

Oktober 2025

FRISCH GEKOCHT

25 JAHRE

FRISCH GEKOCHT

Oktober 2025 / €1,-

BILLA

**GRATIS
MAGAZIN**

für jö Bonus Club
Mitglieder

Für Ihren
Einkauf:

BONS

zum Sparen

ab Seite 173

Wilder Herbst

61 Rezepte mit saisonalem Obst und
Gemüse, Wild, Hülsenfrüchten und mehr

Hirschtaler mit
Da komm' ich her!
Apfel-Rettich-
Rotkraut auf
Seite 89



Inhalt *Oktober 2025*

FAMILIE

21 Kids-Ecke

Ein Rezept aus dem aktuellen **FRISCH GEKOCHT kids**-Magazin!

23 Zum Einwickeln

Wir kombinieren Palatschinken und Käse zu 6 herrlichen Wohlfühlgerichten!

34 Good Food

Ursula Vybiral und Nicole Mayr über die „easy eating“-Methode, mit 1 Rezept.

PLUS Gewinnspiel.

37 Fertig in 30 Minuten

Blitzschnelle Familienküche.

40 BILLA Mitarbeiter:innen laden ein

Heidrun Puscher, Vertriebsleiterin bei BILLA, stellt ihren Arbeitsalltag und ihr Lieblingsrezept vor.

43 Schmorfreude

Wir bereiten bestes heimisches Frischfleisch von Hofstädter im Schmortopf zu.

58 Meal Prep

Marinierte Bohnen auf Vorrat: 1 Grundrezept, 4 köstliche Mahlzeiten.

66 1 Gericht, 3 Varianten

Street-Style-Tacos: mit Fleisch, vegetarisch und 100% pflanzlich.

70 Ein Kauf, fünf Gerichte

Preiswert kochen mit Clever-Produkten.

REGIONAL & NACHHALTIG

84 Frisches aus der Region

COVERREZEPT

Herbstgenuss mit der Sortenvielfalt von Da komm' ich her! und feinem Wild.

100 Regionale Partner:innen

Lieferant:innen unserer heimischen Spezialitäten im Porträt.

104 Fairer leben

Soziale und ökologische BILLA Initiativen.

108 Restlos köstlich

Herbstküche nach dem Zero-Waste-Prinzip mit Ja! Natürlich und BILLA Bio.

4 FRISCH GEKOCHT

GENUSS

129 Grünes Glück

Süße Kreationen mit Pistazien.

140 Geschmackssache

Würzkunde über Curry und 2 Rezepte.

147 Das geniale Airfryer Kochbuch – One-Basket-Gerichte

Clare Andrews bereitet ganze Mahlzeiten in der Heißluftfritteuse zu.

159 In Hülse und Fülle

Linsen, Kichererbsen & Co: pflanzlich kochen mit Hülsenfrüchten.

FRISCH GEKOCHT

3 Editorial

Vorgeschmack auf die Ausgabe.

6 25 Jahre FRISCH GEKOCHT

Die Foodtrends 2000–2025: Wir machen eine kulinarische Rückschau.

PLUS Gewinnspiel.

9 Fanzone

Leser:innen-Rezepte und Kochtipps.

PLUS Gewinnspiel.

14 Lust auf Oktober

Tipps aus unserer Ideenküche.

168 Küchenhelfer im Porträt

Pürierstab: Tipps und 1 Rezeptidee.

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 Oktober.

178 FRISCH GEKOCHT im November

Genussvolle Menüs, Keksklassiker, Maroni süß und herzhaft u. v. m.

Einkaufen bei

BILLA
BILLA PLUS

- 10 Alles neu im Oktober – bei BILLA und BILLA PLUS!
- 13 Trends bei BILLA
- 19 BILLA immer gut Kartoffelteig-Fertigmischung
- 54 1 Produkt, 2 Rezepte: Manner Snack Minis
- 63 4 neue BILLA immer gut Produkte im Check
- 64 BILLA immer gut Familienprodukte
- 81 Da komm' ich her! Elstar-Äpfel
- 97 Obst und Gemüse von Da komm' ich her!
- 98 Da komm' ich her! Benjamin Erdäpfel
- 103 Ja! Natürlich Bio-Kaspressknödel
- 106 Ja! Natürlich Bio-Zucchini
- 120 Bio Spezialitäten von Ja! Natürlich und BILLA Bio
- 127 Getränk des Monats
- 173 4 Einkaufs-Bons zum Sparen



Coverfoto:
Hirschtaler mit Da komm' ich her!
Apfel-Rettich-Rotkraut
Foto: **Matthias Piket/ Marian Inhouse-Agentur**



159

Hülsenfrüchte:
Stars in der
plant-based
Küche



43

Butterzartes aus
dem Schmortopf



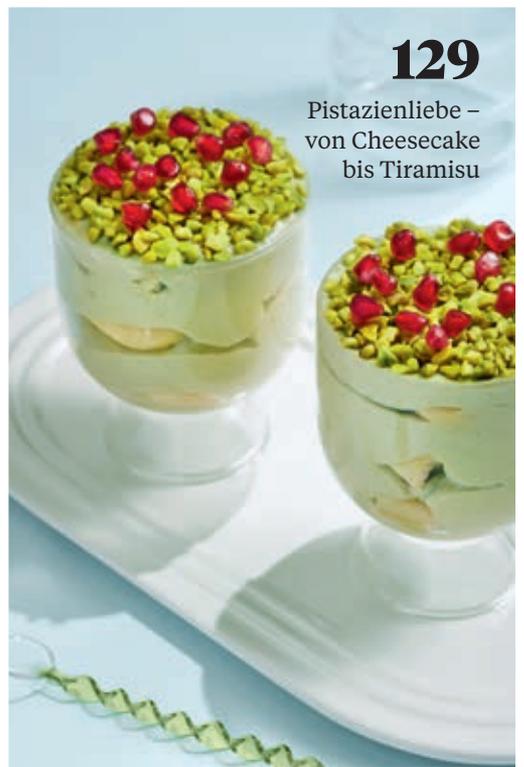
84

Saisongenuss
vom Feinsten



108

Beste Bio-Zu-
taten, restlos
zubereitet



129

Pistazienliebe –
von Cheesecake
bis Tiramisu

25 Jahre voller Foodtrends

Die **FRISCH GEKOCHT**-Redaktion hat im letzten Vierteljahrhundert viele Trends kommen und gehen gesehen. Welche wurden zu Dauerbrennern und welche haben uns nur kurz begeistert?

Erinnern Sie sich noch an Ihr erstes Running Sushi? An den Hype rund um dekadente Cupcakes? Oder die Zeit, als Avocado-Toast das Frühstück schlechthin war und Zoodles Nudeln Konkurrenz machten? Seit die erste Ausgabe von **FRISCH GEKOCHT** Anfang 2000 zum Schmöckern einlud, hat ein kulinarischer Trend nach dem anderen Österreich erobert. Viele entpuppten sich als kurzlebige Marktlaunen, andere, wie die

pflanzenbasierte Ernährung, gluten- und laktosefreie Alternativen sowie einst exotische Länderküchen wie die japanische, vietnamesische oder Levante-Küche, sind gekommen, um zu bleiben. Mit den Rezepten im **FRISCH GEKOCHT** holen Sie sich die aktuellen Trends regelmäßig in Ihre Küche. Diese Ausgabe widmet sich unter anderem der populären Heißluftfritteuse (S. 147) und süßen Verlockungen mit der Trendzutat Pistazien (S. 129).

Es wird nichts so heiß gegessen, wie es gehypt wird.

Setzen sich Foodtrends um die Jahrtausendwende über populäre Fernsehserien und -shows, namhafte Gastronom:innen oder Kochbücher durch, verbreiten sie sich heute über Instagram, TikTok und Co schneller denn je und halten binnen weniger Wochen in heimischen Supermärkten und Lokalen Einzug. Während Hypes – man denke an üppige pastellige Einhorn-Shakes, mit Aktivkohle



2000–2005

(Running) Sushi • Molekular-küche • **Thaiküche** und Woks • Coffeeshops und Coffee to go • Atkins-Diät • Kapsel-Espressomaschinen

Cupcakes und
Cake Pops • Frozen
Yogurt • Macarons •
Bubble Tea

2006–2010



2011–2015

Cronuts • Craftbeer • Spezialitätenkaffee und Barista-Kultur • Green Smoothies und Juices • Superfoods (Chia, Açaí, Gojibeeren etc.) • Matcha (Latte) • Paleo • Levante-Küche • Vietnamesische Pho • American BBQ und Smoker • Keramikgrills

schwarz gefärbte Lebensmittel oder die Dubai-Schokolade – meist ebenso rasch verpuffen, überdauern Trends Jahre oder sogar Jahrzehnte, bis sie schließlich im Mainstream ankommen. Als besonders langlebig erweisen sich solche, die auf unsere Gesundheit und Umwelt einzahlen und uns das Leben erleichtern. Das trifft auf pflanzliche und fermentierte Lebensmittel, heimische Superfoods und High-Protein-Produkte genauso zu wie auf ressourcenschonende Wasersprudler und kompostierbare Kaffeekapseln.

Bis(s) zum nächsten Mal!

Einige Lebensmittel und Ernährungsformen trenden über die Jahrzehnte immer wieder. In den frühen 2000ern war die Atkins-Diät in aller Munde, um 2018 kam die Reduktion von Kohlenhydraten mit der ketogenen Diät erneut in Mode, in den letzten Jahren trendeten Low-Carb-Rezepte. Bubble Tea, Bowls und Brotbacken feiern Comebacks. Doch kaum ein anderes Produkt hat so viele Trendwellen ausgelöst wie das Croissant.

Cruffin, Crookie, Würfel-Croissant oder New York Roll – seit dem Cronut 2013 sorgt fast jedes Jahr eine andere Kreuzung für Schlagzeilen. Manchmal dauert es länger, bis sich ein Trend etabliert – der Airfryer etwa erreichte erst 15 Jahre nach seiner Einführung Trendstatus. Die von Trendforscher:innen vielbeschworenen Menüs aus dem 3D-Drucker lassen bislang noch auf sich warten. Fest steht: Der nächste Foodtrend kommt bestimmt!

Fotos: Vegavita/Marian Inhouse-Agentur, Kevin Ise, Julia Hoersch, Lukas Gächter/Marian Inhouse-Agentur, Manuela Larissegger/Marian Inhouse-Agentur (6), William Meppem

MITMACHEN UND GEWINNEN

Gewinnen Sie einen von 3 Gutscheinen für einen BILLA Winterkekse-Workshop oder eines von 5 **FRISCH GEKOCHT**-Abos!

Im Laufe des Jahres verlosen wir in jeder Ausgabe an dieser Stelle zahlreiche tolle Preise!

So sind Sie dabei: Senden Sie uns eine E-Mail oder Postkarte und nennen Sie uns Ihren liebsten kulinarischen Trend! Unter allen Einsendungen verlosen wir Gutscheine für je zwei Personen für einen Winterkekse-Workshop im November bei BILLA PLUS in Klagenfurt, Linz, Salzburg oder Vösendorf sowie exklusive **FRISCH GEKOCHT**-Jahresabos.

Betreff: „25. Geburtstag“, **Einsendeschluss:** 19.10.2025, **Gewinnwert:** € 20 (Workshop) bzw. € 36,90 (Abo)
Alle weiteren Infos zur Teilnahme auf Seite 172!



2016–2020

Avocado-Toast • **Buddha- & Poké-Bowls** • Ramen • Spiralizer und Zoodles • Cookie Dough • Schwarzes Essen (Aktivkohle) • Plant-based Fleischersatz • Fermentieren: Kimchi, Kombucha • Sauerteigbrot-Backen • Mexikanische Tacos • Einhorn-Food und Freak-Shakes • Jackfruit als Fleischersatz • Nikkei-Küche • Intervallfasten • Zuckerfrei • Sous-vide-Garen (Sous-vide-Sticks)



Veganuary • Butter Boards • Crookies • **Pistazien** • Dubai-Schokolade • Korean BBQ • Egg Drop Sandwiches • Airfryer • Portable Pizzaöfen

2020–2025



JETZT NEU:
FÜR **ALLE** TEXTILIEN

Wolle

Seide

Baumwolle

Funktionsstoffe

Frottee



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

FANZONE

Wir freuen uns, von Ihnen zu lesen!

KÜCHENHACK VON ERIKA G.

Ich backe sehr gerne mit Obst belegte Kuchen. Damit der Kuchenboden genau in die Backform passt, lege ich zuerst die Form mit Backpapier aus und zeichne sie mit Bleistift nach. Den Teig rolle ich dann direkt am Papier entsprechend aus und lege ihn damit in die Form. So muss ich nichts wegschneiden.



EINSENDUNG VON TAMARA S.

Karpatka mit Himbeeren

Ich probiere gerne neue Tortenrezepte aus, wie dieses aus dem **FRISCH GEKOCHT** im Juli/August. Ich habe etwas weniger Zucker und Butter verwendet, hat auch sehr gut geschmeckt!



EINSENDUNG VON VIKTORIA T.

Erbsen-Schinken-Salat mit Halloumi-Chips

Ich finde die Idee mit den knusprigen Chips vom Halloumi in der **FRISCH GEKOCHT**-Sommer-Ausgabe ausgezeichnet! So simpel der Salat sein mag, ich finde ihn raffiniert und mit den Erbsen oben drauf soooo unendlich lecker, Rucola ist sowieso mein Favorit.

Die Rezepte zu den Einsendungen unserer Community finden Sie unter billa.at/karpatka-mit-himbeeren und billa.at/erbsen-schinken-salat-mit-halloumi-chips



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: 19.10.2025. 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/frischgekoacht

BILLA
ONLINE
SHOP

BILLA

Jetzt frisch im Regal.

Aktuelle Produktneuheiten in Ihrem BILLA Markt.



Ein Erdapfel für alle Fälle, ob als Salat, mit Petersilie, für Pommes oder aus dem Ofen.



Alkoholfrei



Pfandfrei



ALLES NEU

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

BILLA
ONLINE
SHOP

1 Nutella plant-based Nutella bringt das beliebte Geschmackserlebnis jetzt auch in pflanzlicher Variante auf den Frühstückstisch. Für alle, die bewusst genießen und nichts vermissen wollen.**
Preis: **350 g, € 3,99**

2 Wegenstein Rosé null Ein alkoholfreier Roséwein, der mit fruchtigem Beerenduft verführt. Am Gaumen lebendig und harmonisch ausbalanciert. Mit feiner Frische und elegantem Finish.
Preis: **0,56 l, € 7,99**

3 BILLA Bio Haferdrink zuckerfrei Frei von Zucker, reich an Geschmack und immer ein Genuss, ob im Müsli oder pur im Glas. Rein pflanzlich, in Bio-Qualität und natürlich gentechnikfrei.**
Preis: **1 l, € 1,15**

4 Da komm' ich her! Benjamin Erdäpfel** Vom Saatgut bis zur Ernte 100 % österreichisch: Die vorwiegend festkochende Sorte Benjamin überzeugt mit zarter Schale, nussigem Geschmack und Vielseitigkeit.

5 Clever Ofenkäse würzig oder Kräuter Der zartschmelzende Ofenkäse wird außen goldbraun und innen cremig. Als Vor- oder Hauptspeise ist er einfach herrlich zum Dippen und Genießen!**
Preis: **180 g, € 2,69**

6 Durstlöcher Eistee Pfirsich-Geschmack* Fruchtig und erfrischend wie ein Sommertag: Der Eistee-Klassiker mit Pfirsichgeschmack ist das Kultgetränk für unterwegs – nicht nur im Sommer.**
Preis: **0,5 l, € 1,29**

BILLA PLUS

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



1



2



3



4

Nur für kurze Zeit
erhältlich!



6



5

Natürliche
Aromen und
0% Zucker.



7



8

1 Zonin Prosecco DOC Ice Für prickelnde Momente mit italienischem Flair: Dieser Prosecco der traditionsreichen Weinmarke Zonin begeistert mit seiner fruchtigen Fülle auf Eis, pur oder als Aperitif. **
Preis: **0,75 l, € 9,99**

2 Viennetta Pistazie-Vanille Wellen von feinem Vanille- und Pistazieneis sind durchzogen von knusprigen Schokoschichten und verfeinert mit Karamellstückchen. Ein Klassiker mit modernem Twist! **
Preis: **650 ml, € 4,99**

3 Hofstädter „Fair zum Tier!“ MEHRwohl Hendl-Innenfilets mit Cornflakespanade Das zarte Hendlfleisch in knuspriger Hülle ist im Airfryer oder in der Pfanne ruckzuck zubereitet. **
Preis: **pro kg, € 20,99**

4 BILLA Bio Pesto verde* Das grüne Bio-Pesto ist aus pflanzlichen Zutaten hergestellt und ideal für Pastagerichte. Ein würziger italienischer Klassiker wie Pesto genovese, aber ohne Käse.
Preis: **130 g, € 2,49**

5 Fyl Sirup 0% Eistee Pfirsich, Eistee Heidelbeere oder Cola Ein Spritzer fyl verwandelt Wasser in ein aromatisches Getränk.
Preis: **48 ml, € 4,99**

6 Schlierbacher 3-Milch Bio-Camembert Cremiger Weichkäse aus bester Bio-Milch von Kuh, Schaf und Ziege. In der Feinkosttheke. **
Preis: **150 g, € 3,79**

7 BILLA Genusswelt Fleur de Sel Handgeschöpft an der Algarve-Küste bringt dieses Meersalz mediterranes Flair in die Küche.
Preis: **130 g, € 3,49**

8 Alma Bergkäse-Eckertl Schmelzkäse mit feinem Bergkäsegeschmack, perfekt fürs Brot oder zum Verfeinern von Speisen.
Preis: **150 g, € 2,89**

*Unter der Telefonnummer 0800 828 700 erfahren Sie, ob Ihr Markt dieses Produkt führt. Preisänderungen vorbehalten. **Dieses Produkt ist nicht im BILLA Online Shop erhältlich.



**GLOW
UP!**



Collagen

Für Haut, Haare und Nägel.*



Warum **NÖM vital**
Collagen Shots?



Dein täglicher
Beauty Drink
mit **2,5 g**
Collagen
VERISOL^{®**}



Jeder Shot
enthält
100 Mio.
L.casei
Bakterien.



Unterstützt
deine
körpereigene
Collagen-
produktion
durch **Vitamin C.***

MEHR INFO:



*Mit Vitamin C für die Haut. Vitamin C trägt zu einer normalen Collagenbildung für eine normale Funktion der Haut bei. Mit Zink für Haare und Nägel. Zink trägt zur Erhaltung normaler Haare und Nägel bei. **Ein Fläschchen enthält 2,5 g Collagen der Marke VERISOL[®]. Mehr Informationen unter www.gelita.com/verisol. Eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung, Bewegung und ein gesunder Lebensstil sind wichtig für die Gesundheit. Genieße 1 Fläschchen pro Tag.

**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 im Oktober neu in den BILLA und BILLA PLUS Märkten!

INNOVATION für Schinken-Fans



Klassisch-saftiger Kochschinken, deftig-rustikaler Landschinken und mediterran-würziger Kräuterschinken: Diese zu 100% pflanzlichen Spezialitäten auf Basis von Weizen, Ackerbohnen und Erbsen sorgen für authentischen Schinkengenuss. **

Lekka Kochschinken, Landschinken und Kräuterschinken

Preis: **70 g, € 1,99**



**DREI SORTEN
VOLLER GESCHMACK**
Perfekt fürs Brot,
im Weckerl oder für die
gschmackige Jause!



Mö Chavre[°]

Preis: **180 g, € 3,49**

Mit kräftigem Geschmack und unwiderstehlich cremiger Konsistenz überzeugt Mö Chavre als Alternative zu traditionellem Ziegenkäse. Sie wird aus frischem finnischen Haferdrink hergestellt. **



Care Lab Divas Care Water Brain, Defense und Balance*

Preis: **400 ml, € 2,29**

Speziell entwickelt, um das Wohlbefinden zu unterstützen, enthält Care Water hochwertige Inhaltsstoffe. Die Süße der rein pflanzlichen Drinks stammt ausschließlich von Früchten. **

IDEENKÜCHE im Oktober

Der Herbst hält langsam Einzug. Wir begrüßen ihn mit Kreativität, Genuss und Aktivitäten an der frischen Herbstluft!



GO GREEN MIT
Blühendes Österreich*



Raus in die Natur!

Im Herbst präsentiert sich die Natur in goldenem Licht und strahlt in voller Pracht, bevor sie sich in die Winterruhe zurückzieht. Jetzt heißt es: wandern in der wärmenden Sonne und dabei geschäftige Tiere und blühende Schönheiten beobachten. Die schönsten Erlebnisse in der Natur gibt es im Naturmagazin: **blühendesösterreich.at** (Suchbegriff: Naturerlebnisse Herbst)

SAMMELSPASS

Auf in die magische Wasserwelt!

Gemeinsam mit Billi, Bella und Ben geht es im neuen „BILLA Bunter Sammelspaß“-Album an Tümpel, Bäche, Seen und zu all den Lebewesen, die sich in unseren Gewässern tummeln. Dazu gibt es Spiele fürs Handy und eine Podcast-Reihe. Das Album ist bei BILLA und BIPA erhältlich. Für zusätzlichen Spaß sorgen ein Experimentier-Set, Kinder-Tattoos und BI KIDS Badekugeln. Noch bis 25. Oktober sammeln, kleben und in die magische Welt des Wassers eintauchen!



So geht's: Bis 25.10.2025 erhalten Sie je € 10 Einkauf eine Stickerpackung mit 5 Stickern gratis. *Zusätzlich können Sie Stickerpackungen mit 5 Stickern um je € 0,50 erwerben. Das Stickeralbum gibt es um € 2,99. *Alle Infos auf billa.at/sammelspass und bipa.at/sammelspass. Solange der Vorrat reicht. Auch im Online Shop erhältlich.

HAUSHALT

Die Luft muss raus!

Bevor die Heizsaison richtig losgeht, ist noch genug Zeit, die Heizkörper zu entlüften. Befindet sich zu viel Luft im Heizkreislauf, verursacht das nicht nur Gluckern, Hämmern oder Klopfen, sondern auch Kältebrücken, was die Heizleistung einschränkt. Zudem verlängert regelmäßiges Entlüften die Lebensdauer der Heizungsanlage. Tipps dazu: meineheizung.at



GARTEN

Kompost gut geschützt

Um Kompost vor Regen und Schnee zu schützen, sollte er im Herbst abgedeckt werden. Dazu eignet sich am besten eine dicke Laubschicht, die mit einem Kompostvlies fixiert wird. Auch Schilfmatten, Stroh oder Jutesäcke sind empfehlenswert. Finger weg jedoch von Kunststoffplanen, sie verhindern den nötigen Luftaustausch.



FRISCH GEKOCHT

Lust auf Oktober



SIE BRAUCHEN:
Holzbrett, Rindenstück oder Korkplatte, Bleistift, Nägel mit kleinem Kopf, Hammer, Faden

**DIY
Basteln**

Herbstliches Fadenbild

Als individuelle Dekoration oder zum gemeinsamen Basteln mit Kindern: In wenigen Schritten entsteht ein tolles Fadenbild.

1. Wählen Sie ein Motiv. Je mehr Linien und Verzweigungen, desto schwieriger. Für Anfänger:innen sind einfache, grafische Motive am besten geeignet.
2. Mit Bleistift das Motiv auf Holz, Rinde oder Kork übertragen. Alternativ kann das Motiv auf Papier gezeichnet und dann mit Klebeband auf der Platte fixiert werden.

3. Entlang der Linien des Motivs nun die Nägel in gleichmäßigen Abständen (evtl. durch das Papier durch) einschlagen. Unbedingt in allen Ecken einen Nagel platzieren, bei einem Herz etwa an der unteren Spitze. Dann ggf. Papier vorsichtig entfernen.
4. Mit Faden wird nun das Motiv nachgezogen: Dazu den Faden an einem Nagel festbinden und fest zum nächsten spannen. Jeweils um die Nägel wickeln. Um Flächen zu füllen, den Faden (kreuz und quer oder systematisch) durch das Motiv spannen.

GENUSS-EVENT

Schokoladentraum mit Lindt



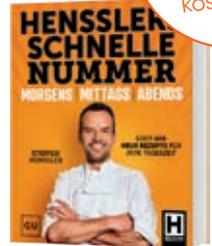
Hier geht es zu den Terminen und zur Anmeldung:



Jetzt wird es genussvoll: „Schokoladentraum mit Lindt“ heißt die exklusive Veranstaltung, bei der die Teilnehmenden – unter Anleitung eines Maître Chocolatier – Schokoladenkreationen von Lindt verkosten können. Begleitet wird das Ganze von edlen Weinen, die perfekt mit der Schokolade harmonieren. Das Event findet in ausgewählten BILLA PLUS Märkten statt.

GENUSS LEICHT GEMACHT!

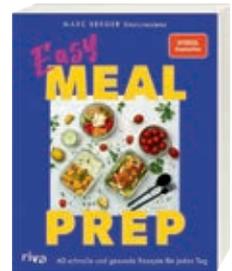
Mit Buch
ab €10 im
Warenkorb
versand-
kostenfrei.*



**HENSSLERS
SCHNELLE NUMMER 3**
Steffen Henssler

NEU

31⁵⁰



EASY MEAL PREP
Marc Berger

20⁹⁵



**DAS GENIALE AIRFRYER
KOCHBUCH**
Clare Andrews

20⁹⁵

* Bestellungen mit Büchern im Wert von mind. €10 liefern wir dir gratis nach Hause. Ausgenommen davon sind Warenkörbe, die JOLLY personalisierbare Artikel enthalten.

Omīs

Schmankerl von **BILLA**

EIN LÖFFERL LIEBE, EIN LABERL GLÜCK.



Jetzt exklusiv bei:

BILLA & BILLA PLUS

ADEG

Sutterlüty
WEIN & LANDWEIN



FAMILIE

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

DOPPELT GUT

Palatschinken und Käse – eine mehr als traumhafte Paarung

AUS DEM SCHMORTOPF

Unsere Fleischgerichte sind perfekt für die Herbstzeit

LASAGNE MAL ANDERS

Kreative Ideen für Lasagneblätter





Das mache ich aus

Gnocchi mit Prosciutto, Maroni und Salbei

Pro Portion: 532 kcal | 18 g EW
37 g KH | 33 g Fett | 3,1 BE



* Gesamtzeit: ca. 35 Min.

- 1 BILLA immer gut Ei (Größe M)
- 1 Pkg. BILLA immer gut Kartoffelteig (280 g)
- 2-3 BILLA immer gut Salbeizweige
- 2 EL BILLA immer gut Heumilchbutter
- 150 g BILLA immer gut steirischer Prosciutto
- 1 gelbe Zwiebel
- 200 g BILLA immer gut gegarte Maroni
- 200 ml BILLA immer gut Schlagobers
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

Zubereitung

1. Ei in einen Messbecher geben und mit Wasser auf 250 ml auffüllen. In eine Schüssel gießen und mit einem Schneebesen verquirlen. Kartoffelteig-Pulver zügig unterrühren und ca. 10 Minuten quellen lassen.
2. Teig auf der Arbeitsfläche durchkneten, in 4 Stücke teilen und zu Rollen formen. Mit einer Teigkarte oder einem Messer kleine Stücke abstechen, zu Gnocchi formen und mit einer Gabel Rillen eindrücken.
3. Salbeiblätter abzupfen. Butter in einer großen Pfanne schmelzen und

die Salbeiblätter darin knusprig braten. Salbei aus der Pfanne nehmen. Prosciutto in Stücke reißen und im Bratfett knusprig braten. Ebenfalls herausnehmen. Zwiebel schälen, fein würfeln und im Bratfett glasig anbraten. Maroni und Obers dazugeben und einkochen lassen.

4. Gnocchi in siedendem Wasser garen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Mit einem Siebschöpfer herausheben und in die Sauce geben. Prosciutto untermischen, salzen und pfeffern. Mit Salbeiblättern anrichten.



JETZT NEU
BEI BILLA UND
BILLA PLUS

BILLA immer gut Kartoffelteig- Fertigmischung

Preis: 280 g, € 1,59

MARIAS TIPP:

Die praktische Kartoffelteig-Fertigmischung reicht für zehn Obstknödel oder fünf größere pikante Knödel. Einfach ein Ei und Wasser hinzufügen und den Teig nach Gusto füllen!





JETZT
**STICKER
ALBUM**

HOLEN &
BIS 25.10.2025
SAMMELN

GRATIS*
1 STICKER-
PACKUNG JE
€10.-
EINKAUF

BILLA
BILLA PLUS

BILLA

**BUNTER
SAMMEL
SPASS**

auch
bei

BIPA Sutterlüty

magische
**WASSER-
WELT**

180
SAMMEL
STICKER



*ALLE INFOS AUF BILLA.AT/SAMMELSPASS UND BIPA.AT/SAMMELSPASS
SOLANGE DER VORRAT REICHT. AUCH IM ONLINE SHOP ERHÄLTlich.

VOLLER LEBEN.



BILLA FRISCH GEKOCHT kids



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

Hallo, Kids! Hurra, der Herbst ist da! Freut euch auf bunte Rezepte, Mitmachseiten, viele Infos und tolle Gewinnspiele!



PFLAUMENKUCHEN mit Schoko und Nüssen

😊 1 Kuchen / 12 Stücke ⏱ 25 Minuten (+ 40 Minuten Backzeit) 🧊 kalt

Pro Stück: 414 kcal, 6 g EW, 38 g KH, 26 g Fett, 3,2 BE

Das brauchst du:

- 100 g Butter, plus etwas weiche Butter für die Form
- 50 g Bitterschokolade
- 3 Eier
- 90 g Kristallzucker
- 200 g Schlagobers, flüssig
- 100 g glattes Mehl
- 8 g Backpulver
- 100 g geriebene Haselnüsse
- 1 Prise Salz
- 1 Pkg. Vanillezucker
- 500 g reife Pflaumen
- Vanilleeis zum Servieren
- Staubzucker zum Bestreuen

Außerdem

- Tarteform mit ca. 26 cm Durchmesser

Und so geht's:

- 1 Schmelz die Butter langsam in einem Topf. Reibe die Schokolade mit einer Universalreibe in eine Schüssel. Gib Butter, Eier, Zucker, Obers, Mehl, Backpulver, Nüsse, Salz und Vanillezucker dazu. Verrühre alles gut mit einem Kochlöffel oder Schneebesen.
- 2 Heize das Backrohr auf 160 °C (Ober-/Unterhitze) vor.
- 3 Schmiere die Form gut mit Butter ein. Du kannst dazu einen Backpinsel verwenden. Gieße den Teig in die Form und streiche ihn mit einem Löffel möglichst glatt.
- 4 Wasche die Pflaumen unter kaltem Wasser gut ab. Halbiere sie und entferne die Kerne. Halbiere die halben Pflaumen nochmals. Verteile die Pflaumenviertel auf dem Teig.
- 5 Backe den Kuchen auf der mittleren Schiene ca. 40 Minuten.
- 6 Nimm den Kuchen aus dem Backrohr und lasse ihn auskühlen. Serviere ihn mit Vanilleeis und bestreue ihn mit Staubzucker.

