

## Verein Ökogenuss Waginger See

Niederheining 1  
83410 Laufen

Vertreten durch:

1. Vorstand: Sebastian Kettenberger  
Logistiker: Biohof Lecker e.K., Dr. Johann  
Lecker

Tel.: +0049-8682 953224  
Fax: +0049-8682 9532716  
<https://oeko-genuss.de>  
Mail: [info@oeko-genuss.de](mailto:info@oeko-genuss.de)



Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Freunde der Ökogenusskiste Waginger See -Inn-Salzach,

der Vorstand des Vereins Ökogenuss Waginger See freut sich, Ihnen seinen ersten Rundbrief schicken zu dürfen. Darin können Sie künftig einmal pro Monat lesen, was es Neues auf der digitalen Plattform [www.oeko-genuss.de](http://www.oeko-genuss.de) gibt, welche Betriebe und Vermarkter neu dazugekommen sind und wo - sobald es wieder möglich ist – ein Hoffest, eine Verkostung, eine Feldführung oder eine sonstige Veranstaltung stattfindet. Auch auf besondere, aktuelle Angebote des digitalen Bio-Bauernmarkts wird in dem Newsletter hingewiesen.

Unsere etwa dreißig Mitglieder, allesamt Bio-Erzeuger und Bio-Verarbeiter, die im Gebiet Waginger See – Rupertiwinkel sowie Inn-Salzach beheimatet sind, haben sich verpflichtet, ausschließlich Bioprodukte in bester Qualität für die Ökogenuss-Kiste zu liefern. Dafür wollen wir uns herzlich bedanken!

Bedanken wollen wir uns in diesem Zusammenhang auch bei allen zehn Gemeinden der Ökomodellregion Waginger See - Rupertiwinkel, die ihre Mitgliedschaft bei diesem kommunalen Bündnis für eine nachhaltige Landwirtschaft vor kurzem bis 2029 verlängert haben. Das ist ein sehr wichtiges Zeichen für die Zukunft der ökologisch wirtschaftenden Betriebe und Vermarkter in unserer Region.

Als Kunde profitieren Sie von der Selbstverpflichtung unserer Mitgliedsbetriebe, frische und ökologisch hergestellte Lebensmittel von hiesigen Erzeugern und Verarbeitern zu bekommen. Sie können die Bio-Produkte aus dem Webshop individuell zusammenstellen und sie sich mit einer Ökogenuss-Kiste bequem nach Hause oder an ihren Arbeitsplatz liefern lassen.

Und jetzt, kurz vor Weihnachten, schauen Sie sich doch einmal die wachsende Vielfalt der Ökogenuss-Plattform an und lassen sich davon inspirieren. Sicherlich finden Sie die eine oder andere besondere Geschenkidee, mit der Sie Ihre Lieben verwöhnen können. Die Produkte können sie auch, ganz individuell zusammengestellt, als Ökomodell-Geschenkkorb verpacken lassen, der dann zu Ihnen oder dem Beschenkten geliefert wird.

Eine große Bitte hätten wir an die Leserinnen und Leser dieses Rundbriefes: Damit der Bio-Gedanke und die neue digitale Plattform noch bekannter werden, wäre es eine große Unterstützung, wenn Sie ihn an Freunde und Bekannte weiterleiten, an Ihren Verteiler und an sonstige Multiplikatoren.

Weil unser Logistiker Hans Lecker vom 25. Dezember bis 9. Januar Betriebsurlaub hat, kann in dieser Zeit keine Ökogenuss-Kisten geliefert werden. Da unsere Plattform aber sowieso digital ist, können Sie den Ökogenuss-Bauernmarkt trotzdem besuchen, sich einfach mal durch alle Bereiche „klicken“, etwas bestellen und sich ab dem 10. Januar liefern lassen.

Sollten Sie Anregungen und Ideen haben, dürfen Sie uns diese gerne jederzeit schicken und zwar an [vorstand@oeko-genuss.de](mailto:vorstand@oeko-genuss.de).

Wir wünschen Ihnen eine schöne Adventszeit, gesegnete Weihnachten und ein gesundes Neues Jahr  
Ihr Vorstand des Vereins Ökogenuss Waginger See  
Sebastian Kettenberger, Stephan Scholz und Hans Koch

Jetzt zu den aktuellen Angeboten:

---

## Vorbestellung Bio-Putenfleisch

Putenfleisch von Sebastian Kettenberger:  
Vorbestellung bis Sonntag, 5. Dezember;  
Lieferung ab Montag, 6. Dezember

Der Hof von Sebastian Kettenberger liegt als Einzelgehöft in der Nähe von Tittmoning. Der engagierte junge Landwirt hält neben Puten und Hähnchen auch Enten, Schwäbisch Hällische Schweine und Perlhühner. Mit großem Einfallsreichtum wendet er sich gegen den Wachstumszwang. Wir möchten ihn dabei unterstützen.

Die Puten der Rasse „Kelly Bronze“ hält Sebastian im mit Stroh eingestreuten Außenklimastall - in kleinen Gruppen und mit viel Grünauslauf. Damit senkt er auf natürliche Art das Infektionsrisiko der Tiere. Geschlachtet wird im hofeigenen Schlachtraum. Damit wird Transportstress vermieden! Das spiegelt sich auch in der hervorragenden Fleischqualität wider.



