



FRISCHE PARADIES

VOM 8. BIS 20.08.2022

# DAS DELIKATESTE

*aus Neptuns Garten*



## SOMMER- AROMEN

KULINARISCH  
KÖSTLICH DURCHSTARTEN

## WEINE & PRICKELNDES

SOMMERLICHE BEGLEITER

[frischeparadies.de](http://frischeparadies.de)





# WEINE & PRICKELNDES

## sommerliche Begleiter

Was gibt es Schöneres im warmen Sommer, als sich mit Köstlichkeiten aus der Weinwelt zu erfrischen. Wir haben für Sie ein farbenfrohes Sortiment zusammengestellt. Ein Tipp für gute Laune: Überraschen Sie Ihre Gäste doch mal zum Aperitif mit einer Hibiskus-Blüte als besonderen Farbtupfer im Glas.



### Knewitz Blanc de Noirs

Tobias Knewitz will Weine machen, die begeistern und beeindrucken. Sein Blanc de Noirs aus 100 % Pinot Noir ist frisch, keck und geschmeidig mit Duft nach Sauerkirschen. Rheinhessen | Deutschland  
0,75 l/Flasche 12,52\* | 13,05 €/l

9,39\* | 9,79 €  
pro Flasche



### Tavignano Misco Verdicchio Superiore Castelli di Jesi

Eine blumige und frische Überraschung in Weiß aus Italien. Er verzaubert durch sein Bouquet nach Wiesenblüten und Kräutern mit langem Abgang. Marken | Italien  
0,75 l/Flasche 18,65\* | 19,99 €/l

13,99\* | 14,99 €  
pro Flasche



### Leipzig Sauvignon Blanc

Dieser Sauvignon Blanc stammt von der Küstenregion im Westen Südafrikas. Herkunftstypisch lädt er ein mit Noten nach grünen Früchten, Wiesenblüten und Limetten. Stellenbosch | Südafrika  
0,75 l/Flasche 15,99\* | 17,32 €/l

11,99\* | 12,99 €  
pro Flasche



### Rosé de Potensac

Ein Spitzen-Rosé aus reinsortigem Cabernet Sauvignon, der auf Anhieb mit Aromen nach weißem Pfirsich, roten Kirschen, köstlichen Blüten und Zitrusfrüchten verzaubert. Bordeaux | Frankreich  
0,75 l/Flasche 17,32\* | 18,65 €/l

12,99\* | 13,99 €  
pro Flasche



### AIX Rosé

Ein absolut idealtypischer Rosé aus der Provence! Elegant harmonisch mit Aromen von Zitrus, getrockneten Kräutern und roten Früchten, dabei vollmundig frisch im Abgang. Coteaux d'Aix-en-Provence | Frankreich  
0,75 l/Flasche 15,99\* | 17,32 €/l

11,99\* | 12,99 €  
pro Flasche



### Château d'Esclans Rosé Whispering Angel

Dieser facettenreiche Rosé schimmert mit orangefarbenen Reflexen, duftet zart nach Orangenblüten, Mandarinen, roten Beeren und getrockneten Kräutern. Ein Sommergedicht. Côtes de Provence | Frankreich  
0,75 l/Flasche 29,32\* | 30,65 €/l

21,99\* | 22,99 €  
pro Flasche



### Château de Fournas Corbières

Corbières liegt im Languedoc-Roussillon zwischen den Pyrenäen und der Montagne Noire. Dort gedeihen vor allem kraftvolle, aromatische Rotweine. Languedoc-Roussillon | Frankreich  
0,75 l/Flasche 9,99\* | 10,65 €/l

7,49\* | 7,99 €  
pro Flasche



### Lefèvre Rémondet Blanc de Blanc Brut

Ein vollmundiger, mittelkräftiger Crémant aus Chardonnay mit Aromen von gelben Früchten, Mandeln und zartem Brioche. Ideal als Aperitif oder vielseitiger Speisebegleiter. Frankreich  
0,75 l/Flasche 11,32\* | 11,99 €/l

8,49\* | 8,99 €  
pro Flasche



### Weingut am Nil Riesling x Sauvignon Blanc

Benannt nach der Spitzenlage „Nil“, die Teil des Kallstädter Saumagen ist. Dieser Wein wurde exklusiv fürs FrischeParadies kreiert. Pfalz | Deutschland  
0,75 l/Flasche 16,65\* | 17,32 €/l

