocken, Lupinenkaffee, Sonnenblumenkerne
-  Dinkelkorn und -vollkornmehl, Haferflocken

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



Johannes Haußmann

 SB-Eierhäusle, Ab-Hof-Verkauf

 Eierhäusle jederzeit,
Weihnachtsbäume
ab 1. Adventswochenende
nachmittags
ab 2. Adventswochenende
ganztags

-  Freiland-Eier
-  Nudeln
-  Weihnachtsbäume,
Deck- und Schmuckreisig

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



Behnles Hofwägele



Honig, Fruchtaufstriche,
Bauernhofeis



 SB-Hofladen

 **SB-Hofladen:**
Jederzeit

Lernort Bauernhof



Essig, Rapsöl, Kräutersalze



Wurst eigener Schweine,
Rindfleisch auf Bestellung



Rostschilder, Dekoartikel,
Geschenkkörbe, Hanfsamen



Kartoffeln



Eier



Nudeln,
Müsli



Käse



Mehl



Getränke

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



Härtsfelder Naturprodukte

FELBER



📍 Hofladen, Einzelhandel, Gastronomie,
Wochenmarkt Weißenhorn

🕒 **Hofladen:**
Mo – Fr 07.30 – 12.30 Uhr
15.00 – 18.00 Uhr
Sa 07.30 – 14.00 Uhr

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



Eier aus Boden- und
(ab 2022) aus Freilandhaltung



Gewürze, Salatwürze „Pronto
Salata“ süß-sauer und kräuter-
würzig, Kartoffelsalat-Essig



Mehl, Brotbackmischungen



Frischei-
Nudeln

Prinzenmühle

📍 Hofladen, Lieferdienst,
Postversand, Einzelhandel

🕒 **Hofladen**
Nach telefonischer Vereinbarung



Rapsöle, WE Holl Rapsöl,
Gewürzöle, Hanföl, Leinöle, wei-
tere Hanf - und Rapsölprodukte



Hanf geschält, Hanf-Protein-
shakes natur und geröstet

Ölmühlenbesichtigung mit Verkostung
(Nov - April)

Familie Abele · Prinzenmühle 1 · 89561 Dischingen/Dunstelkingen
07327 / 6139 · info@abele-rapsoel.de · www.abele-rapsoel.de



FOTO Shutterstock / Alexander Prokopenko



FOTO Shutterstock / shakim888

Q-Hof



📍 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



Weihnachtsbäume

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

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

Gerstetten



FOTO MLR / Jan Potente

Bio-Hof Aigner



- Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung, Bio-Regal (Rewe und Marktkauf), Landhandel Ralf Günther, Gerstetten, verschiedene Märkte
- Nach telefonischer Vereinbarung, während Mostereibetrieb Fr 14-17 Uhr

- Dinkelino, Mehl
- Aronia-Saft (1,5/ 3l Bag-in-Box), Apfelsaft (Bag-in-Box)
- Aronia: Sirup (0,5l), Gelée (180 und 270g), Konfitüre (180 und 270g), Apfelgelée
- Aronia: Likör (0,35l), Geist
- Alblinsen

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



Biohof Dauner



- SB-Automat, Milchautomat, auf Vorbestellung, 1. Samstag im Monat Hofmarkt Einzelhandel und Gastronomie
- Automaten:** Jederzeit

Gutscheine, Geschenkkörbe

- Mehl (Weizen, Dinkel, Einkorn)
- Milch, Rohmilch, Rohmilchkäse
- Rindfleisch (special cuts), Rinderwurst (100% Rindfleisch): Landjäger, Salami, Lyoner, Schinkenwurst, etc., Suppenhühner
- Linsen
- Apfelsaft
- Eier

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



Haible's Hühnerhof



- Hofladen, Wochenmarkt HDH, Gerstetten und Altheim/Alb, Lieferdienst, Einzelhandel
- Hofladen:** jede 2. Woche Do
Wochenmarkt Heidenheim, Gerstetten, Altheim
Lieferdienst Donnerstags

- Nudeln, Spätzle
- Honig, Hägemark
- Geflügelfleisch
- Suppeneinlagen, Olivenöl
- Eier
- Linsen
- Eierlikör

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



Schäferei Banzhaf GbR



Ab-Hof-Verkauf

Nach telefonischer Vereinbarung



Lammfleisch



Lamm- und Schaffelle

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



Streuobstmanufaktur Gerstetter Alb



Hofladen, Wochenmarkt Gerstetten, HDH

Hofladen:
Do 15.00 – 18.00 Uhr
Und nach telef. Vereinbarung

Lohnmosterei, Führungen



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



Bio-Käse



Perlwein



Öl, Essig



Weihnachtsbäume



Bio-Obst,
Gemüse



Gelée, Honig,
Hägemark,
Fruchtaufstriche

Thomas Junginger · Emerstetter Weg 1 · 89547 Gerstetten
07323 / 6836 · Mobil: 0171 / 5291511
thomas.georg.junginger@googlemail.com · www.streuobst-manufaktur-gerstetten.de

Hochsträßhof



SB-Hofladen

Jederzeit

EU-Schlachtbetrieb



Eier



Kartoffeln



Nudeln



Honig, Bauernhofeis



Rind- und Schweinefleisch, Dosenwurst

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



FOTO Shutterstock / Dmitry Kalinovskiy

Hoflädle im Holzschuppen



SB-Hofladen

SB-Hofladen:
Täglich 07.00 Uhr – 21.00 Uhr

Rastplatz am Albschäferweg



Eis



Getränke



Wurst vom
Falkensteiner Freilaufschwein



Hartmut und Annette Kümmerle · Domäne Falkenstein 1 · 89547 Gerstetten
07324 / 2838 · kuemmerle-falkenstein@t-online.de · www.domaene-falkenstein.de



Wiesäckerhof



SB-Hofladen

Täglich 07.00 – 19.00 Uhr



Nudeln



Kräuter



Eier, gefärbte Eier



Honig



Kartoffeln, Gemüse



Rindfleisch, Suppenhühner

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



Ziegenhof Hahn

Auf Vorbestellung, regionale Märkte
(z.B. Weihnachtsmarkt Gerstetten)

