

## Demeter-mærkede fødevarer

Listen er hentet fra [www.biodynamisk.dk](http://www.biodynamisk.dk), Foreningen for Biodynamisk Jordbrug



Nedenfor finder du en oversigt over samtlige biodynamiske Demeter-produkter, der kan købes i Danmark. Med den i hånden kan du se det store udvalg og spørge efter varerne i helsekostforretninger og hos torvehandlere, for det er netop i specialbutikkerne, du finder de biodynamiske produkter. Der møder du også et personale, der har viden og kvalitetsforståelse til at kunne give en grundig vejledning.

En række helsekostforretninger er autoriserede Demeter-forhandlere. De har ekstra fokus på Demeter-produkter. Se hvilke i forhandlerlisten ([www.biodynamisk.dk](http://www.biodynamisk.dk)) Men i alle helsekostforretninger kan du få eller bestille de Demeter-varer, du kan se i denne liste.



- Frugt og grønt
- Korn, mel og kornprodukter
- Morgenmads-produkter
- Marmelade
- Brød mm. - og blandinger til brød
- Ost og mælkeprodukter
- Børnemad
- Pasta
- Bælgfrugter
- Hurtigretter og tilbehør
- Dybfrost: grøntsager, bær, færdigretter
- Olier
- Krydderier (tørrede)
- Sukker, salt og eddike
- Tørret frugt, nødder, kerner og frø
- Kiks og kager
- Frugt- og grøntsagssaft
- Teer
- Kaffe, kornkaffe og cacao
- Andre drikkevarer
- Alkoholiske drikke
- Ikke-fødevarer
- Producenter og grossister

For nogle af produktgrupperne kan udbudet være afhængig af sæsonudsving. Listen opdateres løbende.

### Frugt og grønt

afhængig af sæson fås:

- agurk
- appelsin
- aubergine
- banan
- bladselleri
- bønner
- courgette (squash)
- fennikel
- gulerødder
- hokkaido (græskar)
- jordskokker
- kartofler
- kål:
  - blomkål
  - broccoli
  - glaskål
  - hvidkål
  - rødkål
- løg
- melon
- pastinak
- pærer
- rødbeder
- salat (flere typer)
- selleri
- sølvbeder
- tomat
- æbler
- ...med mere

### Korn, mel og kornprodukter

se også under brød, pasta, hurtigretter, morgenmadsprodukter og børnemad

- hvede:
  - bulgur
  - couscous
  - grahambrød
  - grahamsmel
  - groft hvedemel
- hel hvede
- hvedeflager
- hvedekliid
- knækket hvede
- mannagryn
- sigtet hvedemel
- tvebakker (sødet, usødet)
- durumhvede
- semolina-formalet
- spelt:
  - fuldkornsspeltmel
  - grønspekt (grünkern)
  - langtidsristet spelt/ Kornfix
  - sigtet speltmel
  - speltbulgur
  - speltgrissini
- rug:
  - knækbrød (med og uden sesam)
  - knækket rug
  - rugbrød
  - rugflager
  - rugmel
  - rugsigtemel
- havre:
  - havregryn (fine og grove)
  - havremel
  - hel havre
  - knækket havre
- byg:
  - bygflager
  - bygmel
  - hel byg
  - knækket byg
  - langtidsristet byg/ Kornfix
- blandet korn:
  - kruska (knækket hvede, rug, havre og byg)
  - langtidsristet korn/ Kornfix:
    - trekorn og firkorn
    - sigtemel (1/2 hvede, 1/2 rug)
- langtidsristet korn:
  - byg
  - firkorn
  - havre
  - hvede

- rug
- trekorn
- spelt
- melblandinger til brød:
  - ciabattabrød
  - pizzamix
  - speltbrød
- ris:
  - basmatiris
  - grødris
  - naturris (halvlange)
  - risflager
  - risemel
- hirse:
  - hel hirse
  - hirseflager
- majs:
  - majs mel
  - polenta
  - popcornmajs
- boghvede:
  - hel boghvede
  - boghvedeflager

### Morgenmadsprodukter

- cornflakes
- havregryn:
  - fine, grove
- myslis:
  - firkornsmysli
  - Fruktmysli
  - Gigantmysli
  - Grundmysli
  - havremysli
  - Lättrostad Originalmysli
- poppet spelt

---

## Marmelade

- jordbær
- jordbær med rabarber
- hindbær
- skovbær

---

## Brød mm. - og blandinger til brød

- firkornsbrød m/u krydderier
- grahamsbrød
- grissini-stænger af spelt med ost med sesam
- knækbrød: store runde "almindelige" med og uden sesam
- pumpernikkel
- rugbrød
- tvebakker, sødet og usødet
- melblandinger til brød: ciabattabrød speltpizza speltbrød

---

## Ost og mælkeprodukter

- Emmenthaler
- Goudan
- Kefir
- Røde Kristian
- Hodde Kristian
- Gule Kristian
- Mozarella
- Monte Gruyere
- Skummetmælksyoghurt
- Sødmælksyoghurt
- Tykmælk
- Gårdmælk Original med naturligt fedtindhold
- Gårdmælk Minimælk 0,5%
- CaféMælk 1,5%

---

## Børnemad

- grød/vælling: byg havre hirse majs ris rug spelt trekorns firkorns fuldkorns
- byg brødbørnemad (fytinnetbrudt)
- børnemad på glas: blandet grøntsagsmos blomkål m/ kartofler grøntsager m/ ris og kalkun æble-fersken med tvebak grøntsagsmos m/ hirse gulerodsmos

