



Liebe Kunden,

auch wenn es weiterhin so sonnig ist wie in den Sommermonaten (leider immer noch ohne Regen!) ist es doch schon Herbst. Morgens wird es später hell und gegen Abend wird es schon wesentlich früher dunkel. Die Temperaturen am Abend und in der Nacht sind wesentlich kühler. So langsam beginnt die Zeit, in der die Heizungen wieder eingeschaltet werden oder der Kamin oder Kachelofen angeschürt wird. Für ein gemütliches zu Hause, wird gerne noch eine oder (auch mehr) Kerze(n) angezündet. Damit es einfacher ist ein Feuer zu entzünden, können Sie sich Anzünder und Streichhölzer von uns liefern lassen. Folgendes haben wir hierfür für Sie im Sortiment:



Zündhölzer von soluxfire,
1,29 € / 3 x 100 St
Packung

Würfel - 55 mm - FSC Zertifizierte
Sicherheitszündhölzer - kein Funkenflug
- kein Nachglimmen - kein
Selbstentzünden - sehr stabiles
Espenholz - Europäische Produktion -
zum Anzünden von Kerzen, Kamin,
Grillfeuer und Ofen etc. ...



Zündwolle/Anzünder
von Feuerwalze
3,99 € / 32 St

Geballte Öko-Power aus
Holzwohle und nachhaltigem,
pflanzlichem Wachs für Ihren
Kamin, Grill oder Ofen.



Ökoanzünder für
Grillkohle und
Kamin von FLAMAX
1,99 € / 64 Stück

Zündwürfel auf Basis von
Holz und Wachs
-praktisch vorportioniert –

Sonderpreis – solange der Vorrat reicht!

Dinkel Pita Dinkel Pita, 2 x 4 Stück 480 gr , MHD 17.10.2026 jetzt nur 2,99 € statt 3,99 €

Rezept der Woche

Kartoffelgröstl mit Kürbis, Pilzen und Senf-Dip

Zutaten für 4 Portionen:

500 g Kartoffeln festkochend
400 g Kürbis (z.B. Hokkaido)
200 g Champignons
2 EL Olivenöl
1 TL Kümmel
Salz
Pfeffer
5 EL Hafercreme
2 TL Senf
1 EL Zitronensaft
4 Stängel Petersilie grob
gehackt

Zubereitung:

Die Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden.
Den Kürbis in Spalten schneiden. Die Champignons putzen und in
Scheiben oder grobe Stücke schneiden.
In einer großen Pfanne Olivenöl erhitzen. Die Kartoffeln mit
Kümmel darin bei mittlerer Hitze 10 Min. braten, bis sie leicht
gebräunt sind. Den Kürbis hinzufügen. Beides Braten bis alles
weich und leicht knusprig ist. Eventuell mit einem Deckel kurz
dämpfen. Die Pilze ca. 4 Min. mitbraten, bis sie Wasser verlieren
und Farbe annehmen. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.
Die Hafercreme mit Senf und Zitronensaft verrühren. Salzen und
pfeffern.
Petersilie zum Gröstl geben und mit Senf-Dip servieren.
Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Für unseren Lieferservice suchen wir dringend Mitarbeiter (m/w/d).

Wir benötigen eine weitere Teilzeitkraft im Büro.

Ebenso braucht unser Kommissionier-Team Unterstützung.

Beim Ausliefern der Körbe wäre es sehr hilfreich, wenn wir einen Fahrer (m/w/d) finden,
um als Urlaubs-, oder Krankheitsvertretung zu wirken.

Bewerber bitte mit einer mindestens Kurzbewerbung unter info@gras-huepfer.de melden oder auch
im Vorfeld unter 09391-5000335 anrufen.

Neue Käsesorten im Oktober!



Weitere
Neuheiten
im Oktober

Kürbiskern Rebell, Schnittkäse, - lactosefrei -
Echte Kürbiskerne stellen die ideale Zutat für diesen Herbst-Käse dar. Das Aroma der Kürbiskerne und die geschmeidige Konsistenz des Käseteigs ergeben ein vollendetes Geschmacksbild. Der milde Duft nach Nuss rundet dieses Saisonschmankerl der Käse Rebellen perfekt ab.
3,49 € / 100 g



Ziegenbrie von Monte Ziege
Dieser Ziegenbrie überzeugt mit seiner feinen, weißen Rinde und einem angenehm cremigen Kern. Mit zunehmender Reife entwickelt er eine noch weichere Konsistenz und gewinnt an aromatischer Tiefe, ohne seine ausgewogene Milde zu verlieren. Dadurch spricht er sowohl erfahrene Ziegenkäseliebhaber als auch alle an, die diese Käsespezialität neu entdecken möchten.
3,49 € / 100 g

