



8

23

21

3

20

11

5

14

15

9

1

22

24

18

4

19

7

2

17

16

12

10

13

6

Oh du Fröhliche...



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION



MINISTERIUM
FÜR EIN
LEBENSWEERTES
ÖSTERREICH

LE 14-20

Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete





Roter Glühwein

Bio-Zutaten für 4 Personen

- 1 Liter Rotwein
- 5 Nelken
- 2 Orangen in Scheiben geschnitten
- 2 Zimtstangen
- 1 Sternanis
- Zucker
- 1 Spritzer Zitrone

Zubereitung

Alle Zutaten in einem Topf langsam erhitzen bis alles kocht, dann den Topf vom Herd nehmen und den Glühwein etwas ziehen lassen.

6

12

7

18

15

20

8

11

23



Chiliöl als Geschenk

Bio-Zutaten

Einige getrocknete Chilis
Oliven- oder Sonnenblumen- oder Rapsöl (je nach Geschmack)
Saubere Einmachflaschen

Zubereitung

Den Stiel der Chilis entfernen, diese leicht andrücken und je nach gewünschter Schärfe mehrere Chilis in eine gereinigte und trockene Einmachflasche geben. Mit dem Öl auffüllen. Flaschen fest verschließen, gut schütteln und zwei Wochen an einem kühlen, dunklen Ort lagern.

1

Oh du Fröhliche...

9

5

17

10

4

21

13

16

19

14

3



22



Bio-Mehl Grundlage feiner Weihnachtsbäckereien

Weihnachten ist die Zeit des Backens und Genießens, umso wichtiger ist es zu wissen, wie das Getreide angebaut wurde. Bei Mehl aus biologischer Landwirtschaft kann man sicher sein, dass dieses frei von Gentechnik ist und ohne den Einsatz von chemisch-synthetischen Pestiziden und schnell-löslichen mineralischen Düngern produziert wurde. Denn Biobäuerinnen und Biobauern düngen den Boden mittels Fruchtfolge, Kompost oder Stallmist, fördern Nützlinge und setzen auf robuste, standortangepasste Getreidesorten.





Vanillekipferl

Bio-Zutaten: 300 g Mehl
250 g Butter
100 g Haselnüsse oder Mandeln
80 g Zucker
Vanillezucker

Zubereitung: Die Zutaten zügig miteinander verkneten. Zum Rasten für mindestens eine Stunde zugedeckt in den Kühlschrank legen. Noch besser lässt sich der Teig verarbeiten, wenn er über Nacht im Kühlschrank rastet. Aus dem Teig Kipferl formen und bei 180 Grad ca. 15 Minuten backen. Die noch warmen Kipferl in Vanillezucker schwenken.

BIO
AUSTRIA



7

18

15

12

20

8

2

24

11

23

6

1

Oh du Fröhliche...

17

9

10

4

13

16

19



22

14

3



Apfelbrot

Bio-Zutaten: 250g Feigen,
250g gehackte Nüsse
250g Dörripflaumen
250g Rosinen
1/8 l Rum 38%
800g geriebene Äpfel
Jeweils 1 TL Piment, Zimt und Nelken
250g Roggenmehl, 250g Weizenmehl

Zubereitung: Die Zutaten zu einem Teig verkneten,
zwei Laibchen formen, mit Ei bestreichen und im
vorgeheizten Backrohr bei 200 Grad (oder 180 Grad
Heißluft) für 45 Minuten backen.



Bratäpfel mit Honig & Nüssen

Bio-Zutaten: 4 säuerliche Äpfel
4 EL Walnüsse
2 EL Rosinen
2 EL Honig
1 EL Butter
150ml Apfelsaft, 100ml Wasser

Zubereitung: Backrohr auf 200 Grad vorheizen, Äpfel waschen, Kerngehäuse entfernen. Äpfel in eine Auflaufform setzen. Mit Nüssen und Rosinen füllen, mit Honig beträufeln. Butter in der Pfanne und auf den Äpfeln verteilen. Apfelsaft und Wasser untergießen. Im Rohr ca. 30 Minuten backen.



