



ERNAS

SORTIMENT

Körner / Grieß / Mehle

- Buchweizen geschält
- Bulgur
- Couscous
- Dinkel
- Dinkelreis
- Gerste
- Gerstengraupen
- Grieß -> Weich- und Hartweizen
- Grünkern
- Hafer
- Haferkleie
- Hirse
- Polenta
- Popcornmais
- Roggen
- Weizen
- Maisstärke
- Paniermehl -> Weizenvollkorn
- Dinkelmehl -> Typ 630, Vollkorn
- Reismehl
- Roggenmehl -> Typ 1150, Vollkorn
- Weizenmehl -> Typ 550, Vollkorn

Reis / Nudeln

- Basmatireis
- Fadensuppennudeln
- Farfalle
- Gnocchetti
- Hörnchennudeln
- Jasminreis
- Langkornreis natur
- Lasagneplatten
- Makkaroni (kurz)
- Mie-Nudeln
- Milchreis
- Muschelnudeln
- Penne -> Hartweizen, Vollkorn, Dinkel
- Reismischung
- Reisnudeln Penne
- Risoni
- Risotto-Reis
- Rote Linsen Nudeln
- Spaghetti -> Hartweizen, Vollkorn, Dinkel
- Spätzle
- Spirelli -> Hartweizen, Vollkorn, Dinkel

Müsli und Flocken

- 4-Korn-Flocken
- Amaranth-Pops
- Buchweizenflocken
- Cornflakes (ungesüßt)
- Dinkelpops (ungesüßt)
- Dattel-Crunch-Müsli
- Hafer-Crunch-Müsli -> Natur und Schoko
- Erdmandelflakes
- Früchtemüsli -> wechselndes Angebot
- HEYHO-Granolas -> Golden Chai Chai, Frühsportfreunde, Saltcity, Late Night Breakfast, Apfelstroodel, Peanut power to the people
- Haferflocken zart, kernig oder frisch geflockt
- Schokomüsli
- Schoko-Reiscrispies



ERNAS SORTIMENT

Hülsenfrüchte / Ölsaaten

- Erbsen, grün
- Flohsamen
- Hanfsaat ungeschält
- Kichererbsen
- Kidneybohnen
- Kürbiskerne
- Leinsamen
- Linsen -> Teller-, Berg- und rote Linsen
- Lupine
- Pinienkerne
- Quinoa weiß
- Sesam -> schwarz und weiß
- Sojaschnitzel/-granulat -> grob und fein
- Sonnenblumenhack
- Sonnenblumenkerne
- weiße Bohnen

Backzutaten / Süßungsmittel

- regional: Honig aus 15345 Eggersdorf -> Linde, Robine (auch mit Wabe), Raps, Sommer- und Frühtracht
- Agar Agar
- Agavendicksaft
- Backpulver (Reinweinstein)
- Bittermandeln
- Dattelsucker
- Gelatine gemahlen
- Hagelzucker
- Haselnüsse -> ganz (geröstet und ungeröstet), gehackt
- Kakao 20-22%
- Kakaonibs
- Kokosraspel und -smileys
- Kuvertüre -> Weiß, Vollmilch, Zartbitter
- Lebensmittelfarben
- Maisstärke
- Mandeln -> gehackt, gehobelt, gestiftelt, gemahlen, ganz, blanchiert, mit Haut
- Marzipanrohmasse vegan
- Mohn
- Natron
- Nussnougat
- Orangeat und Zitronat
- Puderzucker
- Rohrohrzucker -> dunkel (demerara) und hell
- Rohschokolade
- Rübenzucker
- Schokotropfen zartbitter, backfest
- Streusel -> Schoko und bunt
- Tortenguss -> klar und rot
- Trockenhefe
- Vanillezucker mit Bourbonvanille
- Xylit
- Zitronenpulver - reine Frucht
- Zitronensaft -> Pfandflasche
- Zitronensäure
- Zuckerrübensirup

