

LÖFFEL DICH  
DURCH UNSER  
SORTIMENT



100 %  
natürlich



Ohne  
raffinierten  
Zucker



Vegan

# HAVE YOURSELF AN OATSOme CHRISTMAS ❤

Wir entwickeln **100 % natürliche Lebensmittel**, die einfach zubereitet und richtig lecker sind. **Gut für dich und den Planeten.**

Dich erwarten 24 vegane Leckereien quer durch unser Sortiment – **von leckeren Smoothie Bowls über knusprige Crunchy Toppings bis hin zu cremigen Feelgood Spreads** findest du in unserem Adventskalender alles, was dein Herz begehrte.



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	1.745 kJ   416 kcal
Fett	14g
> davon gesättigte Fettsäuren	3,5g
Kohlenhydrate	56g
> davon Zucker	20g
Ballaststoffe	11g
Eiweiß	11g
Salz	0,02g

1 × 30g e



DE-ÖKO-001  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	2.036 kJ   488 kcal
Fett	26g
> davon gesättigte Fettsäuren	6,8g
Kohlenhydrate	45g
> davon Zucker	16g
Ballaststoffe	11g
Eiweiß	13g
Salz	0,02g

1 × 35g e



DE-ÖKO-001  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft

## DER APFELPRINZ

Gebackene Bio-Vollkornhaferflocken-Mischung mit Apfel, Mandel und Zimt.

Zutaten: **VOLLKORNHAFERFLOCKEN\*** (48%), **MANDELN\*** (16%), Apfelstücke\* getrocknet (15%), Datteln\* gemahlen, Agaveninulin\*, Kokosöl\*, Zimt\* (0,9%).



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	2.090 kJ   502 kcal
Fett	30g
> davon gesättigte Fettsäuren	16g
Kohlenhydrate	40g
> davon Zucker	9,7g
Ballaststoffe	12g
Eiweiß	12g
Salz	0,10g

1 × 35g e



DE-ÖKO-001  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft

## HAKUNA MAKOKOS

Gebackene Bio-Vollkornhaferflocken-Mischung mit Mandeln und Kokoschips.

Zutaten: **VOLLKORNHAFERFLOCKEN\*** (44%), **MANDELN\*** (21%), Kokoschips\* (17%), Datteln\* gemahlen, Agaveninulin\*, Kokosöl\*, Meersalz.



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	1.847 kJ   442 kcal
Fett	20g
> davon gesättigte Fettsäuren	8,0g
Kohlenhydrate	47g
> davon Zucker	13g
Ballaststoffe	13g
Eiweiß	12g
Salz	0,03g

2 × 35g e



DE-ÖKO-001  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft

## NEU & EXKLUSIV SCHOKUS POKUS

Gebackene Bio-Vollkornhaferflocken-Mischung mit Cashewkernen und Bitterschokolade (Kakao: mindestens 67 % im Schokoladenanteil).

Zutaten: **VOLLKORNHAFERFLOCKEN\*** (48%), **CASHEWKERNBRUCH\*** (20%), Bitterschokoladenstücke\* (15%) (Kakaomasse\*, Kokosblütenzucker\*, Kakaobutter\*), Datteln\* gemahlen, Agaveninulin\*, Kakaopulver\* stark entölt, Kokosöl\*.



Ø Nährwerte	pro 100g
Energie	2.372 kJ   571 kcal
Fett	39g
> davon gesättigte Fettsäuren	3,6g
Kohlenhydrate	41g
> davon Zucker	27g
Ballaststoffe	13g
Eiweiß	7,5g
Salz	0,30g

2 × 30g e



DE-ÖKO-013  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft

## NEU COZY ALMOND

Bio-Mandelmus mit Mandelstücken, Kokosblütenzucker und Zimt.

Zutaten: **MANDELN\*** geröstet (38%), Erdmandeln\*, Kokosblütenzucker\* (21%), Sonnenblumenöl\*, **MANDELSTÜCKE\*** geröstet (8%), Zimt\*, Salz.



Ø Nährwerte	pro 100g
Energie	2.427 kJ   585 kcal
Fett	44,7g
> davon gesättigte Fettsäuren	4,7g
Kohlenhydrate	27,4g
> davon Zucker	26,6g
Ballaststoffe	9,9g
Eiweiß	13,4g
Salz	0,13g

1 × 30g e



DE-ÖKO-013  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft

## HAPPY HAZEL

Bio-Haselnussmus mit Kakao und Kokosblütenzucker.

