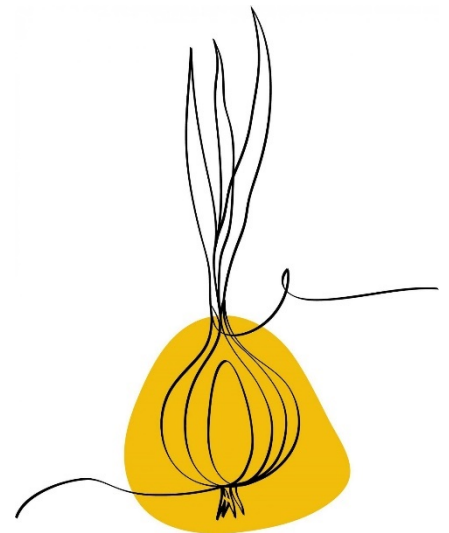


Einige Produkte, wie Frischgemüse und Obst, sind saisonal und nicht immer verfügbar. Diese Liste ist nicht vollständig.

Anregungen, Wünsche, Kommentare? [sortiment@zwibol.ch](mailto:sortiment@zwibol.ch)



Produktgruppen	Produkte	
Milchprodukte, Eier	Milch	- roh - pasteurisiert - Schafmilch
	Butter	- aus Rohmilch - pasteurisiert - Bratbutter - Ghee
	Rahm	
	Käse	- hart - halbhart - weich - frisch - aus Schafmilch - aus Ziegenmilch - Mozzarella - Feta - Hüttenkäse
	Quark	
	Joghurt	- nature - nature (Zwibol-Einmacherei) - Früchtejoghurt - Vanille - Mokka - Schoko - aus Schafmilch
	Molke	
	Kefir	
Eier		

Produktgruppen	Produkte	
Fleisch	Bio NaturaBeef, Mutterkuhhaltung tiefgekühlt	- Haxen
		- Ragout
		- Gehacktes
- Siedfleisch		
- Braten		
- Geschnetzeltes		
	BIO Suppenhühner tiefgekühlt	
	Güggeli Zweinutzungsgrasse tiefgekühlt	

Fleisch, verarbeitet	Diverses tiefgekühlt	- Bratwürste - Burger - Burger aus Legehennenfleisch
	getrocknet	- Mostbröckli - Trockenwürste

Fisch	Fisch	- Eglifilet - Felchenfilet
-------	-------	-------------------------------

Vegan	Joghurt	
	Käse	
	Margarine	
	Pflanzliche Milch	- aus Hafer - aus Reis - aus Mandeln
	Rahm	- aus Hafer
	Tofu	- nature - geräuchert
	Okara (Nebenprodukt aus Sojamilch-Herstellung)	
	Sojaprodukte	- gehackt - geschnetzelt
	Sonnenblumenprodukte	- gehackt
	Lupinenburger	
	Hummus	- aus der Zwibol-Einmacherei
	Kokosöl	

Produktgruppen	Produkte	
Getreide, Schrot, Mehl, Müsli, Flocken	Körner	- Weizen - Dinkel - Hafer - Gersten - Roggen - Buchweizen - Goldhirse
	Quinoa	
	Amaranth	- nature - gepoppt
	Basmatireis	- Vollkorn - weiss
	Naturreis	- Vollkorn - geschält
	Rundreis	- Risotto - Vollkorn
	Getreidemehl	- Weizenweissmehl - Weizenhalbweissmehl - Weizenruchmehl - Weizenvollkornmehl - Roggenmehl - Dinkelhalbweissmehl - Dinklruchmehl - Dinkelvollkornmehl - Dinkelvollgriess - Buchweizenmehl
	Couscous	
	lokale Müeslimischungen	
	Haferflocken	

Brot & Teig	Knäckebrote	
	Brot	- weiss - dunkel - Vollkorn - glutenfrei - wenig Kohlenhydrate
	Zopf	
	Brötchen	
	Teige	- Blätterteig - Wähenteig - Pizzateig

pflanzliche Brottaufstriche	pflanzliche Brottaufstriche	- Honig - Konfitüren - Gelées
	Nussmus	
	Schokocrème	

Produktgruppen	Produkte	
Pasta	Lasagneblätter	- nature - glutenfrei
	Spaghetti (Pasta Simona)	- weiss - Vollkorn
	Penne (Pasta Simona)	- weiss - Vollkorn
	diverse Pasta	- glutenfrei - frische Ravioli - Bandnudeln - Reismudeln - Hörnli, Hartweizen - Spiralen / Fusilli