Trockenfrüchte

- Ananasachtel
- Äpfel -> Chips, Würfel
- Aprikosen
- Aroniabeeren
- Babybananen
- Bananen-Chips (gesüßt)
- Berberitzen
- Datteln Deglet Nour o. Stein
- Feigen
- Gefriergetrocknete Früchte -> Bananen, Himbeeren, Erdbeeren, Wildheidelbeeren, Ananas, auch gemischt als Obstsalat
- Mango



ERNAS SORTIMENT

- Maulbeeren hell
- Paprikastreifen
- Pflaumen
- Physalis
- Rosinen/Sultaninen
- Sauerkirschen
- Tomatenhälften
- Bananen-Chips mit Curry

Speiseöle / Essig

- Apfelessig
- Balsamessige -> Aceto Balsamico, Condimento Bianco, Himbeer, Kräuter
- Bratöl -> Sonnenblume
- Essig 10% Säure
- Hanfsamenöl
- Haselnussöl geröstet
- regional: Kürbiskernöl vom Syringhof, 14547 Beelitz
- Leindotteröl
- regional: Leinöl der Ölmühle Sunt, 15345 Prötzel
- Olivenöl von Bauern-Kooperativen aus La Alpujarra, Spanien
- Rapsöl -> nativ und mit Buttergeschmack
- Rotweinessig
- Schwarzkümmelöl
- Sesamöl
- Sojasoße, mild
- Walnussöl, geröstet

Aufstriche / Feinkost / Sonstiges

- regional: Verdulade (Feinkost-Gemüseaufstriche), produziert in Berlin
- regional: Honig aus 15345 Eggersdorf -> Linde, Robine (auch mit Wabe), Raps, Sommer- und Frühtracht
- Apfelmark -> Pfandglas
- Fairchoc Cashew-Vanille-Crème -> Pfandglas
- Fruchtaufstriche Sauerkirsche, Erdbeere, Johannisbeere -> Pfandglas
- Nuss-Nougat-Crème -> Pfandglas
- Schoko-Dattel-Creme -> Pfandglas
- Süße Aufstriche Kokos-Tonka, Salted Caramel, Brownies
- Fruchtpürees Himbeere, Heidelbeere, Mango -> Pfandglas
- Zuckerrübensirup
- Erbsen, fein
- Feinkostsalate -> wechselndes Angebot: bspw. Kein-Ei-Salat, Heringssalat, Kein-Fleischsalat -> Pfandglas
- Gemüseaufstriche
- Gurken, eingelegt
- Ketchup -> Pfandflasche
- Kichererbsen -> Pfandglas
- Kokosmilch -> Pfandglas
- Kidneybohnen -> Pfandglas
- Mandel-, Zwiebelschmelz - vegan
- Mayonnaise (vegan) -> Pfandglas
- Nussbolognese -> Pfandglas
- Oliven schwarz, grün -> lose oder im Pfandglas
- Pasta-Topping -> Pfandglas
- Pesto -> grün und rot
- Rote Bete in Scheiben
- Sauerkraut frisch (lose) und im Glas
- Senf mittelscharf -> Pfandglas
- Sojasoße mild
- Tahin -> Pfandglas
- Tomaten passiert -> Pfandglas
- Tomaten stückig -> Pfandglas
- Tomatenmark -> Pfandglas
- Tomatensauce Classico -> Pfandglas
- Vegane Aufstrich-Alternativen -> wechselndes Angebot: bspw. "Wie Hering", "Wie Leberwurst"
- Zuckermais -> Pfandglas



ERNAS SORTIMENT

Tee / Kakao / Kaffee

- regional: Kaffeeröstungen von Frollein Bohne, 15366 Hoppegarten
- Lupinenkaffee
- Kakao 20-22%
- Kakao Nibs
- elimba Kakaokugeln
- Brennnesseltee
- Darjeeling
- Earl Grey
- Fenchel ganz
- Früchtetee
- Griechischer Bergtee
- Grüner Tee
- Hagebuttenschalen
- Hibiskusblüten
- Jasmin-Tee
- Kamillenblüten
- Kräuterteemischungen -> Guten-Morgen, Guten-Abend, Frühlingswiese
- Lavendelblüten
- Matetee
- Ostfriesentee (Assam Broken)
- Pfefferminze
- Ringelblumenblüten
- Rooibostee
- Rosenblüten
- Salbeiblätter