FAMILIEN- GÜNSTIG IST BILLA

immer gut



MARIA ANGELINI-SANTNER
FÜR BILLA

BILLA
BILLA PLUS

6 x PALATSCHINKEN MIT KÄSE

Zum Einwickeln

Palatschinken sind pures Comfortfood. Als herzhaft Variante und kombiniert mit Käse sind sie zum Dahinschmelzen gut!

Fotos: StockFood (Rezeptfotos & Aufmacherfoto), Marian Immoose-Agentur (Produktfotos), William Meppem (Textunterleger)

FAMILIE
Wohlfühlküche



Palatschinken

mit Spinat, Salsiccia und Käse

Pro Portion: 700 kcal | 34 g EW | 37 g KH | 44 g Fett | 3,1 BE



*Gesamtzeit: ca. 75 Min.

PALATSCHINKEN

150 g glattes Weizenmehl
2 Eier (Größe M)
400 ml Milch
1 Prise Salz
ca. 8 TL Butter

FÜLLUNG

250 g Jungspinat
125 g Rucola
25 g Petersilie
1 Knoblauchzehe
3 EL Butter
150 g Salsiccia
100 g Mozzarella
50 g geräucherter Käse
(z. B. Gouda)
50 g Pecorino
Salz, schwarzer Pfeffer
a. d. Mühle

Zubereitung

1. Für die Palatschinken Mehl, Eier, Milch und Salz glatt rühren und ca. 10 Minuten rasten lassen.

2. 1 TL Butter in einer Pfanne gut erhitzen und verteilen. Einen Schöpflöffel Teig hineingeben und durch Schwenken verteilen. Hitze etwas reduzieren und die Palatschinke auf beiden Seiten goldbraun backen. Weitere Palatschinken ebenso herausbacken. Fertige Palatschinken auf einem Teller stapeln.

3. Für die Füllung Spinat, Rucola und Petersilie in kochendem Salzwasser 3–4 Minuten blanchieren. Abseihen, kalt abschrecken, gut ausdrücken und grob hacken. Knoblauch schälen und fein würfeln. 1½ EL Butter in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin hell anschwitzen. Gehackte Blätter hinzufügen und kurz mitgaren, dann salzen und pfeffern.

4. Backrohr auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Salsiccia häuten und klein würfeln. 1½ EL Butter in einer Pfanne erhitzen und die Salsicciawürfel darin 4–5 Minuten anbraten. Zur Spinatmischung geben. Mozzarella und geräucherten Käse klein würfeln, hinzufügen und alles gut vermischen.

5. Palatschinken mit der Füllung belegen und einrollen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und auf mittlerer Schiene ca. 10 Minuten backen, bis der Käse geschmolzen ist.

6. Pecorino grob reiben und die Palatschinken vor dem Servieren damit bestreuen.

FAMILIE
Wohlfühlküche



Überbackene Kräuterpalatschinkenröllchen

Pro Portion: 817 kcal | 39 g EW | 49 g KH | 49 g Fett | 4,1 BE



4

Portionen



45 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 55 Min.

PALATSCHINKEN

- 2 EL Oreganoblätter
- 1 Handvoll Basilikumbblätter
- 1 Handvoll Petersilienblätter
- 3 Eier (Größe M)
- 300 ml Milch
- 200 g glattes Weizenmehl
- 1 Prise Salz
- ca. 2 EL neutrales Öl

FÜLLUNG

- 250 g Ziegenfrischkäse
- 1 Ei (Größe M)
- 4 EL geriebener Parmesan
- 1 EL Zitronensaft
- 100 g getrocknete Tomaten (Abtropfgewicht)
- 150 g pflanzliche Kochschinkenalternative in Scheiben (z. B. von Lekka)
- ca. 40 g Pinienkerne
- 1 EL Olivenöl
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

Mehr über die
pflanzlichen Schinken
von Lekka erfahren
Sie auf Seite 13!

Zubereitung

1. Für die Palatschinken alle Kräuterblätter mit Eiern, Milch, Mehl und Salz fein pürieren. Etwas Öl in einer beschichteten Pfanne gut erhitzen, einen Schöpflöffel Teig hineingeben und durch Schwenken gleichmäßig verteilen. Hitze etwas reduzieren und die Palatschinke auf beiden Seiten goldbraun backen. Weitere Palatschinken ebenso herausbacken. Fertige Palatschinken auf einem Teller gestapelt abkühlen lassen.
2. Währenddessen das Backrohr auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Für die Füllung den Ziegenfrischkäse mit Ei, 2 EL Parmesan, Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Getrocknete Tomaten in Streifen schneiden.
3. Palatschinken jeweils mit etwas Käsecreme bestreichen, mit Schinkenalternative und Tomatenstreifen belegen und mit ein paar Pinienkernen bestreuen. Eng einrollen und in 4–5 cm breite Stücke schneiden. Die Röllchen hochkant auf ein eingöltes Backblech setzen. Mit 2 EL Parmesan und einigen Pinienkernen bestreuen und auf mittlerer Schiene ca. 10 Minuten überbacken, bis sie leicht gebräunt sind.



EINKAUFSTIPP



1 kg **€ 1,99**

**FINI'S FEINSTES
WEIZENMEHL GLATT**

Aus 100% österreichischem Getreide und ideal für feine Teige und Mehlspeisen, Brot, Gebäck sowie zum Saucenbinden.

Palatschinkentorte mit Brie und Rucola

Pro Portion: 469 kcal | 19 g EW | 25 g KH | 31 g Fett | 2,1 BE



*Gesamtzeit: ca. 80 Min.

PALATSCHINKEN

- 2 Eier (Größe M)
- 2 Prisen Salz
- 125 g glattes Weizenmehl
- 300 ml Milch
- ca. 3 EL Butter

FÜLLUNG

- 25 g Butter
- 25 g glattes Weizenmehl
- 250 ml Milch
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Prise Muskat
- 250 g Brie
- 70 g Parmesan
- 2 Handvoll Rucola
- 1 EL Bio-Orangenabrieb
- Salz, gemahlener weißer Pfeffer

Ob süß mit Marmelade,
herzhaft gefüllt oder kreativ
neu interpretiert: Weitere
Palatschinkenideen finden
Sie unter [billa.at/
palatschinken](https://www.billa.at/palatschinken)

Zubereitung

1. Für die Palatschinken die Eier mit dem Salz in einer kleinen Schüssel verquirlen. Mehl mit Milch glatt rühren und die verquirlten Eier untermischen. Zu einem glatten Teig verarbeiten und mit Folie abgedeckt ca. 30 Minuten kalt stellen.

2. Währenddessen für die Füllung die Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl einstreuen und hell anschwitzen. Milch nach und nach unter Rühren mit dem Schneebesen dazugießen, Lorbeerblatt hineingeben und 5-10 Minuten köcheln lassen, bis die Béchamelsauce eingedickt ist. Lorbeerblatt entfernen, Sauce mit Salz, weißem Pfeffer und Muskat abschmecken und abkühlen lassen. Brie nach Belieben entrinden und in dünne Scheiben schneiden. Parmesan reiben.

3. 1 TL Butter in einer beschichteten Pfanne gut erhitzen und verteilen, einen Schöpflöffel Teig hineingeben und durch Schwenken gleichmäßig verteilen. Hitze etwas reduzieren und die Palatschinke auf beiden Seiten goldbraun backen. Weitere Palatschinken ebenso zubereiten. Fertige Palatschinken auf einem Teller stapeln und abkühlen lassen.

4. Backrohr auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Eine runde Backform (ca. 18 cm ø) mit Butter einfetten. Palatschinken auf der Arbeitsfläche leicht überlappend zu einem Rechteck auslegen und bis zum Rand mit der Béchamelsauce bestreichen. Gleichmäßig mit Brie und Rucola belegen, den geriebenen Parmesan (bis auf ca. 1 EL) darüberstreuen und den Belag andrücken. Salzen und pfeffern. Das belegte Rechteck in 6-7 cm breite Streifen schneiden. Einen Streifen einrollen und hochkant in die Mitte der Form stellen. Die restlichen Streifen spiralartig rundherum anlegen. Auf mittlerer Schiene ca. 20 Minuten backen, bis der Käse geschmolzen ist.

5. Palatschinkentorte mit dem restlichen Parmesan und Orangenabrieb bestreuen.

FAMILIE
Wohlfühlküche



→
Anstelle des Robiola
können Sie auch 100 g
Mascarpone mit 2 EL
Schlagobers und etwas
Salz glatt rühren und die
Crêpes damit füllen.

Crêpes

mit Robiola, Artischocken und Safranbutter

Pro Portion: 657 kcal | 13 g EW | 43 g KH | 46 g Fett | 3,6 BE



*Gesamtzeit: ca. 65 Min.

CRÊPES

200 g glattes Weizenmehl
2 Prisen Salz
400 ml Milch
ca. 70 g Butter

FÜLLUNG

200 g Artischockenherzen
(Abtropfgewicht)
2 Jungzwiebeln
40 g Butter
1 Prise Safran
2 EL Olivenöl
100 g Robiola
Salz, schwarzer Pfeffer
a. d. Mühle

ZUM GARNIEREN

½ Handvoll Petersilienblätter
2 EL geriebener Parmesan

Zubereitung

1. Für die Crêpes das Mehl in eine Schüssel sieben und mit dem Salz vermischen. Nach und nach die Milch unterrühren. Teig ca. 30 Minuten quellen lassen.

2. Währenddessen für die Füllung die abgetropften Artischockenherzen in schmale Spalten schneiden. Jungzwiebeln in Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Jungzwiebeln hell anschwitzen. Safran und 2–3 EL Wasser dazugeben und bei niedriger Hitze garen, bis die Butter eine schöne gelbe Farbe hat. Öl in einer zweiten Pfanne erhitzen und die Artischocken darin unter Wenden kurz braten, dann salzen und pfeffern.

3. Für die Crêpes das Backrohr auf 50 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. 30 g Butter schmelzen und in den gequollenen Teig einrühren. 1 TL Butter in einer beschichteten Pfanne gut erhitzen und verteilen. Einen kleinen Schöpflöffel Teig hineingeben und durch Schwenken gleichmäßig verteilen. Hitze etwas reduzieren und die Crêpe auf beiden Seiten goldbraun backen. Auf einen Teller geben und im Rohr warm halten. Weitere Crêpes ebenso herausbacken und warm halten.

4. Crêpes jeweils mit etwas Robiola und gebratenen Artischocken belegen und auf ein Viertel zusammenklappen. Anrichten, Safranbutter und Jungzwiebeln darauf verteilen und mit gehackter Petersilie und Parmesan garnieren.

Omis

Schmankerl von BILLA

JETZT NEU: OMIS – SCHMANKERL VON BILLA

Die neue Eigenmarke „Omیس – Schmankerl von BILLA“ bietet frische Fertiggerichte der traditionellen österreichischen Küche. Wohlfühlgerichte wie aus Omas Küche, die einfach und schnell zuzubereiten sind. Wie die Nusspalatschinken in Nougatcreme-Schoko-Sauce.*



Omیس Nusspalatschinken
Preis: 300 g, € 3,79

FAMILIE

Wohlfühlküche

Dazu passt hervorragend ein frischer Blattsalat, z. B. Simply Good Blütenspiel: Die essbaren Blüten können Sie auch zum Garnieren der Crêpes verwenden.



Palatschinken- pastete mit Fleischbällchen

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



Crêpes

mit Burrata, Erbsen und Garnelen

Pro Portion: 837 kcal | 36 g EW | 57 g KH | 49 g Fett | 4,8 BE



CRÊPES

- 40 g Butter
- 200 g glattes Weizenmehl
- 2 Eier (Größe M)
- 1 Prise Salz
- 300 ml Milch
- 100 ml prickelndes Mineralwasser
- ca. 2 EL neutrales Öl

FÜLLUNG

- 200 g mehligke Erdäpfel
- 350 g tiefgekühlte Erbsen
- 100 ml Milch
- 2 EL Butter
- 300 g vorgegarte Garnelen
- 2 EL Olivenöl + Öl zum Beträufeln
- 200 g Burrata
- 2 EL Dilleföhnchen
- Salz, gemahlener weißer Pfeffer

Zubereitung

1. Für die Crêpes die Butter schmelzen. Mehl mit Eiern, Salz, Milch, Mineralwasser und flüssiger Butter verquirlen und ca. 25 Minuten rasten lassen.
2. Währenddessen für die Füllung die Erdäpfel schälen und würfeln. In Salzwasser ca. 20 Minuten weich kochen, in den letzten 5 Minuten 250 g Erbsen mitgaren. Alles abseihen, abtropfen lassen, wieder in den Topf geben und fein zerstampfen. Milch erhitzen und mit der Butter unter das Püree mischen. Mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken und warm halten.
3. Für die Crêpes das Backrohr auf 50 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Etwas neutrales Öl in einer beschichteten Pfanne gut erhitzen und einen Schöpflöffel Teig dünn darin verteilen. Hitze etwas reduzieren und die Crêpe auf beiden Seiten goldbraun backen. Auf einen Teller geben und im Rohr warm halten. Weitere Crêpes ebenso herausbacken und warm halten.
4. Für die Füllung 100 g Erbsen in kochendem Salzwasser 2–3 Minuten garen. Abseihen und abtropfen lassen. Garnelen kalt abspülen und trocken tupfen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Garnelen darin kurz schwenken und mit Salz und weißem Pfeffer würzen.
5. Crêpes jeweils zur Hälfte mit Erbsenpüree bestreichen. Das cremige Innere der Burrata zerzupfen und auf dem Püree verteilen (das Äußere der Burrata nach Belieben ebenfalls dazugeben oder anderweitig verwenden). Mit Erbsen und Garnelen belegen, mit Olivenöl beträufeln und mit gehackter Dille bestreuen. Crêpes über der Füllung einklappen.



BILLA GOOD FOOD BOARD

easy eating mit Ursula Vybiral und Nicole Mayr

Die beiden Ernährungsberaterinnen Ursula Vybiral und Nicole Mayr zeigen beim BILLA GOOD FOOD BOARD, dass gutes, bewusstes Essen keinen Verzicht bedeutet, sondern Lebensqualität und Genuss.

4 Fragen an: URSULA VYBIRAL UND NICOLE MAYR

Was ist euer Zugang als Ernährungsberaterinnen?

Ernährung darf leicht sein. Wir vermitteln mit unseren Rezepten und großartigen Produkten einen entspannten Zugang zum täglichen Essen.

Wie gelingt euch bewusste Ernährung im Arbeitsalltag?

Planung ist der Schlüssel: Wir starten zum Beispiel mit einem Skyr-Granola-Frühstück. Mittags achten wir auf eine ausgewogene Kombination: viel Gemüse, Eiweiß, gute Kohlenhydrate. Snacks brauchen wir nicht, weil die Hauptmahlzeiten satt und zufrieden machen.

Gibt es Tipps, um den Wohlfühlkörper zu behalten?

Ja, und sie sind simpel: Struktur und Plan in den Alltag reinbringen. Drei

gute Mahlzeiten am Tag und die richtigen Kohlenhydrate zur richtigen Zeit. Bewegung regelmäßig einbauen, aber ohne Druck. Viel Wasser trinken, Alkohol bewusst genießen. Wenn mal über die Stränge geschlagen wird, am nächsten Tag einfach zurück in die Routine, kein Drama draus machen.

Welche Tipps habt ihr, die Ernährung an die Zyklusphasen anzupassen?

In der ersten Zyklushälfte darf es leichter sein: frisches Gemüse, pflanzliche Proteine, weniger Kohlenhydrate. In der zweiten Zyklushälfte steigt oft der Appetit – hier empfehlen wir sättigende Mahlzeiten mit mehr Eiweiß und guten Fetten. Rund um die Menstruation achten wir auf eisenreiche Lebensmittel (z. B. Linsen, Spinat) und warme, wohltuende Speisen. Der Körper zeigt genau, was er braucht.

DAS BILLA GOOD FOOD BOARD

Ob pflanzlicher Lebensstil, biologische Lebensmittel oder ressourcenschonende Küche – die erfahrenen BILLA GOOD FOOD BOARD Expert:innen aus Ernährung, Gastronomie und Sport teilen ihr Wissen und stehen beim Einkauf und Kochen mit wertvollen Tipps und Tricks zur Seite. Lernen Sie die Expert:innen-Runde kennen und erfahren Sie mehr unter: billa.at/goodfoodboard

AUTUMN SALAD

Pro Portion: 617 kcal | 25 g EW
62 g KH | 28 g Fett | 5,2 BE



3

Portionen



40 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 55 Min.

- 100 g Buchweizen oder Bulgur
- 1 kleiner Kürbis (z. B. Hokkaido)
- ½ kleiner Brokkoli
- 2 EL Olivenöl
- 4 EL griechisches Joghurt
- ½ Bio-Orange (Abrieb + Saft)
- 3 EL Condimento bianco
- ½ Rotkraut
- 1 rote Zwiebel
- 1 Selleriestange
- 1 Handvoll Vogerlsalat
- 1 Beet Sprossen (z. B. Radieschen- oder Brokkolisprossen)
- je ½ Handvoll Walnuss- und Kürbiskerne
- 1 Ziegenfrischkäserolle
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

Zubereitung

1. Buchweizen bzw. Bulgur nach Packungsanleitung garen.

2. Währenddessen den Kürbis ggf. schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Brokkoli fein schneiden. Backrohr auf 200 °C (Umluft) vorheizen.

3. Zwei Backbleche mit Backpapier auslegen, auf ein Blech Kürbis und Brokkoli geben, auf dem anderen den gegarten Buchweizen bzw. Bulgur dünn ausbreiten. Jeweils 1 EL Olivenöl darüberträufeln, salzen und

pfeffern. Im Rohr 20–25 Minuten backen, Buchweizen bzw. Bulgur nach 15 Minuten wenden.

4. Währenddessen Joghurt, Orangensaft, Condimento bianco, Salz und Pfeffer verrühren. Rotkraut in dünne Streifen hobeln oder schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Sellerie in Scheiben schneiden.

5. Vogerlsalat in eine große Schüssel geben. Mit Sellerie, Rotkraut, Sprossen und Ofengemüse vermischen. Buchweizen bzw. Bulgur dazugeben und Joghurtmarinade untermischen. Salat anrichten und mit Walnüssen, Kürbiskernen und Orangenabrieb garnieren. Ziegenkäse in Taler schneiden und auf den Salat legen.



MITMACHEN UND GEWINNEN

Wir verlosen
10 x 1 Eintritt für den
Wechselweise MenoDay
am 19. 10. 2025 im
Palais Niederösterreich
in Wien!

Wechselweise MenoDay am 19. Oktober mit unseren BILLA GOOD FOOD BOARD Expertinnen

Gewinnen Sie eine von zehn Eintrittskarten und treffen Sie Ursula Vybiral und Nicole Mayr beim Workshop zum Thema „Good Food, Good Mood: Essen, das Frauen im Wechsel guttut“ sowie beim Panel-Talk „Proteine über alles? Was dein Körper im Wechsel wirklich braucht“.

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

Einsendeschluss: 10. 10. 2025, **Gewinnwert:** € 39. Alle weiteren Infos zur Teilnahme auf Seite 172!

Einen Vorgeschmack gibt es auf: [wechselweise.net/menoday](https://www.wechselweise.net/menoday)

Spicy Udon Nudeln

Für 2 Personen

Shan'shi Zutaten:

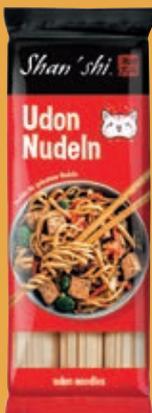
- 2 EL Erdnussöl
- 2 TL Sambal Oelek
- Ein Schuss Sojasauce
- 2 Rollen Udon Nudeln
- 1 EL Reissessig

Weitere Zutaten:

- 200 g Champignons, in Scheiben geschnitten
- 4 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 150 ml Schlagobers
- 1 TL Zucker
- BBQ Seaweed Flocken
- Sesam



EINKAUFSTIPP



Die dicken Udon Nudeln sind typisch für Japan und werden gerne in Suppen und Wokgerichten verwendet.

Zubereitung:

1. Udon Nudeln nach Packungsanleitung kochen, abgießen und beiseitestellen.
2. Anschließend Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Champignonscheiben darin anbraten, bis sie etwas braun werden und Röstaromen entwickeln. Dann fein gehackte Knoblauchzehen zu den Champignons geben und kurz mitbraten.
3. Danach mit 1 EL Reissessig ablöschen und 100 ml Schlagobers hinzufügen. Sambal Oelek einrühren. Dann 1 TL Zucker und einen Schuss Sojasauce zum Abschmecken hinzufügen.
4. Die gekochten Udon Nudeln gut mit der Sauce vermengen.
5. Die Nudeln auf einem Teller verteilen und mit BBQ Seaweed Flocken sowie Sesam garnieren.



... hier geht's zur Videoanleitung





**MARONI-SCHUPFNUDELN
MIT GEBRATENER BIRNE**



**RICOTTA-SPINAT-TORTELLONI
MIT FORELLENFILET UND -KAVIAR**



EINFACH & BLITZSCHNELL

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



**ENTENFILET
MIT APFELROTKRAUT UND SEMMELKNÖDELN**



**TAGLIATELLE
MIT KOHLSPROSSEN UND CHORIZO**

FAMILIE

Schnelle Küche



MARONI-SCHUPFNUDELN

mit gebratener Birne

Pro Portion: 551 kcal | 7 g EW | 73 g KH | 24 g Fett | 6,1 BE



2

Portionen



20 Min.



- 1 Prise Salz
- 1 Prise Kristallzucker
- 250 g Schupfnudeln
- 2 Würfel tiefgekühltes Maronipüree (62,5 g)
- 2 TL Butter
- 1 Birne (z. B. November)
- 50 g gegarte Maroni
- 100 ml Schlagobers
- 1 Prise gemahlener Zimt

SCHNELLE ZUTATEN



SIMPLY GOOD SCHUPFNUDELN

Preis: 500 g, € 3,19



BILLA IMMER GUT MARONI GESCHÄLT & GEGART

Preis: 250 g, € 4,79

Zubereitung

1. Wasser in einem Topf aufkochen, salzen, zuckern und die Schupfnudeln darin kochen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Abseihen, dabei etwas Kochwasser auffangen.
2. Maronipüree mit Kochwasser und 1 TL Butter in einer Pfanne erwärmen, bis das Püree weich ist. Schupfnudeln unterheben.
3. Birne schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Birnenspalten und Maroni in einer Pfanne mit 1 TL Butter anbraten. Unter die Schupfnudeln heben.
4. Obers steif schlagen. Maroni-Birnen-Schupfnudeln mit Obers anrichten. Mit Zimt bestreuen.



RICOTTA-SPINAT-TORTELLONI

mit Forellenfilet und -kaviar

Pro Portion: 683 kcal | 28 g EW | 68 g KH | 31 g Fett | 5,7 BE



4

Portionen



20 Min.



- 1 EL Butter
- 500 g Ricotta-Spinat-Tortelloni
- 2 tiefgekühlte Forellenfilets
- 250 ml Schlagobers
- 1 EL Forellenkaviar
- 2 EL Dillefähnchen
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

SCHNELLE ZUTATEN



CLEVER TORTELLONI MIT RICOTTA & SPINAT

Preis: 250 g, € 0,99



JA! NATÜRLICH BIO-SCHLAGOBERS 36 %

Preis: 250 ml, € 1,89

Zubereitung

1. Butter in einer Pfanne schmelzen und die Tortelloni darin kurz anbraten. Einen Schuss Wasser dazugeben und zugedeckt ca. 5 Minuten köcheln lassen.
2. Forellenfilets kalt abspülen und in Stücke schneiden. Obers zu den Tortelloni gießen, Fischstücke in die Sauce legen und köcheln lassen, bis sie gar sind. Salzen und pfeffern.
3. Tortelloni und Forellenstücke aus der Oberssauce nehmen und anrichten. Kaviar unter die Sauce in der Pfanne rühren und über Tortelloni und Fisch gießen. Mit Dille garnieren.

MIT NUR
5
ZUTATEN



ENTENFILET

mit Apfelrotkraut und Semmelknödeln

Pro Portion: 588 kcal | 29 g EW | 60 g KH | 24 g Fett | 5 BE



* Gesamtzeit: ca. 30 Min.

- 8 Semmelknödel im Kochbeutel
- 2 Pkg. Sous-vide-Entenfilet (480 g)
- 450 g tiefgekühltes iglo Rotkraut mit Apfel
- 2 Äpfel (z. B. Arlet)
- 3 EL Ahornsirup

SCHNELLE ZUTATEN



IGLO
ROTKRAUT MIT APFEL
TIEFGEKÜHLT
Preis: 450 g, € 3,99



JA! NATÜRLICH
BIO-SOUS-VIDE-
ENTENFILET
Preis: 240 g, € 9,99

Zubereitung

1. Semmelknödel nach Packungsanleitung zubereiten.
2. Währenddessen das Backrohr auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Entenfilets aus dem Beutel nehmen, auf ein Backblech setzen und auf mittlerer Schiene ca. 13 Minuten braten. Rotkraut in einem Topf erhitzen.
3. Äpfel schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Mit Ahornsirup in einer Pfanne schwenken.
4. Knödel aus dem Topf nehmen, kalt abschrecken und die Folie entfernen. Entenfilets in Scheiben schneiden und mit Knödeln, Rotkraut und Apfelspalten anrichten.

IDEAL FÜR
1
PERSON



TAGLIATELLE

mit Kohlsprossen und Chorizo

Pro Portion: 682 kcal | 35 g EW | 77 g KH | 24 g Fett | 6,4 BE



- 100 g Tagliatelle
- 150 g tiefgekühlte iglo Kohlsprossen
- 1 EL tiefgekühlte gehackte Zwiebel
- 1 TL Butter
- 40 g Chorizo in feinen Scheiben
- 20 g Parmesan
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

SCHNELLE ZUTATEN



IGLO
KOHLSPROSSEN
TIEFGEKÜHLT
Preis: 400 g, € 4,19



BILLA BIO
PARMIGIANO REGGIANO
Preis: 150 g, € 5,49

Zubereitung

1. Tagliatelle in Salzwasser nach Packungsanleitung kochen.
2. Währenddessen Kohlsprossen und Zwiebel mit Butter und einem Spritzer Wasser in einer Pfanne erhitzen, bis die Kohlsprossen aufgetaut und leicht angebraten sind. Chorizo zugeben und leicht knusprig braten. Parmesan in Späne hobeln.
3. Tagliatelle abseihen, dabei etwas Kochwasser auffangen. Tagliatelle zu den Kohlsprossen in die Pfanne geben und Kochwasser untermischen. Pasta mit Salz und Pfeffer abschmecken, anrichten und mit Parmesan garnieren.

BILLA

Mitarbeiter:innen laden ein

Als Vertriebsleiterin steht für Heidrun Puscher die Kund:innen-zufriedenheit im Vordergrund. Privat kocht die BILLA Mitarbeiterin gerne im großen Stil für ihre Gäste auf.

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



A Der Tag startet im Außendienst. Heidrun Puscher fährt die BILLA Märkte an.

B Vor Ort bespricht sie Sortimente, verkaufsfördernde Maßnahmen und weitere strategische Fragen.



HEIDRUN PUSCHER im Interview

Was mögen Sie an Ihrem Aufgabenbereich besonders?

Dass er so abwechslungsreich ist. Meine Hauptaufgabe ist es, den Außendienst zu führen, zu coachen und weiterzuentwickeln sowie Ideen für unser Kund:innenerlebnis einzubringen. Außerdem arbeite ich strategisch als Schnittstelle mit den Abteilungen Regionalität und Marketing. Die Zusammenarbeit mit meinen acht Mitarbeiter:innen und rund 1.400 Kolleg:innen in meinen zugeordneten 57 Märkten sowie das Netzwerken mit externen Institutionen in den Bezirken machen mir viel Spaß.

Welche Eigenschaften braucht man als Vertriebsleiter:in?

Organisationsfähigkeit ist ein großer Vorteil. Strukturiertes Arbeiten, Führungsfähigkeit, Flexibilität und kund:innenorientiertes Denken sind wichtig. Da man mit unterschiedlichen Herausforderungen konfrontiert ist, braucht es eine lösungsorientierte



STECKBRIEF

Heidrun Puscher

•
Vertriebsleiterin für
BILLA in Wien und
Niederösterreich

•
seit 12 Jahren
bei BILLA

Einstellung und Durchsetzungsvermögen.

Gibt es ein Projekt, auf das Sie besonders stolz sind?

Im Juni hat zum zweiten Mal unsere interne Regionalitätsmesse für NÖ/Bgld./Wien stattgefunden, für deren Organisation ich verantwortlich war. Rund 1.000 Mitarbeiter:innen haben sie genutzt, um sich mit rund 100 Lieferant:innen zu vernetzen – ein toller Erfolg, der schlussendlich in den Märkten für unsere Kund:innen spürbar wird.

Warum stellen Sie dieses Rezept vor?

Ich liebe Italien und koche das Gericht gerne für Freunde und Familie.



FAMILIE

Zu Besuch bei BILLA



- C** Mit dem Marktmanagement macht sie sich ein Bild von der Umsetzung.
- D** Auch der Blick auf die Zahlen zählt zu Heidrun Puschers Arbeitsalltag.



Risotto alla zucca Kürbisrisotto

Pro Portion: 681 kcal | 20 g EW
94 g KH | 23 g Fett | 7,8 BE



4
Portionen



60 Min.



- 100 g gelbe Zwiebel
- 2 EL Olivenöl extra vergine
- 1,5 l Gemüsesuppe
- 750 g Hokkaidokürbis
- 320 g Risottoreis
(z. B. Carnaroli)
- 60 ml Weißwein
- 80 g Parmesan
- 50 g Butter
- Salz, schwarzer Pfeffer
a. d. Mühle

Zubereitung

- 1.** Zwiebel schälen und fein hacken. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebel darin bei niedriger Hitze ca. 10 Minuten anschwitzen, 1 Prise Salz hinzufügen, damit die Flüssigkeit besser entweichen kann.
- 2.** Währenddessen Suppe erhitzen. Kürbis halbieren, schälen und entkernen. Das Fruchtfleisch in Scheiben schneiden und würfeln (ergibt ca. 600 g).
- 3.** Kürbis in die Pfanne geben und einige Minuten unter Rühren anbraten. Einen Schöpfer Suppe zugießen. Kürbis unter wiederholter Zugabe von Suppe ca. 20 Minuten zart und cremig garen.
- 4.** Eine zweite Pfanne erhitzen, Reis darin ohne Fett 2–3 Minuten bei starker Hitze unter Rühren rösten. Mit Wein ablöschen und umrühren.