Nach telefonischer Vereinbarung



Fleisch vom Ziegenkitz,
Wurstwaren, Rauchfleisch



Ziegenfelle

Hoffest „Goißsafescht“ alle gerade Jahre

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

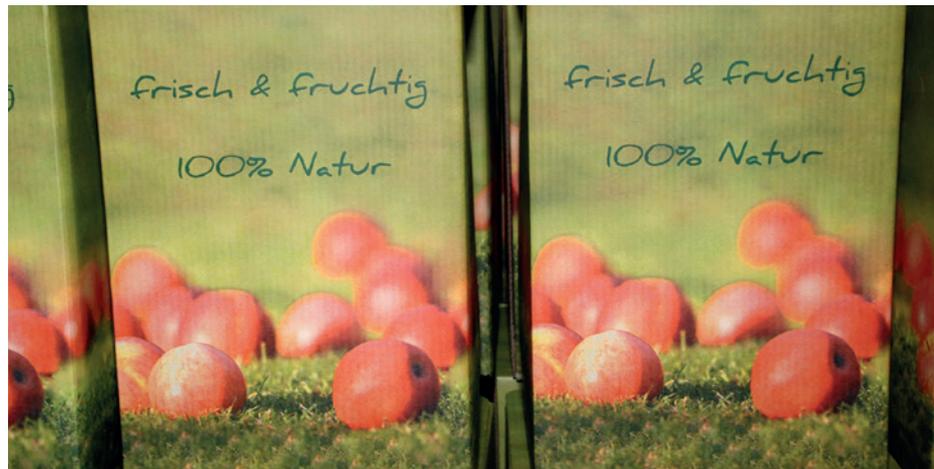


FOTO Streubstmanufaktur Gerstetter Alb / Thomas Junginger

Giengen



FOTO Shutterstock / N-sky

Bischofsbauernhof

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

Jederzeit



Nudeln



Eier



Kartoffeln, Äpfel



Eis



Milchprodukte



Suppenhühner, Geflügelwurst, Hühnersuppe
im Glas, Dosenwurst, Grillfleisch

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



Demeterhof Schloss Burgberg



Ab-Hof-Verkauf, Fleisch auf Vorbestel-
lung, Einzelhandel (Bio-Mäck, Zwiebel &
Co, Rewe, Marktkauf)

Nach telefonischer Vereinbarung



Eier



Kartoffeln, Linsen



Sonnenblumen-, Raps-,
Leindotteröl



Rind-, Wildfleisch

Walter und Benedikt Badmann · Schloß 1 · 89537 Giengen/Burgberg
Mobil: 0176 / 2606595 · schlossgut@t-online.de

Imkerei Fehn

 Hofladen, Lieferdienst

 Nach telefonischer Vereinbarung



Honig, Propolis,
Blütenpollen



Kosmetik, Bienenwachstücher

Stefan Fehn · Schwage Str. 23 · 89537 Giengen
07322 / 9049852 · info@imkerei-fehn.de · www.imkerei-fehn.de

Schäferei Stegmayer

 Ab-Hof-Verkauf

 Nach telefonischer Vereinbarung



Lammfleisch 1/2 Lamm küchen-
fertig zerlegt, Teilstücke bei der
Metzgerei Renner, Hohenmem-
mingen



Schaf-/Lammfelle, Fellprodukte,
Märchenwolle

Lernort Bauernhof

Josef und Marliese Stegmayer · Brunnenfeld 8 · 89537 Giengen
07322 / 932217 · josef-und-marliese-stegmayer@t-online.de



FOTO Shutterstock / majeczka

Heidenheim



FOTO Markus Benz

Benz Weihnachtsbäume



 Ab-Hof-Verkauf

 Ab Mitte Nov täglich 08.00 – 19.00 Uhr



Weihnachtsbäume,
Heu + Stroh in Kleinballen

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

Kunstmühle Benz



 Mühlenladen

 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

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



Müslis,
Nudeln



Sämereien

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



Talhof



SB-Automat am Hof, Einzelhandel (Rewe, Marktkauf, Edeka, Biothek, Unverpackt Tante Heidi), Gastronomie (Cafe Samocca, Löwen Zang)

SB-Automat:
Jederzeit



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



Salami

Talhofcafé, Lernort Bauernhof (Talhof erLeben e.V.), Antiquariat, kulturelle Veranstaltungen

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



FOTO MLR / Jan Potente

Herbrechtingen



BioBihlmaier



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, Lamm, Wurstwaren



Fertiggerichte, Nudeln



Schnaps



Getreide, Mehle



Leindotteröl



Eier



Linsen



Honig, Marmelade

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



Biototal Hofgemeinschaft



Hofladen, Lieferservice „Milchmobil“

Hofladen, Hofcafé:
Mo – Fr 08.30 – 18.30 Uhr
Sa 07.30 – 16.00 Uhr

Hofcafé, Demonstrationsbetrieb Ökolandbau



Nudeln



Eis



Getreide, Brot, Mehl



Eier



Apfelsaft



Milch, Joghurt, Käse, Quark



Fleisch, Wurst



Salat, Kartoffeln, Gemüse

Familie Bosch · Talstraße 23 · 89542 Herbrechtingen/Eselsburg
07324 / 5805 · biotal@milchmobil.de · www.milchmobil.de



Froschbaur

📍 Hofladen, Verkaufshäuschen

🕒 **Hofladen:**
 Mo, Di, Mi 16.00 – 19.00 Uhr
 Do, Fr 08.30 – 12.00 Uhr
 13.00 – 18.00 Uhr
 Sa 08.30 – 12.00 Uhr
Verkaufshäuschen: jederzeit

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



Eier



Getreide
(Hafer, Gerste, Weizen)



Erbsen, Mais,
Kartoffeln, Zwiebeln



Heu + Stroh in Kleinballen,
Hühnermischfutter aus
eigener Herstellung



Bio-Gartenbau Hamann

📍 Hofladen, Wochenmarkt HDH,
Einzelhandel (Biothek)

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

Ausbildungsbetrieb, Einsatz von Effektiven
Mikroorganismen (EM)

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



Jungpflanzen



Topfkräuter



Diverse Gemüse, Obst



FOTO MLR / Jan Potente

Hofbauer Hausen



📍 SB-Automat,
2. Samstag im Monat Backtag

🕒 **SB-Automat:** Jederzeit
Backtag: Sommer 9-18 Uhr
 Winter 9-13 Uhr

Kindergeburtstage, Backtag



FOTO Hofbauer Hausen

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



Fleischfertiggerichte im Glas,
Grillgut, Rindfleischpakete, Wurst



Limsen, Kartoffeln,
Zwiebeln



Speise- und Zierkürbisse,
Blumenkränze und -sträuße



Rohmilch,
Milchprodukte



Nudeln



Eier



Honig, Konfitüre



Backtag: Holzofenbrot, Kuchen, Torten

Hofgut Bernau



📍 Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung

🕒 Nach telefonischer Vereinbarung



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

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





FOTO Shutterstock / Süßbofina Anna

Hermaringen



FOTO MLR / Jan Potente

Hof-Metzgerei Bosch



 Hofladen, SB-Automat



Fleisch und Wurstwaren aus eigener Aufzucht und Schlachtung

 **Hofladen:**

Do	09.00 – 12.00 Uhr
Fr	09.00 – 12.00 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr
Sa	07.30 – 12.00 Uhr