Zutaten: **HASELNÜSSE\*** geröstet (70%), Kokosblütenzucker\* (25%), Kakaopulver\* stark entölt (5%).



Ø Nährwerte	pro 100g
Energie	2.504 kJ   605 kcal
Fett	49,0g
> davon gesättigte Fettsäuren	7,7g
Kohlenhydrate	31,0g
> davon Zucker	17,5g
Ballaststoffe	11,1g
Eiweiß	4,4g
Salz	0,10g

1 × 30g e



DE-ÖKO-013  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft



Ø Nährwerte	pro 100g
Energie	2.556 kJ   617 kcal
Fett	49,0g
> davon gesättigte Fettsäuren	18,0g
Kohlenhydrate	26,0g
> davon Zucker	14,0g
Ballaststoffe	10,0g
Eiweiß	13,0g
Salz	< 0,01g

1 × 30g e



DE-ÖKO-013  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft

## LOVELY COCOA

Bio-Erdmandelmus mit Kakao und Kokosblütenzucker.

Zutaten: Erdmandeln\* (40 %), Sonnenblumenöl\*, Kakaopulver\* stark entölt (10 %), Kokosblütenzucker\* (10 %), Kakaobutter\*.

## SUNNY COCO

Bio-Mandel-Kokosmus mit Mandelstücken und Datteln.

Zutaten: **MANDELN\*** (44%), Kokosnuss\* getrocknet (27%), Datteln\* gemahlen (14%), **MANDELSTÜCKE\*** geröstet (7%), Sonnenblumenöl\*, Reismehl\*.



Ø Nährwerte	pro 100g
Energie	1.776 kJ   422 kcal
Fett	13,0g
> davon gesättigte Fettsäuren	2,6g
Kohlenhydrate	21,0g
> davon Zucker	0,7g
Ballaststoffe	4,6g
Eiweiß	53,0g
Salz	0,11g

1 × 30g e



DE-ÖKO-013  
EU-Landwirtschaft

## NEU HAFERPROTEIN

Bio-Haferproteinpulver.

Zutaten: **HAFERPROTEIN\*** (100 %).



Ø Nährwerte	pro 100g
Energie	1.001 kJ   239 kcal
Fett	1,6g
> davon gesättigte Fettsäuren	0,2g
Kohlenhydrate	33g
> davon Zucker	3,3g
Ballaststoffe	9,5g
Eiweiß	0,01g
Salz	

1 × 5g e



DE-ÖKO-013  
Nicht-EU-  
Landwirtschaft

## NEU OATSOME BLÜTENMIX

Bio-Blütenmischung.

Zutaten: Rosenblüten\* (60 %), Blaue Kornblumenblüten\* (20 %), Ringelblumenblüten\* (20 %).



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	2.322 kJ   560 kcal
Fett	41g
> davon gesättigte Fettsäuren	26g
Kohlenhydrate	31g
> davon Zucker	25g
Ballaststoffe	15g
Eiweiß	9,3g
Salz	0,08g

1 × 35g e



DE-ÖKO-013  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft

### NEU & EXKLUSIV SCHOKO-CHIPS

Bio-Bitterschokoladestücke (Kakao: 67 % mindestens im Schokoladenanteil).

Zutaten: Kakaomasse\*, Kokosblütenzucker\*, Kakaobutter\*.



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	1.573 kJ   374 kcal
Fett	6,6g
> davon gesättigte Fettsäuren	1,0g
Kohlenhydrate	60,6g
> davon Zucker	27,7g
Ballaststoffe	16,5g
Eiweiß	9,8g
Salz	0,03g

1 × 50g e



DE-ÖKO-013  
EU-/Nicht-EU-  
Landwirtschaft

### BENJAMIN BLAUBEER

Bio-Trockenmischung aus Früchten (46 %) und Getreide mit Blau- und schwarzer Johannisbeere.

