



BioRegioGenossenschaft Regensburg

*Dein Bio-Hofladen in der Stadt*

*Liebe Genossinnen und Genossen, liebe Interessierte,*

*es gibt wieder Aktionen, Neues im regionalen Sortiment und einen Spendenaufruf:*

## Aktuelle Aktionen:

Hofführung beim Biohof Hinterberg am 05.05.2024

**Thema Wildhaltung und -erzeugung**

### **Treffpunkt am Hof:**

[Hinterberg 7, 93128 Regenstauf](#)

Hier findet ihr [Parkplätze](#)

- Führung Wildgehege und Rinderweiden bis ca. 12:00
- Besichtigung Schlachthaus (nicht in Betrieb an diesem Tag)
- ca. 12.30 Uhr Stehimbiss vor dem Hofladen
- Um eine freiwillige Spende wird gebeten.

Nach der Hofführung kann, falls Interesse besteht und das Wetter passt, eine kleine Wandertour zum Peilstein stattfinden: ca. 45 min Fußweg ca. 200 Höhenmeter. Von dort hat man einen schönen Blick zur Burg Stockenfels und über die Schwandorfer Seenplatte.

[Um Anmeldung wird gebeten](#)



**Verkostung Michlbauer am 11.05.2024  
im Radis&Bona Laden von 9:30 bis ca. 13 Uhr**

Schirin von der Michlbauer Manufaktur verwöhnt uns mit handwerklich hergestellten Ziegenkäse-Spezialitäten aus der eigenen Hofkäserei und eigener Ziegenhaltung.



Weitere Aktionen, wie Verkostungen oder Hofführungen findet ihr auf unserer [Website](#). Wir freuen uns auf euch!

# Spenden-Aufruf für den Michlbauer Hof

Damit der Hof zukunftsfähig bleibt, muss ein zweites Verkaufsmobil angeschafft werden, denn der alte Marktanhänger hat seine besten Zeiten hinter sich. Ein kostengünstiges, kleines, gebrauchtes Verkaufsmobil soll es werden und das kostet ca. 20.000 Euro. Dafür wird aktuell fleißig gesammelt. Das Verkaufsmobil würde es ermöglichen, mehrere Spezialmärkte, z.B. Frühjahrmärkte oder Erntedankmärkte in einem erweiterten Umkreis zu bestücken oder zwei Märkte an einem Tag anzufahren, und somit die Einnahmen zu stärken.

Der Spendenaufruf läuft per Überweisung auf folgendes Konto:

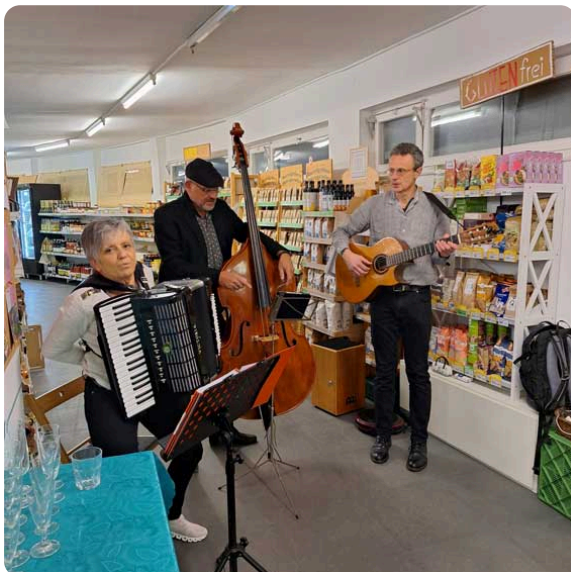
Michlbauer Manufaktur GbR  
Schirin Oeding und Sebastian Meier  
Sparkasse Amberg-Sulzbach  
IBAN: DE95 7525 0000 0021 4363 65  
BIC: BYLADEM1ABG  
Verwendungszweck: Verkaufsmobil

Wir machen mit und unterstützen den Michlbauer Hof auch gerne mit einer Spende!

Falls ihr Fragen habt, dann schreibt Schirin vom Michlbauer Hof oder ruft sie an: 0151 566 34348.

## Vernissage und Ausstellung

Unsere zweite Kunst-Ausstellung ist nun auch zu Ende gegangen. Auf unserer [Website](#) findet ihr ein paar Impressionen der Vernissage und hier schon einen kleinen Vorgeschmack:





# Was gibt es Neues und Aktuelles im regionalen Sortiment:



**Burgerpatties** vom Weiderind vom Biohof Hinterberg



Michlbauer **Ziegenkäse** verschiedene Sorten & **Ziegenkaramell**



**Spargel** von der Spargelinsel in Bad Abbach

## Vorbestellung Zickleinfleisch

Die Tiere kommen aus artgerechter Haltung und muttergebundener Aufzucht vom Demeterhof Michlbauer:

**Bis zum 18. Mai** könnt ihr direkt im Laden **bestellen** und **am 25. Mai abholen**:

- GANZES ZICKLEIN\*, NICHT ZERLEGT 19€/KG
- GANZES ZICKLEIN\*, ZERLEGT 19€/KG + 10€ für Zerlegung
- EDELTEILE (Rücken ca. 1kg, Schulter ca. 800g, Keule ca. 1kg) 22€/kg

\*Gewicht ca. 6 kg., bitte bei der Bestellung angeben, ob die Innereien (Leber, Herz, Nieren) auch gewünscht sind.