Mais & Hülsenfrüchte	Mais	- Griess, fein - Griess, Bramata - Masa Harina (nixtamalisiertes Maismehl für Tortillas) - Farina Bona (Mehl aus Röstmais) - Cornflakes - Popcorn-Mais
	Linsen	- braun - grün - rot - Beluga
	Lupinen	- Schrot - Mehl
	Bohnen	- rote Kidney - Edamame (Sojabohnen)
	Kichererbsen	

Produktgruppen	Produkte	
Gemüse, Kräuter, Pilze frisch, saisonal	<b>Blattgemüse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sommersalate</li> <li>- Wintersalate</li> <li>- Krautstiel</li> <li>- Mangold</li> <li>- Tatsoi</li> <li>- Pak Choi</li> <li>- Stangensellerie</li> <li>- Nüsslisalat</li> </ul>
	<b>Knollen- &amp; Wurzelgemüse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rüebli</li> <li>- Randen</li> <li>- Knollensellerie</li> <li>- Rettich, lang</li> <li>- Winterrettich</li> <li>- Meerrettich</li> <li>- Pastinake</li> <li>- Radiesli</li> <li>- Haferwurzeln</li> <li>- Schwarzwurzeln</li> <li>- Kartoffeln</li> <li>- Süsskartoffeln</li> </ul>
	<b>Kohlgemüse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Blumenkohl</li> <li>- Broccoli</li> <li>- Federkohl</li> <li>- Palmkohl</li> <li>- Rosenkohl</li> <li>- Weisskohl</li> <li>- Rotkohl</li> <li>- Wirz</li> <li>- Chinakohl</li> <li>- Kohlrabi</li> </ul>
	<b>Fruchtgemüse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gurken</li> <li>- Zucchini</li> <li>- Tomaten</li> <li>- Cherry-Tomaten</li> <li>- Peperoni</li> <li>- Peperoncini</li> <li>- Zucchini</li> <li>- Auberginen</li> <li>- Melonen</li> <li>- Kürbis</li> </ul>
	<b>Hülsenfrüchte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erbsen</li> <li>- Linsen</li> <li>- Kefen</li> <li>- Stangenbohnen</li> <li>- Trockenbohnen</li> <li>- Sojabohnen</li> </ul>
	<b>Zwiebelgemüse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zwiebeln</li> <li>- Knoblauch</li> <li>- Lauch</li> <li>- Schnittlauch</li> </ul>

Produktgruppen	Produkte	
Gemüse, verarbeitet	<b>Getrocknetes Gemüse</b>	- Suppengemüse - Zucchini - Tomaten - Pilze - Dörrbohnen
	Pelati	
	Passata	
	Tomatenpüree	
	Pesto	
	<b>Fermentiertes Gemüse</b>	- Sauerkraut (Zwibol-Eimacherei) - Kimchi - essigsauer Eingelegtes
	süß-sauer Eingelegtes	

Kräuter & Gewürze, frisch und getrocknet	<b>Blütenmischung</b>	
	Rosmarin	
	Thymian	
	Oregano	
	Petersilie	
	Basilikum	
	Koriandergrün	
	Bohnenkraut	
	Lorbeer	
	<b>Mischungen</b>	- provençale - italienische
	<b>getrocknete Wildkräuter</b>	
	Nelken	
	Zimt	
	<b>Curry</b>	- süß - scharf
	<b>Kümmel</b>	
	<b>Kreuzkümmel</b>	- ganz - gemahlen
<b>Koriandersaat</b>	- ganz - gemahlen	

	<b>Paprika</b>	- süß - geräuchert
	<b>Kurkuma</b>	
	<b>Muskatnuss</b>	
	<b>Senfkörner</b>	
	<b>Vanille</b>	- Schoten - Schotenpulver
	<b>Pfeffer</b>	
	<b>Chilliflocken</b>	

Produktgruppen	Produkte	
Früchte	Kernobst	- Äpfel - Birnen
	Steinobst	- Zwetschgen - Kirschen
	Beerenobst	- Erdbeeren - Himbeeren - Heidelbeeren - Brombeeren
	Zitrusfrüchte	- Zitronen - Orangen
	Südfrüchte	- Bananen - Kiwi - Feigen - Kaki