12,49\* | 12,99 €  
pro Flasche



### Miraval Rosé

Im Herzen der Provence liegt Château Miraval. Dank der engen Zusammenarbeit des Eigentümers Brad Pitt und der Familie Perrin ist dieser Rosé schon heute eine Legende. Provence | Frankreich  
0,7 l/Flasche 25,32\* | 26,65 €/l

18,99\* | 19,99 €  
pro Flasche



### Ricasoli Antico Feudo della Trappola IGT

Ein zugänglicher und geschmeidiger Rotwein. Sangiovese, Cabernet Sauvignon und Merlot wachsen hier auf kalkgeprägtem Lehm-boden, der Albarese genannt wird. Toskana | Italien  
0,75 l/Flasche 11,32\* | 11,99 €/l

8,49\* | 8,99 €  
pro Flasche



### V8+ Millesimato Sior Carlo Prosecco Brut

8 ist das Symbol für Unendlichkeit und ewige Jugend. 8 ist auch die Anzahl der Minuten, die das Licht von der Sonne braucht, die Reben dieses edlen Prosecco zu erreichen. Venetien | Italien  
0,75 l/Flasche 14,65\* | 15,32 €/l

10,99\* | 11,49 €  
pro Flasche



# SOMMERAROMEN

## die kulinarische Kräuterkraft

Frisch, frischer, frische Kräuter! Der Sommer ist geprägt von unzähligen Aromen. Kräftiger Grillduft in der Nase, herrlich süße Früchte am Gaumen und das Prickeln gekühlter Getränke im Ohr. Genau in diesem Umfeld fühlen sich auch unsere Kräuter in all ihrer sommerlichen Pracht am wohlsten. Fein würzig, leicht scharf oder kühlende Frische. In dieser Welt ist für jeden Geschmack und Anlass etwas dabei. Damit Sie keine Mühe haben, die besten und passendsten Kräuter zu suchen und zu finden, haben wir das selbstverständlich für Sie übernommen. Geben Sie Ihren Aperitif- oder Dessertkreationen den letzten Schliff. Lockern Sie Ihre köstlichen Salate und Marinaden spielend leicht auf oder experimentieren Sie mit Saucen, Cremes sowie Eis oder Sorbets stets in Begleitung der gartenfrischen Helfer.

### MALDON Salzflakes

geräuchert

Die über Eichenholz geräucherten Salzflocken sind perfekt zum Nachwürzen am Tisch und verfeinern gegrillten Fisch und Fleisch.

125 g/Packung

19,92\* | 23,92 €/kg

2,49\* | 2,99 €  
pro Packung

### ALTES GEWÜRZAMT BBQ Gewürz

in den Sorten: Beef oder Chicken

Feinste Selektion aus der Gewürzmanufaktur Altes Gewürzamt. Garantiert ein Fels in der Brandung für Ihre kulinarischen Sommerhighlights.

100 g/Dose, 119,90\* | 129,90 €/kg

11,99\* | 12,99 €  
pro Dose

DE-ÖKO-006



### FRISCHEPARADIES BIO Tellicherry Pfeffer

Die Spätlese des Malabar Pfeffers. Besonders große aromatische Körner von Hand gerettet und selektiert.

DE-ÖKO-006



### FRISCHEPARADIES BIO Malabar Pfeffer

Intensiv Schärfe mit vielschichtigem Aroma. Gewonnen aus unreifen Beeren und in feinfühligster Handarbeit gewonnen.

Indien, 50 g/Mühle,

89,80\* | 99,80 €/kg

4,49\* | 4,99 €  
pro Mühle



### Koriander

Wir lieben ihn! Asiatischen Nudelsalaten und würzigen Marinaden für Geflügel verleiht Koriander die finale Note.

Deutschland, frisch

### Schnittlauch

Geschmacklich und farblich ein gern gesehener Gast in sommerlichen Dips und Soßen.

Deutschland, frisch

### Petersilie glatt

Der Inbegriff von Kräutergeschmack. Perfekter letzter Schliff für gebratenes Fleisch und glasiertes Gemüse.

Deutschland, frisch

### Dill

Der unverwechselbare Geschmack ist ein Muss für knackige Gurken- und saftige Fischdelikatessen.

