

Jänner-Februar 2026 / €1,-

BILLA

**GRATIS
MAGAZIN**

für jö Bonus Club
Mitglieder

FRISCH GEKOCHT

Für Ihren
Einkauf:
BONS
zum Sparen
ab Seite 173

Vegavita
Chirashi Sushi
Bowl auf
Seite 127

Lust auf Neues

61 Rezepte für Winter-Wohlfühlsalate,
Kuchen mit Zitrusfrüchten und
pflanzliche Trendgerichte

Inhalt *Jänner & Februar 2026*

FAMILIE

21 Kids-Ecke

Ein Rezept aus dem aktuellen
FRISCH GEKOCHT kids-Magazin!

23 Mittagspause gut geplant

Wir kochen vor: bestes österreichisches
Frischfleisch von Hofstädter.

34 Meal Prep

Guacamole auf Vorrat: 1 Grundrezept,
4 köstliche Mahlzeiten.

40 BILLA Mitarbeiter:innen laden ein

BILLA Vertriebsmanagerin Suzana Bauer
stellt ihren Arbeitsalltag vor.

42 Ein Kauf, fünf Gerichte

Preiswert kochen mit Clever-Produkten.

48 Eins für alle

Serviettenknödel für 4 Ernährungsarten:
klassisch, glutenfrei, laktosefrei und
pflanzlich.

51 Soup Season – wärmende Suppen

In ihrem neuen Kochbuch schwingt
@piaundhalloumi den Suppenlöffel.
Wir zeigen Ihnen 5 Rezepte.

65 Fertig in 30 Minuten

Blitzschnelle Familienküche.

69 Die Party kann beginnen!

Mit unseren bunten Snacks aus Zutaten
von BILLA immer gut ist alles vorbereitet!

REGIONAL & NACHHALTIG

88 Regionale Partner:innen

Lieferant:innen unserer heimischen
Spezialitäten im Porträt.

94 Fairer leben

BILLA Initiativen zum Start ins neue Jahr.

96 Wohlfühlmischung

Aromatische Wintersalate mit der Bio-
Vielfalt von Ja! Natürlich und BILLA Bio.

111 Lebenszyklus

Mango in allen Reifegraden verwerten.

6 FRISCH GEKOCHT

GENUSS

122 Einfach die Welt genießen

COVERREZEPT

Mit Vegavita Produkten gelingen
internationale Gerichte rein pflanzlich.

136 Geschmackssache

Würzkunde über Vanille und
2 Rezepte.

140 Wenn schon sauer, dann süß!

Wenn saure Zitrusfrüchte Hochsaison
haben, bereiten wir damit süße
Köstlichkeiten zu!

155 Räucherf(r)isch

Wir geben dem Heringsschmaus
heuer einen rauchigen Twist!

FRISCH GEKOCHT

5 Editorial

Vorgeschmack auf die Ausgabe.

9 Fanzone

Leser:innen-Rezepte und Kochtipps.
PLUS Gewinnspiel.

14 Lust auf Jänner & Februar

Tipps aus unserer Ideenküche.

168 Küchenhelfer im Porträt

Airfryer: Tipps und 1 Rezept.

170 Ihre verspielte Seite

Rätseln und gewinnen.

PLUS Gewinnspiel.

171 Eine (genuss-)volle Tasche

Mitmachen und eine Einkaufstasche
voll mit BILLA Produkten gewinnen!

PLUS Gewinnspiel.

177 Rezeptregister

Alle **FRISCH GEKOCHT**-Rezepte im
Jänner & Februar.

178 FRISCH GEKOCHT im März & April

Ostern mit der Familie, Bio-Wochen-
end-Lunch, Fleisch mit Saft u. v. m.

Einkaufen bei

BILLA
BILLA PLUS

- 10 Alles neu im Jänner & Februar – bei BILLA und BILLA PLUS!
- 13 Trends bei BILLA
- 19 BILLA immer gut Wok Gemüse natur
- 39 4 neue BILLA immer gut Produkte im Check
- 78 BILLA immer gut für die Faschingsparty
- 80 iglo Edamame Sojabohnen
- 85 Da komm' ich her! weißer Chicorée
- 93 Ja! Natürlich Bio-Fischfond
- 108 Ja! Natürlich und BILLA Bio Spezialitäten zum Jahresbeginn
- 114 Bio-Landwirtschaft mit Agroforst
- 121 Getränk des Monats
- 134 Genussvoller Veganuary mit Vegavita
- 173 4 Einkaufs-Bons zum Sparen



Coverfoto:
Matthias Piket/Marian
Inhouse-Agentur
Foto: **Chirashi Sushi mit
Räuchertofu und Räucherlaxx**



23

Meal Prep
ganz herzlich



155

Räucherfisch-
Raffinesse



96

Salatliebe in
Bio-Qualität



140

Fruchtig, frisch
und voller Sonne:
süße Zitrus-
Highlights



122

Liebliche aus
aller Welt –
verpflanzlicht!

ABENTEUER RUNDREISE



billareisen.at 01 580 99 580

MEHR VON DER WELT

SÜDSCHWEDEN Rundreise



inkl. Ausflugspaket
i. W. v. € 249.–

Ihre Leistungen

- Flug mit Austrian Airlines (Economy) nach Stockholm und zurück
- Transfers und Rundreise im Reisebus
- 7 Nächte mit Frühstück
- 4 Stadtrundfahrten (Stockholm, Göteborg, Malmö und Kopenhagen), Ausflug Gränna, Gamla Linköping



Termine/Preise 2026 p.P. in €

STO00005

Abflughafen: Wien	7 Nächte
11.5., 17.8.	1.049.–
8.6., 6.7., 20.7., 3.8.	1.149.–
22.6.	1.199.–

Powered by TRANSAIR. Zuschläge pro Person/Aufenthalt: Einzelzimmer € 320.–, Halbpension € 336.–, Bootsfahrt Sydkoster € 19.–, Mindestteilnehmer: 20 Personen. Details unter www.billareisen.at/STO00005

7 Nächte/NF & Flug p.P. ab € **1.049.–**

PORTUGAL – GALICIEN Rundreise



Ihre Leistungen

- Flug mit Austrian Airlines/SWISS (Economy, tlw. Umsteigeverbindung) nach Porto und zurück
- Transfers und Rundreise im Reisebus
- 7 Nächte in 4-Sterne-Hotels (Landeskategorie) mit Frühstück
- Schifffahrt auf dem Douro u. v. m.



Termine/Preise 2026 p.P. in €

OPO00020

Abflughafen: Wien	7 Nächte
7.5.	1.399.–
18.6.	1.599.–
28.5.	1.649.–

Powered by TRANSAIR. Zuschläge pro Person/Aufenthalt: Einzelzimmer € 300.– (7.5.2026) bzw. € 380.– (28.5. & 18.6.2026), Halbpension (6x Abendessen) € 96.–, Mindestteilnehmer 15 Personen. Details unter www.billareisen.at/OPO00020

7 Nächte/NF & Flug p.P. ab € **1.399.–**

Buchbar von 24.12.2025 bis 18.2.2026

jö schau, bei jeder Buchung Ös sammeln. Für Ihre Buchung bei BILLA Reisen bekommen Sie als jö Mitglied, nach Abreise, 500 wertvolle Ös gutgeschrieben. Lösen Sie Ihre gesammelten Ös jederzeit gegen ganz persönliche und exklusive Vorteile ein. Weitere Details und Informationen zum jö Bonus Club finden Sie unter www.billareisen.at/jo-club (nur bei Angabe Ihrer jö Mitglieds-Nr.).

Es gelten die Geschäftsbedingungen der DERTOUR Austria GmbH. Als Anzahlung werden 20% des Arrangementspreises plus Prämie einer allfälligen Reiseversicherung innerhalb von 10 Tagen nach Erhalt der Bestätigung fällig, Restzahlung nicht früher als 20 Tage vor Reiseantritt. Der Vertrag kommt zwischen dem Reisenden und dem Reiseveranstalter zustande, wenn Übereinstimmung über die wesentlichen Vertragsbestandteile (Preis, Leistung, Termin) besteht. Druckfehler, Änderungen und Verfügbarkeit vorbehalten. Veranstalter: DERTOUR Austria GmbH, IZ-NÖ-Süd, Straße 3, Objekt 16, A-2355 Wr. Neudorf, Postanschrift: EURO PLAZA 1A, 3. OG., Am Europlatz 1, A-1120 Wien. Tel.: 01/580 99 580. Gerichtsstand: Wien, Landesgericht Wiener Neustadt FN 171549 d. GISA-Nummer 13590093. UIDNr.: ATU45171709. Alle Kundengelder sind gemäß Pauschalreiseverordnung mittels Bankgarantie Nr. GA3119-04143 bei der Raiffeisen Bank International abgesichert. Sämtliche Ansprüche sind bei sonstigem Anspruchsverlust nachweislich innerhalb von 8 Wochen ab Schadenseintritt beim Abwickler, Europäische Reiseversicherung AG, A-1220 Wien, Kratochwiljstraße 4, Tel.: 01/317 25 00, E-Mail: prv@europaeische.at, anzumelden.

FANZONE

Wir freuen uns, von Ihnen zu lesen!

KÜCHENHACK VON LENA E.

Bei Teigen mit Esslöffel-/Teelöffel-Angaben mit dem jeweiligen Löffel eine Mulde ins Mehl drücken und in diese jeweils die Zutat einfüllen. So macht man den Löffel nicht schmutzig und kann ihn mehrmals für trockene wie auch feuchte Zutaten verwenden, ohne dass diese am Löffel kleben bleiben.



EINSENDUNG VOM TEAM DER LEBENSHILFE IN VÖCKLABRUCK

No-bake-Pistazien-Cheesecake

Aus der **FRISCH GEKOCHT**-Ausgabe Oktober 2025 haben wir den „No-bake-Pistazien-Cheesecake“ nachgemacht und er ist so super gelungen, dass kein Stück übrig geblieben ist.



EINSENDUNG VON VIVIEN A.

Palatschinkentorte mit Brie und Rucola

Palatschinken kennen wir klassisch gewickelt oder gerollt, als süße oder deftige Variante. In der **FRISCH GEKOCHT**-Oktober-Ausgabe als Torte handelt es sich um ein Rezept „reloaded“. Es ist perfekt, geschmacklich ein Traum mit Brie und, wenn man Rucola so wie ich mag, ein Hammer!

Die Rezepte zu den Einsendungen unserer Community finden Sie unter billa.at/no-bake-pistazien-cheesecake und billa.at/palatschinkentorte-mit-brie-und-rucola



GEWINNEN SIE BILLA GUTSCHEINE

Die Einsender:innen der veröffentlichten Rezeptbilder und Tipps erhalten einen BILLA Gutschein im Wert von € 50,-

So sind Sie dabei: Teilen Sie mit uns Ihre Kocherlebnisse! Kochen Sie ein Lieblingsrezept, aus **FRISCH GEKOCHT** oder Ihrem persönlichen Fundus, und fotografieren Sie es. Mailen Sie uns das Foto (hochauflösend und scharf, mit dem Gericht vollständig abgebildet) mit dem Rezept und ein paar erklärenden Worten. Bitte geben Sie Rezepttitel, gegebenenfalls Erscheinungsmonat und -jahr der Ausgabe an. Oder schicken Sie uns Ihren liebsten Küchentipp! Betreff: „Fanzone“. Einsendeschluss: 15. 2. 2026. Bei Auslosung wird Ihre Einsendung im Heft sowie auf billa.at veröffentlicht. Alle weiteren Infos zur Teilnahme auf Seite 172!



Besuchen Sie uns online!

Und holen Sie sich viele weitere Rezeptideen auf billa.at/rezepte

Sie haben Fragen und Anregungen

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns! Der BILLA Kundenservice steht Ihnen gerne zur Verfügung!

Hotline: 0800/828 700

E-Mail: kundenservice@billa.at

Website: billa.at

facebook.com/billa

youtube.com/billa

x.com/billa_at

instagram.com/billa_at

pinterest.com/frischgekocht

tiktok.com/@billa_at



BILLA

Jetzt frisch im Regal.

Aktuelle Produktneuheiten in Ihrem BILLA Markt.

①



②



③



Bio

④



100% PFLANZLICH

Aus 100% Bio-Hartweizen in Griechenland hergestellt.

⑤



⑥



Bringt Street-food-Vibes ins Eisregal!

ALLES NEU

Bei BILLA und BILLA PLUS gibt es neue Köstlichkeiten! Kommen Sie vorbei und genießen Sie den Winter!

BILLA
ONLINE
SHOP

1 Radlberger Minecraft Das Erfrischungsgetränk vereint den Durstlöcher aus der Kindheit und die Abenteuer des beliebten Videospiele mit einer fruchtigen Kombi aus Apfel, Traube und Melone.
Preis: **0,33 l, € 1,29**

2 BILLA immer gut Snackini Perfekt für die Jause, als Snack zum Teilen und Mitnehmen: Die Snackwürstchen mit 100% österreichischem Fleisch sind mild geräuchert und einzeln verpackt.
Preis: **125 g, € 3,99**

3 BILLA Bio Kritharaki* Die reisförmige Pasta ist eine Spezialität aus der griechischen Küche und köstlich als Suppeneinlage, als Beilage zu Fleisch und Fisch oder in Salaten und Aufläufen.**
Preis: **500 g, € 1,99**

4 Vegavita Burger Patties* Die perfekte Burger-Alternative für bewussten Genuss! Die tiefgekühlten Laibchen aus Sojaprotein sind frei von Palmöl, Geschmacksverstärkern und Farbstoffzusätzen.**
Preis: **230 g, € 3,69**

5 Nöm Pro Skyr Vanille oder Erdbeere Vereint vollmundigen Skyr mit Erdbeer- oder Vanilleschmack und liefert 45 g Protein pro Becher – ideal als Frühstück, Snack oder nach dem Workout.
Preis: **400 g, € 1,99**

6 Ben & Jerry's Churrifically Churros-y Cremiges Karamell-Eis trifft auf Sweet-Cream-Eis, Kekstücke mit Churros-Geschmack, knusprige Zimtzucker-Stückchen und dunkle Schokosauce.
Preis: **465 ml, € 6,99**

BILLA PLUS

Neues für Feinschmecker:innen.
Genussvolle Produkte, frisch eingetroffen bei BILLA PLUS.



Frei von Konservierungsstoffen und Geschmacksverstärkern.



Fotos: Marian Inhouse-Agentur (10), Hersteller (7)

1 Omis Schmanckerl von BILLA Mohnnudeln mit Apfelsmus Zarte Schupfnudeln, in Mohnzucker gewälzt, serviert mit fruchtigem Apfelsmus – ein Klassiker aus Omis Küche, schnell zubereitet.
Preis: **330 g, € 3,99**

2 Hagn Gelber Muskateller 2025 Ein Weißwein mit blumigen Muskateller-Aromen in der Nase, am Gaumen präsentiert sich eine glasklare Frucht nach Holunderblüten und reifen Orangen.**
Preis: **0,75 l, € 8,99**

3 Stips Hell Das Bier von Kabarettist Thomas Stipsits: ein handwerklich gebrautes, helles Lager mit 4,8% vol. Herrlich süffig, mild und erfrischend – ein Bier für gesellige Momente. Zisch ein Stips!**
Preis: **0,33 l, € 1,49**

4 Brandner's Salzburger Chutneys* Ideal zu Fleisch und Käse: die fruchtig-würzigen Chutney-Kompositionen Preiselbeer Hagebutte Cumberland Style und Himbeer Feige Thymian.**
Preis: **200 g, € 4,99**

5 Wagner Air Fryer Snack Salami Pizza für die Heißluftfritteuse, mit Mozzarella-Edamer-Mix und Mini-Salami-Scheiben.
Preis: **195 g, € 2,79**

6 BILLA immer gut Zwetschkenknödel Aus flaumigem Topfenteig, mit ganzen Zwetschken ohne Kern, hergestellt in Österreich.**
Preis: **630 g, € 5,69**

7 Innocent Shots Bauch Balance mit lebenden Kulturen, Kalzium und Apfelessig. **Wake up** mit Koffein, Vitamin B12 und Guarana.
Preis: **80 ml, € 2,49**

8 Haubis Bio-Einkornbrot Die nussigen Aromen der Sortenrarität Urkorn werden mit Sesam und Amaranth perfekt abgerundet.
Preis: **600 g, € 3,79**

VÖSLAUER

DEIN PLUS:



MAGNESIUM

nachhaltig #jungbleiben



**TRENDS
BEI BILLA**

Immer UP TO DATE

FRISCH GEKOCHT
Frische Trends bei BILLA

Bei BILLA finden Sie stets eine Auswahl an aktuellen Foodtrends. Diese Innovationen gibt es zum Jahresbeginn neu in den BILLA PLUS Märkten!

INNOVATION

INNOVATION voller Pilzpower

Herzhafter Umami-Geschmack und jede Menge Protein: Mushrooms bietet rein pflanzliche Produkte auf Basis von Pilzen und ganz ohne künstliche Aromen und Geschmacksverstärker, bei denen saftig-aromatischer Genuss im Vordergrund steht.

Mushrooms Pilz-Hack, Pilz-Patties, Pilz-Bällchen Classic und Mediterraner Art*

Preis: **Pilz-Hack: 180 g, € 3,69**

Pilz-Patties: 170 g, € 3,69

Pilz-Bällchen: 165 g, € 3,69

**GENUSS
HYPE**



Vegavita Fabeljau Filet Fisch-Art

Preis: **110 g, € 3,99**

Der neue Fabeljau von Vegavita basiert auf Pilzmycel – einem natürlichen Netzwerk aus Pilzfäden, das durch Fermentation zu einem zarten, faserigen Filet wird. Diese innovative Proteinquelle sorgt für die authentische Fischtextur und für den unverwechselbaren Geschmack des Filets Fisch-Art. Algenöl mit Omega-3-Fettsäuren, Ballaststoffe sowie die Vitamine B6, B12 und Folsäure runden die vollwertige Zutatenliste ab. Für besten pflanzlichen Genuss.



Fotos: Hersteller (6), Shutterstock, Eva Strateva/Marian Inhouse-Agentur, Marian Inhouse-Agentur

Preisänderungen vorbehalten.

*Diese Produkte sind ab Mitte Jänner 2026 erhältlich.

IDEENKÜCHE

im Jänner & Februar

Das neue Jahr kann beginnen – wir sind bereit für viele frische, nachhaltige und gesunde Ideen.

FAMILIE

Regional, saisonal

Voll guter Vorsätze starten wir ins neue Jahr – und wollen auch darauf schauen, woher unser Obst und Gemüse stammt. Je saisonaler und regionaler, desto besser für die Umwelt. Der BILLA Saisonkalender zeigt auf einen Blick, was bei uns gerade frisch oder lagerfähig zur Verfügung steht, und ist außerdem die beste Inspirationsquelle. Zu finden auf: billa.at/saisonkalender



FAMILIE

Keller richtig lüften

Im Winter sollten Kellerräume gut gelüftet werden, um Schimmel zu verhindern – am besten, sobald es im Keller wärmer ist als draußen. Als Faustregel gilt: den Keller täglich für etwa 5–10 Minuten stoßlüften. Dauerkippen vermeiden, damit der Keller nicht zu stark auskühlt!



NATUR

Besser streuen

Salz ist ein beliebtes Mittel gegen vereiste Wege: Es senkt den Gefrierpunkt von Wasser, verhindert so die Eisbildung und bringt vorhandenes Eis zum Schmelzen. Doch es ist nicht harmlos für die Umwelt – es verändert etwa den pH-Wert des Bodens und ist schädlich für Pfoten von Haustieren. Nachhaltige Alternativen sind etwa Sand, Splitt, Lavagranulat oder auch feine Holzspäne, die wieder eingesammelt werden können.



GO GREEN MIT
Blühendes Österreich*

Weniger ist mehr

Lichterketten können in der dunklen Jahreszeit stimmungsvolles Licht verbreiten. Dieses künstliche Licht kann aber Tiere stören und Insekten schaden. Weniger, gezieltes Licht verhindert Lichtverschmutzung, schützt so Natur und Mensch und spart Energie. Mehr Infos dazu: bluehendesoesterreich.at (Suchbegriff: Beleuchtung)



FRISCH GEKOCHT

Lust auf Jänner & Februar



KRAFT & ENERGIE!

- 16g EIWEISS
- 4g BALLASTSTOFFE
- 13 VITAMINE
- 13 MINERALSTOFFE
- HOCHKALORISCH

COMPLETE

ALLINNUTRITION.COM

SIE BRAUCHEN: Eierkarton, Schere und/oder Messer, Farben (Acryl- oder Wasserfarben) und Pinsel, Gummiband. Zum Verzieren: Klebstoff, Federn, Glitzer, Wolle ...

DIY Upcycling



Kinder-Faschingsmasken

Die Faschingsparty kann steigen! Mit ein paar Handgriffen und etwas Fantasie werden aus alten Eierkartons lustige Masken.

1. Aus dem Eierkarton die gewünschte Maskenform ausschneiden. Für eine einfache Augenmaske beispielsweise zwei zusammenhängende Eierbecher wählen, für eine Nasenmaske einen einzelnen Becher oder den dazwischenliegenden Trenner verwenden.
2. Ggf. vorsichtig zwei Augenlöcher in die Maske schneiden.

3. Nun wird es bunt: Die Maske wird nach Belieben und je nachdem, was sie darstellen soll, eingefärbt. Acryl- oder Wasserfarbe gut trocknen lassen. Danach kann die Maske mit Hilfe von Klebstoff mit Federn, Glitzersteinchen, Wollresten etc. verziert werden.

4. An den beiden Seiten je ein kleines Loch in den Karton stechen oder schneiden, ein Gummiband durchfädeln und gut verknoten (die Länge am besten durch Aufprobieren ermitteln, damit die Maske optimal sitzt).

LEBEN

Pflanzlich ins neue Jahr

Seit einigen Jahren gibt es den Veganuary – eine Initiative, die uns dazu ermutigt, im Monat Januar die volle Bandbreite pflanzlicher Ernährung auszukosten. Wie aber anfangen? Am besten mit kleinen Schritten, wie etwa die Kuhmilch durch einen Drink auf Pflanzenbasis zu ersetzen. Noch mehr Tipps hat die Vegane Gesellschaft Österreich auf Lager: vegan.at



Omīs

Schmankerl von **BILLA**

IM HERZEN WIRD'S WARM BEI NOCKERLN & KAISERSCHMARRN.



Unter der Telefonnummer 0800 828 700 erfahren Sie, ob Ihr Markt dieses Produkt führt.

Jetzt im Kühlregal bei:

BILLA & BILLA PLUS

ADEG



FAMILIE

*Einfach, schnell
und köstlich:
So schmeckt's der
ganzen Familie!*

MEAL PREP MIT FLEISCH

Was Herzhaftes für
die Pause

SUPPENSAISON

Cremig oder klar –
Suppen schmecken
an Wintertagen gleich
noch besser!

LET'S PARTY!

Süße und pikante
Snacks, die Spaß
machen

FAMILIE
Gemeinsam genießen





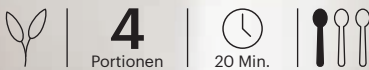
EXTRA NUSSIG

Für ein intensiveres Nussaroma können Sie zusätzlich 1 TL Sesamöl gegen Ende der Garzeit unter das Gemüse mischen.

Das mache ich aus

Gemüsewok mit Nüssen und Jasminreis

Pro Portion: 840 kcal | 24 g EW
81 g KH | 44 g Fett | 6,7 BE



- 300 g Jasminreis
- 200 g Nusskern-Mix ungesalzen
- 5 EL Sojasauce
- 1 rote Zwiebel
- 3 EL Erdnussbutter
- 3 EL süße Chilisauce
- 3 EL Rapsöl
- 700 g tiefgekühltes BILLA immer gut Wok Gemüse natur*
- 1 Bund Koriander
- 1 Limette
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Reis nach Packungsanleitung zubereiten.
2. Inzwischen Nüsse ohne Öl kurz anrösten, bis sie leicht Farbe annehmen. Mit 1 EL Sojasauce beträufeln und kurz durchschwenken. Auf einem Teller beiseitestellen.
3. Zwiebel schälen und in Spalten schneiden. Erdnussbutter, Chilisauce, 4 EL Sojasauce und 50 ml Wasser glatt rühren.
4. Einen Wok stark erhitzen, Rapsöl hineingeben und das Wokgemüse darin bei hoher Hitze unter häufigem Rühren 5–6 Min. sautieren, bis es durchgewärmt und noch leicht bissfest ist.



BILLA immer gut Wok Gemüse natur*

Preis: 700 g, € 2,79

MARIAS TIPP:

Für Wokgerichte im Handumdrehen: Die Tiefkühlmischung aus geschnittenem, blanchiertem Gemüse und Pilzen macht asiatische Nudel- und Reispfannen komplett.

5. Sauce unterrühren und ca. 1 Min. einkochen lassen, bis sie das Gemüse umhüllt. Zwiebspalten und Nüsse unterheben und kurz durchschwenken, salzen und pfeffern.
6. Gemüse und Reis anrichten, mit Koriander bestreuen, Limettenspalten dazureichen.



VIELFALT IST BILLA

immer gut



MARIA ANGELINI-SANTNER
FÜR BILLA

BILLA BILLA PLUS



BILLA FRISCH GEKOCHT kids



Hallo Kids! Mit Bella und Ben geht's in ein neues Jahr voll bunter Rezepte und Kochabenteuer! Seid ihr dabei?



**DAS AKTUELLE KIDS
IN DEINEM
BILLA & BILLA PLUS**



KOHLRABI-SALAT *mit Erdnüssen*

😊 4 Portionen ⌚ 30 Minuten 🥄 kalt

Pro Portion: 151 kcal, 6 g EW, 15 g KH, 7 g Fett, 1,3 BE

Das brauchst du:

- 1–2 Kohlrabi (500 g mit Schale, ohne Schale ca. 410 g)
- 1 große Karotte
- 100 g Kirschtomaten
- 50 g gesalzene Erdnüsse
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Limette (Saft)
- 4 EL Fischsauce
- 1 EL brauner Rohrzucker
- 2 Zweige Koriander

Und so geht's:

- 1 Schäle den Kohlrabi und die Karotte mit einem Sparschäler. Schneide beides in feine Streifen. Wasche die Kirschtomaten in einem Sieb unter kaltem Wasser. Halbiere sie mit einem Messer.
- 2 Hacke die Erdnüsse grob. Schäle den Knoblauch und presse ihn.
- 3 Presse den Saft der Limette aus.
- 4 Vermenge Kohlrabi, Karotten, Kirschtomaten, Fischsauce, Limettensaft und Rohrzucker gut miteinander.
- 5 Wasche den Koriander. Richte den Salat an, garniere ihn mit Korianderblättchen und streue Erdnüsse darüber.

BILLA BILLA PLUS



100%

ÖSTERREICHISCHES FRISCHFLEISCH GENIESSEN

*in Bezug auf vergleichbare Marktteilnehmer

[BILLA.AT/FRISCHFLEISCH](https://billa.at/frischfleisch)

VOLLER LEBEN.

FOTOS
Matthias Piket/Marian Inhouse-Agentur
FOODSTYLING
Stefan Hobel
SETSTYLING
Gabi Weiss

FAMILIE
Kochen mit Fleisch



Mittagspause

gut geplant

Diese Gerichte lassen sich gut vorkochen und sind im Handumdrehen aufgewärmt – so wird der Lunch zum Highlight des Arbeitstages, ob im Homeoffice oder Büro.



**100% Qualität
aus Österreich**

.....
Fleisch von heimischen Tieren, geboren, aufgewachsen und gefüttert in Österreich – für besten Fleischgenuss.

FAMILIE
Kochen mit Fleisch





Puteneintopf mit Austernpilzen und Bulgur

Pro Portion: 586 kcal | 64 g EW | 45 g KH | 15 g Fett | 3,8 BE



2

Portionen



25 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 45 Min.

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Pilze in Streifen schneiden. Brokkoli in Röschen zerteilen.

2. Geschnetzeltes kalt abspülen, trocken tupfen und in einem Topf in Öl kräftig anbraten, bis es leicht gebräunt ist. Zwiebel und Knoblauch dazugeben und glasig anschwitzen. Pilze hinzufügen und alles ca. 2 Min. weiterbraten.

3. Bulgur einstreuen und kurz mitrösten. Suppe angießen, mit Wiener Würze, Salz und Pfeffer würzen. Eintopf zugedeckt 15–20 Min. köcheln lassen, bis der Bulgur weich ist. Dabei nach ca. 10 Min. den Brokkoli dazugeben.

4. Radieschen in Spalten schneiden. Eintopf abschmecken und mit Radieschen und Petersilie anrichten.

- 1 gelbe Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 200 g Austernpilze
- 200 g Brokkoli
- 1 Pkg. Hofstädter „Fair zum Tier!“ SONNwohl Putengeschnetzeltes (450 g)
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 100 g Bulgur
- ca. 800 ml Hühnersuppe oder Wasser
- 2–3 EL Wiener Würze
- 1 kl. Bund Radieschen
- einige Petersilienblätter
- Salz und Pfeffer



BESTES FLEISCH AUS ÖSTERREICH

Hofstädter Fleisch stammt ausschließlich von Tieren, die in Österreich geboren und aufgewachsen sind sowie hier geschlachtet und verarbeitet wurden. Das garantiert auch das AMA-Gütesiegel, das viele Hofstädter

Produkte tragen: 100 % heimische Herkunft! Ein Kennzeichnungssystem ermöglicht darüber hinaus die Rückverfolgung vom heimischen Betrieb bis in den BILLA und BILLA PLUS Markt.

Alle Infos zum Sortiment finden Sie auf: hofstaedter.at





Als Beilage passt ein Basmatireis.





Schweinsminutensteaks mit Zucchini, Lauch und Currysauce

Pro Portion: 549 kcal | 22 g EW | 12 g KH | 44 g Fett | 1 BE



3

Portionen



30 Min.



Zubereitung

1. Fleisch trocken tupfen, leicht salzen und pfeffern. Lauch in Streifen schneiden, Zucchini längs halbieren und in Scheiben schneiden.

