



### **Getreide & Mehle**

- Diverse Mehlsorten, ausgemahlen und Vollkorn, auch Reisvollkornmehl, Guarkernmehl usw.
- Mandelmehl und Kokosmehl
- Verschiedene Getreidesorten, auch Hirse, Quinoa, Buchweizen, Grünkern

### **Nudeln**

- Nudeln ohne Ei, hell und Vollkorn,
- Nudeln mit z.B. Curry, Spinat, Bärlauch usw.
- Glutenfreie Nudeln (z.B. Buchweizen)
- Low carb Nudeln (aus z.B. Rote Linsen, Kichererbsen)
- Lasagneplatten

### **Reis**

- Rund- und Langkornreis
- Basmatireis
- Milch- & Risotto-Reis

### **Kaffeebohnen von Herr Hase Kaffeerösterei**

- Seegers-, Kaline-, Lorenz-Mischung
- eine wechselnde sortenreine Kaffeebohne

### **Tee**

- verschiedene Tees mit und ohne natürlichem Aroma
- Kindertees
- Schwarze, grüne, Kräuter-, Roibusch-, Früchtetees

### **Hülsenfrüchte**

- Erbsen
- Rote & braune sowie Beluga-Linsen
- Kidney-Bohnen, Azukibohnen, schwarze und weiße Bohnen
- Sojabohnen

### **Süßes**

- Verschiedene süße & saure Fruchtgummi & Lakritze (größtenteils vegan)
- Schokolierete Früchte z.B. Bananen, Erdbeeren, Äpfel
- Schokolierete Nüsse, z.B. Erdnüsse, Mandeln
- Crispies
- Verschiedene Bonbons
- Schokolade und Konfekt (auch vegan)
- Kaugummis



### **Salziges**

- Verschiedene Nüsse, z.B. gesalzen oder mit Honig oder Wasabi-Art
- Studentenfutter
- Nervennahrung
- Sweet sour salty Mix
- Dinkelbrezeln

### **Müsli & Crunchys**

- Haferflocken (auch glutenfrei)
- Dinkelflocken
- Vier Korn Flocken
- Crunchys pur oder z.B. mit Schoki, Apfel-Zimt, Nuss-Amaranth
- Cornflakes, auch mit Schokolade
- Bircher Müsli
- Früchte Müsli
- Low Carb High Protein Müsli
- Buchweizen Flakes
- Amaranth und Quinoa gepoppt
- Buchweizen gepufft
- Schokocrisps

### **Weich- und Trockenfrüchte**

- z.B. Datteln, Feigen, Pflaumen, Aprikosen, Bananenchips, Apfelringe
- z.B. Mangostreifen, Ingwerstäbchen, Rhabarber- und Papayachunks
- Sultanas
- Cranberries

### **Salze, Gewürze und Kräuter**

- Steinsalz
- Salz Typ Himalaya (auch für die Mühle)
- Verschiedene Salzmischungen, z.B. Butterbrotsalz
- Pfeffer
- Chiliflocken und -fäden
- Gewürze und Kräuter von A wie Anis über M wie Muskatnuss bis Z wie Zitronenschale

### **Verschiedene Getränke**

- Kola und Limos
- Saftschorlen
- Säfte
- Bier
- Wein rot/weiß



- Weinschorle Schlück weiß/rose
- Wasser von still bis laut
- Limettensaft
- Multivitaminsaft

### **Im Glas**

- Fruchtaufstriche
- Honig und Chutneys
- Haselnussmus, Sesammus, Mandelmus, Erdnussmus
- Tofu im Glas
- Herzhafte Aufstriche, auch vegane Sorten
- Ketchup
- diverse Suppen
- Senf (z.B. Grüner Pfeffer, Feige, Tomate)
- Gurken, Kürbis, Rote Bete eingelegt
- Rote Grüte, süße Früchte
- Herzhafte Saucen, z.B. Cocktailsauce, Dunkelbiersauce
- Süße Saucen, z.B. Erdbeer
- Backmischungen für Brot, Pfannkuchen, Muffins in der Weckflasche

### **Essige und Öle**

- Apfelessig
- Aceto Balsamico
- Weißweinessig
- Sonnenblumenöl
- Rapsöl
- Bratöl
- Olivenöl

### **Backzutaten und Geliermittel**

- Agar Agar
- Kakaopulver
- Orangen- und Zitronenschale
- Sternanis
- Nelken
- Zimt gemahlen und Zimtstangen
- Bourbon Vanille gemahlen und Vanilleschoten
- Kardamom
- Lebkuchengewürz
- Spekulatiusgewürz
- Reinweinsteinpulver
- Trockenhefe
- ...



