

MEGA ALTERNATIV

Für Metzgerei und Gastronomie



Ihr Ratgeber
für den
alternativen
Ernährungsstil

ALLES VEGGI
ODER WAS?!

MEGA ALTERNATIV

„... alles vegan oder was?“ In dieser Broschüre ja!

Denn in dieser informativen und inspirierenden Broschüre haben wir für Sie leckere vegane Alternativprodukte aus der MEGA Produktwelt zusammengestellt.

Es gibt viele Gründe dafür den üblichen Speiseplan und die klassische Speisekarte um hochwertige vegane Produkte zu ergänzen. Denn die Zeiten in denen das Ernährungsgewerbe „Alibi-vegetarische oder vegane Gerichte“ anbietet sind vorbei.

Ob Ihre Kunden und Gäste aus gesundheitlichen Gründen, wegen Unverträglichkeiten oder aus Überzeugung auf Fleisch und andere tierische Produkte verzichten, wissen wir nicht. Wir kennen jedoch den Trend, sich einfach an manchen Tagen fleischlos zu ernähren. Darum stellen wir Ihnen eine Vielfalt an Produkten vor, mit denen Sie Ihre Speisekarte ergänzen können.

Es wird auch den „Flexitarier“ erfreuen, wenn Sie Ihre klassischen Gerichte um raffinierte vegane Speisen ergänzen.

Lassen Sie sich inspirieren, informieren und Appetit machen, Sie werden begeistert sein.

MEGA ANSPRECHPARTNER

MEGA Stuttgart

Markus Fuchslocher

Lebensmittel trocken

Tel. 0711 1684-2924

m.fuchslocher@mega-stuttgart.de

Karlheinz Löffler

Getränkeabteilung

Tel. 0711 1684-267

k.loeffler@mega-stuttgart.de

Abdelkader Debbagh

Tiefkühlabteilung

Tel. 0711 1684-128

a.debbagh@mega-stuttgart.de

Sebastian Krause

Frische- & Molkereiabteilung

Tel. 0711 1684-223

s.krause@mega-stuttgart.de

Jens Lütke-meier

Wurst- und Handelswaren

Tel. 0711 1684-155

j.luetkemeier@mega-stuttgart.de

MEGA Stockach

Uwe Heizmann

Getränke & Lebensmittel

Tel. 07771 9340-140

u.heizmann@mega-stockach.de

Michaela von Briel

Molkereiabteilung

Tel. 07771 9340-274

m.briel@mega-stockach.de

Michael Nierobisz

Tiefkühlabteilung

Tel. 07771 9340-141

m.nierobisz@mega-stockach.de

MEGA ALTERNATIV



Milchalternativen	5	Fleischersatz	27
Joghurtalternativen	7	Wurstersatz	31
Käsealternativen	9	Suppen, Saucen Brühe & Co	33
Kochen & Backen.....	11	Süße Alternativen	37
Kuchen	15	Relish & Saucen	39
Backwaren.....	17	Salatklassiker.....	41
Sirup & Dicksaft.....	19	Aus aller Welt.....	43
Beilagen.....	21	Prosecco, Sekt & Weine	45
Homestyle Edition	23	Drinks & Eis.....	47
Teigwaren	25		

MILCHALTERNATIVEN

gelten als Alternativprodukte zur normalen Kuhmilch. Der Begriff „Milch“ darf nur im Zusammenhang mit tierischen Erzeugnissen verwendet werden, daher werden Milchersatzprodukte oft „Drink“ genannt. Da mittlerweile rund 15 bis 20 Prozent der Einwohner Deutschlands unter einer Laktoseintoleranz leiden, werden die Milchersatzprodukte immer beliebter.

Schon gewusst?

Milchalternativen sind keine Erfindung der Neuzeit. Getränke aus Mandeln wurden bereits im Mittelalter getrunken. In Asien hat es eine lange Tradition, aus Reis oder Soja, milchähnliche Getränke herzustellen und zu verzehren. Diese Getränke werden für uns heute wichtiger denn je, denn die Anzahl der Kunden, die an Allergien leiden, steigt stetig. Für Soja-Allergiker ist eine Getreide- oder Nussalternative zum Sojadrink eine gute Option.

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	1510605 Haferdrink Barista	Vegan	1-l-Packung
2	1510610 Not Milk 3,5 %	Vegan	1-l-Packung
3	1510443 Mandeldrink	Vegan	1-l-Packung
4	1512148 Mandeldrink ohne Zucker	Vegan	1-l-Packung
5	1510441 Hafer	Vegan	1-l-Packung
6	1510445 Soja Barista	Vegan	1-l-Packung
7	1510442 Kokosnuss	Vegan	1-l-Packung
8	1510607 Barista Kokosnuss	Vegan	1-l-Packung
9	1510446 Soja	Vegan	1-l-Packung
10	1510606 Barista Mandel	Vegan	1-l-Packung



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	1510702 Bio Haferdrink Barista	Vegan	1-l-Packung
2	1510703 Bio Haferdrink	glutenfrei	1-l-Packung
3	1510704 Bio Haferdrink natur	Vegan	1-l-Packung



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
4	1510538 Haferdrink Barista	Vegan	12 x 1-l-Karton



JOGHURTALTERNATIVEN



Nicht nur unsere klassische Milch kann ersetzt werden. Auch Speisen wie z. B. Joghurt können alternativ hergestellt werden. Egal ob Dip, Salatdressing oder Dessert. Mit den Joghurtalternativen, bleibt nichts aus!

Schon gewusst?

