



Unser Sortiment*
(Stand: Oktober 2021)

***Vorbehaltlich Verfügbarkeit und kurzfristiger Änderungen**

Obst / Gemüse und alle Produkte mit * gibt's nur in unserem Geschäft in Sachsenhausen

BIO!!!

Fast alle unsere Lebensmittel sind bio-zertifiziert. Die wenigen Ausnahmen (5) sind deutlich an dem Hinweis 'konventionell' erkennbar.

Fairer Handel!!

Wann immer möglich, kaufen wir Produkte ein, bei denen die Erzeuger profitieren. Viele Produkte tragen ein Siegel. Fragt uns - wir geben gerne detaillierte Auskünfte zur Herkunft unserer Waren.

Getreide & Getreideprodukte
(im Ulf am Dom kann in haushaltsüblichen Mengen
gemahlen und geflockt werden)

- Buchweizen
- Buchweizenmehl
- Bulgur
- Couscous, Vollkorn
- Couscous, Weizen, hell
- Dinkel
- Dinkelmehl, Typ 630
- Dinkelvollkornmehl
- Emmer
- Grünkern
- Hartweizengrieß
- Hirse
- Kichererbsenmehl
- Maisgrieß / Polenta
- Nackthafer
- Popcornmais
- Quinoa (aus dem Odenwald, konventionell)
- Roggen
- Roggenvollkornmehl
- Weizen
- Weizenmehl, Typ 550
- Weizenvollkornmehl

Cerealien, Müslis & Crunchies

- Amaranth, gepufft
- Apple Stroodle Granola (HEYHO)
- Basis Müsli
- Beerentraum Crunchy
- Bernadette's Spezial Müsli
- Bircher Müsli
- Cornflakes (ungezuckert)
- Dinkel, gepufft
- Dinkelflocken
- Erdmandelflakes
- Früchtemüsli
- Haferflocken, fein
- Haferflocken, grob
- Kirsch-Schoko Crunchy
- Knabber Crunchy
- Nussmüsli
- Reisflocken
- Salt City Original Granola (HEYHO)
- Schoko Crunchy
- Reisflocken
- Vierkornflocken

Gewürze & Salze

- Anis
- Bockshornklee, gemahlen
- Bohnenkraut
- Brotgewürz
- Cayennepfeffer

- Chili gemahlen
- Curry gemahlen
- Fenchel
- Garam Masala, gemahlen
- Ingwer, gemahlen
- Kardamom, grün, ganz
- Kardamom, gemahlen mit Schale
- Koriander, ganz
- Koriander, gemahlen
- Kräuter der Provence
- Kumin (Kreuzkümmel), gemahlen
- Kumin (Kreuzkümmel), ganz
- Kümmel, ganz
- Kümmel, gemahlen
- Kurkuma, gemahlen
- Lebkuchengewürz
- Liebstöckel, gerebelt
- Lorbeerblätter
- Majoran, gerebelt
- Meersalz, fein
- Meersalz, grob
- Muskatnuss (ganz)
- Nelken
- Oregano, gerebelt
- Paprika, edelsüß, gemahlen
- Pfeffer, schwarz, ganz
- Pfeffer, bunt, ganz
- Pfeffer, weiß, ganz
- Pizza & Pasta Gewürz
- Rosmarin, geschnitten
- Spekulatiusgewürz
- Steinsalz
- Sternanis
- Sternanis, gemahlen
- Stollengewürz
- Thymian
- Zimt, gemahlen
- Zimtstangen

Sonstige Würzmittel

- Gemüsebrühe
- Hefeflocken
- Sojasauce Tamari (glutenfrei)

Hülsenfrüchte

- Borlotto-Cranberry Bohnen, Österreich
- Belugalinsen (schwarze Linsen), Hessen
- Braune Linsen, Italien
- Erbsen, grün, Deutschland
- Grüne Linsen „Le Puy“, Hessen
- Kichererbsen, Italien/Türkei
- Rote Bohnen (Typ 'Kidneybohne'), Österreich
- Rote Linsen, Italien/Türkei
- Schwarze Bohnen, Österreich
- Sojabohnen, Bayern
- Weiße Bohnen, Österreich

Produkte aus Hülsenfrüchten

- Falafelmischung "Arabica"
- Falafelmischung "Provence"
- Kichererbsenmehl
- Nudeln aus roten Linsen (Wiesbaden)
- Nudeln aus grünen Erbsen (Wiesbaden)