2. Steaks in Öl auf jeder Seite ca. 1 Min. scharf anbraten. Herausnehmen und warm halten. Lauch im Bratfett kurz anschwitzen. Curry und Zucker kurz mitrösten. Ca. 200 ml Kokosmilch angießen und etwas reduzieren lassen. Restliche Kokosmilch und Zucchini einrühren und alles 3–5 Min. köcheln lassen, bis das Gemüse bissfest ist.

3. Fleisch kurz in der Sauce erwärmen. Mit einem Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer fein abschmecken.

4. Steaks mit Currysauce und Gemüse anrichten, mit Minze garnieren und mit Zitronenspalten servieren.

Garen Sie das Fleisch nicht zu lang, damit es auch nach dem Aufwärmen noch zart und saftig ist.

- 250 g Hofstädter „Fair zum Tier!“ STROHwohl Schweinsminutensteaks vom Karree
- 1 Lauchstange
 - 1 Zucchini
 - 2 EL Rapsöl
 - 2 TL mittelscharfes Currypulver
 - 1 TL Kristallzucker
 - 400 ml Kokosmilch
 - 1 Zitrone
 - einige Minzblätter
 - Salz und Pfeffer

Wir stellen vor:



Michael Skuk
Hofstädter „Fair zum Tier!“
Landwirt

2024 übernahm Michael Skuk den Familienbetrieb in Neuhaus bei Lavamünd in Kärnten. Die Landwirtschaft umfasst 13 ha, 25 Zuchtsauen und 200 Mastschweine.

Er wurde in der Kategorie Schweinehalter mit dem CERES AWARD 2025 ausgezeichnet, einer der bedeutendsten Ehrungen in der Landwirtschaft im deutschsprachigen Raum. Sie würdigt Landwirt:innen, die mit Innovationsgeist, Nachhaltigkeit und Verantwortung überzeugen.

Die Jury beeindruckte der Hofstädter „Fair zum Tier!“ Landwirt unter anderem durch seinen modernen Tierwohlstall und den Einsatz regionaler Ressourcen.



FAMILIE

Kochen mit Fleisch



Salatherzen mit
Kräuterdressing eignen
sich hervorragend als
frische Salatbeilage.



Pulled-Beef-Lasagne

Pro Portion: 620 kcal | 39 g EW | 51 g KH | 27 g Fett | 4,3 BE



4

Portionen



45 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 1¼ Std.

- 1 Pkg. Hofstädter Die Grillerei Pulled Beef mariniert und vorgegart (500 g)
- 400 g gehackte Tomaten (Dose)
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL getrockneter Oregano
- 40 g Butter + Butter f. d. Gläser
- 40 g Weizenmehl universal
- 500 ml Milch
- 1 Prise Muskat
- 8 Lasagneblätter
- 80 g geriebener Parmesan
- 20 g geriebener Gouda
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Den Beutel mit dem Pulled Beef in einem Topf mit heißem (nicht kochendem) Wasser ca. 15 Min. erhitzen. Gehackte Tomaten in ein grobes Sieb geben, abtropfenden Saft auffangen.
2. Fleisch aus dem Beutel nehmen, Fond daraus auffangen und das Fleisch mit zwei Gabeln zerzupfen. Mit abgetropftem Tomatensaft, Fond und Tomatenmark 10–15 Min. sanft schmoren, bis die Sauce leicht eindickt und fast zur Gänze vom Fleisch aufgenommen wurde. Oregano, gehackte Tomaten und die BBQ-Sauce vom Pulled Beef untermischen.
3. Butter in einem Topf schmelzen, Mehl einrühren und kurz hell anschwitzen. Nach und nach Milch unter kräftigem Rühren dazugeben, bis eine glatte Sauce entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und unter ständigem Rühren ca. 3 Min. köcheln lassen.

4. Backrohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 4 ofenfeste runde Gläser (à ca. 350 ml) leicht mit Butter ausfetten. Lasagneblätter in reichlich Salzwasser ca. 5 Min. vorkochen, bis sie sich formen lassen. Abseihen, abschrecken und so zuschneiden, dass sie in die Gläser passen.

5. Jeweils etwas Béchamelsauce auf die Glasböden geben, je 1 Nudelblatt hineinlegen, etwas Fleischsauce daraufgeben. Wiederholt Béchamel, Nudeln und Fleischsauce schichten. (Etwas Nudelreste einfach mitverarbeiten.) Mit Béchamel abschließen und großzügig mit Parmesan und Gouda bestreuen.

6. Gläser auf ein Blech stellen und im Rohr 30–35 Min. goldbraun und knusprig backen. Im Glas servieren.

Die Gläser halten sich mit einem Deckel einige Tage im Kühlschrank und lassen sich wunderbar portionsweise in der Mikrowelle erwärmen.



Fleischlaibchen mit Wintergemüseragout

Dieses Rezept finden Sie hier oder auf:

billa.at/rezepte



FAMILIE
Kochen mit Fleisch





Hendl-Minestrone aus dem Ofen mit Fladenbrot

Pro Portion: 891 kcal | 54 g EW | 127 g KH | 16 g Fett | 10,6 BE



4

Portionen



1 Std.*



* Gesamtzeit: ca. 2 Std.

FLADENBROT

- 1 Pkg. Trockengerme
- 1 TL Kristallzucker
- 500 g Pizzamehl (z. B. von Fini's Feinstes)
- 10 g Salz
- 2 EL Olivenöl
- etwas Fleur de Sel

MINISTRONE

- 1 große gelbe Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Karotten
- 1 Fenchelknolle
- 2 EL Olivenöl
- 150 ml Weißwein
- 500 g Tomatenpolpa
- 500 ml Gemüsesuppe oder Wasser
- 1 EL Kristallzucker
- 1 Lorbeerblatt
- 120 g Orecchiette
- 1 Pkg. Hofstädter „Fair zum Tier!“ MEHRwohl Hendl-Innenfilets (450 g)
- 150 g aufgetauter Brokkoli
- 1 EL grob gehackte Petersilie
- einige Parmesanspäne
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für das Brot Germ mit 340 ml lauwarmem Wasser und Zucker glatt rühren. Mehl, Salz und 1 EL Öl dazugeben und 4–5 Min. kneten, bis der Teig geschmeidig ist. Mit einem Tuch abgedeckt 30–40 Min. bei Raumtemperatur gehen lassen.

2. Teig falten und dehnen. Dazu den Teig mit beiden Händen festhalten, vorsichtig in die Länge ziehen und wieder zusammenfallen. Erneut ca. 30 Min. abgedeckt gehen lassen.

3. Inzwischen für die Minestrone Backrohr auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Karotten schälen und in 1,5 cm große Stücke schneiden. Fenchel ebenso schneiden.

4. Zwiebel und Knoblauch in einem ofenfesten Topf in Öl glasig anschwitzen. Karotten und Fenchel dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 4 Min. anschwitzen. Mit Wein ablöschen, kurz reduzieren lassen. Polpa und Suppe dazugießen, mit Zucker, Salz, Pfeffer und Lorbeer würzen und aufkochen. Orecchiette untermischen. Zugedeckt ca. 12 Min. im Rohr garen, dabei einige Male umrühren.

5. Inzwischen Hendl-Innenfilets kalt abspülen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Brokkoli und Fleisch unter die Minestrone mischen. 6–8 Min. zugedeckt weiterschmoren, bis die Pasta weich und das Fleisch zart ist.

6. Inzwischen Brotteig halbieren, zu ovalen, ca. 2 cm dicken Fladen ausrollen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und abgedeckt ca. 20 Min. gehen lassen.

7. Minestrone aus dem Rohr nehmen und warm halten, die Temperatur des Rohrs auf 250°C erhöhen. Mit den Fingerspitzen kleine Mulden in den Teig drücken, die Fladen mit Wasser besprühen und ca. 10 Min. goldgelb backen. Noch heiß mit 1 EL Öl bestreichen und mit Fleur de Sel bestreuen.

8. Minestrone mit Petersilie und Parmesan bestreuen und mit Fladenbrot servieren.



Omīs

Schmankerl von **BILLA**

EIN LÖFFERL LIEBE, EIN LABERL GLÜCK.



Unter der Telefonnummer 0800 828 700 erfahren Sie, ob Ihr Markt dieses Produkt führt.

Jetzt im Kühlregal bei:

BILLA & BILLA PLUS

ADEG



Hendl- Couscous- Krautrouladen mit Paprikasauce

Pro Portion: 492 kcal | 27 g EW
34 g KH | 26 g Fett | 2,8 BE



* Gesamtzeit: ca. 1 1/4 Std.

- 100 g Couscous
- 2 TL mildes Currypulver
- 1 EL Olivenöl
- 1 großes Weißkraut
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 2 rote Spitzpaprika
- 2 EL Butter
- 1 EL Tomatenmark
- 2 TL edelsüßes oder scharfes Paprikapulver
- 1 EL Weißweinessig
- 300 ml Hühnersuppe oder Wasser
- 1 Prise gemahlener Kümmel
- 1 TL getrockneter Majoran
- 1 Pkg. Hofstädter „Fair zum Tier!“ MEHRwohl Hendlfaschiertes (400 g)*
- 1 Ei (M)
- 2 EL Schlagobers
- 4 EL Sauerrahm
- Salz und Pfeffer

* Dieses Produkt ist nur bei BILLA PLUS erhältlich.

Zubereitung

1. Couscous mit Curry und Öl in einer Schüssel mit 120 ml lauwarmem Wasser bedecken und ca. 30 Min. quellen lassen.

2. Inzwischen den Strunk des Krauts ausschneiden. Krautkopf in kochendem Salzwasser 5–8 Min. blanchieren, bis sich die äußeren Blätter leicht lösen lassen. Herausnehmen, kalt abschrecken und 8 große Blätter vorsichtig abziehen. Diese trocken tupfen, dicke Blattrippen flach abschneiden. (Restliches Kraut anderweitig verwenden.)

3. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden. Paprika entkernen und grob würfeln. Zwiebeln und Knoblauch in Butter glasig anschwitzen. Ein Drittel davon herausnehmen, restliche Zwiebelmischung mit Paprikawürfeln kurz weiter rösten. Tomatenmark und Paprikapulver einrühren, mit Essig ablöschen,

Suppe dazugießen, mit Kümmel, Majoran, Salz und Pfeffer würzen. Ca. 10 Min. leicht köcheln lassen, dann glatt pürieren. Backrohr auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

4. Couscous mit einer Gabel auflockern und mit Faschiertem, beiseitegestellter Zwiebelmischung, Ei, Obers, Salz und Pfeffer mischen. Auf die Innenseiten der Krautblätter setzen, die Seiten einschlagen, fest einrollen. Rouladen nebeneinander in einen Bräter legen, mit heißer Paprikasauce übergießen und zugedeckt im Rohr ca. 30 Min. schmoren.

5. Rouladen mit Paprikasauce und Sauerrahm anrichten.





Maria
Angelini-Santner
präsentiert

BILLA
immer gut

AUF VORRAT

**einmal
kochen,
viermal essen**

Wer Guacamole nur zu Tortilla-chips kennt, verpasst was: Die würzige Avocado-creme ist eine köstliche Abkürzung zu abwechslungsreichen Mahlzeiten.

KLAPPT
SUPER MIT



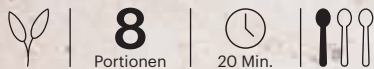
**BILLA IMMER GUT
NATIVES OLIVENÖL
EXTRA**

Preis: 750 ml, € 9,99

GRUNDREZEPT

Guacamole

Pro Portion Grundrezept: 448 kcal
3 EW | 2 g KH | 46 g Fett | 0,2 BE
Pro Portion angerichtet: 858 kcal
18 g EW | 62 g KH | 57 g Fett | 5,2 BE



- 8 Avocados
- 2 Schalotten
- 1 Bund Koriander
- 3 EL Jalapeños in Scheiben +
3 EL Einlegeflüssigkeit
- 6 EL Olivenöl
- 2 Limetten (Saft)
- Salz und Pfeffer

ZUM ANRICHTEN FÜR 2 PORTIONEN

- 160 g Spaghetti
- 200 g tiefgekühlter Brokkoli
- 30 g Paranusskerne
- evtl. 1 kleiner roter Chili
- ¼ Grundrezept Guacamole
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für das Grundrezept Avocados halbieren, entsteinen und aus der Schale lösen. Schalotten schälen und grob hacken. Koriander (ohne dicke Stängel) grob zupfen. Avocados, Schalotten, Koriander, Jalapeños und Einlegeflüssigkeit, Öl und Limettensaft fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nicht verwendete Guacamole luftdicht verschlossen kalt stellen.
2. Zum Anrichten Spaghetti in Salzwasser al dente kochen. In den letzten 2 Min. Brokkoli mitgaren.
3. Inzwischen Paranüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett vorsichtig 3–4 Min. rösten. Herausnehmen. Ggf. Chili fein schneiden.
4. Etwas Kochwasser entnehmen, Spaghetti und Brokkoli abseihen. Im Topf mit Guacamole mischen, Kochwasser unterrühren, bis die Sauce cremig wird, salzen und pfeffern. Anrichten und mit Paranüssen sowie ggf. Chili garnieren.

Preisänderungen vorbehalten.

FAMILIE

BILLA immer gut Meal Prep

DREIMAL ANDERS



AVOCADO-APFEL-
GAZPACHO MIT
KNOBLAUCH-
GARNELEN



RINDFLEISCH-
FAJITAS MIT
GUACAMOLE UND
TACO-SAUCE



BELEGTES VOLL-
KORNBROT MIT
GUACAMOLE UND
CHILI-KAROTTEN

GEHEIM-DIP Guacamole

Cremig, würzig, vielseitig – selbst gemachte Guacamole macht sich als Pastasauce und in kalten Suppen so gut wie als Brotaufstrich und Dip.

Für Guacamole braucht es vor allem eins: reife Avocados. Mit Olivenöl, Schalotten, frischem Koriander, Salz, Pfeffer und Jalapeños gemixt ist der mexikanische Avocadodip ruckzuck fertig. Wir nutzen ihn als cremige Pastasauce für Spaghetti mit Brokkoli und toppen das rein pflanzliche Nudelgericht mit gerösteten Paranüssen. Das Olivenöl in der Guacamole hilft, ihre grüne Farbe länger zu bewahren.

Gazpacho in Grün

Guacamole bildet die ideale Basis für eine erfrischende grüne Gazpacho. Dafür einfach die Avocadomischung mit geschälten entkernten Gurken und einem Schuss Apfelsaft aufmixen. Für eine sättigendere Mahlzeit braten wir dazu Cocktailgarnelen und Cherrytomaten in Olivenöl mit Knoblauch und servieren die kalte Suppe mit frisch aufgebackenem Ciabatta.



Das Extra im Wrap und am Brot

Fajitas sind ein echter Klassiker der Tex-Mex-Küche, und Guacamole darf in den mit würzigen gebratenen Rindfleischstreifen und Grillgemüse gefüllten Weizentortillas nicht fehlen. Auch als pflanzlicher Brotaufstrich macht sich Guacamole hervorragend. Wir kombinieren sie mit süß-scharfen Karotten – für ein herzhaftes Vollkornbrot zum Anbeißen.



Für zusätzliche Frische können Sie die Gazpacho mit etwas Limettensaft oder Apfelmessig verfeinern.

AVOCADO-APFEL-GAZPACHO mit Knoblauchgarnelen

Pro Portion: 817 kcal | 27 g EW | 43 g KH | 57 g Fett | 3,6 BE



2

Portionen



30 Min.



Zubereitung

1. Ciabatta-Brötchen nach Packungsanleitung aufbacken.

2. Inzwischen Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Mit Guacamole und Apfelsaft fein-cremig pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalt stellen.

3. Garnelen kalt abspülen und trocken tupfen. Knoblauch schälen und fein hacken, Chili fein schneiden. Beides in einer Pfanne mit Öl kurz anschwitzen. Garnelen dazugeben und bei mittlerer Hitze 6–8 Min. braten, bis sie leicht gebräunt und

durchgegart sind. Tomaten nach ca. 5 Min. dazugeben und mitbraten, bis die Haut leicht aufplatzt.

4. Gazpacho mit Garnelen und Tomaten anrichten und mit Ciabatta-Brötchen servieren.

2 Ciabatta-Brötchen zum Fertigbacken

1 Salatgurke

¼ Grundrezept Guacamole

100 ml kalter naturtrüber Apfelsaft

150 g aufgetaute Cocktailgarnelen

1 Knoblauchzehe

½ roter Chili

2 EL Olivenöl

6 Cherrytomaten

Salz und Pfeffer

Unsere Empfehlung aus dem BILLA

Sortiment:

BILLA IMMER GUT COCKTAILGARNELEN

Preis: **220 g, € 6,49**





Für eine pflanzliche Variante können Sie das Rindfleisch durch gebratene Pilze oder Räucher- tofu ersetzen.

RINDFLEISCH-FAJITAS mit Guacamole und Taco-Sauce

Pro Portion: 985 kcal | 38 g EW | 48 g KH | 68 g Fett | 4 BE



2

Portionen



30 Min.



Zubereitung

250 g Rindsminutensteak oder Rindslungenbraten

1 EL Fajitagewürz

je 1 roter und gelber Paprika

1 rote Zwiebel

2 EL Rapsöl

2 Salatherzen

2 Tortilla-Wraps

¼ Grundrezept Guacamole

4 EL scharfe Taco-Sauce

Salz und Pfeffer

1. Fleisch trocken tupfen, in feine Streifen schneiden und gut mit Fajitagewürz mischen. Paprika entkernen und in dünne Streifen schneiden. Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden.

2. Öl in einer großen (Grill-)Pfanne stark erhitzen und das Fleisch 1–2 Min. scharf anbraten. Herausnehmen. Paprika und Zwiebel in der Pfanne bei starker Hitze 3–4 Min. braten, bis sie leicht gebräunt und noch bissfest sind. Fleisch wieder dazugeben, gut durchschwenken und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Salatherzen längs in dünne Spalten schneiden. Tortillas kurz in einer Pfanne oder im Rohr erwärmen. Mit Guacamole, Fleisch und Gemüse sowie Salat belegen, Taco-Sauce darübergeben und nach Belieben einrollen oder einschlagen.

Unsere Empfehlung
aus dem BILLA
Sortiment:

**BILLA IMMER GUT
FAJITA WÜRZMISCHUNG**

Preis: 28 g, € 0,99



FAMILIE

BILLA immer gut Meal Prep

BILLA
immer gut



BELEGTES VOLLKORNBROT mit Guacamole und Chili-Karotten

Pro Portion: 621 kcal | 8 g EW | 30 g KH | 50 g Fett | 2,5 BE



2

Portionen



20 Min.



Zubereitung

1. Karotten schälen und grob raspeln. In einer Pfanne in Öl 1-2 Min. bei mittlerer Hitze anschwitzen. Mit Sojasauce ablöschen, Chilisauce dazugeben und kurz durchschwenken. Die Karottenraspel sollen leicht glasiert sein, aber noch Biss haben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und etwas abkühlen lassen.

2. Brot scheiben diagonal halbieren, mit Guacamole bestreichen und die lauwarmen Chili-Karotten darauf verteilen. Nach Belieben zu Sandwiches zusammenlegen oder offen servieren.

Für Extra-Textur können Sie die belegten Brote mit gerösteten Sesamsamen oder Sonnenblumenkernen bestreuen.

- 200 g Karotten
- 1 TL Rapsöl
- 1 Schuss Sojasauce
- 1 EL süße Chilisauce
- 2 Vollkornbrot scheiben
- ¼ Grundrezept Guacamole
- Salz und Pfeffer

Unsere Empfehlung aus dem BILLA Sortiment:
**BILLA IMMER GUT
SOJASAUCE**

Preis: 250 ml, € 1,59



BILLA

immer gut

4 Neue im Check

FRISCH GEKOCHT
BILLA immer gut Produkttest

BILLA immer gut Fusilli Tomate & Mozzarella*

Preis: **pro Pkg., € 0,99**



Das bin ich: Ich bin ein Pasta-Snack im Becher, mit Fusilli, Tomatensauce und Mozzarella.

So schmecke ich: Meine bissfesten Fusilli werden von einer fruchtigen Tomatensauce umhüllt. Der zarte Mozzarella rundet mich cremig ab. Ich bin in nur 5 Minuten genussfertig.

Wer will mich: Alle, die mediterrane Pastagerichte und einfache Zubereitung schätzen.

Hier bin ich: In ausgewählten Märkten im Pasta-Snack-Regal.

Fazit:

So lässt sich jederzeit unkompliziert Pasta genießen.

BILLA immer gut Maccheroni Carbonara*

Preis: **pro Pkg., € 0,99**



Das bin ich: Maccheroni in Käsesauce, verfeinert mit Speck – ein Klassiker der italienischen Pasta-küche in praktischer Snack-Form.

So schmecke ich: Kräftig, cremig und angenehm würzig – mit feiner Specknote.

Wer will mich: Wer zwischendurch Lust auf herzhaftes Pasta hat, aber wenig Zeit – heißes Wasser genügt, nach 5 Minuten bin ich servierbereit.

Hier bin ich: In ausgewählten Märkten bei den schnellen Pastagerichten.

Fazit:

Eine herzhaftes Carbonara für zwischendurch.

BILLA immer gut Nuss Nougat Eis

Preis: **470 ml, € 4,99**



Das bin ich: Haselnusseis trifft Nuss-Nougat-Creme, verfeinert mit Rainforest-Alliance-zertifiziertem Kakao für nachhaltigen Genuss.

So schmecke ich: Nach cremigem Haselnusseis, durchzogen von zarter Nuss-Nougat-Creme, gekrönt von einer knackigen Nougatschicht.

Wer will mich: Eistiger brauchen mich nur kurz antauen zu lassen, dann wird jeder Löffel zum cremigen Highlight.

Hier bin ich: Ich bin im Tiefkühlregal zu finden.

Fazit:

Cremiger Eisgenuss, Löffel für Löffel!

BILLA immer gut Ayran*

Preis: **250 ml, € 0,49**



Das bin ich: Ich bin ein in Österreich hergestelltes Getränk mit nur drei Zutaten: Joghurt, Wasser und eine Prise Salz.

So schmecke ich: Mit meiner cremig-leichten Konsistenz und meiner mild-salzigen Note biete ich eine ideale Balance zwischen Frische und Geschmack.

Wer will mich: Ich begeistere alle, die Wert auf eine ausgewogene Ernährung legen.

Hier bin ich: Ich befinde mich im Kühlregal bei den Milchprodukten.

Fazit:

Gut gekühlt die perfekte Erfrischung!

BILLA

Mitarbeiter:innen laden ein

Für BILLA Mitarbeiterin Suzana Bauer stehen stets die Menschen und gemeinsame Momente im Mittelpunkt – im Job wie beim Kochen für Freund:innen und Familie.

TEXT **Sarah Satt**
FOTOS REPORTAGE **Stefan Fürtbauer**



SUZANA BAUER im Interview

Was schätzen Sie an Ihrem Aufgabenbereich am meisten?

Die Vielfalt – ich habe die Möglichkeit, sowohl strategisch unsere Filialen und Verkaufszahlen zu optimieren als auch mit den Teams vor Ort zu arbeiten. Der direkte Kontakt zu Menschen und die sichtbaren Ergebnisse meiner Arbeit machen den Job spannend.

Wie sieht ein typischer Arbeitstag bei Ihnen aus?

Vormittags stehen oft Meetings an oder ich führe Checks in den Filialen durch – ich schaue mir gern vor Ort an, wie alles läuft. Nachmittags analysiere ich Sortimente, prüfe die Verkaufsbereitschaft und optimiere Prozesse.

Welche Eigenschaften verlangt dieser Job?

Man sollte kommunikativ, team- und kundenorientiert sein. Es ist wichtig, Verantwortung zu übernehmen und mutige Entscheidungen zu treffen. Organisationstalent, ein Gespür für Zahlen und Flexibilität sind von Vorteil.



STECKBRIEF

Suzana Bauer

•
Vertriebsmanagerin
Region Wien, NÖ-Süd,
Nord- und
Mittelburgenland

•
seit fast 16 Jahren bei
BILLA

Welche Erfolge machen Sie stolz?

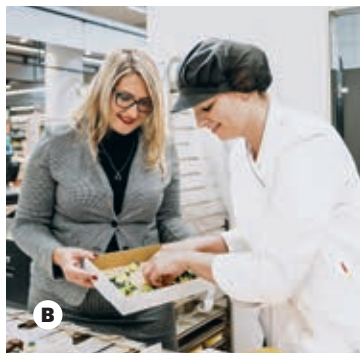
Besonders stolz bin ich darauf, Lehrlinge zu führen, Umbauten und Neueröffnungen zu begleiten – wie letztes Jahr von BILLA PLUS und der BILLA Box. Auch Auszeichnungen wie der 3. Platz bei einem Filialwettbewerb zeigen mir, dass unser Engagement Früchte trägt. Am wichtigsten ist für mich das großartige Team, mit dem ich die Erfolge feiern darf.

Warum stellen Sie dieses Rezept vor?

Die Suppe spendet Kraft und Wärme – meine Familie wünscht sie sich im Winter regelmäßig.

A Der Arbeitstag startet meist im Markt. Suzana Bauer macht sich ein Bild von Prozessen und der Umsetzung.

B Der direkte Austausch mit dem Team im Markt gehört dabei immer dazu.





FAMILIE

Zu Besuch bei BILLA



- C** Auch das vielfältige Angebot der BILLA PLUS Marktküche wird von ihr geprüft.
- D** Das Sortiment und die Präsentation hat die Vertriebsmanagerin immer im Blick.

Rinderschleppsuppe

Pro Portion: 335 kcal | 26 g EW
33 g KH | 10 g Fett | 2,8 BE



* Gesamtzeit: ca. 4 ¼ Std.

- 4 gelbe Zwiebeln**
- 2 Tassen Suppengrün**
- ½ Sellerieknolle**
- 1 kg Rinderschlepp***
- 3 Markknochen***
- 15 schwarze Pfefferkörner**
- 6 Wacholderbeeren**
- 3 Lorbeerblätter**
- je 1 Bund Liebstöckel und Petersilie**
- ca. 125 g Suppennudeln**
- 3 Karotten (2 orange, 1 gelb)**
- ½ Bund Schnittlauch**
- Salz und Pfeffer**

Zubereitung

- 1.** Zwiebeln mit Schale halbieren und auf den Schnittflächen in einer Pfanne dunkel rösten. Suppengrün evtl. schälen. Halbe Sellerieknolle schälen und in zwei Stücke schneiden.
- 2.** Rinderschlepp und Knochen trocken tupfen. Mit Zwiebeln, Suppengrün, 1 Selleriestück, 2 EL Salz, Pfefferkörnern, Wacholder, Lorbeer, Liebstöckel und Petersilie in einen großen Topf geben. Mit ca. 3 l kaltem Wasser aufgießen und aufkochen. Hitze reduzieren und ca. 3 ½ Std. köcheln lassen, bis das Fleisch zart ist.
- 3.** Rinderschlepp aus dem Topf nehmen. Suppe abseihen, die Flüssigkeit in einem Topf auffangen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch von den Knochen lösen, Fett entfernen. Fleisch zerkleinern und in der Suppe kurz aufkochen. Nudeln ca. 3 Min. mitkochen.



- 4.** Rohe, geschälte Karotten und das zweite Selleriestück fein reiben und auf Suppenteller verteilen. Heiße Suppe mit Fleisch darübergießen. Mit Schnittlauchröllchen bestreut servieren.



5x kochen
zum
Diskontpreis

clever

Clever
planen
& BEIM EINKAUF
SPAREN

EIN KAUF

FÜNF GERICHTE

Mit den günstigen Großpackungen
aus dem Clever-Sortiment können Sie gleich mehrmals
köstlich und abwechslungsreich kochen!



CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
EIER (GRÖSSE M)

Preis: 15 Stk., € 3,99

CHEDDAR-YORKSHIRE-PUDDINGS MIT BUNTEM SALAT

Pro Portion: 662 kcal | 23 g EW
41 g KH | 43 g Fett | 3,4 BE



4

Portionen**



45 Min.



**8 Puddings

- 4 Clever Eier (M)
- 120 g Clever glattes Weizenmehl
- 200 ml Clever Milch
- 100 g Clever Cheddarkäse gerieben
- 7-8 EL Clever Sonnenblumenöl
- 4 Clever weiße Spitzpaprika
- 3 Clever gelbe Zwiebeln
- 2 Clever Zucchini
- 2 EL Clever Butter
- 1 TL Clever Feinkristallzucker
- 100 g Clever Cherrytomaten
- 2 EL Clever Apfelessig
- Clever Salz, Clever Pfeffer



CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
CHEDDARKÄSE GERIEBEN

Preis: 250 g, € 2,99



PUDDING? VON WEGEN!

Yorkshire-Pudding ist kein Dessert, sondern eine herzhaftes Teigspezialität – traditionell eine Beilage zu Braten, mit Gemüse ein köstliches Veggie-Gericht.

Zubereitung

1. Eier gut verquirlen, Mehl gründlich unterrühren, Milch dazugeben, salzen und glatt rühren. Cheddar unterheben und mind. 15 Min. rasten lassen.

2. Inzwischen Backrohr auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 8 Mulden eines Muffinblechs mit je ca. 1 TL Öl auspinseln und im Rohr kurz vorheizen. Paprika entkernen und in 1-2 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln schälen, 2 Zwiebeln in dünne Ringe, 1 Zwiebel in feine Streifen schneiden. Zucchini längs in hauchdünne Scheiben hobeln.

3. Eingefettete Mulden jeweils zu drei Vierteln mit Teig füllen.

Puddings ca. 10 Min. backen, so dass sie außen goldbraun-knusprig und innen noch etwas weich sind.