Sobald der Wein verdunstet, Reis zum Kürbis in die Pfanne geben. Unter ständigem Rühren und wiederholter Zugabe von Suppe 15–20 Minuten garen.

5. Parmesan reiben. Sobald das Risotto die passende flüssige Konsistenz erreicht hat, den Herd ausschalten. Butter und den Großteil des Parmesans einrühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Kürbisrisotto 1–2 Minuten rasten lassen, dann mit Parmesan bestreut servieren.





MEHRWOHL
HENDL



BEIM TIERWOHL SETZEN WIR AUF MEHRWOHL.



- ♥ MEHR Zeit zum Heranwachsen
- ♥ MEHR Platz und Bewegung
- ✓ Natürliches Tageslicht
- ✓ Gentechnikfreies Futter
- ✓ Regionale Partner:innen

Bereits 2013 starteten wir mit unserer Tierwohl-Initiative. Das „Fair zum Tier!“-Programm wird auch jetzt noch laufend weiterentwickelt.

Alles Wissenswerte auf hofstaedter.at/fair-zum-tier

EINE EXKLUSIV-MARKE FÜR

BILLA & BILLA PLUS



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



Schmorfreude

Im Schmortopf beziehungsweise Bräter zubereitet wird heimisches Frischfleisch aus Tierwohlhaltung zum reinsten Comfortfood für den Herbst.



100% Qualität aus Österreich

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

FAMILIE
Kochen mit Fleisch



Eine perfekte und einfache Beilage dazu sind Brat-erdäpfel mit etwas Petersilie.





Geschmorter Zwiebelrostbraten

Pro Portion: 566 kcal | 60 g EW | 10 g KH | 30 g Fett | 0,8 BE



4

Portionen



30 Min.*



Zubereitung

*Gesamtzeit: ca. 2 Std.

- 1 kg Hofstädter „Fair zum Tier!“ ALMO Rostbraten*
- 2 EL Dijonsenf
- 2 EL griffiges Weizenmehl
- 2 EL Butterschmalz
- 3 gelbe Zwiebeln
- 1 l Rindsuppe
- 4 Salzgurken
- 4 TL Estragonsenf
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

*Dieses Produkt ist nur bei BILLA PLUS erhältlich.

1. Fleisch trocken tupfen. In 4 Scheiben schneiden, leicht klopfen, mit Dijonsenf bestreichen, salzen, pfeffern und im Mehl wenden. 1 EL Butterschmalz in einem Bräter erhitzen, Rostbratenscheiben darin auf beiden Seiten anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.

2. Zwiebeln schälen und in nicht zu feine Scheiben schneiden. 1 EL Butterschmalz im Bräter erhitzen, die Zwiebeln darin bei niedriger Hitze anschwitzen.

3. Rostbraten zurück in den Bräter geben. Suppe angießen und aufkochen. Das Fleisch zugedeckt ca. 90 Minuten bei niedriger Hitze weich schmoren.

4. Salzgurken fächerartig einschneiden.

5. Zwiebelrostbraten mit Salzgurken und Estragonsenf anrichten.



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

Gedünstete Schweinsschnitzel

auf mediterrane Art

Pro Portion: 354 kcal | 38 g EW | 12 g KH | 16 g Fett | 1 BE



4

Portionen



35 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 90 Min.

- 4 Hofstädter „Fair zum Tier!“ STROHwohl Schweinsschnitzel geschnitten
- 4 Knoblauchzehen
- 4 EL Olivenöl
- 2 Rosmarinzweige
- 1 Zucchini
- 1 kleine Melanzani
- 1 roter Paprika
- 1 gelbe Zwiebel
- 2 Thymianzweige
- 1 Lorbeerblatt
- 200 g Cherrytomaten
- 100 ml Weißwein
- ca. 1 l Rindsuppe
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

Zubereitung

1. Schweinsschnitzel trocken tupfen, leicht klopfen, salzen und pfeffern. 3 Knoblauchzehen mit der Hand oder dem Messer leicht zerdrücken. 2 EL Öl in einem Bräter erhitzen und die Schweinsschnitzel darin auf beiden Seiten mit zerdrücktem Knoblauch und 1 Rosmarinzweig anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.

2. Zucchini längs halbieren und in Scheiben schneiden. Melanzani längs vierteln und in Scheiben schneiden. Paprika in Streifen schneiden. Zwiebel und 1 Knoblauchzehe schälen und in feine Streifen schneiden. Thymian, Lorbeer und 1 Rosmarinzweig zu einem Bouquet garni zusammenbinden. Tomaten halbieren.

3. 2 EL Öl im Bräter erhitzen, Gemüse, Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Wein, Bouquet garni und Tomaten dazugeben und ca. 2 Minuten einkochen lassen. Suppe dazugießen und zugedeckt ca. 60 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch schön weich ist. Evtl. noch etwas Rindsuppe ergänzen.

4. Schnitzel und Gemüse anrichten und servieren.

Den Wein können Sie durch entsprechend mehr Suppe und einen Spritzer Zitronensaft ersetzen.

SALAT MIT SCHNITZELSTREIFEN

Restliche Schnitzel können Sie am nächsten Tag in Streifen schneiden, salzen, pfeffern, anbraten und auf einem gemischten Salat servieren.



Dazu passen sehr gut
in Butter gebratene
Rosmarinerdäpfel.

FAMILIE

Kochen mit Fleisch

Eine wunderbare Beilage dazu ist Erbsenreis. Einfach Tiefkühl-Erbsen und etwas Butter unter Langkornreis mischen und erwärmen.



Chicken Parmesan aus dem Ofen

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





Putenrouladen

mit Prosciutto, Mozzarella und Rucola

Pro Portion: 409 kcal | 45 g EW | 7 g KH | 21 g Fett | 0,6 BE



4

Portionen



40 Min.*



Zubereitung

*Gesamtzeit: ca. 60 Min.

- 4 Hofstädter „Fair zum Tier!“ SONNwohl Putenschnitzel
- 1 Bio-Zitrone (Abrieb)
- 125 g Mozzarella
- 4 Scheiben Prosciutto crudo
- 50 g Rucola
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Salbeizweige
- 4 EL Butter
- 1 große gelbe Zwiebel
- 1 EL Tomatenmark
- 2 EL Paprikapulver
- 150 ml Weißwein
- 250 ml Gemüsesuppe
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

Statt Wein können Sie auch entsprechend mehr Suppe und einen Spritzer Zitronensaft verwenden.

- 1.** Putenschnitzel kalt abspülen und trocken tupfen. Leicht klopfen, salzen, pfeffern und mit der Hälfte des Zitronenabriebs bestreuen.
- 2.** Mozzarella in Scheiben schneiden, mit Prosciutto und Rucola auf den Schnitzeln verteilen. Straff zu Rouladen zusammenrollen und mit Küchengarn oder Zahnstochern fixieren.
- 3.** Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Rouladen mit Knoblauch und Salbei in einem Bräter in 2 EL Butter leicht anbraten. Restlichen Zitronenabrieb dazugeben. Herausnehmen und beiseitestellen.
- 4.** Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. 2 EL Butter im Bräter erhitzen, Zwiebel darin langsam anschwitzen.
- 5.** Tomatenmark unter die Zwiebelstreifen rühren. Paprikapulver dazugeben, mit Wein ablöschen und leicht einkochen lassen. Suppe dazugießen, Rouladen einlegen und zugedeckt ca. 20 Minuten garen.
- 6.** Rouladen aufschneiden und mit Sauce, angebratenem Salbei und Knoblauch anrichten.

PROFITIPP VON JOHANN REISENHOFER

Fleischer bei BILLA Corso in Graz

„Die richtige Garzeit ist sehr wichtig. Geflügel muss immer durchgegart sein. Schweinefleisch kann man leicht rosa genießen und Rind kann auch blutig sein.“





Polpette mit Ziegenkäse in Kapern-Tomatensauce

Pro Portion: 822 kcal | 52 g EW | 17 g KH | 58 g Fett | 1,4 BE



4

Portionen



35 Min.*



Zubereitung

*Gesamtzeit: ca. 50 Min.

- 50 g Semmelwürfel
- 200 ml Milch
- 40 g Pecorino
- 120 g halbfester Ziegenschnittkäse
- 770 g Hofstädter „Fair zum Tier!“ STROHwohl und ALMO gemischtes Faschiertes
- 2 Eier (Größe M)
- 4 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund Petersilie
- 400 g gehackte Tomaten (Dose)
- 65 g Kapern in Lake
- 1 TL Kristallzucker
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

1. Semmelwürfel 10 Minuten in Milch einweichen.

2. Währenddessen Pecorino fein reiben, Ziegenkäse in feine Würfel schneiden.

3. Eingeweichte Semmelwürfel mit einem Schneebesen gut verschlagen und mit dem Faschierten vermischen. Eier, Salz und Pfeffer dazugeben und alles gut miteinander vermischen. Zu ca. 30 Bällchen formen.

4. 2 EL Öl in einem Bräter erhitzen und die Polpette darin rundum anbraten. Herausnehmen und beiseite stellen.

5. Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilienblätter abzupfen und grob hacken. 2 EL Öl im Bräter erhitzen, Knoblauch darin anschwitzen. Gehackte Tomaten und Kapern samt Lake dazugeben. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Polpette einlegen und ca. 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

6. Polpette mit Pfeffer und Petersilie bestreuen und servieren.



FAMILIE
Kochen mit Fleisch

Servieren Sie dazu
als Beilage eine
cremige Polenta!



FAMILIE
Kochen mit Fleisch

Braten Sie als Beilage Tortilla-
wraps in einer Pfanne ohne Öl
kurz an. Zum Servieren in kleinere
Stücke schneiden.





Caldo de Res

Mexikanischer Rindsuppentopf

Pro Portion: 406 kcal | 40 g EW | 16 g KH
19 g Fett | 1,3 BE



4

Portionen



35 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 1¼ Std.

- 1 Knoblauchzehe
- 500 g Hofstädter „Fair zum Tier!“ ALMO Rindsgulaschfleisch würfelig*
- 1,5 l Rindsuppe
- ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- ½ TL getrockneter Oregano
- ½ TL getrockneter Thymian
- 1 Karotte
- 1 gegarter Maiskolben
- 250 g Weißkraut
- 1 Zucchini
- 1 Limette
- 1 Bund Koriander
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

Zubereitung

1. Knoblauch schälen, Gulaschfleisch trocken tupfen. Suppe in einem Bräter aufkochen, Knoblauch und Fleisch dazugeben. Erneut aufkochen und dann Kreuzkümmel, Oregano und Thymian dazugeben. Zugedeckt ca. 90 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist.
2. Währenddessen Karotte schälen und in Scheiben schneiden. Maiskolben in Scheiben, Kraut in Spalten schneiden. Zucchini längs vierteln und in Stücke schneiden. Limette in Spalten schneiden, Koriander grob hacken.
3. Wenn das Fleisch weich ist, Karotte, Mais und Kraut in den Bräter geben und 10 Minuten mit dem Fleisch köcheln lassen. Zucchini dazugeben, weitere 3 Minuten köcheln lassen.
4. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anrichten, mit Koriander bestreuen und mit Limettenspalten zum Ausdrücken servieren.

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



GENAU MEIN KAFFEE!

KAFFEEWÜRFEL

ZUTATEN FÜR 50 STÜCK

- 250 g QimiQ Classic
- 250 g Dunkle Schokolade
- 2 cl Cognac
- 15 g Löskaffeepulver
- Backoblaten (120 x 200 mm)

1. QimiQ Classic mit der Schokolade schmelzen.
2. Cognac und Löskaffeepulver dazumischen.
3. Die Masse abwechselnd mit den Oblaten in eine Form schichten, beschweren und über Nacht kühlen.
4. In Würfel (ca. 2,5 x 2,5 cm) schneiden.
5. Gekühlt lagern.

TIPP: Statt Cognac kann auch Baileys oder Orangenlikör verwendet werden.



the cream
base company



www.QimiQ.com



2 KÖSTLICHE IDEEN

Süße Küche

mit Manner Snack Minis

Erst knusprig, dann cremig und natürlich herrlich schokoladig – die Manner Snack Minis sind vielschichtig wie das Leben und sorgen für viele knusprige Genussmomente. Snack Minis, feel maxi!

Schoko-Biskuitroulade

mit Manner Snack Minis Milch-Schoko

Pro Stück: 362 kcal | 8 g EW | 35 g KH | 20 g Fett | 2,9 BE



1

Roulade**



45 Min.*



*exkl. Kühlzeit ** 8 Stücke

BISKUITTEIG

- 4 Eier (Größe M)
- 50 g Feinkristallzucker
- 60 g glattes Weizenmehl
- 20 g Speisestärke
- 2 EL Kakaopulver
- 1 TL Backpulver

FÜLLUNG

- 100 g Mascarpone
- 100 g Magertopfen
- 125 g Feinkristallzucker
- 200 ml Schlagobers
- 6-10 Manner Snack Minis Milch-Schoko

Zubereitung

1. Für den Biskuitteig das Backrohr auf 180°C (Umluft) vorheizen. Eier trennen und Eiklar mit 20 g Zucker steif schlagen. Dotter mit 30 g Zucker schaumig schlagen und ein Drittel des Eischnees vorsichtig unterheben. Mehl, Speisestärke, Kakao- und Backpulver vermischen und abwechselnd mit dem restlichen Eischnee unter die Dottermasse rühren.

2. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Masse ca. 1 cm dick rechteckig aufstreichen und auf mittlerer Schiene ca. 10 Minuten backen.

3. Den Biskuitteig noch heiß auf ein feuchtes und steriles Geschirrtuch oder auf Frischhaltefolie stürzen und das Backpapier abziehen. Den Teig mitsamt dem Tuch bzw. der Folie von der Längsseite her einrollen und die Rolle abkühlen lassen.

4. Währenddessen für die Füllung Mascarpone, Topfen und Zucker vermischen. Obers steif schlagen und unter die Mascarpone-Topfen-Creme rühren. Snack Minis fein hacken.

5. Biskuitroulade wieder aufrollen, Creme daraufstreichen und mit den gehackten Snack Minis bestreuen. Roulade wieder einrollen und mind. 30 Minuten kalt stellen.

Als Deko können Sie noch etwas übrig gebliebene Creme auf die Roulade streichen und diese mit gehackten Snack Minis und Himbeeren dekorieren.



Unsere Empfehlung aus dem BILLA Sortiment:
**MANNER SNACK MINIS
MILCH-HASELNUSS ODER MILCH-SCHOKO**
Preis: 3 x 75 g, € 3,49



KEKSI ODER SAURES!



BOOH!



Dragee
Keksi

Keksi geht immer



FAMILIE

Promotion: 1 Produkt, 2 Rezepte

Himbeer- dessert im Glas

mit Manner Snack
Minis Milch-Haselnuss

Pro Portion: 482 kcal | 8 g EW
28 g KH | 36 g Fett | 2,4 BE



4

Portionen



15 Min.*



*exkl. Kühlzeit

- 75 g Manner Snack Minis Milch-Haselnuss
- 250 g Himbeeren
- 2 EL Ahornsirup
- 1 Bio-Zitrone
- 100 ml Schlagobers
- 200 g Mascarpone
- 100 g Topfen
- 2 EL Staubzucker
- Minzblätter zum Garnieren

Zubereitung

1. Snack Minis hacken. Himbeeren mit Ahornsirup vermengen. Zitronenschale fein abreiben, 1 Zitronenscheibe abschneiden und vierteln.
2. Obers steif schlagen und mit Mascarpone, Topfen, Zitronenabrieb, 1 Spritzer Zitronensaft sowie Staubzucker mischen.
3. Himbeeren und gehackte Snack Minis (bis auf je 4 Stück) auf Dessertgläser verteilen. Mascarponecreme daraufgeben. Mit je 1 Himbeere garnieren und mind. 30 Minuten kalt stellen.
4. Desserts vor dem Servieren mit restlichen Snack Minis, Minze und Zitronenspalten garnieren.

2



Preisänderungen vorbehalten.

BILLA VORTEILE IN DER JÖ ÄPP

DIGITALE
RECHNUNG



JÖ ÄPP
EXTREM
BON

9 RABATT-
PICKERL



VORTEILSBONS
U.V.M. IN DER JÖ ÄPP

MIT JÖ ÄPP
NOCH MEHR
SPAREN!

BILLA BILLA PLUS



EXKLUSIV FÜR JÖ MITGLIEDER

VOLLER LEBEN.



Maria
Angelini-Santner
präsentiert

BILLA
immer gut

Statt weißer Bohnen können
Sie auch andere vorgegarte
Bohnen verwenden,
wie Käfer- oder Kidneybohnen.

AUF VORRAT

**einmal
kochen,
viermal essen**

Marinierte Bohnen sind eine
köstliche Abkürzung –
zu sättigenden Salaten
genauso wie zu herzhaften
Suppen, Aufläufen
und Eintöpfen.

KLAPPT
SUPER MIT



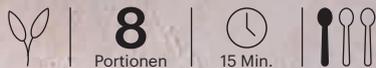
**BILLA IMMER GUT
WEISSE BOHNEN**

Preis: 326g, € 1,49

GRUNDREZPT

Marinierte Bohnen

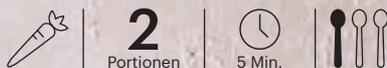
Pro Portion Grundrezept: 221 kcal
12 EW | 26 g KH | 7 g Fett | 2,2 BE



- 4 gelbe Zwiebeln
- 50 ml Olivenöl
- 6 Knoblauchzehen
- 4 Dosen weiße Bohnen (à 326 g)
- 250 g Jungspinat
- 2 Bio-Zitronen (Abrieb und Saft)
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

BOHNENSALAT

Pro Portion Bohnensalat: 673 kcal
34 g EW | 28 g KH | 45 g Fett | 2,3 BE



- ¼ Grundrezept marinierte Bohnen
- 2 EL Olivenöl
- 250 g Mozzarella
- 3 EL Kalamata-Oliven ohne Kern

Zubereitung

1. Für das Grundrezept Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Öl in einem breiten Topf erhitzen und die Zwiebeln darin langsam anbraten, bis sie hell karamellisiert sind. Knoblauch schälen, fein hacken, zu den Zwiebeln geben und kurz mitbraten.
2. Bohnen in einem Sieb kalt abspülen. Topf vom Herd nehmen, Bohnen und Spinat hineingeben. Mit Zitronenabrieb und -saft, Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Für den Bohnensalat die marinierten Bohnen mit Öl vermengen und in Schüsseln füllen. Mozzarella daraufsetzen. Oliven grob hacken oder zerzupfen und auf dem Salat verteilen.

Preisänderungen vorbehalten.

DREIMAL ANDERS



MEDITERRANES
BOHNEN-GEMÜSE-
GRATIN



FRIJOLÉS
BORRACHOS -
BETRUNKENE
BOHNEN



BOHNENSUPPE MIT
CRISPY PULLED
CHICKEN

EINTÖNIG? Nicht die Bohne

Warm oder kalt, mit Käse oder Hendl kombiniert, im Backrohr gratiniert oder im Topf geschmort – marinierte Bohnen sind echte Verwandlungskünstler.

Gegarte Bohnen aus dem Glas oder der Dose sind die ideale Zutat für Gerichte, die satt machen. Wir mischen weiße Bohnen mit Jungspinat und sorgen mit karamellisierten Zwiebeln, Knoblauch und Zitrone für geschmacklichen Pepp. Mozzarella und Kalamata-Oliven machen den Salatgenuss komplett.

Alles in einem Topf

Von marinierten Bohnen ist es zur sämigen Bohnensuppe nicht weit: Die Basis einfach mit Tomatenmark verfeinern, mit Weißwein und Gemüsefond aufkochen und mit Karotten und Lauch abrunden. Noch herzhafter wird der Suppentopf mit knusprig gebratenem Pulled Chicken. Dazu passt Pitabrot!

Raffiniert kombiniert

Gemüsefans und vegetarische Genießer:innen kommen bei un-



serem mediterranen Gemüse-Bohnen-Gratin mit Zucchini, Melanzani und Paprika auf ihre Kosten. Der Auflauf wird mit italienischen Kräutern abgeschmeckt und mit Vollkornsemmelbröseln überbacken. Dazu passen mit Schafkäse gefüllte Kirschkaprika. Bohnen mit Speck sind nicht nur hierzulande ein Klassiker – unsere mexikanisch inspirierten „Frijoles borrachos“ (Betrunkene Bohnen) werden mit Bauchspeck und dunklem Bier zubereitet und mit frischem Koriander serviert.



MEDITERRANES BOHNEN-GEMÜSE-GRATIN

Pro Portion: 996 kcal | 38 g EW | 121 g KH | 37 g Fett | 10,1 BE



2

Portionen



15 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 35 Min.

- 1 Zucchini
- 1 kleine Melanzani
- 1 roter Paprika
- 2 Knoblauchzehen
- 3-4 Tomaten
- 3 EL Olivenöl
- 3 EL tiefgekühlte italienische Kräuter
- ¼ Grundrezept marinierte Bohnen
- 4 EL Vollkornsemmelbrösel
- 2 Pitabrote
- 140 g Peppersweet gefüllt mit Schaffrischkäse Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

Zubereitung

1. Backrohr auf 200°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Zucchini, Melanzani und Paprika klein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Tomaten entkernen und klein würfeln.

2. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Zucchini, Melanzani, Paprika und die Hälfte des Knoblauchs hineingeben und kräftig anbraten. Tomaten, Kräuter und marinierte Bohnen untermischen, salzen und pfeffern.

3. Gemüse-Bohnen-Mischung in eine Auflaufform geben. Semmelbrösel mit restlichem Knoblauch und 2 EL Öl vermischen und auf dem Auflauf verteilen. Auf mittlerer

Schiene ca. 20 Minuten backen. Die letzten 3 Minuten die Pitabrote im Rohr mitbacken.

4. Gratin mit Pitas und Peppersweet servieren.

Unsere Empfehlung
aus dem BILLA

Sortiment:
**BILLA IMMER GUT
VOLLKORN
SEMELBRÖSEL**

Preis: **400 g, € 1,75**





FRIJOLES BORRACHOS

Betrunkene Bohnen

Pro Portion: 712 kcal | 31 g EW | 86 g KH | 25 g Fett | 7,2 BE



2

Portionen



15 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 35 Min.

Zubereitung

- 1 gelbe Zwiebel
- 1 Pkg. Paprika Tricolore
- 80 g Bauchspeck im Ganzen
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- ½ TL Chilisalz a. d. Mühle
- 2 EL Rotweinessig
- ¼ Grundrezept marinierte Bohnen
- 100 ml dunkles Bier
- 1 Handvoll Korianderblätter
- 4 Weißbrotscheiben
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

1. Zwiebel schälen und fein würfeln. Paprika in mundgerechte Stücke schneiden. Speck in grobe Würfel schneiden.

2. Speck in einem Topf auslassen, Zwiebel und Paprikastücke darin anbraten. Tomatenmark, Paprikapulver, Kreuzkümmel und Chilisalz unterrühren. Mit Essig ablöschen, marinierte Bohnen untermischen, mit 200 ml Wasser aufgießen und zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln lassen.

3. Bier zum Eintopf gießen und offen ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Frijoles borrachos anrichten, mit Koriander garnieren und mit Weißbrot servieren.

Unsere Empfehlung
aus dem BILLA
Sortiment:
**BILLA IMMER GUT
CHILISALZ**
Preis: 50 g, € 1,19



FAMILIE

BILLA immer gut Meal Prep

BILLA
immer gut



Unsere Empfehlung
aus dem BILLA
Sortiment:

**BILLA IMMER GUT
GEMÜSEFOND**

Preis: 340 ml, € 1,99

BOHNENSUPPE mit Crispy Pulled Chicken

Pro Portion: 792 kcal | 46 g EW | 95 g KH | 23 g Fett | 7,9 BE



2

Portionen



25 Min.



Zubereitung

- 1 gelbe Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Butter
- 1 EL Tomatenmark
- ¼ Grundrezept marinierte Bohnen
- 100 ml trockener Weißwein
- 250 ml Gemüsefond
- 1 Karotte
- ¼ Lauchstange
- 250 g Pulled Chicken mariniert & sous vide vorgegart
- 2 Pitabrote
- 1 EL Schnittlauchröllchen
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. 1 EL Butter in einem Topf schmelzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Tomatenmark einrühren und kurz mitrösten. Marinierte Bohnen dazugeben, mit Wein und Gemüsefond aufgießen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

2. Währenddessen Karotte schälen und fein würfeln, Lauch in Ringe schneiden. Pulled Chicken mit Küchenpapier trocken tupfen und mit zwei Gabeln in Stücke zupfen. Pitabrote in einer Pfanne, im Toaster oder Backrohr kurz rösten.

3. Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Karotte und Lauch hineingeben und erwärmen. 1 EL Butter in einer Pfanne schmelzen und das Fleisch darin knusprig braten.

4. Suppe mit Fleisch anrichten und mit Schnittlauch garnieren. Pitas dazuservieren.

Das übrige Pulled Chicken können Sie nach Packungsanleitung zubereiten und z. B. mit dem Bohnensalat servieren.

4 Neue im Check

FRISCH GEKOCHT
BILLA immer gut Produkttest

BILLA immer gut Käsespätzle

Preis: **pro Pkg., € 1,99**



Das sind wir: Zwei Portionen Spätzle mit würzigem Käse und Röstzwiebeln, palmölfrei und ohne Zusatz von Geschmacksverstärkern.

So schmecken wir: Die Kombination aus würzigem Käse, weichen Spätzle und leicht süßlichen Röstzwiebeln ergibt ein rundes, herzhaftes Gericht, das in 12 Minuten serviert ist.

Wer will uns: Alle, die Hausmannskost lieben.

Hier sind wir: Wir sind im Regal bei den Trocken-Fertiggerichten zu finden.

Fazit:

Ein Klassiker der Alpenküche für zuhause.

BILLA immer gut Zitronenkuchen

Preis: **400 g, € 2,99**



Das bin ich: Ein frischer Zitronenkuchen, saftig und in Österreich mit Liebe gebacken.

So schmecke ich: Mein locker-saftiger Teig mit einer angenehm frischen Zitronennote sorgt für echte Genussmomente – leicht, fruchtig und einfach köstlich.

Wer will mich: Ich bin ideal für jede Kaffeepause – ob allein, im Büro oder mit Freund:innen.

Hier bin ich: Ich befinde mich im Regal mit dem Süßgebäck, bereit, den Tag zu versüßen.

Fazit:

Ein süßer Begleiter für kleine Auszeiten.

BILLA immer gut Französischer Weichkäse

Preis: **200 g, € 2,79**



Das bin ich: Ich bin ein französischer Weichkäse aus 100% Kuhmilch, hergestellt in Frankreich.

So schmecke ich: Ich überzeuge durch meine cremige Konsistenz und meinen mild-würzigen Geschmack.

Wer will mich: Ob pur, für Käseplatten oder als Zutat in Salaten, Sandwiches oder warmen Gerichten – ich bin vielseitig und immer ein feiner Genuss, nicht nur für Käseliebhaber:innen.

Hier bin ich: Man findet mich im Kühlregal.

Fazit:

Bringt französische Käsekultur auf den Tisch.

BILLA immer gut Nougatsticks tiefgekühlt

Preis: **240 g, € 3,99**



Das sind wir: Kleine Sticks aus flaumigem Erdäpfelteig, gefüllt mit Nuss-Nougat-Creme. Hergestellt in Österreich mit Rainforest-Alliance-zertifiziertem Kakao.

So schmecken wir: Süß und nussig, perfekt als Dessert oder süßer Snack zwischendurch.

Wer will uns: Wir sind ein nussiger Genuss für alle Naschkatzen. Man kann uns im Backrohr oder Airfryer zubereiten.

Hier sind wir: Im Tiefkühlregal bei den Mehlspeisen.

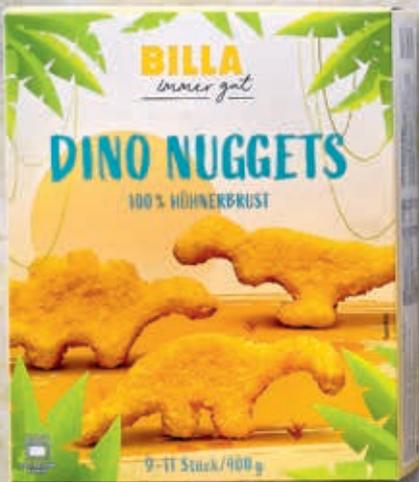
Fazit:

Knusprige Hülle, cremiger Kern – einfach himmlisch!

BILLA
immer gut

JEDE MENGE FAMILIE

Vom hektischen Alltag bis zum gemütlichen Frühstück am Wochenende: BILLA immer gut bietet eine riesige Produktauswahl, und das zum familienfreundlichen Preis!





1	Avocado Topping	60 g € 1,79
2	Bergbauern Heumilch Emmentaler	90 g € 1,69
3	Fusilli Tricolore	500 g € 1,29
4	Dino Nuggets	400 g € 3,99
5	Basis für Erdäpfelgulasch*	pro Pkg. € 0,89
6	Apfel Chips	100 g € 2,69
7	Fruchtsirup Himbeere 0%	0,7l € 2,59
8	Apfel-Bere Direktsaft	1l € 2,59
9	Pancakes	280 g € 2,99
10	Duo Muffins Backmischung	380 g € 2,79
11	Bunte Fruchtmischung tiefgekühlt*	300 g € 2,49
12	Nuss Minis	250 g € 2,79

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



Tortillas: mexikanische Teigfladen

Tortillas sind dünne Teigfladen aus der mexikanischen Küche. Sie werden traditionell aus Weizen- oder Maismehl hergestellt – mit Weizenmehl sind sie besonders weich und biegsam. Die Hauptzutaten von Tortillas sind Mehl, Wasser und Salz. Daher sind sie fast immer rein pflanzlich.

Unkomplizierte Alleskönner

Tortillas bilden die Basiszutat vieler beliebter Texmex-Gerichte, sie werden aber auch gerne aufgewärmt als Beilage serviert. Kleine Tortillas eignen sich besonders gut für Street-Style-Tacos, handliche Mini-Quesadillas oder mit den gewünschten Zutaten gefüllt für Wraps. Perfekt für den kleinen Hunger zwischendurch oder als Fingerfood.