Nudeln

- Dinkelzöpfchen, Vollkorn (Lohr am Main)
- Dinkelschleifchen, hell (Lohr am Main)
- Farfalle
- Fusilli
- Gnocchetti
- Lasagne Platten
- Linsennudeln (Wiesbaden)
- Maccheroncini
- Maisnudeln
- Nudeln aus grünen Erbsen (Wiesbaden)
- Penne, hell
- Penne, Vollkorn
- Spaghetti

Reis

- Basmatireis, Vollkorn
- Basmatireis, weiß
- Dinkelreis (bayrische Rhön)
- Jasminreis
- Langkornreis, Vollkorn
- Langkornreis, weiß
- Milchreis
- Risotto-Reis (Carnaroli)
- Rundkornreis, Vollkorn

Nüsse

- Cashewhälften
- Erdnüsse, natur, blanchiert
- Erdnüsse, natur, mit Haut 'getigert'
- Haselnusskerne
- Macadamia
- Mandeln, braun
- Nusskernmischung
- Paranusskerne
- Pinienkerne
- Pistazien, grün / ganz mit Haut
- Walnussbruch

Saaten

- Chiasamen
- Flohsamen, ungeschält
- Hanfsamen, ungeschält
- Kürbiskerne
- Leinsamen, Goldlein (Hessen)
- Saatenmischung 'Ulf'
- Sesam, natur
- Sonnenblumenkerne

Essig & Öl

- Apfelessig, naturtrüb
- Aceto Balsamico
- Balsamico bianco
- Essigessenz
- Bratöl
- Kokosöl (im Pfandglas)
- Olivenöl
- Rapsöl
- Sonnenblumenöl, nativ

Antipasti in Öl

- Getrocknete Tomaten in Öl
- Kalamata Oliven
- Grüne Oliven

Trockenfrüchte

- Ananas Cubes
- Aprikosen
- Banane-Kokos Cubes
- Bananenchips Honig
- Datteln, Deglet Nour
- Feigen
- Früchtewürfelmischung
- Fruchtschnitten
- Kokos Smiles
- Mangostreifen
- Pflaumen
- Sultanas
- Tomaten

Tee

- Assam broken, Ostfriesentee
- Basen Kräutertee
- Berlin "Chai"
- Brennnesselblätter
- Darjeeling Schwarztee
- Earl Grey Tee FOP Schwarztee
- Fenchel-Kümmel-Anis Tee
- Früchtetee
- Früchtetraum Tee
- Glückstee
- Griechischer Bergtee
- Grüner Tee, China Chun Mee
- Hagebuttenschalen
- Ingwer-Energie Tee
- Jasmintee
- Juma-Tea (Guayusa) im Pfandglas
- Kamillenblüten
- Kräutertee „Guten Morgen“
- Orangen Früchtetee
- Pfefferminztee
- Roibuschtee
- Winternacht-Tee
- Zitronengras

Kaffee (Hoppenworth & Ploch – Frankfurt)

- Sertao, Brasilien, heller Espresso – auch als Filter geeignet (konventionell)
- Siverblend, klassischer Espresso (konventionell)
- Bio-Copperblend, klassischer Espresso

Knabbereien (salzig)

- Bananenchips, indisch gewürzt
- Cashewkerne „Indien“
- Cashewkerne „Mexiko“
- Dinkel-Oliven-Snack
- Erdnüsse, gesalzen & geröstet
- Freiburger Nussmischung
- Honey & Mustard Pretzels
- 'Leinsamen Kräcka'
- Sesamcracker (Weizenmehl)
- Mandeln rauchiger Pfeffer
- Mini-Bretzel (Dinkel)
- Pistazien (geröstet mit Schale)

Alles aus Schokolade (zum Naschen & Verarbeiten)

- Schokolinsen
- Erdnüsse in Vollmilchschokolade
- Fruchtwürfel in Zartbitterschokolade (vegan)
- Milchcremekugeln / Knusperkern)
- Nougat Busserl (vegan)
- Marzipan Busserl
- Nuss-Frucht-Mischung, schokoliert
- Schoko-Beeren Zartbitter (vegan)
- Schoko Crossies, weiß & zartbitter (vegan)
- Schokodrops weiß (vegan)
- Schokodrops edelbitter (vegan)
- Sultaninen in Zartbitterschokolade (vegan)
- **Perú Puro Edelschokolade** Chuncho Gold Grand Cru, 70% Schokolade (vegan)
- **Fair afric - Verschiedene Sorten Bruchschokolade aus Ghana**
- ...Mandel-Tigernuss (vegan)
- ...Vollmilch 43%
- ...Vollmilch mit Fleur de Sel, 43%
- ...Zartbitter 60% (vegan)
- ...Zartbitter mit Kakaonibs, 70% (vegan)
- Kakaobutter (vegan)
- Kakaomasse (vegan)
- Kakaonibs, geröstet (*Peru Puro*)
- Kakao
- Schokostreusel