Die beliebtesten Joghurtalternativen werden aus Soja, Kokos, Hafer, Mandeln, Cashews oder Lupinen hergestellt. Jede dieser Alternativen kann unterschiedlich eingesetzt werden. Während man Haferjoghurt eher für sein Müsli am Morgen nimmt, eignet sich der Cashewjoghurt auch für Suppen oder Dips.

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1510642	HaYo vegan	 frei von Soja	5-kg-Eimer
2 1510639	Pudding Schoko vegan	 Vegan	5-kg-Eimer
3 1510640	Apfel Pudding vegan	 Vegan	5-kg-Eimer



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1511403	Pure Joy vegan	 Erdbeere, Pflaume, Maracuja	125-g-Becher
2 1511404	Pure Joy vegan	 Kirsche, Mango	125-g-Becher



KÄSEALTERNATIVEN



Ein Käse ohne Milch? Geht das? JA!

Aus Wasser, pflanzlichen Ölen (z. B. Kokosöl oder Palmöl) und Stärke wie zum Beispiel Kartoffelstärke, wird die Alternative zum klassischen Käse hergestellt. Die Basis hierfür liefern Nüsse wie Cashews oder Mandeln. In manchen Fällen wird aber auch Soja oder Getreide für den alternativen Käse verwendet.


Schon gewusst?

Durch den hohen Gehalt an Eiweiß, Calcium und Vitamin B12 wird der Körper zusätzlich mit vielen Nährstoffen versorgt.



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1501625	Pastagenuss	 gerieben	100-g-Packung
2 1501626	Burgerscheiben		150-g-Packung



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1501627	Classic/Scheiben		150-g-Packung



Violife LOGO

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1501644	Mozzarella gerieben		1-kg-Packung
2 1501645	Gouda gerieben		1-kg-Packung
3 1501646	Goudascheiben		500-g-Packung
4 1502601	Original Creamy	 veganer Frischkäse	500-g-Packung




KOCHEN & BACKEN

Ein leckerer Kuchen ohne richtige Butter? Eine Sahnesauce ohne richtige Sahne? Das geht! Mit Alternativprodukten aus Soja oder Hafer. Probieren Sie es selbst!



Schon gewusst?

Vegane Kochcreme ähnelt der klassischen Schlagsahne und kann daher ideal für Sahnesaucen genutzt werden. Die vegane Kochcreme besteht zum Großteil aus Wasser, je nach Sorte wird dann Hafer, Soja, Kokosextrakt oder Mandeln hinzugefügt. Außerdem ist oft ein Öl enthalten wie z. B. Sonnenblumen, Raps- und manchmal auch Palmöl. Gut gewürzt schmeckt die Alternative wie die klassische Sahnesauce die wir alle kennen.


Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	1510566 Sour Creme Hafer	 vegane Alternative zu Schmand	1-kg-Packung
2	1510567 Kochcreme Hafer	 cremige Alternative zur Küchensahne auf Haferbasis	1-kg-Packung
3	1510643 Kochcreme Hafer	 cremige Alternative zur Küchensahne auf Haferbasis	5-kg-BiB



1



2

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	1602800 Phase Butter Flavour	 Vegan	0,9-l-Flasche
2	1603700 Phase Combi flüssig	 Vegan	3,7-l-Flasche
3	3971600 Phase Combi flüssig	 Vegan	10-l-Kanister



1




2





3




Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1600441	Die Vegane	 Buttersersatz	250-g-Packung




Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1602003	Vital Margarine	 reich an Omega 3	200 x 10-g-Packung
2 1531400	Diätmargarine	 fettreduziert, 45 % Fett	200 x 10-g-Packung



PALMIN

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1610000	Kokosfett	 hoch erhitzbar	250-g-Packung



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1510444	Cooking	 Soja Kochcreme, 14 % Fett	1-l-Packung

ZUM PROBIEREN

Veganer Hefezopf


1 h 45 Minuten

Zutaten für 4 Personen:

- > 150 ml Sojadrink
- > 50 g Zucker
- > 1 Päckchen Vanillezucker
- > 60 g vegane Margarine
- > 1 EL Öl
- > 1 Päckchen Trockenhefe
- > 300 g Mehl
- > 2,5 EL Hagelzucker

Zubereitung:

1. Sojadrink, Zucker, Vanillezucker, 40 g Margarine und Öl in einem Topf lauwarm erwärmen. Hefe und Mehl mischen. Sojadrink-Mischung zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.
2. Teig erneut durchkneten und in 3 Stücke teilen. Zu jeweils einem Strang formen und daraus einen Teigzopf flechten. Nochmals ca. 15 Minuten gehen lassen.
3. Übrige Margarine erwärmen und den Zopf damit einstreichen. Mit Hagelzucker bestreuen. Zopf im vorgeheizten Backofen bei 180 °C ca. 20 Minuten backen.



Guten Appetit!

Veganes Bananenbrot


50 Minuten

Zutaten für 4 Personen:

- > 4 sehr reife Bananen
- > 100 ml Sonnenblumenöl
- > 120 ml Mandeldrink
- > 80 g Rohrzucker
- > 150 g Mehl
- > 100 g Dinkelvollkornmehl
- > 100 g gemahlene Mandeln
- > 2 TL Backpulver
- > 1 Prise Salz
- > 1 Päckchen Vanillezucker
- > 1 TL Zimt
- > Fett für die Form

Zubereitung:

1. Backofen auf 180 °C vorheizen. Die Bananen mit einer Gabel fein zerdrücken und mit Öl und Mandeldrink verrühren.
2. Die restlichen Zutaten miteinander vermischen und zu der Bananenmasse geben. Alles zu einem glatten Teig rühren.
3. Eine Kastenform fetten oder mit Backpapier auslegen und den Teig hineingeben. Ca. 50 Minuten backen (Stäbchenprobe!).
4. Kurz abkühlen lassen und aus der Form stürzen. Auf einem Gitter vollständig auskühlen lassen.