4. Inzwischen Zucchini und Zwiebelstreifen mit etwas Salz und Pfeffer mischen und ca. 10 Min. ziehen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Paprika, Zwiebelringe, Zucker und etwas Salz hineingeben und ca. 5 Min. karamellisieren, dabei regelmäßig umrühren. Tomaten halbieren und mit Zucchini, Zwiebelstreifen, Essig und 4 EL Öl mischen.

5. Warme Yorkshire-Puddings mit Zucchini-Tomaten-Salat und karamellisiertem Paprikagemüse anrichten.

FAMILIE

Clever einkaufen & kochen

EGGS BENEDICT MIT AVOCADO

Pro Portion: 997 kcal | 24 g EW
40 g KH | 79 g Fett | 3,3 BE



4

Portionen



40 Min.



6 sehr frische Clever
Eier (M)

1 TL Worcestersauce

½ Clever Zitrone (Saft)

ca. 220 g Clever Butter

50 ml Clever Tafelessig

4 Clever Burgerbrötchen

100 g Clever Toastschinken

2 Clever Avocados

Clever Salz, Clever Pfeffer



CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
TOASTSCHINKEN

Preis: 200 g, € 2,79



EINFACHER GEHT'S NICHT

Sie können die Eier auch einfach 7 Minuten wachweich kochen, statt sie zu pochieren.

Zubereitung

1. 2 Eier mit Worcestersauce und Zitronensaft in einer Schüssel mit dem Stabmixer versprudeln. 200 g Butter schmelzen und langsam unter ständigem Mixen in die Eiermasse einlaufen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten.

2. Reichlich Wasser mit Essig in einem großen Topf aufkochen. Hitze reduzieren, bis das Wasser leicht siedet. Nacheinander 4 Eier einzeln in eine Tasse schlagen und vorsichtig ins Wasser gleiten lassen. Mit einem Kochlöffel jeweils das Eiweiß behutsam um das Dotter ziehen. Eier 3–4 Min. pochieren. Mit einem

Siebschöpfer auf einen Teller heben, salzen, pfeffern und zugedeckt warm halten.

3. Burgerbrötchen öffnen und auf den Schnittflächen in einer Pfanne mit etwas Butter anrösten. Schinken in einer Pfanne mit etwas Butter kurz anbraten. Avocados halbieren, entsteinen, aus der Schale lösen und in feine Scheiben schneiden.

4. Burgerbrötchen mit Schinken, Avocados, Sauce hollandaise und pochierten Eiern füllen.

QUICHE LORRAINE MIT FRENCH- DRESSING-SALAT

Pro Portion: 844 kcal | 30 g EW
33 g KH | 63 g Fett | 2,8 BE



* Gesamtzeit: ca. 2¼ Std.

- 300 g Clever glattes Weizenmehl + Mehl f. d. Arbeitsfläche
- 190 g kalte Clever Butter + Butter f. d. Form
- 160 g Clever Magertopfen
- 260 g Clever Schinkenspeckstifterl
- 200 g Clever Tiroler Bergkäse
- 4 Clever Eier (M)
- 2 Clever Eidotter (M)
- 500 ml Clever Schlagobers
- 1 Pkg. Clever Blattsalatmix
- ca. 60 ml Clever French Dressing
- Clever Salz, Clever Pfeffer

CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
BLATTSALATMIX
200 g*



FÜR ERWACHSENE VERFEINERT

Wenn keine Kinder mitessen, können Sie die Quichefüllung auch mit einem Schuss Zwetschknapsnaps aromatisieren.

Zubereitung

1. Mehl, 170 g kalte Butter in kleinen Stücken, Topfen und etwas Salz rasch zu einem glatten Teig verkneten. In einer Frischhaltedose ca. 60 Min. kalt stellen.
2. Backrohr auf 170°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem ca. 3 mm dicken Kreis ausrollen. In eine gebutterte Quicheform (ca. 30 cm ø) geben und die Ränder gut andrücken.
3. Speck in einer Pfanne mit 20 g Butter anschwitzen, etwas abkühlen lassen und gleichmäßig auf dem Teigboden verteilen. Käse reiben und zwei Drittel davon auf den Speck geben. Eier, Dotter, Obers, Salz und Pfeffer verrühren, über die Speck-Käse-Schicht gießen und mit dem restlichen Käse bestreuen. Quiche auf unterster Schiene ca. 50 Min. goldbraun backen.
4. Quiche aus dem Rohr nehmen und kurz rasten lassen. Salat mit Dressing marinieren und zur Quiche servieren.



*Für preissensible Artikel wie Obst und Gemüse können sich die Preise tagesaktuell ändern. Danke für Ihr Verständnis!

FAMILIE

Clever einkaufen & kochen

PAVLOVA MIT KAFFEECREME UND ZIMTBIRNEN

Pro Portion: 896 kcal | 10 g EW
136 g KH | 32 g Fett | 11,3 BE



4

Portionen



35 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 5¼ Std.

- 150 g Clever Eiklar (von ca. 5 Eiern M)
- 150 g Clever Staubzucker
- 280 g Clever Feinkristallzucker
- 1 Prise Clever Salz
- 2 Clever Birnen
- ½ Clever Zitrone (Saft)
- 2 Prisen Zimt
- 250 ml Clever Schlagobers
- 1 EL Clever Löskaffee
- einige Clever Pistazien geröstet & ungesalzen
- 200 ml Clever Vanilleeis



CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
LÖSKAFFEE KRÄFTIG

Preis: 200 g, € 5,69

CLEVER VERWERTEN

Übrig gebliebene Eidotter lassen sich z. B. für die Quiche Lorraine (S. 45) verwenden oder auch für Spaghetti Carbonara.



Zubereitung

1. Backrohr auf 90°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eiklar mit Staubzucker, 150 g Feinkristallzucker und Salz in einer fettfreien Metallschüssel verrühren. Über Wasserdampf mit einem Schneebesen rühren, bis sich der Zucker vollständig gelöst hat und die Masse lauwarm ist. Vom Herd nehmen. Mit den Quirlen eines Mixers schlagen, bis ein kompakter, cremiger, abgekühlter Schnee entsteht, der beim Durchziehen mit dem Schneebesen Schlieren bildet.
2. Eischnee mit einer Teigkarte auf einem mit Backpapier belegten Blech zu einem Kreis (ca. 25 cm ø) verstreichen. Im Rohr ca. 3 Std. trocknen lassen.
3. Rohr ausschalten, Tür öffnen und Pavlova im Rohr mind. 2 Std. vollständig auskühlen lassen.
4. Inzwischen Birnen schälen, vierteln und entkernen. 130 g Feinkristallzucker mit 30 ml Wasser in einem Topf hellbraun karamellisieren. Birnenspalten hineingeben und ca. 3 Min. weich dünsten. Mit Zitronensaft und Zimt abschmecken und im Sud auskühlen lassen.
5. Obers mit Löskaffee aufschlagen. Pistazien aus den Schalen lösen und hacken. Kaffeecreme in der Mitte der Pavlova verstreichen, Birnenspalten darauf anrichten und mit Pistazien garnieren. Mit Vanilleeis servieren.

ERBSEN- EIERSPeis AUF RÖSTBROT

Pro Portion: 824 kcal | 34 g EW
58 g KH | 48 g Fett | 4,8 BE



4

Portionen



20 Min.



- 500 g Clever Sonnenblumenbrot
- 4 EL Clever Butter
- 60 g Clever Grana Padano
- 8 Clever Eier (M)
- 150 g Clever Crème fraîche
- 1 Prise Muskat
- 100 g aufgetaute Clever Erbsen
Clever Salz, Clever Pfeffer

LACHS-VARIANTE

*Räucherlachs passt
perfekt zur Erbsen-
Eierspeis – einfach in
kleine Stücke schneiden
und am Schluss unter-
heben.*

Zubereitung

1. Brot in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Butter auf beiden Seiten goldbraun rösten. In der Pfanne warm halten.
2. 50 g Grana Padano fein reiben und mit Eiern, Crème fraîche, Salz, Pfeffer und Muskat verquirlen. 10 g Grana in Späne hobeln.
3. 2 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, Eiermasse hineingeben und unter ständigem Rühren zu einer cremigen Eierspeis stocken lassen. Gegen Ende der Garzeit die Erbsen untermischen.
4. Eierspeis auf Röstbrot anrichten und mit Grana-Spänen garnieren.

CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
SONNENBLUMENBROT
Preis: 500 g, € 1,99



SERVIETTENKNÖDEL KLASSISCH

Pro Scheibe: 85 kcal | 3 EW | 11 g KH
3 g Fett | 0,9 BE



*Gesamtzeit: ca. 1¼ Std. **16 Scheiben

- 250 g Semmelwürfel
- 2 EL gehackte Petersilie
- 1 kleine gelbe Zwiebel
- 40 g Butter
- 350 ml Milch
- 2 Eier (M)
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Semmelwürfel und Petersilie in eine große Schüssel geben. Zwiebel schälen, fein würfeln und in Butter anschwitzen. Milch, 1 TL Salz und etwas Pfeffer dazugeben und erwärmen (nicht kochen). Eier in die warme Zwiebelmilch einrühren. Gleichmäßig über die Semmelwürfel gießen, gut vermischen und ca. 30 Min. zugedeckt rasten lassen.

2. Die Masse auf einem nassen, gut ausgewringenen Tuch zu einer ca. 7 cm dicken Rolle formen und einwickeln (nicht zu fest). Die Enden mit Küchengarn zubinden.

3. Den Serviettenknödel in einem großen Topf oder Bräter in Salzwasser ca. 30 Min. leicht sieden lassen. Auswickeln, in Scheiben schneiden und servieren.

EINS FÜR ALLE

Serviettenknödel

Ob als Beilage zum Sonntagsbraten, zu Schwammerln oder Linsen – ein Serviettenknödel ist immer ein Hit. Wir stellen Ihnen ein klassisches Rezept vor sowie Abwandlungen für unterschiedliche Ernährungsformen, damit alle rund um den Tisch in den Genuss kommen.





GLUTENFREI

Knödel ohne Weizen

GLUTENFREIE SEMMELN

Traditionelle Semmeln bzw. Semmelwürfel enthalten Weizenmehl, auf das bei einer glutenfreien Ernährung verzichtet werden muss.

Was wird ersetzt?

Um Serviettenknödel glutenfrei zu machen, muss Gebäck verwendet werden, das kein Gluten enthält. Mit bereits getrockneten glutenfreien Semmelwürfeln geht das am einfachsten.

Rezept

Die herkömmlichen Semmelwürfel aus dem klassischen Grundrezept (links) einfach 1:1 durch glutenfreie Semmelwürfel ersetzen. Alternativ können auch glutenfreie Semmeln bzw. glutenfreies Toastbrot oder Baguette verwendet werden. Das Gebäck dafür zuerst in Würfel schneiden und im Ofen trocknen (erst dann wiegen), denn trockenes Gebäck nimmt später die Flüssigkeit besser auf.



Unsere Empfehlung aus dem BILLA Sortiment:
FREE SEMMELWÜRFEL *
Preis: 200 g, € 1,99



LAKTOSEFREI

Einfacher Tausch

LAKTOSEFREIE MILCH-PRODUKTE

Serviettenknödel lassen sich ganz problemlos lactosefrei zubereiten, da die darin enthaltenen Milchprodukte auch in lactosefreien Varianten erhältlich sind. Lactosefreier Milch wird bei der Produktion das Enzym Laktase zugesetzt, wodurch das Endprodukt lactosefrei wird.

Was wird ersetzt?

Im Rezept müssen lediglich herkömmliche Butter und Milch ersetzt werden, da sie Laktose enthalten.

Rezept

Dem klassischen Grundrezept folgen, aber Butter und Milch 1:1 mit lactosefreien Produkten aus Kuhmilch ersetzen. Alternativ können auch ein Pflanzendrink (z. B. Soja- oder Haferdrink) sowie eine pflanzliche Butteralternative verwendet werden.

FAMILIE

1 Gericht, 4 Varianten



PFLANZLICH

100% plant-based

OHNE EI, BUTTER, MILCH

Auch mit einer rein pflanzlichen Ernährungsweise müssen Sie nicht auf traditionelle Serviettenknödel verzichten. Für die Zubereitung werden Butter, Milch und Eier als Zutaten tierischer Herkunft ersetzt.

Was wird ersetzt?

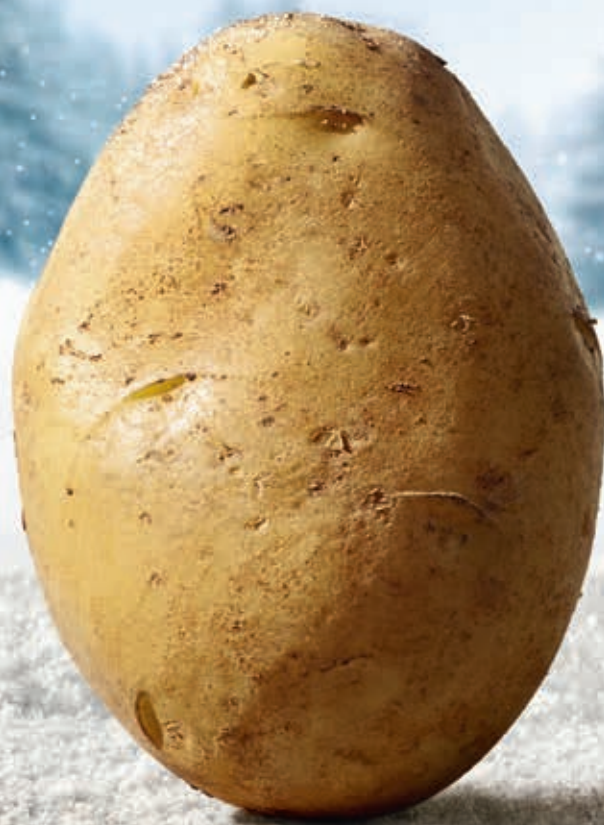
Butter und Milch lassen sich sehr leicht mit pflanzlichen Alternativen ersetzen. Die Eier sorgen im Knödelteig für Bindung, damit die Masse zusammenhält, und für Festigkeit, da Eier beim Kochen gerinnen. Zudem lassen sie den Teig noch etwas aufgehen. Sie sind deshalb etwas schwieriger zu ersetzen – aber mit einer leichten Abwandlung des Grundrezepts funktioniert es.

Rezept

Dem klassischen Grundrezept folgen, aber statt Butter eine pflanzliche Butteralternative verwenden. Milch und Eier ersetzt man durch insgesamt 400 ml Flüssigkeit – entweder starken Gemüsefond oder Pflanzendrink (z. B. Soja- oder Haferdrink). Den Serviettenknödel nach dem Kochen auswickeln und einige Minuten ausdampfen lassen – so wird die Oberfläche etwas fester.

»Zu dia
brauch i
ned lang.«

Da komm'
ich her!



Unsere Regionen sind etwas ganz Besonderes.
Genauso wie unser saisonales Obst und Gemüse aus den Regionen
für die Regionen von »Da komm' ich her!«. Von heimischen Bauern
angebaut, sorgfältig geerntet und erntefrisch geliefert.

Jetzt exklusiv bei

BILLA & BILLA PLUS  **ADEG**

SOUP SEASON

In der kalten Jahreszeit sind wärmende Suppen genau das Richtige. Wie diese Rezepte aus dem neuen Kochbuch von Content-Creatorin @piaundhalloumi.





BROKKOLI-CHEDDAR-SUPPE

Pro Portion: 412 kcal | 18 g EW | 10 g KH | 32 g Fett | 0,8 BE



4

Portionen



25 Min.



- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Butter
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Chilipulver
- 1 TL getrocknete Kräuter
- 1 Brokkoli
- 1 Stange Lauch
- 150 ml Schlagobers
- 500 ml Gemüsesuppe
- 150 g Cheddar plus etwas mehr zum Garnieren
- frische Petersilie

Zubereitung

- 1. Anbraten:** Zwiebel und Knoblauch schälen, klein hacken und in Butter glasig anbraten. Gewürze und getrocknete Kräuter dazugeben und kurz mitrösten.
- 2. Gemüse hinzufügen:** Brokkoli in kleine Röschen teilen. Lauch in Ringe schneiden. Beides in die Pfanne geben und 5 Minuten mitbraten.
- 3. Ablöschen:** Mit Obers und Gemüsesuppe aufgießen. Alles gut umrühren und aufkochen lassen.
- 4. Käse schmelzen:** Cheddar reiben, einrühren und köcheln lassen, bis er vollständig geschmolzen ist.
- 5. Servieren:** Mit Petersilie und etwas Extra-Cheddar garnieren.

„Eine cremige Suppe, die herzhaften Cheddar mit mildem Brokkoli und feinen Gewürzen kombiniert. Sie ist einfach zuzubereiten und wärmt an kalten Tagen besonders gut.“



BAUERNEINTOPF

Pro Portion: 228 kcal | 8 g EW | 18 g KH | 13 g Fett | 1,5 BE



4

Portionen



15 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 35 Min.

- 1 Zwiebel
- 2 Karotten
- 1 Stück Lauch
- 300 g Erdäpfel
- 2 EL Öl
- 600 ml Gemüse- oder Fleischsuppe
- 1 Lorbeerblatt
- ½ TL Majoran
- 2 Mettwürste oder Frankfurter
- ½ TL Salz
- ½ TL Pfeffer
- etwas Petersilie zum Servieren

Zubereitung

1. Vorbereiten: Zwiebel, Karotten und Lauch schälen bzw. putzen und klein schneiden. Erdäpfel schälen.
2. Anbraten: Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Karotten und Lauch anbraten.
3. Kochen: Erdäpfel, Suppe, Lorbeerblatt und Majoran hinzufügen. 20 Minuten köcheln lassen.
4. Würstel dazugeben: Würstel in Scheiben schneiden und in die Suppe geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Servieren: Lorbeerblatt entfernen. Mit Petersilie garnieren.



Die deutsche Content-Creatorin Pia ist auf Instagram und Tiktok längst keine Unbekannte mehr: Als @piaundhalloumi stellt sie dort ihre kreativen Rezepte vor, die so unkompliziert wie geschmackvoll sind. In ihrem ersten Kochbuch versammelt sie nun ihre absoluten Lieblingsrezepte für Suppen und Eintöpfe. Ein Muss für alle Suppenfans!

Pia von @piaundhalloumi: Soup Season. 60 superleckere Suppen und Eintöpfe für jede Jahreszeit, riva Verlag, 128 Seiten, € 20,60

Tipp aus der Redaktion: Statt Mettwurst – einer in Deutschland beliebten geräucherten Rohwurst – können Sie für den Eintopf auch eine andere kräftige Wurst, z. B. Debreziner oder Burenwurst, verwenden.



LOHIKEITTO

Finnische Lachssuppe

Pro Portion: 386 kcal | 19 g EW | 14 g KH | 27 g Fett | 1,2 BE



4

Portionen



15 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 35 Min.

- 1 Zwiebel
- 1 EL Butter
- 250 g Erdäpfel
- 1 Karotte
- 800 ml Gemüsesuppe oder Fischfond
- 300 g Lachsfilet
- 150 g Crème fraîche
- Salz, Pfeffer
- ½ Zitrone (Saft)
- 1 Bund Dill

Zubereitung

- 1. Anbraten:** Zwiebel schälen, fein hacken und in Butter glasig anschwitzen.
- 2. Kochen:** Erdäpfel und Karotte schälen, würfeln und mit der Suppe zur Zwiebel geben. Ca. 15 Minuten köcheln lassen.
- 3. Lachs hinzufügen:** Die Suppe vom Herd nehmen. Den Lachs in Stücke schneiden, mit Crème fraîche in die Suppe geben und 5 Minuten ziehen lassen.
- 4. Abschmecken:** Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.
- 5. Servieren:** Den Dill hacken und die Suppe damit garnieren.

„Diese skandinavische Fischeuppe kombiniert zarten Lachs mit Crème fraîche und frischem Dill. Die Erdäpfel machen sie besonders sättigend – ein echter Wohlfühlklassiker aus Finnland.“



ROTE CURRYSUPPE

mit Gyozas

Pro Portion: 713 kcal | 14 g EW | 42 g KH | 52 g Fett | 3,5 BE



2

Portionen



20 Min.



- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Paprikaschote
- Öl zum Anbraten
- 1 EL rote Currypaste
- 400 ml Kokosmilch
- 500 ml (Asia-)Gemüsesuppe
- 1 EL Sojasauce
- 1 TL Zucker
- 10–15 TK-Gyozas (wahlweise
vegan, vegetarisch oder
mit Fleisch)
- Frühlingszwiebel
- Koriander
- Limettensaft zum
Verfeinern

Zubereitung

- 1.** Gemüse anbraten: Zwiebel und Knoblauch schälen. Mit der Paprika klein schneiden und in Öl anbraten.
- 2.** Currypaste einrühren: Currypaste dazugeben und kurz mitbraten.
- 3.** Aufgießen: Kokosmilch und Gemüsesuppe angießen. Mit Sojasauce und Zucker würzen.
- 4.** Gyozas garen: Gefrorene Gyozas hinzufügen und 4–5 Minuten ziehen lassen.
- 5.** Kräuter schneiden: Frühlingszwiebel in Ringe schneiden und Koriander hacken.
- 6.** Servieren: Suppe in Schüsseln füllen und mit Kräutern sowie Limettensaft verfeinern.

„Die asiatische Suppe mit würzigem Kokos-Curry und herzhaften Gyozas ist perfekt, wenn es schnell gehen muss!“

Noch nicht genug
gelöffelt? Online
warten viele weitere
Suppenrezepte auf Sie
– einfach reinschauen
und nachkochen unter:
billa.at/suppen



ROTKRAUTSUPPE

Pro Portion: 158 kcal | 4 g EW | 14 g KH
9 g Fett | 1,2 BE



*Gesamtzeit: ca. 40 Min.

- 1 kleine Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 300 g Rotkraut
- 1 Apfel
- 1 EL Öl
- 700 ml Gemüsesuppe
- 100 ml Apfelsaft
- ½ Zitrone (Saft)
- 1 TL Honig
- Salz, Pfeffer
- 4 EL Schlagobers zum Servieren
- 1 EL gehackte Walnüsse zum Servieren

Zubereitung

- 1. Anbraten:** Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Rotkraut putzen und zerkleinern. Den Apfel entkernen und würfeln. Rotkraut und Apfel mit den Zwiebel- und Knoblauchstücken in Öl anbraten.
- 2. Aufgießen:** Suppe und Apfelsaft hinzufügen. Mit Zitronensaft und Honig würzen.
- 3. Köcheln:** Suppe 20 Minuten köcheln lassen.
- 4. Pürieren:** Suppe fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5. Servieren:** Mit einem Klecks Obers und gehackten Walnüssen toppen.

„Die leuchtend violette Suppe ist nicht nur ein Hingucker, sondern auch voller winterlicher Aromen.“



MEINE ZEIT. MEIN TEE.

BIO FRAUENTEES VON WILLI DUNGL



NEU



NEU



MIT SORGFALT ENTWICKELT VON
CLAUDIA DUNGL

„Frauen dürfen auf sich selbst vertrauen und mutig sein – manchmal still und zentriert, manchmal dynamisch und kraftvoll. Wie die besten Kräuter: sanfter Geschmack, voller Charakter.“

Claudia Dungal
Pharmazeutin & Gesundheitsexpertin
Tochter von Willi Dungal

Unter der Telefonnummer 0800 828 700 erfahren Sie, ob Ihr Markt diese Produkte führt.

CIRIO – EINE MARKE ITALIENISCHER LANDWIRT:INNEN



Conserve Italia ist eine der führenden Genossenschaften in Europa im Bereich Obst- und Gemüsekonserven.

Cirio ist seit 170 Jahren eine ikonische italienische Marke, die vor allem für ihre 100% echten italienischen Tomaten bekannt ist. Heute finden Sie neben Tomatenprodukten auch Pastasaucen, Bohnen, Hülsenfrüchte und andere Gemüsekonserven. All dies verdanken wir der Hingabe, Leidenschaft und Kompetenz unserer Genossenschaftslandwirt:innen – Menschen, deren Wissen und Begeisterung seit Generationen weitergegeben werden und die Cirio-Produkte zu den besten auf dem Markt machen.





B

- A** Das Cirio-Sortiment umfasst neben Tomatenprodukten u. a. auch Hülsenfrüchte.
- B** In den Cirio-Produkten stecken ausschließlich italienische Tomaten von höchster Qualität.
- C** Die gesamte Lieferkette wird von Genossenschaftsmitgliedern von Conserve Italia vollständig kontrolliert.

CIRIO-WERTE

Unsere Genossenschaft ist einzigartig – eine echte Gemeinschaft von Bauernhöfen, in der die Eigentümer:innen ihre Werte teilen und gemeinsam Verantwortung übernehmen.

•
Unsere Mission ist es, Produkte höchster Qualität auf eine sowohl ökologische als auch soziale Weise herzustellen.

•
Wir wollen unser wertvolles italienisches Land und die natürliche Umwelt bewahren.

•
Wir wollen leben und arbeiten, die Menschen respektieren und wertschätzen und Wissen und Können innerhalb der Gemeinschaft teilen.

•
Wir glauben an eine faire Entlohnung für die Arbeit unserer Landwirt:innen und bieten unsere Produkte zu einem fairen Preis an, garantiert durch unser Versprechen „vom Saatgut bis auf den Tisch“.



C

Qualität mit Tradition

Für alle Cirio-Produkte gilt „Cirio – vom Saatgut bis auf den Tisch“ – das wird von uns garantiert. Das bedeutet, dass jeder Produktionsschritt – von Aussaat und Anbau bis hin zur Herstellung des fertigen Produkts – einer strengen Analyse und Qualitätskontrolle unterliegt. So bringt Cirio den authentischen Geschmack Italiens in über 80 Länder auf der ganzen Welt. Cirios Expertise, die bis ins Jahr 1856 zurückreicht, sorgt dafür, dass 170 Jahre Leidenschaft für Vielseitigkeit, intensive Farben und tiefes Aroma stehen – italienische Intensität und Authentizität in jedem Gericht, jeden Tag.

Vom Feld in die Dose

Im Gegensatz zu allen anderen Tomatenmarken gehört die Marke Cirio unseren Landwirt:innen selbst. Diese bäuerlich geprägte Eigentumsstruktur bedeutet: schmackhaftere, frischere und qualitativ hochwertigere Produkte zu faireren Preisen. Unsere Genossenschaftsmitglieder kontrollieren vollständig die gesamte Lieferkette – vom Saatgut über die Pflanze bis auf den Teller. Cirio arbeitet nach nachhaltigen und ethischen Prinzipien, um hochwertige, aromatische Lebensmittel herzustellen und die Herkunft sowie beste Qualität jeder Dose zu garantieren – für beste Zutaten beim Kochen.

MIT SPASS IN DEN WINTER

DAS NEUE FRISCH GEKOCHT KIDS MAGAZIN
MIT COOLEN REZEPTEN IST DA:**

MIT TOLLEN
GEWINNSPIELEN
UND EINKAUFSS-
BONS!

GRATIS*
FÜR **jö**
MITGLIEDER

BILLA
**FRISCH
GEGOC**
kids

Winter 2025/26 € 0,50

GRATIS für jö Bonus Club Mitglieder

+4
EINKAUFSSBONS
IN DIESEM
HEFT

Mach mit!
**RÄTSELN,
MALEN &
BASTELN.**

Kokoskugel-
Schneemänner
auf Seite 11

**Winterzauber
überall**

Plus: Viele Gewinnspiele!

*Solange der Vorrat reicht

**Erscheinungszeitraum 27.11.2025–18.2.2026

FAMILIE
Schnelle Küche



MILCHREIS
MIT ZWETSCHKENRÖSTER UND SHORTBREAD



GRÜNES FISHCURRY
MIT PAK CHOI UND REIS



EINFACH & BLITZSCHNELL

So schnell kann's gehen!
Diese vier Gerichte sind im
Handumdrehen fix und fertig
zubereitet – ob für sich selbst
oder in Gesellschaft!



BLITZ-BORSCHTSCH
MIT STEAKSTREIFEN UND SAUERRAHM



MISO-BOHNEN-RÖSTGEMÜSE
MIT RÖSTBROT

FAMILIE

Schnelle Küche



MILCHREIS

mit Zwetschkenröster und Shortbread

Pro Portion: 592 kcal | 13 g EW | 95 g KH | 16 g Fett | 7,9 BE



1

Portion



10 Min.



- 1 Beutel Express-Milchreis (220 g)
- ca. 150 ml Milch
- 100 g Zwetschkenröster
- 1-2 Shortbreads

Zubereitung

1. Reis mit Milch nach Packungsanleitung zubereiten.
2. Inzwischen Zwetschkenröster leicht erwärmen. Shortbreads grob zerbröseln.
3. Milchreis mit Zwetschkenröster anrichten, mit Shortbread-Crumble bestreuen und sofort servieren, solange der Crumble noch knusprig ist.

TIPP

Für ein ansprechendes Dessert können Sie Milchreis und Zwetschkenröster (beides kalt) mit dem Crumble in einem Glas zu einem Trifle schichten.

SCHNELLE ZUTATEN



**BILLA IMMER GUT
ZWETSCHKENRÖSTER**

Preis: 390 g, € 2,49



**WALKER'S
SHORTBREAD
FINGERS °**

Preis: 150 g, € 3,99



GRÜNES FISHCURRY

mit Pak Choi und Reis

Pro Portion: 729 kcal | 35 g EW | 52 g KH | 40 g Fett | 4,3 BE



2

Portionen



30 Min.



- 300 g Pak Chois
- 300 g aufgetaute Alaska-Seelachs-Filets
- 2 Bio-Limetten
- 1 EL grüne Currypaste
- 400 ml Kokosmilch
- 1 TL brauner Zucker
- 1 Beutel Express-Langkornreis
- 1 Handvoll Korianderblätter
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Pak Chois grob schneiden. Fisch kalt abspülen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Etwas Limettenschale fein abreiben, eine Limette auspressen, die zweite in Spalten schneiden.
2. Currypaste in einem Topf ohne Fett anrösten. Kokosmilch, Zucker, Limettensaft und -abrieb einrühren und kurz aufkochen. Hitze reduzieren, Pak Chois hineingeben und 2-3 Min. garen. Fisch in der heißen, nicht mehr köchelnden Sauce 3-4 Min. gar ziehen lassen. Salzen und pfeffern. Reis nach Packungsanleitung zubereiten.
3. Curry mit Reis anrichten und mit Koriander sowie Limettenspalten garnieren.

