



Fair & Green



März 2021

Fair liebt Bio

Bio und fair gehen eine schöne Liaison ein. Und das schon seit vielen Jahren. Denn bio und fair passen prima zusammen. Warum, zeigen wir in diesem Newsletter. Außerdem präsentieren wir unsere TOP 10 der bio-fairen El Puente Produkte. Achtung, Spoiler-Alarm! Unsere e&ps sind natürlich auch dabei. Und nicht zuletzt ein leckeres Rezept für ein Quinoa-Porridge. Viel Spaß beim Stöbern!



In dieser **Fair & Green** Ausgabe erwarten Dich spannende **Themen**:

- ▣ Fair liebt Bio
- ▣ 6 Gründe, warum Bio besser ist
- ▣ Fair & Green Cuisine: Bio-Quinoa-Porridge
- ▣ Unsere Top 10 Bio-Produkte



Fair liebt Bio: Warum eigentlich?



Das weiße Blatt auf grünem Grund prunkt auf immer mehr fairen Lebensmitteln. Es ist das Bio-Siegel der EU, das garantiert, dass Kaffee, Tee, Reis oder Quinoa nach ökologischen Kriterien kultiviert wurden. Was aber genau bedeutet Bio eigentlich für den/die Verbraucher*innen? Und für die Produzent*innen? Warum passen fair und bio eigentlich so gut zusammen? Und ist Bio wirklich immer besser?

[Zum Artikel "Fair liebt Bio"](#)



6 Gründe, warum Bio besser ist



Bio und fair gehen Hand in Hand. Ganze 80% unseres fair gehandelten Lebensmittel-Sortiments sind auch bio-zertifiziert. Aber warum passen bio und fair so gut zusammen? Ein Grundsatz des Fairen Handels lautet: Umweltschutz. Beim Bio-Anbau wird nicht nur die Natur geschont. Auch die Kleinbäuer*innen profitieren davon, dass sie nicht im täglichen Kontakt mit giftigen Pestiziden stehen. Warum bio besser ist, haben wir für Euch zusammengefasst.

6 Gründe, warum Bio besser ist

Frühstücksidee: Bio-faires Quinoa-Porridge

Quinoa schon zum Frühstück?! Na klar, das ist nicht nur gesund, sondern auch sehr lecker. Denn das Wunderkorn der Anden ist in der Küche unheimlich vielfältig. Besonders lecker schmeckt es zum Frühstück als Quinoa-Porridge mit Apfel, Zimt und Datteln.



[Zum Rezept: Quinoa-Porridge](#)

Unsere TOP 10 bio-fairen Produkte

Ist fair immer gleich bio? Nicht immer. Aber sehr oft. Von Tahini über Gewürze bis hin zu Süßigkeiten. Die bio-faire Vielfalt ist schier unendlich. Und nicht nur Lebensmittel, sondern auch Textilien können bio sein, so wie unsere hübschen Kinder-Loops aus Bio-Baumwolle.

Hier zeigen wir Euch unsere zehn beliebtesten bio-fairen Produkte.



Unser TOP 10 Bio-Fairen Produkte

Heute verabschieden wir uns mit einem Zitat von Albert Einstein:

Look deep into nature, and then you will understand everything better.

Danke für Deine Unterstützung in diesen schwierigen Zeiten!

Dein El Puente-Team



EL PUENTE GmbH | Lise-Meitner-Str. 9 | D - 31171 Nordstemmen