Zitronenschale gerieben von Leckers mit naturreinem Zitronenöl aromatisiert vegan
1,39 € / 15 g



Kokos Drink von Allos

Wenn dich Milchprodukte auf die Palme bringen, ist das hier eine echte Alternative. Denn für diesen Drink werden sorgfältig die besten Kokosnüsse von Palmen geerntet - einfach unheimlich lecker und absolut pflanzlich. Nicht einmal ein Gramm Zucker kommt dazu.
3,19 € / 1 l



Quinoa weiß von Davert

Weißer Quinoa besticht durch seinen milden, leicht nussigen Geschmack. Er harmonisiert hervorragend mit Gemüse und frischen Kräutern und absorbiert Gewürze besonders gut. Die kleinen weißen Körner bleiben beim Kochen locker und körnig und können wie Reis oder Couscous verwendet werden. Weißer Quinoa eignet sich ideal als delikate Beilage, kreative Salatzutat oder für außergewöhnliche Pfannengerichte.
3,29 € / 200 g



Skin Food Light Gesichtsscreme von Weleda

Die intensive Feuchtigkeitspflege lässt Ihre Haut in Sekunden frisch und glowy aussehen. Die leichtere Formel mit dieser Skin Food Phyto Infusion aus 100% natürlichen Extrakten aus Kamille, Calendula, Rosmarin und Stiefmütterchen zieht schnell ein und hydratisiert sofort. Hautverträglichkeit und Wirksamkeit.
9,70 € / 75 ml



Handcreme Repair von Lavera

Erlebe das lavera Gefühl geschmeidig weicher Hände; mit Bio-Calendula und Bio-Sheabutter gibt deinen beanspruchten Händen sofort das Gefühl reichhaltiger, intensiver Pflege.
- SOS Hilfe für beanspruchte Hände
- Lindert sofort Spannungsgefühle
- Langanhaltender Schutz
- Für sehr trockene, strapazierte Haut
- Vegan
- Hergestellt in Deutschland
- Ohne Mikroplastik
- 100 % zertifizierte Naturkosmetik
3,79 € / 75 ml



Skin Food Body Butter von Weleda

Superfood für die Haut! Die Weleda Skin Food Body Butter stillt den Durst trockener und rauer Haut und schenkt ihr lang anhaltende Feuchtigkeit. Die einzigartige Creme lässt sich wunderbar auf der Haut verteilen. Extrakte aus Stiefmütterchen, Calendula und Kamille beruhigen die Haut, während Bio-Shea- und Bio-Kakaobutter sie intensiv nähren. Für ein samtig-weiches Hautgefühl. Trockene und raue Haut wird wieder geschmeidig zart und mit wertvollen Pflanzenauszügen intensiv gepflegt. Anwendung: Skin Food Body Butter nach Bedarf auf die trockene Haut auftragen und sanft verteilen. Tipp: Genießen Sie die tägliche Körperpflege mit der Weleda Skin Food Body Butter und freuen Sie sich auf das einzigartige Pflege-Erlebnis.
15,99 € / 150 ml

Backwaren ab Oktober 2026

(DE-ÖKO-037)

Backwaren von der Vollkornbäckerei Köhler, Würzburg

Täglich frisch gebacken!