Reste? Kein Problem!

Falls mal Tortillas übrig bleiben, lassen sie sich hervorragend einfrieren. Dafür am besten ein Backpapier zwischen die einzelnen Fladen legen. Bei Bedarf entweder über Nacht im Kühlschrank auftauen oder in einer Pfanne ohne Fett erwärmen.



3x VARIIERT:

Street-Style-Tacos

Mit Mini-Tortillas lassen sich im Handumdrehen üppig belegte Tacos zubereiten – ganz wie in der mexikanischen Taquería. Unsere Rezeptideen reichen für je 12 Tacos und passen als Mittagssnack genauso wie abends in geselliger Runde.

1



MIT FLEISCH

Tinga-Hendl-Tacos

MEXIKANISCHER LIEBLING

Unter „Tinga“ versteht man in Mexiko ge-
zupftes Fleisch, meist vom Hendl, das in
einer würzig-scharfen
Sauce gekocht wird.
Das saftige Fleisch
eignet sich als Fül-
lung in Quesadillas
oder Sandwiches
und schmeckt am allerbes-
ten in Tacos. Für eine
schnelle Variante ist
fertiges Pulled Chi-
cken ideal. Servietten
nicht vergessen!

1. Für eingelegte Zwie-
beln 1 rote Zwiebel in
Ringe schneiden und
mit etwas Limettensaft
sowie je 1 Prise Salz und
Zucker verrühren.

2. 500 g Pulled Chicken
nach Packungsanlei-
tung erwärmen und
zupfen. 1 gelbe Zwiebel
in Streifen schneiden
und in einer Pfanne mit
Öl goldbraun anbraten.
2 EL Taco-Würzmischung
unterrühren, dann mit
200 ml Passata ablö-
schen. Pulled Chicken
dazugeben und kurz
köcheln lassen, bis die
Sauce dick eingekocht
ist. Mit Salz und Pfeffer
abschmecken.

3. Mini-Tortillas in einer
Pfanne ohne Fett erwär-
men. Mit Fleisch, einge-
legten Zwiebeln, Feta
und Korianderblättern
füllen und mit Limetten-
saft beträufeln.



FAMILIE

1 Gericht, 3 Varianten



2

VEGETARISCH

BBQ-Linsen-Tacos

AUSGEWOGEN

Diese rauchigen
BBQ-Linsen sind ein
echtes Geschmacks-
erlebnis! Niemand
wird bei diesen Tacos
das Fleisch vermissen.
Die cremige Avocado
und die für Mexiko
typische Kombination
aus Tomaten, Korian-
der, Frischkäse (Feta)
und Salsa machen
das Topping komplett.

1. 1 gewürfelte große
Zwiebel in einer Pfanne
mit etwas Öl ca. 10 Minu-
ten goldbraun anrösten.
2 Dosen abgespülte
braune Linsen (insge-

samt ca. 500 g Abtropfge-
wicht) einrühren. Mit 3 EL
BBQ-Sauce würzen und
mit Salz abschmecken.

2. 1 Tomate klein würfeln
und in einem Sieb abtrop-
fen lassen. 1 Avocado in
Scheiben schneiden und
mit Limettensaft beträu-
feln.

3. Mini-Tortillas in einer
Pfanne ohne Fett erwär-
men. Mit BBQ-Linsen,
Tomate, Avocado, Feta,
Korianderblättern und ei-
ner roten Salsa nach Wahl
füllen und mit Limetten-
saft beträufeln.

HERBST FÜR DIE GANZE FAMILIE

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

MIT TOLLEN GEWINNSPIELEN UND EINKAUFSBONS!

GRATIS*
FÜR **jö**
MITGLIEDER

BILLA
FRISCH GEKOCHT
kids

GRATIS für jö Bonus Club Mitglieder

Herbst 2025 / € 0,50

+4
EINKAUFSBONS
IN DIESEM
HEFT

Plus:
**BASTELN, MALEN,
RÄTSELN &
GEWINNEN!**

Gemüse-Tacos
auf Seite 11

**Hallo
Herbst!**

Tolle Ideen von Schulanfang bis Halloween

*Solange der Vorrat reicht

**Erscheinungszeitraum 28.8.2025–26.11.2025

BILLA
BILLA PLUS



3

100% PFLANZLICH Süßkartoffel-Tacos



FAMILIE

1 Gericht, 3 Varianten



REGENBOGEN-FARBEN

Für diese pflanzlichen Tacos werden Tortillas mit gebackenen Süßkartoffeln und Kichererbsen gefüllt. Schnell eingelegte Zwiebeln, Radieschen, Koriander und ein Kräuterdip sorgen für eine frische Note. Eine pflanzliche Burger- oder Knoblauchsauce sind tolle Dip-Alternativen.

1. 500 g geschälte Süßkartoffelspalten mit 240 g abgetropften Kichererbsen, 3 EL Öl, 2 TL gemahlenem Chili und ½ TL Salz mischen.

Bei 200°C Umluft ca. 20 Minuten goldbraun backen, dabei einmal wenden.

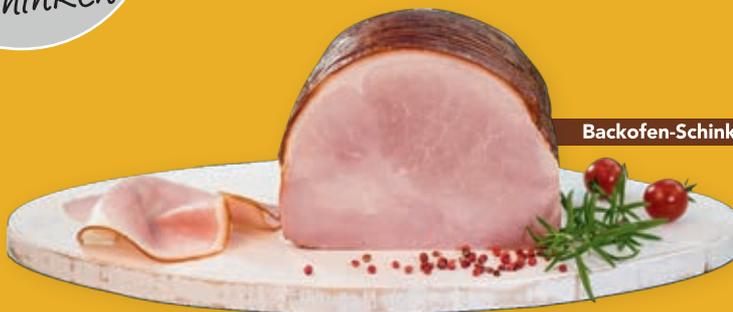
2. Für die eingelegten Zwiebeln 1 rote Zwiebel in Ringe schneiden und mit etwas Limettensaft sowie je 1 Prise Salz und Zucker verrühren. Für den Kräuterdip 250 g pflanzliche Skyr-Alternative mit 2 EL pflanzlichem grünen Pesto verrühren.

3. Mini-Tortillas in einer Pfanne ohne Fett erwärmen. Mit Ofengemüse, Zwiebeln, Radieschen, Avocado und Korianderblättern füllen. Mit Limetten und Dip servieren.



Mein
BERGER
Schinken

Da schmeckt mehr dahinter.



Backofen-Schinken

Der *Saisonale*
in der Theke!



Traditions-Beinschinken



Kürbiskern-Schinken

Fleisch
zu **100%**
aus Österreich

*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
LASAGNE

Preis: 500 g, € 1,69

LASAGNE-PASTA MIT CHAMPIGNONS

Pro Portion: 594 kcal | 18 g EW
52 g KH | 33 g Fett | 4,3 BE



4

Portionen



40 Min.



- 1 Clever gelbe Zwiebel
- 2 Clever Knoblauchzehen
- 500 g Clever weiße Champignons
- 40 g Clever Butter
- 15 g Clever glattes Weizenmehl
- 75 ml Weißwein
- 250 ml Clever Schlagobers
- ½ EL Clever Gemüsebouillonpulver
- 250 g Clever Lasagneblätter
- 50 g Clever Grana Padano
- ½ Bund Schnittlauch
- Clever Salz, Clever bunter Pfeffer

CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
CHAMPIGNONS*
500 g



SÄURE-TWIST

Statt mit Wein abzulöschen, können Sie die Sauce auch mit etwas Zitronensaft abschmecken.



Zubereitung

- 1.** Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel in Würfel schneiden, Knoblauch pressen. Champignons halbieren und in Scheiben schneiden.
- 2.** Butter in einem breiten Topf erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Champignons darin bei mittlerer Hitze 10 Minuten anschwitzen, dabei leicht salzen.
- 3.** Mehl einrühren und mit Wein ablöschen. Unter Rühren Obers, 100 ml Wasser und Bouillonpulver einrühren. Bei niedriger Hitze

ca. 15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Währenddessen Lasagneblätter in Salzwasser ca. 7 Minuten kochen, anschließend abseihen. Grana Padano grob hobeln, Schnittlauch fein schneiden.

5. Lasagneblätter mit Champignon-gemüse anrichten und mit Grana Padano und Schnittlauch bestreuen.

FAMILIE

Clever einkaufen & kochen

LASAGNE-HOT-POT MIT PROSCIUTTO UND MOZZARELLA

Pro Portion: 442 kcal | 20 g EW
38 g KH | 22 g Fett | 3,2 BE



4

Portionen



30 Min.



- 2 Clever gelbe Zwiebeln
- 2 Clever Knoblauchzehen
- 50 ml Clever natives Olivenöl extra
- 2 Dosen Clever gehackte Tomaten (800 g)
- 2 Clever Gemüsesuppenwürfel
- 1 TL Clever Kristallzucker
- ca. 150 g Clever Lasagneblätter
- 100 g Clever Prosciutto crudo
- 1 Handvoll Petersilienblätter
- 125 g Clever Mozzarella
- Clever Salz, Clever bunter Pfeffer



CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
MOZZARELLA

Preis: 125 g, € 0,99



HOT & SPICY

Für einen Schärfe-Kick können Sie den Hot Pot mit Chiliflocken würzen.

Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Beides in einem Topf mit 30 ml Öl bei mittlerer Hitze 5 Minuten anschwitzen. Gehackte Tomaten, Suppenwürfel, 200 ml Wasser, Zucker, etwas Salz und Pfeffer dazugeben und die Suppe 10 Minuten köcheln lassen.
2. Lasagneblätter mit den Händen grob zerbrechen, zur Suppe geben und unter gelegentlichem Rühren 10–12 Minuten weich kochen.
3. Währenddessen Prosciutto in Streifen schneiden, Petersilie grob hacken. Beides in einer Pfanne mit 20 ml Öl bei mittlerer Hitze 5 Minuten braten. Mozzarella zerzupfen.
4. Hot Pot anrichten und mit Prosciutto, Petersilie und Mozzarella toppen.





MEXIKANISCHE LASAGNE

Pro Portion: 923 kcal | 57 g EW
75 g KH | 41 g Fett | 6,3 BE



6

Portionen



30 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 75 Min.

- 2 Clever gelbe Zwiebeln
- 2 Clever Knoblauchzehen
- 1 kg Clever Schweinefleisch würfelig geschnitten
- 60 ml Clever natives Olivenöl extra
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 3 Dosen Clever gehackte Tomaten (1,2 kg)
- 1 Dose Clever Gemüsemais (285 g Abtropfgewicht)
- 500 g Clever Lasagneblätter
- 200 g Clever geriebener Cheddar
- 1 Clever Zitrone
- 2 vollreife Clever Avocados
- Clever Salz, Clever bunter Pfeffer

CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
CHEDDAR KÄSE GERIEBEN

Preis: 200g, € 2,39



MEXIKO-EXTRA

Eine Clever Dose
Kidneybohnen bringt
zusätzlich Biss in die
Fleisauce.



Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln in Spalten schneiden, Knoblauch zerdrücken. Schweinefleisch trocken tupfen und in einem Topf mit 30 ml Öl bei starker Hitze 5 Minuten braten.

2. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben, kurz mitbraten und mit Salz, gemahlenem buntem Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. Gehackte Tomaten und Mais dazugeben und alles ca. 15 Minuten kochen.

3. Backrohr auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Auflaufform (ca. 20 x 25 cm) mit 30 ml Öl ausstreichen. Fleischsauce, Lasagneblätter und Cheddar abwechselnd in die Form schichten.

Auf mittlerer Schiene ca. 30 Minuten überbacken, anschließend ca. 10 Minuten im offenen Rohr rasten lassen.

4. Währenddessen Zitrone halbieren. Eine Hälfte auspressen, die zweite Hälfte in Spalten schneiden. Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. Avocado mit etwas Salz und Zitronensaft mit einer Gabel zerdrücken.

5. Lasagne mit Avocado-Mash und Zitronenspalten servieren.

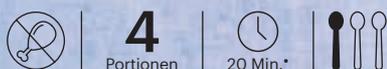


FAMILIE

Clever einkaufen & kochen

BROKKOLI-LASAGNE MIT COTTAGE CHEESE

Pro Portion: 647 kcal | 32 g EW
60 g KH | 29 g Fett | 5 BE



* Gesamtzeit: ca. 40 Min.

- ca. 500 g Clever tiefgekühlter Brokkoli
- 50 g Clever Butter
- 25 g Clever Weizenmehl universal
- 500 ml Clever Milch
- 1 Msp. Muskat
- 20 ml Clever natives Olivenöl extra
- 100 g Clever Grana Padano
- 250 g Clever Lasagneblätter
- 250 g Clever Cottage Cheese
- Clever Salz, Clever bunter Pfeffer



CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
BROKKOLI TIEFGEKÜHLT

Preis: 750 g, € 1,99



GROSS STATT KLEIN

Sie können die Lasagne auch in einer großen Auflaufform (ca. 20 x 20 cm) zubereiten.

Zubereitung

1. Brokkoli etwas antauen lassen. Backrohr auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Butter in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen, Mehl einrühren und unter ständigem Rühren nach und nach die Milch dazugeben.
2. Bechamelsauce mit Salz, gemahlenem buntem Pfeffer und Muskat würzen und 5 Minuten köcheln lassen.
3. 4 kleine runde Auflaufformen (ca. 10 cm ø) mit Öl ausstreichen. Grana Padano reiben, Brokkoli evtl. etwas kleiner schneiden, Lasagneblätter halbieren. Bechamelsauce, Lasagneblätter, Brokkoli, Cottage Cheese und Grana Padano in die Formen schichten.
4. Auf mittlerer Schiene 20–25 Minuten backen und in den Formen servieren.

SCHOKO-BIRNEN-LASAGNETIRAMISU AUS DEM OFEN

Pro Portion: 754 kcal | 21 g EW
79 g KH | 37 g Fett | 6,6 BE



8

Portionen



20 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 80 Min.

- 1 kg Clever Birnen
- 1 Clever Zitrone (Saft)
- 30 g Clever Blütenhonig
- 500 g Clever Mascarpone
- 500 g Clever Magertopfen
- 4 Clever Eier (Größe M)
- 150 g Clever Kristallzucker
- 100 g Clever Kochschokolade
- 100 g Clever Karamellgebäck
- 20 g weiche Clever Butter
- 250 g Clever Lasagneblätter
- 50 g Clever Kakaopulver

FRUCHTIGER TAUSCH

*Statt Birnen passen auch
Clever Äpfel hervorragend.*

Zubereitung

1. Birnen schälen, entkernen, grob würfeln und mit Zitronensaft und Honig marinieren.
2. Backrohr auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Mascarpone, Topfen, Eier und Zucker glatt rühren. Schokolade und Karamellgebäck grob hacken.
3. Eine Auflaufform (20 x 20 cm) dünn mit Butter ausstreichen. Lasagneblätter, Mascarponecreme, die Hälfte der Birnenwürfel, die Schokolade und das Karamellgebäck abwechselnd einschichten.
4. Auf unterster Schiene ca. 30 Minuten backen, anschließend weitere 30 Minuten im offenen Rohr rasten lassen.
5. Ofen-Tiramisu mit Kakao bestreuen und mit restlichen Birnenwürfeln anrichten.



CLEVERE ZUTATEN

CLEVER
BACK- & KOCHSCHOKOLADE
Preis: 400 g, € 3,99

Genial, weil regional!

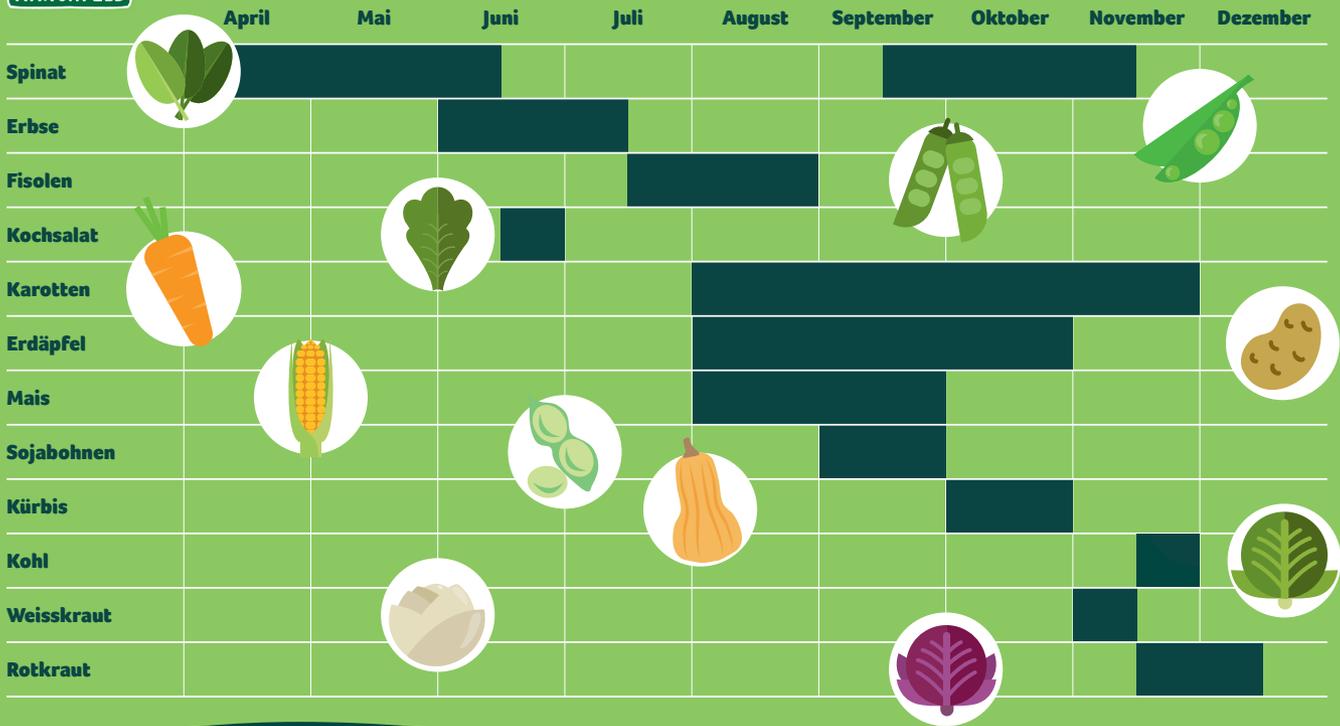
Seit 60 Jahren



Erntekalender



Zu diesen Zeiten wird Gemüse im Marchfeld für iglo geerntet.



iglo Gemüse aus dem Marchfeld:

Das iglo Gemüse wird zum perfekten Zeitpunkt geerntet, verarbeitet und tiefgekühlt. Dadurch bleiben Vitamine und Nährstoffe optimal erhalten.



Ab auf den Teller: iglo Edamame

Regional. Nachhaltig. Voller Proteine.

Jetzt EU-Ecolabel zertifiziert!
NEU



Wäsche zum Wohlfühlen mit Waschmittel von Frosch

- EU-Ecolabel zertifizierte hautfreundliche Formeln
- Kraftvolle Waschleistung bei gleichzeitig höchstem ökologischen Anspruch
- Vollständig recycelbarer Beutel spart bis zu 70% Verpackungsmaterial ein



frosch.at  

Bio-Qualität zum Wohlfühlen - seit 1986.



REGIONAL & NACHHALTIG

*Infos, Produkte
und Rezepte
für Genuss mit
Voraussicht*

HERBST PUR

Saisonales Obst und Gemüse kombiniert mit Wild

EIN ECHTER ÖSTERREICHER

Die neue Da komm' ich her! Erdäpfelsorte namens Benjamin

TUT ALLEN GUT

Herbstliche Bio-Wohlfühlrezepte nach dem Zero-Waste-Prinzip





BILLA
ONLINE
SHOP

ZEIT FÜR GEMÜTLICHKEIT

HERBSTWETTER DRAUSSEN – BEQUEME LIEFERUNG BIS ZUR TÜR

Jetzt ist die perfekte Zeit, den Alltag ein wenig zu entschleunigen. Im BILLA Online Shop finden Sie über 10.000 Produkte – alle bequem zu Ihnen nach Hause lieferbar, je nachdem, was gerade auf Ihrer Einkaufsliste steht. Egal ob Lieblingsnacks, Vorräte oder frische Zutaten: einfach von der Couch aus bestellen und flexibel liefern lassen. So wird Einkaufen zum stressfreien Genuss.



Ausschneiden und sammeln

REGIONAL

Obst im Oktober

Der Star unter den Herbstäpfeln

Saftig und feinsäuerlich – die Da komm' ich her! Elstar-Äpfel sind roh, gebacken und gekocht ein aromatischer regionaler Genuss.



Steckbrief

Geschmack: kräftig-aromatisch, saftig-süß mit harmonischer Säure

Herkunft: Burgenland, Oberösterreich und Steiermark

Verwendung: Kuchen, Strudel, Bratäpfel und Apfelradln, Salate, Mus und Kompott

Lagerung: kühl und dunkel in einem gut gelüfteten Raum mit gleichmäßiger Luftfeuchtigkeit



UNSERE LIEFERANT:INNEN

Christian Reichl,
Prokurist, Einkauf
und Verkauf, Obst-
bau Zinner GmbH

Mit viel Sonne, kühlen Nächten und fruchtbaren, durchlässigen Böden bietet das Südburgenland ideale Voraussetzungen für den Apfelanbau. In der Region um Kukmirn hat dieser schon seit Jahrhunderten Tradition. Bei Obstbau Zinner werden seit 23 Jahren unterschiedliche

Sorten Tafeläpfel, darunter auch der frühreife Elstar, kultiviert. Um die Kulturen angesichts des zunehmend unvorhersehbaren Wetters vor extremen Klimaeinflüssen zu schützen, muss der Betrieb seine Anbausysteme ständig beobachten und weiterentwickeln. Ab September werden die reifen Elstar-



Äpfel von Hand gepflückt. Christian Reichl genießt sie am liebsten pur, im Kuchen oder als fruchtige Note im Salat.

Text: Sarah Sattl; Fotos: StockFood, beige stellt

REGIONAL

Obst im Oktober



Saftige Kugeln

Apfel-Topfen-Bällchen

Für ein fruchtiges Dessert oder einen einfachen Snack 3 Elstar-Äpfel schälen, entkernen und würfeln. 300 g glattes Mehl, 75 g Zucker, 250 g Magertopfen, 90 ml Rapsöl, 10 g Backpulver und 1 Prise Salz zu einem Teig verkneten. Äpfel einkneten. Mit bemehlten Händen Bällchen formen und auf ein Blech mit Backpapier legen. Im vorgeheizten Backrohr bei 180°C ca. 25 Minuten backen. Heiß in Zimtucker wälzen.



Das Rezept für diesen warmen Rotkrautsalat mit Äpfeln finden Sie auf: billa.at/warmer-rotkraut-salat-mit-aepfeln

TIPPS VON
Margit Fensl
Ernährungs-
expertin



Elstar – köstliche Vitamin-C-Quelle

Der Elstar-Apfel enthält Vitamin C, dieses ist wichtig für unser Immunsystem. Das Vitamin C verringert Müdigkeit und Ermüdung und es hilft, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Weiters unterstützt es die Kollagenbildung für eine normale Funktion von Haut und Knochen.

TOP 3 Partners in Taste



VANILLE

Ob als Sauce, Kuchenfüllung oder Extra im Apfelmus – Vanille gibt Äpfeln den letzten Schliff.



KÄSE

Der Elstar harmoniert hervorragend mit Weichkäse, gereiftem Hartkäse und Blauschimmelkäse.



NÜSSE & KERNE

Walnüsse, Haselnüsse und Mandeln machen Bratäpfel, Strudel und herzhaftes Salate komplett.



Flottes Frühstück

Birchermüsli

Für diesen Klassiker zarte Haferflocken über Nacht in Milch einweichen. In der Früh einen Apfel in eine Schüssel mit Zitronensaft (damit die Raspel nicht braun werden) grob reiben, umrühren und unter das Müsli mischen. Nach Belieben süßen. Mit gehackten gerösteten Nüssen vollenden.



Nicht weit vom Stamm

Die Da komm' ich her! Elstar-Äpfel werden im Burgenland, in Oberösterreich und der Steiermark unter größter Sorgfalt angebaut und unter dem Einsatz von Erntewägen ausschließlich händisch gepflückt. Nach der Qualitätskontrolle gelangen die handverlesenen und verpackten Äpfel vom Kühllager direkt in die nächstgelegenen BILLA Märkte.



Da komm' ich her! Elstar-Äpfel*

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



Glasklare Öko-Power!

- Streifenfreie Reinigung
- Für Glas und fast alle abwischbaren Oberflächen
- Mit pflanzlichem Bio-Alkohol
- Verpackungsparender Nachfüllbeutel



EU Ecolabel:
DE/020/372



frosch.at  

Bio-Qualität zum Wohlfühlen - seit 1986.

REGIONAL

Kochen mit Da komm' ich her!



FOTOS

**Matthias Piket/
Marian Inhouse-Agentur**

FOODSTYLING

Alexander Höss-Knakal

STYLING

Evelyne Zempenyi



Da komm'
ich her!



FRISCHES
AUS DER REGION

FRISCHES

aus der Region

Die Vielfalt heimischer Sorten von **Da komm' ich her!** ist jetzt bunt wie der Herbst. Kombiniert mit feinem Wild ist der Saisongenuß perfekt!



REGIONAL

Kochen mit Da komm' ich her!



DILLERDÄPFEL

mit pflanzlicher Räucherlachs- und Kaviar-Alternative

Pro Portion: 465 kcal | 9 g EW | 34 g KH | 31 g Fett | 2,8 BE



4

Portionen



25 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 35 Min.

- 1 Bund Da komm' ich her! Dille*
- 800 g Da komm' ich her! vorwiegend festkochende Erdäpfel (z. B. Benjamin*)
- 100 ml Rapsöl
- 1 große Da komm' ich her! gelbe Zwiebel
- 3 EL pflanzliche Aioli-Mayo (z. B. von Vegavita)
- 30 ml pflanzliche Milch-Alternative
- 100 g pflanzliche Räucherlachs-Alternative (z. B. von Vegavita)
- 100 g pflanzliche Kaviar-Alternative Salz

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



Infos zu regionalem Obst und Gemüse

Code scannen und Infos zu **Da komm' ich her!** direkt auf Ihr Handy holen!

Die Verfügbarkeit von Obst, Gemüse, Kräutern und Sprossen in Ihrem BILLA Markt ist abhängig von Ernte- und Witterungsbedingungen. Danke für Ihr Verständnis!

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

Zubereitung

1. Dillfähnchen von den Stängeln zupfen und beiseitelegen, die Stängel mit Erdäpfeln in einen Topf mit Wasser geben und 15–20 Minuten kochen, bis die Erdäpfel gar sind.
2. Währenddessen das Öl und die Hälfte der Dillfähnchen mit einem Stab- oder Standmixer auf höchster Stufe ca. 3 Minuten mixen. Durch ein feines Sieb passieren. Zwiebel schälen, fein hacken und in eine Schüssel geben. Dillöl darübergießen und vermischen.
3. Erdäpfel abseihen, vierteln und mit einem Großteil der restlichen Dillfähnchen sowie etwas Salz vermengen. Aioli-Mayo und Milch-Alternative verrühren.
4. Erdäpfel mit Zwiebel-Dillöl anrichten, mit Räucherlachs- und Kaviar-Alternative sowie Aiolicreme toppen und mit restlicher Dille garnieren.

EINKAUFSTIPP



DA KOMM' ICH HER! BENJAMIN ERDÄPFEL*•

Vorwiegend festkochend und echte Alleskönner, ob fein mariniert, knusprig gebraten oder klassisch als Beilage.

REGIONAL

Kochen mit Da komm' ich her!



Unser
COVER-
Rezept



Unsere Empfehlung
aus dem BILLA

Sortiment:

**ROTWEINGUT LANG
BLAUFRÄNKISCH CLASSIC
MITTELBURGENLAND DAC**

Preis: 0,75 l, € 7,99

HIRSCHTALER

mit Apfel-Rettich-Rotkraut

Pro Portion: 596 kcal | 43 g EW | 66 g KH | 16 g Fett | 5,5 BE



4

Portionen



45 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 2 Std.

ROTKRAUT + REIS

- 1 Da komm' ich her! rote
Zwiebel

500 g Da komm' ich her!
Rotkraut*

ca. 1 cm Ingwer

200 ml Apfelsaft

20 ml Apfelessig

200 g schwarzer Reis

ca. 12 cm Da komm' ich her! Bier-
rettich*

- 2 Da komm' ich her! Äpfel
(z. B. Gala)

30 g Butter

2 EL Honig

1 Beet Da komm' ich her! Pak-
Choi-Sprossen*
Salz

FLEISCH

ca. 650 g Hirschschnitzel

- 2 Da komm' ich her! Eiklar
(Größe M)

1 Rosmarinweig

1 EL Butterschmalz

2 EL Sojasauce

100 ml Apfelsaft
Salz

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

Zubereitung

1. Für das Kraut Zwiebel schälen und in feine Spalten schneiden. Rotkraut in Streifen schneiden, Ingwer schälen und in Streifen schneiden. Kraut, Zwiebel und Ingwer mit Saft, Essig und etwas Salz vermischen. Ca. 60 Minuten ziehen lassen.

2. Reis nach Packungsanleitung zubereiten.

3. Währenddessen Kraut in einem Topf zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln lassen. Rettich schälen, längs in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, diese längs in feine Streifen hobeln. Unter das Kraut mischen.

4. Äpfel entkernen, in Spalten schneiden und in Butter und Honig in einer Pfanne oder einem Wok auf beiden Seiten karamellisieren.

5. Für das Fleisch die Schnitzel trocken tupfen, in 9–10 Stücke schneiden und leicht salzen. Eiklar verschlagen und die Fleischstücke darin wenden. Rosmarinnadeln abzupfen und fein hacken. Butterschmalz in einem Wok erhitzen und das Fleisch darin ca. 1 Minute kräftig anbraten (es sollte innen noch rosa sein). Rosmarin untermischen.

6. Fleisch aus dem Wok nehmen. Bratrückstand mit Sojasauce und Saft ablöschen, leicht einkochen lassen. Fleisch wieder dazugeben und ca. 1 Minute ziehen lassen.

7. Apfelspalten unter das Kraut mischen. Mit Fleisch und Reis anrichten, mit Sprossen garnieren.

WOHER KOMMT'S?

Mithilfe dieser Symbole bei der BILLA Preisauszeichnung erkennen Sie die Herkunft heimischer Produkte auf den ersten Blick:



aus heimischer Produktion



aus Ihrem Bundesland



aus der Umgebung
(maximal 30 km)

REGIONAL

Kochen mit Da komm' ich her!



