

Wir nehmen zweimal pro Jahr Bestellungen entgegen und liefern persönlich nach Österreich und Deutschland aus.



## Preisliste

### ACHTUNG BESTELLDEADLINES

Nur die Bestellungen, die uns rechtzeitig vor Abfahrt erreichen, können wir auch liefern:

**BESTELLFRIST bis 31.JÄNNER 2021 >>> LIEFERUNG IM MÄRZ 2021**

	Preis:
<b>Olivenöle:</b>	
<b>Das „Nicht-zertifizierte“: nativ extra, schonend extrahiert bei 30°C in Bio-Qualität ohne Biozertifikat</b> sehr mild und vollmundig	
5l-Kanister	€ 60,00
6x1l-Karton	€ 78,00
1l-Flasche	€ 14,00
0,5l-Flasche	€ 7,50
<b>Das „Bio-zertifizierte“: Extra Kaltextraktion mit ca. 18° C</b>	
5l-Kanister	€ 70,00
6x1l-Karton	€ 90,00
1l-Flasche	€ 16,00
0,5l-Flasche	€ 8,50
<b>Sortenhonige</b> eines örtlichen Imkers, der nach Biorichtlinien arbeitet.	
Wilder Lavendel,	€ 6,50
Blütenhonig mit Heide,	€ 6,50
Kastanienhonig 500g-Glas	€ 6,50
<b>Aromaöl</b> Knoblauch und Kräuter	250 ml € 8,50
<b>Aromaöl</b> Mit Kräuteröl mediterran	250 ml € 8,50
<b>Aromaöl</b> Olivenöl-Zitrone	250 ml € 7,00
<b>Johanniskrautöl</b> aus Wildsammlung (Oliven-Ölbasis)	100 ml € 12,00
<b>Zucchini süßsauer</b> eingelegt	190 g-Glas € 3,50
<b>Chilipesto</b> Fruchtfleisch in Olivenöl, richtig scharf	100 g-Glas € 5,00
<b>Mandeln</b> ohne Schale	1 kg-Packung € 18,00
<b>Oliven in Öl</b> (zuvor: Salz-Kräuter-Knoblauch-Lake)	350g-Glas € 6,00
Von den Betreuten des <b>CASA DE SANTA ISABEL (Alles Demeter-bio)</b>	
<b>Zitronenverbentee</b> , biozertifiziert (Demeter)	15g-Packung € 3,00
<b>Bergtee</b> biozertifizierte Wildkräutersammlung (Demeter)	40g-Packung € 3,50
<b>Walnüsse</b> handgebrochen und verlesen	250 gPackung € 7,00

**Bis 12.August direkt bestellen bei:** [edithundfred@gmail.com](mailto:edithundfred@gmail.com), Mobil: +351-920 591-687

**Frag an ♥: mit ALVITAL-Kennwort reduziert sich Deine Gesamtrechnung gleich um 10 %!**

**Bezahlung per Überweisung bitte erst nach Erhalt der Ware > direkt an Fred Lohnert:**  
Bank: Josef Manfred Lohnert, **BIC:** MPIOPTPL, **IBAN:** PT 5000 3602 5199 1000 3013 837

Portugal, im Dezember 2020

Liebe FreundInnen und InteressentInnen unserer Produkte,

ein schwieriges Jahr geht zu Ende, und wir dürfen an dieser Stelle Allen ein Neues Jahr 2021 voll Zuversicht und den Glauben an den kommenden, dringend notwendigen positiven Wandel im Innen und Außen wünschen. Aufgrund der uneinschätzbaren politischen Lage dürfen wir nun nicht selbstverständlich davon ausgehen, dass unsere für Februar/März geplante Liefertour zustande kommt, aber dennoch bereiten wir sie derzeit schon vor. Sollte sie nicht möglich sein, würden wir Ihnen/Euch natürlich Bescheid geben.

Was bieten wir diesmal an?