SCHNELLE ZUTATEN



**CLEVER ALASKA-
SEELACHS-FILETS MSC
TIEFGEKÜHLT**

Preis: 950 g, € 6,25



**BILLA IMMER GUT
EXPRESS
LANGKORNREIS**

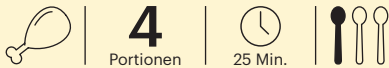
Preis: 250 g, € 1,49



BLITZ-BORSCHTSCH

mit Steakstreifen und Sauerrahm

Pro Portion: 460 kcal | 41 g EW | 44 g KH | 12 g Fett | 3,7 BE



- 200 g tiefgekühlte Zwiebeln
- 30 g Butter
- 1 EL Tomatenmark
- 1,2l Rinderfond
- 2 Gläser Rote-Rüben-Salat in Streifen (à 670 g)
- ca. 600 g Rindsminutensteak oder Rindslungenbraten
- 4 EL Sauerrahm
- 1 Handvoll Dillfähnchen
- 4 Schwarzbrotstücken
- Salz und Pfeffer

SCHNELLE ZUTATEN



JA! NATÜRLICH
BIO-MINUTENSTEAK
VOM WEIDEJUNGRIND *
Preis: pro kg, € 36,99



EFKO
ROTE-RÜBEN-SALAT
IN STREIFEN
Preis: 670 g, € 3,29

Zubereitung

- 1.** Zwiebeln in einem Topf in Butter bei mittlerer Hitze 2–3 Min. anschwitzen. Tomatenmark kurz mitrösten. Rinderfond angießen und aufkochen. Abgetropften Rote-Rüben-Salat mit etwas Einlegesud dazugeben. Ca. 5 Min. leicht köcheln lassen.
- 2.** Fleisch trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. In die Suppe geben und bei mittlerer Hitze 3–4 Min. ziehen lassen, bis es zart und gar ist.
- 3.** Borschtsch mit Salz und Pfeffer abschmecken und anrichten. Mit Rahm und Dille garnieren und mit Brot servieren.



MISO-BOHNEN-RÖSTGEMÜSE

mit Röstbrot

Pro Portion: 494 kcal | 17 g EW | 65 g KH | 17 g Fett | 5,4 BE



- 150 g tiefgekühltes mediterranes Röstgemüse
- 1 EL Olivenöl
- 120 g weiße Bohnen (ATG)
- 2 Weißbrotstücken
- 1 TL Kürbiskern-Misopaste
- einige Basilikumblätter
- Salz und Pfeffer

SCHNELLE ZUTATEN



BILLA BIO RÖST-
GEMÜSE MEDITERRAN
TIEFGEKÜHLT *
Preis: 450 g, € 2,99



JA! NATÜRLICH
BIO-MISOPASTE MIT
KÜRBISKERNEN
Preis: 190 g, € 5,99

Zubereitung

- 1.** Röstgemüse in einer Pfanne in Öl bei mittlerer Hitze 6–8 Min. braten, bis es aufgetaut ist und leicht Farbe annimmt.
- 2.** Bohnen in einem Sieb kalt abspülen und gut abtropfen lassen. Zum Röstgemüse geben und 3–4 Min. mitgaren. Brot rösten oder tosten.
- 3.** Gemüse vom Herd nehmen, Miso einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anrichten, mit Basilikum garnieren und mit Röstbrot servieren.

TIPP

Übrige Bohnen können Sie einfrieren oder für Suppen und Salate verwenden.



VIelfalt MIT VIEL GESCHMACK.

Taugt ma!



MAUTNER *Taugt ma!*

BILLA
immer gut

FAMILIE
Partysnacks

Die Party kann beginnen!

Von süßen Krapfen bis Pizzaschnecken für jeden Geschmack
– unsere Partysnacks sorgen bei Groß und Klein
für köstlichen Faschingsspaß.

FOTOS
Eva Strateva/Marian Inhouse-Agentur

FOODSTYLING
Bernadette Wörndl

SETSTYLING
Evelyne Zemplenyi

FRISCH GEKOCHT 69

FAMILIE
Partysnacks



Pikante Muffins

veggie, mit Fisch & mit Schinken

Pro Muffin: 187 kcal | 6 g EW | 10 g KH | 13 g Fett | 0,8 BE



*Gesamtzeit: ca. 1 ½ Std.

MUFFINS

- 125 g BILLA immer gut Weizenmehl universal
- ½ TL Salz
- ½ TL Weinsteinbackpulver
- ¼ TL Natron
- 2 TL Kristallzucker
- 110 g BILLA immer gut natives Olivenöl extra
- 150 g BILLA immer gut Heumilch Joghurt
- 2 BILLA immer gut Eier (M)
- ½ Bio-Zitrone (Abrieb + Saft)

ZUM GARNIEREN

- 100 g Frischkäse
- 2 BILLA immer gut Mini-Mozzarella-Kugeln
- 2 BILLA immer gut getrocknete Tomaten
- einige BILLA immer gut Basilikumblätter
- ¼ roter Paprika
- ½ Dose BILLA immer gut Thunfisch in Olivenöl
- einige BILLA immer gut Oreganoblätter
- 2 BILLA immer gut Artischockenherzen
- 4 BILLA immer gut Bresaola-Scheiben
- einige Petersilienblätter
- Fleur de Sel und Pfeffer

Zubereitung

1. Für die Muffins Backrohr auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. 12 Mulden eines Muffinblechs mit Papierförmchen auslegen. Mehl, Salz, Backpulver und Natron in eine Schüssel sieben und Zucker hinzufügen. In einer großen Schüssel Öl, Joghurt, Eier, Zitronenabrieb und -saft mit dem Schneebesen verquirlen. Mehlmischung hinzufügen und verrühren, bis keine trockenen Stellen mehr zu sehen sind.

2. Förmchen jeweils zu zwei Dritteln mit Teig füllen. 20–25 Min. goldgelb backen (Stäbchenprobe). Im Blech ca. 15 Min. abkühlen lassen, dann aus dem Blech nehmen und ca. 15 Min. vollständig auskühlen lassen.

3. Muffins oben mit einem Messer einritzen. Frischkäse in einen Spritzbeutel mit flacher Tülle füllen und in die Ritzen spritzen. 4 Muffins mit halbierten Mozzarellakugeln, klein geschnittenen getrockneten Tomaten und Basilikum garnieren, 4 Muffins mit klein geschnittenem roten Paprika, Thunfischstückchen und Oregano. Die restlichen 4 Muffins mit halbierten Artischockenherzen, Bresaola und Petersilie dekorieren. Alle Muffins mit Fleur de Sel und Pfeffer bestreuen.

½ TL getrockneter Thymian oder Oregano sowie ¼ TL gemahlene Koriander- oder Fenchelsamen verleihen den Muffins einen noch feineren Geschmack. 1 Msp. Kurkuma sorgt für ein leuchtendes Gelb.



Mini-Mozartkrapfen

Pro Krapfen: 318 kcal | 5 g EW | 34 g KH | 17 g Fett | 2,8 BE

**20**

Krapfen



1 ½ Std.*



*exkl. ca. 1 ½ Std. Rastzeit

- 100 g BILLA immer gut Heumilch Teebutter
- 250 ml BILLA immer gut Heumilch
- 10 g Trockengerme (oder 30 g frische Germ)
- 50 g Kristallzucker
- 500 g BILLA immer gut Weizenmehl glatt + Mehl zum Arbeiten
- 5 BILLA immer gut Eidotter (M)
- ½ Bio-Zitrone (Abrieb)
- 5 g Salz
- ca. 20 BILLA immer gut Mozartkugeln
- 1 l BILLA immer gut Sonnenblumenöl
- 2 TL BILLA immer gut Trinkkakao-Pulver
- 2 TL BILLA immer gut Pistazien geschält, geröstet & gesalzen
- etwas Staubzucker

Zubereitung

- 1.** Butter in einem Topf bei niedriger Hitze schmelzen, dann Milch einrühren. Germ, Kristallzucker, Mehl, Dotter, Zitronenabrieb und Salz in eine Rührschüssel geben, Butter-Milch-Mischung hinzufügen und mit den Knethaken auf niedriger Stufe ca. 3 Min., dann auf höherer Stufe ca. 4 Min. kneten, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst. Auf der Arbeitsfläche zu einer Kugel formen. In der Schüssel mit Frischhaltefolie abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Min. rasten lassen.
- 2.** Teig auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche gleiten lassen, mit einer Teigkarte ca. 45 g schwere Stücke abstechen und zu Kugeln schleifen. Mit einem Tuch abgedeckt ca. 30 Min. gehen lassen.
- 3.** Teigkugeln flach drücken, je 1 Mozartkugel in die Mitte legen, mit Teig ummanteln, diesen gut verschließen und rund formen. Nochmals abgedeckt ca. 30 Min. rasten lassen.
- 4.** Öl in einer tiefen Pfanne oder einem breiten Topf auf 170 °C erhitzen (Holzstieltest: Bläschenbildung). Je 3 oder 4 Krapfen vorsichtig ins heiße Öl legen und zugedeckt ca. 3 Min. anbacken. Wenden und offen ca. 3 Min. fertig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 5.** Krapfen nach Belieben mit Trinkkakao, gehackten Pistazien und Staubzucker bestreuen.

Krapfenrezepte für jeden Geschmack, pflanzliche Snacks sowie Köstlichkeiten für Kids – hier geht's zu noch mehr Partyspaß und -genuss: billa.at/fasching

Beim Rundschleifen wird der Teig mit der leicht gewölbten Handfläche mit sanftem Druck kreisförmig über die Arbeitsfläche geführt. Dadurch erhält er Oberflächenspannung und geht schön gleichmäßig auf.

FAMILIE
Partysnacks



Partygetränk Clownmilch:
Färben Sie Vanillemilch nach
Lust und Laune mit Lebens-
mittelfarben ein. Ein Faschings-
spaß für Klein und Groß!

Pinke Frucht-Donuts

Pro Donut (inkl. Donut-Hole): 213 kcal | 4 g EW | 23 g KH | 11 g Fett | 1,9 BE



*exkl. 1-2 Std. Rastzeit **+ ca. 20 Donut-Holes

DONUTS

- 80 g BILLA immer gut Heumilch Teebutter
- 250 ml BILLA immer gut Heumilch
- 10 g Trockengeram (oder 30 g frische Germ)
- 50 g Kristallzucker
- 500 g BILLA immer gut Weizenmehl glatt + Mehl zum Arbeiten
- 2 BILLA immer gut Eier (M)
- 1 BILLA immer gut Eidotter (M)
- ½ Bio-Zitrone (Abrieb)
- 5 g Salz
- 1 l BILLA immer gut Sonnenblumenöl

DEKOR + FÜLLUNGEN

- 25 g BILLA immer gut Erdbeeren gefriergetrocknet
- 50 g Staubzucker
- 25 g BILLA immer gut Frucht-Mix gefriergetrocknet
- je 150 g aufgetaute BILLA immer gut Mango, Heidelbeeren und Himbeeren

Die Donuts schmecken auch ungefüllt sehr gut.

Zubereitung

1. Für die Donuts Butter in einem Topf bei niedriger Hitze schmelzen, dann Milch einrühren. Germ, Kristallzucker, Mehl, Eier, Dotter, Zitronenabrieb und Salz in eine Rührschüssel geben, Butter-Milch-Mischung hinzufügen und mit den Knethaken auf niedriger Stufe ca. 3 Min., dann auf höherer Stufe ca. 4 Min. kneten. Teig auf der Arbeitsfläche zu einer Kugel formen. In der Schüssel mit Frischhaltefolie abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Min. rasten lassen.

2. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche ca. 1 cm dick ausrollen. Kreise (6-7 cm) ausstechen. Mit einem kleineren runden Ausstecher (2-3 cm) jeweils aus der Mitte einen kleineren Kreis ausstechen (die Donut-Holes). Alle Teiglinge mit genügend Abstand zueinander auf ein mit Backpapier belegtes, mit Mehl bestreutes Blech setzen. Mit einem Tuch abdecken und bei warmer Raumtemperatur 30-60 Min. gehen lassen. Teigreste zusammenkneten, 15-30 Min. entspannen lassen und danach wie beschrieben ausrollen, ausstechen und gehen lassen.

3. Inzwischen für den Dekor Erdbeeren im Blitzhacker fein mahlen und mit 10 g Staubzucker versieben. Frucht-Mix genauso verarbeiten.

4. Öl in einer tiefen Pfanne oder einem breiten Topf auf 170°C erhitzen (Holzstieltest: Bläschenbildung). Je 3 oder 4 Donuts vorsichtig ins heiße Öl legen und zugedeckt 2-3 Min. anbacken. Wenden und offen 2-3 Min. fertig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Donut-Holes portionsweise ca. 1 Min. pro Seite herausbacken.

5. Für die Füllungen Mango, Heidelbeeren und Himbeeren mit je 10 g Staubzucker nacheinander mit dem Stabmixer glatt pürieren und in je einen Spritzbeutel füllen. Donuts füllen, dafür zunächst mit einem Essstäbchen rundum ein paar Löcher vorbohren. Donut-Holes nach Belieben auch füllen. Mit Fruchtzucker bestreut servieren.

Sie können die Schnecken auch sortenrein einzeln in Muffinförmchen backen. Dazu die beiden Teigbahnen jeweils dritteln und separat belegen.



Dreierlei Pizzaschnecken

Pro Schnecke: 107 kcal | 5 g EW | 12 g KH
4 g Fett | 1 BE



*Gesamtzeit: ca. 1 Std.

- 200 g BILLA immer gut Mozzarella grande
- 110 g (aufgetaute) BILLA immer gut Eismeergarnelen
- 1 Pkg. BILLA immer gut Pizzateig XXL (550 g)
- 4 EL BILLA immer gut Tomatenmark
- ca. 1 EL BILLA immer gut natives Olivenöl extra
- 1 TL getrockneter Majoran
- 40 g BILLA immer gut Prosciutto crudo
- 150 g aufgetaute BILLA immer gut Pilzmischung
- einige BILLA immer gut Basilikumblätter Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Mozzarella gut abtropfen lassen. Garnelen kalt abspülen und trocken tupfen.
2. Backrohr auf 190 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Ofenform (ca. 23 x 13 cm) leicht einölen. Teig entrollen und längs halbieren. Teigbahnen jeweils mit 2 EL Tomatenmark bestreichen (dabei ca. 5 mm an den Längsseiten frei lassen), mit 1 TL Olivenöl beträufeln, mit ½ TL Majoran bestreuen, salzen und pfeffern.
3. Mozzarella reiben oder klein zupfen und beide Pizzabahnen damit belegen. Jeweils das erste Drittel der Bahnen (von der kürzeren Seite her gesehen) mit Prosciutto belegen, das mittlere Drittel mit Pilzen und das letzte mit Garnelen. Teigbahnen von der Längsseite her aufrollen und die Naht ganz leicht andrücken.
4. Die Rollen mit einem scharfen Messer vorsichtig in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und nebeneinander in die Form schichten. 20–25 Min. goldbraun backen. Pizzaschnecken mit Basilikum garnieren.

VEGANUARY MIT GENUSS.

Roulade

Biskuit:

- 250 g Weizenmehl
- 37 g Vanillepuddingpulver
- 25 g Kakaopulver
- 5 g Weinsteinbackpulver
- 1 g Xanthan
- 2 g Natron
- 20 g Vanillezucker
- 5 g Salz
- 150 g Kristallzucker

- 300 ml Mineralwasser mit Kohlensäure
- 250 g QimiQ Vegan
- 25 ml Zitronensaft

Creme:

- 500 g QimiQ Vegan, gekühlt
- 250 g Haselnuss-Pralinenpaste
- 20 g Vanillezucker
- 70 g Feinkristallzucker
- 1 g Salz
- 20 ml Rum, optional

1. **Biskuit:** Den Backofen auf 170° C (Umluft) vorheizen. Alle trockenen Zutaten vermengen. QimiQ Vegan mit den restlichen Zutaten vermischen und die Mehlmischung unterheben. Im vorgeheizten Backofen ca. 18 Minuten backen. Das Biskuit noch heiß vom Backpapier lösen und mit einem Küchentuch einrollen und auf Raumtemperatur abkühlen lassen.
2. **Creme:** QimiQ Vegan mit Vanillezucker, Kristallzucker und Salz glatt rühren. Haselnusspaste und optional Rum dazugeben und zum gewünschten Volumen aufschlagen.
3. Das Biskuit mit der Creme einstreichen und einrollen. Etwas Creme aufheben und die Roulade ausdekorieren. Für mind. 3 bis 4 Stunden kühlen.



BILLA
immer gut

Hier kommt der Partyspaß!

Krapfen, Chips, Heringsalat und bunte Drinks – das abwechslungsreiche Sortiment von BILLA immer gut bringt Genuss und gute Laune in die Faschingszeit.



FAMILIE
Fasching mit
BILLA immer gut



1	Flusskrebbsalat Apfel und Lauch	150 g	€ 5,99
2	Heringssalat 3 Sorten (klassisch, Rote Rübe, Curry)	330 g	€ 5,99
3	Marille Krapfen	6 Stk.	€ 3,99
4	Vanille Krapfen	4 Stk.	€ 2,69
5	Heringssalat Alt Wiener Art	170 g	€ 2,99
6	White Tiger Garnelen Ananas Kokos Cocktail	150 g	€ 5,99
7	Kesselchips Sauerrahm & Dille*	150 g	€ 1,99
8	Sex On The Beach Cocktail	250 ml	€ 2,19
9	Kesselchips Bruschetta Tomate & Oregano*	150 g	€ 1,99
10	Nougat Krapfen	4 Stk.	€ 2,69
11	Cosmopolitan Cocktail	250 ml	€ 2,19
12	Caipirinha Cocktail	250 ml	€ 2,19

Preisänderungen vorbehalten. * Dieses Produkt ist nicht im gesamten Erscheinungszeitraum dieser Ausgabe (Ende Dezember bis Mitte Februar) verfügbar.



Gemeinsam mit den Landwirt:innen setzt iglo auf nachhaltigen Anbau für den Erhalt der Bodenstruktur und die Förderung der Biodiversität.

iglo Edamame-Pesto mit Sobanudeln und Kürbiskernen

Pro Portion: 621 kcal | 26 g EW | 62 g KH | 28 g Fett | 5,2 BE

iglo Edamame Sojabohnen werden gentechnikfrei im Marchfeld angebaut und erntefrisch geschält, verpackt und tiefgefroren.

Mit ihrem süßlich-nussigen Geschmack sind sie vielseitig verwendbar, z. B. für Bowls, Salate oder asiatische Gerichte.



- 330 g tiefgekühlte iglo Edamame Sojabohnen
- 1 roter Paprika
- 40 g Kürbiskerne natur
- 1-2 kleine Knoblauchzehen
- 4½ EL Kürbiskernöl
- 2 EL Olivenöl
- 1½ EL Sojasauce
- ½ Limette (Saft)
- 300 g Sobanudeln*
- 1 Handvoll Basilikumblätter
- Salz und Pfeffer

Sobanudeln werden hauptsächlich aus Buchweizenmehl hergestellt und haben einen nussigen, leicht erdigen Geschmack. Sie können stattdessen auch (Dinkel-)Vollkornspaghetti verwenden.

Zubereitung

- 1.** Edamame in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 4-5 Min. garen, bis sie weich, aber noch leuchtend grün sind. Mit einem Siebschöpfer herausnehmen, Kochwasser im Topf lassen.
- 2.** Inzwischen Paprika entkernen und in dünne Streifen schneiden. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und grob hacken.
- 3.** Knoblauch schälen und mit Edamame, Kürbiskern- und Olivenöl, Sojasauce, Limettensaft, etwas Salz und Pfeffer in einem Mixer zu einem glatten Pesto verarbeiten. Evtl. einen Schuss Kochwasser einmischen, um eine cremige Konsistenz zu erreichen.
- 4.** Edamame-Kochwasser wieder aufkochen und Sobanudeln darin nach Packungsanleitung garen. Abseihen, dabei etwas Kochwasser auffangen, und gut abtropfen lassen. Pesto und Paprika unter die heißen Nudeln mischen, evtl. mit Kochwasser cremig binden. Anrichten und mit Kürbiskernen sowie Basilikum garnieren.

4 GUTE GRÜNDE,
DIE WINTERZEIT
ZU GENIESSEN.



GUT FÜR UNS

Die Joghurts sind aus österreichischer Bio-Milch von Kühen, die 24 Stunden Freilauf genießen. Auch im Winter. Kombiniert mit köstlichen Bio-Früchten entsteht ein besonderes Winterzeit-Geschmackserlebnis, ganz ohne Aromazusätze.

UND DIE NATUR NATÜRLICH

Die Bio-Winterzeit-Joghurts eignen sich vorzüglich als Dessert. Ob Apfel-Holunderbeere, Williamsbirne-Feige, Orange-Schokolade oder Zwetschke-Mohn-Vanille, Sie haben die Wahl.

Gib't's bei: **BILLA & BILLA PLUS** **ADEG** **Sutterlüty**
MEIN LANDESMARKT

Mehr Infos
hier





REGIONAL & NACHHALTIG

*Infos, Produkte
und Rezepte
für Genuss mit
Voraussicht*

WEISSER CHICORÉE

Das Wintergemüse
im Porträt

SALAT IM WINTER?

Und ob! Voller
Bio-Zutaten und vor
allem Geschmack!

DAS IST AGROFORST

Zu Besuch am Biohof
Zillach im Mostviertel



ZooRoyal

ENTDECKE ALLES FÜR DEIN TIER

Eine große Auswahl an Futter & Zubehör
für dein Haustier findest du auf
zooroyal.at

ZooRoyal Produkte sind auch erhältlich bei:

BILLA & BILLA PLUS

* Der Gutscheincode "10Billa" gilt bis einschließlich 28.02.2026 ohne Mindesteinkaufswert im ZooRoyal Onlineshop und nur für Neukunden. Gilt nicht auf die ZooRoyal Schatzkiste, JAL und Aquarien. Der Gutschein ist einmal pro Benutzer und Bestellung einlösbar. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Im Falle einer Rücksendung erstatten wir den rabattierten Einkaufspreis des jeweiligen Artikels. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Angebote gültig nur auf www.zooroyal.at. ZooRoyal Petcare GmbH, Schanzenstr. 6-20, 51063 Köln, Deutschland

Jetzt
10%*
sparen

Code: 10Billa

sicheldorfer

HEILWASSER

Starten Sie entspannt ins neue Jahr



Die natürlichen Mineralien des Sichelendorfer Heilwassers unterstützen den Körper dabei, den Säure-Basen-Haushalt im Gleichgewicht zu halten.

Zusätzlich entfaltet es eine natürliche Heilwirkung bei:

- *Reflux*
- *Gastritis*
- *Jodmangel*
- *Uratsteinen*

SOFORTWIRKUNG BEI SODBRENNEN

Natürliches Heilwasser aus Österreich
staatlich anerkannte Heilquelle.

heilwassersicheldorf.com



Ausschneiden und sammeln

REGIONAL

Gemüse im Jänner & Februar

Sehr chic, der Chicorée!

Die zarten, leicht herben Blätter des weißen Da komm' ich her! Chicorées aus dem Burgenland machen Gemüsegenuss im Winter zur hellen Freude.



Steckbrief

Geschmack: zartbitter-süßlich

Herkunft: Burgenland

Verwendung: für Salate und Suppen, Pfannengerichte und Gratins, Pasta und Risotto

Lagerung: dunkel im Gemüsfach des Kühlschranks – bei Licht wird Chicorée bitter



UNSERE
LIEFERANT:INNEN

Lukas Klimesch,
Chicoréeproduzent,
Heiligenkreuz

Ursprünglich in der Schnittrosenproduktion verwurzelt, hat sich der Familienbetrieb von Lukas Klimesch 2018 auf den umweltschonenden Anbau von Chicorée spezialisiert. Im sonnigen burgenländischen Sommer sammeln die Wurzeln der Schatten-gewächse am Feld die nö-

tige Energie, die sie brauchen, um anschließend in dunklen Treibzellen auszu-treiben. So lässt sich ohne Licht und Pestizideinsatz das ganze Jahr über frischer weißer Chicorée ernten. Der Strom für das moderne Betriebsgebäude in Heiligenkreuz wird mit einer Photovoltaik-Anlage



erzeugt. Lukas Klimesch genießt das Blattgemüse täglich, am liebsten gratiniert.

REGIONAL

Gemüse im Jänner & Februar



Herbes Highlight

Chicorée-Risotto

Der feinerbe weiße Chicorée gibt cremigem Risotto Raffinesse: Risotto nach Grundrezept zubereiten. Chicorée der Länge nach halbieren, Strunk entfernen und Blätter in dünne Streifen schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Chicorée anbraten und mit etwas Suppe ca. 3 Minuten dünsten. Mit geriebenem Parmesan oder zerkrümeltem Blauschimmelkäse unters Risotto rühren und gleich servieren.



Das Rezept für diesen gratinierten Chicorée mit Schinken finden Sie unter: billa.at/gratiniertes-chicoree-mit-schinken

TIPPS VON
Margit Fensl
Ernährungs-
expertin



Chicorée, einfach gesund
Er enthält Beta-Carotin, das im Körper zu Vitamin A umgewandelt wird, sowie die wichtige Folsäure. Beide Vitamine unterstützen unser Immunsystem, sind wichtig für die Blutbildung und den Eisenstoffwechsel.

TOP 3

Partners in Taste



BALSAMICO

Die Kombination aus Säure und Süße betont das feinerbe Aroma – köstlich in Dressings oder zum Karamellisieren.



ÄPFEL

Säuerliche Sorten wie Elstar, Boskoop und Topaz geben Chicorée-Gerichten eine fruchtige Frische.



BUTTER

In Butter gebraten oder mit Butterbröseln gratiniert – Fett rundet die Bitternoten elegant ab.



Wintersalat

mit zarter Bitternote

Chicoréeblätter kurz in kaltes Wasser mit etwas Zitronensaft legen. Abtropfen lassen. Für das Dressing je 2 EL Condimento bianco und Olivenöl, 1 TL Honig und ½ TL Senf, Salz und Pfeffer mischen. Dazu passen Nüsse und Zitrusfrüchte.



Frisch aus der Region

Der weiße Da komm' ich her! Chicorée wird im burgenländischen Heiligenkreuz ganzjährig in Dunkelheit kultiviert, unmittelbar nach der Ernte verpackt und schnellstmöglich in die Märkte geliefert. Innovative Hightech-Folien sorgen für einen optimalen Luftaustausch und halten das knackige Bittergemüse lange frisch.



Da komm' ich her! weißer Chicorée *

Die Verfügbarkeit von Chicorée in Ihrem BILLA und BILLA PLUS Markt ist abhängig von Ernte- und Witterungsbedingungen. Danke für Ihr Verständnis!

Nicht alles, was glänzt, ist Luxus.

Rollstuhl von Paul, 8 Jahre

**JETZT
SPENDEN!**



kindertraum.at



stiftung 
Kindertraum



Unsere regionalen Partner:innen

Österreichs Regionen auskosten – mit den Produkten unserer Lieferant:innen ein Leichtes!



**THOMAS VOGLSAM
UND JOHANNES MADER**
Obst- und Gemüseverarbeiter,
Geschäftsführer
Voglsam GmbH

Mit der Mostproduktion hat bereits der Großvater von Thomas Voglsam und Johannes Mader begonnen. Heute führen die beiden Cousins den Familienbetrieb in dritter Generation und produzieren mittels modernster Presstechnologie eine Vielfalt an hochwertigen Säften und Bio-Säften aus österreichischem Obst und Gemüse.



Sonnensaft Karotte*
Preis pro Flasche: **0,5 l, € 2,19**

Erhältlich bei BILLA und BILLA PLUS in Oberösterreich.



**SIMON QUENDLER
UND SABRINA HASSLER**
Landwirt:innen,
Simons Kräuter

Aromatisches Weißkraut, Zwiebeln, Karotten und Gurken aus biologischem Eigenanbau bilden die Hauptzutaten im Kärntner Jausensalat von Familie Quendler. Auf ihrem Hof in St. Andrä im Kärntner Lavanttal wird das Gemüse nach traditioneller Methode sauer eingelegt – für regionalen Gemüsegenuss zu jeder Saison.



Kärntner Jausensalat*
Preis pro Glas:
670 g, € 4,79

Erhältlich bei BILLA und BILLA PLUS in Kärnten..





JOHANNES BERTEL
Landwirt und Käsemeister,
Wilhelmsburger
Hoflieferanten

Die Wilhelmsburger Hoflieferanten veredeln in ihrer Hofmolkerei die Kuh- und Ziegenmilch von sechs Bauernfamilien aus dem oberen Traisental in traditionellem Handwerk zu feinbröseligem Bauerntopfen, Joghurt und Käse. Mit ihrem 5*-Kuhhotel sind sie auch in Sachen Tierwohl Vorreiter – und das schon seit 1995.



**Bauerntopfen
feinbröselig ***

Preis pro Pkg.:
500 g, € 5,15

Erhältlich in ausgewählten
BILLA und BILLA PLUS
Märkten in Niederösterreich.



ERHARD FREY
Geschäftsführer,
Delikatessen Manufaktur Frey

Die Delikatessen Manufaktur Frey verarbeitet frisches Gemüse schonend zu sauren Spezialitäten und aromatischen Knoblauch zu milder Knoblauchpaste. Für seine hochqualitativen Produkte setzt der Familienbetrieb auf langjährige Partnerschaften mit Landwirt:innen und verbindet Handarbeit mit modernster Technologie.



Knoblauchpaste mild *

Preis pro Glas:
212 ml, € 3,29

Erhältlich bei BILLA PLUS in Wien
und Niederösterreich.