Guten Appetit!

KUCHEN

Vom Profi für den Profi. Mit unseren tiefgekühlten Kuchen sind Sie immer bestens bedient. Geschmack wie vom Bäcker oder wie von der Großmutter gebacken.





Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1403305	Apfel-Nuss-Kuchen	  geschnitten, ø 28 cm, vegan	2100-g-Kuchen
2 1427802	Apfelkuchen	  geschnitten, ø 28 cm, vegan	2000-g-Kuchen
3 1400060	Bananen-Kranz	  ungeschnitten, ø 22 cm, vegan	1050-g-Kuchen
4 1400061	Himbeer-Haselnuss-Kuchen	  geschnitten, ø 28 cm, vegan	1350-g-Kuchen



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1400147	Erdbeer-Schnitte	  vorgeschnitten, 12 Portionen, 29 x 19,5 cm	1550-g-Kuchen
2 1400146	Zitronen-Schnitte	  vorgeschnitten, 12 Portionen, 28 x 38 cm	1500-g-Kuchen
3 1400208	Banana Walnut Cake	  vorgeschnitten, 12 Portionen, 19 x 28 cm	980-g-Kuchen
4 1402792	Feinster Apfelkuchen	  vorgeschnitten, rund, 12 Portionen, ø 28 cm	2250-g-Kuchen



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1409231	Muffin Double Choc	  24 Stück à 90 g/Karton	24 Stück à 90 g/Karton





BACKWAREN

Die Grundzutaten von gängigen Brotsorten wie Mehl, Sauerteig, Hefe, Salz und Wasser sind per se schon vegan. Auch der Sauerteig ist eine Mischung aus Mehl und Wasser die lange reift. Hefe ist für Veganer übrigens gar kein Problem – sie ist frei von tierischen Bestandteilen.

Schon gewusst?

Der Trend zu mehr pflanzlichen und nachhaltigen Zutaten steigt. Backwaren sind optimale Ausgangsprodukte für die bunte und gesunde Snackvielfalt. Sie sprechen Vegetarier, Veganer und auch Flexitarier an, die nicht gänzlich auf tierische Produkte verzichten möchten. Vegan ist kein Hype, sondern Dauerbrenner und wird das Backwarensortiment in den nächsten Jahren prägen. Snacken mit gutem Gewissen.

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1409200	Bagel mit Sesam	  ca. ø 105 mm	36 Stück à 75 g/Karton



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1499071	Homestyle Burger Bun	  vorgeschnitten	36 Stück à 105 g/Karton
2 1465540	Wrap Tortilla Traditional Plain	  25 cm	144-Stück-Karton
3 1465600	Wrap Tortilla Traditional Plain	  30 cm	144-Stück-Karton
4 1482410	Focaccia Burger Bun	  vorgeschnitten	30 Stück à 80 g/Karton




1





4



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1499010	Hamburger Brötchen	  125 mm	24 Stück à 80 g/Karton
2 1499780	Hamburger Brötchen	  100 mm	48 Stück à 57 g/Karton



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 3709711	La Pinsa Classic	 Weizen	230-g-Packung
2 3709710	La Pinsa Vollkorn	 Weizenvollkorn	230-g-Packung

SIRUP & DICKSAFT

Es muss nicht immer Zucker sein! Mit Alternativen wie Agavendicksaft oder Reissirup lässt sich Ihr Gericht oder Getränk im Nu süßen. Egal ob zum Backen, in Müslis oder Getränken wie Kaffee oder Tee. Die Zuckeralternativen sind der perfekte Ersatz!



Schon gewusst?

100 g Agavendicksaft entsprechen etwa 125 g bis 150 g weißem Haushaltszucker.

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 3902201	Bio Agavendicksaft	Vegan	1,5-kg-Flasche
2 3910401	Bio Immenhof Reissirup	Vegan	350-g-Flasche
3 3910402	Bio Immenhof Dattelsirup	Vegan	350-g-Flasche



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 3903925	Goldsaft	Vegan Zuckerrübensirup	500-g-Flasche
2 3903926	Goldsaft	Vegan Zuckerrübensirup	2-kg-Eimer



BEILAGEN

Zu einem Hauptgang dürfen natürlich köstliche Beilagen nicht fehlen! Hummus zum Beispiel schmeckt nicht nur lecker, sondern liefert auch wertvolle Nährstoffe wie Aminosäuren und Eiweiß. Auch für Menschen mit Unverträglichkeiten wie Laktoseintoleranz, Glutenunverträglichkeit oder einer Nussallergie ist Hummus bestens geeignet.

Schon gewusst?



Durch die vielen Ballaststoffe im Hummus wird unsere Verdauung angekurbelt. Außerdem kann Hummus beim Abnehmen helfen und enthält viele Vitamine und Mineralstoffe, die sich positiv auf unser Immunsystem auswirken können.