7

18

15

12

20

8

24

11

23

1

Oh du Fröhliche...

9

5

17

4

21

10

19

14

3

16

13

Bio
AUSTRIA

22

Zimt-Apfel-Punsch

Bio-Zutaten: 10 Äpfel
100g Zucker
Etwas Rum (nach Geschmack)
4 Zimtstangen
2 Sternanis
Schale einer 1 Orange

Zubereitung: Äpfel würfeln. In einen Topf geben, Zucker, Gewürze und die Orangenschale hinzufügen und mit Wasser bedecken und rund 2 Stunden kochen lassen. Nach dem Kochen die Gewürze entfernen und nach Geschmack Rum hinzufügen.



2

24

20

8

11

23

6

1

17

9

5

10

4

21

13

16

19

14

3

22



Bio-Honig süßes Gold für köstliches Weihnachtsgebäck

In vielen Rezepten für die kalte Jahreszeit und gerade für weihnachtliche Gerichte findet sich als Zutat der Honig. Etwa siebenmal muss eine Biene rund um die Erde fliegen und dabei von drei bis fünf Millionen Blüten Nektar und Honigtau sammeln und verarbeiten, damit wir ein Kilogramm Honig bekommen. Beachtlich, was Bienen leisten, deshalb ist ein schonender und wertschätzender Umgang mit den fleißigen Bestäubern von besonderer Bedeutung. In der Bio-Bienenhaltung setzt man daher auf ein biologisches Rundum-Service: Bio-Bienen wohnen ökologisch (Mittelwände aus Bio-Wachs, unbedenkliches Baumaterial), haben im Umkreis von 3 Kilometern Bio-Flächen oder umweltfreundlich bewirtschaftete Flächen, bekommen im Winter nur Bio-Honig und -Zucker und werden, sollten sie erkranken, nur mit Mitteln behandelt, die ohnehin im Honig vorkommen. Da schmecken feine Honiglebkuchen gleich besonders gut.



6

12

2

17

10

13

16

7

18

4

19

24

1

22

15

20

11

14

8

23

21

3

Oh du Fröhliche...

Rumkugeln

Bio-Zutaten: 300 g Kuvertüre
500 g Staubzucker
275 g gemahlene Haselnüsse
150 ml Rum 38%
Kokosraspel, Schokostreusel oder Zucker zum Wälzen

Zubereitung: Kuvertüre über dem Wasserbad schmelzen. Geschmolzene Kuvertüre zum Staubzucker, den Nüssen und dem Rum in eine Schüssel geben und verrühren. Die Masse etwas anziehen lassen und im Anschluss Kugeln formen und im gewünschten Dekor wälzen. Für eine Stunde kühl stellen.





6

12

7

18

15

2

24

20

8

11

23

1

Oh du Fröhliche...

9

5

4

21

19

14

3

22



Nusscookies

Bio-Zutaten: 200 g dunkle Schokolade
150 g Walnüsse
320 g Dinkelvollkornmehl
1 EL Orangenschale
150 g Staubzucker
80 g Vollrohrzucker
Vanille
1 Prise Salz
1 EL Lebkuchengewürzmischung
1 EL Backpulver
200 g weiche Butter
2 Eier

Zubereitung: Schokolade in kleine Stücke schneiden, Nüsse grob hacken. Alle Zutaten verkneten. Den Teig zu ca. 1,5-2 cm dicken Rollen formen, über Nacht kühl stellen und am nächsten Tag in ½ cm dicke Scheiben schneiden, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und bei 190 °C nicht zu dunkel backen.