## Bald wieder da

Ab Mitte Mai 2024 haben wir wieder Damwild vom Biohof Hinterberg bei uns im Laden. Freut euch auf zarte und leckere Fleisch-Schmankerl.

## Jeden Monat neu

Auf facebook und Instagram stellen wir euch jeden Monat einen oder zwei Erzeuger:innen mit einem Produkt des Monats und einem passenden Rezept dazu vor. Schaut einfach mal vorbei:

- [www.facebook.com/radisundbona](https://www.facebook.com/radisundbona)
- [www.instagram.com/radisundbona/](https://www.instagram.com/radisundbona/)

## Unser Rezept des Monats:



### LAMMBRATEN AUS DEM LANDKREIS REGENSBURG

[www.radisundbona.de](http://www.radisundbona.de)

#### Naturlandhof Froschhammer Thalmassing

Seit 5 Generationen ist der Hof im Besitz der Familie Froschhammer. Seit 2009 wirtschaftet der Betrieb nach den Richtlinien des Anbauverbands Naturland. Unter anderem halten sie alte Schweinerassen wie Bunte Bentheimer und ebenso die alte Schafrasse Kamenun-Schaf. Diese Rassen sind vom Aussterben bedroht, ausgesprochen robust und anspruchslos, was sie für die Freilandhaltung bestens eignet. Das Geflügel und die Schweine leben gemeinsam im Freiland, wobei die Schweine etwaige Gefahren für das Geflügel wie Fuchs oder Greifvogel abwehren. Pro Tier stehen den Schweinen ca. 1.000 m<sup>2</sup> Weidefläche und eine Suhle gegen die Sommerhitze zur Verfügung. Auch Ackerbau und eine Brennerei gehören zum Hof. Die mittelgroße Obgartener mit tolleräulen Sorten und entsprechend alten Blümen ist das Einsatzgebiet der Kamenunschafe. In der hofeigenen Destille werden aus dem eigenen Obst Bio-Ethylalkohol hergestellt.



#### Unsere Produzent:innen des Monats:

## Regensburger Lammbraten

#### Zutaten für 4 Personen

- Eine Lammkeule, circa 1.700 Gramm
- 5 Schalotten grob gehackt
- 2 Liebästelzwiege, 4 Bismarck-Spitzen
- Salz, Pfeffer, Olivenöl, Butter, Rosmarin
- 2 EL Dijon Senf
- 1 Bund Knoblauchzehen frisch
- 2 große Knoblauchzehen gebackt
- 2 EL Tomatenmark
- 2 EL Paprika edelsüß
- 200ml Rotwein
- 300 ml Wasser kochend



1. Das Fleisch kalt abspülen und wieder gründlich trockentupfen, dann mit einem Teelöffel Öl einstreichen und mit Salz und Pfeffer bestreuen und mit Dijon-Senf dünn bestreichen. Einen Bräter mit Deckel auf kleinster Flamme anwärmen. In einer Pfanne das Öl mit Butter und Schalotten stark erhitzen und die gewürzte Keule darin rundum goldbraun anbraten.
2. Wenn die Keule schon eine goldbraune Farbe bekommen hat, die Zwiebeln mit Schalotten und Knoblauch an die Seite geben und auch noch mit anbräunen. Das Fleisch in den Bräter setzen, zum Bratsatz in der Pfanne das Tomatenmark geben, leicht anrösten und dann mit dem Rotwein ablöschen, darin den Pfanneninhalt zum Fleisch gießen.
3. Die Reste vom Bratsatz in der Pfanne mit dem Wasser löscheln und auch in den Bräter gießen, Liebstöckel und Rosmarin an die Seite legen, einen Bechler aufsetzen und im vorgeheizten Herd bei 200° etwa 90 Minuten lang schmoren.
4. Nach dieser Zeit das Fleisch herausheben und im ausgeschalteten Herd ruhen lassen, bis die Soße zubereitet ist.
5. Dazu die harten Stengel vom Rosmarin aus dem Sud fischen und den Rest mit dem Stämmchen fein pürieren.
6. Die Lammkeule in Scheiben geschnitten mit der köstlichen Soße anrichten. Dazu z.B. Kartoffeln und Butter-Bröckchen servieren.

Wir wünschen euch einen schönen Frühling, bis bald bei uns im Laden oder bei einer unserer Aktionen.

Herzlichst euer Radis&Bona-Team



**Radis&Bona eG**

BioRegioGenossenschaft

Vorstände: Judith Hock-Klemm, Gero Wiescholke und Joseph

Parstorfer

Rilkestraße 5a

93049 Regensburg

Alle Fotos und Texte: © Radis&Bona eG

[www.radisundbona.de](http://www.radisundbona.de)

This email was sent to {{contact.EMAIL}}

You've received this email because you've subscribed to our newsletter.

[Update your preference](#) | [Abbestellen](#)