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 2200029	Grasbrunner Kartoffelsalat		5-kg-Eimer
2 2200038	Hummus Natur		1-kg-Schale
3 2702057	Hummus Pikant		1-kg-Schale
4 2200061	Hummus Rote Bete		1-kg-Schale



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1421420	Gemüse-Frikadelle	  Kürbis-Streckrübe	ca. 66 Stück à 75 g/Karton
2 1421410	Kürbis-Falafel	 	160 Stück à 25 g/Karton
3 1440636	Couscous-Gemüse-Törtchen	 	40 Stück à 125 g/Karton
4 1410016	Gemüse-Hanf-Sticks	 	2 Beutel à 2 kg/Karton



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1426030	Falafelbällchen	 	ca. 266 Stück à 15 g/Karton

Homestyle EDITION



Homestyle
EDITION


Cuisine ★★★
Noblesse

Die Eigenmarke HOMESTYLE EDITION ist die Antwort der INTERGAST auf die Entwicklungen im Gastgewerbe. Die High Convenience Produkte unterstützen die Gastronomie, Hotellerie und Gemeinschaftsverpflegung beim Fachkräfte- und Personalmangel.




Entdecken Sie das volle Sortiment einfach den QR scannen!



Currywurstsauce 
2-l-Standbodenbeutel
Nr. 0959831



Gemüsebolognese 
2-l-Standbodenbeutel
Nr. 0959632



Tomatensauce 
2-l-Standbodenbeutel
Nr. 0959529



Rotkraut 
2-kg-Standbodenbeutel
Nr. 0959524

✓ **GLEICHBLEIBENDE TOP QUALITÄT**
& gelingsicher

✓ **SCHNELLE & EINFACHE**
Zubereitung

✓ **100 % FRISCHE & GESCHMACK**
ohne künstliche Zusatzstoffe

✓ **GERINGER LAGERBEDARF**
und weniger Lebensmittelabfälle

✓ **GROSSE SORTIMENTSVIELFALT**
für flexible Gastronomiekonzepte
von Gourmet bis Care


✓ **BUDGETSICHERHEIT** bei
Mengenplanung und exakte
WARENKALKULATION

✓ **KOSTEN- UND ZEITERSPARNIS**
für Personal, Lager und Betrieb


✓ **BESTE ZUTATEN**
möglichst aus der Region und
handwerklicher Produktion




*Saisonal von September bis Dezember

Kürbiscremesuppe 
2-l-Standbodenbeutel
Nr. 0959549



Tomatencremesuppe 
2-l-Standbodenbeutel
Nr. 0959554




Süßkartoffel-Kokossuppe 
2-l-Standbodenbeutel
Nr. 0959556



*Saisonal von Ende März bis Ende Juli

Spargelcremesuppe 
2-l-Standbodenbeutel
Nr. 0959468



Kartoffelcremesuppe 
2-l-Standbodenbeutel
Nr. 0959552



Velouté 
2-l-Standbodenbeutel
Nr. 0959561

TEIGWAREN

Egal ob Maultaschen, Tortelloni oder Gnocchi. Nicht nur die Füllung, sondern auch der Teig kann vegan hergestellt werden. So bleibt die Tradition am Tisch und der Geschmack am Gaumen.

Schon gewusst?

Handelsübliche vegane Nudeln werden häufig lediglich aus Hartweizengrieß, Wasser und ggf. etwas Salz hergestellt. Der Hartweizengrieß hat einen hohen Protein- und Glutengehalt, was dafür sorgt, dass der Teig gut zusammenhält.

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	1422116 <i>Gnocchi mit Rote Bete</i>		2 Beutel à 2,5 kg/Karton
2	1450003 <i>Gnocchi Di Spinaci</i>		2 Beutel à 2,5 kg/Karton
3	1441306 <i>Schupfnudeln</i>		2 Beutel à 2,5 kg/Karton
4	1450001 <i>Süßkartoffel Schupfnudeln</i>		2 Beutel à 2,5 kg/Karton
5	1441305 <i>Vegane Maultaschen</i>		3 Beutel à 1 kg/Packung



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	1440062 <i>Gnocchi Kürbis</i>		5-kg-Karton
2	1475910 <i>Gnocchi di Patate gelb</i>		10-kg-Karton
3	1440038 <i>Rote Bete Nocken</i>		5-kg-Karton
4	1475934 <i>Tortelloni Verdura</i>		8-kg-Karton



FLEISCHALTERNATIVE

Egal ob Burger, Steakhousepfanne oder Nuggets. Mit den Fleischalternativen bleibt nichts aus. Der Geschmack übrigens auch nicht!

Schon gewusst?

Fleischersatz liegt im Trend. Laut Statistischem Bundesamt steigt die Produktion von Fleischersatzprodukten um jährlich ca. 7 Prozent. Innerhalb Europas hat Deutschland klar die Nase vorn, was die pflanzenbasierte Lebensmittelindustrie betrifft. Der Trend zeigt auch, dass dies nicht nur Vegetarier betrifft. Der Markt ist im Wandel. Weniger Fleisch – dafür bewusster Genuss.