**Olivenöl:** Die Ergebnisse aus der Ernte werden jedes Jahr mit Spannung erwartet; wir konnten aus einer Vielzahl von Extraktionen auswählen und haben zum Einen ein mildes, dabei schmackhaftes, bei ca. 30°C "gepresstes" Öl aus lokalem, de facto biologischem Anbau durch Kleinbauern ausgesucht - Sorte "Galega". Beim Biologisch-Zertifizierten entschieden wir uns, wie die letzten Jahre auch, für die 18°-"Pressung" der Oliven des kleinen Bioanbauers vom Rio Coa, etwa 100 km von hier. Dieses Öl zeichnet eine große Geschmacksvielfalt und ein noch höherer Polyphenolgehalt (Antioxidanzien) aus.

**Aromaöle:** Sowohl das Knoblauchöl als auch das reine Kräuteröl setzen wir mit Thymian, Rosmarin und Oregano aus dem Garten an. Beim Oliven-Zitronen-Öl werden bereits in der Ölmühle Oliven und ganze Zitronen (natürlich unbehandelte) zusammen im Verhältnis 9:1 extrahiert.

**Johanniskrautöl:** Diese Wildpflanze gedeiht üppig auf unserer Quinta und entwickelt ihre leuchtend gelben Blüten ab Mai/Juni. Wir füllen diese in großen Mengen in Glasbehälter voller Olivenöl und lassen sie ca. 5 Wochen in der intensiven portugiesischen Sommersonne stehen. Das Resultat, unser "Rotöl" (so wird es auch bezeichnet), wurde bereits durch zwei hellfühlende Menschen unabhängig voneinander als außergewöhnlich heilkräftig getestet, was uns besonders freut.

**Eingelegte Oliven in Öl:** Nach der 2-3-wöchigen Entbitterung im täglich zu wechselnden Wasserbad und weiteren 2-3 Wochen in Salz mit z.T. vorausgehender Schlitzung von Hand lassen wir unsere Oliven ein, zwei Monate in einer Salz-Kräuter-Knoblauch-Lake ziehen, bevor wir sie schließlich herausnehmen und zusammen mit extra-nativem Olivenöl in die Gläser abfüllen.

**Chilipesto:** In vielen zeitaufwändigen Ernteschritten (weil sie unterschiedlich, die ersten im August, die letzten im November, abreifen) werden die maximal 2 cm langen feurig-scharfen Schoten zusammen mit Olivenöl vermixt. Achtung: very hot!

**Eingelegte Zucchini:** Ein Klassiker sind mittlerweile die süßsauer eingelegten Zucchini geworden, besonders gut passend zu Reisgerichten oder als Verdauungshäppchen.

**Bienenhonig:** Die fleißigen Bienen unseres Imkers haben wie jedes Jahr wieder viel Wilder-Lavendel-Nektar in einen mild-süßen Honig umgewandelt, ebenso die unzähligen Wildblüten, deren Endprodukt aufgrund des hohen Heideanteils dunkel erscheint und eine einzigartige Aromavielfalt ergibt. Weiterhin gibt es diesmal seit Langem wieder einmal Kastanienhonig in seiner typischen kräftigen Geschmacksausprägung.

**Mandeln:** Die abseits an der spanischen Grenze gelegene Provinz Trás-os-Montes ist bekannt für ihren traditionellen kleinbäuerlichen Mandelanbau ohne Chemieeinsatz und künstliche Bewässerung. Die Kerne sind geschält und in Vakuumbbeutel verpackt.

**Tees und Nüsse vom Casa de Santa Isabel:** Über den Erlös aus dem Verkauf der Tees (Zitronenverbene aus dem Gemeinschaftsgarten und Bergtee aus Wildkräutersammlung) freuen sich die Betreuten dieser Behinderten-Wohnstätte. Die angebotenen Walnüsse knacken und verlesen sie in geduldiger Kleinarbeit. Alle ihre Produkte zeichnen sich durch eine hohe Qualität aus und sind Demeter-zertifiziert.

Bleibt nun abzuwarten, wie sich die Dinge bis zum angedachten Abreisetermin im Februar entwickeln; wir würden uns (besonders Fred als Fahrer) jedenfalls freuen, Sie/Euch bald wiederzusehen, wo dies möglich ist.

Mit herzlichen Grüßen aus Portugal,

Edith und Fred