PROPOL

ist eine Kombination aus Blütenpollen und Propolis. Blütenpollen zählen wie Honig zu den naturbelassenen Produkten und haben überraschende Heilungserfolge, da die Pollen viele hochwertige Baustoffe haben. Von den 22 bekannten Aminosäuren sind 20 in Pollen enthalten. Weitere Inhaltsstoffe sind Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Eingesetzt wird Propol für die Regelung der Verdauungstätigkeit: Durch die Sanierung der Darmflora werden Verstopfungen aber auch Durchfall bekämpft. Die Gehirndurchblutung und damit die Verbesserung der Merk- und Konzentrationsfähigkeit wird deutlich erhöht (Schulkinder)! Überraschende Erfolge wurden oft bei nicht erblichem Haarausfall festgestellt. Pollen verbessern außerdem die wichtige Entgiftungsfunktion der Leber. Die Cholesterinwerte werden positiv beeinflusst. Auch Prostata-Beschwerden können bekämpft werden und die Durchblutung wird gefördert.

PROPOLIS

ist wiederum ein Harz, das die Biene selbst in den Bienenstock bringt. Es ist ein hochwirksames von den Bienen gebildetes Antibiotikum mit Inhaltsstoffen wie Vitaminen, Pflanzenwirkstoffen, antibiotischen Substanzen und Spurenelementen. Eingesetzt wird Propolis bei Muskelentzündungen, Verspannungen, Frauenleiden, Durchblutungsstörungen, Akne, Rheuma, Erkältungskrankheiten, Sonnenbrand, Zahnhygiene, Pflege von Haarspitzen und auch zur Stärkung der Immunabwehr.

Kontakt: **Fam. Schrall**	**Lassach 43** **9842 Mörtschach** **Tel.: 04826 264**	**Propolis Tropfen** **Propolis Salben** **Propol**

On die Kuchl g'schaug!

Küchenchef vom Hotel Mölltalerhof in Lainach, Franz-Josef Obersteiner, verrät uns hier seine Geheimrezepte und Experten-Tipps!

Zutaten
für 4 Personen

400g Rinderfilet
3 Essiggurken
1 Zwiebel
1 EL Kapern
Ketchup
Senf
Kräutersalz
Pfeffer
Tabasco
Chivas Regal
Petersilie

Beef Tartar

Das Rinderfilet nach belieben verschieren oder hacken (wobei das Verschieren schneller geht).

Essiggurken, Zwiebeln und Kapern in feine Würfel schneiden, die frische Petersilie grob hacken.

Das Fleisch in eine Schüssel geben, Essiggurken, Kapern, Zwiebel dazugeben und mit den restlichen Zutaten, je nach Geschmack, würzen. Bei Whisky nicht zu viel verwenden ☺. Danach geht's zum Anrichten: Entweder klassisch mit Toastbrot & Butter oder ein paar gebackene Zwiebelringe würden auch gut dazu passen. Garnieren mit Kapern und Cherrytomaten. Etwas Kresse bringt noch Schwung in die ganze Geschichte.

Empfehlen dazu würde ich einen Cuvée von unserer Weinkarte und unser eigen kreiertes Chiliöl.

Viel Spaß beim Ausprobieren!

www.moelltalerhof.at

WIESER
WEINGUT | KELLEREI | BUSCHENSCHANK
Leutschach - Südsteiermark
www.wieser-weine.at

Qualität direkt vom Bauern
KÄRNTEN
Mölltal Fleisch
Metzgerei
Das Besondere aus dem Nationalpark

Weintipp

Cuvée Weingut Wieser

Bau- und Möbeltischlerei
Göritzer Naturholz
GmbH
A-9833 Rangersdorf 3
Tel.: 04823 / 259, Fax: DW-4
Mail: info@naturholz-goeritzer.at

GETRÄNKE & mehr...
KANDLHOFER

EBNERS Greißlerei

LENDORF

Neu bei Ebner´s Greisslerei:

TRES HOMBRES
liefert mit dem
Segelschiff zu uns:
fair gehandelter Rum aus der Karibik,
Fair Trade Schokolade und
Fair Trade Thunfisch.
Nähere Infos unter
www.treshombres.at

Gold für den Fischsalt und
Silber für die Fischsulze
der Familie Mitterschaider aus Malta,
bei der Alpe Adria Fischprämierung.

Jeden Donnerstag frisch
bei Ebner´s Greisslerei.

Öffnungszeiten
täglich von 5.00 – 19.00
Samstag von 6.00 – 17.00
Sonntag von 6.00 – 10.00

SPAR

SPAR-Supermarkt TAMEGGER

9814 Mühldorf • Mühldorf 270 • Tel.: 04769 33188

Wir machen uns frisch für Sie!

Wegen Umbau von Montag, 15.2. bis Mittwoch, 17.2.2016 geschlossen!

Wir danken für Ihr Vertrauen und Verständnis und freuen uns auf ein Wiedersehen am

Donnerstag, 18.2.2016 um 7:00 Uhr

Eröffnungsangebot

Nur von Donnerstag, 18.02 bis Samstag, 20.02. gültig!

Villacher Bier
1 Kiste
statt € 19,20 **nur € 12,80**

Schweinekarree mit Knochen
per kg
statt € 7,99 **nur € 3,99**

Haubenberger Krustal
500g
statt € 1,69 **nur € 1,19**

Amerika meets Mallnitz!

Aufgrund des großen Erfolges von 2015 wird auch in diesem Jahr das beste & zarteste Rindfleisch im Eggerhof serviert!

Mitten im Zentrum der Nationalparkgemeinde Mallnitz liegt der Eggerhof. Ein Betrieb mit Tradition, der bereits seit über 75 Jahren und in der 4. Generation erfolgreich gelebt & geführt wird.

Der Mallnitzer Traditionsbetrieb steht für ausgezeichnete Küche mit hochwertigen Produkten.

Steakwochen 2.0

Auch in diesem Jahr wird der Eggerhof wieder eine kulinarische Reise antreten und holt sich bei den heurigen Steakwochen ein Stück Amerika in die kärntnerische Küche.

Neben den „Klassikern" wie Beef-Tartar, Surf & Turf, Lammkrone, Hirschrückensteak oder Chateaubriand werden auch „Amerikanische Köstlichkeiten" wie US-Hufsteak, US-Rumpsteak, Rib Eye und vieles mehr serviert. Als absolutes Highlight wird es für alle besonders hungrigen Gäste das Tomahawksteak, ca. 1300 Gramm bestes Rindfleisch aus der Hochrippe geben!

Ein Besuch im Eggerhof lässt keinen kulinarischen Wunsch offen!

Steakwochen
25.02. - 13.03.2016
Um Tischreservierung wird gebeten!
Eggerhof
Fam. Supersberger 9822 Mallnitz 119 Tel.: 04784/214 www.eggerhof.mallnitz.at