**Süße
Stimmungsmacher**



iglo
Iss was Gscheid's!

Wertvolle Bio-Sorten

aus der Fini's Feinstes-Mühle

Die neuen Mehlsorten sind direkt auf Lieblingsgerichte wie Spätzle, Kuchen, Pizza und Nockerl zugeschnitten.



Peter Stallberger
Geschäftsführer Fini's Feinstes



Bio-Weizenkeime enthalten von Natur aus

- Spermidin
-
- pflanzliches Eiweiß
-
- Ballaststoffe
-
- ungesättigte Omega-3-Fettsäuren
-
- Vitamine: Vitamin E, B-Vitamine (Thiamin, Niacin, Vitamin B6, Folsäure)
-
- Mineralstoffe: Kalium, Eisen, Zink, Calcium, Magnesium, Phosphor


Erfahrene Bäcker:innen wissen, welche Mehlsorte beim Kochen und Backen angesagt ist. „Bei jungen Menschen oder Hobbyköch:innen beobachten wir, dass vermehrt konkrete Gerichte und dazu gelingsichere Rezepte im Vordergrund stehen“, stellt Peter Stallberger, Geschäftsführer von Fini's Feinstes, fest. Deswegen bietet Fini's Feinstes nun Mehlsorten in Bio-Qualität an, die auf beliebte Gerichte zugeschnitten sind. „Wir wollen damit das Miteinander beim Essen wieder in den Mittelpunkt rücken. Schließlich ist die Küche der beste Ort zum Reden, das stärkt Beziehungen“, so Stallberger, der mit seiner Familie gerne den Pizzaofen anheizt.

100% bio: Pizza-, Kuchen- und Spätzlemehl von Fini's Feinstes
Feinschmecker:innen wissen: Die kleinen Feinheiten machen den Unterschied. Das wissen auch die Müller:innen von Fini's Feinstes, die die Zusammensetzung und Vermahlung der neuen Mehle genau auf die jeweiligen Gerichte ausgelegt haben. So besteht das Bio-Pizzamehl aus einer Mischung von regionalem Weizen und fein vermahlenem italienischen Hartweizengrieß. Durch diese Mischung wird Flüssigkeit besser aufgenommen und es entsteht ein geschmeidiger Pizzateig, der besonders knusprig bleibt und auch wunderbar für Focaccia und Ciabatta geeignet ist. Für das Bio-Kuchenzmehl

wird österreichisches Getreide extraglatt vermahlen. Damit ist es ideal für flaumige Kuchen, Biskuit, Feingebäck und Torten. Das Bio-Spätzlemehl besteht aus Weizen, fein vermahlenem Hartweizendunst und Weizengrieß. Das verleiht Spätzle eine goldgelbe Farbe und sorgt für den richtigen Biss.

Bio-Weizenkeime – der Schatz des Weizenkorns

Weizenkeime enthalten von Natur aus wertvolle Nährstoffe und Spermidin. Dank Fini's Feinstes gibt es die goldgelben Superflocken nun bei BILLA im Frühstücksregal. Sie passen ideal zu Müsli, Joghurt oder direkt aufs Butterbrot.



Für ein besonders feines Aroma können Sie kurz vor dem Servieren etwas Zitronenabrieb oder einen Spritzer Zitronensaft zur Chowder geben.



aus biologischer
Landwirtschaft

Gutes Gelingen

Ja! Natürlich Bio-Fischfond

Der Fischfond wird nach traditionellem Rezept aus österreichischen Bio-Fischen hergestellt und leistet einen Beitrag zur ganzheitlichen Verwertung von Lebensmitteln. Ideal für Eintöpfe, Risottos und Saucen.

Preis: 340 ml, € 3,99



4

Portionen



25 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 45 Min.

- 120 g Ja! Natürlich Bio-Frühstücks-
speck
- 2 kleine Ja! Natürlich gelbe Bio-
Zwiebeln
- 300 g Ja! Natürlich Bio-Beilagenerd-
äpfel vorwiegend festkochend
- 200 g Ja! Natürlich Bio-Karotten
- 20 g Ja! Natürlich Bio-Butter
- 1 TL edelsüßes Bio-Paprikapulver
- 500 ml Ja! Natürlich Bio-Fischfond
- 200 ml Ja! Natürlich Bio-Schlagobers
- 1 Glas Ja! Natürlich Bio-Zuckermais
(220 g ATG)
- 500 g tiefgekühltes Bio-Lachsfilet
ohne Haut
- 2 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Dillefähnchen
- 4 Ja! Natürlich Bio-Dinkelvoll-
kornweckerl
- Salz und Bio-Pfeffer

Lachs-Chowder mit Speck

Pro Portion: 976 kcal | 45 g EW | 66 g KH | 56 g Fett | 5,5 BE

Zubereitung

1. Speck in dünne Streifen schneiden. Zwiebeln schälen und klein würfeln, Erdäpfel und Karotten schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
2. Speckstreifen in einem großen Topf in Butter bei mittlerer Hitze 3-4 Min. leicht anbraten. Zwiebeln, Erdäpfel und Karotten dazugeben und ca. 3 Min. mit anschwitzen. Paprikapulver darüberstreuen und kurz mitrösten. Mit Fischfond und Obers aufgießen, abgetropften Mais dazugeben und 12-15 Min. leicht köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist und die Suppe leicht bindet.

3. Lachs kalt abspülen, in die heiße, aber nicht mehr köchelnde Suppe legen und ca. 6 Min. ziehen lassen, bis er zart ist. Mit zwei Gabeln zerzupfen.

4. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken, anrichten und mit Dille garnieren. Mit Weckerln servieren.

WAS IST CHOWDER?

Chowder ist eine sämige Suppe, die ihren Ursprung im Nordosten der USA hat. Im Original wird sie mit Fisch zubereitet, heutzutage auch öfters nur mit Gemüse.

NACHHALTIG
Kochen mit Ja! Natürlich

JETZT NEU
BEI BILLA UND
BILLA PLUS



FAIRER LEBEN

Mit den Lebensmitteln, zu denen wir heute greifen, gestalten wir mit, **wie wir morgen leben.** Darauf machen zu Jahresbeginn mehrere **BILLA Initiativen** aufmerksam.

TEXT **Sarah Satt**



GOOD FOOD

Wir sind: nachhaltig und köstlich – für bewussten Genuss, der uns und der Umwelt guttut.



Veganuary: bewusst ins Jahr starten

Seit elf Jahren lädt der Veganuary Menschen weltweit ein, den ersten Monat des Jahres zu nutzen, um die pflanzliche Lebensweise auszuprobieren und sich vermehrt rein pflanzliche Gerichte auf den Teller zu holen. Sie wissen nicht, wo Sie anfangen sollen? In den über 540 pflanzlichen Rezeptideen von deftig bis süß auf billa.at/rezepte werden Sie garantiert fündig!

Bis zu **32%**

der Kosten*

lassen sich durch den Kauf rein pflanzlicher Produkte und Fleischalternativen einsparen.

*Hammer K., Weder S., Keller M. (2022): Kostenstudie vegan, veganuary.com/de/kostenstudie-vegan



PFLANZLICH KOCHEN UND GÜNSTIG GENIESSEN

Eine pflanzliche Ernährung bietet viele Vorteile – für die Umwelt und die eigene Gesundheit, aber auch für die Geldbörse. Denn viele pflanzliche Lebensmittel wie Getreide, Hülsenfrüchte und Gemüse sind preiswerter als tierische. Wer haltbare Zutaten auf Vorrat kauft, zu vergünstigten Rettersackerln greift, Lebensmittel mithilfe wöchentlicher Speisepläne optimal verwertet und größere Portionen für mehrere Mahlzeiten vorkocht, spart zusätzlich Geld.



Pflanzendrinks für alle!

Pflanzendrinks werden mit 20% besteuert, tierische Milch nur mit 10%. BILLA setzt ein Zeichen für leistbaren pflanzlichen Genuss und schenkt zur Feier des Veganuary seinen Kund:innen im gesamten Jänner die Mehrwertsteuerdifferenz für rund 100 gekühlte und ungekühlte Pflanzendrinks und Trinkmahlzeiten. Hoch die Tassen!

WUSSTEST DU?

Der Veganuary wurde 2014 in Großbritannien als internationale Kampagne für eine pflanzliche Ernährung ins Leben gerufen.

FREI VON

- ✓ KONSERVIERUNGSMITTELN
- ✓ GESCHMACKSVERSTÄRKERN
- ✓ KÜNSTLICHEM AROMAZUSATZ
- ✓ PALMÖL

Weniger Inhaltsstoffe sind mehr

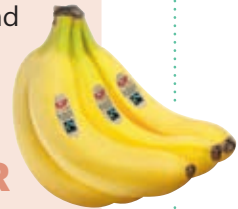
Vegavita ist die erste und einzige Eigenmarke in Österreich, deren gesamte Produkte garantiert frei von Konservierungsstoffen und Geschmacksverstärkern, von künstlichen Aromazusätzen sowie Palmöl sind. Für rein pflanzlichen Genuss ohne Überraschungen auf der Zutatenliste.



FÜR UNS ALLE

Wir sind: vielfältig und sozial – für ein verantwortungsvolles und faires Miteinander.

FAIR EINKAUFEN LOHNT SICH IMMER



Wer bewusst zu Fairtrade-zertifizierten Produkten greift, unterstützt Menschen in den Ursprungsländern durch gerechte Löhne und bessere Lebensbedingungen und leistet einen Beitrag zum Umweltschutz. Die große Fairtrade-Produktvielfalt bei BILLA lädt das ganze Jahr zum fairen Einkaufen ein. Im Aktionsmonat Fairbruary (Februar) können Kund:innen, die auf das Fairtrade-Siegel achten, einen von 3 BILLA Einkaufsgutscheinen im Wert von € 300 gewinnen: einfach QR-Code scannen oder auf fairbruary.at/billa mitspielen!



NACHHALTIG
Salate

CURRYLINSENSALAT mit Mango und Lachs

Dieses Rezept
finden Sie hier
oder auf:
billa.at/rezepte





billa
bio

WOHLFÜHL- MISCHUNG



Wir machen auch den Winter zur Salatzeit.
Was es für unsere Wohlfühlsalate braucht: viel saisonales
Bio-Obst und -Gemüse sowie eine Extraportion herzhaftes
Bio-Zutaten wie Käse, Fleisch und Getreide.

FOTOS

Matthias Piket/Marian Inhouse-Agentur

FOODSTYLING

Valentino Brienza/Brima Foodstyle

SETSTYLING

Karin Boba

WIENER ERDÄPFEL-GURKEN-SALAT

mit Backhendl

Pro Portion: 1261 kcal | 51 g EW | 116 g KH | 62 g Fett | 9,7 BE



4

Portionen



40 Min.*



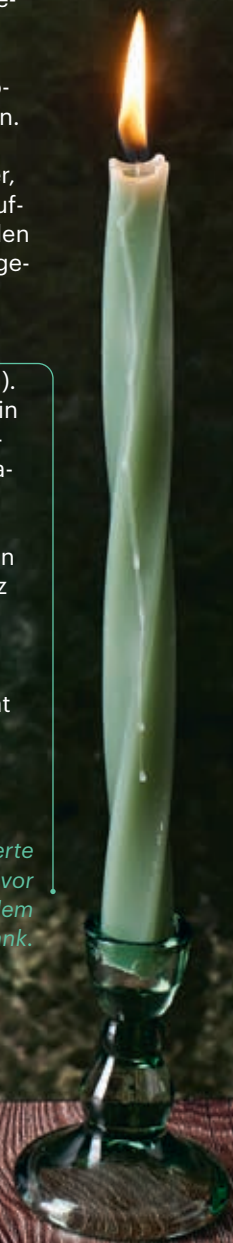
*Gesamtzeit: ca. 3 Std. exkl. Marinierzeit über Nacht

- ca. 1 kg Ja! Natürlich Bio-Hendlkeulen
- 250 ml Ja! Natürlich Bio-Buttermilch
- 1 kg Ja! Natürlich vorwiegend festkochende Bio-Erdäpfel
- 2 Ja! Natürlich rote Bio-Zwiebeln
- 60 ml BILLA Bio Apelessig
- 30 g Bio-Kristallzucker
- 250 ml Ja! Natürlich Bio-Hühnerfond
- 2 EL Ja! Natürlich Bio-Estragon-senf
- 1 kg Ja! Natürlich Bio-Butterschmalz
- 100 g Ja! Natürlich Bio-Weizenmehl universal
- 4 Ja! Natürlich Bio-Eier (M)
- 250 g Ja! Natürlich Bio-Dinkelbrösel
- 3 Ja! Natürlich Bio-Minigurken
- 60 ml Ja! Natürlich Bio-Rapsöl
- 1 Handvoll Ja! Natürlich krause Bio-Petersilienblätter
Salz und Pfeffer

Zubereitung

- 1.** Hendlkeulen kalt abspülen, trocken tupfen und im Gelenk zerteilen. Buttermilch mit 20 g Salz verrühren, Keulen darin einlegen und zugedeckt über Nacht kalt stellen.
- 2.** Erdäpfel in Salzwasser 20–30 Min. weich kochen. Abgießen und 15 Min. ausdampfen lassen.
- 3.** Zwiebeln schälen und würfeln. Essig, Zucker, Fond, Senf und Zwiebelwürfel einmal kräftig aufkochen. Erdäpfel schälen, in Scheiben schneiden und mit der heißen Flüssigkeit übergießen. Zugedeckt ca. 2 Std. rasten lassen.
- 4.** Butterschmalz in einem Topf langsam auf 160 °C erhitzen (Holzstieltest: Bläschenbildung). Keulen etwas abtropfen lassen. Nacheinander in Mehl, leicht verquirlten Eiern und Bröseln wenden. Im heißen Fett 8–10 Min. goldbraun ausbacken.
- 5.** Inzwischen Gurken nach Belieben schneiden und mit Öl unter die Erdäpfel mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 6.** Keulen auf Küchenpapier abtropfen lassen. Petersilie frittieren (Spritzgefahr!). Erdäpfelsalat mit Hendl und Petersilie anrichten.

Nehmen Sie das marinierte Fleisch ca. 1 Std. vor dem Ausbacken aus dem Kühlschrank.





NACHHALTIG
Salate



PASTINAKENSALAT

mit Apfel und Ziegenfrischkäse

Pro Portion: 710 kcal | 18 g EW | 48 g KH | 49 g Fett | 4 BE



4

Portionen



30 Min.



Zubereitung

- 600 g Ja! Natürlich Bio-Pastinaken
- 50 g Ja! Natürlich Bio-Butter
- 100 g BILLA Bio Haselnusskerne
- 30 g Bio-Kristallzucker
- 30 ml Ja! Natürlich Bio-Ahornsirup (Grad A)
- 60 ml BILLA Bio Apfelessig
- 2 rote Ja! Natürlich Bio-Äpfel
- 60 ml Ja! Natürlich Bio-Hanföl
- 280 g Ja! Natürlich Bio-Ziegenfrischkäse
- 1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Petersilienblätter
- Salz und Pfeffer

1. Pastinaken längs halbieren oder vierteln. In einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze in Butter ca. 15 Min. braten, dabei leicht salzen.
2. Inzwischen Nüsse grob hacken und ohne Fett rösten. Zucker, Ahornsirup und 30 ml Essig dazugeben und ca. 5 Min. karamellisieren.
3. Äpfel entkernen, würfeln und mit 30 ml Essig, Öl und etwas Salz marinieren.
4. Pastinaken mit Ziegenfrischkäse anrichten und mit ausreichend Apfelvinaigrette beträufeln. Mit Petersilie, karamellisierten Nüssen und Pfeffer bestreuen.



aus biologischer
Landwirtschaft

GESUNDE BÖDEN GEHEN UNS ALLE AN

Seit Jahren setzt Ja! Natürlich Maßnahmen, um das Thema Bodengesundheit und Vielfalt in der Öffentlichkeit zu verankern. Denn 90 % unserer Lebensmittel kommen aus dem Boden – somit ist dessen Gesundheit die Grundlage unserer Ernährungssicherheit. Die Bedeutung zeigt sich nicht zuletzt angesichts von Naturkatastrophen. Wenn Böden gesund sind – humusreich, biologisch aktiv und mit stabiler Struktur –, können sie zum Beispiel Wasser deutlich besser aufnehmen und speichern. Dadurch tragen sie aktiv dazu bei, Hochwasserrisiken zu verringern, und versorgen zudem in Trockenzeiten den Boden länger mit Feuchtigkeit. Gesunde Böden sind wichtig für eine enkeltaugliche Zukunft und gehören somit zu unseren wichtigsten Ressourcen.

Mehr Infos: janatuerlich.at/gesunde-boeden-gehen-uns-alle-an

KNACKIGER SELLERIESALAT

mit Karamelläpfeln und Edelschimmelkäse

Pro Portion: 743 kcal | 18 g EW | 34 g KH | 57 g Fett | 2,8 BE



4

Portionen



30 Min.



Zubereitung

- 1 kl. Ja! Natürlich Bio-Sellerieknolle (ca. 600 g)
- ½ Staude Ja! Natürlich Bio-Stangensellerie
- 50 g BILLA Bio Blütenhonig
- 150 g BILLA Bio Walnuskerne
- 1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Petersilienblätter
- 2 Ja! Natürlich Bio-Knoblauchzehen
- 40 ml BILLA Bio Apeflessig
- 80 ml Ja! Natürlich Bio-Bratöl
- 1 EL Ja! Natürlich Bio-Estragonsenf
- 2 Ja! Natürlich Bio-Äpfel (z. B. Topaz)
- 2 EL Bio-Kristallzucker
- 150 g BILLA Bio Edelschimmelkäse
- Salz und Pfeffer

1. Knollensellerie schälen und in ca. 1 cm große Würfel, Stangensellerie in ca. 1 cm breite Stücke schneiden. Selleriegrün beiseitelegen.

2. Knollensellerie 30 Sek. in sprudelndem Salzwasser kochen, Stangensellerie dazugeben und weitere 30 Sek. kochen. Gemüse abseihen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.

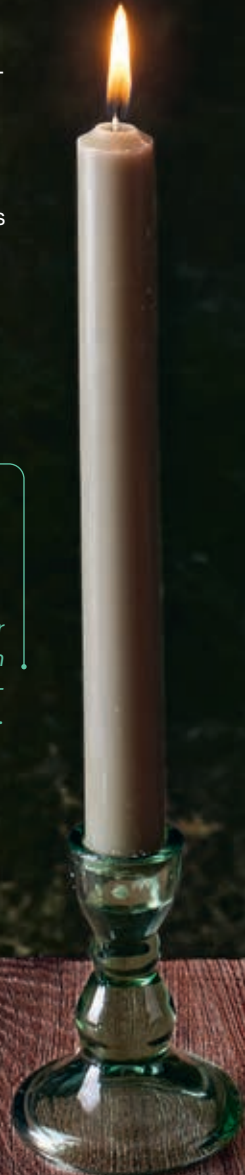
3. Honig in einer Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Nüsse dazugeben und unter Rühren ca. 3 Min. braten.

4. Die Hälfte der Sellerieblätter mit Petersilie, geschältem Knoblauch, Essig, Öl, Senf und etwas Salz ca. 1 Min. auf höchster Stufe pürieren.

5. Äpfel entkernen und in Spalten schneiden, in Zucker wälzen und in einer Pfanne ohne Fett bei hoher Hitze ca. 1 Min. karamellisieren.

6. Sellerie mit der grünen Marinade mischen und anrichten. Mit Karamelläpfeln, Honignüssen und grob zerbröseltem Käse belegen, mit Sellerieblättern und Pfeffer bestreuen.

Wenn Sie es gern etwas deftiger mögen, können Sie zusätzlich gebratenen Ja! Natürlich Bio-Frühstücksspeck dazugeben.





NACHHALTIG
Salate

Die wichtigste Zutat für einen Wintersalat ist jede Menge saisonales Gemüse. Hier haben wir viel Wissenswertes zu Wintergemüse und weitere Rezepte damit zusammengestellt: billa.at/wintergemuese



REISSALAT

mit Roter Rübe, Orangen und Walnüssen

Pro Portion: 673 kcal | 14 g EW | 82 g KH | 30 g Fett | 6,8 BE



4

Portionen



30 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 1 Std.

Zubereitung

1. Rote Rüben in Salzwasser ca. 40 Min. gar kochen. Abseihen und 10 Min. ausdampfen lassen.

2. Inzwischen beide Reissorten separat nach Packungsanleitung garen. Abseihen und kurz kalt abspülen. Nüsse ohne Fett bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. rösten, dann grob hacken.

3. Warme Rote Rüben schälen, würfeln und mit Sirup, Senf und etwas Salz marinieren.

4. Orangenzesten abreißen, restliche Schale und Haut abschneiden, Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. Reis und Orangenscheiben mischen und mit Orangensaft, Öl, der Hälfte der Zesten sowie etwas Salz und Pfeffer marinieren.

5. Reissalat mit Roten Rüben, restlichen Zesten, Nüssen und Kräutern anrichten.

Da die Roten Rüben sehr stark färben, tragen Sie beim Verarbeiten am besten Einmalhandschuhe.

4 Ja! Natürlich Bio-Rote-Rüben°

100 g Ja! Natürlich schwarzer Seewinkler Bio-Reis

100 g Ja! Natürlich Bio-Langkornreis

100 g BILLA Bio Walnuskerne

30 ml Ja! Natürlich Bio-Johannisbeersirup

1 EL Ja! Natürlich Bio-Estragon-senf

3 Ja! Natürlich Bio-Orangen

100 ml BILLA Bio Orangensaft

50 ml BILLA Bio Rapsöl

1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Zitronenmelissenblätter*

1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Petersilienblätter
Salz und Pfeffer

**Land
sCHAFFT
Leben**

WIEDER ZUM ERDEN

KLEIN, ABER FEIN STATT WEIT GEREIST

Anders als der Großteil der Welt bauen wir Reis auf trockenen Feldern an. Dadurch sind die Erntemengen kleiner und es fällt mehr Arbeit an, etwa die händische Unkrautentfernung im Bio-Anbau. Unter anderem darum ist unser Reis teurer, hat aber Vorteile: Tests wiesen im Vorjahr in Reis aus Österreich kein Arsen nach. In gefluteten Feldern nehmen Reiszurzel den Schadstoff vermehrt auf, zudem entweicht dort viel klimaschädliches Methangas. Reis wächst etwa in Gerasdorf, im Marchfeld, im Seewinkel und in der Südsteiermark. Mehr zu heimischen Lebensmitteln auf: landschaftleben.at

BILLA unterstützt „Land schafft Leben“. Der unabhängige Verein ist österreichischen Lebensmitteln auf der Spur und zeigt, welche Arbeit unsere Bäuerinnen und Bauern leisten und wie die Lebensmittel verarbeitet werden und schließlich in den Handel kommen.

Genial, weil regional!



WARMER UMAMI- HIRSESALAT mit Selchfleisch

Pro Portion: 771 kcal | 46 g EW
65 g KH | 34 g Fett | 5,4 BE



4

Portionen

50 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 1 1/4 Std.

- 150 g Ja! Natürlich Bio-Shiitakepilze
- 1 kg Ja! Natürlich Bio-Suppengrün (2 Pkg.)
- ca. 500 g Ja! Natürlich Bio-Selchkarree
- 250 g Ja! Natürlich Bio-Goldhirse
- 4 Ja! Natürlich Bio-Eier (M)
- 4 Ja! Natürlich Bio-Thymianzweige
- 200 g Ja! Natürlich Bio-Cremeschampignons
- 4 Ja! Natürlich Bio-Knoblauchzehen
- 50 g Ja! Natürlich Bio-Butterschmalz
- 30 g BILLA Bio Blütenhonig
- 2 EL Ja! Natürlich Bio-Misopaste aus Kürbiskernen
- 30 g Ja! Natürlich Bio-Butter
- 100 ml Ja! Natürlich Bio-Condimento bianco
- 1/2 Ja! Natürlich Bio-Brokkoli
- 100 g Ja! Natürlich Bio-Tofu geräuchert
- 1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Petersilienblätter
Salz und Pfeffer

Sie können die Hirse auch zeitgleich mit dem Karree in Ja! Natürlich Bio-Gemüsefond garen.



Zubereitung

1. Stiele von den Shiitakepilzen entfernen und mit 2 l Wasser, Suppengrün und 1 EL Salz aufkochen. Karree dazugeben, Hitze reduzieren und das Fleisch ca. 30 Min. erhitzen. Anschließend warm halten.

2. Hirse waschen. 500 ml Selchsud abschöpfen, Hirse darin ca. 15 Min. bei mittlerer Hitze kochen. Auf der ausgeschalteten Platte weitere 15 Min. quellen lassen.

3. Inzwischen Eier ca. 10 Min. kochen, schälen und in Spalten schneiden. Thymian grob schneiden. Champignons und Shiitakes halbieren. Knoblauch schälen und

pressen. Pilze, Knoblauch und Thymian bei hoher Hitze in 25 g Butterschmalz ca. 5 Min. braten. Honig, Miso, Butter und 50 ml Condimento dazugeben, salzen und pfeffern.

4. Brokkoli in kleine Röschen teilen, Tofu in Streifen schneiden. Brokkoli und Tofu bei hoher Hitze in 25 g Butterschmalz ca. 3 Min. braten, dabei leicht salzen. Mit der Hirse mischen. 50 ml Condimento und 100 ml Selchsud unterrühren.

5. Fleisch in Scheiben schneiden. Mit Hirsesalat, Pilzen und Eiern anrichten, mit Petersilie garnieren.

NACHHALTIG
Bio-Spezialitäten



aus biologischer
Landwirtschaft

billa
bio

FÜR EINEN BEWUSSTEN START

Hülsenfrüchte, Nüsse, Gemüse, Obst und vieles mehr:
Mit der bunten Bio-Vielfalt von Ja! Natürlich
und BILLA Bio steht einem köstlich-frischen
Jahresbeginn nichts mehr im Weg!

1



2



3



4



5



6



Heiß im Häferl & kalt im Glas!

NEU



teekanne.at



Ob dein Geschirrspüler auch ein Naturschutzprogramm hat?

Na claro!



BIOLOGISCH ABBAUBAR



HAUSEIGENE PRODUKTION



HERGESTELLT IN ÖSTERREICH

claro.at



MANGO

Alles zu seiner Zeit

Salat, Süßspeise oder Getränk: Mit Mangos lässt sich in jedem Reifestadium etwas Köstliches zubereiten – ganz egal, ob noch etwas unreif, perfekt reif oder gar schon überreif!



UNREIF



Mangosalat

Unreife Mangos werden in vielen Regionen wie etwa Südostasien oder Indien zu Salat verarbeitet. Für einen fruchtig-scharfen Mangosalat eine große Mango schälen und in dünne Streifen schneiden. Mit Paprikastreifen mischen und mit Limettensaft, Chili und Salz abschmecken. Mit Koriander oder Rucola sowie Erdnüssen und Sesam bestreuen.



REIF



Mango Sticky Rice

Für den Dessertklassiker aus Thailand 150 g Milchreis nach Packungsanleitung (mit Wasser statt mit Milch) kochen. 200 ml Kokosmilch mit etwas Zucker und Salz erhitzen. Die Hälfte davon unter den Reis rühren und zugedeckt ziehen lassen. Die andere Hälfte mit 1 TL Stärke aufkochen, bis sie eindickt. Reis mit reifen Mangoscheiben und der Kokoscreme servieren.



ÜBERREIF



Mango-Lassi

Einem cremigen indischen Mango-Lassi kann kaum jemand widerstehen. Dafür eine (über-)reife Mango schälen, das Fruchtfleisch grob würfeln und gemeinsam mit ca. 200 g Naturjoghurt und 100 ml Wasser fein pürieren. Nach Geschmack noch etwas Zucker einrühren – der ist bei überreifen, süßen Mangos aber meist nicht nötig.

Viele Rezepte mit Mangos
finden Sie hier:
billa.at/mango

Köstlich, die Bio-Zucchini!

Zucchini sind vielseitig einsetzbar.

Wenn es bei uns für die Zucchini zu kalt ist, bekommen wir Unterstützung aus dem warmen Süden. Wir waren bei der Ernte live dabei.



Die üppige Pflanze mit den großen Blättern und leuchtend gelben Blüten gehört zur Familie der Kürbisgewächse. Sie stammt ursprünglich vom Gartenkürbis ab und wurde von Mittelamerika in die ganze Welt gebracht. Im deutschen Sprachraum hat sie sich erst gegen Ende der 60er-Jahre einen Namen gemacht. Auch wenn Zucchini bis zu 40 cm lang werden können, liegt die ideale Größe bei 14 bis 21 cm. Je kleiner und frischer die Zucchini, desto zarter und feiner ist der leicht nussige Geschmack dieser vielseitigen Frucht.

Bio-Genuss aus dem sonnigen Süden

Ja! Natürlich Bio-Zucchini stammen von Juni bis Anfang September aus österreichischer Bio-Landwirtschaft und den Rest des Jahres, wenn es hier für Zucchini zu kalt ist, großteils aus Italien. Gemäß den Grundsätzen der Bio-Landwirtschaft wird der Bodengesundheit durch den Einsatz von Nützlingen, gelebte Fruchtfolge und die Förderung von Biodiversität höchste Priorität zugeschrieben. Nach der Aussaat im lockeren, humusreichen Boden

benötigen die Pflanzen je nach Jahreszeit zwischen vier und acht Wochen, bis die Ernte erfolgen kann.

Je kleiner, desto feiner

Wenn die Zucchini zu blühen beginnen, entwickeln sich zuerst viele männliche Blüten, die aber keine Früchte bilden. Bald darauf kommen die weiblichen Blüten und setzen erste Früchte an, die sich rasend schnell entwickeln. Erreichen die Zucchini die Idealgröße, werden sie per Hand geerntet – dazu werden sie einfach mit einem Messer abgeschnitten. Nach der Ernte werden sie in Kisten geschichtet und in den Abpackbetrieb transportiert. Dort werden sie kalibriert – das heißt, Länge und Gewicht werden bestimmt. Außerdem werden sie auf qualitative Mängel untersucht und eventuell aussortiert. Danach wird jede Bio-Zucchini mit dem Ja! Natürlich Sticker versehen und für die Lieferung abgepackt.