**FREI VON
GLUTEN**

Braunschweiger- kraut-Birnen-Quiche

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



APFEL-BIRNEN-FLECK

mit Streuseln und Schokolade

Pro Portion: 658 kcal | 10 g EW | 71 g KH | 35 g Fett | 5,9 BE



8

Portionen



40 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 2 1/2 Std.

- 270 g glattes Weizenmehl + Mehl zum Bestreuen
- 1/2 Pkg. Trockengerm
- 90 ml Milch
 - 1 Da komm' ich her! Ei (Größe M)
- 110 g Kristallzucker
- 140 g Butter (80 g sehr weich, 60 g kalt)
 - 1 Bio-Zitrone (Abrieb)
- 2 Prisen Salz
- 1 Pkg. Vanillezucker
 - 1/2 TL gemahlener Zimt
 - 2 Da komm' ich her! Äpfel (z. B. Golden Delicious)
 - 2 Da komm' ich her! Birnen (z. B. Kaiser Alexander)
- 30 g Bitterschokolade (60%)
- 250 ml Schlagobers
 - Staubzucker zum Bestreuen
- 1/2 Handvoll Minz- oder Zitronenmelissenblätter
- 500 ml Schoko-Brownie-Eis

Die Birne ist ein echter Saisonliebling! Viele Infos, praktische Tipps und köstliche Rezepte damit haben wir hier zusammengestellt: billa.at/21-dinge-mit-birne

Zubereitung

1. 200 g Mehl mit Germ in einer Rührschüssel vermischen. Milch lauwarm erwärmen, mit Ei, 50 g Kristallzucker, sehr weicher Butter, Zitronenabrieb und 1 Prise Salz zur Mehlmischung geben und mit den Knehtaken ca. 10 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 60 Minuten gehen lassen.
2. Währenddessen kalte Butter in kleine Stücke schneiden, mit 70 g Mehl, 60 g Kristallzucker, Vanillezucker, Zimt und 1 Prise Salz verkneten und ca. 60 Minuten kalt stellen.
3. Backrohr auf 170°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Germteig durchkneten, auf einer Hälfte des Blechs ausbreiten, mit etwas Mehl bestreuen und mit der Hand auf ca. 5 mm Dicke flachdrücken. Abgedeckt ca. 30 Minuten gehen lassen.
4. Währenddessen Äpfel und Birnen schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Gekühlten Streuselteig grob reiben oder mit der Hand grob zerbröseln. Schokolade fein hacken.
5. Obstspalten auf den Germteig legen, Streusel und Schokolade darüberstreuen. Auf mittlerer Schiene 30–35 Minuten goldbraun backen.
6. Obers leicht aufschlagen. Kuchenstücke anrichten, mit Staubzucker und Minze bzw. Melisse bestreuen und mit Schlagobers und Eis servieren.

RESTITIPP

Aus Birnen können Sie mit Zwiebeln, Essig, Zucker und Gewürzen ein schmackhaftes Chutney kochen, das hervorragend zu Fleisch passt.

REGIONAL

Kochen mit Da komm' ich her!



Unsere Empfehlung
aus dem BILLA
Sortiment:
**ZANTHO ZWEIFELT
BURGENLAND**
Preis: 0,75 l, € 8,99

REHRAGOUT

mit Ofenkürbis und Honiglauch

Pro Portion: 709 kcal | 47 g EW | 67 g KH | 26 g Fett | 5,6 BE



4

Portionen



60 Min.



REHRAGOUT

660 g Rehragout

2 EL glattes Mehl

4 Da komm' ich her! Petersilienzweige

1 große Da komm' ich her! gelbe Zwiebel

2 kleine Da komm' ich her! Karotten

3 EL Butterschmalz

200 ml Rotwein

500 ml Wildfond oder Gemüsesuppe

2 EL geriebener Da komm' ich her! Kren*
Salz

OFENGEMÜSE

ca. 1,5 kg Da komm' ich her! Piana-di-Napoli-Kürbis*

2 EL Olivenöl

1 kleine Da komm' ich her! Lauchstange

2 EL weiche Butter

2 EL Waldhonig
Salz

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

Zubereitung

1. Für das Rehragout das Fleisch trocken tupfen, salzen und gleichmäßig mit Mehl vermischen. Petersilienblätter abzupfen und beiseitelegen, Stängel aufheben. Zwiebel und Karotten schälen, Zwiebel fein würfeln, Karotten in ca. 1 cm große Stücke schneiden.

2. 1 EL Butterschmalz in einem Topf erhitzen, Zwiebel, Karotten und Petersilienstängel hineingeben und gut anschwitzen. Aus dem Topf nehmen und beiseitestellen. 2 EL Butterschmalz im Topf erhitzen, das Fleisch darin rundum anbraten. Karottengemüse wieder hineingeben und mitbraten. Mit Rotwein ablöschen und offen ca. 20 Minuten einkochen lassen. Mit Fond aufgießen und zugedeckt bei niedriger Hitze ca. 90 Minuten weich schmoren.

3. Für das Ofengemüse das Backrohr auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kürbis schälen, entkernen, in Scheiben, dann in 5–6 cm große Stücke schneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen, salzen und mit Öl beträufeln. Lauch in ca. 10 cm lange Stücke schneiden und längs halbieren. Nach dem Waschen gut trocken tupfen, neben den Kürbis legen, mit Butter und Honig bestreichen und salzen. Beides auf mittlerer Schiene ca. 15 Minuten goldbraun garen.

4. Petersilienblätter zum Garnieren nach Belieben fein hacken oder ganz lassen. Rehragout mit Kürbis und Lauch anrichten, mit Kren und Petersilie garnieren.

RESTLTIPP

Gegarten Kürbis können Sie mit etwas Butter und Gewürzen pürieren, um ein köstliches Kürbis-püree zu erhalten, das Sie als Beilage zu Fleisch oder einfach so servieren können.

Aus restlichen Kürbisstücken lässt sich mit Gemüsesuppe, Gewürzen und etwas Kokosmilch auch schnell eine Kürbissuppe zubereiten.

REGIONAL

Kochen mit Da komm' ich her!



Da komm' ich her!
FRANZÖSISCH
AUCH FÜR SÜDLICHEN

KIWANO-OBSTSALAT

mit Mandeln und Eis

Pro Portion: 508 kcal | 7 g EW | 67 g KH | 22 g Fett | 5,6 BE



4

Portionen



20 Min.



Zubereitung

- 3-4 Da komm' ich her!
Kiwanos*
- ca. 30 g Staubzucker
- 1 Da komm' ich her! Apfel
(z. B. Granny Smith*)
- 1 Da komm' ich her! Birne
(z. B. Cepuna)
- 2 EL Mandelkerne
- 500 ml pflanzliches Cookie-
Dough-Eis

1. Kiwanos halbieren, das Fruchtfleisch herauslösen und durch ein Sieb passieren. Den entstandenen Saft mit Staubzucker abschmecken. Kiwanokerne beiseitelegen.

2. Apfel und Birne entkernen und nach Belieben in Stücke oder Scheiben schneiden. Mit Kiwanosaft und Kiwanokernen marinieren.

3. Mandeln in einer Pfanne ohne Fett einige Minuten bei niedriger Hitze leicht rösten. Auskühlen lassen. In Stücke hacken und unter den Obstsalat mischen.

4. Obstsalat mit Eis anrichten.

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



Schicht für Schicht ein Genuss

Mit den gewellten Teigblättern von Recheis gelingt Lasagne besonders locker und herrlich saftig, ganz ohne Vorkochen.

Rezepte entdecken
www.recheis.com



MAUTNER,
Taugt ma!



www.mautner.at



Da komm'
ich her!
FRISCHES
AUS DER REGION

FRISCHES *aus der Region*

Holen Sie sich in Ihrem BILLA
Markt aromatisches saisonales
Obst und Gemüse aus den
Regionen Österreichs!

Kiwanos*
aus dem Burgenland

REGIONAL
Da komm' ich her!

Chicorée rot*
aus dem Burgenland

Rotkraut*
aus Niederösterreich,
Oberösterreich, der
Steiermark und Tirol

Äpfel Golden Delicious
aus dem Burgenland,
Niederösterreich,
Oberösterreich, der
Steiermark und Tirol

Erdäpfel Benjamin*
aus dem Burgenland
und Niederösterreich

Weißkraut*
aus Niederösterreich,
Oberösterreich, der
Steiermark und Tirol

Kürbis Butternuss
aus dem Burgenland
und Tirol

Die Verfügbarkeit von Obst und
Gemüse in Ihrem BILLA Markt ist abhängig
von Ernte- und Witterungsbedingungen.
Danke für Ihr Verständnis! *Unter der
Telefonnummer 0800 828 700 erfahren
Sie, ob Ihr Markt dieses Produkt führt.

REGIONAL

Da komm' ich her! Erdäpfel

Da komm'
ich her!
FRISCHES
AUS DER REGION

Benjamin

Die Knolle mit österreichischen Wurzeln

Die neue Da komm' ich her! Erdäpfelsorte „Benjamin“ ist mehr als ein Alleskönner in der Küche. Sie ist das Ergebnis jahrelanger Zusammenarbeit, fachlicher Expertise und regionaler Stärke.

Erdäpfel lassen sich vielseitig zubereiten, machen satt und sind bei Groß und Klein beliebt. Die stärkehaltigen Knollen sind eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel in Österreich. Mit „Benjamin“ hält jetzt eine Erdäpfelsorte, die von der Züchtung bis zum Anbau zu 100% in Österreich entstanden ist, Einzug in die Gemüseabteilungen von BILLA und BILLA PLUS. „Der Benjamin ist etwas ganz Besonderes – weil so viele Menschen über Jahre an einem Strang gezogen haben, um diese neue Sorte für unsere Kund:innen anbauen zu können“, betont Johann Regner, REWE Bereichsleiter Obst und Gemüse.

Der lange Weg zum zukunftsfiten Saatgut

Damit die Österreicher:innen heute in den Genuss der vorwiegend festkochenden Da komm' ich her! Erdäpfelsorte kommen, brauchte es nicht nur Fachwissen und Vertrauen, sondern auch viele engagierte Hände. „Eine neue Sorte zu entwickeln, ist wie ein Langstreckenlauf mit vielen Unbekannten“, erklärt Susanne Kirchmaier von der Niederösterreichischen Saatbaugenossenschaft. Von der Idee über unzählige Feldversuche bis zur Verfügbarkeit im Handel vergehen oft mehr als zehn Jahre. Rund 300 Kreuzungen führt Österreichs einziger Erdäpfelzüchter jedes Jahr durch. Die Bestäubung erfolgt jeweils mit der Pinzette von Hand. Nach Jahren der Selektion bleiben von 60.000 Sämlingen ein bis zwei Stämme übrig, die alle gewünschten Eigenschaften vereinen. „Wenn am Ende eine Sorte wie Benjamin dabei herauskommt, hat sich alles gelohnt“, so die Züchterin.

„BENJAMIN“ AUF EINEN BLICK

die neue Da komm' ich her! Erdäpfelsorte aus heimischem Saatgut

•
vorwiegend festkochend mit leicht nussigem Geschmack – für Beilagen aller Art

•
zu 100% aus Österreich – von der Züchtung bis zur Ernte

•
von Partner-Landwirt:innen in Niederösterreich (Bauer OG, Thomas Mattes, Monika Votzi und Franz Wanzenböck) und im Burgenland (Gerhard Pflamitzer) angebaut

•
auf kurzem Weg in die Märkte der Region geliefert

•
exklusiv bei BILLA, BILLA PLUS, ADEG und Sutterlüty erhältlich

Gemeinsam stark: Michael Buxbaum (Geschäftsführer der Niederösterreichischen Saatbau-genossenschaft NÖS), Benjamin Einfalt (BILLA Einkauf), Susanne Kirchmaier (Züchterin bei NÖS) und Johann Regner (REWE Bereichsleiter Obst und Gemüse).



In Österreich gezüchtet, in den Regionen geerntet

Die Ansprüche an eine neue Erdäpfelsorte sind hoch: Zum einen soll sie die Vorlieben der Konsument:innen erfüllen, zum anderen der zunehmenden Hitze und Trockenheit standhalten und gute Erträge liefern. „Wir waren von Anfang an eingebunden – das gibt einem das Gefühl, Teil von etwas Großem und Neuem zu sein“, berichtet Andreas Bauer über die Zusammenarbeit. Der Weinviertler Landwirt ist einer von fünf regional verwurzelten Partner:innen, die die Sorte in Niederösterreich und im Burgenland exklusiv für Da komm' ich her! anbauen.

Köstlicher Alleskönner aus heimischer Erde

Während Landwirt:innen wie Andreas Bauer Benjamin vor allem für seine Robustheit und den für die Lagerung wichtigen guten Schalenaufbau schätzen, überzeugt er Genießer:innen geschmacklich und mit seinen Kocheigenschaften. Die vorwiegend festkochende Sorte mit leicht nussigem Geschmack ist wie gemacht für Ofen- und Petersilerdäpfel, Aufläufe, knusprige Pommes frites und Puffer sowie Salate – ein echtes Unversaltalent also. Nicht nur deshalb hat Benjamin das Zeug zum Lieblingserdäpfel, findet BILLA Einkäufer Benjamin Einfalt, dem die neue Sorte ihren Namen verdankt: **„Benjamin steht für das, was wir bei BILLA wollen – ehrliche Produkte, am besten aus der Region, mit Menschen, denen wir vertrauen und die sich auf uns verlassen können.“**



INTERVIEW

4 Fragen an Andreas Bauer, Erdäpfelproduzent in 3. Generation

Viendorf, Niederösterreich

Seit wann gibt es Ihren Familienbetrieb?

Mein Großvater hat 1956 mit dem Anbau und der Direktvermarktung von Erdäpfeln begonnen. Als Partner der REWE sind wir über die Jahrzehnte als Betrieb gewachsen. Heute vermarkten wir zusätzlich Erdäpfel von rund 200 Landwirt:innen.

Warum ist die Arbeit mit neuen Erdäpfelsorten für Sie wichtig?

Die Klimaveränderung ist in der Landwirtschaft und somit am Feld deutlich sichtbar. Wir haben keine Bewässerungsmöglichkeit, was uns im Sommer vor große Herausforderungen stellt. Damit wir im Weinviertel weiterhin Erdäpfel anbauen können, probieren wir jedes Jahr neue Züchtungen aus, die Trockenheit und Stress besser vertragen und stabile Erträge sowie gute Qualitäten liefern.

Wie sehen Sie die Zusammenarbeit mit BILLA?

Besonders wertvoll ist das offene persönliche Gespräch – dass der Einkauf die Herausforderungen und Bedingungen in der Landwirtschaft versteht und mit uns an Lösungsansätzen arbeitet. Letztlich wollen wir alle hervorragende Lebensmittel produzieren. Die vergleichsweise hohen Standards in Österreich müssen gemeinsam gelebt werden.

Welche Rolle spielen die Konsument:innen dabei?

Der Wunsch ist ein makelloser Erdäpfel. Aber es gibt trockene Jahre, Schädlinge und andere Herausforderungen. Die Landwirtschaft hat keine schnelle Antwort auf den Klimawandel parat. Von der Züchtung und Anpassung bis zur Umstellung braucht es viele kleine Schritte – und vor allem das Verständnis der Konsument:innen für das Naturprodukt Erdäpfel.

Hier gibt's mehr Infos zu allen Benjamin-Landwirt:innen:





Unsere regionalen Partner:innen

Mit den Produkten unserer Lieferant:innen genießen Sie das Beste aus Österreichs Regionen.



RAINER SCHARINGER
Vertriebsleiter Auinger

Seit mehr als vier Jahrzehnten erleichtern die zeitsparenden Basismischungen von Auinger Profi- und Hobbyköch:innen das kreative Kochen. Ende 2022 hat das Familienunternehmen Almi den Betrieb samt Originalrezepturen übernommen. Mit dem vielseitigen Vanillezauber sind cremige Vanillesauce, -eis und -füllungen im Nu zubereitet.



Vanillezauber Sauce*

Preis pro Pkg.:
500 g, € 11,99

Erhältlich bei BILLA PLUS im Burgenland, in Niederösterreich, Oberösterreich, Salzburg, Tirol und Wien.



PATRICK ESTERER
Geschäftsführer Ölmühle Esterer

Seit 1897 steht im Hause Esterer die Herstellung naturbelassener Öle in höchster Qualität im Mittelpunkt. Das Steirische Kürbiskernöl g.g.A. ist vielfach prämiert und hat hier eine lange Tradition. In der Ölmühle in Feldkirchen bei Graz werden steirische Kürbiskerne behutsam geröstet und schonend mit der Stempelpresse gepresst.



Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.*

Preis pro Flasche:
500 ml, € 13,99

Erhältlich in der Steiermark bei BILLA PLUS und in ausgewählten BILLA Märkten.



Text: Sarah Satt. Fotos: StockFood, C. Mavric, Monika Grausgruber, Marian Inhouse-Agentur, The Flow/Alex Koch, Vulcano (2), Esterer



MONIKA GRAUSGRUBER
Gründerin Monis Wertvolles

In ihrer Manufaktur in Gratkorn stellt Monika Grausgruber mit ihrem Team Osttiroler Schlipfkrapfen aus regionalen Zutaten nach Omas Rezept her. Die handgemachten Teigtaschen mit Erdäpfel-Kräuter-Fülle und die Spinat-Ricotta-Ravioli sind frei von künstlichen Zusatzstoffen und stehen in zehn Minuten auf dem Tisch.



Monis Osttiroler Schlipfkrapfen*

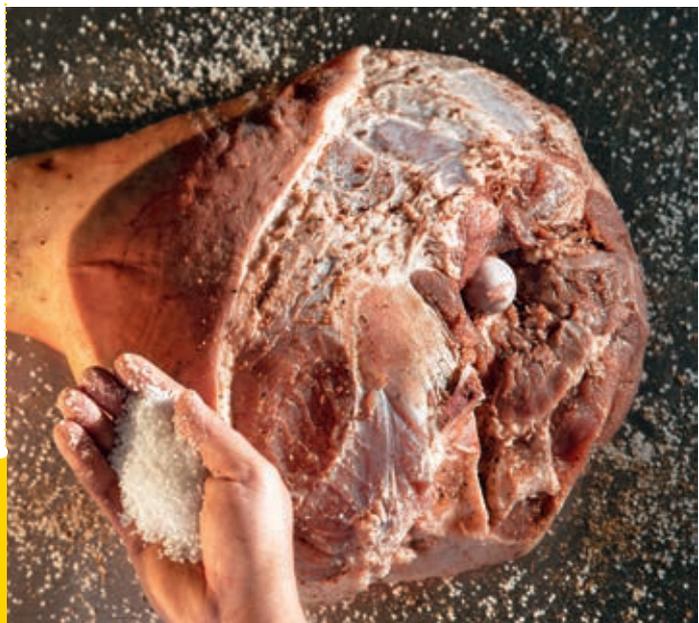
Preis pro Pkg.:
430 g, € 9,99

Erhältlich bei BILLA und BILLA PLUS in ganz Österreich, ausgenommen Kärnten und Osttirol.



FRANZ HABEL
Geschäftsführer Vulcano
Schinkenmanufaktur
GmbH & Co KG

Franz und Bettina Habel veredeln seit 20 Jahren im steirischen Vulkanland das Fleisch artgerecht gehaltener Schweine zu hochwertigem Schinken und Speck. Eine besondere regionale Delikatesse ist der mit zartem Räucherspeck ummantelte Schafkäse von den Weizer Schafbauern – ideal zum Aperitif und zum Grillen.



Schafkäse im Speckmantel*

Preis pro Pkg.:
120 g, € 6,99

Erhältlich bei BILLA und BILLA PLUS in ganz Österreich.





aus biologischer
Landwirtschaft

NACHHALTIG
Kochen mit Ja! Natürlich

Gutes Gelingen

Ja! Natürlich Bio-Kaspressknödel*

Die Bio-Kaspressknödelerolle bringt österreichische Tradition in bester Bio-Qualität auf den Tisch. Sie ist schnell und einfach zubereitet, ob als Hauptgericht, Beilage oder Suppeneinlage.

Preis: 300 g, € 5,49



Gebratene Kaspressknödel mit Rucolacreme

Pro Portion: 471 kcal | 10 g EW | 21 g KH | 37 g Fett | 1,8 BE



4
Portionen



25 Min.



Zubereitung

- 1 kleine Ja! Natürlich gelbe Bio-Zwiebel
- 1 Ja! Natürlich Bio-Knoblauchzehe
- 1 EL Ja! Natürlich Bio-Butter
- 150 ml Ja! Natürlich Bio-Welschriesling
- 250 ml Ja! Natürlich Bio-Schlagobers
- 2 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Rucola
- 2 Ja! Natürlich gekochte Bio-Rote-Rüben
- 1 EL Ja! Natürlich Bio-Waldhonig
- 300 g Ja! Natürlich Bio-Kaspressknödel*
- 1 EL Ja! Natürlich Bio-Butterschmalz
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Butter in einem kleinen Topf schmelzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Mit Wein ablöschen und einkochen lassen. Obers angießen, Rucola dazugeben und mit einem Stabmixer glatt pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten.

2. Rote Rüben klein würfeln. Honig in einer Pfanne erwärmen und die Roten Rüben darin schwenken, bis sie warm sind. Warm halten.

3. Kaspressknödel in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne zerlassen und die Knödelscheiben darin auf beiden Seiten goldbraun braten.

4. Kaspressknödel auf Rucolacreme anrichten und Rote-Rüben-Würfel darauf verteilen.

ZUBEREITUNGSTIPP

Mit zusätzlicher Flüssigkeit können Sie aus der Rucolacreme auch eine Rucolasuppe zubereiten. Falls Ihnen Rucola zu pfeffrig-scharf ist, ersetzen Sie ihn einfach durch Vogelsalat.

Preisänderungen vorbehalten.

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

FAIRER LEBEN

Ein **verantwortungsvolles Miteinander** ist die Basis für eine lebenswerte Zukunft – dafür setzt BILLA sich mit **vielfältigen sozialen und ökologischen Initiativen** ein.

TEXT **Sarah Satt**



FÜRS KLIMA

Wir sind: klimafreundlich und engagiert – für eine rundum lebenswerte Umwelt und Zukunft.

GEMEINSAM GEGEN DEN KLIMAWANDEL

Am 24. Oktober ist Internationaler Tag gegen den Klimawandel. BILLA engagiert sich tagtäglich für den Klimaschutz und macht seinen Kund:innen das klimaschonende Genießen einfach – mit nachhaltigen Verpackungen, regionalen Produkten, pflanzlichen Alternativen und Maßnahmen gegen Lebensmittelverschwendung.



Mehr darüber auf:
billa.at/nachhaltigkeit



DAS WEINVIERTEL BLÜHT AUF – MIT IHREM PFAND!



Bei der Rückgabe von Leergut in den Märkten haben BILLA und BILLA PLUS Kund:innen die Möglichkeit, ihr Pfand für Naturschutzprojekte der gemeinnützigen Privatstiftung Blühendes Österreich* zu spenden. 2025 fließt ein Großteil der Pfandspenden in das Projekt „Wilde Weide Weinviertel“ des Regionalentwicklungsvereins Leiser Berge. Durch die Wiederbeweidung von 100 Hektar Naturflächen mit Wasserbüffeln, Tux-Zillertaler Rindern, Schafen und Konikpferden entstehen wertvolle Lebensräume für gefährdete Pflanzen und Tiere sowie regionale Lebensmittel höchster Qualität.



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

Mit Pflanzenpower das Klima schützen

Der Weltvegetariertag am 1. Oktober rückt die vielen Vorteile einer fleischlosen Ernährung für Klima, Tierwohl und bewusste Genießer:innen in den Fokus. Die BILLA Eigenmarke Vegavita steht seit 20 Jahren für pflanzenbasierten Genuss und zeigt mit über 80 rein pflanzlichen, palmölfreien Produkten zu leistbaren Preisen, wie abwechslungsreich und köstlich diese Ernährungsweise sein kann.



WUSSTEST DU?

Im BILLA Online Shop lassen sich Produkte für eine rein pflanzliche Ernährung praktisch auf einen Klick filtern!



Lass dich beim Einkauf nicht pflanzen!

Viele Convenience-Produkte enthalten versteckte tierische Zutaten. Wer bewusst darauf verzichten möchte, kocht am besten frisch mit unverarbeiteten Lebensmitteln und orientiert sich bei verpackten Produkten am V-Label. Das abgebildete Label mit dem Zusatz „vegan“ garantiert, dass es sich um ein zu 100% pflanzliches Produkt handelt.



FÜR UNS ALLE

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



Bei jedem Einkauf Gutes tun

„Aufrunder, bitte!“ – mit diesen zwei Worten können Sie Ihren Rechnungsbetrag an der Kassa bei BILLA und BILLA PLUS auf den nächsten vollen 10-Cent-Betrag aufrunden lassen und damit Familien in Not unterstützen. Die gespendeten Beträge fließen direkt in Hilfsprojekte der Caritas. jö Bonus Club Mitglieder, die dauerhaft aufrunden, bewirken automatisch bei jedem Einkauf Gutes – einfach an der Kassa oder online auf aufrunden.at aktivieren.



1,4 Mio.

Euro für Caritas-Hilfsprojekte haben Kund:innen bei BILLA und BILLA PLUS durch die Initiative „Aufrunder bewirken Wunder“ bisher gespendet.

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

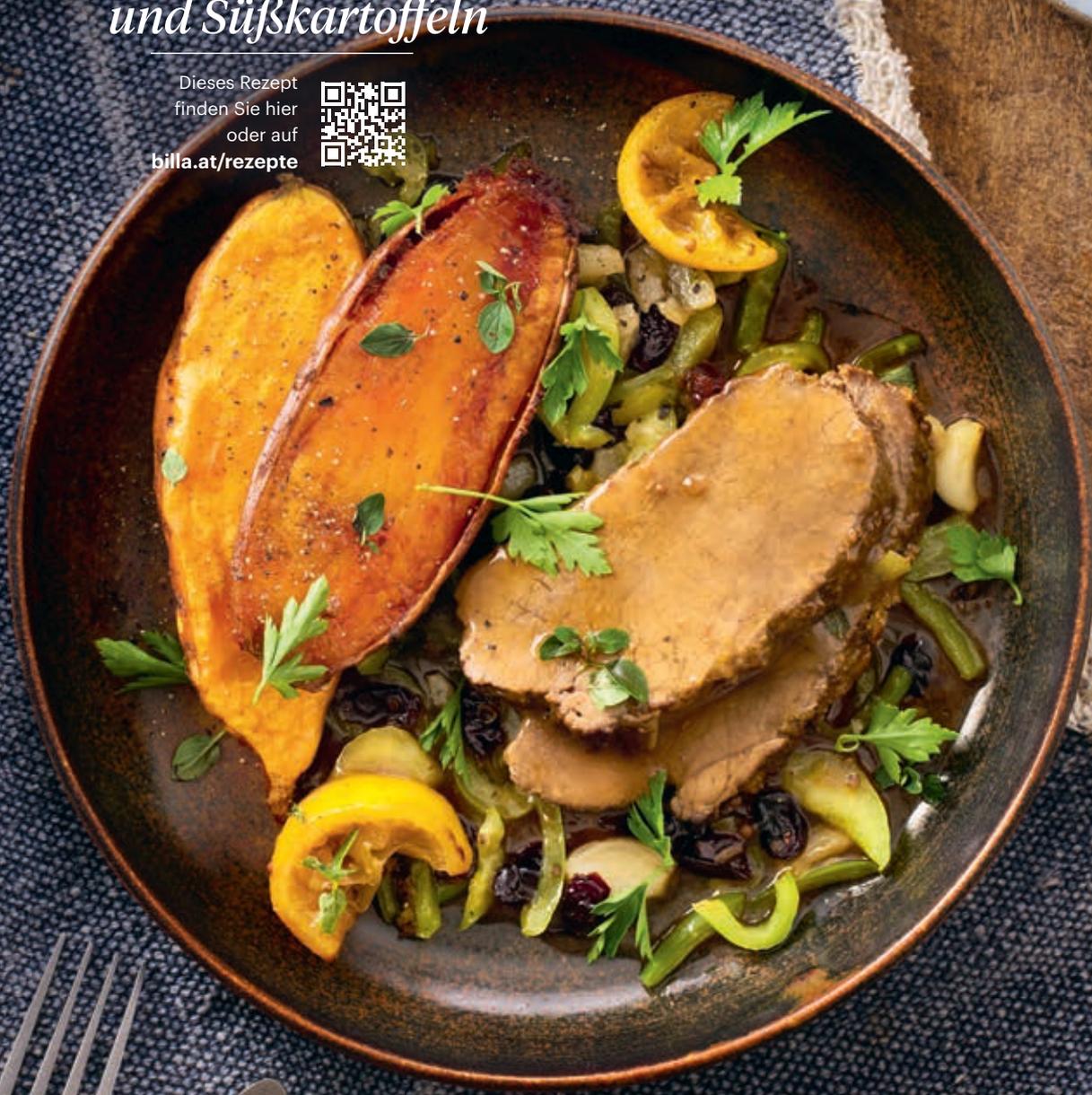


NACHHALTIG
Bio-Saisunküche



RINDSSCHULTERBRATEN mit Cranberry-Paprika-Gemüse und Süßkartoffeln

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





aus biologischer
Landwirtschaft

billa
bio

RESTLOS KÖSTLICH

Mit unseren Bio-Rezepten zeigen wir, wie Sie aus den Produkten von Ja! Natürlich und BILLA Bio möglichst ohne Reste herbstliche Köstlichkeiten zubereiten können.

GEBACKENE SELLERIEKNOLLE mit Pulled Bierfleisch

Pro Portion: 978 kcal | 44 g EW | 29 g KH | 73 g Fett | 2,4 BE



4

Portionen



30 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 2½ Std.

- ca. 1,5 kg Ja! Natürlich Bio-Beinflfleisch vom Weide-Genussrind
- 4 Ja! Natürlich gelbe Bio-Zwiebeln
- 250 g Ja! Natürlich Bio-Karotten
- 50 ml Ja! Natürlich Bio-Bratöl
- 50 g BILLA Bio Tomatenmark
- 990 ml Bio-Malzbier (z. B. Brauhaus Gusswerk Horny Betty)
- 100 ml BILLA Bio Sweet-Chili-Sauce
- 2 mittelgroße Ja! Natürlich Bio-Sellerieknollen
- 100 ml Ja! Natürlich Bio-Rapsöl
- ½ BILLA Bio Salatgurke
- 1 EL BILLA Bio Apfelessig
- 1 Bund Ja! Natürlich Bio-Schnittlauch
- 1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Petersilienblätter
Salz, BILLA Bio bunter Pfeffer

KÖSTLICHER GEMÜSEAUFSTRICH

Das ausgedrückte Schmor Gemüse wird, mit etwas Butter, Frischkäse oder Crème fraîche püriert und mit Gewürzen abgeschmeckt, zu einem Brotaufstrich.