### **Nüsse und Saaten**

- verschiedenste Sorten von Nüssen: z.B. Haselnüsse, Macadamianüsse, Para- und Pekannuss
- Pinienkerne, Pistazien und Mandeln
- Blaumohn, Chiasaat, Hanfsamen
- Leinsaat
- Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne usw.

### **Obst und Gemüse**

- wechselndes Sortiment von Ökullus
- Kartoffeln von Heiner Wening
- 

### **Brot und Backwaren von der Biobackstube Ahaus**

- verschiedene Dinkel-, Hafer-, Roggen- und Weizenbrote, Baguette
- verschiedene Brötchensorten, aus Weizen oder Dinkel
- Snacks wie Käsestangen, Grünkernburger usw.
- Süße Sachen wie Kokoschnitten, Mandelhörnchen, Knuspertaler und –schnitten (auch vegane Varianten)

### **Käsetheke**

- Junger Gouda
- Käsebaum – vegane Käsealternative aus Cashew

### **Drogerieartikel**

- z.B. Allesreiniger, Glasreiniger, Geschirrspülmittel per Hand und für die Maschine
- flüssiges Waschmittel
- Entkalker und Bleichkomplex, Klarspüler und Regeneriersalz
- Festes und flüssiges Shampoo
- Duschgel
- Handcreme und Körperlotion
- Deo
- Handseife flüssig und „am Stück“
- Zahnputztabletten und Zahnpasta „am Stiel“
- Vegane Zahnseide
- Wattestäbchen aus Bambus, Oriculi
- Zahnbürsten für Kinder und Erwachsene
- Zahnputzpulver
- ...



### **Zubehör**

- Edelstahlboxen und Trinkflaschen
- Verschiedene Brettchen aus Bambus
- Brotschneidebretter und Brotkästen aus Bambus
- Kochlöffel, Pfannenwender usw. aus Bambus
- Getränkespender und -karaffen aus Glas
- Abbaubare Spültücher und Bienenwachstücher
- To Go Becher
- Gemüsebürsten, Kupfertücher
- Diverse Beutel, Aufbewahrungsgläser und -flaschen
- Wiederverwendbare Sandwich- und Snackbeutel
- STROHhalme und Papierhalme (kompostierbar)
- Gummibänder aus 100% natürlichem Gummilatex
- Waschmittel- und Spülmaschinenreinigerboxen
- Reisebesteck aus Bambus mit robuster Baumwollhülle
- Babys erster Löffel und Gabel aus Bambus
- Soulbottles in verschiedenen Designs
- Backformen, Töpfe, Kochutensilien und vieles mehr von Riess Emaille
- ...

### **Garten**

- Samenbomben
- SaatSticks (Essbare Blüten)
- Organisch mineralischer Mehrnährstoffdünger zum selber abfüllen
- Gartenset für Kinder (2 Schaufeln + 1 Forke)

### **Kinder**

- Buntstifte
- Malkreide
- Malbürste
- Buntstifteboxen
- Plastian der kleine Fisch

### **Bücher**

- Diverse Bücher rund um das Thema DIY und Müll vermeiden

### **Bistro**

- Sitzmöglichkeiten drinnen und draußen
- genießen Sie unseren leckeren Herrn Hase Kaffee, einen wärmenden Tee oder eine heiße Schokolade
- kalte alkoholfreie Getränke stehen selbstverständlich auch zur Verfügung



- verwöhnen Sie sich mit einem leckeren selbstgebackenen Quarkbrötchen, süßen Teilchen (auch vegan) oder einer belegten Stulle