Partyservice, Lohnschlachtere

Karl Bosch · Karlstraße 14 · 89568 Hermaringen · 07322 / 23160



Maiers Moschde



 Hofladen



Apfelsaft, Mischsäfte, Most,
Zur Weihnachtszeit: Apfel- und
Birnenpunsch

 **Hofladen:**

Sa	09.30 – 12.30 Uhr
----	-------------------



Glühmost

Lohnmosterei, Geschenkkörbe,
Gutscheine auf Vorbestellung

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



Königsbronn



FOTO Shutterstock / Tballa

Biolandhof Familie Jennewein



Eier-Aktie (Jahres-Abo), Ab-Hof-Verkauf, Wochenmärkte und Lieferung an versch. Depots. Gemüseabnahme in einer Solawi

Ab-Hof: Fr 17-18 Uhr
Wochemarkt: Königsbronn Fr
 Oberkochen Sa

Solawi = gemeinschaftsgetragene Landwirtschaft. Informationen unter www.solidarische-landwirtschaft.org

Björn Jennewein · Hauptstr. 13 · 89551 Königsbronn/Ochsenberg
 07328 / 9249880 · biolandhof-ochsenberg@web.de



Eier



Fleisch und Wurst von Huhn, Ziege und Freiluft-Schwein



Gemüse

Bio Fähnle



Hofladen, SB-Automat auf dem Hof und im Wental, Markttermine siehe Homepage

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

Betriebsführungen, Workshops, Vorträge, Lernort Bauernhof

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

(Nur SB-Automat)



Regionale Honige, Honigbonbons



Speisegetreide, Dinkelmehle



Met



Kosmetik mit Bienenprodukten, Bienenwachskerzen, Geschenksets

Forst-BW - Forstbezirk östliche Alb



Ab-Hof-Verkauf nach Vorbestellung, Lieferung nach Absprache



Wildfleisch (auch küchenfertig zerlegt): Reh (1.5.-31.1.), Wildschwein ganzjährig

Ansprechzeiten:

Mo – Fr 08.00 – 11.30 Uhr
 Mo – Do 13.30 – 16.00 Uhr

Stürzelweg 10 · 89551 Königsbronn/Itzelberg · 07328 / 8034950 · oestliche-alb@forstbw.de · www.forstbw.de



Wiesenhof, Bauernmarkt & Vesperstube



Hofladen, Vesperstube mit Biergarten



Wurstsorten, Wurstsalat, Griebenschmalz, Sülze, Schinkenwurst, Salami

Vesperstube:

Di + Fr 14.00 – 20.00 Uhr



Gsälz verschied. Sorten



Nudeln, Maultaschen

Im Sommer Schwäbisch Hällisches Land-schwein vom Grill ab 17 Uhr.



Weizen-, Dinkelbrote aus dem Steinbackofen, Brötchen und Briegel (freitags)



Milchprodukte vom Albhof

Fridl Konold · Wäldlesacker 1 · 89551 Königsbronn/Itzelberg
 07328 / 6380 · konold-wiesenhof@t-online.de



(Nur Hofladen)



FOTO Shutterstock / id-art

Nattheim



FOTO Bictal Hofgemeinschaft

Bauernhofeis



Hofladen, Einzelhandel, Gastronomie



Bauernhofeis

Hofladen:

Fr 14-17 Uhr
Sa 10-13 Uhr

F. und M. Schauz · Dischinger Straße 9 · 89564 Nattheim/Fleinheim · 07327 / 6173 · fm-schauz@web.de

Härtsfelder Imkerschule



Saisonale Märkte, Lieferdienst, Einzelhandel



Honig in versch. Sorten

Nach telefonischer Vereinbarung



Met

Führungen an Bienenvölkern



Bienenwachs

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

Landhof Maurer



SB-Hofladen



Wurstdosens aus eigener Schlachtung

Jederzeit



Eier



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



Milch, Butter

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



Neubauerhof



Wochenmarkt Heidenheim,
Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung



Torten, Kuchen, Hefegebäck,
saisonales Gebäck

Wochenmarkt:
Heidenheim Samstags



Konfitüre

Lernort Bauernhof „Vom Korn zum Brot“,
Bewirtschaftungsraum für Gruppen mit Kaffee und
Kuchen oder Salziges aus dem Ofen

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



Schäferei Wiedenmann



Hofladen, Ab-Hof-Verkauf auf
Vorbestellung



Fleisch von halben oder
ganzen Lämmern

Nach telefonischer Vereinbarung



Schaf- und Lammfelle, Fellschuhe,
Wollsocken, Filzwohle, Schafsmilch-
seife, viele weitere Naturprodukte

Lernort Bauernhof

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



Niederstotzingen

Andreas Graf



📍 SB-Automat, Kartoffelkiste



Eier

🕒 Jederzeit



Linsen, Kartoffeln, Spargel (Saison)

Andreas Graf · Stettener Str. 27 · 89168 Niederstotzingen/Oberstotzingen



Klaiber

📍 Ab-Hof-Verkauf



Erdbeeren,
Wassermelonen

🕒 Je nach Saison, siehe Homepage



Weihnachtsbäume

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



Nollerhof



📍 Ab-Hof-Verkauf



Kartoffeln



Apfelsaft



Eier

🕒 Jederzeit



Ziegenmilch, -käse



Fleisch vom Kitz und Weiderind

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



FOTO Shutterstock / mcajan

Sontheim / Brenz



FOTO Eignuss / Thomas Haide

Blumen Ertle



Gärtnerei, Blumengeschäft, Wochenmarkt, Café + Restaurant

Café + Restaurant:

Di – Fr 09.00 – 12.30 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
Sa 08.00 – 13.00 Uhr

Wochenmarkt:

Ulm Mi + Sa
Dornstadt Fr Gastronomie



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



Pflanzen, Blumen



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

Eisgenuss vom Brenztal



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



Bauernhofeiss, Eistorten, Eis im Glas

Eishäusle:

Ganztags

Hofladen:

Sa 10.00 – 12.00 Uhr (März - Dez)

Eishäusle am Brenz-Radweg

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



(Nur Eishäusle)

Steinheim



FOTO MLR / Jan Potente

Bioland Sonnenhof



Eier aus Freilandhaltung mit Bruderhahn-Aufzucht



Hofmarkt, Wochenmarkt HDH, Steinheim



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

Hofmarkt:

Fr 15.00 – 17.30 Uhr



Kartoffeln

Wochenmarkt:

Heidenheim Mi
Steinheim Sa



Naturkostsortiment



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

Biolandhof Mack



Naturkostsortiment



Hofladen, Hofmarkttag



Kartoffeln, Gemüse, Obst, Erdbeeren

Fr 10.00 – 18.00 Uhr



Käsetheke



Vollkornbrote, Brote, Backwaren aus hofeigenem Getreide im Steinbackofen gebacken, Getreide, Mehle

Führungen für Gruppen auf Anfrage

Hans-Peter Mack · Knillweg 9 · 89555 Steinheim/Sontheim
07329 / 5620 · biohof-mack@t-online.de · www.bio-landhof-mack.de

Gärtnerei Pommerenke

 Hofladen, Wochenmärkte

 **Hofladen:**
Di – Fr 09.00 – 12.00 Uhr
14.00 – 17.00 Uhr

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

 Frischgemüse

 Floristik und Trauerfloristik,
Beet- und Balkonpflanzen



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

Hofladen Junginger

 Hofladen

 Mo, Mi – Fr 08.00 – 18.00 Uhr
Sa 08.00 – 14.00 Uhr

 Konfitüre, Honig  Nudeln

 Eier
(Bodenhaltung)  Rapsöl

 Kartoffeln  Wurst

 Brot, Brötchen, Kuchen,
Hefengebäck



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

Schafhof Smetana



 Hofladen, SB-Automat

 **Hofladen:**
Fr 14.00 – 17.00 Uhr
Sa 09.00 – 12.00 Uhr

SB-Automat: Jederzeit

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

 Lammfelle, Wolle zum Stricken
und Filzen

 (Nur Hofladen)

Lernort Bauernhof, Führungen für Gruppen
und Vereine, offene Stalltür bei Ladenöffnung,
Rastplatz am Albschäferweg
Familie Smetana · Busentalhalde 1 · 89555 Steinheim
07329 / 7200 · info@schafhof-steinheim.de · www.schafhof-steinheim.de

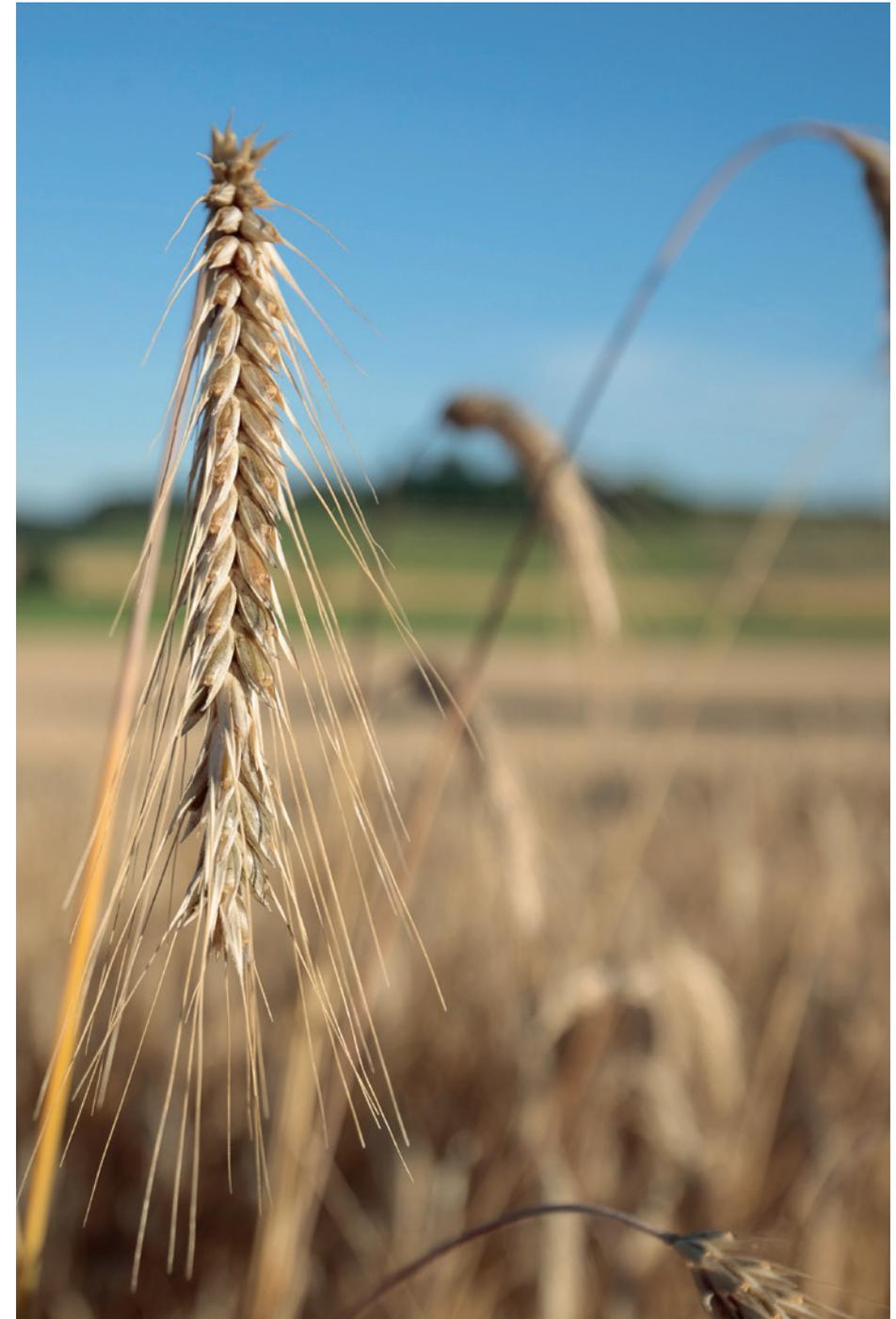


FOTO MLR / Jan Potente

Bio geMÄH!t®

Bio geMÄH!t

- Ab-Hof Verkauf, Lieferservice
- Nach telefonischer Vereinbarung

- Most
- Dörrobst
- Obstbrände



Dr. Thomas Elenz · Hochfeldweg 42 · 89555 Steinheim · Mobil: 0171 / 7284864 · twaelenz@gmail.com