Deutschland, frisch

### Rosmarin

Wer es mediterran mag, ist hier genau richtig. Der würzig herbe Geschmack ist wegweisend für viele herzhaften Köstlichkeiten. Auch in erfrischenden Getränken wie Gin Tonic hat er seinen großen Auftritt.

Deutschland, frisch

### Basilikum

Der würzige, leicht süßliche und kühlende Geschmack ist weltberühmt. Harmoniert wunderbar mit den Klassikern Tomate und Knoblauch, macht aber auch in Desserts und Getränken eine echt gute Figur.

Deutschland, frisch



### Zitronenthymian

Erfrischende Zitrusnoten. Würzt hervorragend alles rund um Kartoffelprodukte, Sahnesoßen, Fisch und Lamm.

Israel, frisch

### Minze

Ein echter Klassiker in Getränk und Dessert. Gerade im Sommer ein super Frischekick für orientalische Joghurtspeisen oder Erbsengerichte.

Deutschland, frisch

70 g/Bund

24,14\* | 25,57 €/kg

1,69\* | 1,79 €  
pro Bund

UNSERE EMPFEHLUNG IM AUGUST

# DAS DELIKATESTE

## aus Neptuns Garten

Der Hüter der Meere lässt seine Schätze strahlen und unsere Theken in unvergleichlichem Glanze scheinen. Tauchen Sie ein in seine Welt und lassen Sie sich von bestem Fisch, frischesten Meeresfrüchten und allerlei Muscheln sowie Algen kulinarisch durch den perfekten Sommer geleiten.



ASC-C-01472

Die Dorade Royale und der Wolfsbarsch stammen aus einer Zucht, die unabhängig nach den Richtlinien des ASC für verantwortungsvolle Aquakulturen zertifiziert wurden. [www.asc-aqua.org](http://www.asc-aqua.org)

### Fische aus verantwortungsvollen Aquakulturen



#### ASC Dorade Royale

Ein echter Erfolgsfisch. Einfache Handhabung und köstliche Zubereitung mit mediterranen Zutaten dank einer perfekten Portionsgröße und dem festen, nahezu grätenfreien Fleisch. Aquakultur Kroatien, frisch 300-500 g/Stück



#### ASC Wolfsbarsch

Ein Fisch mit Charakter, dessen Beliebtheit sich von den Bistroterrassen der Atlantikküste bis an die Chefs Tables der Spitzgastronomie erstreckt. Kaum ein Fisch lässt sich so knusprig und saftig auf der Haut zubereiten. Aquakultur Kroatien, frisch 300-500 g/Stück

JE 1,39\* | 1,59 €  
pro 100 g



#### QSP Glen Douglas Lachsloins

In den Meerwasserlöchern der schottischen Westküste gezüchtet, ausgezeichnet mit dem Label Rouge Siegel – als praktisch grätenfreies Loin. Aquakultur Schottland/UK, frisch 450-650 g/Stück

5,49\* | 5,99 €  
pro 100 g

#### Sardinenfilet

Außergewöhnlich würziges und fettreiches Fleisch machen Sardinen zu den perfekten Fischfilets für Pfanne und Grill. Wildfang Nordostatlantik/Biskayaschelf/Mittelmeer und Schwarzes Meer frisch

1,99\* | 2,19 €  
pro 100 g

#### FRISCHEPARADIES Königskrabbe

**Beine und Scheren**  
Unter strengen Vorgaben ausschließlich in der norwegischen Barentssee gefangen. Zeichnet sich besonders durch ihr festes und saftiges Fleisch aus. Wildfang Nordostatlantik/Norwegische See gekocht/gefroren, 600 g/Packung 184,98\* | 193,32 €/kg

110,99\* | 115,99 €  
pro Packung



#### QSP Miesmuscheln

Nachhaltige und streng kontrollierte Zucht liefert Ihnen ein erstklassiges Naturprodukt direkt von der Küste in die Küche. Wildfang Nordostatlantik/Portugiesische Gewässer, frisch

0,69\* | 0,79 €  
pro 100 g



#### QSP Pulpo

Sein festes, mild schmeckendes Fleisch wird besonders zart, wenn Sie ihn schonend in ausreichend Meeresfrüchtefond etwa 3 Stunden lang sieden lassen. Wildfang Nordostatlantik/Portugiesische Gewässer, frisch, 1-2 kg/Stück