Nüsse / Studifutter / Snacks

- Pane Picco Sesam & Schwarzkümmel
- Bananen-Chips mit Curry
- Cashew -> natur und gewürzt
- Dinkel-Salzbrezeln
- Erdnüsse natur
- Erdnüsse im Paprika-Teigmantel
- Haselnüsse -> geröstet und ungeröstet
- Kichererbsen crunchy
- Macadamia
- Mandeln gewürzt -> mit Haut gesalzen, mit Tomate und Kräutern, frittiert, Rauchmandeln
- Mandeln -> blanchiert, mit Haut
- Nussmix -> natur und gewürzt
- Paranüsse
- Pekannüsse
- Pistazien -> mit und ohne Schale
- Pistazien gewürzt -> gesalzen und geröstet mit Schale
- Studifutter -> Balint's Dream oder selbst gemischt
- Walnüsse

Kräuter / Würzmittel / Gewürze

- Anis, ganz und gemahlen
- Basilikum
- Bohnenkraut
- Cayenne-Pfeffer (Chili)
- Chiliflocken -> Pfandglas
- Dill
- Estragon
- Fenchel, ganz
- Gemüsebrühe hefefrei
- Gewürzmischungen -> Goldene Milch, Curry, Garam Masala, Harissa, Chai Tea, Lebkuchengewürz, Fischgewürz
- Hefeflocken
- Ingwer, gemahlen
- Kardamom, Kapseln und gemahlen
- Kerbel
- Ketchup -> Pfandflasche
- Knoblauch in Stückchen



ERNAS SORTIMENT

- Koriander, ganz und gemahlen
- Kräutermischungen -> Green Umami, BBQ Veggie California, Kräuter der Provence, Italienische Kräuter, Soul Salad
- Kreuzkümmel, ganz und gemahlen
- Kümmel, ganz
- Kurkuma
- Liebstöckel
- Lorbeerblätter
- Majoran
- Mayonnaise (vegan) -> Pfandglas
- Meerrettich
- Muskatnuss, ganz
- Nelken, ganz
- Oregano
- Paprika -> scharf, edelsüß, geräuchert
- Paprikastreifen, getrocknet
- Petersilie
- Pfeffer, ganz -> grün, weiß, schwarz, bunt
- Pfeffer-/Salz-Gewürzmühle mit Inhalt
- Piment, ganz
- Rauchsatz
- Rosmarin
- Röstzwiebeln
- Salbei
- Salz -> Steinsalz fein, Meersalz grob
- Schnittlauchröllchen
- Schwarzkümmel, ganz
- Senf mittelscharf -> Pfandglas
- Senfkörner
- Sojasoße mild
- Steinpilze, getrocknet
- Sternanis, ganz
- Tahin -> Pfandglas
- Thymian
- Tomatenälften, getrocknet
- Tomtenmark -> Pfandglas
- Tonkabohne, ganz
- Wacholderbeeren
- Zimt, Stangen und gemahlen (Ceylon)
- Zitronenpulver - reine Frucht

Molkereiprodukte / Eier / Ersatzprodukte

- regional: Butter vom Luisenhof, 16727 Velten
- regional: Eier aus dem Mobilstall der Bergschäferei, 15345 Garzau-Garzin
- regional: Joghurt und Milch ca. 4 % Fett von der Milchquelle, 15518 Steinhöfel
- regional: Quark 20 % Fett aus der Lobetaler Molkerei, 16359 Biesenthal
- regional: Grillkäse Halloumi-Art von der Milchquelle, 15518 Steinhöfel
- Feta in Salzlake
- Frischkäse
- Haferdrinkpulver zum frischen Anrühren von Haferdrinks
- Käse -> wechselndes Angebot, überwiegend regional
- Margarine (palmölfrei)
- Räuchertofu
- Saure Sahne/Schlagsahne -> Pfandglas

