



farmgoodies
So entsteht das Gute

GOODYBOOK GASTAUTOREN * FAMILIE AUFREITER *

Erstellt am 17.01.2023

Vorstellungsrunde im Jänner mit Bio-Gerstengras/ Bio-Weizengras

Für alle, die unser Goodybook noch nicht kennen, werden wir euch in diesem Jahr unsere Gastautor:innen mit samt „ihrem“ Rezept vorstellen. Das Goodybook ist ein kleines 24seitiges Heftchen mit Rezepten, Verwendungs- und Kochtipps, von Kochprofis, Hobbyköchen, Diätologinnen, Bloggern, Landwirten ... – kurzum Menschen, die mit Leidenschaft mit unseren FARMGOODIES Produkten arbeiten und kochen ☺



WE PROUDLY PRESENT: DAS JANUAR GOODY ☺

Ein bisschen nach Saison präsentieren wir euch Monat für Monat einen anderen Gastautor. Starten möchten wir mit Familie Aufreiter / Biokräuterhof Aufreiter und ihren natürlichen „**Energydrinks**“. Mit der Familie Aufreiter verbindet uns eine Freundschaft und eine sehr gute Zusammenarbeit. Gemeinsam haben wir die Linie der Mühlviertler Superfoods mit Bio-Graspulver und Bio-Eiweißmehlen entwickelt.

WER SIND DIE AUFREITERS UND WAS MACHEN SIE?

Der **Biokräuterhof Aufreiter** liegt in Alberndorf und wird bereits seit vielen Jahren biologisch bewirtschaftet. Aktuell sind Hans, Michaela und Jakob mit seiner Freundin Vanessa am Hof beschäftigt. Zusätzlich arbeiten auch noch drei Mitarbeiterinnen in der Direktvermarktung mit.

- 35 ha Ackerflächen, mit einem sehr gut abgestimmten Fruchtwechsel
- 10 Kulturen für Großunternehmen, darunter auch Sonnentor ☀
- 35 Kulturen für unsere Direktvermarktung (Kümmel, Thymian, Majoran, Pfefferminze, Flohsamen ...)

Das Credo: Wir produzieren Bio-Produkte im Einklang und im Rhythmus der Natur. Dadurch entstehen Produkte in hoher Qualität, die uns und unseren Kunden guttun.

Zusammenarbeit mit Farmgoodies: *„Wir arbeiten sehr gerne mit Farmgoodies zusammen, weil es uns wichtig ist in der Region einen guten Zusammenhalt und der den Biobauern zu fördern. Wir finden es auch sehr gut, dass ihr die Natürlichkeit der Lebensmittel erhaltet und so zu wertvollen Produkten für die Gesundheit eurer Kunden macht.“*

Lieblings-Farmgoodies-Produkt: Unser Lieblingsprodukt sind die Bio-Hanf Samen. Perfekt zum Verfeinern vom Salat und diversen Risotto Gerichten.

NEU: Babykosmetiklinie JAVANA

Wir – Jakob & Vanessa, hatten die gemeinsame Idee Baby & Mama Naturkosmetik herzustellen, als Vanessa ihre Ausbildung zur

Kräuterpädagogin machte. Zu diesem Zeitpunkt war Vanessa bereits mit unserem Sohn Moritz schwanger. Für uns ist dieses Projekt etwas ganz Besonderes. Wir möchten alle werdende Mamas auf ihrer besonderen Reise und danach mit einer natürlichen und wohltuenden Pflege für ihr kleines Wunder unterstützen.

Zurzeit gibt's die Babykosmetiklinie bei uns im Hofladen und im Onlineshop. Bald aber in ausgewählten Shops und Läden.

DAS AUFREITER GOODYBOOK REZEPT

auf Seite 12 - 13

POWERSMOOTHIE mit Bio-Gerstengraspulver

Für das Smoothie-Rezept das geschälte Obst und alle weiteren Zutaten in einen Mixer geben und voila - fertig ist dein Energydrink.

- 2 Bananen
- 4 Kiwis
- 200 ml Apfelsaft
- Saft einer Zitrone
- Handvoll Spinat oder Mangold
- 2 EL Gerstengraspulver
- 1 TL Bio-Leinöl

Engagement im Verein Enkeltaugliche Zukunft

Michi und Hans Aufreiter sind auch sehr aktiv im Verein Enkeltaugliches Österreich (ETÖ). Dieser Verein ist ein Zusammenschluss von Bio-Pionieren, Wissenschaft und interessierten Menschen, die daran arbeiten, unsere Umwelt lebenswert und nachhaltig zu gestalten, damit auch unsere Enkel in einer intakten Umwelt und Ökosystem leben können. 🐣 Das finden wir auch wirklich toll!



Mehr erfahren >>

2026 © All Rights Reserved