Kraterhof

- SB-Hofladen
- Jederzeit

- Kartoffeln
- Ziegenfelle
- Ziegenkitzfleisch
- Apfel-/Birnsaft

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



Demeter Imkerei



- Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung, Webshop, Einzelhandel
- Nach telefonischer Vereinbarung

- Honig

Günter Friedmann · Küpfindorf 37 · 89555 Steinheim/Küpfindorf
07329 / 1495 · guenter.friedmann@imkerei-friedmann.de · www.imkerei-friedmann.de

Biohof Niederberger



- SB-Hofladen, auf Vorbestellung
- Jederzeit

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

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



FOTO Shutterstock / Andrii Yalanskyi

Querbeet

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
- 🍏 Hier sieht's aus wie Kraut und Rüben
- 🍏 Junges Gemüse
- 🍏 Jedes Böhnchen gibt ein Tönchen



Blumen Ertle



📍 Gärtnerei, Blumengeschäft, Wochenmarkt, Café + Restaurant

🕒 **Café + Restaurant:**
Di – Fr 09.00 – 12.30 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
Sa 08.00 – 13.00 Uhr

Wochenmarkt:
Ulm Mi + Sa
Dornstadt Fr Gastronomie



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



Pflanzen, Blumen



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

Bio-Gartenbau Hamann



📍 Hofladen, Wochenmarkt HDH, Einzelhandel (Biothek)

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



Jungpflanzen



Topfkräuter



Diverse Gemüse, Obst

Ausbildungsbetrieb, Einsatz von Effektiven Mikroorganismen (EM)

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



Gärtnerei Pommerenke

📍 Hofladen, Wochenmärkte

🕒 **Hofladen:**
Di – Fr 09.00 – 12.00 Uhr
14.00 – 17.00 Uhr

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



Frischgemüse



Floristik und Trauerfloristik, Beet- und Balkonpflanzen



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

Die fleißigen Bienen

Honig vom Imker

Der Fleiß der Bienen ist sprichwörtlich. Ab Temperaturen von 12°C fliegen sie unermüdlich in einem Radius von etwa 2 Kilometern rund um den Bienenstock von Blüte zu Blüte. Dabei sammeln sie Pollen und den Nektar für ihren Nachwuchs und den Wintervorrat und bestäuben dabei die Blüten von Zier- und Nutzpflanzen.

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 Frühjahrsblüte 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 Lucasceno



Bio Föhnle



- Hofladen, SB-Automat auf dem Hof und im Wental, Markttermine siehe Homepage
- Hofladen:** Mi 9-12 Uhr, Fr 15-18 Uhr, größere Mengen auf Vorbestellung, Abholung nach Vereinbarung

Betriebsführungen, Workshops, Vorträge, Lernort Bauernhof



Regionale Honige, Honigbonbons



Speisegetreide, Dinkelmehle



Met



Kosmetik mit Bienenprodukten, Bienenwachskerzen, Geschenksets



(Nur SB-Automat)

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

Härtfelder Imkerschule



- Saisonale Märkte, Lieferdienst, Einzelhandel

- Nach telefonischer Vereinbarung

Führungen an Bienenvölkern



Honig in versch. Sorten



Met



Bienenwachs

Gerhard Moll · Mühlweg 14 · 89564 Nattheim/Fleinheim
09077 / 708728 · info@haertfelder-imkerschule.de · www.haertfelder-imkerschule.de

Imkerei Fehn

- Hofladen, Lieferdienst

- Nach telefonischer Vereinbarung



Honig, Propolis, Blütenpollen



Kosmetik, Bienenwachstücher

Stefan Fehn · Schwage Str. 23 · 89537 Giengen
07322 / 9049852 · info@imkerei-fehn.de
www.imkerei-fehn.de

Demeter Imkerei

- Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung, Webshop, Einzelhandel

- Nach telefonischer Vereinbarung



Honig



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

Schafe

Wollige Landschaftspfleger

Die Ostalb ist geprägt von den Wacholderheiden, die Heidenheim den Namen gaben. Seit Jahrhunderten sind Schäferinnen und Schäfer mit ihren Schafen und oft auch einigen Ziegen bei Wind und Wetter unterwegs und pflegen diese typische Kulturlandschaft auf der Schwäbischen Alb, die sich hervorragend für aussichtsreiche Wanderungen eignet. Die Schafe geben Wolle und ihr Fleisch ist eine köstliche Spezialität der Region. Die Zubereitung von Lammfleisch ist leicht und das Aroma unvergleichlich.



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 von jungen Schlachttieren mit feinem aromatisch-mildem Geschmack und Herkunftsgarantie. Die regionale Spezialität wird in ausgesuchten Gasthäusern und Restaurants nach traditionellen Rezepten und in neuartigen Kreationen zubereitet und serviert. Weitere Informationen und leckere Rezepte von erfahrenen Küchenchefs finden Sie auf der Seite www.ostalblamm.de



FOTO Shutterstock / Lukas Gojda



FOTO Shutterstock / irafalenaRV

Schäferei Banzhaf GbR



Ab-Hof-Verkauf



Lammfleisch

Nach telefonischer Vereinbarung



Lamm- und Schaffelle

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



Schafhof Smietana



Hofladen, SB-Automat



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

Hofladen:

Fr 14.00 – 17.00 Uhr

Sa 09.00 – 12.00 Uhr

SB-Automat: Jederzeit



Lammfelle, Wolle zum Stricken und Filzen

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

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

(Nur Hofladen)



FOTO LEV / Vanessa Liebrich-Krismann

Schäferei Stegmayer

 Ab-Hof-Verkauf

 Nach telefonischer Vereinbarung



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



Schaf-/Lammfelle, Fellprodukte, Märchenwolle

Lernort Bauernhof

Josef und Marliese Stegmayer · Brunnenfeld 8 · 89537 Giengen
07322 / 932217 · josef-und-marliese-stegmayer@t-online.de

Schäferei Wiedenmann

 Hofladen, Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung

 Nach telefonischer Vereinbarung



Fleisch von halben oder ganzen Lämmern



Schaf- und Lammfelle, Fellschuhe, Wollsocken, Filzwolle, Schafsmilchseife, viele weitere Naturprodukte

Lernort Bauernhof

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



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 der Familie oder mit Freunden.