Schokolade / Kekse / Süßigkeiten

- (Bruch-)schokoladen, wechselndes Angebot
- Schokolinsen
- Schoko-Minz-Linsen
- Fruchtgummi -> Bären, Früchte, Weingummi, Joghurtfrüchte, Colaflaschen, saure Würmer und Fritten
- Lakritzschnecken, -stangen, -twister
- Ingwerbonbons
- Kaugummis -> Minze und Beere
- Nuss-Fruktmischung mit Schokolade
- Pfefferminzdrops
- Pralinen, wechselndes Angebot
- Rohschokolade 100%
- ERNAS Haferkekse (hausgebacken)
- Dinkel Cantuccini
- Mini-mini-Butterkekse



ERNAS SORTIMENT

- Rübli Kekse
- glutenfreie Kekse -> Salty Chocolate, Lemon Biscuit
- Spekulatius
- Zwieback
- Schoko-Erdnüsse bunt dragiert
- Schoko-Nuss-Frucht-Mischung
- schokolierte Haselnüsse
- schokolierte Mandeln -> mit weißer Schokolade & Zimt, Zartbitterschokolade, Schokolade & Kakao und Salz, weißer Schokolade und Joghurt
- Schokolierte Rosinen
- Saisonales Angebot -> Marzipankugeln, Dominosteine, Lebkuchen, Schokohasen/-weihnachtsmänner

Obst und Gemüse

Hier bieten wir ausschließlich saisonale Produkte aus deutschen Anbaugebieten an – und das so regional wie möglich. Immer da: Kartoffeln, Zwiebeln, Äpfel, Möhren.

In den Wintermonaten beteiligen wir uns zwei- bis dreimal an einer Direktlieferung frisch geernteter Südfrüchte von Bauern-Kooperativen aus La Alpujarra in Spanien. Da wir hierfür mit Vorbestellungen arbeiten, sprechen Sie uns bitte gern an.

Säfte / Softdrinks / Sirup / Spirituosen

- regional: Säfte der Kelterei der Bergschäferei, 15345 Garzau-Garzin
- Frucht- und Gemüsesäfte von Voelkel -> Pfandflasche
- regional: Rot- und Weißweine aus der Pfalz vom Weinhaus Siering, 15344 Strausberg
- Gin -> Pfandflasche
- Vodka -> Pfandflasche
- alkoholfreie Alternativen: Weißwein, Rotwein, Sekt, Gin
- Limonade -> Pfandflasche
- Sirup -> Himbeere, Holunder, Rhabarber
- saisonales Angebot -> bspw. Glühwein, Fruchtpunsch (alkoholfrei) Eierlikör, Ingwer-Shot

Naturkosmetik / Körperpflege und -zubehör

- Ätherische Öle
- Augenserum
- Luffa-Seifenablage, Luffa-Schwamm und Luffa-Handschuh
- Schwangerschaftsöl
- Baby-Pflegebalm
- Baby-Pflegebad
- Badebürste
- Badekugeln DIY Set
- After-Shave-Balsam -> Pfand
- Bartpflege -> Öl und Wachs
- Shea Body Butter
- Body Lotion -> Coconut, Green Tea
- Bienenwachspastillen
- Deo Sticks, -Cremes und -Balsam
- Deoroller-Leergefäß 50ml
- Festes Duschgel
- Duschgel/Shampoo flüssig
- Gesichtscreme
- Gesichtereinigung und -peeling
- Gesichtsserum
- Haarbürsten und Käämme
- Haar-Pflegeöl
- Feste Haarkur
- Handcreme -> Olive, Mandel
- Hand-Balsam-> Calendula
- Handseife flüssig -> Rosmarin, Lavendel, Sensitiv