2,79\* | 2,99 €  
pro 100 g

#### Steinbuttfilet

Der nussig-süßliche Geschmack des Steinbutts harmoniert toll mit etwas Säure, zum Beispiel mit Passionsfrucht oder Blutorange. Aquakultur Spanien, frisch 200-400 g/Stück

3,99\* | 4,49 €  
pro 100 g

#### FRISCHEPARADIES Super Sashimi Thunfischfilet

Das butterzarte Fleisch des Thunfischfilets ist eine Delikatesse. Am Besten schmeckt er roh als Tatar oder Carpaccio. Wildfang Östlicher Indischer Ozean frisch

6,49\* | 6,99 €  
pro 100 g



#### MSC Nordseekrabbenfleisch

Delikater Schatz aus dem Wattenmeer und den tiefen Gewässern der Nordsee. Unter optimalen Bedingungen gewachsen und mit kleinen Kuttern gefangen. Nordostatlantik/Nordsee, frisch 100 g/Schale 64,90\* | 69,90 €/kg

6,49\* | 6,99 €  
pro Schale





# FLEISCH & GEFLÜGEL

## alles für eingefleischte Genießer

Die Facetten des Sommers sind maßgeblich geprägt vom Geruch glühender Kohlen, knisternder Lagerfeuer und dem saftigen Brutzeln hochwertigster Fleischzuschnitte. Gönnen Sie sich die volle Ladung Genuss aus unserem Sortiment und lassen Sie sich kein kulinarisches Highlight durch die Finger gleiten.



### LA COCINA DE SENÉN Spanische Spezialitäten

Spanienurlaub für zu Hause. Erstklassige Tapas nach traditionellen Rezepten mit den richtigen modernen Kniffen verfeinert. Verwöhnen Sie Ihre Gäste gekonnt und ganz bequem bei der nächsten Sommersause. Tiefgekühlt und somit sorgenfrei jederzeit verfügbar, schenken Sie jedem Moment ein bisschen Urlaub auf der Zunge.

#### Spanische Kroketten

verschiedene Sorten

8 Stück, 200 g/Packung

19,95\* | 22,45 €/kg

3,99\* | 4,49 €  
pro Packung

#### Spanische Tapas

verschiedene Sorten

6 Stück, 128 g/Packung

85,86\* | 93,67 €/kg

10,99\* | 11,99 €  
pro Packung



#### Eifeler Kaninchenrückenfilet

Aus bäuerlicher Aufzucht in der Eifel. Zum Beispiel kurz gebraten als Kaninchen-Saltimbocca oder als Topping für den Salat. Auf jeden Fall immer leicht und zart. Eine schöne Alternative zu Geflügel.

Deutschland, frisch  
ca. 500 g/Packung

32,99\* | 34,99 €  
pro kg



#### QSFP Marensin Maishähnchenkeule

ausgelöst

Ausgewählte Spitzenqualität bei der die Anforderungen an höchsten Genuss und an die Schonung der natürlichen Ressourcen optimal erfüllt werden. Das schmecken Sie! Frankreich, frisch, 4 x ca. 125 g/Stück

17,99\* | 18,99 €  
pro kg



#### Eifeler Ur-Lammkotelett

Mit hochwertigem Olivenöl und reichlich Kräutern der Provence machen sich die Lammkoteletts in der Pfanne oder auf dem Grill besonders gut.

Deutschland, frisch  
4 x ca. 180 g/Stück

33,99\* | 34,99 €  
pro kg

#### CAMPO BEEF Angus Steakhüfte

Das dunkelrote, fein marmorierte Black Angus Rindfleisch ist fest in der Textur, unbeschreiblich saftig und aromatisch.

Argentinien, frisch  
ca. 1 kg/Stück

22,99\* | 25,99 €  
pro kg



#### SALT MOSS Aged Flat Iron Steak

Bestes irisches Rindfleisch in Salzkammern gereift. Ein besonders saftiges Fleischerlebnis. Besonders fein in asiatischen Marinaden oder zu Chimichurri.