13





7

18

15

12

20

8

2

24

6

1

17

9

5

10

4

21

13

16

19

3

22

14

Linzer Augen

Bio-Zutaten: 280 g Mehl
240 g Butter
140 g Zucker
175 g Mandeln (gerieben)
1 MS Zimt
Optional 1 EL Sauerrahm
Ribisel- oder Himbeermarmelade

Zubereitung: Alle Zutaten miteinander verkneten. Sollte der Teig zu mürbe sein kann man mit 1 EL Sauerrahm nachhelfen ihn geschmeidiger zu machen. Nach dem Rasten (mindestens eine Stunde im Kühlschrank) den Teig ca. 3 mm dick ausrollen und die gleiche Menge an Oberteilen und Unterteilen (Form mit Loch) ausstechen. Bei 180 Grad ca. 15-20 Minuten backen. Nach dem Abkühlen die Unterteile mit Marmelade bestreichen und Oberteile darauf setzen. Nach Belieben mit Staubzucker bestreuen.





Chutney als Geschenkipp

Kräuter-Chutney

Bio-Zutaten für 4 Portionen

- 1 Bund Petersilie, glatte
- 2 EL Pfefferminze, getrocknet (oder 10 frische Pfefferminzblätter)
- 1 großer Apfel, geschält, entkernt und gewürfelt
- 1 große Zwiebel, fein gewürfelt
- 2 Zehen Knoblauch, fein gewürfelt
- 1 rote Peperoni, entkernt und fein gewürfelt
- 1 Stück Ingwer, gerieben
- 1/4 TL Koriander, gemahlen
- 1/4 TL Kreuzkümmel, gemahlen
- 5 EL Zitronensaft, frisch gepresst

Zubereitung

Alle Zutaten zusammen in eine Schüssel geben und gut pürieren. Schon ist ein sehr frisches und leckeres Chutney fertig



7

18

15

20

8

11

23

24

1

9

5

21

14

3

22

4

19

17

16

10

13

6



Bio-Gemüse

Powerpakete für die kalte Jahreszeit

Gemüse aus biologischem Anbau ist besonders wertvoll, denn Biobäuerinnen und Biobauern düngen nicht die Pflanzen, sondern den Boden. Unter anderem durch geeignete Fruchtfolge, Kompost oder Stallmist. Damit die Pflanzen von Grund auf kräftig werden statt künstlich hochgepuscht. Und das schmeckt man auch.



6

12

2

7

18

15

20

8

24

11

23

1

Oh du Fröhliche...

17

9

5

10

4

21

13

16

19



22



Lebkuchen

Bio-Zutaten: 700 g Vollkornmehl, sehr fein gemahlen (2/3 Roggen, 1/3 Weizen)
350 g Honig, 5 Eier
100 g Öl, etwas Milch
5-7 TL Lebkuchengewürz
1 TL Natron, 1 TL Backpulver
Schale einer Zitrone

Zubereitung: Aus den Zutaten einen festen Teig kneten, 1 Tag ruhen lassen und dann ausstechen, mit verquirltem Ei bepinseln und mit Walnusshälften, Haselnüssen, Mandeln oder Sonnenblumenkernen garnieren. Bei 190 °C backen.



Bio-Geflügel

Soll es dieses Jahr zum Weihnachtsfestessen ein traditioneller Gänsebraten sein? Dann greift man am besten zu Bio-Gänsefleisch aus Österreich. Denn Biobäuerinnen und Biobauern füttern ihre Gänse mit biologischem und garantiert gentechnikfreiem Futter. Zudem haben die Tiere ein artgerechtes Leben mit ausreichend Platz im Stall, ständigem Auslauf ins Freie, Wasserbecken zum Baden und vielem mehr. Übrigens: Lebendrupf und Stopfmast sind in Österreich verboten, daher am besten biologisches Gänsefleisch aus Österreich kaufen. Einkaufsadressen unter www.biomaps.at.





7

18

15

12

20

8

2

24

11

23

6

1

Oh du Fröhliche...