Zubereitung

1. Beinflfleisch trocken tupfen und kräftig mit Salz und gemahlenem Pfeffer würzen. Zwiebeln und Karotten jeweils mit Schale in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Fleischstücke in einem breiten Topf bei hoher Hitze in Bratöl rundum ca. 5 Minuten kräftig anbraten. Fleisch entnehmen.
2. Zwiebeln, Karotten und Tomatenmark in den Topf geben und ca. 5 Minuten kräftig braten. Malzbier und Sweet-Chili-Sauce dazugeben, das Fleisch einlegen und bei niedriger Hitze abgedeckt ca. 2 Stunden schmoren, dabei mehrmals wenden.
3. Währenddessen Backrohr auf 190 °C (Umluft) vorheizen. Sellerie mit Schale gut säubern und mit Rapsöl und Salz einreiben. Sellerie in eine Auflaufform legen und auf mittlerer Schiene ca. 60 Minuten weich backen.
4. Gurke fein würfeln, leicht salzen und mit Essig marinieren. Schnittlauch fein schneiden.
5. Fleisch aus dem Topf nehmen, vom Knochen lösen und mit einer Gabel zerzupfen. Sauce abseihen, auffangen und das im Sieb aufgefangene Gemüse mit einem Schöpflöffel sehr gut ausdrücken.
6. Sellerie in dicke Scheiben schneiden, anrichten und mit Schmorfleisch und etwas Sauce bedecken. Mit Gurke, Schnittlauch und Petersilie garnieren.





NACHHALTIG
Bio-Saiserküche



FLEISCHRESTE FÜR FLEISCHFOND

Die geschmorten Fleischknochen können Sie zu einem Fleischfond verkochen, als Basis für Suppen und Saucen.



NACHHALTIG

Bio-Saisunküche

FRUCHTIGE RESTNOTE

Die Kerngehäuse der Birnen können Sie in die Goldbrassen füllen und mitgaren.



GOLDBRASSE

mit Birnen-Fenchel-Salat

Pro Portion: 754 kcal | 32 g EW | 18 g KH | 59 g Fett | 1,5 BE



4

Portionen



30 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 45 Min.

- 4 BILLA Bio Goldbrassen*
- 2 Ja! Natürlich Bio-Zitronen
- 4 Ja! Natürlich Bio-Rosmarinzweige
- 180 ml Ja! Natürlich natives Bio-Olivenöl extra
- 2 Ja! Natürlich Bio-Fenchelknollen
- 2 Ja! Natürlich Bio-Birnen (z. B. Williams)
- 4 Ja! Natürlich Bio-Thymianzweige
- 2 Ja! Natürlich rote Bio-Zwiebeln
- 1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Petersilienblätter
- 30 ml BILLA Bio Zitronensaft
- Salz, Fleur de Sel, BILLA Bio bunter Pfeffer

*Dieses Produkt ist nur bei BILLA PLUS erhältlich.

Zubereitung

- 1.** Backrohr auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Ein Backblech mit Wasser (ca. 1 cm hoch) auf unterster Schiene einschieben. Goldbrassen waschen, mit Küchenpapier innen und außen trocken reiben und die Seiten 6- oder 7-mal ca. 5 mm tief einschneiden.
- 2.** Zitronen in Scheiben schneiden, Rosmarinadeln abstreifen. Fische innen und außen mit gemahltem Pfeffer und Rosmarin würzen und mit Zitronenscheiben füllen.
- 3.** Ein Backblech mit Backpapier belegen und mit 50 ml Öl beträufeln. Goldbrassen auf das Blech legen, mit 50 ml Öl beträufeln und auf mittlerer Schiene ca. 25 Minuten backen.
- 4.** Währenddessen Fenchel dünn hobeln. Birnen entkernen und ebenfalls dünn hobeln. Thymianblättchen abzupfen und fein schneiden. Zwiebeln schälen und in feine Spalten schneiden, Petersilie grob schneiden.
- 5.** Fenchel, Birnen, Thymian, Zwiebeln, 80 ml Öl, Zitronensaft, Petersilie, etwas Salz und gemahlene Pfeffer vermischen. Evtl. Fenchelgrün daraufgeben.
- 6.** Goldbrassen anrichten, mit Fleur de Sel würzen und mit Birnen-Fenchel-Salat servieren.

FISCHRESTE FÜR FISCHFOND

Aus Gräten und Karkassen können Sie einen schmackhaften Fischfond zubereiten. Dazu mit kaltem Wasser, etwas Salz und Suppengemüse aufstellen, bei mittlerer Hitze erwärmen und ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen. Danach durch Küchenpapier abseihen und den Sud heiß in sterile Schraubgläser füllen.



GEDÜNSTETE MISO-LAUCHSTANGEN mit Honig-Senf-Vinaigrette und Ei

Pro Portion: 653 kcal | 18 g EW | 55 g KH | 38 g Fett | 3,7 BE



4

Portionen



35 Min.



- 350 g Ja! Natürlich Bio-Lauchstangen
- 50 g Ja! Natürlich Bio-Butter
- 2 EL Ja! Natürlich Bio-Misopaste*
- 4 Ja! Natürlich Bio-Eier (Größe M)
- 50 g BILLA Bio grüne Oliven ohne Stein
- 1 Bund Ja! Natürlich Bio-Schnittlauch
- 2 Ja! Natürlich Bio-Knoblauchzehen
- 40 ml BILLA Bio Apfelessig
- 80 ml Ja! Natürlich Bio-Leinöl
- 1 EL Ja! Natürlich Bio-Estragonsenf
- 1 EL BILLA Bio Blütenhonig
- 2 Beete Ja! Natürlich Bio-Blaukrautsprossen
- 8 Scheiben Ja! Natürlich Bio-Hausbrot
Salz, BILLA Bio bunter Pfeffer

Zubereitung

1. Lauchstangen längs halbieren. In einem Topf auf den Schnittflächen in Butter bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten braten, dann mit wenig Salz und gemahlenem Pfeffer würzen. Misopaste und 100 ml Wasser dazugeben und bei niedriger Hitze mit geschlossenem Deckel ca. 20 Minuten weich dünsten.
2. Währenddessen die Eier in kochendem Wasser 6 Minuten wachweich kochen, abschrecken und schälen. Oliven grob hacken, Schnittlauch fein schneiden und Knoblauch schälen. Essig, Öl, Senf, Honig und Knoblauch mit etwas Salz pürieren.
3. Lauchstangen anrichten und die Eier darauflegen. Mit Oliven bestreuen, mit Vinaigrette beträufeln und mit Sprossen und Schnittlauch garnieren. Mit frischem Hausbrot servieren.

EINKAUFSTIPP



190 g € 5,99

JA! NATÜRLICH BIO-MISOPASTE*

100% pflanzlich, aus heimischen Bio-Kürbiskernen, für Umami-Würze bei Gemüse, Fisch, Fleisch, Suppen und Marinaden.

LEINÖL AUFBEWAHREN

Leinöl sollte kühl, lichtgeschützt und luftdicht gelagert werden. Bewahren Sie es am besten im Kühlschrank auf und achten Sie darauf, dass die Flasche immer gut verschlossen ist.

Viele hilfreiche Tipps rund um Einkaufsplanung, Lagerung und Resteverwertung haben wir hier für Sie gesammelt: [billa.at/wertvolle-lebensmittel](https://www.billa.at/wertvolle-lebensmittel)



NACHHALTIG
Bio-Saiserküche



NACHHALTIG
Bio-Saiserküche



LOADED SÜSSKARTOFFELN mit würzigem Crispy Tofu

Pro Portion: 951 kcal | 26 g EW | 45 g KH | 71 g Fett | 3,7 BE



*Gesamtzeit: ca. 50 Min.

- 4 mittelgroße Ja! Natürlich Bio-Süßkartoffeln
- 100 ml Ja! Natürlich natives Bio-Olivenöl extra
- 500 g Ja! Natürlich Bio-Tofu natur in Salzlake
 - 1 Ja! Natürlich gelbe Bio-Zwiebel
 - 2 Ja! Natürlich Bio-Knoblauchzehen
- 1 TL BILLA Bio Paprikapulver
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 1 Ja! Natürlich Bio-Lauchstange
- 1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Korianderzweige
- 40 ml Bio-Sojasauce
- 50 g BILLA Bio Ketchup extra hot
- 2 BILLA Bio Limetten
- 2 BILLA Bio Avocados
- 50 ml Ja! Natürlich Bio-Hanföl
- 100 g BILLA Bio Cashewbruch
- Salz

NÜSSE AUFBRAUCHEN

Sie haben noch andere Nüsse zuhause?
Kein Problem, Sie können auch
diese verwenden. Einfach hacken und
darüberstreuen.

Zubereitung

1. Backrohr auf 200 °C (Umluft) vorheizen. Süßkartoffeln mit 50 ml Olivenöl einreiben, salzen und auf ein Backblech legen. Ca. 30 Minuten auf mittlerer Schiene backen.
2. Währenddessen Tofu gut abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebel fein würfeln, Knoblauch pressen. Tofu grob reiben und in einer Pfanne mit Zwiebel, Knoblauch, Paprikapulver und Kreuzkümmel in 50 ml Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten braten, dabei mehrmals gut durchrühren.
3. Währenddessen Lauchstange sehr fein schneiden. Korianderblätter abzupfen, die Stiele fein schneiden.
4. Lauch, Sojasauce und Ketchup zum Tofu geben, alles gut vermischen und die Pfanne vom Herd nehmen.
5. Die Schale einer Limette abreiben und die Limette auspressen, die zweite Limette in Spalten schneiden. Avocados halbieren, entsteinen und das Fruchtfleisch mit Limettensaft und -abrieb, Hanföl und etwas Salz glatt pürieren. Korianderstiele einrühren.
6. Süßkartoffeln aus dem Rohr nehmen, aufbrechen und mit Avocado-creme füllen. Knusprigen Tofu darübergeben und mit Korianderblättern, Cashewbruch und Limettenspalten garnieren.

**Land
schafft
Leben**

WISSEN ZUM ESSEN

WANDLUNGSFÄHIGER SOJA-KLASSIKER: TOFU

Tofu ist eigentlich gestockter Sojadrink. Seine Herstellung ist mit der von Käse vergleichbar – außer dass Tofu nicht reift. Für Tofu wird Sojadrink mithilfe von Nigari (Magnesiumchlorid) oder Kalziumsulfat zum Gerinnen gebracht und zu Blöcken gepresst. Als wandlungsfähiges Grundprodukt für viele Rezepte lässt sich z. B. fester Tofu kochen, braten oder frittieren. Kommt das enthaltene Soja aus Österreich, wurde es gentechnikfrei angebaut – auf fast 40% der Flächen sogar in Bio-Qualität.

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.

BUTTERNUSSKÜRBIS AUS DEM OFEN

mit Ziegenkäse und Mandelcreme

Pro Portion: 857 kcal | 25 g EW | 41 g KH | 63 g Fett | 3,4 BE



4

Portionen



30 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 50 Min.

- 2 kleine Ja! Natürlich Bio-Butternusskürbisse
- 4 Ja! Natürlich rote Bio-Zwiebeln
- 120 ml Ja! Natürlich natives Bio-Olivenöl extra
- 1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Petersilienzweige
- 1 Handvoll Ja! Natürlich Bio-Korianderzweige
- 2 Ja! Natürlich Bio-Knoblauchzehen
- 60 g Ja! Natürlich weißes Bio-Mandelmus
- 20 ml BILLA Bio Zitronensaft
- 250 g Ja! Natürlich Bio-Ziegenkäse natur
- 100 g BILLA Bio Nussbruch-Mix
- 4 Scheiben Ja! Natürlich rustikales Bio-Weißbrot Salz, BILLA Bio bunter Pfeffer bunt

Zubereitung

1. Backrohr auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Kürbisse längs halbieren und die Kerne herauskratzen. Kürbisse in Spalten schneiden und die Schale alle 3 mm ca. 1 mm tief einschneiden.
2. Zwiebeln schälen und halbieren. Kürbisspalten und Zwiebeln salzen und mit 100 ml Öl vermischen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und auf mittlerer Schiene ca. 30 Minuten backen.
3. Währenddessen Petersilien- und Korianderblätter abzupfen, die Stiele grob schneiden. Knoblauch schälen. Mandelmus, 20 ml Öl, Zitronensaft, Knoblauch und 50 ml Wasser mit etwas Salz und gemahlenem Pfeffer pürieren.
4. Mandelcreme auf Teller verteilen, Kürbisspalten und Zwiebeln darauf anrichten. Mit zerbröseltem Ziegenkäse und Nussbruch bestreuen, mit Kräuterblättern und -stielen garnieren. Brot dazuservieren.

GERÖSTETE KÜRBISKERNE

Für selbst gemachte geröstete Kürbiskerne die ausgekratzten Kerne säubern, mit Öl und Salz marinieren und im Rohr bei 180 °C (Ober-/Unterhitze) ca. 15 Minuten rösten.



NACHHALTIG
Bio-Saiserküche





billa
bio



PRODUKTE mit MEHRWERT

Gleichzeitig der Umwelt und sich selbst etwas Gutes zu tun ist der reinste Genuss mit den Bio-Produkten von Ja! Natürlich und BILLA Bio.





1	BILLA Bio Cremeblütenhonig	350 g	€ 3,79
2	Ja! Natürlich Bio-Mandelmus	250 g	€ 8,99
3	BILLA Bio Apfelessig	750 ml	€ 2,99
4	BILLA Bio Avocados*	2 Stk.	
5	BILLA Bio Cashewkerne geröstet & gesalzen	275 g	€ 5,19
6	BILLA Bio griechische grüne Oliven	350 g	€ 3,69
7	Ja! Natürlich Bio-Süßkartoffeln*	pro kg	
8	Ja! Natürlich rustikales Bio-Weißbrot	450 g	€ 3,55
9	Ja! Natürlich Bio-Rapsöl	500 ml	€ 4,99
10	BILLA Bio Gurke*	pro Stk.	
11	Ja! Natürlich Bio-Karotten*	1 kg	
12	Ja! Natürlich Bio-Tofu natur	250 g	€ 2,49

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

SIMPLY
good 
simply me

GUT IST FÜR MICH, WAS LEICHT GEHT.



Die wichtigste Zutat deines Lebens?
Leichtigkeit. Lass dir deshalb dein
Lieblingsgericht mit frischem,
knackigem Gemüse und wertvollem
Eiweiß in nur ca. 5 Minuten schmecken.

DAMPFGAREN IN DER MIKROWELLE



Gleich ausprobieren!

GIBT'S NUR BEI:

BILLA
BILLA PLUS

 **ADEG**

[simplygood.at](https://www.simplygood.at)

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



Bio-Weizenkeime

Der Schatz des Weizenkorns



In jedem Weizenkorn von Fini's Feinstes ist ein kleiner Schatz versteckt.

Bio-Weizenkeime enthalten von Natur aus wertvolle Nährstoffe und Spermidin. Dank Fini's Feinstes gibt es die goldgelben Superflocken nun bei BILLA zu kaufen, und zwar im Frühstückregal neben Leinsamen und Haferflocken. Bio-Weizenkeime passen ideal zu Müsli, Joghurt oder direkt aufs Butterbrot zur Jause.

Frisch und natürlich aus der Mühle Weil sie sehr fettreich sind, wurden Weizenkeime für gewöhnlich bei der Herstellung des Mehls vom Rest des Korns getrennt und aussortiert. Schade eigentlich – denn Weizenkei-

me sind richtige Superflocken! Deshalb haben wir in der Fini's Feinstes Mühle einen eigenen Prozess entwickelt, um die Weizenkeime schonend und natürlich aufzubereiten, damit alle Nährstoffe erhalten bleiben.

Spitzenreiter in Sachen Spermidin Weizenkeime beschenken uns mit einer weiteren besonderen Substanz: Spermidin. Der natürliche Stoff mit dem außergewöhnlichen Namen begeistert die Wissenschaft, denn er unterstützt den körpereigenen Prozess der Zellerneuerung – auch Autophagie genannt – und könnte in diesem Zusammenhang eine positive Rolle im Alterungsprozess spielen. Und das Beste: Weizenkeime sind das spermidinreichste Lebensmittel, das aktuell bekannt ist!

Weizenkeime enthalten von Natur aus

- Spermidin
-
- pflanzliches Eiweiß
-
- Ballaststoffe
-
- wertvolle ungesättigte Omega-3-Fettsäuren
-
- Vitamine – vor allem Vitamin E, B-Vitamine und Folsäure
-
- Mineralstoffe und Spurenelemente wie Kalium, Eisen, Zink, Calcium, Magnesium und Phosphor

Fini's Feinstes Bio-Weizenkeime*

Preis: 150 g, € 5,99

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



HAND-
WERK
SEIT
1903

Schmecke unser Feuer.

Das Original:
Schwarze Pute



Jetzt neu:
Schwarze Pute Käse



moserwurst.at



GENUSS

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

NUSSIGER TREND

Pistazien sind gerade in aller Munde – das gilt auch für unsere süßen Rezepte

HEISSE LUFT

Unsere Gerichte werden zur Gänze im Airfryer zubereitet

PFLANZENPOWER

Hülsenfrüchte sind die ideale Zutat zum plant-based Kochen



Nachhaltigkeit ist
unsere Natur ...

YUUN MEE

finest Seafood - enjoy the Difference

with
a **FRESH**
SMILE from
Nature



20 Jahre Yuu'n Mee
20 Eat
responsible.

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

GETRÄNK

des Monats

Seit über 180 Jahren steht die Marke Schlumberger für höchste österreichische Qualität, Tradition und gelebte Sektkultur. Der Schlumberger Sparkling Brut ist ein Paradebeispiel dafür.

Die Kellermeisterin empfiehlt

Schlumberger Sparkling Brut*
0,75 l, € 16,99

Tradition trifft Innovation

Robert Alwin Schlumberger legte 1842 den Grundstein für die größte heimische Sektkellerei, als er die Méthode Traditionnelle nach Österreich brachte. Das aufwendige Verfahren verleiht Schaumweinen eine besondere Eleganz und Tiefe.

Ein Klassiker mit Charakter

Die Cuvée aus Chardonnay, Pinot Blanc und Welschriesling zeigt in der Nase Fruchtnoten von weißem Pfirsich und frischen Mirabellen. Am Gaumen überzeugt sie mit harmonischer Struktur, eleganter Perlage und vielschichtiger Aromatik.

Kurz und bündig:

Farbe	hellgelb
Nase	duftig, frische Fruchtaromen
Gaumen	cremige Hefenoten, vielschichtig und elegant
Gesamteindruck	ausgewogen und harmonisch



Aureore Jeudy,
Kellermeisterin bei
Schlumberger

„Unser Sparkling Brut steht für Leichtigkeit und Eleganz, veredelt nach der Méthode Traditionnelle – mit feinen Fruchtnoten, lebendiger Frische und dem typischen Schlumberger-Stil. Ideal für genussvolle Momente und als Speisenbegleiter – ob zu Fisch, hellem Fleisch oder leichten Vorspeisen.“

FOODPAIRING

Der Sekt passt gut zu diesem Gericht:
billa.at/kurz-gebeizte-forelle-mit-apfel-kohlrabi-pickles



Tchibo



ICH LIEBE MEINEN GENUSSMOMENT.

Ideal für



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

[tchibo.at](https://www.tchibo.at)

GENUSS
Süßes mit Pistazien

GRÜNES GLÜCK

Geröstet, gesalzen, natur oder als Creme:
Wir lieben Pistazien in jeder Form und bereiten
deshalb himmlische Süßspeisen damit zu.

Fotos: Adobe Stock (Texthinterleger); Produktion: Sigrid Kreim-Guttman

REZEPTFOTOS
Lukas Gächter/Marian
Inhouse-Agentur

FOODSTYLING
Kevin Ilse

STYLING
Karin Boba

GENUSS

Süßes mit Pistazien



Wenn Sie Lust auf eine fruchtige Komponente haben, können Sie tiefgekühlte Himbeeren zerdrücken (z. B. mit einem Löffelrücken) und vor dem Servieren über die Tarte streuen.

NO-BAKE-PISTAZIEN-CHEESECAKE

Pro Stück: 341 kcal | 6 g EW | 25 g KH | 23 g Fett | 2,1 BE



1

Tarte**



30 Min.*



*exkl. Kühlzeit **12 Stücke

- 100 g Butter
- 200 g dünnes Vollkornknäcke-
brot mit Sauerteig (z. B.
Finn Crisp)
- 50 g Feinkristallzucker
- 140 g Zartbitterkuvertüre
- 1 TL Kokosfett
- 300 g Frischkäse
- 120 g Pistaziencreme
- 2-3 EL Milch
- 40 g geröstete, gesalzene
Pistazienkerne

*Sie können den
Kuchenboden
auch mit Karamell-
oder Butterkeksen
zubereiten.*

Zubereitung

1. Butter in einem Topf zerlassen und so lange erhitzen, bis sie goldbraun wird. Abkühlen lassen.
2. Knäckebrötchen und Zucker in einem Mixer fein-bröselig zerkleinern. Butter untermischen. Brösel in einer Tarteform (ca. 24 cm ø) verteilen und fest andrücken, dabei einen Rand hochziehen. 30 Minuten kalt stellen.
3. Währenddessen Kuvertüre grob hacken. 100 g Kuvertüre und Kokosfett in einer Metallschüssel über Wasserdampf schmelzen lassen und glatt rühren. Kuchenboden und -rand damit einstreichen. Aushärten lassen.
4. Frischkäse, Pistaziencreme und Milch mit einem Schneebesen glatt rühren. Auf dem Kuchenboden verteilen und glatt streichen.
5. Restliche Kuvertüre schmelzen. Mit einem Löffel ungleichmäßig über dem Kuchen verteilen. Pistazien grob hacken und auf den Kuchen streuen. Bis zum Servieren kalt stellen.

Noch mehr Pistaziengenuss gefällig? Hier finden Sie eine köstliche Vielfalt an Rezepten – von feinen Desserts bis zu herzhaften Ideen: billa.at/pistazien

GENUSS

Süßes mit Pistazien



PISTAZIEN-BLÄTTERTEIGGOLATSCHEN

Pro Golatsche: 238 kcal | 6 g EW | 18 g KH | 15 g Fett | 1,5 BE



12

Golatschen



20 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 40 Min. exkl. Kühlzeit

- 1 Rolle **Blätterteig**
- 150 g **Frischkäse**
- 80 g **Pistaziencreme**
- 1 **Ei (Größe M)**
- 100 g **geröstete, ungesalzene Pistazien**
- 12 **Datteln ohne Stein**
- 1 **Eidotter (Größe M)**
- 1 EL **Milch**
- Staubzucker zum Bestreuen**

Blätterteig sollte möglichst kalt verarbeitet und bei hoher Temperatur gebacken werden. So bleiben die Schichten getrennt und er geht schön blättrig auf.

Zubereitung

1. Backrohr auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Blätterteig samt Backpapier auf einem Backblech ausbreiten und mit einem Messer oder Pizzaroller in 12 gleich große Rechtecke schneiden.
2. Frischkäse, Pistaziencreme und Ei glatt rühren. Pistazien schälen und fein hacken. 2 EL beiseitestellen, den Rest unter die Creme heben.
3. Die Creme mittig auf die Blätterteigstücke setzen, je 1 Dattel darauflegen. Die Ecken der Teigstücke zur Mitte falten und etwas festdrücken.
4. Dotter und Milch verquirlen. Golatschen damit bepinseln und mit restlichen Pistazien bestreuen. Auf mittlerer Schiene ca. 20 Minuten goldbraun backen.
5. Golatschen warm oder ausgekühlt anrichten und mit Staubzucker bestreuen.

25 JAHRE **FRISCH GEKOCHT**

Pistazien sind derzeit die Lieblingszutat in vielen Süßspeisen. Mehr über Foodtrends und ein tolles Jubiläums-Gewinnspiel gibt es auf Seite 6-7!

GENUSS

Süßes mit Pistazien



EINKAUFSTIPP



200 g **€ 4,99**

BILLA GENUSSWELT PISTAZIENCREME

Cremiger Genuss mit dem herrlichen Aroma gerösteter Pistazien, einer Prise Meersalz und Bourbon-Vanille.

Preisänderungen vorbehalten.

Produktfoto: Marian Inhouse-Agentur

PISTAZIEN-MASCARPONE-BRIOCHE-BUNS

Pro Bun: 624 kcal | 13 g EW | 62 g KH | 34 g Fett | 5,2 BE



*Gesamtzeit: ca. 2½ Std. exkl. Kühlzeit

- 250 ml Milch
- 70 g Butter
- 500 g glattes Weizenmehl
- 60 g Feinkristallzucker
- 2 Eier (Größe M)
- 1 Pkg. Trockengerm
- 1 TL Salz
- 250 g Mascarpone
- 150 ml Schlagobers
- 120 g Pistaziencreme
- 25 g gehackte ungesalzene Pistazienkerne

Achten Sie darauf, dass die Milch-Butter-Mischung lauwarm ist (35–38 °C). Ist sie zu heiß, stirbt die Germ ab. Ist sie zu kalt, benötigt der Teig länger zum Aufgehen.

Zubereitung

1. Milch in einem Topf lauwarm erwärmen und die Butter darin langsam schmelzen. Mehl, Zucker, 1 Ei, Germ, Salz und Milch-Butter-Mischung mit den Knehtaken ca. 8 Minuten zu einem glatten Teig kneten.
2. Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel setzen und mit einem Tuch abdecken. Ca. 60 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen des Teigs verdoppelt hat.
3. Teig in 8 gleich große Stücke teilen. Zu Kugeln schleifen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Mit einem Tuch abdecken und 30 Minuten gehen lassen. Backrohr auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
4. Das zweite Ei gründlich verquirlen und die Teigstücke damit bepinseln. Ca. 20 Minuten auf mittlerer Schiene goldbraun backen. Herausnehmen und vollständig auskühlen lassen.
5. Mascarpone und Schlagobers cremig rühren. Pistaziencreme unterrühren und in einen Spritzbeutel ohne Tülle füllen.
6. Buns im oberen Drittel quer einschneiden, dabei jedoch nicht ganz durchschneiden. Pistazien-Mascarpone in die Öffnungen spritzen und mit einem Messer glatt streichen. Fülle vorsichtig in gehackte Pistazien tauchen oder damit bestreuen.
7. Buns sofort anrichten oder bis zum Servieren kalt stellen.

GENUSS
Süßes mit Pistazien

Luftdicht verschlossen hält sich
das Granola an einem dunklen,
kühlen Ort ca. 1 Monat.



WEISSWEIN-SAFRAN-BIRNEN mit Pistaziengranola

Pro Portion: 260 kcal | 5 g EW | 38 g KH | 9 g Fett | 3,2 BE



4

Portionen**



25 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 60 Min. exkl. Kühlzeit
**plus Granola auf Vorrat

- 100 g geröstete, gesalzene Pistazienkerne
- 150 g zarte Haferflocken
- 50 g Rosinen
- 2 EL Ahornsirup (Grad C)
- 2 EL brauner Zucker
- 2 EL Rapsöl
- 4 Birnen (z. B. Cepuna)
- 500 ml trockener Weißwein
- 120 g Feinkristallzucker
- 1 Pkg. Vanillezucker
- 1 Msp. Safranfäden
- 1 Zimtstange
- 8 Pistazien-Eismochis

Diese Pistazien bringen eine leicht salzige Komponente in das Granola. Sie können auch ungesalzene verwenden und nach Belieben selbst Salz hinzufügen.

Zubereitung

1. Backrohr auf 160°C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Pistazien grob hacken und mit Haferflocken, Rosinen, Ahornsirup, braunem Zucker und Rapsöl gründlich vermischen. Auf dem Blech verteilen und auf mittlerer Schiene 20 Minuten backen, dabei immer wieder durchmischen. Anschließend auskühlen lassen.

2. Währenddessen Birnen schälen, halbieren und die Kerngehäuse mit einem Kugelausstecher oder kleinen Löffel herausstechen.

3. Wein, Feinkristall- und Vanillezucker, Safran und Zimt in einem Topf aufkochen. Birnenhälften hineingeben und ca. 15 Minuten bei niedriger Hitze langsam pochieren. In der Flüssigkeit abkühlen lassen.

4. Birnenhälften mit etwas Pochier-Flüssigkeit und Pistazien-Eismochis anrichten und mit Granola bestreuen.

GENUSS

Süßes mit Pistazien



Würzige Pistazien-Blondies mit Safranfrosting

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



Statt Amaretto können Sie auch
einen Tropfen Bittermandelaroma
unter die Milch mischen.

PISTAZIEN-TIRAMISU

Pro Portion: 623 kcal | 11 g EW | 48 g KH | 41 g Fett | 4 BE



4
Portionen



25 Min.*



*exkl. Kühlzeit

- 2 sehr frische Eidotter (Größe M)
- 40 g Staubzucker
- 250 g Mascarpone
- 80 g Pistaziencreme
- 100 ml Milch
- 2-3 EL Amaretto
- 100 g Biskotten
- 25 g gehackte ungesalzene Pistazienkerne
- 3 EL Granatapfelkerne

Zubereitung

1. Dotter und Staubzucker in einer Metallschüssel über Wasserdampf mit einem Schneebesen cremig schlagen. Mascarpone und Pistaziencreme unterrühren.
2. Milch und Amaretto verrühren. Biskotten eintauchen, in Stücke brechen und abwechselnd mit der Creme in Gläser schichten. Mit Creme abschließen.
3. Tiramisu mit gehackten Pistazien und Granatapfelkernen bestreuen. Bis zum Servieren kalt stellen.

Entdecke die echte
Provence!



Köstliche Rezepte auf
[Bresso.at](https://www.bresso.at)





WÜRZKUNDE

Geschmackssache

CURRY

Würze von Welt

Curry hat seine Wurzeln in Süd- und Südostasien. Während der britischen Kolonialherrschaft in Indien entdeckten die Besatzer die würzigen Eintopfgerichte für sich. Um diese einfach nachzukochen, ersetzten sie die zahlreichen gemörserten Einzelgewürze durch eine fertige Mischung. Das Currypulver eroberte daraufhin die ganze Welt. Heute besitzen sämtliche Länder eigene Currytraditionen.

Herstellung

Currypulver vereint verschiedene Rohgewürze und -kräuter, die gegebenenfalls geröstet, vermahlen und gemischt werden. Für Currypasten werden Trockengewürze mit wasserhaltigen Zutaten wie Zwiebeln und Knoblauch, Pflanzenöl und Tomatenmark zu einer feinen Paste verarbeitet.