Die sizilianischen Ja! Natürlich Bio-Zucchini findet man 3 bis 4 Tage nach der Ernte bei BILLA und BILLA PLUS.



Vielseitig & köstlich

1. Es gibt kaum ein pflegeleichteres Gemüse als Zucchini: Einfach waschen, trocken tupfen und Kappe und Stielende abschneiden – geschält werden sie nicht.
2. Ob roh im Salat, als Suppe, Eintopf, im Kuchen, gegrillt oder gebacken – Zucchini sind Allrounder und passen sich vielen Zutaten und Geschmacksrichtungen problemlos an. Sie vertrauen sich mit den unterschiedlichsten Kräutern und Gewürzen. Als Mischgemüse harmonisieren sie am besten mit Tomaten, Paprika, Zwiebeln und Melanzani. Mit Faschierem gefüllt sind sie eine pikante Hauptmahlzeit.

EINKAUFSTIPP



JA! NATÜRLICH BIO-ZUCCHINI*

Die Zucchini von Ja! Natürlich stammen zu 100% aus kontrollierter Bio-Landwirtschaft. Zurzeit kommt der Großteil sonnenge-reift aus Sizilien.

*Für preissensible Artikel wie Obst und Gemüse können sich die Preise tagesaktuell ändern. Danke für Ihr Verständnis!

ja!
Natürlich.

aus biologischer
Landwirtschaft



Weidehaltung nicht weit vom Stamm

Am Mostviertler Biohof von Familie Huber weiden Wagyu- und Murbodner Rinder zwischen alten Apfel- und Birnbäumen. Als traditionelle Agroforstsysteme zeigen Streuobstwiesen, wie sich Landwirtschaft und Naturschutz verbinden lassen.

FOTOS
Stefan Knittel

TEXT
Sarah Satt



Wir arbeiten mit der Natur,
nicht dagegen – da musst
du dich anpassen.

Karl Huber



B

Martin Huber macht für seinen Vater Karl die Räuberleiter.

Der junggebliebene Senior verschwindet für einen Augenblick zwischen den schwer behangenen Ästen des Apfelbaums, bevor er aus dessen Krone wieder auftaucht. Einmal kräftig schütteln, schon regnet es Äpfel. Wieder am Boden, überzeugt sich der Landwirt von der Qualität des Obstes. „Ich esse fast jeden Tag einen Apfel“, sagt Karl und schmunzelt – schließlich ist er an der Quelle. Rund um den Biohof Zillach wachsen Apfel- und Birnbäume – darunter alte Sorten wie Herbstrenette, Bli- nau, Perner Rose, Winowitz, Grüne und Rote Pichlbirne – in vielfältigem Nebeneinander mit Zwetschken-, Kirsch- und Kriecherlbäumen. Viele der hochstämmigen Obstbäume seien bereits sehr alt gewesen, als sein Vater den Betrieb 1968 gekauft hat, erzählt Karl. Früher dienten solche Streuobstwiesen vor allem der Eigenversorgung, heute liefert Familie Huber zur Saison zweimal wöchentlich Fallobst an die Sammelstelle in Kematen – montags Äpfel, donnerstags

Birnen. Noch am selben Tag werden diese zu Saft für den Ja! Natürlich Bio-Apfel-Birnen-Saft gepresst. Die Wiesen, auf denen die 180 zum Betrieb zählenden Obstbäume und Sträucher stehen, erfüllen aber noch einen weiteren Zweck: Sie dienen als Weide und Futterquelle für 20 Wagyu- und 14 Murbodner Rinder.

Rinderzüchter:innen und Obstproduzent:innen aus Leidenschaft

Früher wurde der Hof von Familie Huber als Milchviehbetrieb mit Kalbinnenaufzucht geführt. Auf bio haben Karl und seine Frau Leopoldine bereits 1992 umgestellt. „In Sachen Masse kann man sowieso nicht mithalten, dann lieber bei der Qualität“, erklärt der Landwirt. Außerdem habe ihm die Philosophie vom Arbeiten mit der Natur, nicht gegen sie, von Anfang an gefallen. Im März 2015 hat mit Martin und Isabella Huber die nächste Generation im Nebenerwerb übernommen. Um sich von den Milchpreisen unabhängig zu machen, schaute sich das Paar nach Alternativen um – und landete bei

A Auf den Streuobstwiesen finden die Bio-Rinder reichhaltiges Futter.

B Bei Familie Huber packen alle Generationen mit an.

DREI ARTEN VON AGROFORST IM ÜBERBLICK:

Agroforst mit Wertholz:

Ackerfrüchte und Bäume, die Holz für Tischlerware liefern

Agroforst mit Fruchtholz:

Ackerfrüchte oder Grünland mit Tierhaltung kombiniert mit Bäumen, die Früchte oder Nüsse liefern

Agroforst mit Energieholz:

Ackerfrüchte und rasch wachsende Gehölze für Brennholz

NACHHALTIG

Bio-Landwirtschaft mit Agroforst



Wir möchten das, was wir haben, mit Leidenschaft betreuen.

Isabella Huber



einem Wagyu-Züchter in Oberösterreich. „Als Betrieb wachsen und mehr Flächen dazupachten war für uns keine Option“, so die Landwirtin. „Stattdessen möchten wir das, was wir haben, mit Leidenschaft betreuen.“ Im Dezember 2016 hielten die ersten Wagyu-Rinder auf den hofeigenen Streuobstwiesen Einzug. Im darauffolgenden Frühling war auch der neue Laufstall für die Wagyu und das Fleckvieh-Jungvieh bezugsfertig. Heute stehen die Zucht der reinrassigen Wagyu-Rinder und die Direktvermarktung ihres hochwertigen Fleisches im Mittelpunkt des Bio-Betriebs. Von Frühjahr bis Herbst verbringen die Tiere jeden Tag auf der Weide zwischen den Obstbäumen. Im Winter kommen sie, je nach Witterung, mindestens zweimal pro Woche in den Auslauf. Davon können sich auch die Kund:innen ein Bild machen, die Steaks, Burgerpattys, Gulasch und Co von den Bio-Rindern bei Isabella Huber im Hofladen am Biohof abholen. Das Mostobst der eigenen Streuobstwiesen stellt für die vier Generationen, die am Hof zusammenleben, eine willkommene zusätzliche Einnahmequelle dar.

Streuobstwiesen: klassische Agroforstsysteme wiederentdeckt

Streuobstwiesen sind wahre Schätze der heimischen Kulturlandschaft – und hierzulande das bekannteste Agroforstsystem. Der Begriff Agroforst bezeichnet die gezielte Kombination von Bäumen mit Grünland oder Ackerkulturen, wie sie sich in vielen Teilen der Welt über Jahrhunderte bewährt hat. Die wechselseitigen Vorteile sind vielfältig: Als Schattenspender schützen Bäume



A



B

NATURSCHATZ STREUOBSTWIESE

- Bewahrt alte Obstsorten
-
- Fördert die Artenvielfalt
-
- Verbessert die Bodenstruktur und -fruchtbarkeit
-
- Schützt vor Erosion
-
- Dient Tieren als Lebensraum und Nahrungsgrundlage
-
- Prägt die Kulturlandschaft



den Boden vor Austrocknung und Erosion. Ihre Wurzeln erschließen im Boden Nährstoffe und fördern dadurch dessen Fruchtbarkeit. Auch für die Tier- und Pflanzenwelt bringt die kombinierte Nutzung viele Vorteile. Im Kampf gegen den Klimawandel wird Agroforst deshalb als zukunftsfähige Bewirtschaftungsmethode wiederentdeckt. So auch am Biohof Zillach. Die Streuobstwiesen bieten den Rindern von Familie Huber neben großzügigem Auslauf eine reiche Futterzusammenstellung aus Gräsern, Klee und Kräutern wie Schafgarbe und Spitzwegerich. „Damit die Tiere immer frisches Futter haben, stecken wir die Koppel jeden Tag zweimal um“, erzählt Isabella Huber. Nur was nicht gefressen wird, wird abgemäht. Für die Landwirt:innen reduziert sich so der Maschineneinsatz. Gleichzeitig schafft die Mahd der Streuobstwiesen wertvolle Rückzugs- und Lebensräume für Hasen, Rehkitze, Insekten und Vogelarten. Sohn Christoph kennt Gimpel, Kohlmeise, Feldsperling und Co nicht nur dem Namen nach, sondern erkennt die meisten sogar an ihrem Gesang.

Streuobsternte ist Familiensache

Mit vereinten Kräften sind die Äpfel, die Karl vom Baum gerüttelt hat, rasch eingesammelt und verstaut. Bis zu 5.000 kg Birnen und 2.500 kg



Äpfel erntet Familie Huber jeden Herbst. Zur Erntezeit, wenn fast täglich reifes Fallobst geklaubt wird, packen nicht nur die Kinder von Isabella und Martin – Christoph, Gabriel, Elias und Marlies – mit an, oft hilft auch die weitere Verwandtschaft mit. Das Obst wird bereits beim Aufklauben auf seine Qualität geprüft und in Steigen und Körben gesammelt. Vom Baum gepflückt werden nur die Lageräpfel für den Eigenbedarf. Beim Sammeln kommt es auf den richtigen Zeitpunkt an, weiß Isabella Huber: „Alles, was auf der Wiese liegt, hält. Ist es einmal zusammengeklaut, bekommt das Obst schnell Druckstellen.“ Deshalb könne Mostobst frühestens ein bis zwei Tage vor

- A** Die Ernte ist Familiensache.
- B** Neben Mostäpfeln werden auch Mostbirnen geerntet.
- C** Nach der Qualitätsprüfung kommt das Obst in Körbe oder Steigen.
- D** Auch die Kinder helfen gerne mit.
- E** Aus dem Streuobst wird der Ja! Natürlich Bio-Apfel-Birnen-Saft hergestellt.

dem Pressen gesammelt werden. Einen Teil der Birnen veredelt Familie Huber im eigenen Dörrhaus zu Kletzenbirnen. Aussortierte Früchte werden an die zwei hofeigenen Schweine verfüttert.

Bio-Apfelsaft: naturbelassene Erfrischung und Geheimzutat

Alte Mostapfel- und -birnensorten sind intensiv aromatisch und geschmacklich eher herb. Sie enthalten mehr Gerbstoffe und weniger Zucker als Tafelobst. Dank ihrem hohen Säuregehalt sind die daraus gepressten Bio-Säfte ohne Konservierungsstoffe haltbar. Bei Familie Huber kommt der Bio-Apfelsaft auch in Apfelkuchen und Apfelpudding zum Einsatz. Für einen besonders saftigen und aromatischen Apfelstrudel hat Isabella Huber einen Geheimtipp: Sie ersetzt das Wasser im Strudelteig durch 125 ml Apfelsaft auf 400 g Mehl.

Decaf
ENTKOFFEINIERT

**ANYTIME
IS COFFEE TIME.**



Sag' jederzeit „JA“ zu Kaffee –
mit Decaf, dem unverwechselbaren
Geschmack von Lavazza.

JETZT ENTDECKEN

Unter der Telefonnummer 0800 828 700 erfahren Sie,
ob Ihr Markt die Produkte führt.



LAVAZZA

TORINO, ITALIA, 1895



GENUSS

*Genussvoll & stets
im Trend mit dem
BILLA PLUS
Sortiment*

PLANT-BASED UM DIE WELT

Wir reisen kulinarisch
und 100% pflanzlich

SÜSSES MIT SAUREM

In unseren Kuchen
und Desserts steckt
die saisonale Zitrus-
vielfalt

WIR SCHMAUSEN

Räucherfisch! Von
Lachs bis Seeforelle





100% FREI VON

- ✓ KONSERVIERUNGSMITTELN
- ✓ GESCHMACKSVERSTÄRKERN
- ✓ KÜNSTLICHEN AROMEN
- ✓ PALMÖL



VEGAN

100% PFLANZLICH

EXKLUSIV BEI:

BILLA & BILLA PLUS

ADEG

Sutterlüty
MEIN LÄNDELMARKT

GETRÄNK *des Monats*

Der erste Monat des Jahres lädt als Dry January dazu ein, bewusst auf Alkohol zu verzichten. Der Wegenstein Riesling „null,“ überzeugt dabei als geschmackvoller Begleiter.



**Herbert Toifl,
Geschäftsführer
der Weinkellerei
Wegenstein**

„Unser Riesling ‚null,‘ verspricht unkomplizierte Frische und Trinkgenuss ohne Alkohol mit einem hohen Geschmackserlebnis – und das nicht nur im Jänner, sondern das ganze Jahr über!“

Unser Weinexperte empfiehlt

Wegenstein Riesling „null,“ alkoholfrei*

0,75 l, € 7,99

0 % Alkohol, 100 % Geschmack

Die Rieslingtrauben für den Riesling „null,“ stammen zu 100 % aus Österreichs Weingärten. Nach der Vergärung werden durch schonende Destillation Alkohol und Aromen entzogen und die Aromen dem Wein dann wieder zugeführt.

Genuss ohne Kompromiss

Der junge Riesling duftet nach Melisse und Apfel und bietet ein erfrischendes Trinkvergnügen ohne Abstriche. Perfekt als Solist oder Aperitif und hervorragend zu Fisch, Hendl oder Pasta.

Kurz und bündig:

Farbe	hellgelb
Klarheit	schillernd, klar
Bouquet	zartfruchtig
Geschmack	feine Säure, dezente Fruchtsüße
Gesamteindruck	animierend, spritzig



FOODPAIRING

Dieser Wein passt auch sehr gut zu Meeresfrüchten. Dieses Rezept finden Sie auf: billa.at/sellerienudelsalat-mit-garnelen



GENUSS
Pflanzliche Küche



FOTOS
Matthias Piket/Marian Inhouse-Agentur

FOODSTYLING
Valentino Brienza/Brina Foodstyle


SETSTYLING
Gabi Weiss



EINFACH DIE WELT GENIESSEN

Von Sushi bis Fish'n' Chips – die internationale Küche bietet zahlreiche Köstlichkeiten, die sich mit dem Sortiment von Vegavita so genussvoll wie einfach rein pflanzlich zubereiten lassen.

GENUSS
Pflanzliche Küche



Füllen Sie die Dürüms
nach Belieben mit Ihrem
Lieblingsgemüse oder
Ihren Lieblingskräutern!



TÜRKEI

DÜRÜM

mit pflanzlichem Kebab

Pro Portion: 997 kcal | 37 g EW | 61 g KH | 64 g Fett | 5,1 BE



*exkl. Abkühlzeit nach Belieben

- ¼ Braunschweigerkraut
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Salzgurken
- 4 Tomaten
- 300 g Vegavita Hirtengenuss
- 4 Tortilla-Wraps
- 2 EL Bratöl
- 420 g Vegavita Kebab
- 237 g Vegavita Aioli-Mayo
- ½ TL gemahlener Zimt
- 1 TL Chiliflocken

Zubereitung

- 1.** Kraut in feine Streifen hobeln, Zwiebeln schälen und in feine Spalten schneiden. Gurken und Tomaten in Scheiben schneiden, Hirtengenuss grob zerbröseln.
- 2.** Tortillas nacheinander in einer Pfanne auf höchster Stufe jeweils 10 Sek. rösten und auf die Arbeitsfläche legen.
- 3.** Öl in die Pfanne geben und Kebab ca. 5 Min. kräftig braten. Tortillas mit Mayo, Kebab, Gemüse und Hirtengenuss belegen, mit Zimt und Chili bestreuen und straff einrollen.
- 4.** Dürüms warm oder abgekühlt servieren.

**FREI
VON**

- ✓ KONSERVIERUNGSMITTEL
- ✓ GESCHMACKSVERSTÄRKER
- ✓ KÜNSTLICHEM AROMAZUSATZ
- ✓ PALMÖL

FREI VON ALLEM, WAS DU NICHT BRAUCHST

Alle Vegavita-Produkte sind frei von:

- Konservierungsstoffen
- Geschmacksverstärkern
- künstlichen Aromen sowie
- Palmöl

Alle Infos: billa.at/vegavita



Unser
COVER-
Rezept

Bei Chirashi Sushi werden Sushi-Zutaten als Bowl serviert, indem alle Komponenten auf dem Reis angerichtet werden.

JAPAN

CHIRASHI SUSHI

mit Räuchertofu und Räucherlaxxs

Pro Portion: 783 kcal | 25 g EW | 73 g KH | 41 g Fett | 6,1 BE



* Gesamtzeit: ca. 1 Std.

- 250 g Sushireis
- 4 EL Sesam
- 4 Noriblätter
- 50 g Vegavita Mayo
- 2 EL Wasabipaste
- 4 Karotten
- 1 EL Sambal Oelek
- 250 g Vegavita Bio-Tofu geräuchert
- 2 Avocados
- 2 Bio-Limetten
- 2 EL Kristallzucker
- 50 ml Apfelessig
- 200 g Vegavita Räucherlaxxs
- 100 g pflanzlicher Kaviar
- 1 Handvoll Korianderblätter
- 100 ml Sojasauce

Zubereitung

- 1.** Reis nach Packungsanleitung waschen und kochen.
- 2.** Inzwischen Sesam in einer Pfanne ohne Fett bei starker Hitze unter Rühren ca. 1 Min. rösten und auf einem Teller beiseitestellen. Noriblätter grob in Stücke schneiden. Mayo mit Wasabipaste glatt rühren. Karotten schälen, längs in feine Scheiben hobeln und mit Sambal Oelek marinieren. Tofu in dünne Scheiben schneiden.
- 3.** Reis auf einem Blech ausbreiten und ca. 10 Min. ausdampfen lassen.
- 4.** Inzwischen Avocados halbieren, entsteinen, mit einem Löffel aus der Schale lösen und in dünne Spalten schneiden. Limetten in Spalten schneiden.
- 5.** Reis noch warm mit Zucker und Essig marinieren und auf Schüsseln verteilen. Räucherlaxxs, pflanzlichen Kaviar, Tofu, Noriblätter, Karotten, Avocados, Limettenspalten und Koriander darauf anrichten. Tofu mit Wasabi-Mayo garnieren. Bowls mit Sesam bestreuen und mit Sojasauce servieren.

Kosten Sie den Veganuary in vollen Zügen aus – mit jeder Menge weiteren pflanzlichen Rezepten, bei denen stets Genuss an erster Stelle steht: billa.at/vegan

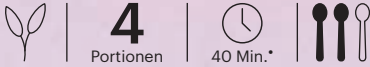


GENUSS
Pflanzliche Küche



PIZZA PROSCIUTTO E FUNGHI

Pro Portion: 733 kcal | 33 g EW | 105 g KH | 18 g Fett | 8,8 BE



*Gesamtzeit: ca. 1½ Std. exkl. mind. 26 Std. Gehzeit

- 3 g frische Germ
- 500 g Pizzamehl Tipo 00 + Mehl zum Arbeiten
- ca. 50 ml Olivenöl
- 100 g Cremechampignons
- 300 g Vegavita Bio-Caprese-Genuss
- 400 g Pizzasauce
- 180 g Vegavita Prosciutto*
- 1 Handvoll Basilikumblätter
- Salz

*Unter der Telefonnummer 0800 828 700 erfahren Sie, ob Ihr Markt dieses Produkt führt.



Pflanzliches Katsu Sando

Dieses Rezept finden Sie hier oder auf:
billa.at/rezepte



Zubereitung

1. Am Vortag Germ mit 320 ml kaltem Wasser anrühren und mit einer Gabel gut mit dem Mehl verrühren. Bei Raumtemperatur ca. 1 Std. rasten lassen.
2. Teigansatz und 1 TL Salz mit den Knehtaken auf mittlerer Stufe ca. 3 Min. kneten. Teig in eine große, leicht geölte Schüssel geben und abgedeckt im Kühlschrank über Nacht (mind. 18 Std.) gehen lassen.
3. Teig auf der Arbeitsfläche dreimal langsam dehnen und falten. Dazu den Teig mit beiden Händen festhalten, vorsichtig in die Länge ziehen und wieder zusammenfalten. Teig rund rollen und in einer geölte Schüssel abgedeckt 3–5 Std. kalt stellen.
4. Teig ein weiteres Mal dehnen und falten. In 4 gleich große Stücke teilen, rund rollen, in 4 leicht geölte kleine Schüsseln geben und abgedeckt 3–5 Std. kalt stellen.
5. Teiglinge ca. 1 Std. vor dem Backen aus dem Kühlschrank nehmen, Backrohr ca. 30 Min. vorher auf 250°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Pilze in Scheiben schneiden, Caprese-Genuss klein zupfen.
6. Einen Teigling auf ein gut bemehltes Backblech geben und mit den Händen von innen nach außen zu einer Pizza mit Rand formen. Mit Pizzasauce bestreichen, mit Pilzen und Caprese-Genuss belegen und 10–15 Min. backen. Weitere Pizzen ebenso zubereiten.
7. Pizzen nach dem Backen mit Prosciutto und Basilikum belegen und mit etwas Olivenöl beträufeln.

Blitzschneller Pizzateig: ½ Würfel Germ in 250 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mit 500 g Mehl, 4 EL Olivenöl und 1 EL Salz zu einem homogenen Teig verkneten. Nach 30 Min. Gehzeit kann die Pizza zubereitet werden!

GENUSS
Pflanzliche Küche



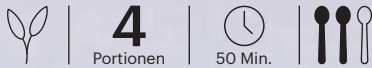
←
In Großbritannien wird oft Essig zum Dippen gereicht – probieren Sie es aus und servieren Sie Apfelessig dazu!



GROSSBRITANNIEN

VISH 'N' SWEET POTATO CHIPS mit Remoulade

Pro Portion: 1102 kcal | 24 g EW | 95 g KH | 66 g Fett | 7,9 BE



- 300 g glattes Weizenmehl
- 25 g Speisestärke
- 250 ml Bier
- 1–1,5 l Öl zum Frittieren
- 1 Schalotte
- 3 Petersilienzweige
- 2 EL Kapern
- 10 Essiggurkerl
- 300 g Vegavita Eifrei-Aufstrich
- 440 g Vegavita Fabeljau
- 2 Zitronen
- 450 g tiefgekühlte Süßkartoffelpommes
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

- 1.** 200 g Mehl, Stärke, 1 TL Salz und Bier mit dem Schneebesen glatt rühren und 15 Min. rasten lassen. Öl in einem Topf bei mittlerer Hitze langsam auf 160°C erhitzen (Holzstieltest: Bläschenbildung).
- 2.** Inzwischen Schalotte schälen und vierteln, die Blätter von 1 Petersilienzweig grob hacken und beides mit Kapern und Gurkerln im Standmixer 5 Sek. zerkleinern. Mit Eifrei-Aufstrich verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3.** Backrohr auf 120°C Ober-/Unterhitze vorheizen. 100 g Mehl auf einen Teller geben. Fabeljau längs halbieren und im Mehl wenden. Portionsweise durch den Backteig ziehen und im heißen Öl 6–8 Min. goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und auf einem Teller im Rohr warm halten. Zitronen in Spalten schneiden.
- 4.** Süßkartoffelpommes im heißen Öl ca. 5 Min. frittieren, herausheben und leicht salzen. Von 2 Petersilienzweigen die Blätter samt feinen Stängeln abzupfen, kurz frittieren (Achtung, Spritzgefahr) und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 5.** Vish 'n' Chips mit frittierter Petersilie, Zitronenspalten und Remoulade servieren.

Wenn Sie die Pommes lieber im Backrohr zubereiten wollen, dann beginnen Sie damit noch vor dem Frittieren des Fabeljaus.



MITMACHEN UND GEWINNEN

Wir verlosen
4 signierte
Kochbücher von
Jelena Maier!

„Prep it like Jelena“ – das neue Kochbuch von Jelena Maier

Gewinnen Sie eines von vier signierten Kochbüchern von Jelena Maier, bekannt durch ihren Foodblog „Schnabularasa“! BILLA und Jelena sind einander seit vielen Jahren eng verbunden. Am 29.12.2025 erscheint, in Zusammenarbeit mit BILLA, ihr neues Buch im Brandstätter Verlag, in dem sie anhand von vegetarischen und pflanzlichen Rezepten zeigt, wie clevere Vorbereitung den Alltag erleichtert – ohne Verzicht auf Genuss.

So sind Sie dabei: Senden Sie uns eine E-Mail oder Postkarte mit dem Betreff „Veganuary“. **Einsendeschluss:** 15. 2. 2026, **Gewinnwert:** € 30
Alle weiteren Infos zur Teilnahme auf Seite 172!

MEXIKO

TEMPEH-EMPANADAS

mit Avocado-Mash und Aioli

Pro Portion: 778 kcal | 11 g EW
45 g KH | 59 g Fett | 3,8 BE



6

Portionen**



30 Min.



**ca. 12 Empanadas

- ca. 1 l Öl zum Frittieren
- 200 g Vegavita Bio-Tempeh Mexikanischer-Art
- 50 g Vegavita Genuss-Scheiben classic
- 50 g Tomatenpolpa
- 50 ml BBQ-Sauce
- 1 EL getrockneter Oregano
- 400 g Pizzateig
- 2 Avocados
- 50 ml Olivenöl
- 237 g Vegavita Aioli-Mayo Salz



Zubereitung

- 1.** Frittieröl in einem Topf bei mittlerer Hitze langsam auf 160°C erhitzen (Holzstieltest: Bläschenbildung).
- 2.** Inzwischen Tempeh und Genuss-Scheiben fein würfeln und mit Polpa, BBQ-Sauce und Oregano mischen. Aus dem Pizzateig ca. 12 Kreise (7–8 cm ø) ausstechen. Auf jeden Kreis 1½ EL Füllung geben, dabei 1 cm Rand frei lassen. Kreise in der Mitte zusammenklappen und die Ränder mit einer Gabel festdrücken.

Alternativ können Sie die Empanadas auch im Backrohr bei 200°C Umluft ca. 15 Min. backen.

- 3.** Empanadas portionsweise im heißen Öl ca. 5 Min. goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 4.** Inzwischen Avocados halbieren, entsteinen, aus der Schale lösen und mit Olivenöl sowie etwas Salz mit einer Gabel zerdrücken.
- 5.** Empanadas mit Aioli und Avocado-Mash servieren.

Falls Sie es gerne scharf mögen, können Sie eine gehackte frische Chilischote zur Füllung geben.



Pflanzliche Ernährung

VON BUNTER VIELFALT ZU GESUNDEM GENUSS

Ein plant-based Speiseplan umfasst Lebensmittel wie Gemüse, Obst, Hülsenfrüchte, Vollkornprodukte, Nüsse, Samen, Pilze sowie pflanzliche Öle und bringt ernährungsphysiologische Vorteile.

Unsere Ernährungsexpertin erklärt, warum.

TEXT Margit Fensl

8 GUTE GRÜNDE FÜR MEHR PFLANZLICHES ESSEN:

1 **Kein Cholesterin: für reine Blutgefäße**

Pflanzliche Lebensmittel enthalten kein Cholesterin. Das wirkt sich positiv auf die Blutfettwerte aus.

2 **Ungesättigte Fettsäuren: gesunde Fette**

Pflanzliche Öle (z. B. Oliven-, Raps-, Leinöl), Nüsse, Samen und Avocados liefern wertvolle ungesättigte Fettsäuren. Die Fettsäuren Ölsäure und Linolsäure tragen zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels bei.

3 **Ballaststoffe: für Verdauung und Sättigung**

Pflanzliche Lebensmittel sind die einzige Ballaststoffquelle. Das sind unverdauliche Pflanzenbestandteile. Sie unterstützen den Darm, regulieren den Blutzuckerspiegel und sorgen für ein längeres Sättigungsgefühl.

4 **Förderung von Bauchwohl - Mikrobiom stärken**

Ballaststoffe fördern das Wachstum nützlicher Darmbakterien. Ein intaktes Mikrobiom ist entscheidend für Verdauung, Immunabwehr und mentale Gesundheit.

5 **Proteinquellen: wichtig für Muskeln und Knochen**

Reichlich Proteine stecken vor allem in Hülsenfrüchten wie Soja, Bohnen, Linsen, Erbsen und Erdnüssen. Ebenso in Nüssen wie Mandeln, Pistazien oder Walnüssen. Außerdem in Samen wie Sonnenblumenkernen, Kürbiskernen, Hanf- und Leinsamen. Mein Geheimitipp: Tempeh aus fermentierten Bohnen oder Soja!

6 **Vitamine und Mineralstoffe: natürliche Vielfalt**

Pflanzliche Lebensmittel sind reich an Mikronährstoffen: **Vitamin C** (z. B. in Paprika, Brokkoli und Zitrusfrüchten) unterstützt unser Immunsystem. **Folsäure** (z. B. in grünem Blattgemüse und Hülsenfrüchten) verringert Müdigkeit. **Kalium** (z. B. in Bananen und Erdäpfeln) trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. **Kalzium** (z. B. in Sesam und Mohn) und **Magnesium** (z. B. in Hülsenfrüchten, Kürbis- und Sonnenblumenkernen) tragen zu einer normalen Muskelfunktion bei.

7 **Antioxidative Wirkung: Zellschutz**

Viele pflanzliche Lebensmittel enthalten Antioxidantien wie Vitamin C, Vitamin B2, Vitamin E, Selen, Kupfer, Mangan und Zink. Diese Mikronährstoffe schützen unsere Zellen vor oxidativem Stress.

8 **Sekundäre Pflanzenstoffe: natürliche Schutzstoffe**

Diese bioaktiven Substanzen wie Polyphenole, Flavonoide und Carotinoide haben antioxidative und zellschützende Eigenschaften. Sie stecken z. B. in Beeren, Zitrusfrüchten, grünem Tee und Kohlgemüse.