ERNAS SORTIMENT

- Frauenwohl-Sprays -> Hitzewallung, Zyklus Balance
- Insektenstich-Tupfer
- Jojobaöl
- Kissensprays -> Atme-Wohl, Schlaf-Wohl
- Klingenschutz (für Rasierhobel) aus Kork
- Kondome - ultrathin
- Körperöl Morgenfrische
- Kosmetikpads aus Baumwolle -> einzeln oder im 10er Pack
- Aloe-Vera-Gel "Kühles Köpfchen"
- Lippenbalsam
- Mandelöl
- Massage-Gel Green Tea
- Massagebürste
- Menstruationstassen aus medizinischem Silikon oder Naturkautschuk
- Nagelbürsten -> groß und klein
- Kräutermagie-Dose für Gesichtereinigungspuder
- Kräutermagie-Dose für festes Shampoo/Duschgel
- Rasierhobel -> Bambus- oder Edelstahl (Chrom, Roségold, Petrol, Green, Red, Metalgun)
- Rasierhobelständer
- Rasierklingen 5er Set
- Rasierpinsel
- Rasierseife
- Rasierseifenschale
- Schaumbad
- Seifen -> wechselndes Angebot: bspw. All-in-One, Pinie, Lemongrass, Blütenseifen (Lavendel, Verbene, Calendula, Rose)
- Seifenablage aus Olivenholz
- Seifendose -> mit und ohne Abtropfeinlage
- Seifensäckchen aus Sisal
- Festes Shampoo
- Sonnenschutz-Sticks
- Stoff-Slipeinlagen und -binden -> Baumwolle, verschiedene Größen und Designs
- Taschentücher aus Bambusfaser
- Das vielleicht schönste Toilettenpapier der Stadt -> 300 Blatt, Recyclingpapier
- Wattestäbchen -> aus Bambus oder wiederverwendbar aus Silikon
- Weizenkeimöl
- Zahnbürste-Aufsätze aus Bambus
- Interdental-Zahnbürsten
- Zahnbürsten aus Bambus
- Zahnbürsten-Etui aus Bambus
- Zahnputz-Pulver und -tabs
- Zahnseide -> im Flakon und Nachfüll-Set

Wasch- / Putz- / Reinigungsartikel

- Bleiche auf Sauerstoffbasis
- Enthärter
- Essig 10% Säure
- Gallseife, fest
- Geschirrspüler-Tabs
- Geschirrspülmittel -> flüssig, fest (im Weckglas®) und als Pulver zum Anrühren
- Kernseife
- Klarspüler
- Natron
- Putzstein im Weckglas®
- Regeneriersalz (Spülersalz)
- Reinigertabs zum Auflösen -> Küche, Bad, Glas, Allzweck. Auch als Set mit Sprühflasche
- Reiniger flüssig -> WC, Allzweck, Orangenkraft
- Scheuerpulver und -milch
- Soda - technische Qualität
- Waschmittel -> Pulver, flüssig (Lavendel, Color, Sensitiv, Wolle, Feines)
- Zitronensäure
- Dosierkugel für Waschmittel
- Eco Waschkugel -> pulverfrei waschen
- Flaschen-, Gläser- und Strohhalmbürsten
- Gärtnerbürsten
- Gemüsebürsten
- Spülbürsten und Ersatzköpfe
- Topfbürsten
- Spülschwämme und -lappen



ERNAS SORTIMENT

- Küchenrolle wiederverwendbar (Bambusfaser)
- Reinigungspierlen aus Edelstahl
- Trocknerbälle aus reiner Schurwolle

Haushaltswaren

- Armband Erden-Projekt
- Ausgießer für Öl- und Essigflasche
- Dauerbackmatten
- Dauerfilter aus Baumwolle und Edelstahl
- DIY-Bienenwachskerzen-Set
- Duftstein für ätherische Öle aus Keramik
- Edelstahl-Brot Dosen
- Edelstahltrichter
- ERNAS Trinkflaschen aus Glas 600ml
- Flaschen- und Gläserbürsten
- Gärtnerbürsten
- Gemüsebürsten
- Spülbürste und Ersatzköpfe
- Topfbürsten
- Strohhalmbürsten
- Gewürzdosen mit Streueinsatz
- Grillkohle und Anzündwolle
- Kaffee-Lot und Löffel-Maße
- Kaffeedose von Frollein Bohne
- Klick-Klack-Dose
- Komposttüten 10er Pack
- Wiederverwendbare Küchenrolle aus Bambusfaser
- Magnet-Seifenhalter mit Saugnapf
- Reinigungspierlen aus Edelstahl
- Repair-Wachs für Wachstücher
- Seifenblasen – Lass sie dir bei den ERNAS nachfüllen
- Spüllappen und -schwämme
- Streichhölzer
- Streudeckel-Aufsatz für Gewürze -> passend auf kleine Joghurtpfandgläser
- Strohhalme aus Bambus und Glas
- Teelicht-Gläser
- Teelichter aus Bienenwachs
- Thermobecher mit Edelstahl-Siebeinsatz
- Trinkflaschen aus Edelstahl -> Größen: 350ml, 600ml, 750ml, 800ml, 1200ml, 2000ml, verschiedene Deckel zur Auswahl
- Wachstücher und -beutel -> vegan oder mit Bienenwachs.
- saisonales Angebot: Saatgut, Jutebeutel, Filztasche für Flaschen, Bambuskörbchen rund und oval, Holzwolle