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1408412	Sunny Veggie Burger	 Tiefgefroren Vegan	4 Beutel à 1,3 kg/Karton 10 Stück à 130 g/Beutel
2 1482452	Green Heroes Plant Homestyle	 Tiefgefroren Vegan	8 Stück à 125 g/Karton
3 1300014	Green Heroes Plant Crunchy Chicken Burger	 Tiefgefroren Vegan	11-12 Stück à ca. 90 g/Beutel
4 1482451	Green Oat Burger	 Tiefgefroren Vegan	11 Stück à ca. 110 g/Beutel
5 1482453	Green Heroes Chili Nuggets	 Tiefgefroren Vegan	3 Beutel à 1 kg/Karton



1



3



5


Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1410039	Steakhousepfanne	 Tiefgefroren Vegan	6 Beutel à 1,5 kg/Karton
2 1460021	Burgerpatty „Chili con Quinoa“	 Tiefgefroren Vegan	25 Stück à 120 g/Karton



1



2

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 2707069	Soja Granulat	 eignet sich hervorragend für vegetarische Burger, Hacksteaks, Sauce Bolognese, Chili non Carne, Gemüsefüllungen und vieles mehr.	300-g-Beutel
2 2707090	Soja Granulat		1500-g-Beutel

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1460001	NoChicken Nuggets	auf Soja-Basis	97 Stück à 18 g/Karton
2 1460050	NoSchnitzel	auf Pflanzenproteinbasis	20 Stück à 90 g/Karton
3 1460035	NoChicken Chunks	Geschnetzeltes auf Soja-Basis	1,75-kg-Karton
4 1460034	Crispy NoChicken Burger	paniert, auf Pflanzenproteinbasis	20 Stück à 90 g/Karton



1



3

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1402713	Vegane Hackrolle „Tomate“	fertig gebraten	25 Stück à 120 g/Karton
2 1460026	Vegane Mini Hackbällchen	fertig gebraten	ca. 166 Stück à 18 g/Karton



1



2

WHAT THE MEAT?!

Wer glaubt...dass der vegane Lebensstil eine Erfindung der Neuzeit ist, liegt falsch. Der Begriff „Veganismus“ wird schon seit dem Jahre 1944 verwendet und gelebt. Besonders im Hindu- und Buddhismus lehnten die Menschen den Verzehr von tierischen Produkten ab. Doch was begeistert die Menschheit heute noch daran und kann ein veganes Schnitzel wirklich schmecken wie ein „echtes“?



JACKFRUIT

Die Jackfruit bietet sich perfekt als Alternative zum Hühnchen an. Durch die faserige Struktur des Fruchtfleisches ist sie zudem optimal für den Grill und die Pfanne. Die Jackfruit ist eher geschmacksneutral, den intensiven Geschmack bekommt sie erst durch kräftiges Würzen.

Tofu ist das wohl bekannteste und beliebteste Ersatzprodukt. Egal ob als vegane Bolognese, Tofu-Schnitzel oder frittiert. Der Allrounder in der veganen Ernährung, aber auch fest etabliert in der asiatischen Küche. Tofu lässt sich gut gewürzt in jeglicher Form zubereiten und ist immer der richtige „way to go“!