Vollkornbrote				Pikantes			
1001	Frankenlaib	1000 g	5,45 €	1094	Focaccia Mini	1 Stück	1,60 €
1002	Frankenlaible	500 g	3,20 €	1160	Laugenstange, vegan,	1 Stück	1,35 €
1003	Bauernlaib	1000 g	5,45 €	1161	Laugenbrezel, vegan,	1 Stück	1,35 €
1006	Emmerbrot	750 g	5,60 €	1163	Laugenknopf	1 Stück	1,35 €
1012	Roggenbrot	750 g	5,00 €	1195	Vinschgauer	1 Stück	1,30 €
1020	Urgetreidebrot, weizenfrei	750 g	5,20 €	1442	Käsestange mit Mohn	1 Stück	2,50 €
1023	Emmer Dinkelbrot	500 g	4,60 €	1444	Spinat-Feta-Stange	1 Stück	2,50 €
1030	Dinkelbrot	750 g	5,60 €	1446	Paprikastange	1 Stück	2,50 €
1034	Dinkel Chiabrot	500 g	4,90 €	1411	Zwiebelstange	1 Stück	2,30 €
1035	Hafer Dinkelbrot	750 g	5,60 €	<u>Gebäck</u>			
1076	Dinkel48	600 g	5,70 €			1 Stück	
				1201	Dinkel Vollkorncoissant	1 Stück	2,50 €
<u>Helle Brote</u>				1230	Dinkel Quarktasche	Stück	2,60 €
1157	Dinkel Baguette hell	250 g	3,40 €	1251	Flammendes Herz	1 Stück	3,70 €
1058	Fitness Brot	750 g	5,80 €	1234	Zimtschnecke -vegan-	1 Stück	3,50 €
1072	Walnussbrot	750 g	6,20 €	1238	Crossaint vegan	1 Stück	2,20 €
1075	Rhöner Landbrot	3000 g	14,95 €	1241	Hörnchen	1 Stück	1,80 €
1084	Kürbisbrot !!NEU!!	500 g	5,20 €	1384	Schokobanane	1 Stück	3,40 €
1087	Dinkel Ruchmehlbrot	500 g	4,90 €	<u>Kuchen</u>			
1089	Wurzelbrot	350 g	3,50 €	1300	Gedeckter Apfelkuchen -vegan-	1 Stück	3,30 €
1191	Fränkisches Baguette m. Sauerteig	350 g	3,40 €	1316	Mohn Streusel Kuchen -vegan-	1 Stück	3,30 €
<u>Vollkornbrötchen</u>				1318	Spanischer Mandelkuchen	1 Stück	3,80 €
1100	Fränkis	1 Stück	1,30 €	1342	Himbeerkuchen	1 Stück	3,80 €
1105	Dinkel Vollkornkernchen	1 Stück	1,20 €	1359	Mohn Käsekuchen mit Kirschen !!NEU!!	1 Stück	3,80 €
1106	Dinkel Mohnbrötchen	1 Stück	1,30 €	1376	Kürbiskuchen !!NEU!!	1 Stück	3,50 €
1120	Dinkel Vollkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	1394	Apfel Zimt Muffin	1 Stück	3,60 €
1124	Mehrkornbrötchen	1 Stück	1,20 €	1403	Zwiebelkuchen !!NEU!!	1 Stück	4,50 €
1145	Burger Buns	1 Stück	1,30 €	<u>Dauergebäck</u>			
<u>Helle Brötchen</u>				1257	Glückstaler, Dauergebäck Mürbteig	1 Stück	3,00 €
1150	Kipf	1 Stück	0,65 €	1270	Nuss Schnitte, Dauergebäck	1 Stück	3,50 €
1151	Rosenbrötchen	1 Stück	0,65 €	1256	Pfauenaugen !!NEU!!	1 Stück	3,50 €
1167	Dinkel ChiaBatta Brötchen	1 Stück	1,20 €	1544	Semmelbrösel	500 g	3,69 €
1170	Dinkel Seelen	1 Stück	1,60 €				
1177	Dinkel Rosmarin Seelen	1 Stück	1,80 €				
1178	Dinkel Oliven Seelen	1 Stück	2,30 €				
1198	Dinkel Ecken	1 Stück	1,45 €				
1190	Pitabrötchen	1 Stück	1,00 €				

Aktuelles Käseangebot im Oktoberber 2026

Alle Käsesorten werden nach biologischen Richtlinien hergestellt. (DE-ÖKO-037)