Zutaten: HAFERVOLLKORNSCHROT\* (27%), VOLLKORN-HAFER\* gemahlen (17%), Bananen\* getrocknet, Blaubeeren\* gefriergetrocknet (13%), Datteln\* gemahlen, Chiasamen\* (Salvia hispanica), schwarze Johannisbeeren\* gefriergetrocknet (4%), Baobab-Fruchtfleisch\*, Erdbeeren\* gefriergetrocknet.



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	1.490 kJ   354 kcal
Fett	7,0g
> davon gesättigte Fettsäuren	1,1g
Kohlenhydrate	55,8g
> davon Zucker	27,1g
Ballaststoffe	15,1g
Eiweiß	9,5g
Salz	0,02g

1 × 50g e

### ALICE IM BEERENLAND

Trockenmischung aus Früchten (53 %) und Getreide mit Erdbeere und Açaíbeere.

Zutaten: HAFERVOLLKORNFLOCKEN (25%), Erdbeeren gefriergetrocknet (20%), Datteln gemahlen, VOLLKORN-HAFER gemahlen (14%), Bananen getrocknet, Chiasamen (Salvia hispanica), Baobab-Fruchtfleisch, Açaíbeeren gefriergetrocknet (1%), schwarze Johannisbeeren gefriergetrocknet.



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	1.640 kJ   390 kcal
Fett	8,8g
> davon gesättigte Fettsäuren	2,6g
Kohlenhydrate	61,8g
> davon Zucker	21,4g
Ballaststoffe	13,4g
Eiweiß	9,2g
Salz	0,46g

1 × 50g e

### CHOCO CRUSH

Trockenmischung aus Früchten (23 %), Getreide und Kakao.

Zutaten: HAFERVOLLKORN zartschmelzend (18%), Datteln gemahlen, VOLLKORN-HAFER gemahlen (15%), HAVERMEHL hydrolysiert (15%), Erdmandeln gemahlen, Kakaopulver (9%), Bananen gefriergetrocknet, HAFERVOLLKORNSCHROT (4%), Flohsamenschalen, Meersalz.



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	1.503 kJ   356 kcal
Fett	4,1g
> davon gesättigte Fettsäuren	0,7g
Kohlenhydrate	64,3g
> davon Zucker	30,0g
Ballaststoffe	12,7g
Eiweiß	9,2g
Salz	0,01g

1 × 50g e

### ELSA ERDBEER

Trockenmischung aus Früchten (49 %) und Getreide mit Erdbeere und Banane.

Zutaten: HAFERVOLLKORN zartschmelzend (29%), Bananen getrocknet (24%), Erdbeeren gefriergetrocknet (18%), VOLLKORN-HAFER gemahlen (18%), Datteln gemahlen, Flohsamenschalen, Acerola gefriergetrocknet.



Ø Nährwerte	pro 100 g
Energie	1.963 kJ   470 kcal
Fett	23,1g
> davon gesättigte Fettsäuren	2,6g
Kohlenhydrate	51,9g
> davon Zucker	25,4g
Ballaststoffe	11,0g
Eiweiß	8,1g
Salz	0,49g

1 × 50g e

### HOLLA DIE NUSSFEE

Trockenmischung aus Früchten (24 %), Getreide und Nüssen mit Haselnuss und Tonka.

Zutaten: HASELNÜSSE gemahlen geröstet (16%), Datteln gemahlen, HAFERVOLLKORN zartschmelzend (14%), Erdmandeln gemahlen, HAVERMEHL hydrolysiert (12%), HASELNÜSSE gehackt geröstet (10%), Bananen gefriergetrocknet, VOLLKORN-HAFER gemahlen (6%), Flohsamenschalen, Kakaopulver, Tonkabohnen gemahlen, Meersalz.



Ø Nährwerte	pro 100 g Trockenmischung
Energie	1.725 kJ   413 kcal
Fett	18,0g
› davon gesättigte Fettsäuren	3,8g
Kohlenhydrate	43,5g
› davon Zucker	21,0g
Ballaststoffe	14,9g
Eiweiß	11,8g
Salz	0,03g

1 × 50g e

## KAKAO-GEFLÜSTER

Trockenmischung aus Früchten (29 %), Getreide und Nüssen mit Haselnuss und Kakao.

Zutaten: Kakaopulver (18%), **HASELNÜSSE** gehackt geröstet (16%), Datteln gemahlen, **VOLLKORN-HAFER** gemahlen (15%), **HAFERVOLLKORNSCHROT** (14%), Bananen gefriergetrocknet, Chiasamen (*Salvia hispanica*), Flohsamenschalen, Ceylon-Zimt.