TOFU

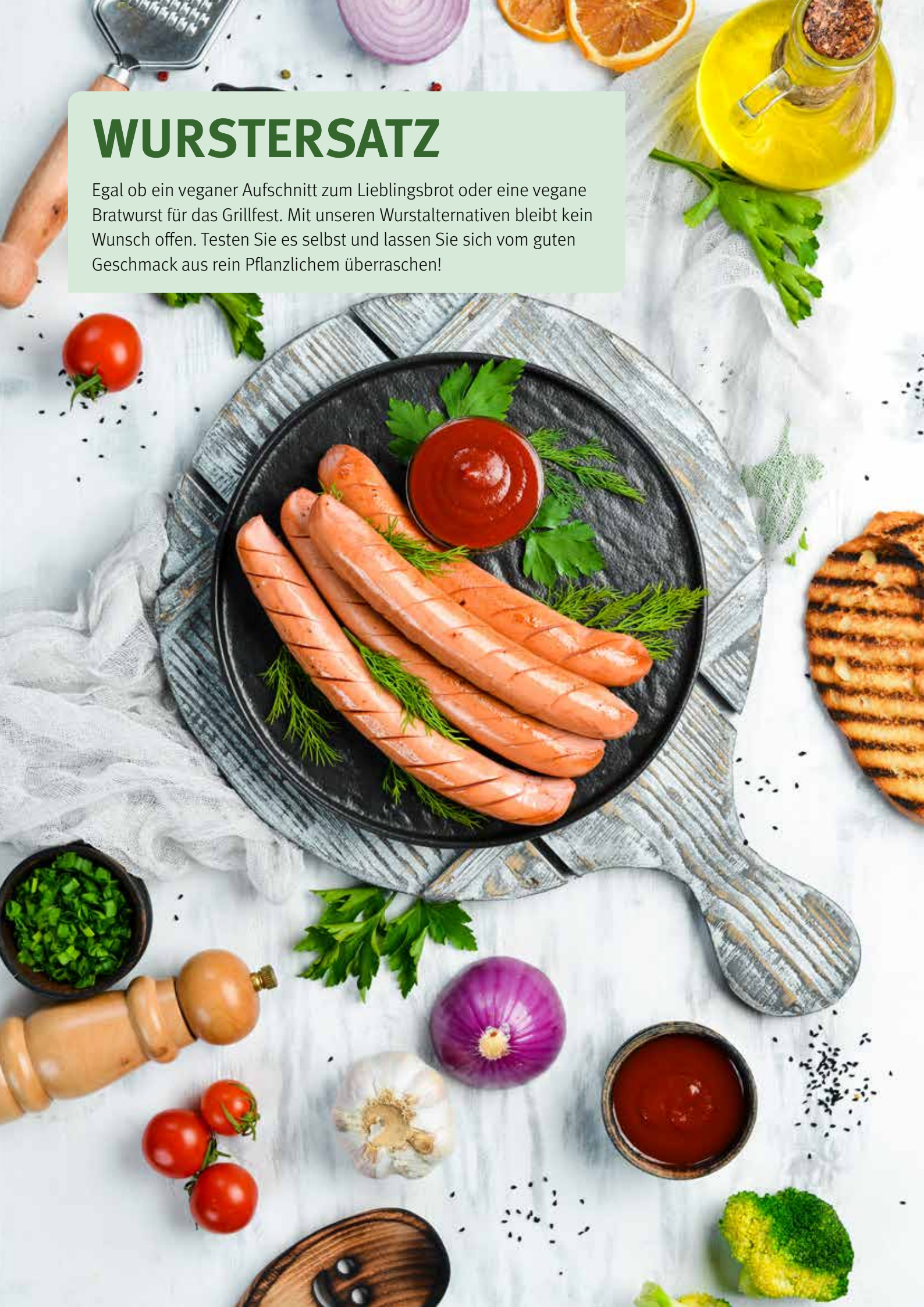


CASHEW

Cashewkerne sind durch ihre gesunden Fette vor allem für Produkte mit cremiger Konsistenz geeignet. Egal ob Frischkäse, Mozzarella oder Hartkäse. Mit den kleinen Kernen zaubern Sie im Nu Ihre leckere Käsealternative oder verwenden sie als Topping zu Gemüse und Salat.

WURSTERSATZ

Egal ob ein veganer Aufschnitt zum Lieblingsbrot oder eine vegane Bratwurst für das Grillfest. Mit unseren Wurсталternativen bleibt kein Wunsch offen. Testen Sie es selbst und lassen Sie sich vom guten Geschmack aus rein Pflanzlichem überraschen!



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1000624	Veggy Vital Bratwurst	 Vegan	10 Stück à 100 g/Packung
2 1000625	Veggy Vital Bockwurst vegan	 Vegan	10 Stück à 100 g/Packung
3 2400110	Veggy Vital veganer Brotaufstrich	 Vegan Mischkarton aus Tomate, Champignon, Kräuter, Pfälzer Art	50 Stück a 25 g/Karton



1





2



3



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1101601	Veganer Aufschnitt Classic	 Vegan auf Basis von Sonnenblumenkernen, nach Art einer Lyoner, geschnitten, gefächert und aromaschutzverpackt in der Frischebox, ohne Zugabe von Laktose	300-g-Packung
2 1101602	Veganer Aufschnitt Grillgemüse	 Vegan mit Grillgemüse, auf Basis von Sonnenblumenkernen, ohne Zugabe von Laktose, Gluten, Emulgatoren und Stabilisatoren	300-g-Packung



1



2

SUPPEN, SAUCEN, BRÜHE & CO

Lassen Sie sich von unserer Auswahl an veganen und vegetarischen Suppen, Saucen und Brühen inspirieren.

Schon gewusst?

Suppen können das Immunsystem stärken, die Knochen kräftigen, Falten vorbeugen und sogar die Stimmung heben.



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 3100416	Kürbis-Kartoffelsuppe	 ergibt ca. 30 Liter Suppe	2,4-kg-Packung
2 3114100	Champignon-Cremesuppe	 ergibt ca. 30 Liter Suppe	2,7-kg-Packung
3 3100417	Spargelcremesuppe	 ergibt ca. 30 Liter Suppe	2,1-kg-Packung
4 3151500	Gemüse-Kraftbouillon	 ergibt ca. 625 Liter, mit 12 % Suppengrün	12,5-kg-Eimer
5 3619200	Gekörnte Gemüsebrühe	 ergibt ca. 280 Liter Brühe	5-kg-Eimer
6 3113200	Gekörnte Gemüsebrühe	 ergibt ca. 67 Liter Brühe	1-kg-Dose
7 3105271	Gekörnte Gemüsebrühe	 ergibt ca. 700 Liter Brühe	12,5-kg-Eimer



3



4



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 3131500	Gekörnte Brühe extrafein	 ergibt ca. 312,5 Liter Suppe	5-kg-Eimer
2 3100115	Gekörnte Brühe extrafein	 ergibt ca. 60 Liter Brühe	900-g-Dose
3 3100537	Gekörnte Brühe extrafein	 ergibt ca. 660 Liter Brühe	10-kg-Eimer
4 3140100	Fondor Würzmittel	 ohne Allergene	12,5-kg-Eimer
5 3100028	Fondor Würzmittel	 ohne Allergene	900-g-Dose
6 3215700	Fondor Würzmittel	 ohne Allergene	5-kg-Eimer
7 3190001	Klare Gemüsebrühe	 ergibt ca. 250 Liter Brühe	5-kg-Eimer
8 2824600	Klare Gemüsebrühe	 ergibt ca. 550 Liter Brühe	11-kg-Eimer
9 3100030	Klare Gemüsebrühe	 ergibt ca. 45 Liter Brühe	900-g-Dose



1



4



6



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 2800128	Vegan Beef Taste	 <i>Konzentrat</i>	1-l-Flasche
2 2800138	Konzentrat Asia		0,98-l-Flasche
3 2800136	Konzentrat Gemüse		1-l-Flasche
4 2800135	Konzentrat Pilz		0,98-l-Flasche
5 2800129	Vegan Chicken		1-l-Flasche



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 3025325	Roux helle Mehlschwitze	 <i>Vegan</i>	10-kg-Eimer
2 3025324	Roux dunkle Mehlschwitze	 <i>Vegan</i>	10-kg-Eimer
3 3025332	Speisewürze	 <i>Vegan</i>	6,25-kg-Kanister



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 2700411	Basic Textur	 <i>Vegan</i>	1,5-kg-Schale



ZUM PROBIEREN

Vegane braune Sauce



10 Minuten

Zutaten für 4 Personen:

- > 4 EL Olivenöl
- > 4 EL Mehl
- > 800 ml Gemüsebrühe
- > 4 EL Sojasauce

Zubereitung:

Olivenöl erwärmen, Mehl einrühren und unter Rühren ca. 3 Minuten dunkel bräunen. Gemüsebrühe vorsichtig einrühren und 10 Minuten köcheln lassen. Mit Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken. Lecker zu Kartoffeln und Rotkohl.