Käsesorten die wir für Sie schneiden		Mindestabnahmemenge 200 g je Käselieferung		
126246	Almkönig, lactossefrei, 45 % fett	dennree	100 g	1,49 €
184961	Butterkäse, 3 Wochen gereift, mind. 45 %	BMI	100 g	1,69 €
121239	Bergkäse aus Heumilch, 50 % Fett	Zillertaler Berg	100 g	2,39 €
121333	Aurora Gold Basilikum Knoblauch	Aurora	100 g	2,90 €
127607	Comté Extra A.O.C, mind. 45 % -lactosefrei-	Franz. Käsespezial.	100 g	3,39 €
122264	Emmentaler, 70 Tg gereift, mind. 35%	ÖMA	100 g	2,19 €
121228	Gouda jung, 3 Wochen gereift mind. 45 % -lactosefrei-	dennree	100 g	1,49 €
166792	Gouda jung von Hooildammer, 4 Wochen gereift	Hooildammer	100 g	1,69 €
162371	Hooildammer Steinpilz/Röstzwiebel, mind. 50 % Fett	Hooildammer	100 g	2,79 €
163495	Hooildammer Supreme, Schnittkäse, 50 % Fett	Hooildammer	100 g	2,59 €
162955	Kürbiskern Rebell, Schnittkäse, -lactosefrei - !NEU!	Käserellen	100 g	3,49 €
162213	Leuchtturm Käse, 48 %	Thise Mejeri	100 g	3,19 €
119531	Münsterkäse, Französische Käsespezialität, 45 % Fett	Vallée Verte	100 g	3,69 €
119801	Nordseekäse, 48 % Fett	Thise Mejeri	100 g	2,99 €
186996	Tiroler Bio-Bergkäse	Bio vom Berg	100 g	2,19 €
Ziege und Schaf				
119158	Schafsbrie mit Pfeffer, !NEU!	Anderlbauer	100 g	3,59 €
187222	FrechesFrolleinziege (Knoblauch & Kräuter)	Jakobsberger	135 g Glas	4,29 €
120734	Frischkäse Schani das Schaf (Curry & Dattel)	Jakobsberger	135 g Glas	4,59 €
187165	Ziegenbrie von Monte Ziego !NEU!	Monte Ziego	100 g	3,49 €
184151	Ziegenbutterkäse in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	100 g Packung	3,19 €
131433	Ziegencamembert, 50 % Fett	Andechser	100 g Stück	2,99 €
157274	Ziegenfrischkäse 65%	Andechser	150g Becher	3,29 €
191439	Ziege Rosmarin- Thymian-Salbei	Vallée Verte	100 g	3,59 €
Abgepackte Käse				
122343	Gouda jung, 48 %, vakuumiert -lactosefrei-	Aurora	ca. 250 g Stück	2,19 € / 100 g
122354	Gouda mittelalt, 50 %, vakuumiert -lactosefrei-	Aurora	ca. 250 g Stück	2,29 € / 100 g
121083	Gorgonzola 53 % Fett	Arrigoni	200 g Schale	4,49 €
119608	Hausmacher Bauernhandkäse, 1,8 % Fett	Birkenstock	200 g Stück	3,39 €
164125	Mozzarella, 45% Fett	dennree	125 g Stück	1,39 €
114546	Mozzarella Mini, 150 gr Beutel , NL 50%	Züger	150 g Beutel	1,99 €
190293	Sahne Schmelzkäse	ISA	175 g Becher	3,79 €
129543	Manouri Käse aus Schaf- und Ziegenmolke	bio verde	150 g Beutel	4,19 €
145697	Parmigiano Reggiano, 24 Monate gereift -lactosefrei-	Montanari & Gruzza	200 g Packung	7,19 €
Scheibenkäse, abgepackt				
130241	Bioländer in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	150 g Packung	3,29 €
122602	Bergblumenkäse in Scheiben -lactosefrei-	Andechser	125 g Packung	3,39 €
169795	Bergkäse in Scheiben	Andechser	125 g Packung	3,19 €
186647	Feuerkäse in Scheiben	söbbeke	150 g Packung	3,69 €
145934	Toast & Burger Schmelzkäsescheiben	bio verde	150 g Packung	2,79 €
Brie - Camembert				
117112	Back Camembert, 45 % Fett	ÖMA	100 g Stück	2,99 €
120058	Brie, Demeter, 50 % Fett	Bergpracht	100 g Stück	1,69 €
118023	Camembert mit Nuß, 48%F.i.Tr. ca.180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,89 € / 100 g
118012	Camembert mit Pfeffer, mind. 48% ca. 180 g	St. Leonhard	ca.180 g	2,89 € / 100 g
166498	Le Rouche, Weichkäse mit Rotkultur	dennree	125 g	2,39 €
117022	Camembert, 55 %	Andechser	100 g Packung	2,19 €
116998	Camembert, light	dennree	125 g Packung	1,99 €
163809	Cambert oval, 30 %	dennree	150 g packung	2,49 €
119799	Blauschimmelkäse von Bergpracht !NEU!	Bergpracht	150 g Stück	2,99 €
Frischkäse				
116199	Frischkäse Kräuter	dennree	150 g	1,49 €
116188	Frischkäse Natur	dennree	150 g	1,39 €
114941	Frischkäse Kräuter	Andechser	175 g	2,29 €
116212	FrischeCreme Paprika	Weißenhorn	150 g	2,49 €
116201	FrischeCreme Kräuter	Weißenhorn	150 g	2,49 €
116278	FrischeCreme Kreta	Weißenhorn	150 g	2,49 €
116223	FrischeCreme Meerrettich, 25 % Fett	Weißenhorn	150 g	2,29 €
147925	Körniger Frischkäse	dennree	200 g Becher	1,39 €
125829	Mascarpone -laktosefrei-	Züger	250 g Becher	3,79 €
162922	WildeWeideKuh Pina	Jakobsberger	140 g Glas	3,99 €