17

9

5

10

4

21

19



14

3

22

Zucker-Zimt-Sterne

Bio-Zutaten: 80g Butter
100g Zucker
1 Ei
6 EL Milch
300g Mehl
½ Packerl Backpulver

Zubereitung: Alle Zutaten rasch zu einem Teig verkneten. Danach messerdünn ausrollen und die gewünschten Formen ausstechen. Die Kekse im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 10-15 Minuten goldgelb backen.



6

Selbstgemachtes Granola als Last-Minute-Geschenk

Bio-Zutaten: 325 g Haferflocken
75g gehackte Mandeln
125 g Honig
1EL Zimt, 1TL Salz
100 g Kokosöl

Zubereitung: Alle Zutaten mischen und auf einem
Backblech gleichmäßig verteilen und im vorgeheiz-
ten Backrohr bei 180 Grad ca. 30 Minuten backen.
Nach der halben Backzeit einmal wenden. Im An-
schluss gut auskühlen lassen und in saubere und
trockene Schraubgläser füllen und gut verschließen.
Das Granola ist zwei Wochen haltbar.



12

2

7

18

15

20

8

24

11

23

1

Oh du Fröhliche...

9

5

4

21

13

16

19



14

3

22

Weihnachtskekse

Bio-Zutaten: 80 g Butter
100 g Zucker
1 Ei
6 EL Milch
300 g Mehl
½ Packerl Backpulver

Zubereitung: Alle Zutaten rasch zu einem Teig verkneten. Danach messerdünn ausrollen und die gewünschten Formen ausstechen. Die Kekse im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 10-15 Minuten goldgelb backen.



Foto: © elvianita/pixabay.com

12

7

15

20

8

2

24

11

23

6

1

Oh du Fröhliche...

17

9

5

10

4

21

13

16

19

14

3

Bio
AUSTRIA

22



6

12

2

7

18

15

20

8

24

11

23

1

Oh du Fröhliche...

9

5

10

4

21

13

14

3

22

Keksmischung
als Last-Minute-Geschenk
Bio-Zutaten (für ein 750 ml Glas):
200 g Mehl
60g Haferflocken
120 g Walnüsse
120 g Zucker
3 TL Backpulver
1 Prise Salz
2 TL Zimt
1 Päckchen Vanillezucker

Information für das Etikett
125g Butter
2 Eier
1 säuerlicher Apfel
200ml Milch

Zubereitung Glas: Alle Zutaten nacheinander im gereinigten und trockenen Glas schichten und anschließend gut verschließen und hübsch verpacken.

Zubereitung Apfel-Zimt-Muffins (auf das Etikett schreiben)
Apfel fein würfeln. Eier mit der Butter schaumig rühren. Die trockenen Zutaten aus dem Glas mit Milch und dem Apfel zum Eier-Butter-Gemisch geben und verrühren. Den Teig auf einem Muffinblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 25 – 30 Minuten backen.





Bio-Fisch
nachhaltiger Genuss in der glanzvollen Jahreszeit

Viele Gedanken und Überlegungen fließen in das Festtagsessen ein. Etwa welches Gericht für wie viele Personen man auswählen soll oder woher man die besten Zutaten dafür bekommt. Wenn es Fisch sein soll, dann am besten zu Fisch aus biologischer Teichwirtschaft greifen – denn das ist nicht nur nachhaltiger, sondern auch stressfreier für die Fische. Denn Biobäuerinnen und Biobauern schauen darauf, dass es ihren Tieren gut geht. So haben die Fische ausreichend Platz im Teich. Dadurch wachsen Bio-Fische zwar langsamer, sind aber weniger gestresst – und das schmeckt man.