1



7

GENUSS PUR

Machen Sie den Veganuary zum Genussmonat – mit vielen neuen und den bereits bewährten pflanzlichen Köstlichkeiten von Vegavita!



2



6



5



3

4





8



9



10

11



12



Das Pflanzilla-Sortiment wächst

Die pflanzliche Vielfalt in der Wiener Mariahilfer Straße wird noch größer. Jetzt mit über 140 neuen Produkten in der Kühlung: herzhaften Käse-Varianten, Fleisch- und Fisch-Spezialitäten auf pflanzlicher Basis, Tempehs sowie Desserts. Auch die Unverpackt-Station präsentiert sich in neuem Glanz mit 60 Bio-Artikeln (dreimal so viele wie bisher): Hülsenfrüchte, Nüsse, Trockenfrüchte, Kekse und Süßigkeiten. Erleben Sie das plant-based Paradies bei BILLA Pflanzilla!

Mehr Infos: billa.at/pflanzilla

1	Eifrei-Aufstrich	150 g	€ 1,79
2	Schnitzel	180 g	€ 2,99
3	Bio-Geschnetztes Teriyaki	160 g	€ 3,19
4	Bio-Tempeh Mexikanischer-Art	200 g	€ 2,99
5	Kebab	140 g	€ 2,99
6	Aioli-Mayo	237 g	€ 2,69
7	Fabeljau-Filet Fisch-Art	110 g	€ 3,99
8	Räucherlaxxs	100 g	€ 2,99
9	Prosciutto*	90 g	€ 2,29
10	Hirtengenuss	180 g	€ 1,99
11	Bio-Tofu natur	300 g	€ 1,99
12	Bio-Caprese-Genuss	100 g	€ 1,89

Preisänderungen vorbehalten. * Unter der Telefonnummer 0800 828 700 erfahren Sie, ob Ihr Markt dieses Produkt führt.



WÜRZKUNDE

Geschmackssache

VANILLE

Würze von Welt

Vanilleschoten sind die Früchte einer Orchideenart, die entlang von Bäumen bis zu 15 Meter hoch klettert. Ursprünglich in Mexiko beheimatet, wird Vanille heute auch auf Inseln im westlichen Indischen Ozean angebaut, wo sie als Gewürz für Fisch, Currys und Reisgerichte dient. Die Blüten der Pflanze sind nur wenige Stunden geöffnet und müssen im Anbau von Hand bestäubt werden. Das macht Vanille nach Safran zum zweit teuersten Gewürz der Welt.

Herstellung

Frisch geerntete Vanilleschoten sind geruchs- und geschmackslos. Durch die Fermentation entstehen Vanillin und weitere Aromastoffe, die den typischen Duft und Geschmack bilden. Für Vanillepulver werden die getrockneten Schoten samt Schale gemahlen.

Die Königin der Gewürze:

Ihr betörendes Aroma
und ihre aufwendige
Kultivierung machen
Vanille zu einer echten
Kostbarkeit.

TEXT Sarah Satt

So schmeckt's

Das verlockende Aroma der Vanille ist unverwechselbar: Sie duftet süß mit warmen Noten von Karamell, Kakao und Honig. Ihr Geschmack ist mild-süßlich und würzig zugleich. Je nach Vanillesorte kommen auch fruchtige oder blumige Nuancen dazu.

Sortenvertreter

Nicht die Sorte, sondern wo die Vanille wächst, bestimmt ihren Namen. Bei der Bourbonvanille handelt es sich um eine geschützte Herkunftsbezeichnung für hochwertige Vanille von Madagaskar, La Réunion, den Komoren und Mauritius. Je nach Herkunft unterscheidet sich auch das Aroma – von der vollmundigen Bourbonvanille über die schokoladig-würzige Mexikanische Vanille bis zur seltenen blumig-komplexen Tahitivanille.

Küchentipps Verarbeitung

Lagerung & Haltbarkeit

Kühl, dunkel und luftdicht verschlossen gelagert bleiben ganze Vanilleschoten 1–2 Jahre lang aromatisch – unbedingt vor Wärme schützen, damit das Mark nicht austrocknet! Gemahlene Vanille verliert rascher an Intensität.



Beliebte Kombis mit Vanille

Gemüse: Vanille betont die natürliche Süße von Karotten, Süßkartoffeln und Kürbis, rundet Spargelgerichte ab und verleiht der erdigen Roten Rube Eleganz.

Milchprodukte: Ob Vanillesauce, Pudding, Crème brûlée oder Panna cotta – in fetthaltiger Milch entfalten sich die Aromastoffe der Vanille besonders intensiv.

Kakao & Kaffee: Vanille mildert die Bitterkeit von Kakao und Kaffee in Heißgetränken, Mousse au Chocolat oder Espresso-parfait und sorgt für vollmundige Tiefe.

Helles Fleisch: Auch mit Geflügel und Kalb harmoniert Vanille hervorragend. Cremige Saucen auf Weißwein- oder Obersbasis lassen sich damit raffiniert verfeinern.



Kochen und verfeinern mit Vanille

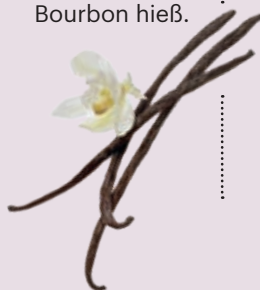
SCHON GEWUSST?

Die Bezeichnung Bourbonvanille stammt von der Insel La Réunion, die einst Île Bourbon hieß.

Um das Vanillemark aus einer Schote zu lösen, diese mit einem kleinen Messer längs aufschlitzen, aufklappen und mit dem Messerrücken vorsichtig die Innenseite entlangfahren, sodass sich das Mark an der Klinge sammelt.

Auch in ausgekratzten Schoten steckt noch viel Aroma – diese einfach in Milch, Schlagobers oder herzhaften Saucen mitkochen und vor dem Servieren entfernen.

Für selbst gemachten Vanillezucker eine ausgekratzte Schote mit 250 g Feinkristallzucker in ein Schraubglas geben, gut verschließen, schütteln und mindestens 6 Wochen durchziehen lassen.



Drei Vanille- produkte aus dem BILLA PLUS Sortiment:



BILLA
immer gut
Bourbon-
vanilleschoten

Preis: 2 Stk., € 1,99



BILLA Bio
Bourbon-
vanillezucker

Preis: 4x8 g, € 1,29



BILLA Bio
Bourbon-
vanillepaste

Preis: 50 g, € 2,49

KREOLISCHES VANILLE-HENDL

Pro Portion: 694 kcal | 56 g EW | 9 g KH | 46 g Fett | 0,8 BE



Als Beilage passt am besten ein Langkornreis. Petersilie sorgt nicht nur geschmacklich, sondern auch optisch für Frische.



* Gesamtzeit: ca. 1¼ Std.

- 4 Hendlunterkeulen (ca. 600 g)
- 2 Hendlbrüste (ca. 500 g)
- 40 g Butter
- 1 gelbe Zwiebel
- 1 Vanilleschote
- 2 Knoblauchzehen
- 400 g geschälte Tomaten (Dose)
- 1 Lorbeerblatt
- 100 ml trockener Weißwein
- 150 ml Geflügelfond
- 250 ml Schlagobers
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

- 1.** Alle Hendlteile kalt abspülen, trocken tupfen und in einer großen, hohen Pfanne oder einem Bräter in 20 g Butter rundum goldbraun anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.
- 2.** Zwiebel schälen, fein würfeln und in der Pfanne mit weiteren 20 g Butter anschwitzen. Vanilleschote aufschlitzen, Mark auskratzen, Schote und Mark zu den Zwiebeln geben. Knoblauch schälen, fein hacken und kurz mitrösten. Tomaten hinzufügen und kurz aufkochen. Lorbeer, Wein und Geflügelfond dazugeben, Hendlteile hineinlegen und zugedeckt bei niedriger Hitze 35–40 Min. garen.
- 3.** Fleisch herausnehmen und warm halten. Sauce durch ein feines Sieb in einen Topf passieren, Obers dazugeben und bei mittlerer Hitze cremig einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4.** Hendl anrichten und mit Sauce übergießen.



40
Stück



30 Min.*



*exkl. mind. 1½ Std. Auskühlzeit

- 2 Vanilleschoten
- 250 g Feinkristallzucker
- 150 g Butter + Butter f. d. Form
- 400 g Kondensmilch
- 100 g Blütenhonig

Zubereitung

1. Eine kleine eckige Backform (ca. 20 x 20 cm) mit Backpapier auslegen und dieses leicht mit Butter einfetten. Vanilleschoten aufschlitzen und Mark auskratzen.

2. Zucker, Butter, Kondensmilch und Honig in einem großen Topf mit dickem Boden erhitzen. Unter Rühren aufkochen, bis sich der Zucker vollständig gelöst hat (Vorsicht vor heißen Spritzern!). Vanillemark und -schoten dazugeben und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren auf 117°C erhitzen (ein Zuckerthermometer verwenden).

3. Vom Herd nehmen, Vanilleschoten entfernen und die Masse ca. 5 Min. abkühlen lassen, bis sie leicht eindickt. Danach mit einem Holzlöffel oder den Quirlen des Mixers ca. 5–8 Min. kräftig rühren, bis die Masse matt und cremig wird. Sofort in die Form gießen, glatt streichen und mind. 1½ Std. vollständig auskühlen lassen. Danach in kleine Stücke schneiden.

FOOD-HACK

Zero-Waste-Vanille

Mit Vanilleschoten, die schon zu trocken zum Kochen oder Backen sind, können Sie ein Raumduft-Potpourri mischen – z. B. mit Zimtstangen, Gewürznelken und getrockneten Orangenschalen.

VANILLE-HONIG-KARAMELLEN

Pro Stück: 78 kcal | 1 g EW | 9 g KH | 4 g Fett | 0,8 BE



Die Karamellen sind luftdicht verpackt mindestens 1 Monat haltbar. Einzeln als Bonbons verpackt sind sie auch ein in jeder Hinsicht süßes Mitbringsel.

Zitronentarte mit Zitronenobers

Dieses Rezept
finden Sie hier
oder auf:
billa.at/rezepte



Wenn schon sauer, *dann süß!*

Von Zitronen über Grapefruits bis Orangen: Mit ihrer starken bis leichten Säure machen Zitrusfrüchte unsere Desserts und Kuchen zu einem herrlich komplexen süßen Genuss.

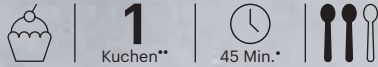
GENUSS

Kuchen & Desserts

FREI VON
GLUTEN

Glutenfreier Zitronen-Mohn-Kuchen mit Zuckerguss

Pro Stück: 330 kcal | 6 g EW | 29 g KH | 20 g Fett | 2,4 BE



* Gesamtzeit: ca. 3 ½ Std. ** 12 Stücke

- 3 Bio-Zitronen
- 70 g weiche Butter + Butter für die Form
- 175 g Feinkristallzucker
- 4 Eier (M)
- 200 g Mandelmehl
- 70 g Olivenöl
- 20 g Mohn
- 160 g Staubzucker

ZITRONENRESTE

Wenn bei einem Rezept Zitronensaft oder -schale übrig bleibt, können Sie diese einfach einfrieren. Zitronenabrieb können Sie auch mit Zucker vermischt aufbewahren.

Zubereitung

1. Backrohr auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform (ca. 25 cm) mit Butter einfetten und mit Backpapier auslegen, dabei an den Längsseiten etwas Rand überstehen lassen. 2 EL Zitronenschale fein abreiben und 40 ml Zitronensaft auspressen.
2. Butter 4–5 Min. cremig rühren. Feinkristallzucker hinzufügen unditerrühren, bis sich alles vollständig verbunden hat. Eier einzeln unterquirlen und jeweils gut einarbeiten. Mandelmehl dazugeben, Öl langsam dazugießen unditerrühren, bis ein glatter, glänzender Teig entsteht. Zitronenabrieb und Mohn unterheben. Teig in die Form füllen, glatt streichen und 50–55 Min. backen (Stäbchenprobe).
3. Kuchen 5 Min. in der Form abkühlen lassen, dann aus der Form heben und auf einem Gitter mind. 2 Std. vollständig auskühlen lassen.
4. Staubzucker in eine Schüssel sieben, nach und nach Zitronensaft unterrühren, bis eine glatte, dickflüssige Glasur entsteht. Über den ausgekühlten Kuchen gießen und trocknen lassen.

Jetzt ist Hochsaison für herrlich aromatische Zitronen. Noch mehr Rezepte, Tipps und Küchenhacks für die beliebte Zitrusfrucht finden Sie hier:

billa.at/21-dinge-mit-zitrone

Grapefruitsorbet mit Kokoscreme

Pro Portion: 562 kcal | 5 g EW | 89 g KH | 19 g Fett | 7,4 BE



6

Portionen



40 Min.*



*exkl. Kühl- und Gefrierzeit

KOKOSCREME

- 4 Blatt Gelatine
- 100 ml Kokosmilch
- 90 g Kristallzucker
- ½ TL Vanilleextrakt
- 200 ml Schlagobers
- 200 g Joghurt

SORBET

- 5 Grapefruits
- 280 g Kristallzucker
- 60 g reiner Traubenzucker

ZUM GARNIEREN

- 25 g geröstete Kokoschips
- 2 Bio-Limetten (Abrieb)

Zubereitung

1. Für die Kokoscreme Gelatine ca. 5 Min. in kaltem Wasser einweichen. Kokosmilch, Zucker und Vanille in einem Topf bei niedriger Hitze erwärmen, dabei gelegentlich rühren, bis der Zucker vollständig gelöst ist. In eine Schüssel umfüllen, Gelatine ausdrücken und einrühren. Obers steif schlagen. Joghurt unter die Kokoscreme rühren, Obers unterheben. Mind. 4 Std. kalt stellen.

2. Inzwischen für das Sorbet 450 ml Grapefruitsaft auspressen. 470 ml Wasser in einem Topf bei mittlerer Hitze auf ca. 40 °C erwärmen. Vom Herd nehmen, Kristall- und Traubenzucker dazugeben und mit einem Pürierstab mixen, bis der Zucker vollständig gelöst ist. Bei niedriger Hitze unter gelegentlichem Rühren auf 85 °C erhitzen. Vom Herd nehmen, Grapefruitsaft einrühren und vollständig auskühlen lassen. In einer Eismaschine cremig gefrieren lassen (alternativ in einen flachen Behälter füllen und einige Stunden im Tiefkühlfach gefrieren lassen, dabei alle 30–60 Min. durchrühren).

3. Vor dem Servieren Sorbet antauen lassen, bis es spritzfähig ist. In einen Spritzbeutel mit Sterntülle (2 cm) füllen und dekorativ in Gläser füllen. Mit Kokoscreme, Kokoschips und Limettenabrieb garnieren.

EINKAUFSTIPP



400 ml € 2,49

SHAN'SHI KOKOSMILCH

Die Kokosmilch mit 78% Kokosanteil zeichnet sich durch ihre besonders cremige Konsistenz aus.

LIMETTENRESTE

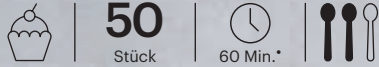
Restliches Zitrusfruchtfleisch passt gut in einen winterlichen Obstsalat mit Äpfeln, Bananen, Datteln und Granatapfelkernen, verfeinert mit etwas Zimt.





Limetten-Brombeer-Shortbreadkekse

Pro Stück: 172 kcal | 2 g EW | 15 g KH | 11 g Fett | 1,3 BE



*Gesamtzeit: ca. 3 ½ Std.

- 625 g weiche Butter
- 1 EL Bio-Zitronenabrieb
- 220 g Staubzucker
- 500 g glattes Weizenmehl
- 4 Eidotter (M)
- 1 Prise Salz
- 3 Bio-Limetten
- 140 g Feinkristallzucker
- 3 Eiklar (M)
- 250 g Brombeermarmelade

FORMSCHÖN

Das Kühlen vor dem Backen sorgt dafür, dass die Kekse ihre Form bewahren.

EINKAUFSTIPP



1 kg € 1,99

FINI'S FEINSTES BIO-KUCHENMEHL

Das extra glatte Bio-Weizenmehl ist ideal für Feingebäck und besonders flaumige Kuchen.

Zubereitung

- 400 g Butter, Zitronenabrieb und Staubzucker 6–8 Min. cremig-hell schlagen. Mehl, Dotter und Salz hinzufügen und zu einem weichen Teig verrühren. Flach drücken und in einer Frischhaltedose ca. 30 Min. kalt stellen.
- 2 oder 3 Bleche mit Backpapier belegen. Teig halbieren, nacheinander zwischen Backpapierbögen ca. 5 mm dick ausrollen, insgesamt 100 Kekse (6 cm ø) ausstechen und auf die Bleche legen. Nacheinander ca. 30 Min. kalt stellen (je nach Kühlmöglichkeit auch gleichzeitig).
- Backrohr auf 170 °C Umluft vorheizen. Kekse auf den Blechen nacheinander 13–15 Min. hell backen. Herausnehmen, auf dem Blech ca. 5 Min. abkühlen lassen, danach auf einem Gitter ca. 1 Std. vollständig auskühlen lassen.
- 1 EL Limettenschale fein abreiben. Feinkristallzucker und 65 ml Wasser in einem kleinen Topf bei niedriger Hitze auf 114 °C erhitzen. Inzwischen Eiklar in einer hitzefesten Schüssel zu weichem Eischnee schlagen. Den heißen Zuckersirup langsam und gleichmäßig unter ständigem Rühren einfließen lassen und so lange weiterschlagen, bis die Masse dick, glänzend und vollständig abgekühlt ist. 75 g Butter stückweise vollständig unterrühren. Weitere 75 g Butter stückweise einarbeiten. Nochmals 75 g Butter und den Limettenabrieb einrühren und weiterschlagen, bis die Creme eine feste Konsistenz hat. In einen Spritzbeutel mit Lochtülle (1 cm) füllen.
- Marmelade mit ½ TL Limettensaft verrühren. Auf die Hälfte der Kekse einen Rand aus Buttercreme spritzen, die Mitte mit einem Klecks Marmelade füllen und jeweils mit einem zweiten Keks bedecken.

Glutenfreier Orangen-Mandel-Kuchen mit Orangenmarmelade

Pro Stück: 462 kcal | 12 g EW | 44 g KH | 25 g Fett | 3,7 BE



1

Kuchen**



45 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 5 ½ Std.

**10 Stücke + ca. 400 g Marmelade auf Vorrat

MARMELADE

4-5 Bio-Orangen
200 g Gelierzucker 2:1

KUCHEN

2 große Bio-Orangen
6 Eier (M)
250 g Kristallzucker
300 g Mandelmehl
1½ TL Backpulver
½ TL Natron
200 ml Schlagobers

EINKAUFSTIPP



1 kg

BILLA GENUSSWELT CARA CARA ORANGEN *°

Die süß schmeckenden Cara Cara Orangen haben weniger Säure als herkömmliche Orangen. Besonders ist ihr rosarotes Fruchtfleisch.

Zubereitung

1. Für die Orangenmarmelade ca. 50 g Orangenschale mit einem Sparschäler dünn abschälen und in feine Stücke schneiden. Mit ca. 350 ml Wasser bei niedriger Hitze ca. 20 Min. zugedeckt weich kochen, zwischendurch ggf. Wasser nachgießen. Abseihen, Sud auffangen.

2. Ca. 350 ml Orangensaft auspressen. Orangenschalen mit Orangensaft und ggf. Sud mischen, sodass alles zusammen 400 g wiegt. In einem Topf mit Gelierzucker mischen, aufkochen und unter Rühren 3-4 Min. sprudelnd kochen (Gelierzuckerprobe). Marmelade noch heiß in Gläser füllen, verschließen und mind. 3 Std. auskühlen und gelieren lassen.

3. Inzwischen für den Kuchen Orangen in einen Topf geben und mit Wasser bedecken. Backpapier direkt auf die Wasseroberfläche legen und mit einem Teller beschweren, damit die Früchte unter Wasser bleiben. Bei mittlerer bis starker Hitze aufkochen und ca. 1 Std. sehr weich kochen. Orangen abgießen, kurz abkühlen lassen, grob zerkleinern und im Mixer fein pürieren.

4. Backrohr auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Springform (ca. 20 cm ø) mit Backpapier auslegen. Eier, 300 g Orangepüree und Zucker verrühren. Mandelmehl, Backpulver und Natron mischen und vorsichtig unter die Orangenmasse heben. Teig in die Form füllen und ca. 70 Min. backen (Stäbchenprobe). In der Form ca. 10 Min. abkühlen lassen, dann auf einem Kuchengitter ca. 2 Std. vollständig auskühlen lassen.

5. Obers steif schlagen. Kuchen mit Obers und etwas Marmelade garnieren.

SO GEHT'S SCHNELLER

Sie können auch einfach fertige Orangenmarmelade verwenden oder den Kuchen nur mit Obers servieren.

*Für preissensible Artikel wie Obst und Gemüse können sich die Preise tagesaktuell ändern. Danke für Ihr Verständnis! °Dieses Produkt ist nicht im gesamten Erscheinungszeitraum dieser Ausgabe (Ende Dezember bis Mitte Februar) verfügbar.

TIPP VON
Margit Fensl
Ernährungsexpertin

Eine Orange enthält nur 47 kcal pro 100 g. Der Wasseranteil beträgt 86%. Sie ist auch ein erstklassiger Vitamin-C-Lieferant: 200 g Orangen decken zu 100% den Tagesbedarf an Vitamin C – es unterstützt das Immunsystem, erhöht die Eisenaufnahme, trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen, fördert die Kollagenbildung und trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig!

**FREI VON
GLUTEN**

BILLA

ORANGEN

DIE BESTE QUALITÄT AUS SPANIEN

EIGENSCHAFTEN - UND GESUNDHEITLICHE VORTEILE

STÄRKUNG DES IMMUNSYSTEMS

Orangen sind eine natürliche Quelle für Vitamin C, einem essentiellen Nährstoff für die Produktion weißer Blutkörperchen, welche die Zellen zur Bekämpfung von Infektionen sind. Darüber hinaus hat Vitamin C auch antioxidative Eigenschaften, die dazu beitragen, die Zellen vor Schäden durch freie Radikale zu schützen.

FÖRDERUNG DER KARDIOVASKULÄREN GESUNDHEIT

Orangen sind reich an Kalium, einem Mineral, das zur Regulierung des Blutdrucks beiträgt. Darüber hinaus können die in Orangen enthaltenen Ballaststoffe und Flavonoide auch dazu beitragen, den LDL-Cholesterinspiegel ("schlechtes" Cholesterin) im Blut zu senken.

VORBEUGUNG VOR VORZEITIGEM ALTERN

Orangen sind reich an Antioxidantien wie Vitamin C und Flavonoiden, die dazu beitragen, die Zellen vor Schäden durch freie Radikale zu schützen. Diese Zellschäden stehen im Zusammenhang mit vorzeitigem Altern und Krankheiten wie Krebs und Herzerkrankungen.

REWE GROUP
**EURO
GROUP**

ORANGENKUCHEN

ZUTATEN

3 Eier	125 ml Sonnenblumenöl
150 g Zucker	250 g Mehl
125 ml Orangensaft	1 Teelöffel Backpulver



Den Ofen auf 180°C vorheizen. Die Eier mit dem Zucker schaumig rühren. Orangensaft und Sonnenblumenöl hinzufügen und gut verrühren. Das Mehl und das Backpulver sieben und unterheben, bis ein glatter Teig entsteht. Den Teig in eine gefettete und bemehlte Form geben. 40-45 Minuten backen oder bis ein in die Mitte gesteckter Zahnstocher sauber herauskommt. Den Kuchen 10 Minuten in der Form abkühlen lassen, bevor er aus der Form genommen wird.

Grapefruit-Curd-Tarte mit Orangenobers

Pro Stück: 657 kcal | 7 g EW | 67 g KH |
38 g Fett | 5,6 BE



1

Tarte**



45 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 70 Min. exkl. mind. 30 Min. Kühlzeit
** 10 Stücke

- 3-4 Grapefruits
- 330 g Kristallzucker
- 1 Ei (M)
- 6 Eidotter (M)
- 7½ EL Speisestärke
- 250 g weiche Butter + Butter für die Form
- 2 Bio-Zitronen
- 200 g glattes Weizenmehl
- 1 TL Backpulver
- ½ Bio-Orange
- 300 ml Schlagobers
- 1 EL Staubzucker
- ½ Blutorange

Zubereitung

1. ½ Grapefruit beiseitelegen. Aus den restlichen Grapefruits für den Grapefruit-Curd 250 ml Saft auspressen und mit 220 g Kristallzucker, Ei, 3 Dottern und Stärke in einen Topf geben. Bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen ca. 7 Min. erhitzen, bis die Masse eindickt. Vom Herd nehmen. 100 g gewürfelte Butter nach und nach unter ständigem Rühren dazugeben, bis die Masse glatt und glänzend ist. In eine Schüssel füllen, Oberfläche mit Frischhaltefolie bedecken und im Kühlschrank vollständig auskühlen lassen.

2. Inzwischen Backrohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Tarteform (ca. 12 x 35 cm) mit heraushebbarem Boden mit Butter einfetten. 1 EL Zitronenschale fein abreiben. 150 g weiche Butter, Zitronenabrieb und 110 g Kristallzucker mit den Quirlen schaumig schlagen. 3 Dotter nach und nach einrühren. Mehl und Backpulver hinzufügen und weiterrühren, bis ein weicher Teig entsteht. In die Form geben, gleichmäßig am Boden andrücken und einen Rand formen. Teig mehrmals mit einer Gabel einstechen und ca. 25 Min. goldbraun backen. Auf Raumtemperatur abkühlen lassen.

3. Curd auf dem Tarteboden verstreichen und im Kühlschrank mind. 30 Min. fest werden lassen.

4. Währenddessen 1 TL Orangen-schale fein abreiben. Obers mit Staubzucker und Orangenabrieb steif schlagen. Je ½ Grapefruit, Orange, Blutorange und Zitrone mit einem Messer schälen, sodass auch die weiße Haut entfernt wird, und in dünne Scheiben schneiden.

5. Tarte mit einigen Klecksen Orangenobers und Zitrus-scheiben garnieren. Restliches Orangenobers und ggf. Zitrus-scheiben dazuservieren.





EINFACH. EHRLICH. PUR.

Die neuen Joya PUR Drinks.

Manchmal sind die einfachsten Dinge im Leben
die besten – ein ehrlicher Geschmack, der ganz ohne
Schnickschnack auskommt.



A



B

Joya PUR. So gut kann einfach sein.

Genau das bringt Joya jetzt ins

Glas: Mit den neuen Joya PUR Drinks zeigt die Marke, dass weniger oft mehr ist und dass echter Genuss keine langen Zutatenlisten braucht.

Die Idee hinter Joya PUR ist so

klar wie der Name selbst: PURer Genuss muss nicht kompliziert sein. Wasser, Hafer oder Mandel und eine Prise Salz – das ist alles. Nur drei Zutaten, die perfekt harmonisieren und zeigen, wie groß Geschmack sein kann, wenn man ihn einfach natürlich lässt. Kein Zuckerzusatz, keine Öle, keine Aromen – nichts, was ablenkt. Nur das, was wirklich zählt: echter, unverfälschter Geschmack.

Diese minimalistische Rezeptur

ist ein Statement. In einer Zeit, in der Produkte oft mit Zusätzen, Versprechen und Trends überladen sind, geht Joya bewusst den ande-



C

ren Weg: zurück zu den Basics. Die PUR Drinks stehen für Transparenz und Vertrauen – Werte, die bei Joya schon immer wichtig sind.

Ob PUR Hafer oder PUR Mandel, jeder Drink überzeugt mit seinem eigenen Charakter.

Die Mandeln stammen aus europäischem Anbau und sorgen für eine angenehm cremige Textur und einen mild-nussigen Geschmack. Der Haferdrink begeistert mit feiner Süße und zarter Leichtigkeit. Beide Sorten schmecken pur, im Kaffee, im Müsli oder beim Kochen – immer dann, wenn man sich bewusst für das Einfache entscheidet.

Der neue Joya PUR Soja macht das

PUR-Trio komplett – für alle, die genau wissen wollen, was in ihrem Drink steckt. Wie Hafer und Mandel besteht auch PUR Soja aus nur drei Zutaten: Wasser, Sojabohnen und einer Prise Salz. Ein Drink, der zeigt, wie purer Geschmack und pflanzliche Power perfekt zusammenpassen.

PUR ist nicht nur ein Name, sondern eine Haltung.

Eine Einladung, bewusster zu genießen und das Gute im Einfachen zu sehen. Denn manchmal braucht es nur drei Zutaten, um echten Geschmack zu erleben.

Nachhaltigkeit ist
unsere Natur ...

YUUN MEE

finest Seafood - enjoy the Difference

with
a **FRESH**
SMILE from
Nature



GARNELEN
von Yuu'n Mee,
69 kcal/290 kJ,
16 % Protein,
0,5 g Fett,
0,0 g Zucker,
100 % nachhaltig*



... jetzt mehr entdecken -
im Tiefkühlregal.

Unter der Telefonnummer 0800 828 700 erfahren Sie, ob Ihr Markt diese Produkte führt.

* pro 100g, alles mit ökologischer und sozialer Nachhaltigkeit. Mehr unter www.yuu-n-mee.at

Räucherf(r)isch

Den traditionellen Heringssschmaus interpretieren wir heuer neu – mit Räucherfisch aller Art in Form von Fingerfood und Köstlichkeiten zum Teilen.