FOTO Shutterstock / nqemini

Biotal Hofgemeinschaft



Hofladen, Lieferservice „Milchmobil“

Hofladen, Hofcafé:
Mo – Fr 08.30 – 18.30 Uhr
Sa 07.30 – 16.00 Uhr

Hofcafé, Demonstrationsbetrieb Ökolandbau



Nudeln



Eis



Getreide,
Brot, Mehl



Eier



Apfelsaft



Milch,
Joghurt,
Käse, Quark



Fleisch, Wurst



Salat, Kartoffeln,
Gemüse



Familie Bosch · Talstraße 23 · 89542 Herbrechtingen/Eselsburg
07324 / 5805 · biotal@milchmobil.de · www.milchmobil.de



Blumen Ertle

Gärtnerei, Blumengeschäft, Wochenmarkt,
Café + Restaurant

Café + Restaurant:
Di – Fr 09.00 – 12.30 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
Sa 08.00 – 13.00 Uhr

Wochenmarkt:

Ulm Mi + Sa
Dornstadt Fr

Gastronomie



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



Pflanzen, Blumen



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



Q-Hof

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

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



Käse: Tilsiter, Bergkäse



Weihnachtsbäume



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

Wiesenhof, Bauernmarkt & Vesperstube

Hofladen, Vesperstube mit Biergarten

Vesperstube:
Di + Fr 14.00 – 20.00 Uhr

Im Sommer Schwäbisch Hällisches Land-
schwein vom Grill ab 17 Uhr.



Wurstsorten, Wurstsalat, Grie-
benschmalz, Sülze, Schinken-
wurst, Salami,



Gsälz verschied. Sorten



Weizen-, Dinkelbrote aus dem
Steinbackofen, Brötchen und
Briegel (freitags)



Milchprodukte vom Albhof



Nudeln, Maultaschen



Fridl Konold · Wäldlesacker 1 · 89551 Königsbrunn/Itzelberg
07328 / 6380 · konold-wiesenhof@t-online.de



(Nur Hofladen)



Nix verschwenden

Tipps für den Vorrat

Alle Lebensmittel aufessen und nichts verderben lassen oder wegwerfen – das ist ein großer Beitrag zum Klimaschutz!

- 💡 Einkaufen mit Plan und Köpfchen, nicht auf Verführungen hereinfliegen
- 💡 Ein Speiseplan ist professionell und bringt System in die Küchenplanung
- 💡 Kreative Reste-Rezepte finden sich überall im Internet
- 💡 Plattformen im Internet und in sozialen Netzwerken wie foodsharing.de oder toogoodtogo.de
- 💡 Einfach mal die Nachbarn fragen

Stöbern Sie doch mal auf den Seiten der Landes- bzw. Bundesinitiativen zum Thema Ernährung. Hier finden Sie nützliche Hinweise zu Lebensmitteln und gute Ideen zum nachhaltigen Umgang mit diesen:



www.machs-mahl.de



www.zugutfuerdietonne.de



www.lebensmittelwertschaetzen.de

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 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 für Sie zusammengetragen.

Lebensmittel	Lagerort	Haltbarkeit
Honig, Konfitüre, Liköre	Vorratsraum kühl, trocken, dunkel	1 Jahr +
Nudeln, Kartoffel, Äpfel, Wal-/Haselnüsse, Wintergemüse (Kürbis/Zwiebeln)	Kühler, trockener und dunkler Vorratsraum oder Keller	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 geht auch ein ungenutzter, gelüfteter Schrank in einem wenig beheizten Raum (z. B. Schlafzimmer, schattiger Balkon)

Der Notvorrat der Bundesrepublik

Um die Bevölkerung im Fall beispielsweise einer Naturkatastrophe versorgen zu können, hat die Bundesrepublik Deutschland große Notfallreserven eingelagert. Bis diese Maßnahmen aber greifen, ist jeder auf sich selbst gestellt. Deshalb empfiehlt der Bund, sich einen Notvorrat für etwa 10 Tage anzulegen. Dazu gehören Lebensmittel (auch kalt zu verzehren), Trink- und Brauchwasser sowie 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 genießbare Lebensmittel vorhanden sind. Das Notfallkochbuch „Kochen ohne Strom“ ist im Buchhandel erhältlich.

Weitere Informationen

www.ernaehrungsvorsorge.de

www.verbraucherportal-bw.de
> Essen/Trinken > Ernährungsnotfallvorsorge

Faustzahlen Mengenplanung Bedarf in 10 Tagen

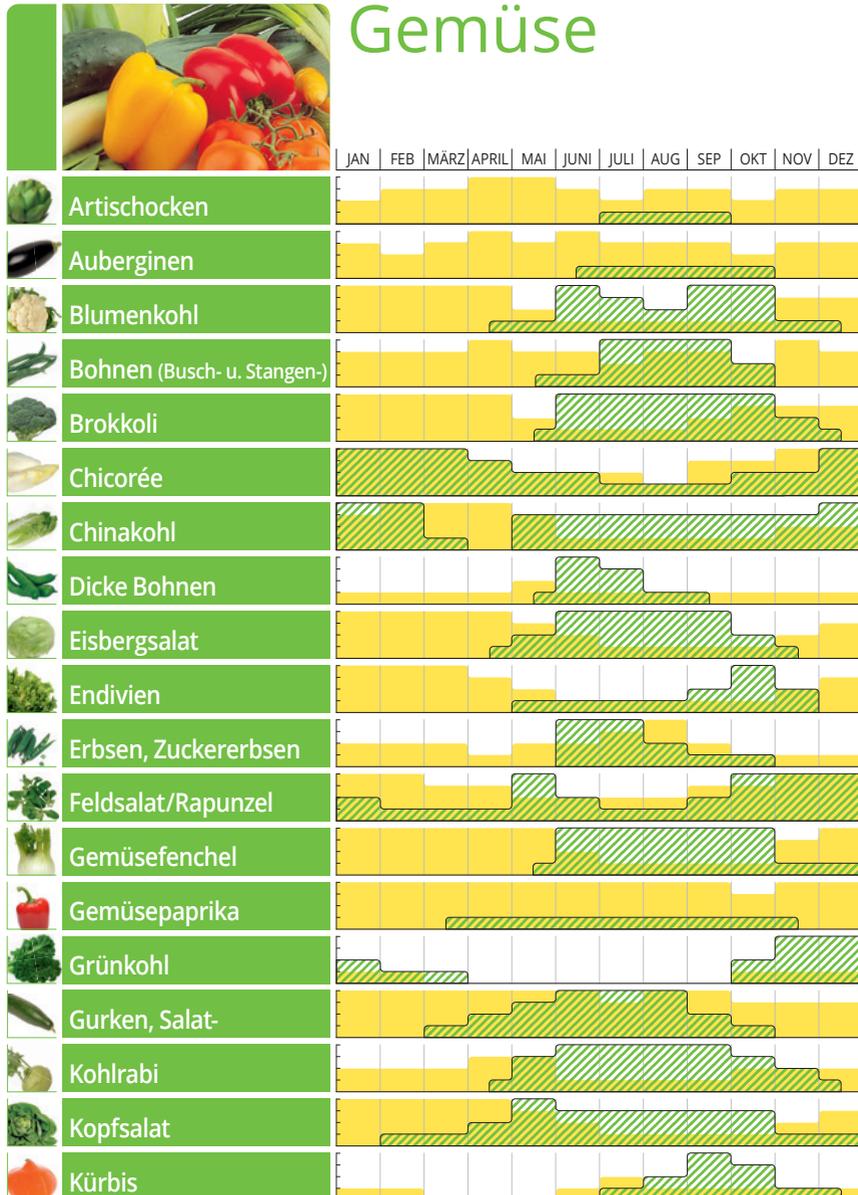
Für eine erwachsene Person	Menge
Brot, Kartoffeln, Nudeln, Reis	3,5 kg
Fleisch, Wurst, Fisch	1,1 kg
Gemüse, Hülsenfrüchte	4 kg
Obst	2,5 kg
Fette, Öle	0,5 kg
Milch, Milchprodukte	3 kg
Getränke	18 l

