



Bioladen Momo

Hans- Böckler- Strasse 1
Telefon: 0228 - 46 27 65
Thekenfon: - 54 90 73
Fax: - 97 20 695

in 53225 Bonn - Beuel
Abofon: - 54 90 70
Abofax - 54 90 72
Metzger shop-in-shop - 47 83 39

www.bioladen-momo.de: Rezepte, Onlineshop, Hintergrund

MOMOs Abwahlliste

Bitte zurück an Momo

Name, Liefertag, Kundennummer: _____

Wir versuchen, Ihre Abneigungen und Präferenzen zu berücksichtigen. Dazu können Sie uns diese Liste ausgefüllt zukommen lassen.

Produkte, die Sie nie in Ihrer Kiste vorzufinden wünschen, bitte durchstreichen.

Andere, die Sie gerne essen, unterstreichen. Wir ersetzen dann vornehmlich mit Ihren Präferenzen.

Beachten Sie bitte:

- Je mehr Produkte Sie abwählen um so schwieriger gestaltet sich für uns das Zusammenstellen; wenn Sie mehr als zwei/drei Produkte abwählen möchten macht es eher Sinn, Sie bestellen zB ausschliesslich regionales Obst oder rohköstliches Gemüse o.ä..

- Wir bieten jede Woche gezielt Ersatzprodukte an; andere Ware hat den normalen Laden-Verkaufspreis, ist also teurer als im Abo.

- Die Erfahrung lehrt: Weniger ist mehr! Übertreiben Sie es nicht mit der Abwahl, es entgehen Ihnen viele Köstlichkeiten.

Wir haben reichlich feedback unserer Kunden erhalten, die endlich "lernten" an Fenchel, Pastinake und Co Freude zu finden und so ihren Speiseplan erweiterten. Oft sind es nur schlechte Kindheitserfahrungen zerkochten Kohls oder Spinats ;-), oder fehlende Hinweise zur Zubereitung, die manchem das eine oder andere Gemüse vergrämen.

Kann auch sein dass Sie einen eigenen Kräutergarten, Gemüsehain oder Walnußbaum haben...

GEMÜSE, KRÄUTER, PILZE:

Artischocke,
Aubergine,
Austernpilz,
Bärlauch,
Blumenkohl,
Bohnen,
Brokkoli,
Champignons,
Chicoree,
Chinakohl,
Endivie,
Erbsen,
Feldsalat,
Fenchel,
Grünkohl,
Ingwer,
Knoblauch,
Kohlrabi,
Kürbis,
Landgurke,
Mais,
Mangold,
Meerrettich,
Möhren,
Paprika grün,
Petersilie,
Pak Choi,
Paprika gelb und rot,
Pastinaken,
Petersilienwurzel,
Porree,
Radieschen,
Rettich,
Rosenkohl,
Rote Bete,
Rotkohl,
Rübchen,
Rucola,
Salat, Blattsalt,
Schlangen- oder Minigurke,
Schwarzwurzel,
Sellerie,
Selleriestaude,
Shiitake,
Spargel,
Spinat,
Spitzkohl,
Steckrübe,
Tomaten,
Weisskohl,
Wirsing,
Zucchini
Zuckerhutsalat,
Zwiebeln,
Bundzwiebeln.

KRÄUTER

Alle Kräuter,
Basilikum,
Bohnenkraut,
Dill,
Kresse,
Petersilie glatt,
Petersilie kraus,
Pfefferminze,
Salbei,
Schnittlauch.

OBST & NÜSSE:

Ananas,
Apfel,
Aprikose,
Avokado,
Banane,
Birne,
Beeren,
Clementinen,
Erdbeeren,
Grapefruit,
Haselnuss,
Honigmelone,
Kirschen,
Kiwi,
Mandarinen,
Mandeln,
Mango,
Maronen,
Nektarine,
Orangen,
Pfirsich,
Pflaume,
Quitte,
Rhabarber,
Traube,
Walnuss,
Wassermelone,
Zitronen.