Guten Appetit!



Vegane helle Sauce



10 Minuten

Zutaten für 4 Personen:

- > 5 EL Öl
- > 5 EL Weizenmehl Type 405
- > 150 ml Weißwein trocken
- > 350 ml Sojadrink
- > 1 Prise weißer Pfeffer
- > 1 Prise Muskatnuss
- > 1 Lorbeerblatt
- > 1 Prise Salz

Zubereitung:

1. In einem Topf Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Mit Mehl bestäuben und ca. 2 Minuten anschwitzen.

2. Nach und nach mit Weißwein ablöschen. Dabei kräftig rühren. Sojadrink und Lorbeerblatt zugeben und auf mittlerer Stufe ca. 5 Min. köcheln, bis die Sauce leicht dickflüssig ist. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und die vegane weiße Sauce servieren.

Guten Appetit!



SÜSSE ALTERNATIVEN

Ein leckeres Dessert ohne tierische Produkte – das geht!
Verfeinern Sie Ihr Eis mit einer leckeren Himbeer- oder Erdbeer-
Dessertsauce. Auch Gummibärchen gibt es mittlerweile ohne
Gelatine und tierische Produkte.



Schon gewusst?

Auch Schokolade kann vegan sein. Der Name mag täuschen aber tatsächlich ist Kakaobutter von Natur aus frei von Milchprodukten, Eiern, Honig oder anderen tierischen Bestandteilen.



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	3210042 <i>Dessertsoße Schoko</i>		765-ml-Flasche
2	3210043 <i>Dessertsoße Toffee</i>		770-ml-Flasche
3	3210044 <i>Dessertsoße Himbeere</i>		770-ml-Flasche
4	3210045 <i>Dessertsoße Erdbeere</i>		770-ml-Flasche
5	3623500 <i>Backin Backpulver</i>		1-kg-Packung
6	3621200 <i>Raspelschokolade</i>		1-kg-Packung
7	3902766 <i>Götterspeise Waldmeister</i>		1-kg-Packung
8	3902767 <i>Götterspeise Kirsche</i>		1-kg-Packung



1



2



3



4



5



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	3127300 <i>Dessertsoße Himbeere</i>		2-l-Flasche
2	3127400 <i>Dessertsoße Erdbeere</i>		2-l-Flasche
3	3111800 <i>Dessertsoße Schokolade</i>		2-l-Flasche

HARIBO

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	3901315 <i>Pasta Basta Miami</i>		150-Stück-Dose
2	3903007 <i>Pasta Erdbeere</i>		150-Stück-Dose
3	3903008 <i>Pasta Apfel</i>		150-Stück-Dose
4	3903006 <i>Pasta Cola</i>		150-Stück-Dose
5	3900530 <i>Saure Bärenzunge</i>		150-Stück-Dose
6	3903025 <i>Saure Gurken</i>		150-Stück-Dose
7	3903013 <i>Riesenerdbeeren</i>		150-Stück-Dose



2



3



4



5






7

RELISH & SAUCEN

Wer einen veganen Burger zaubern möchte, braucht natürlich auch die passenden Saucen dazu. Vegane Mayonnaise, Burger Sauce oder doch lieber ein leckeres Relish? Sie haben die Wahl, mit unseren ausgewählten Saucenalternativen.





Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 2033605	Gurken Relish	 stückige Snacksauce	875-ml-Flasche
2 3200942	Mango Relish	 stückige Snacksauce	875-ml-Flasche
3 1601494	Paprika Relish	 stückige Snacksauce	875-ml-Flasche



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 3200922	The Real Burger Sauce	Süßsaure Würzsauce	2-l-Flasche
2 3202101	White BBQ Sauce	 rauchiger Bestseller aus den USA	2-l-Flasche



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1600433	Vegane Mayonnaise	 72 % Fett	2,5-kg-Eimer



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1600209	Vegane Salatmayonnaise	 50 % Fett	875-ml-Flasche
2 1600429	Vegane Salatmayonnaise	 50 % Fett	10-kg-Eimer



SALATKLASSIKER

Salate können vielseitig sein, doch wer dem Ganzen etwas Geschmack geben möchte muss gut würzen. Mit feinstem Essig und ausgewählten Salatgewürzen. Wird jeder Salat zum Gaumenschmaus.





Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1	3200734 Essig-Essenz	 20 % Säuregehalt	400-g-Flasche
2	2602100 Apfelessig	 5 % Säuregehalt	0,75-l-Flasche
3	2909600 Salata	 fertige Salatwürze	10-l-Kanister
4	3222300 Salata	 fertige Salatwürze	0,75-l-Flasche
5	2907800 Weißweinessig	 6 % Säuregehalt	2-l-Kanister
6	2907700 Rotweinessig	 6 % Säuregehalt	2-l-Kanister



1



2



3



5



6

AUS ALLER WELT

Entdecken Sie vegane/vegetarische Produkte aus aller Welt!
Feinstes Grillgemüse, Guacamole oder asiatische Teigtaschen.
Eine Reise durch besten Geschmack.