Süßigkeiten

(hier könnt ihr euch gerne eure **Bunte Tüte** mischen)

- Cola-Fläschchen (vegan)
- Fruchtschnitten
- Fruchtgummi Himbeer-Holunder (vegan)

- Fruttini-Mix sauer gezuckert (vegan)
- Frutti Mellows
- Frutti Worms (vegan)
- Gummibärchen (vegan)
- Ingwer-Sticks
- Joghurt-Früchtchen
- Lakritz-Schnecken (vegan)
- Lakritz-Bits (vegan)
- Pfefferminz Drops
- Saure Pommies (vegan)
- Studentenfutter (vegan)
- Vanilla-Mellows (vegan)
- Veggie Vine Gums (vegan)

Süßungsmittel

- Agavendicksaft (im Mehrwegglas oder zum Abfüllen)
- Birnendicksaft
- Birkenzucker (konventionell)
- Puderzucker im Pfandglas
- Rübenzucker
- Zuckerrübensirup

Backen, Kochen & Zubereiten

- Agar Agar
- Apfelpektin
- Backpulver
- Blaumohn
- Falafel Mischungen 'Arabica' & 'Provence'
- Gemüsebrühe
- Haselnusskerne, gehackt & geröstet
- Hefe (Trockenhefe & Frischhefe)
- Hefeflocken
- Kakaobutter
- Kakaomasse
- Kakaopulver, 20%-22%
- Kartoffelflocken
- Kokosraspeln
- Maisstärke, weiß
- Mandeln, gemahlen
- Mandeln, gehackt
- Pistazien, grün (ganz mit Schale)
- Puddingpulver Schokolade
- Puddingpulver Vanille
- Röstzwiebeln
- Schokoladendrops / backfest
- Schokodrops edelbitter (als Kuvertüre)
- Schokodrops weiß (als Kuvertüre)
- Schokostreusel
- Sojaschnetzel, fein
- Sojaschnetzel, grob
- Vanillezucker

Backwerk & Kekse

- Dinkel-Oliven Snacks (vegan)
- Dinkel-Cantuccini (vegan)
- Dinkel-Kraftkekse (vegan)
- Dinkel-Zitronenkekse (vegan)
- Mandelhörnchen (vegan)
- Soja (Okara) Riegel
- Nussecken (vegan)

Saisonales...

- Dinkel-Butterspekulativus
- Dominosteine, handgemacht (vegan)
- Lebkuchen
- Mandelberge
- Marzipankartoffeln
- Dinkel-Hasenplätzchen
- Weihnachtsfigur aus Schokolade

Alles in Gläsern (teilweise ohne Pfand)

- Bitterorangenmarmelade
- Erdmandelcreme
- Erdnussmus (Pfandglas)
- Feigenfruchtaufstrich
- Fruchtpurees (Mango, Himbeere, Johannisbeere) (Pfandglas)
- Haselnussmus (Pfandglas)
- Honig aus Frankfurt (Pfandglas)
- Honig aus dem Odenwald (Bio-Imkerei Willared) (Mehrwegglas)
- Mandelmus (Pfandglas)
- Schoko-Nuss-Creme (Pfandglas)
- Tahin
- Tomaten-Passata (Pfandglas)
- Tomatenketchup (Pfandglas)
- Wurst im Glas vom *Biohof May* (diverse)
- Zitronenmarmelade

Frischprodukte & Eier

(alles in Mehrweggläsern oder lose)

- Eier ("Bruderhahn" - Biohof May / Hofgut Kappel)
- Vollmilch, 3,8% (Demeter)
- Naturjoghurt, Vollfett (Demeter)
- Schlagsahne (Demeter)
- Sauerrahm (Demeter)
- Quarkzubereitung (Demeter)
- Rollenbutter (Upländer Bauernmolkerei)
- Schaffrischkäse, verschiedene Sorten (Hofgut Kapellenhof)
- Schaffrischkäse handgeschöpft, Typ 'Feta' (lose)
- Raps-Margarine (konventionell, ohne Palmfett)