Von mild bis feurig, als Pulver oder Paste – die wohl bekannteste Gewürzmischung der Welt ist so vielfältig wie die von ihr geprägten Länderküchen.

TEXT Sarah Satt

So schmeckt's

Pulver und Pasten schmecken mild bis kräftig-aromatisch mit einer erdigen, leicht herben, warmen Würze. Hauptzutaten sind meist Kurkuma, Kreuzkümmel, Koriander, Bockshornklee und Ingwer. Die Schärfe variiert je nach Chili-, Ingwer- und Pfefferanteil.

Sortenvertreter

Zu den bekanntesten Mischungen zählen das milde Garam Masala und das kräftig-scharfe Madras Curry. Während indische Currypasten wie die würzige Tikka-Masala- und die mild-cremige Korma-Paste meist passierte Tomaten, Zwiebeln und Ingwer enthalten, basieren Thai-Currypasten oft auf Zitronengras, Tamarindenpaste, Galgant und Kaffirlimettschale. Gelbe Pasten sind mild, rote mittelscharf und grüne sehr scharf.

Küchentipps Verarbeitung

Lagerung & Haltbarkeit

Trocken, vor Licht und Wärme geschützt gelagert hält sich Currypulver monatelang. Currypasten sollten nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahrt und innerhalb weniger Wochen verbraucht werden.



Beliebte Kombis mit Curry

Gemüse: Kürbis, Karfiol, Broccoli, Süßkartoffeln, Karotten, Pastinaken und Co harmonisieren mit Curry perfekt – als Eintopf, Suppe, Pfannen- oder Ofengemüse.

Fleisch: Mit etwas Curry geben Sie Schmorgerichten und Eintöpfen, gegrilltem Rind, Schwein und Geflügel sowie Tandoori-Hühnerspießen eine fernöstliche Würze.

Hülsenfrüchte: Neben Linsensuppen, Dal und dem Kichererbsen-Curry Chana Masala profitieren auch Linsenaufstriche und Hummus von einer Prise Curry.

Reis & Getreide: Curry verleiht Reisgerichten wie Biryani, Getreidelaiabchen und -eintöpfen wie Kitchari eine goldgelbe Farbe und ein würziges Aroma.



SCHON GEWUSST?

In Indien steht „Curry“ für das Gericht, die Gewürzmischung wird als „Masala“ bezeichnet.



Kochen und verfeinern mit Curry

Für eine schnelle Marinade Currypulver einfach mit hitzebeständigem Öl und/oder Joghurt anrühren und Grillgut damit marinieren.

Fett löst die ätherischen Öle von Curry. Für aromatische Eintöpfe, Suppen und Saucen Currypulver oder -paste bei mittlerer Hitze in Öl oder Butterschmalz anrösten, bis es duftet, und anschließend mit Wasser, Kokosmilch, Schlagobers oder Tomatenpassata aufgießen.

Bei hohen Temperaturen verbrennt Currypulver rasch und wird bitter, daher am besten bei mittlerer Hitze einsetzen oder erst am Ende des Garvorgangs hinzufügen.

Zwei Curry- produkte aus dem BILLA PLUS Sortiment:



**Blue Elephant
Thai Gelbe Currypaste**

Preis: 70 g, € 3,69



**BILLA Bio
Curry mittelscharf**

Preis: 43 g, € 2,79

CURRY CHICKEN FRIED RICE

Pro Portion: 486 kcal | 39 g EW | 25 g KH | 24 g Fett | 2,1 BE



* exkl. mind. 15 Min. Marinierzeit

- 2 Knoblauchzehen
- ca. 2 cm Ingwer
- 2 TL mildes oder scharfes Currypulver
- 3 EL neutrales Öl
- 500 g Hendlfilets oder -innenfilets
- 2 Jungzwiebeln
- 2 EL Sesam
- 2 EL helles Sesamöl
- 3 Eier (Größe M)
- 500 g gegarter Langkornreis
- Salz

Zubereitung

- 1.** Knoblauch und Ingwer schälen, fein reiben und mit Currypulver, 1 TL Salz und neutralem Öl verrühren. Fleisch kalt abspülen, trocken tupfen, in Streifen schneiden und mit dem Gewürzöl vermengen. Abgedeckt mind. 15 Minuten (besser mehrere Stunden) im Kühlschrank marinieren lassen.
- 2.** Jungzwiebeln in feine Ringe schneiden. Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis er zu duften beginnt.
- 3.** Mariniertes Fleisch in einer Pfanne scharf anbraten. Auf einem Teller beiseitestellen.
- 4.** Sesamöl in der Fleischpfanne erhitzen, Eier hineinschlagen und unter Rühren stocken lassen. Reis gut untermischen und leicht knusprig braten. Fleisch wieder in die Pfanne geben und alles gut durchmischen.
- 5.** Curry Chicken Fried Rice mit Jungzwiebeln und Sesam bestreut servieren.



Für 500 g gegarten Reis benötigen Sie ca. 160 g getrockneten Reis. Am besten, Sie kochen ihn bereits am Vortag. Auch das Fleisch können Sie einen Tag lang marinieren lassen.

**4**

Portionen



20 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 30 Min.

SCHNELLES GEMÜSECURRY

Pro Portion: 510 kcal | 10 g EW | 69 g KH | 20 g Fett | 5,8 BE

- 250 g Jasminreis
- 2 Karotten
- 1 roter Paprika
- 1 Zucchini
- 2 EL gelbe Currypaste
- 1 EL Sojasauce
- 1 TL Demerarazucker
- 400 ml Kokosmilch
- 1 Bio-Limette (Abrieb und Saft)
- 2 Jungzwiebeln
- 100 g Mungobohnensprossen
- 1 Handvoll Korianderblätter
- Salz

Zubereitung

1. Reis unter kaltem Wasser waschen. Mit der doppelten Menge Wasser und 1 gr. Prise Salz aufkochen und bei niedriger Hitze zugedeckt ca. 15 Minuten quellen lassen.

2. Währenddessen Karotten schälen und in dünne Streifen schneiden. Paprika in Stücke, Zucchini in kleine Würfel schneiden. Currypaste, Sojasauce, Zucker, Kokosmilch, Limettenabrieb und -saft in einem Topf verrühren und aufkochen. Geschnittenes Gemüse in der Sauce ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis es gar, aber noch knackig ist.

3. Jungzwiebeln in feine Ringe schneiden und mit Mungobohnensprossen unter das Curry rühren. Curry mit Reis anrichten und mit Koriander garnieren.

FOOD-HACK

Gelbe Currypaste sorgt für eine milde, ausgewogene Würze. Wer es gern etwas schärfer mag, greift zur roten, und für echte Feuerfans ist die grüne Paste ideal.



Statt Sojasauce können Sie auch Fischsauce verwenden. Sie macht das Gemüsecurry geschmacklich noch vielschichtiger.

Niederösterreich

Ein Land zum Genießen

Wer Wein liebt, wird Niederösterreich lieben!
Mit fast 27.000 Hektar Rebfläche ist es nicht nur Österreichs größtes Weinbaugebiet, sondern ein wahres Paradies für alle, die gerne genießen.

Acht Weinbaugebiete laden hier zum Entdecken ein – jedes mit seiner eigenen Persönlichkeit. Im sonnenigen Carnuntum entstehen einige der besten Rotweine des Landes. Das Kamptal begeistert mit weltbekannten Grünen Veltlinern und Rieslingen – und immer öfter auch mit feinem Schaumwein. Im Kremstal bringen die Böden von Urgestein bis Löss Weißweine mit Charakter hervor. In der Thermenregion stehen Burgundersorten und regionale Spezialitäten wie Zierfandler und Rotgipfler im Rampenlicht. Das Traisental verführt mit besonders frischen, langlebigen Grünen Veltlinern und Rieslingen. Die berühmte Wachau mit ihren Steinterrassen ist Heimat großer Rieslinge und Veltliner. Am Wagram sorgen mächtige Lössböden für kraftvolle Weine und den einzigartigen Roten Veltliner. Und das Weinviertel? Hier fühlt sich der Grüne Veltliner am wohlsten – frisch, pfeffrig und unverkennbar typisch.

Doch Wein ist hier weit mehr als nur ein Getränk – er ist ein Lebensgefühl. Sanfte Hügel, die sich an Donau, Traisen, Kamp und March entlangschmiegen, prägen das Bild. Sonnige Rieden wechseln sich mit

urigen Kellergassen ab, in denen man in alten Presshäusern gemütlich verkosten kann. Barocke Stifte wie Klosterneuburg, Göttweig oder Melk erheben sich majestätisch über den Weingärten und erzählen von einer jahrhundertealten Weinkultur. Wer durch diese Landschaft wandert oder radelt, entdeckt nicht nur großartige Weine, sondern auch atemberaubende Ausblicke – und die entspannte Gelassenheit, die den Genuss noch schöner macht.

Die Weine selbst spiegeln diese Vielfalt wider. Der Grüne Veltliner ist der Star, der in einer faszinierenden Bandbreite von frisch-fruchtig bis kraftvoll-würzig und langlebig begeistert. Riesling wiederum entfaltet insbesondere entlang der Donau sein volles Potenzial und bringt Weine von Weltklasse hervor. Burgundersorten von Chardonnay bis Pinot Noir bringen Cremigkeit und Finesse ins Glas. Auch Rotweinfans kommen auf ihre Kosten: Zweigelt ist die unangefochtene Nummer eins. Daneben sorgen Blaufränkisch und charaktervolle Cuvées aus heimischen und internationalen Rebsorten für einzigartige Geschmackserlebnisse. Eine weitere Besonderheit sind regionale

Spezialitäten aus den autochthonen weißen Rebsorten Zierfandler und Rotgipfler in der Thermenregion sowie Roter Veltliner am Wagram. Ob knackig-frischer Weißwein, feiner Schaumwein oder tiefgründiger Roter – Niederösterreich bietet für jeden Geschmack den passenden Wein.

Und das Beste: Diese Weine machen Lust aufs Kombinieren! Ein pfeffriger Grüner Veltliner aus dem Weinviertel hebt frische Salate oder ein Wiener Schnitzel auf das nächste Level. Ein kräftiger Wagramer Veltliner ist der perfekte Partner für cremige Kürbissuppen oder Pilzrisotto. Riesling aus der Wachau passt wunderbar zu asiatischen Currys, gebratenem Fisch oder fruchtigen Desserts. Chardonnay und Weißburgunder fühlen sich bei Pasta, Geflügel oder gegrilltem Gemüse zuhause. Rotweinliebhaber:innen greifen zu Zweigelt für Braten oder Geschnetzeltes, während Blaufränkisch ideal mit Wild oder gegrilltem Steak harmoniert. Und für besondere Momente? Ein prickelnder Schaumwein aus dem Kamptal macht jeden Aperitif und jedes Festessen noch festlicher.

Ob beim Heurigen in einer Kellergasse, nach einer Radtour entlang der Donau oder beim Picknick zwischen blühenden Marillenbäumen – Niederösterreichs Weine sind immer Teil eines besonderen Augenblicks. Sie machen jede Mahlzeit und jeden Ausflug zu einem kleinen Fest und lassen einen die Landschaft im Glas schmecken.

Finden Sie Ihren neuen Lieblingswein aus Niederösterreich im BILLA Online Shop auf:
**shop.billa.at/
weine-aus-
niederosterreich**





Fotos: ÖWM/WSNA, ÖWM/Robert Herbst (2)

Mit Unterstützung der Europäischen Union



Finanziert von der Europäischen Union



ABENTEUER RUNDREISEN



billareisen.at 01 580 99 580

MEHR VON DER WELT

TÜRKISCHE RIVIERA Kultur & Erholung



Pamukkale



Gut zu wissen

- inkl. Flug mit SunExpress (od. gleichwertig, Economy) nach Antalya und zurück
- inkl. 7 Nächte in Hotels der gehobenen Mittelklasse bei der Rundreise mit Frühstück
- inkl. 14 Nächte im 5-Sterne-Hotel Vox Maris Resort mit All-Inclusive Verpflegung

Termine/Preise 2025/26 p.P. in €

AYT00002

Abflughafen: Wien bzw. München	21 Nächte
7.1.2026	899.–
21.1.2026	1.149.–
26.11.2025, 4.2., 18.2.2026	1.249.–
11.3.2026	1.349.–

Powered by TRANSAIR. Zuschlag pro Person/Aufenthalt: Einzelzimmer ab €430.–, Kultur- & Genusspaket €299.–, Mindestteilnehmer: 10 Personen. Details unter www.billareisen.at/AYT00002

21 Nächte & Flug

p.P. ab € **899.–**

ANDALUSIEN & MADRID Rundreise



Sevilla



Gut zu wissen

- inkl. Flug mit Austrian Airlines (Economy) nach Malaga und zurück
- inkl. Rundreise im Reisebus (lt. Reiseverlauf)
- inkl. 7 Nächte in 4-Sterne Hotels (Landeskategorie) mit Frühstück
- inkl. Besichtigung der Alhambra mit Eintritt und Führung
- deutschsprachige Reiseleitung vor Ort

Termine/Preise 2025/26 p.P. in €

AGP90099

Abflughafen: Wien	7 Nächte
22.11.2025	899.–
7.2., 14.2., 21.2., 28.2., 7.3., 14.3.2026	999.–
4.4.2026	1.099.–

Powered by TRANSAIR. Zuschläge pro Person/Aufenthalt: Einzelzimmer €245.–, Halbpension €126.–, Mindestteilnehmer: 15 Personen. Ausflüge buchbar vor Ort: Costa de la Luz €60.–, Eintritt und Führung Mesquita €25.– pro Person. Details unter www.billareisen.at/AGP90099

7 Nächte/NF & Flug

p.P. ab € **899.–**

Buchbar von 25.9. bis 22.10.2025

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 jo-club.at (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, Kratochwilstraße 4, Tel.: 01/317 25 00, E-Mail: prv@europaeische.at, anzumelden.

DAS GENIALE *Airfryer*

KOCHBUCH

One-Basket-Gerichte

Clare Andrews zeigt, wie komplette Gerichte in der Heißluftfritteuse gelingen, mit einfachen Zutaten und im Handumdrehen – perfekt für den Familienalltag!



GENUSS

Kochen mit dem Airfryer



„Ich liebe dieses Gericht – es steckt voller Aromen und die Gewürze können ganz nach Belieben dosiert werden. Die Limette sorgt für einen Frischekick und das Chilipulver für Schärfe (wenn Sie mögen).“

Fajita-Hendl

Pro Portion: 780 kcal | 39 g EW | 74 g KH | 34 g Fett | 6,2 BE



* Gesamtzeit: ca. 30 Min.

- 8 Hendl Oberkeulen (ohne Haut und Knochen), in Streifen geschnitten
- 3 Paprikaschoten (in verschiedenen Farben), entkernt und in Streifen geschnitten
- 1 Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL gemahlener Koriander
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 1 TL Chilipulver (weglassen, wenn Sie keine Schärfe mögen)
- 1 TL Knoblauchgranulat
- 1 Limette
- 1 EL Olivenöl
- 8 Tortilla-Wraps

ZUM SERVIEREN (OPTIONAL)

frischer Koriander
in Ringe geschnittene rote Chilischoten
geriebener Käse
Sauerrahm
Avocado, in Scheiben geschnitten

Zubereitung

- 1.** Hendlfleisch, Paprikaschoten und Zwiebel in eine große Schüssel geben. Alles gut mit den getrockneten Gewürzen vermengen, die Fleisch- und Gemüsestücke sollten von allen Seiten mit der Würzmischung überzogen sein. Die Schale der Limette fein abreiben und zusammen mit dem Olivenöl in die Mischung einarbeiten.
- 2.** Den Inhalt der Schüssel in den Garbehälter des Airfryers geben und bei 190 °C 18–20 Minuten garen, bis das Hendlfleisch durch ist (dies hängt davon ab, wie dick die Fleischstreifen sind). Den Behälter während der Garzeit ein paarmal durchrütteln.
- 3.** Das durchgegarnte Gericht aus dem Airfryer nehmen und in einer Servierschüssel anrichten. Mit Koriander und Chili bestreuen (falls verwendet) und mit 1 Spritzer Limettensaft (diesen liefert die Limette, deren Schale abgerieben wurde) beträufeln. Das Fajita-Hendl mit Tortilla-Wraps, geriebenem Käse und vielleicht einem Löffel Sauerrahm und/oder Avocado-Scheiben servieren – Sie haben die freie Wahl!



Clare Andrews:
Das geniale
Airfryer Kochbuch:
One-Basket-Gerichte,
riva Verlag,
208 Seiten, € 20

Clare Andrews ist leidenschaftliche Köchin und Expertin für die beliebte Heißluftfritteuse. Ihre kreativen Rezepte teilt sie auf ihrem Instagram-Kanal @airfryeruk. In ihrem zweiten Airfryer-Kochbuch präsentiert sie 80 abwechslungsreiche Familiengerichte, die alltagstauglich, unkompliziert und voller Geschmack sind, von Eintöpfen und Suppen über Pfannen- und Bratengerichte, Tartes und Aufläufe bis zu Puddings und anderen Desserts.

GENUSS

Kochen mit dem Airfryer



„Diese goldbraunen, leicht würzigen Haferkekse haben noch Biss und sind super-easy herzustellen: Die Butter schmilzt in der Backform und alle anderen Zutaten werden einfach untergerührt und gebacken. Sie brauchen dafür eine tiefe, 25 x 20 cm große Backform (oder eine andere Form mit gleichem Volumen, die in Ihren großen Airfryer-Einsatz passt).“

Marillen-Ingwer-Haferkekse

Pro Stück: 231 kcal | 4 g EW | 25 g KH | 12 g Fett | 2,1 BE



*Gesamtzeit: ca. 40 Min. exkl. Abkühlzeit

150 g **gesalzene Butter**
2 EL **Sirup**
300 g **Haferflocken**
100 g **weicher hellbrauner Zucker (alternativ Rohrohrzucker)**
½ TL **gemahlener Ingwer**
100 g **weiche entsteinte getrocknete Marillen, gehackt**

Tipps aus der Redaktion:

Hier eignen sich Ahornsirup, Honig oder Agavendicksaft.

CLARE ANDREWS' EXTRA-TIPP

Sie können Ingwer und Marillen durch andere gemahlene Gewürze und Trockenfrüchte ersetzen, nehmen Sie zum Beispiel Zimt anstelle von Ingwer und Rosinen oder getrocknete Kirschen anstelle der Marillen.

Zubereitung

1. Die Butter in eine 25 x 20 cm große Backform geben (oder in einen Behälter ähnlicher Größe, der in Ihren Airfryer passt) und im Airfryer schmelzen lassen, während das Gerät auf 150 °C aufheizt. Alternativ die Form ein paar Minuten in den bereits aufgeheizten Airfryer stellen.

2. Ist die Butter geschmolzen, den Garbehälter aus dem Airfryer nehmen (die Backform bleibt dabei im Behälter). Den Sirup in der heißen Butter schmelzen lassen und beides gründlich verrühren. Dann Haferflocken, Zucker und gemahlene Ingwer zufügen und gut untermischen. Nun die gehackten Marillen unterziehen und verteilen. Die Hafermischung gleichmäßig in der Form verstreichen und mit einem Kartoffelstampfer zusammendrücken, damit sie möglichst flach wird.

3. Den Garbehälter wieder in den Airfryer setzen und die Haferkekse 25 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun gefärbt ist. Den Garbehälter aus dem Gerät nehmen und den gebackenen Teig in der Form (und im Garbehälter) etwa 20 Minuten lauwarm abkühlen lassen. (Sie sollten danach die Form aus dem Behälter nehmen können, ohne sich die Hände zu verbrennen. Lassen Sie die Teigplatte aber nicht vollständig auskühlen, damit sie nicht an der Backform kleben bleibt.)

4. Die nur noch handwarme Form aus dem Garbehälter des Airfryers nehmen und mit einem Palettenmesser am Rand der Form entlangfahren, um eventuell an den Seiten haftenden Teig zu lösen. Nun ein Schneidbrett auf die Form legen, Brett und Form fest zusammendrücken und umdrehen, um die Teigplatte auf das Schneidbrett zu stürzen. Die Teigplatte komplett abkühlen lassen, dann auf dem Brett in zwölf Quadrate schneiden.

GENUSS

Kochen mit dem Airfryer



„Es gibt jede Menge aromatisierten und vorgekochten Reis und Getreide in Kochbeuteln, und alle sind super für dieses Gericht geeignet. Es gibt viele unterschiedliche Geschmacksrichtungen, am besten greifen Sie zu einer mediterranen Variante mit Tomaten, Kräutern und vielleicht Oliven.“

Kabeljau

MIT MEDITERRANER KRÄUTERKRUSTE, REIS ODER GETREIDE, CHORIZO & OLIVEN

Pro Portion: 586 kcal | 37 g EW | 47 g KH | 26 g Fett | 3,9 BE



* Gesamtzeit: ca. 35 Min.

- 4 Kabeljaufilets (nicht zu dick)
- 2-3 EL Mayonnaise
- 3 EL Panko-Panade
- 2 TL getrockneter Oregano
- Meersalz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 2 Beutel (à 250 g) mit gegartem Getreide oder gekochtem Reis mit mediterranem Geschmack
- 80 g entsteinte Oliven, halbiert (schwarze, grüne oder eine Mischung)
- 4 gegrillte rote Paprikaschoten im Glas, abgossen und geviertelt
- 150 g spanische Chorizo-Wurst (vom Ring), in etwa 20 Scheiben geschnitten

ZUM SERVIEREN

- Rucola
- 1 Zitrone, in Spalten geschnitten

Zubereitung

1. Fischfilets mit Küchenpapier trocken tupfen und die Oberfläche jeweils dick mit Mayonnaise bestreichen.

2. Panade in eine Schüssel geben, getrockneten Oregano, Salz und Pfeffer zufügen und alles gut vermischen. Die gewürzte Panade so auf die Filets streuen, dass sie auf der Mayo-Schicht haften bleibt.

3. Das gegarte Getreide oder den gekochten Reis aus dem Beutel nehmen und in den Garbehälter des Airfryers geben. Die Oliven unterrühren. Getreide oder Reis in die Mitte des Behälters schieben, sodass ringsum ein etwa 5 cm breiter Rand frei bleibt. Dort die gegrillten Paprikaschoten platzieren und darauf die Chorizo-Scheiben anordnen. Die vorbereiteten Kabeljaufilets auf das Getreide oder den Reis legen, die panierte Seite zeigt nach oben. Die Temperatur auf 180°C einstellen und das Gericht etwa 20 Minuten frittieren, bis der Fisch komplett durchgegart und die Panade knusprig geworden ist. Die Getreide- oder Reiskörner sowie die Paprika sind jetzt durcherhitzt, die Chorizo-Scheiben goldbraun gefärbt und kross.

4. Den Fisch auf einem Bett aus Getreide- oder Reiskörnern, Chorizo und gegrillter Paprika anrichten. Dazu als Beilage Rucola und Zitronenspalten zum Auspressen reichen.



„Möchten Sie dieses Gericht im Ganzen zubereiten, benötigen Sie einen sehr großen Airfryer, in den eine ganze Blätterteigplatte hineinpasst. Sie können die Teigplatte aber auch quer halbieren und die Tarte in zwei Garbehältern backen, falls Sie ein duales Gerät besitzen – dann wird das Gemüse einfach gleichmäßig auf die beiden Einsätze verteilt.“

Gestürzte Tarte

MIT WURZELGEMÜSE & THYMIAN

Pro Portion: 560 kcal | 11 g EW | 44 g KH | 36 g Fett | 3,7 BE



* Gesamtzeit: ca. 55 Min.

- 1 EL Olivenöl
- 25 g Butter
- 300 g Karotten, geschält und je nach Größe längs halbiert bzw. geviertelt
- 300 g Pastinaken, geschält und je nach Größe längs halbiert bzw. geviertelt
- 4–5 kleine Bananenschalotten, geschält und längs halbiert
- Meersalz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ein paar Thymianzweige, Blättchen abgestreift (oder ½ TL getrockneter Thymian)
- 1 EL flüssiger Honig
- 320 g vorgerollter Blätterteig aus dem Kühlregal, gebrauchsfertig
- 75 g weicher, krümeliger Ziegenkäse (optional)

Zubereitung

1. Den Crisper-Einsatz aus dem Airfryer nehmen. Das Olivenöl in den Garbehälter geben und die Butter zufügen. Die Öl-Butter-Mischung im Airfryer schmelzen lassen, während er auf 180 °C aufgeheizt. Den Behälter nach etwa 2 Minuten herausnehmen.

2. Karotten, Pastinaken, Schalotten sowie je 1 gute Prise Salz und Pfeffer zufügen und das Gemüse im zerlassenen Fett hin und her wenden, damit sich alles gut überzieht. Den Garbehälter wieder in den Airfryer stellen und das Gemüse 15–20 Minuten garen, bis es anfängt, Farbe anzunehmen, und allmählich weicher wird.

3. Das Gemüse mit Thymianblättchen bestreuen und mit Honig beträufeln. Anschließend gut durchmischen, damit sich Kräuter und Honig gleichmäßig verteilen. Mithilfe einer Küchenzange das Gemüse so arrangieren, dass Karotten-, Pastinaken- und Schalottenstücke in einer Lage flach nebeneinander auf dem Boden des Garbehälters liegen, an den Rändern bleibt ein kleiner Streifen frei. Die Blätterteig-Platte auf das Gemüse legen (vielleicht müssen Sie in der Länge ein paar Zentimeter abschneiden) und den Garbehälter zurück in den Airfryer stellen. Die Temperatur auf 190 °C einstellen und die Tarte 20–25 Minuten backen, bis der Teig gut aufgegangen ist und sich oben goldgelb gefärbt hat.

4. Den Garbehälter herausnehmen und alles ein paar Minuten abkühlen lassen. Dann ein Schneidbrett auf die Teigplatte legen, den Garbehälter vorsichtig umdrehen und die Tarte auf diese Weise stürzen. Vielleicht bleiben ein paar Gemüsestücke im Behälter haften – diese einfach mit der Küchenzange herausnehmen und auf die Tarte legen. Den Ziegenkäse (falls verwendet) über die Oberfläche streuen und die Tarte warm servieren.

25 JAHRE FRISCH GEKOCHT

Der Airfryer ist der Star unter den aktuellen Foodtrends.

Eine Zeitreise durch die kulinarischen Trends der letzten 25 Jahre finden Sie auf Seite 6–7 in dieser Ausgabe!

VÖSLAUER

Fine Dining ist dein Ding? Gewinne ein **kulinarisches Erlebnis** für dich und deine Gäste! **Spitzenköchin Parvin Razavi** zaubert bei dir zuhause ein **4-Gänge-Menü** aus der saisonalen Haubenküche.

Jetzt mitmachen unter: voeslauer.com/dinner



Exklusiv bei **BILLA PLUS**:

Gewinne zusätzlich einen von **50x50€ Gutscheinen** für das 3-Hauben-Lokal **&flora**.



Glas-Mehrwegkiste kaufen



Rechnung hochladen



Gewinnen und genießen!

Fine Dining ist dein Ding?

Vöslauer Mineralwasser und Spitzenköchin Parvin Razavi bringen die saisonale Haubenküche zu dir nach Hause.

Im Hotel Gilbert in Wien blüht ein Restaurant auf. Hinter der grünen Fassade steckt ein grüner Gedanke, der Genuss und Nachhaltigkeit vereint. Parvin Razavi, Küchenchefin des &flora, ist klar, dass diese Werte Hand in Hand gehen müssen, damit Gutes entstehen kann.

Dieses Gute kommt von innen – genauer: von Köchinnen. Parvin arbeitet mit einem jungen, großteils weiblichen Team, das von gegenseitiger Unterstützung lebt. Offenheit und ein gemeinsames Miteinander in der Küche und darüber hinaus sind für Parvin eine Form von #jungbleiben. Diese Haltung teilt sie mit Vöslauer, denn #jungbleiben ist eine Einstellung, die sowohl in ihren Gerichten als auch in ihrem Leben zur Grundlage für nachhaltigen Genuss wird.

In der offenen Küche des &flora wird Parvins Philosophie lebendig, sie ist nicht nur ein Fenster zu den kulinarischen Prozessen, sondern auch ein Raum, in dem Zutaten im Einklang mit der Natur verarbeitet werden. Fast jedes Element wird verwertet, die Gerichte entstehen nach dem Prinzip Farm to Table – ohne Umwege, aber mit Umdenken und Respekt für den Zyklus der Natur.

„Das Produkt steht immer im Vordergrund. Wie wir es anrichten, ist lebendig und feminin. Keine Wissenschaft – es kommt einfach so, wie es kommt.“ Parvin lässt sich von vielen Einflüssen inspirieren. Ihre Wurzeln liegen im Iran, doch



auch österreichische, nordische und asiatische Einflüsse prägen ihre Gerichte. Diese Vielfalt sorgt für eine Küche, die authentisch ist – und schmeckt. Nicht zu viel, nicht zu wenig, aber Fine Dining.



**Vöslauer Mineralwasser
Mehrweg-Glasflasche
prickelnd, mild und ohne**

Preis pro Kiste: **8 x 1l, € 7,12**
(zzgl. € 6,32 Pfand)

**Für alle Fine-Dining-Fans
gibt es jetzt die Chance
auf ein besonderes
Dinner-Erlebnis!**

Unter dem Motto „Fein Deining“ verlost Vöslauer gemeinsam mit Parvin Razavi ein exklusives Vier-Gänge-Menü im eigenen Zuhause. Serviert wird saisonale Haubenküche – begleitet von Einblicken in Parvins Philosophie des nachhaltigen Kochens. Jetzt mitmachen & gewinnen unter:
voeslauer.com/dinner



ja!
Natürlich.

aus biologischer
Landwirtschaft

EIN GESUNDER BIO-BODEN ERNÄHRT UNS ALLE

Aber ein gesunder Bio-Boden kann viel mehr.
Er ist *Lebensraum* und *Wasserspeicher* in einem:

- *Humusaufbau durch Gründüngung*: Anbau von Pflanzen wie Leguminosen, die den Boden mit Nährstoffen versorgen und Bodenleben sowie Fruchtbarkeit fördern.
- Humusreicher Boden ist ein *besserer Wasserspeicher*: Schutz vor Dürre und Überschwemmungen.
- Verzicht auf chemisch-synthetische Spritz- und Düngemittel¹ *fördert Biodiversität*.
- *Nützlinge statt Pestizide*²: So hält man Schädlinge auf natürliche Weise in Schach.

Der Boden dankt es uns mit wertvollen BIO-Produkten.
Gut für uns. Und die Natur natürlich.