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

Ein Vorratsrechner für eine Notration findet sich unter www.notration-anlegen.de.

Der Saisonkalender

Gemüse

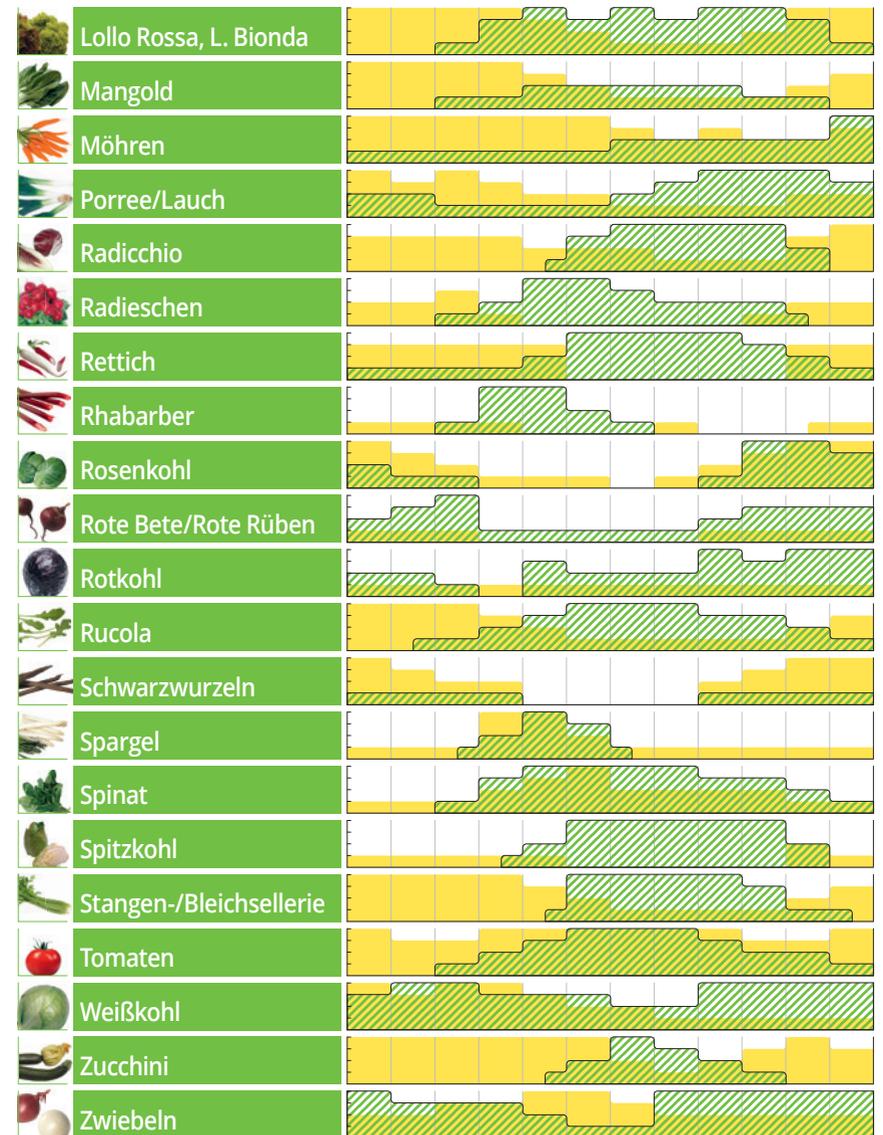


Erklärung



© 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

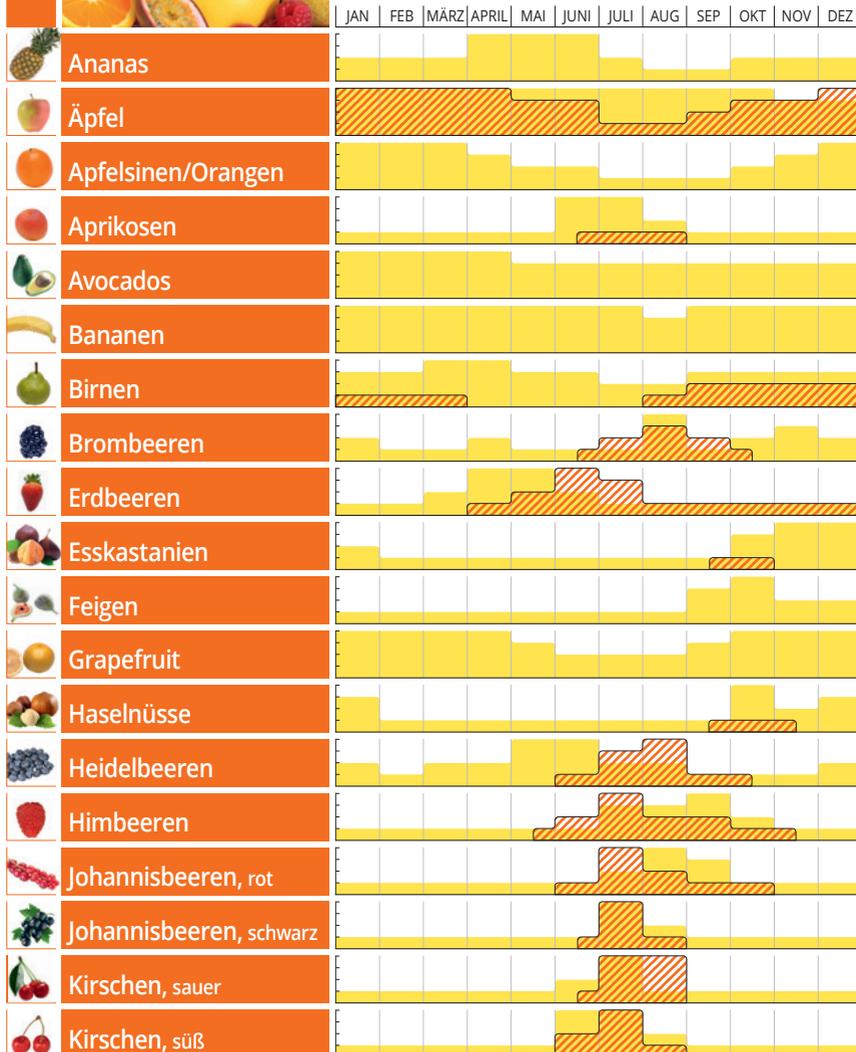


© BLE – Das Poster (Bestell-Nr. 3488) und das Taschenformat (Bestell-Nr. 3917) sind kostenfrei und bestellbar unter www.ble-medien-service.de. Die App zum Saisonkalender steht kostenfrei zum Download im Appstore von Apple und Google Play zur Verfügung.

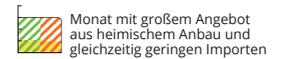
Der Saisonkalender



Obst

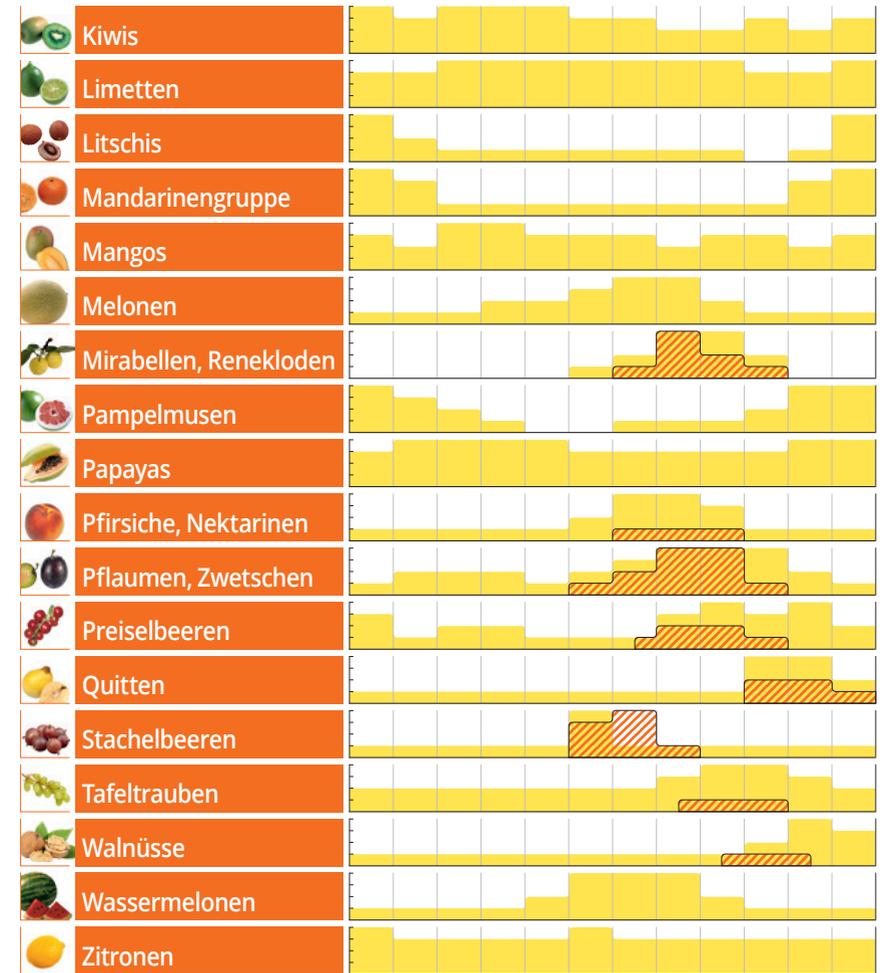


Erklärung



© 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



Direktvermarktung online

Landwirtschaftliche Direktvermarkter sind natürlich auch online präsent. Viele haben ihre eigene Homepage. Für den Einkauf auf dem Bauernhof gibt es regionale, landesweite und überregionale Portale. Zwei davon stellen wir an dieser Stelle genauer vor.



querfeldein.org
LEBENSMITTEL NEU ENTDECKEN

querfeldein.org

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 ist eine Auswahl der aktuellen Angebote oder Veranstaltungen zudem 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 „Natürlich Von Daheim“ des Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg finden sich direktvermarktende Bauernhöfe mit ihren Produkten, Bäckereien, Metzgereien, Schneckden-Süden-Gastwirte, Urlaubs-Bauernhöfe und 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 finden sind im Internet auf der Seite www.von-daheim.de. Die App steht kostenfrei zum Download im Appstore von Apple und Google Play zur Verfügung.



Gewusst woher

Bauernhöfe laden ein



Lernort Bauernhof

Der Bauernhof ist ein idealer außerschulischer Lernort. Kinder und Jugendliche können dort mit allen Sinnen erleben, wo die Lebensmittel aus der Region herkommen und welcher Aufwand dahinter steckt, bis diese im Laden liegen. Die Bäuerinnen und Landwirte 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



FOTO MLR / Jan Potente

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 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 kennenlernen.

Weitere Informationen unter

www.oekolandbau.de





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

Konzeption und Gestaltung

krähativ design GmbH,
Werbeagentur Heidenheim

Druck

WS Offset & Buchbinderei,
Heidenheim

2. Auflage

3.000 Stück

Stand

Dezember 2021

Bildnachweise

Titelbild: Shutterstock