Früchte, verarbeitet	getrocknet	- Rosinen - Sultaninen - Äpfel - Birnen - Aprikosen, süß - Kaki - Feigen - Datteln - Zwetschgen
	tiefgekühlt	- Himbeeren - Brombeeren - Heidelbeeren - Jostabeeren - Johannisbeeren
	eingekocht	- Birnel - Konfitüren - Gelées
	Oliven	

Nüsse, Kerne, Samen	Baumnüsse	- in der Schale - Kerne
	Haselnüsse	
	Mandeln	
	Kastanien, Maroni mit Schale	
	Mohn	
	Sesam	
	Leinsamen	
	Sonnenblumenkerne	
	Kürbiskerne	
Hanfsaat		

Produktgruppen	Produkte	
Öle, Essig, Sojasauce	Essig	- Apfelessig - Balsamico, dunkel - Balsamico, hell
	Öl	- Olivenöl - Rapsöl - Bratöl - Kürbiskernöl - Bucheckernöl - Hanföl - Leindotteröl - Baumnussöl - Sanddornöl - Leinöl
	Sojasaucen	- Tamari (dunkle, japanische Variante) - Shoyu

Senf, Majo, Ketchup	Senf	
	Majonaise	
	Majonaise vegan	
	Ketchup	
	Meerrettichpaste	



Produktegruppen	Produkte	
Koch-, Back-, andere Zutaten	Maisstärke	
	Backpulver, phosphatfrei	
	Hefe	- Würfel - getrocknet
	Kakaoprodukte	- Schokolade - Kakaopulver
	Kokos	- Raspeln - Flocken - Kokosmilchpulver
	Gemüsebouillon	- getrocknet
	Würzpaste/Currypaste	
	Süssungsmittel	- Honig - Dattelsüsse - Yaconsirup - Ahornsirup - Zuckerrübensirup
	Zuckeraustauschstoffe	- Xylit
	Zucker	- Kristallzucker, weiss - Vollrohrzucker - Vollrohrzucker, golden light - Kokosblütenzucker
	Zuckeraustauschstoffe	- Xylit
	Salz	- Kochsalz - Meersalz - Steinsalz ohne Zusätze - Kräutersalze - Kristallsalze

Alkohol, Schokolade, Guetsli, Chips	Schokolade, diverse	
	Guetsli	- diverse - glutenfrei - vegan
	Speiseeis	
	Tortilla Chips	
	Bier, diverse	
	Weine und wechselnder Monatswein	
	Cider, Apfelschaumwein	

Bistro, Take Away Fertigprodukte	Suppen im Glas	
-------------------------------------	----------------	--

Zwibol-Einmacherei	Sauerkraut	
	Joghurth	
	Hummus	

Produktegruppen		
Kaffee & Tee	Kaffee	- Bohnen - gemahlen - Lupinenkaffee - Zichorienkaffee
	Kräutertee	- Mischungen - Verveine - Pfefferminze - Lindenblüten - Kamillentee - Salbeitee - griechischer Bergtee
	Früchtetee	
	Holunderblütentee	
	Grün- & Schwarztee	

Saft & Sirup	Säfte	bspw. Tomatensaft, Rüebli-saft etc.
	Sirupe	bspw. von Blüten, Beeren, Kräutern wie Zichorien, Himbeeren, Goldmelissen etc.
	Süssmost	- frisch - pasteurisiert
	weitere Fruchtsäfte	

Haushalt, Hygiene, Kosmetika	EM-Produkte	
	Luffa-Schwämme	
	Lappen	
	WC-Papier	
	Seifen	- Kernseife - Aleppo-Kernseife, am Stück - Duschseife - Shampooseife
	Zahnpflege	- Zahnbürsten - Zahnpasta - Zahnputztabletten - Zahnseide aus Seide, im Nachfüllglas
	Gläsern, Flaschen, Beutel...	
	Binden, Menstruationswäsche	
	Bürsten	- Gemüsebürsten - Flaschenbürsten
	Feste Shampoo/Spülung	
	für die Spüle	- Spülmaschinentabs & -pulver - Regeneriersalz
	Reinigungsmittel	
	Pflaster, aus Bambus	
	Wattestäbchen, aus Bambus	
Rasierer, aus Bambus		
Sonnencreme ISF30 & 50		

Produktgruppen		
Grundsubstanzen, ätherische Öle	Natron	
	Soda/Natriumcarbonat	
	Zitronensäure, Lebensmittelqualität	
	ätherische Öle	
Bücher & Infoecke	fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie	
	Besser leben ohne Plastik	