FOTOS
Elke Gebeshuber/Marian Inhouse-Agentur

FOODSTYLING
Valentino Brienza/Brima Foodstyle

SETSTYLING
Gabi Weiss

GENUSS

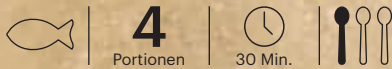
Kochen mit Fisch



RÄUCHERFORELLENSALAT

mit Avocado, Tomaten und Ceviche-Marinade

Pro Portion: 343 kcal | 29 g EW | 16 g KH | 17 g Fett | 1,3 BE



- 2 Knoblauchzehen
- 1 gelbe Zwiebel
- 2 cm Ingwer
- 2 Selleriestangen
- ½ kleiner roter Chili
- 3 Bio-Limetten
- 1 Handvoll Korianderzweige
- 300 g Tomaten
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Avocado
- 400 g geräucherte Seeforellenfilets
- 1 Handvoll Tortillachips
- Salz

Zubereitung

1. Knoblauch, gelbe Zwiebel und Ingwer schälen und grob schneiden, Sellerie ebenfalls schneiden, Chili entkernen und alles in einen Standmixer geben. 2 Limetten auspressen und den Saft zum Gemüse gießen. Korianderblätter abzupfen und zum Garnieren beiseitelegen, Stiele grob hacken und in den Mixer geben. Auf mittlerer Stufe 10 Sek. zerkleinern.
2. Tomaten würfeln. Rote Zwiebeln schälen und in feine Spalten schneiden. Avocado halbieren, entsteinen, aus der Schale lösen und klein würfeln.
3. Räucherfisch enthäuten, in grobe Stücke brechen und mit Tomaten, roten Zwiebeln, Avocado, etwas Salz und gemixtem Gemüse vermengen. 1 Limette in Spalten schneiden, Korianderblätter grob hacken.
4. Salat anrichten und mit Koriander und Limettenspalten garnieren. Tortillachips dazuservieren oder darüberbröseln.



FANGFRISCH BEI BILLA PLUS

In der Fischerei in den BILLA PLUS Märkten finden Sie zahlreiche frische Fischarten inklusive Beratung. Geboten wird eine große Auswahl an Süßwasserfischen aus Österreich, Lachsfilet und mehr in Bio-Qualität sowie feine Meeresfische aus Wildfang. Bis zu fünfmal pro Woche werden die Fische frisch geliefert. Darunter etwa heimische Bio-Fische aus dem Waldviertel, aus Ferlach in Kärnten und Mariazell.

Alle Infos: billa.at/fischerei

GENUSS

Kochen mit Fisch



EINKAUFSTIPP



1 kg **€ 1,99**

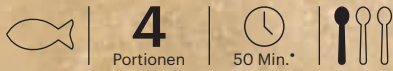
**FINI'S FEINSTES
BIO-PALATSCHIN-
KENMEHL**

Das Mehl aus fein ver-
mahlenem heimischen
Bio-Weizen und Bio-Dinkel
ist ideal für flüssige Teige.

Produktfoto: Marian Inhouse-Agentur

RÄUCHERFISCH- PALATSCHINKENRÖLLCHEN

Pro Portion: 613 kcal | 43 g EW | 34 g KH | 32 g Fett | 2,8 BE



*exkl. Kühlzeit

- 1 Handvoll Petersilienblätter
- 250 ml Milch
- 2 Eier (M)
- 150 g Palatschinkenmehl
- 300 g geräucherte Saiblingsfilets
- 125 g Crème fraîche
- ca. 2 EL Butterschmalz
- 125 g Stremellachs natur
- 100 g Jungspinat
- 4 EL geriebener Kren
- 50 g Forellenkaviar
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Petersilie fein schneiden. Milch, Eier, Mehl, Petersilie und etwas Salz zu einem glatten Teig verrühren und ca. 10 Min. quellen lassen.

2. Inzwischen Saiblingsfilets grob zerzupfen und mit Crème fraîche mit dem Pürierstab zu einer Mousse mixen.

3. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne (ca. 26 cm ø) bei mittlerer bis hoher Temperatur erhitzen und aus dem Teig nacheinander ca. 6 Palatschinken ausbacken. Palatschinken auf einem Teller stapeln und vollständig auskühlen lassen.

4. Lachs enthäuten, längs in dünne Scheiben und diese in Streifen schneiden, sodass insgesamt ca. 12 Streifen entstehen. Palatschinken sehr dünn mit etwas Räucherfischmousse bestreichen und die Hälfte des Spinats, die Hälfte des Krens sowie die restliche Fischmousse darauf verteilen. Je ca. 2 Lachsstreifen in einer Linie mittig darauflegen und eng aufrollen. Bis zum Servieren kalt stellen.

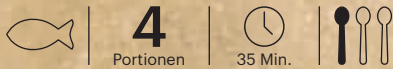
5. Palatschinkenröllchen in Stücke schneiden, anrichten und mit restlichem Spinat, Kren, Kaviar und etwas Pfeffer garnieren.

Ein echter Hingucker sind grüne Palatschinken. Mixen Sie dafür einfach einen Teil des Spinats und die Petersilie mit dem Pürierstab in den Teig ein.



ZITRONEN- RÄUCHERLACHS-TATAR auf Fenchelsalat

Pro Portion: 574 kcal | 29 g EW | 59 g KH | 23 g Fett | 4,9 BE



- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 50 ml Olivenöl
- 400 g schottischer Räucherlachs
- ½ Handvoll Zitronenmelissenblätter
- 1 Bio-Zitrone
- 2 Fenchelknollen
- 2 EL Kapern
- 8 Roggenvollkornbrot-scheiben
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Schalotten und Knoblauch schälen, Schalotten fein würfeln, Knoblauch in Scheiben schneiden. Beides in einem kleinen Topf in Öl ca. 5 Min. anschwitzen. Vollständig auskühlen lassen.
2. Inzwischen Räucherlachs fein würfeln. Die Hälfte der Melisse fein hacken. Schale der Zitrone in Zesten abreiben und die Zitrone auspressen. Fenchel sehr fein schneiden oder hobeln und mit Zitronensaft mischen.
3. Schalotten und Knoblauch in einem Sieb abtropfen lassen, das Öl auffangen. Fenchel mit dem Öl und etwas Salz fertig marinieren.
4. Lachs, Schalotten und Knoblauch, gehackte Melisse, 1 EL Kapern, die Hälfte der Zitronenzesten und etwas Pfeffer mischen.
5. Tatar mithilfe eines Servierings auf Fenchel anrichten und mit 1 EL Kapern, restlichen Zitronenzesten und Melisse garnieren. Getoastetes Brot dazuservieren.

Statt Zitronenmelisse passt auch Dille, Schnittlauch oder Fenchelgrün gut.



Gefüllte Eier mit Räucherlachs und Eismeergarnelen

Dieses Rezept
finden Sie hier
oder auf:
billa.at/rezepte





EINKAUFSTIPP



170 g
€ 2,99 / 3,99

**BILLA IMMER GUT
100 % PFLANZLICHE
SALATE AUF
FISCH-ART**

Die drei plant-based Alternativen zu Heringsalat und Shrimpsalat finden Sie bei den gekühlten Heringsalaten.

Produktfotos: Marian Inhouse-Agentur

RÄUCHERFISCHSALAT mit Roter Rübe und Apfel

Pro Portion: 528 kcal | 29 g EW | 43 g KH | 25 g Fett | 3,6 BE



* Gesamtzeit: ca. 55 Min.

- 3 rote Zwiebeln
- 80 ml Tafellessig
- 40 g Kristallzucker
- 350 g geräucherte Forellenfilets
- 2 Äpfel (z. B. Topaz)
- 200 g gegarte Rote Rüben
- 10 Essiggurkerl
- 250 g Sauerrahm
- 2 EL Apfelessig
- 500 g kleine festkochende Erdäpfel
- 2 Handvoll Dillefähnchen
- 50 g Butter
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

- 1.** Zwiebeln schälen, 2 Zwiebeln fein würfeln. Tafellessig mit Zucker in einem kleinen Topf aufkochen. Vom Herd nehmen, Zwiebelwürfel hineingeben und ca. 30 Min. auskühlen lassen.
- 2.** Inzwischen Forellenfilets, Äpfel, Rote Rüben und Essiggurkerl in ca. 5 mm große Würfel schneiden. Mit Rahm und Apfelessig mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ziehen lassen.
- 3.** Inzwischen Erdäpfel in Salzwasser ca. 20 Min. weich kochen. Den Großteil der Dille fein schneiden. Erdäpfel abgießen, heiß halbieren und in einer Schüssel mit Butter und der Hälfte der geschnittenen Dille schwenken.
- 4.** Essigzwiebeln abseihen und mit der restlichen geschnittenen Dille unter den Räucherfischsalat mischen. Übrige Zwiebel in hauchdünne Ringe schneiden. Salat anrichten und mit Zwiebelringen und Dille garnieren. Dillerdäpfel dazuservieren.

Den Zwiebelsud können Sie als Basis für Marinaden oder als Einlegesud verwenden.

Haben Sie jetzt Lust bekommen auf noch mehr Rezepte mit Fisch und Meeresfrüchten?

Hier werden Sie fündig:

billa.at/fisch-und-meeresfruechte



GENUSS

Kochen mit Fisch

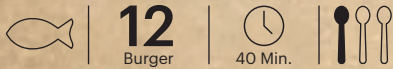
KNUSPRIGE BUN-RESTE

Die Reste der ausgestochenen Buns können Sie als Croûtons für einen Salat oder eine Suppe verwenden – einfach grob zupfen und mit etwas Butter und Knoblauch knusprig braten.



MINI-LACHSFORELLENBURGER mit Honig-Dill-Senf

Pro Burger: 173 kcal | 7 g EW | 17 g KH | 8 g Fett | 1,4 BE



- 1 Handvoll Dillefähnchen
- 50 g Estragonsenf
- 50 g Blütenhonig
- 4 große Burger-Buns (300 g)
- 2 EL Butter
- 200 g Kräuterfrischkäse
- 1 Handvoll Vogerlsalat
- 200 g geräucherte Lachsforellenfilets
- 2 EL Kapernbeeren

Zubereitung

1. Dille fein hacken und mit Senf und Honig verrühren.
2. Aus jedem Burger-Bun mit einem Ausstecher (ca. 4 cm ø) 3 kleine Deckel und 3 kleine Böden ausstechen. Böden und Deckel in Butter ca. 5 Min. auf den Schnittflächen braten, dabei etwas flachdrücken. Ca. 5 Min. auskühlen lassen.
3. Burgerböden mit Frischkäse bestreichen, Vogerlsalat, klein gezupften Räucherfisch und Honig-Dill-Senf daraufschichten und mit den Deckeln abschließen. Miniburger mit Kapernbeeren servieren.

IHRE JÖ VORTEILE ZUM SPAREN

BEI JEDEM EINKAUF ÖS SAMMELN,
EINLÖSEN UND SPAREN.

EXKLUSIVE
VORTEILE
AUCH IN DER
JÖ ÄPP



-10%

für 150 Ös

-15%

für 300 Ös

-20%

für 500 Ös



EXKLUSIV FÜR JÖ MITGLIEDER
ALLE INFOS AUF [BILLA.AT/JOE-CLUB](https://billa.at/joe-club)

VOLLER LEBEN.



SanLucar



Unser süßes Fitness-

Wie hältst du dich fit, wenn die Temperaturen in den Keller purzeln? Unsere Idee: Hole dir täglich unsere köstlichen Orangen aus Spanien. Das trainiert! Und ihre leuchtende Schale und ihr süßes Aroma vertrei-

ben im Nu alle dunklen Wolken. »Unsere kleinen Sonnen gedeihen hier in Spanien ganz prächtig. Wir lassen sie länger als üblich am Baum reifen. Deshalb schmecken sie auch so aromatisch und sind voller Saft«,



Guadalupe Navarro
und Carmen Lora
SanLucar Pflückerinnen

Taste the SUN 

Programm für den Winter.

erklärt Carmen Lora, nascht ein Stückchen Orange und lacht über das ganze Gesicht. Aber nicht nur Carmen kann sich freuen, auch die Natur. »Mit unserer computergesteuerten Tröpfchenbewässerung sparen wir viel

Wasser ein«, weiß Carmen und wendet sich wieder ihren Lieblingsfrüchten zu. Ganz behutsam pflückt sie nur die rundum ausgefärbten Orangen. Da kann das süße Fitness-Programm für den Winter ja starten!



@sanlucarfruit

MACHT KOCHEN ZUM VERGNÜGEN

Airfryer

Knusprig backen ohne Fett, zeitsparend garen und sogar mehrere Speisen gleichzeitig zubereiten – die modernen Airfryer sind echte Multitalente.



Multifunktionsgeräte erweitern den Airfryer um Garmethoden wie Backen oder Grillen.

Basismodelle mit Korb sind platzsparend und die perfekte Lösung für kleinere Küchen.



Modelle mit getrennten Kammern, meist Dual-Zone-Airfryer genannt, haben zwei separat einstellbare Garbereiche.



Die Airfryer von heute können mehr als kalorienarm frittieren.

Als platzsparende Mini-Backöfen und smarte Multifunktionsgeräte sind sie aus vielen Küchen nicht wegzudenken. Statt heißem Fett sorgt ein heißer Luftstrom dafür, dass Pommes, Gemüse, Fleisch und Fisch, aber auch Pizza und Mehlspeisen gleichmäßig gegart und rundum knusprig werden. Der kleine Garraum erhitzt sich rascher als ein Backrohr – für energie- und zeitsparendes Kochen. Basismodelle mit Korb sind kompakt und einfach zu bedienen. Heißluftfritteusen, die auf mehreren Ebenen backen, braten und frittieren, bieten mehr Flexibilität, brauchen aber auch mehr Platz. Multifunktionsgeräte mit Programmen zum Heißluftfrittieren, Grillen, Dörren und Dampfgaren ersetzen einzelne Küchengeräte, sind aber teuer und oft komplexer in der Bedienung. Modelle mit getrennten Kammern oder teilbarem Garraum ermöglichen das gleichzeitige Zubereiten mehrerer Komponenten bei unterschiedlichen Temperaturen. Durch ein Sichtfenster lässt sich der Bratfortschritt verfolgen, ohne dass Wärme entweicht. Entnehmbare, spülmaschinenfeste Teile erleichtern später die Reinigung.

Darauf kommt's an:

Fassungsvermögen: Für kleine Haushalte genügen Geräte mit 4–5 Liter Kapazität, für Familien empfehlen sich XL-Modelle mit 6–9 Litern.

Leistung: 1.400–1.800 Watt garantieren schnelles, effizientes Garen und gleichmäßig knusprige Ergebnisse.

Persönlicher Bedarf: Um komplette Mahlzeiten zuzubereiten, sind Airfryer mit mehreren Kammern und Programmen ideal. Singleküchen profitieren von einem kompakten Korbmodell.



Dukatenbuchteln aus dem Airfryer mit Vanillesauce

Pro Portion: 634 kcal | 14 g EW | 77 g KH | 28 g Fett | 6,4 BE



8

Portionen



30 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 2 Std.

- 100 g Butter + Butter f. d. Form
- 300 ml Milch
- 500 g glattes Weizenmehl + Mehl f. d. Arbeitsfläche
- 1 Pkg. Trockengeram
- 60 g Staubzucker + Staubzucker zum Bestreuen
- 1 Pkg. Vanillezucker
- 1 Prise Salz
 - 1 Ei (M)
 - 2 Eidotter (M)
 - 1 l Vanilledessertsauce

Zubereitung

1. Butter schmelzen. Milch lauwarm erhitzen. Mehl und Germ in einer Rührschüssel gut mischen. Staubzucker, Vanillezucker, Salz, Ei, Dotter, Milch und flüssige Butter

hinzufügen. Mit den Knethaken zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten.

2. Teig mit einem Tuch abgedeckt ca. 30 Min. gehen lassen. Zusammenschlagen und nochmals 20 Min. gehen lassen.

3. Eine Backform (15–20 cm groß, je nach Airfryer-Modell) mit Butter einfetten. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer Rolle formen und in 20–25 kleine Stücke teilen. Zu Kugeln formen und in die Form setzen. Abgedeckt ca. 10 Min. gehen lassen.

4. Form in den Airfryer-Korb stellen und Buchteln bei 160°C 25–30 Min. goldbraun backen.

5. Buchteln mit Staubzucker bestreuen und mit erwärmter Vanillesauce servieren.

Eine (genuss-)volle Tasche

Wir verlosen eine prall gefüllte BILLA Einkaufstasche im Wert von rund 39 Euro*.
Viel Glück beim Mitspielen!



Fotos: Marian Inhouse-Agentur

MITMACHEN UND GEWINNEN

Wir verlosen eine BILLA Mehrwegtasche mit Produkten der BILLA Eigenmarken!

So sind Sie dabei: Senden Sie uns eine E-Mail oder eine Postkarte mit dem Betreff „BILLA Tasche“.

So machen Sie ganz schnell mit: Einfach den QR-Code rechts scannen und direkt übers Handy am Gewinnspiel teilnehmen!

Einsendeschluss: 15. 2. 2026

Gewinnwert: €38,56*

Alle weiteren Infos zur Teilnahme auf Seite 172!

SCAN MICH



FRISCH GEKOCHT

BILLA

IMPRESSUM

Medieninhaber, Herausgeber

BILLA AG
IZ NÖ-Süd, Straße 3, Objekt 16,
2355 Wiener Neudorf
Tel.: 0800 828 700, hotline@billa.at

Verantwortlichkeit bei BILLA und BILLA PLUS

Leitung Marketing
Daniela Schwarz-Knehtl

Projektleitung

Claudia Schmid-Neururer
frischgekoocht@billa.at

Anzeigen

Florian Widi
F.Widi@billa.at

Verleger

**Firmensitz, Post- und
Rechnungsadresse**
RG Verlag GmbH
IZ NÖ-Süd, Straße 3, Objekt 16,
2355 Wiener Neudorf

Redaktion

RG Verlag GmbH
Heizwerkstraße 3, 1230 Wien

Geschäftsführung

Richard Heinschink (kfm.),
Barbara Reimond-Charamsa

Head of Corporate Publishing

Margarete Eyb

Artdirector

Edda Lackinger

Projektmanagement

Monika Pichlbauer

Junior-Projektmanagement

Daniela Spitzbauer

Grafik

Michèle Gapp, Elisabeth Tomberger

Rezeptkonzeption

Christoph Fink

Texte

Margit Fensl, Ursel Nendzig,
Monika Pichlbauer, Sarah Satt,
Ursula Schersch, Daniela Spitzbauer

Nährwertangaben

Christoph Somma

Lektorat

Magdalena Burghardt,
Andrea Klocker, Josef Weilguni,
Katharina Wind

Fotoredaktion

Mario Holzner,
Sigrid Krenn-Guttman (FR)

Produktionsleitung

Manfred Wagner

Bildbearbeitung

Andreas Graf, Bettina Köck,
Susanne Sellinger

Fotos

Stefan Fürtbauer, Elke Gebeshuber,
Beatrice Hofbauer, Stefan Knittel,
Matthias Piket, Eva Strateva

Foodstyling

Valentino Brienza, Stefan Hobel,
Alexander Höss-Knakal, Kevin Ilse,
Bernadette Wörndl

Setstyling

Karin Boba, Florentine Knotzer,
Gabi Weiss, Evelyne Zemplyni

Druck

Walstead Leykam Druck GmbH
Bickfordstraße 21,
7201 Neudörfel an der Leitha

Dieses Magazin enthält Produktplatzierungen.

Die **Nährwertangaben** sind ernährungswissenschaftlich berechnet. Sie werden unter den Rezepttiteln zum Teil abgekürzt angeführt:

**kcal = Kilokalorien, EW = Eiweiß
KH = Kohlenhydrate, BE = Broteinheiten**

Die **Rezepte** sind mit folgenden Symbolen gekennzeichnet:

🐟 = Fisch 🍖 = Fleisch 🍗 = Fleischlos

🐟🍖 = Fisch und Fleisch 🥗 = Vegetarisch

🌿 = Pflanzlich 🍷 = Pflanzlich-süß 🍹 = Süß

🍹 = Getränk 🍷🍷 = Schwierigkeit

Teilnahmebedingungen

So sind Sie dabei: Senden Sie eine E-Mail an frischgekoocht@billa.at oder eine Postkarte an BILLA AG, Postfach 3000, 2355 Wr. Neudorf mit dem beim Gewinnspiel angegebenen Betreff. Bitte geben Sie Ihren vollen Namen und Ihre E-Mail-Adresse an. Mitspielen auch im Internet auf: billa.at/frischgekoocht-gewinnspiele

Einsendeschluss: 15.2.2026.

Die Gewinner:innen werden verständigt. Der Gewinn kann bis 15.5.2026 eingefordert werden, danach verfällt der Anspruch. Weiterführende Teilnahmebedingungen auf billa.at/fg-teilnahmebedingungen und unter 0800/828 700. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Es besteht kein einklagbarer Anspruch auf Auszahlung des Gewinnes.



BITTE SAMMELN SIE ALTPAPIER FÜR
DAS RECYCLING

EU Ecolabel : AT/053/005



Alle Preisangaben in diesem Heft gelten bei der BILLA AG für den Zeitpunkt des Erscheinungsdatums. Aktionspreise werden nicht ausgewiesen. Änderungen und Druckfehler vorbehalten.

FRISCH GEKOCHT BILLA

FLEISCH

- 55** **Bauerneintopf**
- 67** **Blitz-Borschtsch** mit Steakstreifen und Sauerrahm
- 44** **Eggs Benedict** mit Avocado
- 29** **Fleischlaibchen** mit Wintergemüseragout (online)
- 33** **Hendl-Couscous-Krautrouladen** mit Paprikasauce
- 31** **Hendl-Minestrone aus dem Ofen** mit Fladenbrot
- 138** **Kreolisches Vanille-Hendl**
- 29** **Pulled-Beef-Lasagne**
- 25** **Puteneintopf** mit Austernpilzen und Bulgur
- 45** **Quiche Lorraine** mit French-Dressing-Salat
- 41** **Rinderschleppsuppe**
- 37** **Rindfleisch-Fajitas** mit Guacamole und Taco-Sauce
- 27** **Schweinsminutensteaks** mit Zucchini, Lauch und Currysauce
- 107** **Warmer Umami-Hirsesalat** mit Selchfleisch
- 98** **Wiener Erdäpfel-Gurken-Salat** mit Backhendl

FLEISCH & FISCH

- 77** **Dreierlei Pizzaschnecken**
- 93** **Lachs-Chowder** mit Speck
- 71** **Pikante Muffins** veggie, mit Fisch & mit Schinken

FISCH / MEERESFRÜCHTE

- 36** **Avocado-Apfel-Gazpacho** mit Knoblauchgarnelen
- 96** **Currylinsensalat** mit Mango und Lachs (online)
- 161** **Gefüllte Eier** mit Räucherlachs und Eismeergarnelen (online)
- 66** **Grünes Fischcurry** mit Pak Choi und Reis
- 21** **Kohlrabi-Salat** mit Erdnüssen

- 57** **Lohikeitto** – Finnische Lachssuppe
- 165** **Mini-Lachsforellenburger** mit Honig-Dill-Senf
- 159** **Räucherfisch-Palatschinkenröllchen**
- 163** **Räucherfischsalat** mit Roter Rübe und Apfel
- 157** **Räucherforellensalat** mit Avocado, Tomaten und Ceviche-Marinade
- 161** **Zitronen-Räucherlachs-Tatar** auf Fenchelsalat

FLEISCHLOS *

- 47** **Erbsen-Eierspeis** auf Röstbrot

VEGETARISCH

- 53** **Brokkoli-Cheddar-Suppe**
- 43** **Cheddar-Yorkshire-Puddings** mit buntem Salat
- 102** **Knackiger Selleriesalat** mit Karamelläpfeln und Edelschimmelkäse
- 101** **Pastinakensalat** mit Apfel und Ziegenfrischkäse
- 61** **Rotkrautsuppe**
- 48** **Serviettenknödel** klassisch

PFLANZLICH

- 38** **Belegtes Vollkornbrot** mit Guacamole und Chili-Karotten
- 127** **Chirashi Sushi** mit Räuchertofu und Räucherlaxx
- 125** **Dürüm** mit pflanzlichem Kebab
- 19** **Gemüsewok** mit Nüssen und Jasminreis
- 35** **Guacamole-Grundrezept** und **Avocado-Brokkoli-Spaghetti** mit Paranüssen
- 81** **iglo Edamame-Pesto** mit Sobanudeln und Kürbiskernen
- 67** **Miso-Bohnen-Röstgemüse** mit Röstbrot

- 129** **Pflanzliches Katsu Sando** (online)
- 129** **Pizza Prosciutto e Funghi**
- 105** **Reissalat** mit Roter Rübe, Orangen und Walnüssen
- 59** **Rote Currysuppe** mit Gyozas
- 132** **Tempeh-Empanadas** mit Avocado-Mash und Aioli
- 131** **Vish 'n' Sweet Potato Chips** mit Remoulade

SÜSSES

- 169** **Dukatenbuchteln aus dem Airfryer** mit Vanillesauce
- 148** **Glutenfreier Orangen-Mandel-Kuchen** mit Orangenmarmelade
- 143** **Glutenfreier Zitronen-Mohn-Kuchen** mit Zuckerguss
- 151** **Grapefruit-Curd-Tarte** mit Orangenobers
- 144** **Grapefruitsorbet** mit Kokoscreme
- 147** **Limetten-Brombeer-Shortbreadkekse**
- 66** **Milchreis** mit Zwetschkenröster und Shortbread
- 73** **Mini-Mozartkrapfen**
- 46** **Pavlova** mit Kaffeecreme und Zimtbirnen
- 75** **Pinke Frucht-Donuts**
- 139** **Vanille-Honig-Karamellen**
- 140** **Zitronentarte** mit Zitronenobers (online)

billa.at/rezepte

Auf billa.at/rezepte finden Sie weitere köstliche Rezepte, Trends rund ums Kochen und viele Tipps und Tricks!



The Potato Queen

Mit ihrem Kochbuch holt Poppy O'Toole alles aus Erdäpfeln raus: frittiert, gebacken oder als Salat.

VORSCHAU

FRISCH GEKOCHT

BILLA

Die neue Ausgabe erhalten Sie ab 19. Februar bei BILLA und BILLA PLUS!

Gemeinsam Ostern feiern

Ein Fest für die ganze Familie: vom österlichen Buffet bis zum traditionellen Osterfrühstück.



PLUS

Infos & Tipps rund um die Themen Regionalität, Familie, Nachhaltigkeit und Genuss!

Entspanntes Wochenende

Dass ein genussvolles Mittagessen ganz unkompliziert sein kann, beweisen unsere Bio-Rezepte.



Echt saftig

Im Saft geschmort oder mit Sauce serviert wird Fleisch zu einer herrlich saftigen Angelegenheit.

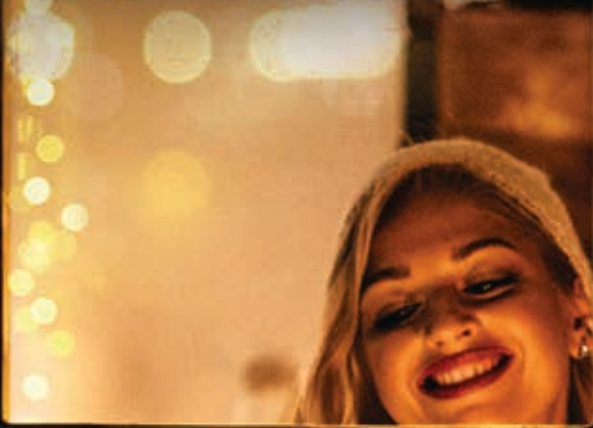
Sag „Cheese“!

Unsere himmlischen Cheesecakes zaubern Tortenfans garantiert ein breites Lächeln ins Gesicht.





MAGISCHE DÜFTE, DIE ERINNERUNGEN WECKEN



Glade® Winterdüfte in limitierter Edition



Erlebe die winterliche Duftvielfalt der Glade® limited Edition für dein Zuhause



Unter der Telefonnummer 0800 828 700 erfahren Sie, ob Ihr Markt dieses Produkt führt.

DIE BESTE ZUTAT IST INSPIRATION



**JETZT
NEWSLETTER
ABONNIEREN**

billa.at/frischgekocht-newsletter



BILLA

Entdecken Sie auf billa.at/frischgekocht eine große Vielfalt an köstlichen Rezepten und alles Wissenswerte rund ums Kochen.

VOLLER LEBEN.



Willkommen, liebe Leser:innen!

VOLLER ENERGIE INS NEUE JAHR!

DAS
KOCHE ICH
NACH



Pizza Prosciutto e Funghi von S. 129

Den Veganuary genieße ich mit Köstlichkeiten wie dieser Pizza.



Glutenfreier Orangen-Mandel- Kuchen von S. 148

Erfrischend-süß und glutenfrei – eine traumhafte Kombination!

Wir freuen uns sehr:
FRISCH GEKOCHT
erreicht mehr als
1,43 Mio. Leser:innen
und ist **Nummer 1** bei
Frauen und unter den
Kulinarik-Magazinen.*
Vielen Dank unseren
treuen Leser:innen!

Der Jahresanfang ist die perfekte Zeit zum Pläneschmieden – auch in der Küche! Egal, was Sie 2026 vorhaben, die Rezepte in dieser Ausgabe sorgen für einen genussvollen und energiegeladenen Auftakt. Unsere rein pflanzlichen Lieblingsgerichte aus aller Welt machen Lust, die pflanzliche Küche auszuprobieren. Unsere Ernährungsexpertin steht Ihnen dabei mit praktischen Tipps zur Seite. Freuen Sie sich auf abwechslungsreiche Suppen, überraschen Sie Ihre Gäste mit raffinierten Heringsschmaus-Ideen mit Räucherfisch und entdecken Sie Zitrusfrüchte von ihrer süßen Seite!

Starten Sie gut und genüsslich ins neue Jahr!

Daniela Schwarz-Knehtl

Daniela Schwarz-Knehtl, Leitung Marketing

*Quelle: MA 24/25, media-analyse.at

VÖSLAUER



nachhaltig #jungbleiben

DER BLICKFANG AUF DEINEM TISCH.

*Unsere leichte 1 Liter Glas-Mehrwegflasche,
auch in der Splitkiste.*



sodastream®

innen
gleicher
inhalt.
außen
frischer
look.

Schraub
CO₂-Zylinder

Quick
Connect
CO₂-Zylinder