DIY-Sets und Zubehör

- Badekugeln DIY Set
- Bienenwachspastillen
- Deoroller-Leergefäß, 50ml
- DIY-Bienenwachskerzen-Set
- Essig 10% Säure
- grobes Meersalz
- Lavendelblüten
- Natron
- Ringelblumenblüten
- Rosenblüten
- Soda – technische Qualität
- Zitronensäure

Bücher und Schreibwaren

- Bunte Knete
- Bastelleim
- Malkasten
- Hausaufgabenheft Möhrchen
- Schulhefte A4 -> Lineaturen: 1, 7, 20, 27, 28
- Heftumschläge A4 aus Papier
- Notizhefte aus Bambus -> A4, A5
- Kindertattoos -> diverse Dekore, je 3 Bögen



ERNAS SORTIMENT

- Zaubermler inkl. 1 Farbwechsler
- Kirschkernkissen Lamm
- regional produziert in 15344 Strausberg:
Mentling Magazin
- Easy Unverpackt – Das Handbuch
- Smarticular-Bücher -> Selber machen statt kaufen – Küche, Haut & Haar, Geschenke, Das Essig-Handbuch, Das Natronhandbuch, Fünf Hausmittel ersetzen eine Drogerie
- Spiele aus Bambus-> Mancala, Wackelturm, 4-Gewinnt

Gläser und Flaschen

In unserem Sortiment finden Sie eine Auswahl an Bügelflaschen und -gläsern. Dazu gesellen sich Vorratsgläser in unterschiedlichen Größen mit unterschiedlichen Deckeln – auch von der Firma Weck® Deckel für Weck®- und Schraubgläser, sowie Metallklammern und Gummiringe sind auch einzeln erhältlich.

Café und Bistro

Montags, dienstags und donnerstags bieten wir ein frisch zubereitetes Tagesgericht an. Im Topf landet querbeet sämtliches Gemüse, das aktuell Saison hat und aus deutschem Anbau stammt. Alle weiteren Zutaten sind ausschließlich aus unserem Sortiment. Unser Tagesgericht kann auch mitgenommen werden. Bitte bringen Sie hierfür ein passendes Gefäß mit. Alternativ füllen wir es auch für Sie in ein Pfandgefäß.

Öffnungszeiten

Montag:	10 – 13 und 14 – 18 Uhr
Dienstag:	10 – 13 und 14 – 18 Uhr
Mittwoch:	Ruhetag
Donnerstag:	10 – 13 und 14 – 18 Uhr
Freitag:	10 – 13 und 14 – 18 Uhr
Samstag:	9 bis 13 Uhr

Taschen und Beutel

Neben Nussmilch-, Obst- und Gemüsebeuteln haben wir natürlich auch Einkaufs- und Zuziehbeutel von den ERNAS im Sortiment.

Für unsere Kaffeespezialitäten verwenden wir ausschließlich die Espressobohnen „Bohnito“ sowie die entkoffinierte „Bohne Ohne“ von Frollein Bohne, der regionalen Rösterei aus Hoppegarten.

Gönnen Sie sich einen Moment der Ruhe und nehmen mit einer guten Tasse Kaffee in ERNAS Wohnzimmer Platz. Wir freuen uns auf Sie.

Impressum

ERNAS Unverpackt-Laden
Georg-Kurtze-Straße 2
15344 Strausberg
<https://ernas-laden.de>
halloi@ernas-laden.de
Tel.: 03341 4688455

Stand: November 2023