Nordirland, frisch, 2 x 250 g/Packung  
25,98\* | 27,98 €/kg

12,99\* | 13,99 €  
pro Packung

#### Kalbsfilet hell

Ob am Stück, als Medaillon oder Geschnetzeltes. An Zartheit und Geschmack ist ein hochwertiges Stück Kalb kaum zu überbieten.

EU, frisch

ca. 1,3 kg/Stück

36,99\* | 38,99 €  
pro kg

#### IBERICO Schweinekarree

Am besten im Ganzen mit Knochen gegart und das butterzarte saftige Ergebnis genießen.

Spanien, frisch  
ca. 1 kg/Stück

32,99\* | 34,99 €  
pro kg

#### IBERICO Schweinepresa

Ein Produkt der Spitzengastronomie. Dieses Schulterstück überzeugt mit starker Marmorierung und charakteristischem nussigen Geschmack.

Spanien, frisch  
250-300 g

44,99\* | 47,99 €  
pro kg

\*Dieser Preis gilt nur in Verbindung mit einer FrischeParadies Genusskarte.



# OBST & GEMÜSE

## die verführerische Frische

Fast schon angeberisch präsentiert sich unser Garten Eden so bunt und saftig wie selten zuvor. Schöpfen Sie aus seiner herrlichen Pracht und zaubern Sie verlockende Salate sowie aufregende Platten in Kombination mit cremigen Köstlichkeiten der mediterranen Küche.

## Algen

### Lappentang-Algen

Rotalge, auch Alge Dulce, erinnert aufgrund seines vollen, rauchigen Geschmacks ein wenig an gebratenen Speck. Er ist so weich, dass er im Mund schmilzt und die Zubereitungsmöglichkeiten sind vielfältig.

Frankreich, frisch

3,39\* | 3,59 €  
pro 100 g

### Karkalla/Strandbananen

Sie haben ein salziges, leicht würziges, aber intensives Meeresaroma und eignen sich als Beilage oder im Salat. Sie schmecken roh, gebraten oder blanchiert.

Neuseeland/Australien, frisch

7,49\* | 7,99 €  
pro 100 g

### Meeressalat

Er hat eine weiche Struktur und sein frischer Geschmack erinnert an Sauerampfer. Roh schmeckt er perfekt mit einem Schuss Zitronensaft im Salat. Gekocht passt er zu Spinat und vielen Kohlarten.

Frankreich, frisch

3,39\* | 3,59 €  
pro 100 g



### Salicornes/Queller

...oder auch Meeresspargel genannt.

Bissfest, saftig, knackig, mit herrlich frischer Salznote. Wunderbar im Salat, einfach zum Knabbern oder kurz in der Pfanne gebraten als Beilage.

Frankreich/Niederlande/Mexiko, frisch

2,29\* | 2,49 €  
pro 100 g

### FRISCHEPARADIES Passionsfrucht

Die wunderbar fruchtig sauren Geschmacksbomben passen in jeden Obstsalat, Smoothie oder zu exotischen Fischgerichten.

Thailand

16,99\* | 18,99 €  
pro kg



### Ananas

Ein saftig süßes Muss im Sommer. Köstlich tropische Erfrischung und vielseitig in Desserts, Getränken aber auch zu deftigem Fisch und Fleisch richtig lecker.

Costa Rica Flugware

5,99\* | 6,49 €  
pro kg

### Riesenpapaya

Tropische Genussmomente für zu Hause und ein Highlight in jedem Dessert oder Obstsalat.

Brasilien Flugware

7,49\* | 7,99 €  
pro kg

### Avocado

Ready to eat

Ob gegrillt, als Snack, Guacamole oder im Salat, einfach lecker! Avocado ist die Powerfrucht mit wertvollen Inhaltsstoffen.

Peru/Kolumbien

1,39\* | 1,49 €  
pro Stück

### San Marzano Tomaten

Die festen, länglichen roten San Marzano Tomaten schmecken süß und intensiv nach Tomate. Am besten pur mit Mozzarella und Basilikum genießen.

Italien, Klasse I

5,29\* | 5,49 €  
pro kg

### PANEX Ciabatta

in den Sorten Tomato, Olive oder Flute

Perfekt als Beilage zum Grillen. Einfach aufbacken und genießen.

gefroren, 250 g/Stück

13,96\* | 15,16 kg

JE 3,49\* | 3,79 €  
pro Stück

### FRISCHEPARADIES Pinienkerne

Der letzte Handgriff für erfrischende Salate oder als unerlässliche Komponente zu saftigem Fisch mit würzigem Spinat.