Frischeprodukte aus Soja

(alles in Mehrweggläsern oder lose)

- Soja Drink, natur

- Soja Drink mit Vanille, Carob oder Kardamom
- Soja Joghurt
- Soja Majonnaise
- Soja Sahne
- Soja Sauerrahm
- Soja Riegel (Okara)
- Tempeh, mariniert (lose)
- Tofu, natur (lose)

Getränke

(Pfandflaschen oder mit Flaschenrücknahme vom Erzeuger)

- Apfelsaft und Apfelsaft-Cuvees (Roter Hamm)
- Haferdrinks (klassisch, Barista, Mandel, Calcium)
- Juma Tea Energy Drink
- Limonaden und Schorlen von Beutelsbacher
- Knärzje (Bier aus gerettetem Brot)
- Öko-Biere (auch alkoholfrei) von Lammsbräu
- Emmerbier (Bügelflasche)
- FAUST Bioweine aus dem Rheingau
- FAUST Riesling-Sekt
- Frankfurter (Leitungs-)Wasser REFILL!!!!

Obst/Gemüse

*Wir haben eine kleine Auswahl von saisonalen & regionalen Produkten. Alles im Direktbezug von Lieferant:innen in oder im Umland Frankfurt(s), z.B. **Ackerlei, Obsthof am Steinberg, Maingemüse***

Außerdem führen wir Südfrüchte als Direktimport aus Portugal durch **Pois-Portugal**

Non-Food Artikel

Nachhaltige Verpackungen & Vorratsgläser

- Baumwollbeutel (3 Größen)
- Drahtbügelgläser (verschiedene Größen)
- Drahtbügelflaschen (2 Größen)
- Vorratsgläser mit Buchenholzdeckeln (versch. Größen)
- Gemüsenetze (upgecycelt)
- Glastiegel braun, verschiedene Größen
- Pumpspenderflaschen aus Glas
- Sprühflaschen aus Glas (zurzeit nicht vorrätig)
- Schraubgläser (verschiedene Größen)
- Spaghettiglas
- Spaghettibeutel (Baumwolle)
- Weißblechdosen in verschiedenen Größen und Formen (z.B. Schokoladentafel, Pralinen, Lebkuchen etc.)

Körperhygiene & Beauty

- Abschminkpads (waschbar)
- Abschminktuch 'nakt'
- Bimssteine, Bimsblöcke
- Glasfeilen
- Kamm (Flüssigholz)
- Konjac Schwämme
- Mascarabürstchen
- Rasierhobel (Made in Solingen)
- Rasierklingen
- Rasierpinsel
- Wattestäbchen
- Toilettenpapier
- Baby-Bademilch Pulver
- Bodylotion Shea Butter (zum Abfüllen)
- Bodylotion (Lime, Green Tea) (fairsquared, Pfand)
- Deo Cremes (verschied. Hersteller)
- Gesichtscremes (*fairsquared*, Pfand)
- Handcreme Olive (*fairsquared*, zum Abfüllen)
- Kosmetiköle, (Argan, Aprikosenkern, Mandel) (*fairsquared*, Pfand)
- Lippenbalsam (verschiedene Hersteller)
- Lippenstifte & Lipbalms (*Le Papier*)
- Olishea (*Savion*)
- Sheabutter (*Savion*)
- Hair Conditioner (Bit)
- Haarseifen (*Savion*) versch. Sorten
- Shampoo Bits (*Rosenrot*) versch. Sorten
- Flüssiges Shampoo Aprikose (*fairsquared*, zum Abfüllen)
- *Bitboxen* für Shampoos
- Flüssigseifen (4 Sorten von *Sonett* zum Abfüllen)
- Körper- und Handseifen (fest, alle ohne Palmöl / verschiedene Anbieter)
- Rasierseifen (verschiedene)
- Kondome
- Menstruationsschwämmchen
- Menstruations-Cups
- Monatsbinden & Slipeinlagen (*Kulmine* /waschbar)

Mundhygiene

- Interdentalbürsten, versch. Größen
- Zahncremes im Glas (*Ben & Anna*)
- Zahnreinigungstabletten (*Denttabs*) mit/ohne Fluorid
- *Denttabs für Kids (Erdbeer)*
- Zahnbürsten aus Bambus
- Zahnseide (vegan)
- Zahnbürsten-Etuis (Flüssigholz / Bambus)
- Zahnputzbecher (Flüssigholz)

