



Zielone Świąta - Zdrowe święta!

5⁹⁹

1 szt.

**Sok z limonki/
cytryny BIO**

Naturavena
250 ml
cena za 1 litr = **23,96**



6⁹⁹

1 szt.

Fruktoza

Naturavena
500 g
cena za 1 kg = **13,98**



Wegańska babka cytrynowa

Składniki:

- 300 g mąki BIO
- 125 g cukru trzcinowego
- 1 szklanka mleka sojowego
- 150 ml oleju
- 1 i 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia bez glutenu
- cytryna

Przygotowanie:

Z wyparzonej cytryny trzemy skórkę i wyciskamy sok. Dodajemy do soku mleko sojowe, cukier trzcinowy, mąkę i proszek do pieczenia. Wszystko dokładnie mieszamy i wlewamy do natłuszczonej formy. Pieczemy 60 minut w 180°C.



5⁹⁹

1 szt.

cena z kartą

cena bez karty **6⁹⁹**

Mąka jaglana BIO

Naturavena
500 g
cena za 1 kg = **11,98/13,98**



8⁹⁹

1 szt.

Mąka gryczana BIO

Naturavena
500 g
cena za 1 kg = **17,98**



12⁹⁹

1 szt.

cena z kartą

cena bez karty **14⁹⁹**

**Mąka orkiszowa
razowa typ 1850 BIO**

Naturavena
1 kg



4⁹⁹

1 szt.

cena z kartą

cena bez karty **5⁹⁹**

**Skrobia
kukurydziana BIO**

Naturavena
250 g
cena za 1 kg = **19,96/23,96**



14⁹⁹

1 szt.

cena z kartą

cena bez karty **16⁹⁹**

**Masło migdałowe
prażone**

Primavika
185 g
cena za 1 kg = **81,03/91,84**



5⁹⁹

1 szt.

cena z kartą

cena bez karty **6⁹⁹**

Tahini

Primavika
185 g
cena za 1 kg = **32,38/37,78**





Mazurek wegański

Składniki:

Na spód:

- 120 g mąki pszennej BIO
- 70 g mąki ziemniaczanej
- 25 g gram cukru pudru -
- zrób sam ucierając cukier trzcinowy
- 100 g oleju kokosowego Eko
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia bez glutenu
- szczypta soli
- 3 łyżki bardzo zimnej wody

Na kajmak:

- 150 g cukru trzcinowego
- 300 ml mleka kokosowego BIO
- 3 łyżki oleju kokosowego Eko

Przygotowanie:

Składniki suche mieszamy ze sobą. Dodajemy twardy olej kokosowy i szybko wyrabiamy ciasto. Gdy ciasto będzie z grudkami dodajemy bardzo zimną wodę i ponownie szybko zarabiamy. Wykładamy papierem do pieczenia formę o wymiarach 28 x 18 cm i wylepiamy ją ciastem. Z 1/4 części ciasta lepimy brzegi.

Na koniec nakłuwamy ciasto widelcem. Pieczemy w piekarniku w temperaturze 180°C przez około 25 minut.

Kajmak: Cukier roztopiamy w garnku (skarmelizuje się). Dodajemy mleko kokosowe i mieszamy cierpliwie. Po odczekaniu chwili odlewamy odrobinę masy do niewielkiego naczynia. Pozostawiamy masę do wystygnięcia. Dodajemy olej kokosowy i miksujemy do uzyskania gładkiej masy. Kajmak wykładamy na upieczony i wystudzony spód. Teraz już tylko dekoracja rozpuszczoną wegańską czekoladą i bakaliami.

Na koniec skrapiamy wcześniej odłożonym sosem.



6.99
1 szt.
cena z kartą
7.99
1 szt.
cena bez karty

Mąka pszenna BIO chlebowa typ 750/ graham typ 1850/ typ 500
Naturavena
1 kg



9.99
1 szt.

Olej kokosowy Eko rafinowany
Naturavena
200 ml
cena za 1 litr = 49,95



1.29
1 szt.

Proszek do pieczenia Celiko bez glutenu
Mix Brands
30 g
cena za 1 kg = 43



5.99
1 szt.

Mleczko kokosowe białe 5-7%
Clean Label
400 ml
cena za 1 litr = 14,98
17-19% - 6.99
cena za 1 litr = 17,48



6.99
1 szt.
cena z kartą
7.99
1 szt.
cena bez karty

Cukier trzcinowy BIO
Naturavena
500 g
cena za 1 kg = 13,98/15,98



6.99
1 szt.
cena z kartą
7.99
1 szt.
cena bez karty

Czekolada wegańska
Mix Brands
100 g, mix rodzajów
cena za 1 kg = 69,90/79,90



4.99
1 szt.
cena z kartą
5.99
1 szt.
cena bez karty

Czekolada gorzka 70%
Mix Brands
100 g, mix rodzajów
cena za 1 kg = 49,90/59,90
gorzka 85% - 7.99/1.6.99
100 g, mix rodzajów
cena za 1 kg = 79,90/99,90



5.99
1 szt.
cena z kartą
6.99
1 szt.
cena bez karty

Czekolada mleczna wegańska
Mix Brands
cena za 1 kg = 59,90/69,90



7.99
1 szt.
cena z kartą
8.99
1 szt.
cena bez karty

Żurawina słodzona/ Figi suszone BIO
Naturavena
100 g/150 g
cena za 1 kg = 79,90/89,90/ 53,27/59,93



9.99
1 szt.