Schnitzel --> 36,99 €/kg  
(2 Stück, ca. 300 g)

Putenwing --> 20,49 €/kg  
(ca. 350 g)

---

## Vorbestellung Bio-Perlhuhn

Perlhühner von Sebastian Kettenberger:  
Vorbestellung bis Donnerstag, 16.  
Dezember; Lieferung ab Montag, 20.  
Dezember



In der Woche In der Woche vor  
Weihnachten gibt es noch ein ganz  
besonderes Schmankerl vom Sebastian:  
seine Perlhühner.

Das Perlhuhn hat sich von seinen Vorfahren,  
dem numidischen Perlhuhn, den  
vorsichtigen und wilden Charakter bewahrt.  
Perlhühner laufen schnell und fliegen auch  
gerne mal über den Hühnerzaun. Sie brauchen viel Bewegung und haben deshalb einen großen  
Auslauf mit Bäumen, in denen sie gerne auch mal übernachten. Das durch und durch wilde Huhn hat  
ein dunkles, sehr mageres Fleisch.

Es ist besonders wohlschmeckend und findet sich auf halbem Weg zwischen Wild und Geflügel.



[Perlhuhn, ca. 1,6 kg --> 16,49 €/kg](#)

---

## Rindfleischvorbestellung von der Familie Lecker

Rindfleisch vom Biohof Lecker in Ainring:  
Vorbestellung bis Samstag, 11. Dezember;  
Lieferung ab Montag 13. Dezember.



Weiderindern geht es besser!  
Was auf den ersten Blick wie eine  
Binsenweisheit erscheint, wurde während  
einer fünf Jahre dauernden Studie im  
Rahmen des Forschungsprojekts  
'Systemanalyse Milch' mit insgesamt 15  
Doktorandinnen und Doktoranden  
untersucht: In dem Projekt wurde  
nachgewiesen, dass Weidegang eine  
positive Wirkung auf das Wohlbefinden der Kühe hat. Je länger die Tiere auf der Weide sind, umso  
weniger lahrende Tiere gab es. Sie gaben zwar etwas weniger Milch, dankten es aber mit einer  
besseren Kondition.

Auch die Kalbin (Färse), deren Fleisch wir im Angebot haben, war den ganzen Sommer auf der  
Weide. Sie konnte sich ohne Stress frei aus der Salatbar bedienen. Das ist nicht nur gut für die Tiere,  
auch der ernährungsphysiologische Wert des Fleisches wird dadurch besser. Denn durch die  
Weidehaltung steigen sowohl die Gehalte an Omega-3-Fettsäuren wie auch die von Linolsäuren.

Durch das ruhige Leben und die viele Bewegung behält das Fleisch zudem in der Pfanne seine Größe und schmeckt aromatischer.



Gulasch ca. 500g --> 19,90 €/kg



Gulasch ca. 1 kg --> 19,50 €/kg



Lendensteak 2 St. ca. 400g --> 39,90 €/kg



Hüftsteak 2 St. ca. 400g --> 26,90 €/kg



Braten ca. 500g --> 21,90 €/kg

Braten ca 1 kg --> 21,50 €/kg



Suppenfleisch ca. 750g --> 15,90 €/kg

---

## Bio-Eier und Bio-Sojaöl von Andi Maier

Bioeier sind zurzeit sehr knapp. Das liegt zum einen an der erfreulich hohen Nachfrage und zum anderen daran, dass die Tage kürzer werden und die Hühner weniger Eier legen.

Damit Sie nicht auf Bio-Eier verzichten müssen, haben wir jetzt Eier von Andi Maier aus Tittmoning im Angebot (solange der Vorrat reicht).

Landwirtschaftsmeister Andi bewirtschaftet seinen 35 ha großen Hof in Tittmoning mit 45 Rindern und 200 Hühnern im Mobilstall.



Von Andi haben wir auch eine heimische Besonderheit im Angebot: Kaltgepresstes Bio-Sojaöl vom eigenen Feld. Andi baut erfolgreich die wärmeliebenden Bio-Sojabohnen auf seinen Feldern an und lässt sie auf kurzem Weg in der Ölmühle Garting bei Schnaitsee zu unraffiniertem Bio-Sojaöl pressen, das noch alle seine wertvollen Inhaltsstoffe enthält. Es eignet sich zum Kochen, Dünsten und schonenden Braten.



Sojaöl, 0,25 l --> 5,90 €

Sojaöl, 0,5 l --> 9,90 €

---

## Saisongebäck von der Bäckerei Wahlich

Unsere Bäcker sind fleissig am Backen. Hier ein Auszug aus unserem Weihnachtsgebäck-Angebot:



Apfelbrot, 500g --> 8,89 €/St.

*Das Apfelbrot ist eine leichte Art eines klassischen Früchtebrots (Kletznbrot), weil sechzig Prozent Frischäpfel enthalten sind. Es ist aus Dinkelvollkornmehl gebacken, das von Demeter-Landwirten bezogen wird, enthält Sultaninen, Haselnüsse, Zimt und ein bisschen Rohrohrzucker.*



Dinkelbutterstollen, 200g --> 3,89 €/St.

Dinkelbutterstollen, 600g --> 7,49 €/St.

*leichter Stollen, nicht so schwer wie beispielsweise der Dresdner Stollen. Anstelle von Orangeat und Zitronat sind Mandeln, Cranberries (Moosbeeren) und ein paar Sultaninen enthalten.*



Kletznbrot, ca. 400g --> 8,89 €/St

*Das Kletznbrot, das aus über neunzig Prozent Trockenfrüchten besteht und keinen Teigmantel hat, enthält Kletzn aus der Region! Sehr interessant für Sportler und eine richtige Energiebombe!*



Hildegard Lebkuchen, 2 St. --> 4,79 €/St.