250 g/Packung

79,96\* | 83,96 €/kg

19,99\* | 20,99 €  
pro Packung

### Original Griechischer Feta

von der Insel Lesbos, 43 % Fett i. Tr.

Die geschützte Heimat des echten Fetas. Traditionelle Rezepturen sowie wohl gehütetes Handwerk ermöglichen uns diese weltberühmte Spezialität.

200 g/Stück, 17,45\* | 18,95 €/kg

3,49\* | 3,79 €  
pro Stück

### Mozzarella Burratina

mind. 53 % Fett i. Tr.

Cremiger Hochgenuss aus Italien. Am besten mit gereiftem Balsamico zu Tomaten und Basilikum oder auf frischer Steinofenpizza genießen.

120 g/Stück, 20,75\* | 23,25 €/kg

2,49\* | 2,79 €  
pro Stück



# FEINKOST & EIS

## heimliche Stars des Sommers

Ein gelungenes Sommerfest startet mit einem knackig frischen Salat oder einer vorzüglichen Antipastikomposition. Beides ist ausschlaggebend an ein gutes Öl gebunden. Und zum krönenden Abschluss darf ein erfrischendes Sorbets nicht fehlen. Worauf warten Sie also noch?



### Pastaspezialitäten

Führender Hersteller für typisch sardische und italienische Lebensmittelspezialitäten, insbesondere aus Hartweizengrieß wie Pasta oder Ofenbrot.

Durch traditionelle Rezepturen und handwerkliche Verarbeitung in modernen Produktionen werden qualitativ hochwertige, traditionsgerechte und leckere Produkte mit langer Haltbarkeit und ohne Konservierungsstoffe hergestellt.

### Fregola Sarda

**Sardische Pastaspezialität**

500 g/Packung, 5,98\* | 6,98 €/kg

### Malloreddus

**Sardische Pastaspezialität**

500 g/Packung, 5,98\* | 6,98 €/kg

JE 2,99\* | 3,49 €  
pro Packung

### Pane Carasau

**Sardische Brotspezialität**

400 g/Packung, 11,23\* | 12,48 €/kg

### Pane Guttiau

**Sardische Brotspezialität**

300 g/Packung, 14,97\* | 16,63 €/kg

JE 4,49\* | 4,99 €  
pro Packung



### GIOLITO Sorbets

Genießen Sie Ihr Lieblings-sorbet direkt vom Löffel oder in kalten, prickelnden Getränken. Italien, 500 ml/Becher

**in den Sorten: Mango, Himbeere, Heidelbeere, Mandarine, Zitrone, Zitrone mit Basilikum, Schokolade, Mojito**

13,98 | 15,95 €/l

6,99\* | 7,99 €  
pro Becher

**in den Sorten: Ananas, Zitrone-Wodka**

9,98 | 11,98 €/l

4,99\* | 5,99 €  
pro Becher

### DR. JAGLAS Herber Hibiskus

**alkoholfrei**

Die herbe Süße der Hibiskus-Blüten wird durch Rosmarin, Bitterorange, Holunderbeeren und Vanille abgepuffert.

0,5 l/Flasche

9,98\* | 11,98 €/l

4,99\* | 5,99 €  
pro Flasche

DE-ÖKO-006



### GRANDTOUR BIO Olivenöl

**in den Sorten: Chili, Salbei, Rosmarin und Oregano**

Die Kunst der italienischen Olivenölerstellung in höchster Qualität. Verfeinert mit erlesenen Kräutern oder pikanter Chili. Italien, 125 ml/Flasche

79,92\* | 91,92 €/l

9,99\* | 11,49 €  
pro Flasche

### NEU IM SORTIMENT

DE-ÖKO-006



### FRISCHEPARADIES BIO Olivenöl extra vergine

Klarer milder Genuss aus handverlesenen und selektierten, kaltgepressten Oliven. Know-how, Geduld und Zeit die man definitiv schmeckt. Unbedingt probieren!