Morele słodkie suszone
Naturavena
150 g
cena za 1 litr = 66,60



14.99
1 szt.
cena z kartą
16.99
1 szt.
cena bez karty

Orzechy brazylijskie
Naturavena
150 g
cena za 1 kg = 99,93/113,27





Wielkanocna bezejeczna pasta z ciecierzycy

Składniki:

- 1 puszka ciecierzycy BIO
- kilka łyżek oleju z ostropestu
- sól himalajska, pieprz
- odrobina mleka roślinnego

Przygotowanie:

Ciecierzycę zgnieć na pastę, dodawaj po łyżeczce oleju i mieszaj. Część oleju zastąp mlekiem roślinnym - będzie bardziej fit. Dodaj sól i pieprz do smaku. Podawaj z pieczywem bezglutenowym.



2⁹⁹
1 szt.
cena z kartą
cena bez karty **3⁹⁹**

**Ciecierzycza
konserwowa BIO**
Naturavena
400 g
cena za 1 kg = 7,48/9,98



5⁹⁹
1 szt.
cena z kartą
cena bez karty **6⁹⁹**

Chleb bezglutenowy
Naturavena
200 g, mix rodzajów
cena za 1 kg = 29,95/34,95



15⁹⁹
1 szt.

Olej z ostropestu
Naturavena
250 ml, cena za 1 litr = 63,96
z czarnuszki - **29⁹⁹**
250 ml, cena za 1 litr = 119,96



6⁹⁹
1 szt.
cena z kartą
cena bez karty **7⁹⁹**

**Napój BIO bez cukru
owsiany/ryżowy**
Naturavena/Berief
sojowo-ryżowy naturalny - **5⁹⁹ / 6⁹⁹**
1 litr



9⁹⁹
1 szt.

Cukier kokosowy BIO
Mix Brands
350 g
cena za 1 kg = 28,54

8⁹⁹
1 szt.

Cukier daktylowy BIO
Mix Brands
250 g
cena za 1 kg = 35,96



19⁹⁹
1 szt.

Cukier klonowy BIO
Mix Brands
200 g
cena za 1 kg = 99,95



9⁹⁹
1 szt.

**Syrup z agawy BIO
jasny/ciemny**
Naturavena
245 g
cena za 1 kg = 40,78



9⁹⁹
1 szt.
cena z kartą
cena bez karty **11⁹⁹**

Syrup daktylowy
Mix Brands
680 g
cena za 1 kg = 14,69/17,63



12⁹⁹
1 szt.

**Mąka BIO
kasztanowa**
Naturavena
250 g, cena za 1 kg = 51,96
Z migdałów - **13⁹⁹**
250 g, cena za 1 kg = 55,96



4⁹⁹
1 szt.
cena z kartą
cena bez karty **5⁹⁹**

**Mąka ryżowa
pełnoziarnista
bezglutenowa**
Naturavena
500 g
cena za 1 kg = 9,98/11,98



12⁹⁹
1 szt.

**Komosa
ryżowa biała**
Mix Brands
1 kg





Wege majonez

Składniki:

- 1 szklanka mleka sojowego
- 1/2 łyżeczki octu jabłkowego Eko
- 2 łyżeczki musztardy BIO
- sól himalajska różowa
- 1 szklanka oleju

Przygotowanie:

Do blendera wlej mleko roślinne, dodaj ocet i musztardę. Dopraw pieprzem i solą himalajską drobną i miksuj stopniowo dolewając olej.



7⁹⁹
1 szt.

**Sok 100%
z aronii/żurawiny/
granatu**

Naturavena
750 ml, cena za 1 litr = 10,65
Z czarnego bzu 100% - **14⁹⁹**
750 ml, cena za 1 litr = 19,99

VAT 0%



13⁹⁹
1 szt.

**Sok z karczocha 100%/
Sok z aloesu 100% BIO**

Naturavena
500 ml
cena za 1 litr = 27,98/29,98

VAT 0%



8⁹⁹
1 szt.

**Ketchup dla dzieci
BIO bez octu**

Primavika
315 g
cena za 1 kg = 28,54/31,71

BIO



6⁹⁹
1 szt.

**Bigos wegetariański/
Gołąbki wegetariańskie**

Primavika
480 g
cena za 1 kg = 14,56/16,65

BIO



VAT 0%

5⁹⁹
1 szt.

Pasta warzywna BIO Kids

Primavika
480 g, mix rodzajów
cena za 1 kg = 37,44/43,69

BIO



**bonus
E Leclerc**

5⁹⁹
1 szt.

**Napój sojowy
naturalny BIO
bez cukru**

Naturavena/Berief
1 litr

VAT 0%

BIO



**bonus
E Leclerc**

2⁹⁹
1 szt.

Sól himalajska różowa

Naturavena
500 g, drobna/gruba
cena za 1 kg = 5,98/7,98



**bonus
E Leclerc**

2⁹⁹
1 szt.

Musztarda BIO

Naturavena
190 g, mix rodzajów
cena za 1 kg = 15,74/21

BIO