- gulerodsmos m/ kartofler
- gulerodsmos m/ æble
- mysli m/ yoghurt
- æble-bananmos
- æblemos m/ ris
- æble-pæremos m/ havregryn
- mandelmos, hvid
- speltkiks til børn

---

## Pasta

- af durumhvede: fuldkornsskruer spaghetti nudler
- af spelt: speltspaghetti speltskruer speltbogstaver
- bondenudler med æg
- båndnudler
- penne

---

## Bælgfrugter

- kikærter
- linser (De Puy)

---

## Hurtigretter og tilbehør

- burgermix: spelt grønspekt »vegetar«
- flåede tomater
- grøntsager på glas: majs rødbede rødkål syltede agurker ærter cornichons drueagurker
- mayonnaise
- mælkesyregerede grøntsager: surkål rødbeder
- pastasauce: m/aubergine m/svampe m/basilikum m/ansjoser
- peberrodssennep
- plantemargarine
- tomatketchup
- remoulade
- delikatessesennep

---

## Dybfrost: grøntsager, bær og færdigretter

- grøntsager: dinerbønner majskeer spinat, hele blade sommerblanding suppegrønt ærter

- grønkål, portioner champignon
- bær: blåbær bærmix hindbær Tropical mix kirsebær, sure
- færdigretter: pomes frites pizza

---

## Olier

- hørfrøolie
- olivenolie
- rapsolie
- salatolie (blanding af raps-, solsikke- og hørfrøolie)
- sesamolie
- solsikkeolie
- tidselolie

---

## Krydderier (tørrede)

- anis
- basilikum
- dildspidser
- estragon
- hvidlødspulver
- merian
- nigellafrø (sort kommen)
- salvie

---

## Sukker, salt og eddike

- dadelsirup
- sukkerroesirup
- rørsukker
- maltekstrakt byg byg-ris byg-majs
- æbleeddike
- urtesalt med demeterkrydderier

---

## Tørret frugt, nødder og kerner

- abrikoser
- dadler
- figner
- græskarkerner
- græskarkerner
- lysehørfrø
- hasselnødder
- hørfrø
- mango
- rosiner: lyse, mørke
- sesamfrø
- valnødder
- hasselnøddemos

---

## Kiks og kager

- spelt-mandel biscotti
- speltkiks til børn

---

## Frugt- og grøntsagssaft

*rene pressesaft – ikke fremstillet af koncentrat*

- abrikossaft
- appelsinsaft
- appelsin-ananas-acerolasaft
- blandede frugt-/ frugt & grøntsagssaft:
  - Go'morgen
  - Multi natur
  - MultiPur
  - Multidrik
  - 7-dværge
  - Vital ACE
  - Vintertoddy
  - Seniordrik
  - Mango-multi
  - Skovbær coctail
- blodappelsinsaft
- citronsaft
- druesaft:
  - hvid
  - rød
- exotic pur
- grapefrugtsaft
- gulerodssaft
  - gulerodssaft
  - gulerodssaft af Rodelika
- mælkesyregærede safter:
  - blandet grøntsagssaft
  - gulerodssaft
  - rødbedesaft
  - surkålssaft
- pæresaft
- rødbedesaft
- sandtorn-gulerodssaft
- skovbær cocktail
- tomatssaft
- æblesaft
- æble-abrikos-ferskensaft
- æble-ananas-acerolasaft
- æble-mangosaft
- ABC VitalPur
- børnesaft

---

## Teer

- brændenælde
- darjeeling te
- fennikel
- hyldeblomst
- earl grey te
- grøn te med ingefær
- grøn te med ingefær
- hibiscus-hyben te
- citron-ingefær te
- grøn te
- kamille
- lakridsrod
- lindeblomst
- pebermynte
- teblandinger:
  - Vinterte
  - Basete

- æble-hibiscus te

---

## Kaffe og kornkaffe

- blandet korn & kaffe
- cacao
- kaffe, formalet
- kornkaffe
- maltkaffe
  - instant
- speltkaffe
  - instant
- hele bønner

---

## Andre drikkevarer

- korndrik
  - mælkesyregæret korndrik
  - risdrik
  - sojadrik
- cider uden alkohol

---

## Alkoholiske drikke

- cider, ca. 3 % alkohol (tør, halvtør og sød)
- champagne
  - hvid
  - rosé
- rødvin
- hvidvin
- øl (pilsnertype)

---

## Ikke-fødevarer

- tulipaner
- æteriske olier:
  - citronolie
  - lavendelolie
  - orangeolie
- undertøj og sokker i uld og uld/silke

---

## Kilde

Listen er sammensat af oplysninger fra følgende producenter og grossister:

- Bageriet Aurion, 9800 Hjørring, tlf. 98 96 34 44 [www.aurion.dk](http://www.aurion.dk)
- Biorgan, 8520 Lystrup, tlf. 86 74 07 71 [www.biorgan.dk](http://www.biorgan.dk)
- Dansk Helios, 7000 Fredericia, tlf. 75 95 42 02 [www.helios.dk](http://www.helios.dk)
- Jogros Dybfrost, 6760 Ribe, tlf 75 42 18 33, [www.jogros.dk](http://www.jogros.dk)
- Mejeriet Naturmælk, tlf. 74 64 28 01, [www.naturmaelk.dk](http://www.naturmaelk.dk)
- Naturkost Odense, 5000 Odense C, tlf. 66 13 70 13 [www.naturkost-odense.dk](http://www.naturkost-odense.dk)
- Rømer Produkt, 8600 Silkeborg, tlf. 86 80 37 67
- Rønnely, 4520 Svinninge, tlf. 59 26 56 58
- Solhjulet 8850 Bjerringbro, tlf. 86 68 64 44 [www.solhjulet.dk](http://www.solhjulet.dk)