Griechenland/Kreta, 0,5 l/Flasche

21,98\* | 23,98 €/l

10,99\* | 11,99 €  
pro Flasche



EL CAPRICHO  
SANTOÑA

### EL CAPRICHO Fisch in Olivenöl

Der authentische Geschmack aus dem kleinen Fischerdorf Santoña – bekannt als die Heimat der Sardinenkonserve.

Hier werden hochwertige regionale Fischspezialitäten aus nachhaltiger Entnahme in abgestimmten Ölen konserviert. Genießen Sie die außergewöhnlichen Aromen und lassen Sie sich in ihrem FrischeParadies für einen Moment in die kulinarische Welt von EL CAPRICHO entführen.

### Premium Sardellen

**in Olivenöl Castillo de Canena**

95 g/Dose, 157,79\* | 178,84 €/kg

14,99\* | 16,99 €  
pro Dose



### Premium Sardellen

**in Sonnenblumenöl**

95 g/Dose, 157,79\* | 178,84 €/kg

14,99\* | 16,99 €  
pro Dose

### Weißer Thunfisch

**in Olivenöl Castillo de Canena**

210 g/Dose, 52,33\* | 54,71 €/kg

10,99\* | 11,49 €  
pro Dose

# REZEPT DES MONATS

## Rotbarbenfilet Escabèche

Ein Klassiker der spanischen und lateinamerikanischen Küche im FrischeParadies Style. Die beneidenswerte Kreativität unserer Profis versprühen diesen Monat elegante Säuren gepaart mit verführerisch leichter Frische und machen damit so richtig Lust auf Sommerküche.

### Rotbarbenfilet

Die rote Meerbarbe durchsucht in kleinen Schwärmen die weichen Sandböden nach Meerestieren. So entwickelt sich ihr zartes, hellrosafarbenes Fleisch und das kräftig-würzige Aroma.

**AUF ANFRAGE**  
pro kg

### Tropea Zwiebeln

Wunderbar mild und bekömmlich. Tropea Zwiebeln sind nicht nur optisch schön, sie verzaubern auch Ihre Chutneys, Salate oder Füllungen. Italien, frisch

4,39\* | 4,69 €  
pro kg



### KELTENHOF Kräutersalat mit Blüten

Würzige Salatmischung mit Blüten, unter anderem mit Baby Leafs von Mizuna, Kale, Wasserkresse und vielem mehr. Tagesfrisch verarbeitet. Deutschland, frisch

125 g/Beutel  
34,32\* | 38,32 €/kg

4,29\* | 4,79 €  
pro Beutel



## MEHR ALS NUR EINKAUFEN – FRISCHEPARADIES ERLEBEN!

Erleben Sie Kulinarik wie nie zuvor und tauchen Sie ein in unser umfangreiches Angebot aus Veranstaltungen, Verkostungen und legendären Dinnerabenden. Bereichern Sie sich am Wissen und der Kompetenz unserer Profis und nehmen Sie neben den Erinnerungen an die erlebten Genussmomente einen echten Mehrwert mit an Ihren eigenen Herd oder lassen sich einfach fallen und von spektakulären Köstlichkeiten berieseln.

Informieren Sie sich über anstehende Events in Ihrem FrischeParadies. Wir freuen uns auf Sie!

LUST AUF  
UNGEWÖHNLICHE  
REZEPTE?

[WWW.FRISCHEPARADIES.DE/REZEPTE](http://WWW.FRISCHEPARADIES.DE/REZEPTE)

Bei uns im Web finden Sie viele inspirierende Rezepte, die Sie so oder auch abgewandelt, passend zur jeweiligen Genussregion, ausprobieren und genießen können.



## FRISCHE PARADIES

### Herausgeber

FrischeParadies GmbH & Co. KG  
Lärchenstraße 101  
D-65933 Frankfurt am Main  
Amtsgericht Frankfurt a. M.  
HRA 46329 | USt.-ID: DE 13 55 21 586  
[www.frischeparadies.de](http://www.frischeparadies.de)

Wir haben uns für den Prospektzeitraum entsprechend bevorratet. Bitte entschuldigen Sie, wenn die Artikel im Einzelfall ausverkauft sein sollten. Abgabe nur in handelsüblichen Mengen. Irrtum vorbehalten. Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Preise inkl. MwSt.

\*Dieser Preis gilt nur in Verbindung mit einer FrischeParadies Genusskarte.