Ø Nährwerte	pro 100 g Trockenmischung
Energie	1.664 kJ   398 kcal
Fett	14,0g
› davon gesättigte Fettsäuren	2,6g
Kohlenhydrate	46,6g
› davon Zucker	20,2g
Ballaststoffe	16,6g
Eiweiß	13,0g
Salz	0,42g

1 × 50g e

## NEU & EXKLUSIV LEBKUCHENEXPRESS

Trockenmischung aus Früchten (27%) und Getreide mit Lebkuchengewürz und Mandeln.

Zutaten: **HAFERVOLLKORNSCHROT** (20%), Datteln gemahlen, **VOLLKORN-HAFER** gemahlen (18%), **MANDELN** gehackt (14%), Kakaopulver, Bananen gefriergetrocknet, Chiasamen (*Salvia hispanica*), Flohsamenschalen, Orangen gefriergetrocknet, Lebkuchengewürz, Meersalz.



Ø Nährwerte	pro 100 g Trockenmischung
Energie	1.726 kJ   412 kcal
Fett	15,9g
› davon gesättigte Fettsäuren	10,1g
Kohlenhydrate	49,3g
› davon Zucker	29,8g
Ballaststoffe	13,8g
Eiweiß	11,1g
Salz	0,03g

1 × 50g e

## MANGO MIA

Trockenmischung aus Früchten (41%) und Getreide mit Mango und Maracuja.

Zutaten: Mango getrocknet (13%), **HAFERVOLLKORNSCHROT** (13%), Bananen gefriergetrocknet, Kokosnuss gemahlen (13%), Kokonuss geraspelt (11%), **VOLLKORN-HAFER** gemahlen (11%), Chiasamen (*Salvia hispanica*), Maracuja gefriergetrocknet (7%), Datteln gemahlen.



Ø Nährwerte	pro 100 g Trockenmischung
Energie	1.725 kJ   411 kcal
Fett	11,5g
› davon gesättigte Fettsäuren	1,6g
Kohlenhydrate	59,3g
› davon Zucker	29,6g
Ballaststoffe	16,7g
Eiweiß	9,3g
Salz	0,30g

1 × 50g e

## ZIMTERELLA

Trockenmischung aus Früchten (38%) und Getreide mit Nüssen und Apfel und Zimt.

Zutaten: Apfel gefriergetrocknet (15%), **HAFERVOLLKORN** zartschmelzend (15%), **VOLLKORN-HAFER** gemahlen (15%), Datteln gemahlen, Erdmandeln gemahlen, **MANDELN** gehackt (8%), Chiasamen (*Salvia hispanica*), Mandarinen gefriergetrocknet (5%), Bananen gefriergetrocknet, Flohsamenschalen, Ceylon-Zimt (1,8%), Acerola gefriergetrocknet, Meersalz.



Ø Nährwerte	pro 100 g Trockenmischung
Energie	1.884 kJ   450 kcal
Fett	17,4g
› davon gesättigte Fettsäuren	4,6g
Kohlenhydrate	44,5g
› davon Zucker	19,7g
Ballaststoffe	10,3g
Eiweiß	23,6g
Salz	0,54g

1 × 55g e

## STRONG PEANUT

Trockenmischung aus Getreide und Proteinmehlen mit Erdnuss und Bitterschokolade (Kakao: mindestens 67% im Schokoladenanteil).

Zutaten: **HAFERVOLLKORN** zartschmelzend (27%), **ERDNÜSSPROTEIN** (19%), **ERDNÜSSE** gehackt geröstet (15%), Datteln gemahlen, Bitterschokoladenstücke (10%) (Kakaomasse, Kokosblützucker, Kakaobutter), **HAFERPROTEIN** (8%), Bananen gefriergetrocknet, Meersalz, Bourbon-Vanille.



1 × 7,5g e

## MERRY ZIMT

Bio-Kräutertee mit Bio-Apfel und Bio-Zimt, natürlich aromatisiert mit Apfel- und Zimtgeschmack.

Zutaten: Rooibos\*, Apfelstücke\* (43%), Zimt\* (4%), Süßkraut\*, natürliches Apfeleroma, Zimtöl.