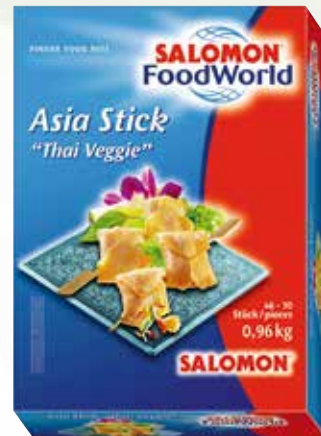
Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1478120	<i>Grillgemüse Mediterran</i>	 	5 Beutel à 1 kg/Karton
2 1481300	<i>Guacamole</i>	 	12 Dosen à 500 g/Karton
3 1465615	<i>Mini Wrap Asian Veggie</i>	 	2 Beutel à 1,19 kg/Karton
4 1480330	<i>Asia Stick Thai Veggie</i>	 	48 Stück à 20 g/Packung



1



3



4

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1460100	<i>Blumenkohl-Käse Medaillon</i>	 	40 Stück à 145 g/Karton
2 1460500	<i>Broccoli-Nuss-Ecke</i>	 	40 Stück à 75 g/Karton



1



2

PROSECCO, SEKT & WEINE

Prosecco, Sekt und Wein aus den feinsten Trauben und Regionen der Welt.





Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 4010050	Spumante Prosecco	Extra Dry, Black Lable	0,75-l-Flasche
2 4010108	Spumante Prosecco	Brut, Orange Lable	0,75-l-Flasche
3 4239650	Spumante Prosecco	Rose DOC	0,75-l-Flasche



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 4057400	Henkell trocken		0,75-l-Flasche
2 4300530	Sekt alkoholfrei	Sektgenuss ohne Alkohol	0,75-l-Flasche



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 4002356	Bio Soecco Perlwein	trocken	0,75-l-Flasche
2 4002353	Bio Riesling	trocken	0,75-l-Flasche
3 4002355	Bio Rose	trocken	0,75-l-Flasche
4 4002352	Bio Trollinger mit Lemberger	trocken	0,75-l-Flasche



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 4010051	Bio Rosato Frizzante Spumante	Bügelverschluss	0,75-l-Flasche



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 4000824	Bio Fleur et Sekt	Aperitif mit Sekt und Holunderblütensirup	0,75-l-Flasche
2 4001024	Bio Finca Crianza Blanco	Verdil, passt zu Fisch, leichten Salaten, Tapas	0,75-l-Flasche
3 4001023	Bio Finca Enguera Crianza	Dezente Würze, viel Frucht, elegante Reife	0,75-l-Flasche



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 4261072	Bio Bordeaux Blanc	frisch, perfekt, zu Meeresfrüchten/Fisch	0,75-l-Flasche
2 4261071	Bio Bordeaux Rosé	duftig, lebhaft, Rosé aus Merlot	0,75-l-Flasche
3 4261070	Bio Bordeaux Rouge		0,75-l-Flasche

Satter Weine

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 4062500	Cacciata Vino Nobile di Montep	Montepulciano, Toskana	0,75-l-Flasche

DRINKS & EIS

Mit der veganen Eisvielfalt müssen Sie keine Kompromisse eingehen. Egal ob im Becher, in der Flasche oder am Stiel, ohne Tierprodukte, aber derselbe Geschmack. Testen Sie es selbst!



Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1750040	Magnum Mandel		20-Stück-Karton
2 1751823	Ben&Jerry's Cookies on Cookie Dough		12 Stück à 465 ml
3 1700014	Ben&Jerry's Chocolate Fudge Brownie		12 Stück à 100 ml



1



2



Natürliche Cocktails in der Flasche

Art-Nr.	Artikelbezeichnung	Beschreibung/Eigenschaften	VE
1 1460008	El Presidente	Alkohol 14,1 % vol	24 Flaschen à 275 ml/Kiste
2 1460009	Mojito	Alkohol 14,1 % vol	24 Flaschen à 275 ml/Kiste
3 1460010	Sex on the Beach	Alkohol 14,1 % vol	24 Flaschen à 275 ml/Kiste
4 1460011	Wild Passion Fruit	Alkohol 8 % vol	24 Flaschen à 275 ml/Kiste
5 1460013	Colada	Alkohol 8 % vol	24 Flaschen à 275 ml/Kiste
6 1460012	Red Berry	Alkohol 8 % vol	24 Flaschen à 275 ml/Kiste
7 1460014	Pinkgrapefruit	Alkohol 8 % vol	24 Flaschen à 275 ml/Kiste
8 1460108	Caipi	Alkohol 14,1 % vol	24 Flaschen à 275 ml/Kiste



1

2

3

4

5

6

Wir sind **MEGA**
MEGA für Sie!

MEGA

Für Metzgerei und Gastronomie
Schlachthofstr. 6 | Reichenauring 1
70188 Stuttgart | 78333 Stockach

Weitere Infos: mega-stuttgart.de

Stuttgart: Mo – Fr: 6 – 18 Uhr, Sa: 7 – 14 Uhr
Stockach: Mo – Fr: 7 – 18 Uhr, Sa: 7 – 13 Uhr

Schlachthofstr. 6
Reichenauring 1

Tel. 0711 1684-0
Tel. 07771 9340-0

Fax 1684-125
Fax 9340-444

Alle Angebote sind an den Standorten Stuttgart und Stockach erhältlich, solange der Vorrat reicht.
Für Druckfehler keine Haftung. Dargestellte Produkte sind als Serviervorschlag zu verstehen. Öko-Kontrollstelle: DE-ÖKO-060.