Alles fürs Bad

- Luffascheiben
- Massagebürste
- Massagehandschuh
- Nagelbürsten

- Rasierpinselhalter
- Rasierseifenschalen
- Seifendosen (Flüssigholz oder Metall)
- Seifenhalter (Magnet)
- Seifensäckchen Sisal
- Seifensäckchen Stoff
- Seifenschalen (Holz, Bambus oder Keramik)
- Seifenkissen Luffa

Reinigungsmittel: (zum Nachfüllen)

- Allesreiniger, flüssig (*Sonett*)
- Bleichmittel, Pulver (*Sonett*)
- Enthärter, Pulver (*Sonett*)
- Flächendesinfektion, flüssig, (*Sonett*)
- Flüssigwaschmittel (Color, Lavendel und sensitiv) (*Sonett*)
- Gallseife
- Geschirrspülseife (*Wildwax*)
- Glasreiniger, flüssig (*Sonett*)
- Spülmittel, flüssig (Lemon oder sensitiv)
- Klarspüler, flüssig (Spülmaschine) (*Sonett*)
- Kraftreiniger, flüssig (*Sonett*)
- Maschinenspülmittel, Pulver (*Sonett*)
- Regeneriersalz (Spülmaschine)
- Reinigungstabs von BIOBAULA (verschiedene)
- Schmierseife (flüssig) (*Sonett*)
- Waschpulver (*Sonett*)
- WC-Reiniger (*Sonett*)
- Wäschespüler (*Sonett*)
- Waschmittel Wolle & Seide, flüssig (*Sonett*)

Putzkram

- Flaschenbürsten
- Gemüsebürsten
- Geschirrtücher
- Haarfangbürsten (Ausguss)
- Kokosbürsten
- Kalkfänger „Kessy“
- Klobürsten
- Kupferlappchen
- Luffa-Spülschwamm
- Putzschwämme
- Putzlappen
- Radiatorbürste für Heizkörper
- Spültücher
- Spülbürsten und Ersatzköpfe
- Trinkflaschenbürste
- Wäscheklammern

Do it yourself ... alles für die Hausrezepte

- Ätherische Öle (Primavera)
- Bienenwachsblöcke
- Natron
- Seifenflocken (Olivenbasis)
- Waschsoda
- Zitronensäure

Haushalt

- Ausgießerkorken (z.B. für Ölfaschen)
- 1 für 4 Papier (*Compostella*)
- Edelstahl Besteck 'to go'
- Bienenwachstücher aus Frankfurt (*Wildwax*)
- Bienenwachstuchbeutel (*Wildwax*)
- Bienenwachstuchrolle (*Wildwax*)
- Brotboxen aus Edelstahl (teilweise auslaufsicher)
- Trinkflaschen aus Edelstahl (teilweise Thermoflaschen)
- Flachsgarn, versch. Farben
- Glastrinkhalme
- Küchenmesser, verschiedene
- Kaffeefilter aus Edelstahl (Dauerfilter)
- Kerzen und Teelichter aus recycelter Biomasse
- Muskatreibe
- Pflanzenmilchbeutel, 2 Größen
- Pumpe (für Seifenspender etc.)
- Schlüsselabdeckhauben
- Soulbottles, verschiedene Motive & Größen
- Sparschäler
- Spork (= Spoon & Fork)
- Stoffservietten
- Teebereiter aus Glas
- Teefilter aus Edelstahl (verschiedene Größen)
- Teefilter (Stoff)
- Trinkhalme aus Edelstahl, (2 Größen)
- Trinkhalm-Reinigungsbürsten
- Türkeil (Eichenholz)
- Zero-Waste Bücher

Schule & Büro

- Briefumschläge
- Bunte Knete
- Flachsgarn, versch. Farben
- Gummiringe "Faire Gugel"
- Malkasten "natural colours"
- Packband
- Schüler-Set Natur
- Wachsmalstifte

Schönes & Praktisches von @Einzigware (Made in Ffm-Griesheim)

- Baumwollbeutel (verschiedene Größen)
- Einkaufsstofftaschen
- Federmäppchen
- Gemüsenetze (klein und groß)
- Geschenkbeutel (klein)
- Grußkarten
- Lunchbags
- Seifensäckchen
- Seifenhalter (Holz / Magnet)
- Umhängetaschen
- Utensilos
- Blumentöpfe aus Kartoffelsäcken
- Verschiedene Geschenkartikel