¹ gemäß EU-Bio-Verordnung

² chemisch-synthetische Pflanzenschutzmittel

Gib't nur bei:

BILLA & BILLA PLUS  **ADEG**  **Sutterlüty**
MEIN LÄNDLEMARKT



MEHR
INFOS HIER



FOTOS
**Elke Gebeshuber/
Marian Inhouse-Agentur**
FOODSTYLING
Franz Karner
STYLING
Florentine Knotzer

GENUSS
Pflanzliche Küche

4 REZEPTE
.....

In Hülse und Fülle

Von Bohnen über Linsen bis Kichererbsen – dank ihres Protein- und Ballaststoffgehalts sind Hülsenfrüchte aller Art eine ideale Basis für genussvolle pflanzliche Gerichte.



GENUSS

Pflanzliche Küche

LINSENTAUSCH

Anstelle von roten Linsen können Sie auch gelbe Linsen verwenden.



Rauchige Harissa-Linsen

mit Kürbis, Apfel und Zitronen-Seidentofu

Pro Portion: 429 kcal | 13 g EW | 53 g KH | 17 g Fett | 4,4 BE



4

Portionen



35 Min.*



*Gesamtzeit: ca. 50 Min.

- 600 g Kürbis (Piena di Napoli oder Hokkaido)
- 2 Äpfel (z. B. Elstar)
- 5 EL Olivenöl
- 3 TL geräuchertes Paprikapulver
- 2 Bio-Zitronen
- 120 g Seidentofu
- 1 gelbe Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 130 g rote Linsen
- 2 TL Harissapaste
- 250 ml Wasser oder Gemüsesuppe
- 1 Handvoll Dillefähnchen
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

WOHL BEKOMM'S!

Hülsenfrüchte enthalten für viele Menschen schwer verdauliche Zuckerstoffe. Wenn Sie sie vor dem Kochen gründlich abspülen oder einweichen, werden sie bekömmlicher.

Zubereitung

1. Backrohr auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Kürbis ggf. schälen. Kürbis und Äpfel entkernen und in ca. 2 cm dicke Spalten schneiden. 1 EL Öl mit 1 TL Paprikapulver verrühren und die Spalten gut damit einreiben. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und auf mittlerer Schiene ca. 15 Minuten goldbraun garen.

2. Währenddessen die Schale einer Zitrone in Zesten abschälen und die Zitrone auspressen. Die zweite Zitrone in Spalten schneiden. Seidentofu mit 3 EL Öl und Zitronensaft fein-cremig rühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenzesten würzen.

3. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Linsen in einer großen beschichteten Pfanne ohne Fett kurz rösten. 1 EL Öl unterrühren, Zwiebel und Knoblauch dazugeben und goldbraun anbraten. 2 TL Paprikapulver und Harissa einrühren. Wasser bzw. Suppe aufkochen, zu den Linsen gießen und ca. 15 Minuten köcheln lassen.

4. Linsen mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Kürbis- und Apfelspalten anrichten. Mit Zitronen-Seidentofu, Dille und Zitronenspalten garnieren.



Linsenminestra

mit Zitronen-Aioli

Pro Portion: 794 kcal | 21 g EW | 82 g KH | 40 g Fett | 6,8 BE



4

Portionen



35 Min.*



* Gesamtzeit: ca. 50 Min.

SUPPE

- 1 gelbe Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Karotten
- 2 Selleriestangen
- 200 g Weißkraut
- 3 EL Olivenöl
- 600 g Tomatenpulpa
- 400 ml Wasser oder Gemüse-suppe
- 150 g getrocknete Berglinsen
- 300 g bunt gemischte Cherrytomaten
- 8 Weißbrotscheiben
- 6 Thymianzweige
- Salz, schwarzer Pfeffer
a. d. Mühle

AIOLI

- 1 Bio-Zitrone
- 60 ml Sojadrink
- 1 TL Estragonsenf
- 1 Prise Kristallzucker
- 1 Prise gemahlene Kurkuma
- 120 ml Olivenöl
- 3 Knoblauchzehen
- Salz

TIPP VON Margit Fensl Ernährungsexpertin

Berglinsen sind reich an gesunder Folsäure und reich an wertvollen Ballaststoffen. Die Folsäure trägt zur normalen Blutbildung bei, unterstützt das Immunsystem und verringert Müdigkeit. Zudem enthalten Linsen die wichtigen Mineralstoffe Eisen, Magnesium und Zink.

Zubereitung

1. Für die Suppe Zwiebel, Knoblauch und Karotten schälen. Zwiebel grob würfeln, Knoblauch fein hacken, Karotten in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden. Sellerie in dünne Scheiben schneiden, Kraut in ca. 2 cm große Stücke schneiden.
2. Zwiebel in einem Topf mit 2 EL Öl anschwitzen. Knoblauch, Karotten, Sellerie und Kraut dazugeben und kurz mit anschwitzen. Mit Tomatenpulpa und Wasser bzw. Suppe aufgießen, Linsen dazugeben und ca. 30 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich sind, ggf. noch etwas Flüssigkeit angießen, falls die Suppe zu dick wird.
3. Währenddessen für die Aioli die Zitronenschale in feinen Zesten abschälen und einen Großteil der Zesten fein hacken. Zitrone auspressen. Sojadrink, Senf, 1 Prise Salz, Zucker, Kurkuma und Zitronensaft in einen hohen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab durchmischen. Öl in dünnem Strahl einmischen. Knoblauch schälen, sehr fein hacken und mit der gehackten Zitronenschale unterrühren.
4. Für die Suppe die Cherrytomaten halbieren. Brotscheiben mit 1 EL Öl bepinseln und im Plattentoaster oder in einer Pfanne goldbraun rösten. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und Cherrytomaten hineingeben.
5. Suppe anrichten und mit grob gezupftem Thymian bestreuen. Aioli mit Zitronenzesten garnieren und mit dem Röstbrot zur Suppe servieren.





KÄFERBOHNEN-BOWL

Die belegten Waffeln sind ideal zum Aperitif oder als Vorspeise. Sie können die Jjajang-Käferbohnen aber auch als Bowl servieren. Dafür einfach zusammen mit Avocadoscheiben auf gekochtem Reis anrichten.



Jjajang-Käferbohnen auf Linsenwaffeln

Pro Portion: 281 kcal | 12 g EW | 36 g KH | 9 g Fett | 3 BE



4

Portionen



35 Min.



- 3 Jungzwiebeln
- 1 gelbe Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleiner roter Chili
- ca. 1 cm Ingwer
- 200 g Shiitakepilze
- 2 EL dunkles Sesamöl
- 500 g Käferbohnen (Abtropfgewicht)
- 1 EL Schwarze-Bohnen-Knoblauch-Sauce oder Hoisinsauce
- 1 EL süße ChilisaUCE
- 1 EL Ahornsirup
- 1 TL Speisestärke
- 1 Pkg. Linsenwaffeln (44 g)
- 1 EL Sesam
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

GUT ZU WISSEN

Jjajang ist eine koreanische Würzpaste aus fermentierten (schwarzen) Sojabohnen, die traditionell für Fleisch- und Gemüsegerichte auf Nudeln oder Reis verwendet wird.

Zubereitung

1. Jungzwiebeln in weiße und grüne Teile trennen, die weißen Teile in ca. 5 mm dicke Ringe, die grünen Teile in sehr feine Ringe schneiden.

2. Gelbe Zwiebel, Knoblauch, Chili und Ingwer schälen und fein hacken. Von den Shiitakepilzen die Stiele entfernen. Die Pilzköpfe halbieren und in dünne Scheiben schneiden.

3. Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und die Pilzscheiben darin anbraten, bis keine Flüssigkeit mehr austritt und die Pilze goldbraun geröstet sind. Gelbe Zwiebel, Knoblauch, gehackten Chili und Ingwer dazugeben und kurz mitrösten. Käferbohnen, weiße Jungzwiebelringe, Schwarze-Bohnen- bzw. Hoisinsauce, ChilisaUCE und Ahornsirup dazugeben und ca. 8 Minuten dünsten. Speisestärke in etwas kaltem Wasser anrühren, unter die Bohnen rühren und köcheln lassen, bis die Sauce leicht bindet.

4. Bohnen evtl. noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf den Linsenwaffeln verteilen und mit grünen Jungzwiebelringen und Sesam garnieren.

Von Käfer- über Kidneybohnen bis zu weißen Bohnen – noch mehr Rezepte mit diesen sättigenden Hülsenfrüchten finden Sie hier: billa.at/bohnen

RAUSCH

Bereit für den ultimativen Pflege-Allrounder?

Dein täglicher Frische-Kick mit dem Energy-Boost-Shampoo.

Mit 24h-Feuchtigkeits-Wirkstoff



 Swiss Herbal Cosmetics since 1890



Kichererbsencurry mit Mango und Pak Choi

Pro Portion: 763 kcal | 22 g EW | 87 g KH
34 g Fett | 7,3 BE



- 1 gelbe Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ca. 1 cm Ingwer
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 TL gemahlene Kurkuma
- 500 ml Kokosmilch
- 480 g Kichererbsen (Abtropfgewicht)
- 2 Pak Choi
- 4 Pitabrote
- 1 Mango
- 200 g pflanzliche Joghurtalternative griechischer Art
- 1 Bio-Limette (Zesten und Saft)
- 2 EL Minzblätter
- Salz, schwarzer Pfeffer a. d. Mühle

Zubereitung

- Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen, fein würfeln und in einem Topf oder einem Wok mit Öl anschwitzen. Kurkuma kurz mitrösten. Kokosmilch und Kichererbsen dazugeben.
- Weisse und grüne Teile vom Pak Choi trennt voneinander in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Die weissen Stücke zum Curry geben und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Danach die grünen Stücke dazugeben, Curry mit Salz und Pfeffer abschmecken und ca. 2 Minuten weiterköcheln lassen.
- Währenddessen die Pitabrote nach Packungsanleitung aufbacken. Mango schälen und das Fruchtfleisch in dünne Spalten schneiden.
- Kichererbsencurry anrichten, Joghurtalternative leicht einrühren und Limettensaft darüberträufeln. Mango darauflegen, mit Minze und Limettenzesten bestreuen und mit Pita servieren.

GENUSS
Pflanzliche Küche



MACHT KOCHEN ZUM VERGNÜGEN

Pürierstab

Mit einem zuverlässigen Pürierstab – auch als Stabmixer bekannt – sind cremige Suppen, Saucen oder Smoothies sowie feine Fruchtmuse und Dips im Handumdrehen gemixt.



←
Praktisch, wenn in der Küche zu wenige Steckdosen vorhanden sind: ein akkubetriebener Pürierstab.

Langlebigkeit und Hitzebeständigkeit sind die Hauptargumente für ein Modell mit Edelstahl. →



Ein Mehrklingensystem sorgt für besonders feine Ergebnisse und bewältigt auch härtere Zutaten.

Vor allem in kleinen Küchen ohne Standmixer ist ein handlicher Pürierstab Gold wert.

Er lässt sich direkt im Topf verwenden und anschließend unkompliziert reinigen. Für gelegentliches Mixen von Suppen und Milchshakes genügt ein Einsteigermodell mit ca. 600 Watt und zwei Klingen. Wer häufig und vielseitig kocht, ist mit einem leistungsstarken Gerät und wechselbaren Aufsätzen gut beraten. Für besonders feine Ergebnisse und zum Mixen von harten Zutaten wie Nüssen und gereiftem Käse empfiehlt sich ein Pürierstab mit hoher Watt- und Drehzahl und Mehrklingsystem. Versetzt angeordnete, verschiedenen gewinkelte Klingen erzeugen beim Mixen eine Sogwirkung, die Zutaten gleichmäßig zum Messer zieht und mischt. Mixfüße aus Edelstahl sind hitzebeständig und langlebiger als solche aus Plastik. Akkubetriebene Geräte lassen sich überall ohne Kabel verwenden, haben aber meist weniger Power als strombetriebene. Über einstellbare Geschwindigkeitsstufen lässt sich die Leistung optimal dosieren. Eine automatische Verriegelung sorgt in Familien mit Kindern für Sicherheit.

Darauf kommt's an

Hohe Leistung & Drehzahl:

Geräte mit ca. 1.000 Watt pürieren selbst harte Zutaten. Je mehr Umdrehungen pro Minute (U/min), umso feiner das Ergebnis.

Einfache Handhabung:

Eine stufenlose Geschwindigkeitsregelung, ein langes Kabel und ein abnehmbarer Mixfuß erleichtern die Nutzung.

Hochwertige Klingen:

Edelstahlklingen sind besonders robust. Neben der Positionierung der Klingen ist auch die Form des Mixfußes entscheidend.



Kürbistarte mit Pekannüssen

Pro Stück: 377 kcal | 7 g EW | 35 g KH | 22 g Fett | 2,9 BE



1
Tarte**



20 Min.*



*exkl. mind. 3¼ Std. Back- und Auskühlzeit **10 Stücke

- 700 g Hokkaidokürbis
- 1 EL Rapsöl
- 1 Rolle Mürbteig
- 3 Eier (Größe M)
- 120 g Rohrzucker
- 200 g Frischkäse
- 1 TL gemahlener Zimt
- ½ TL gemahlener Ingwer
- 1 Prise gemahlene Gewürznelken
- ca. 100 g Pekannusskerne

Zubereitung

1. Backrohr auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kürbis entkernen, in Spalten schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech auf mittlerer Schiene ca. 25 Minuten weich garen. Herausnehmen und ca. 15 Minuten abkühlen lassen. Backrohrtemperatur auf 175 °C (Ober-/Unterhitze) reduzieren.

2. Währenddessen eine Tarteform (24–26 cm ø) mit Öl einfetten. Mürbteig entrollen und die Form damit auskleiden. Überstehenden Teig abschneiden oder den Rand damit verstärken. Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen. Form bis zur weiteren Verwendung kalt stellen.

3. Kürbis mit einem Pürierstab glatt mixen. Mit Eiern, Zucker, Frischkäse und Gewürzen zu einer homogenen Masse verrühren. In die Form füllen und glatt streichen. Pekannüsse dekorativ darauflegen und leicht andrücken. Tarte auf einem Gitter auf der zweiten Schiene von unten 50–55 Minuten backen.

4. Form aus dem Rohr nehmen und auf einem Kuchengitter mind. 2 Stunden vollständig auskühlen lassen.

Ihre verspielte Seite

Rätseln und gewinnen Sie! Wir verlosen Gutscheine von BILLA!

Depot für Bankkunden	Vogel-laut	Zirkus-akrobat	A	Init. des Kinski †	Größ-katze	tropi-sches Edel-holz	franz.: elf	Kontobe-lastungs-seite	Titelheld einer Comi-cerie	Vorsilbe	vollstän-diges Bienen-volk			
			3					B		7				
nordam. Urein-wohner-stamm								Init. der Turner †	äthiopi-sche Getreide-pflanze					
				afrikan. Völker-gruppe	5	altamer. Kultur-volk in Mexiko	1				Kaviar-fisch			
Schlaf-stätte Ludolf-sche Zahl			Autor von: Warten auf Godot						Milch-wirt (veraltet)		ein Wein-prädikat			
jüdischer Priester in Babylon					<p>WIR VERLOSEN 10 BILLA GUTSCHEINE IM WERT VON JE € 20,-</p>  <p>So sind Sie dabei: Senden Sie uns das Lösungswort per E-Mail oder Postkarte mit dem Betreff „Kreuzworträtsel“. Einsendeschluss: 19.10.2025. Alle weiteren Infos zur Teilnahme auf Seite 172! Das Rätsel finden Sie auch im Internet auf: billa.at/kreuzwortraetsel</p>				Stallung					
			Begren-zung des Fuß-balltors									Aus-stellung (Kw.)		4
Chatslang: Eil next time	Tabak-laden	chem.Z.f. Platin										Längen-einheit	Init. der dt. Mimin Engelke	
C											2			
modernes, tiefes Saiten-instrument		Stadt am Gardasee		NÖ Ort am Kamp		Vorn. der Mimin Dagover †1980	ehem. Einheit für den Druck	Ge-bäude-teil	Abk.: Economic Com-mission for Europe	persön-liche Hand-schrift	Vorn. des Sängers Ramazotti			
	6									IOC-Code: Sierra Leone				
ver-hängnis-voll			8			Kfz.Kz.f. Gmunden		Sportru-derboot chem.Z.f. Radon						
Gerät zur Kam-mherstel-lung				D					Abk.: Int. Standardi-sierungs-organisation					
Ver-braucher									9					
									helle eng-lische Biere					

So funktioniert's:

Tragen Sie die Namen der Bio-Produkte im Rätselraster ein. Die Buchstaben bei den Zahlen 1 bis 9 ergeben die Lösung. Nach Einsendeschluss finden Sie die Auflösung des Rätsels auf: billa.at/kreuzwortraetsel



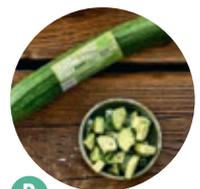
A



B



C



D

1	2	3	4
---	---	---	---

5	6	7	8	9
---	---	---	---	---

Eine (genuss-)volle Tasche

Wir verlosen eine prall gefüllte BILLA Einkaufstasche im Wert von rund 49 Euro*.
Viel Glück beim Mitspielen!



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: 19.10.2025

Gewinnwert: € 48,66*

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
frischgekoacht@billa.at

Anzeigen

Florian Widi, Tel.: 02236/600-4665,
Fax: DW 84665, 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

Produktionsleitung

Manfred Wagner

Bildbearbeitung

Andreas Graf, Bettina Köck,
Susanne Sellinger

Fotos

Stefan Fürtbauer, Lukas Gächter,
Elke Gebeshuber, Matthias Piket,
Eva Strateva

Foodstyling

Valentino Brienza,
Alexander Höss-Knakal,
Kevin Ilse, Franz Karner

Setstyling

Karin Boba, Florentine Knotzer,
Gabi Weiss, Evelyne Zemplenyi

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 frischgekoacht@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/frischgekoacht-gewinnspiele

Einsendeschluss: 19.10.2025.

Die Gewinner:innen werden verständigt. Der Gewinn kann bis 19.1.2026 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.

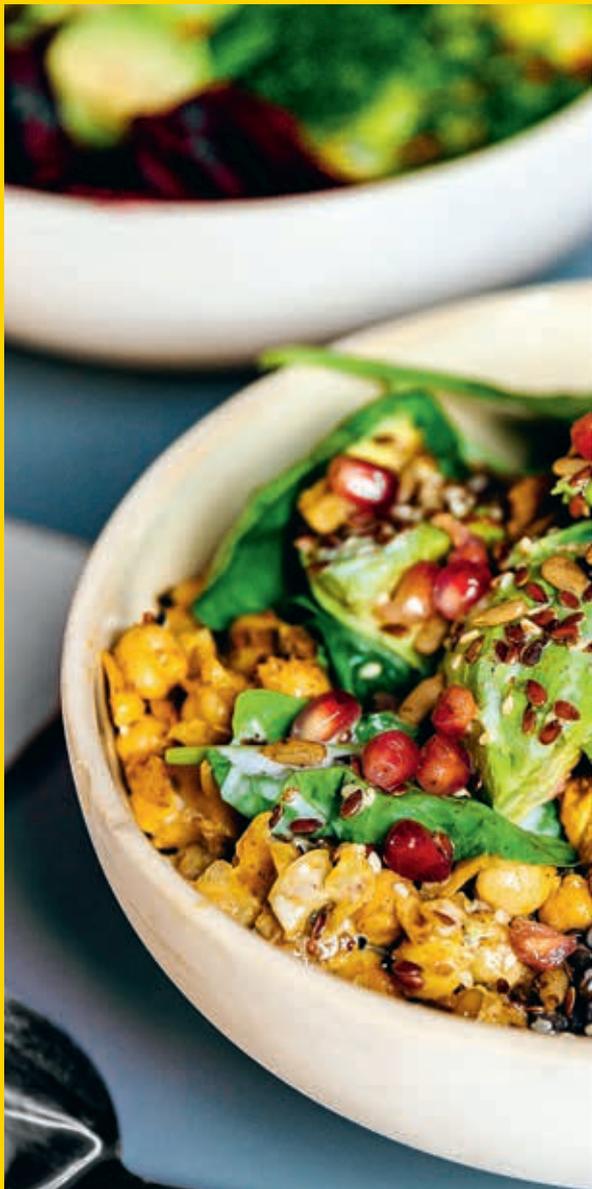


BITTE SAMMELN SIE ALTPAPIER FÜR
DAS RECYCLING

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.



REZEPTE MIT MA- RINADEN & MEHR

finden Sie auf
billa.at/rezepte

FRISCH GEKOCHT BILLA

FLEISCH

- 62 Bohnensuppe** mit Crispy Pulled Chicken
- 53 Caldo de Res** – Mexikanischer Rindsuppentopf
- 48 Chicken Parmesan** aus dem Ofen (online)
- 142 Curry Chicken Fried Rice**
- 39 Entenfilet** mit Apfelrotkraut und Semmelknödeln
- 149 Fajita-Hendl**
- 61 Frijoles Borrachos** – Betrunkenne Bohnen
- 110 Gebackene Sellerieknolle** mit Pulled Bierfleisch
- 46 Gedünstete Schweinsschnitzel** auf mediterrane Art
- 45 Geschmorter Zwiebelrostbraten**
- 19 Gnocchi** mit Prosciutto, Maroni und Salbei
- 89 Hirschtaler** mit Apfel-Rettich-Rotkraut
- 72 Lasagne-Hot-Pot** mit Prosciutto und Mozzarella
- 73 Mexikanische Lasagne**
- 25 Palatschinken** mit Spinat, Salsiccia und Käse
- 32 Palatschinkenpastete** mit Fleischbällchen (online)
- 50 Polpette** mit Ziegenkäse in Kapern-Tomatensauce
- 49 Putenrouladen** mit Prosciutto, Mozzarella und Rucola
- 93 Rehragout** mit Ofenkürbis und Honiglauch
- 108 Rindsschulterbraten** mit Cranberry-Paprika-Gemüse und Süßkartoffeln (online)
- 39 Tagliatelle** mit Kohlsprossen und Chorizo

FLEISCH & FISCH

- 153 Kabeljau** mit mediterraner Kräuterkruste, Reis oder Getreide, Chorizo & Oliven

FISCH / MEERESFRÜCHTE

- 33 Crêpes** mit Burrata, Erbsen und Garnelen
- 113 Goldbrasse** mit Birnen-Fenchel-Salat
- 38 Ricotta-Spinat-Tortelloni** mit Forellenfilet und -kaviar

FLEISCHLOS *

- 74 Brokkoli-Lasagne** mit Cottage Cheese
- 31 Crêpes** mit Robiola, Artischocken und Safranbutter
- 71 Lasagne-Pasta** mit Champignons
- 29 Palatschinentorte** mit Brie und Rucola
- 41 Risotto alla zucca** – Kürbisrisotto
- 27 Überbackene Kräuterpalatschinkenröllchen**

VEGETARISCH

- 35 Autumn Salad**
- 59 Bohnensalat**
- 90 Braunschweigerkraut-Birnen-Quiche** (online)
- 118 Butternusskürbis aus dem Ofen** mit Ziegenkäse und Mandelcreme
- 103 Gebratene Kaspressknödel** mit Rucolacreme
- 114 Gedünstete Miso-Lauchstangen** mit Honig-Senf-Vinaigrette und Ei
- 155 Gestürzte Tarte** mit Wurzelgemüse & Thymian
- 60 Mediterranes Bohnen-Gemüse-Gratin**

PFLANZLICH

- 87 Dillerdäpfel** mit pflanzlicher Räucherlachs- und Kaviar-Alternative
- 165 Jjajang-Käferbohnen** auf Linsenwaffeln
- 166 Kichererbsencurry** mit Mango und Pak Choi

- 162 Linsenminestra** mit Zitronen-Aioli
- 117 Loaded Süßkartoffeln** mit würzigem Crispy Tofu
- 161 Rauchige Harissa-Linsen** mit Kürbis, Apfel und Zitronen-Seidentofu
- 143 Schnelles Gemüsecurry**

PFLANZLICH & SÜSS

- 95 Kiwano-Obstsalat** mit Mandeln und Eis

SÜSSES

- 91 Apfel-Birnen-Fleck** mit Streuseln und Schokolade
- 57 Himbeerdessert im Glas** mit Manner Snack Minis Milch-Haselnuss
- 169 Kürbistarte** mit Pekannüssen
- 151 Marillen-Ingwer-Haferkekse**
- 38 Maroni-Schupfnudeln** mit gebatener Birne
- 131 No-bake-Pistazien-Cheesecake**
- 21 Pflaumenkuchen** mit Schoko und Nüssen
- 133 Pistazien-Blätterteigolatschen**
- 135 Pistazien-Mascarpone-Brioche-Buns**
- 139 Pistazien-Tiramisu**
- 75 Schoko-Birnen-Lasagne-tiramisu** aus dem Ofen
- 55 Schoko-Biskuitroulade** mit Manner Snack Minis Milch-Schoko
- 137 Weißwein-Safran-Birnen** mit Pistaziengranola
- 138 Würzige Pistazien-Blondies** mit Safranfrosting (online)

billa.at/rezepte

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



Vorfreude

Mit unseren liebsten Keksklassikern stimmen wir uns auf die zauberhafteste Zeit im Jahr ein.

VORSCHAU

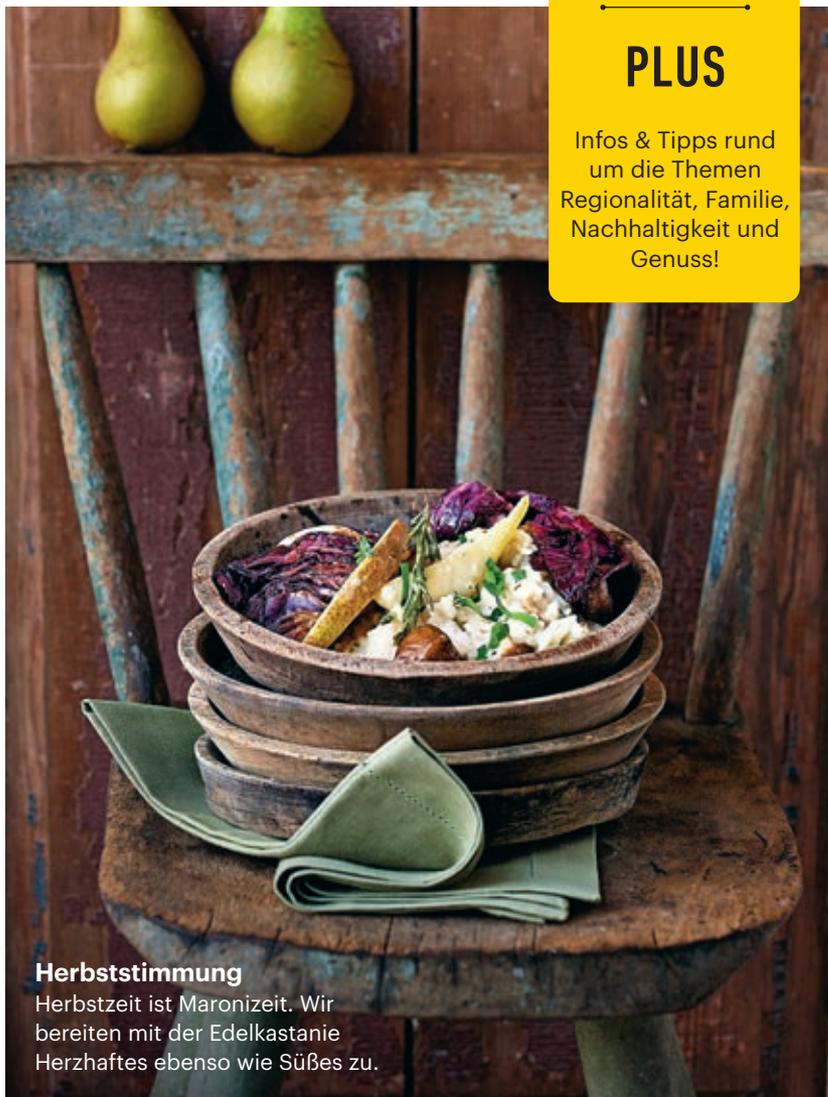
FRISCH GEKOCHT

BILLA

Die neue Ausgabe erhalten Sie ab 23. Oktober bei **BILLA** und **BILLA PLUS!**

Besonders genussvoll

Unsere Menüs zeigen, wie einfach man jedes Essen zu einem besonderen Gaumenschmaus machen kann.



Herbststimmung

Herbstzeit ist Maronizeit. Wir bereiten mit der Edelkastanie Herzhaftes ebenso wie Süßes zu.



Grün. Warm. Gut.

Aus Sandra Mühlbergs gleichnamigem Kochbuch präsentieren wir vegetarisches Essen für die Seele.

Heimelig

Wintergemüse und saisonales Obst sind die perfekten Zutaten für unsere Wohlfühlgerichte.



PLUS

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

»Nur amoi
umdrahn,
scho bin i bei dia.«

Da komm'
ich her!



NEU IM
SORTIMENT:
Erdäpfel
»Benjamin«

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**

Liebe
auf Vorrat.



**Du musst nicht Felix heißen,
um FELIX Sugo zu lieben.**



Willkommen, liebe Leser:innen!
**HERBSTKÜCHE ZUM
 WOHLFÜHLEN**

DAS
 KOCHTE ICH
 NACH



**Putenrouladen mit Prosciutto,
 Mozzarella und Rucola von S. 49**

Italienstimmung aus dem
 Schmortopf – liebe ich!



**Kichererbsencurry mit Mango
 und Pak Choi von S. 166**

Comfortfood koche ich immer
 öfter auch rein pflanzlich.



**Palatschinkentorte mit Brie
 und Rucola von S. 29**

Palatschinken kombiniert mit Käse –
 so lässt sich der Herbst genießen!

Wenn die Tage kürzer werden, haben Wohlfühlgerichte Hochsaison. Wir zeigen Ihnen, wie Sie bei der herbstlichen Vielfalt genüsslich aus dem Vollen schöpfen, und kombinieren heimisches Obst und Gemüse mit aromatischem Wild. Schmorgerichte und Eintöpfe sind die Königsklasse in Sachen Comfortfood – mit unseren Fleischrezepten für Schmortopf und Bräter sowie Tipps für die Curryküche stehen beim Kochen und Genießen alle Zeichen auf Gemütlichkeit. Entdecken Sie praktische One-Basket-Rezepte für den Airfryer und freuen Sie sich auf herzhafte Palatschinken mit Käse.

Starten Sie gemütlich in den Herbst!

Daniela Schwarz-Knecht

Daniela Schwarz-Knecht, Leitung Marketing

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.