Foto: ©BIO AUSTRIA/Stephanie Golser



Suppe
Erdäpfel-Orangen-Suppe

Bio-Zutaten für 4 Portionen:

- 2 EL Rapsöl
- 2 kleine Zwiebeln
- Kreuzkümmel
- 1 haselnussgroßes Stück Ingwer
- 2 mehlig Erdäpfel
- 3 Karotten
- ½ l Gemüsesuppe/Wasser
- ¼ Orangensaft
- Orangenschale
- Salz
- Joghurt oder Sauerrahm

Zubereitung: Zwiebeln hacken, mit den Gewürzen in Öl anbraten, geschnittene Karotten und Erdäpfel dazugeben, mit Suppe/Wasser aufgießen, pürieren und mit Orangensaft, Salz und Orangenschale abschmecken. Vor dem Servieren nochmals mit dem Pürierstab aufschäumen. Mit einem Löffel Joghurt oder Sauerrahm servieren.



Foto: ©Bernadette Wurringer/pixabay.com



6

12

2

17

10

13

16

7

18

24

4

19

1

15

20

9

8

23

21

3

Hauptspeise Gänsebraten mit Semmel-fülle

Bio-Zutaten: Küchenfertige Gans (4-5kg)
Majoran, Salz, Pfeffer

Für die Fülle: Gänseleber
1 große Zwiebel
250g Semmelwürfel
250ml Milch
2 Eier
40g Butter
Salz, Muskatnuss
Bund Petersilie

Zubereitung: Die Gans bratfertig machen, indem man überschüssige Fettteile entfernt, die Gans wäscht und anschließend trocken tupft. Für die Fülle die Leber, die Zwiebel sowie die Petersilie klein hacken. Danach die Zwiebel mit der Butter in einer Pfanne anbraten. Währenddessen die Semmelwürfel mit der Leber, den Eiern, der Milch und der Petersilie mischen und die noch warmen Zwiebel der Mischung beifügen. Im Anschluss salzen, mit Muskatnuss verfeinern und alles gut verrühren. Mit dieser Mischung dann die Gans füllen. Danach wird diese mit Salz, Pfeffer und Majoran außen eingerieben. Im Anschluss die Gans in eine Bratform geben, etwas Wasser hinzufügen und in dem vorgeheizten Backrohr bei anfänglich 160 Grad garen. Die Brattemperatur wird bis zum Ende der Garzeit auf 200 Grad erhöht. Als Faustregel gilt: Pro Kilo Gewicht ca. eine Stunde Garzeit. Während der Bratzeit den Gänsebraten immer wieder umdrehen und mit dem eigenen Saft begießen. Als Beilage wird selbstgemachtes Rotkraut sowie die Fülle serviert.





Dessert

Crème brûlée

Bio-Zutaten: 4 Eidotter
4 EL Zucker
500 ml Schlagobers
1 TL Vanillezucker
geriebene Schale einer Orange
Salz, Kardamompulver
Rohrzucker zum Bestreuen

Zubereitung: Backofen auf 120 °C vorheizen. Eidotter mit Zucker cremig schlagen. Das Schlagobers mit Vanillezucker, geriebener Orangenschale, Salz und Kardamom kurz aufkochen. Die Dottermischung einrühren und vorsichtig erwärmen, bis das Obers eindickt. Die Mischung vom Herd nehmen und in feuerfeste Förmchen gießen. Eine Auflaufform mit Wasser füllen, die Förmchen reinsetzen und mit Klarsichtfolie abdecken. Im Rohr ca. 60 Minuten im Wasserbad stocken lassen. Danach mindestens 2 Stunden im Kühlschrank durchkühlen. Vor dem Servieren mit Rohrzucker bestreuen und im Backofen auf Grillstufe karamellisieren.



6

12

7

18

15

20

8

11

23

1

Oh du Fröhliche...

9

5

17

10

4

21

13

16

19

14

3

22

*Wir wünschen euch
fröhliche Weihnachten
und ein gesegnetes Fest!*

Glühmost
Bio-Zutaten: 1l Most
1,5l Wasser
1 Zimtstange
4 Gewürznelken
3 EL Zucker
Schale einer Zitrone

Zubereitung: Alle Zutaten in einen Topf geben, auf-
kochen und etwas ziehen lassen.

