

**Getreide & Ähnliches**

Buchweizen  
 Bulgur  
 Couscous (Dinkel)  
 Dinkel  
 Goldhirse  
 Grünkern  
 Hafer  
 Minuten-Polenta  
 Hafer  
 Quinoa  
 Quinoa Tricolore  
 Roggen  
 Sesam  
 Weizen

**Pasta/Hülsenfrüchte-Pasta**

Dinkel Bandnudeln  
 Dinkel Hörnle  
 Dinkel Rigatoni  
 Dinkel Spiralen  
 Dinkel Vollkorn Hörnle  
 Dinkel Vollkorn Rigatoni  
 Dinkel Vollkorn Spiralen  
 Fettuccine (Weizen)  
 Gnocchetti Weizen  
 Lasagneplatten Weizen  
 Maccheroni aus Mais (glutenfrei)  
 Rote-Linsen-Nudeln (glutenfrei)  
 Vollkorn Penne (Weizen)  
 Vollkorn Spaghetti (Weizen)  
 Vollkorn Spiralen (Weizen)  
 Weizen Penne  
 Weizen Spaghetti

+ wechselnde Sorten  
 handgemachter Nudeln mit  
 Gemüse

**Reis/Hülsenfrüchte**

Basmatireis Vollkorn  
 Basmatireis weiß  
 Beluga-Linsen  
 Erbsen grün  
 Jasminreis weiß  
 Kichererbsen  
 Kidneybohnen  
 Langkornreis Parboiled  
 Linsenbratlingling-Fix in drei  
 Sorten

**Reis/Hülsenfrüchte**

Linsen braun/grün  
 Linsen rot  
 Milchreis  
 Reismischung  
 Risotto-Reis  
 Sojaschnitzel fein  
 Sojaschnitzel grob  
 Weiße Bohnen

**Flocken/Müsli + Zutaten**

Amaranth gepoppt  
 Cornflakes zuckerfrei (auch in  
 Vollkorn)  
 Crunchy Beerentraum  
 Crunchy Dinkel  
 Crunchy Hafer  
 Crunchy Hafer Schoko  
 Dinkel gepoppt  
 Haferflocken Glutenfrei  
 Haferflocken Großblatt  
 Haferflocken Kleinblatt  
 Haferkleie  
 Hanfsamen  
 HEYHO Granola's (sechs Sorten)  
 Kokosraspeln  
 Mini-Butterkekse  
 Müsli Basis/Bircher/Früchte/Low  
 Carb/Schoko  
 Quinoa geflockt  
 Reiscrispis Schoko  
 Vierkornflocken

**Nüsse/Kerne**

Cashewkerne  
 Cashewkern Bruch  
 Chiasamen  
 Erdnüsse blanchiert  
 Erdnüsse geröstet gesalzen  
 Hanfsamen geschält  
 Haselnüsse  
 Kürbiskerne  
 Leinsamen braun  
 Macadamia  
 Mandeln blanchiert  
 Mandeln natur  
 Mandeln salzig  
 Paranüsse

**Nüsse/Kerne**

Pinienkerne  
 Pistazien  
 Sonnenblumenkerne  
 Studentenfutter  
 verschiedene Cashewkerne  
 geröstet  
 Walnussbruch  
 Walnusshälften

**Trockenfrüchte**

Ananas  
 Apfelringe  
 Aprikosen  
 Bananenchips Honig/Salzig  
 Cranberries getrocknet mit  
 Apfelsaft  
 Datteln ganz  
 Feigen  
 Himbeeren  
 Mangostreifen  
 Pflaumen  
 Sultaninen  
 Sultaninen in  
 Zartbitterschokolade  
 Tomaten

+wechselnde gefriergetrocknete  
 Früchte im Pfandglas

**Kaffee (Wir mahlen für euch!)**

Café Vela (Klimaneutral)  
 El Rojito Espresso  
 El Rojito Kaffee mild  
 Preguntando Espresso  
 Utamtsi Espresso  
 WIKIJUNG Utamtsi Kaffee

**Backen/Kochen**

Agar Agar  
 Backferment  
 Backhefe  
 Backpulver  
 Buchweizenmehl (glutenfrei)  
 Dinkelmehl Typ630  
 Dinkelmehl Typ1050  
 Dinkelvollkorn Grieß  
 Dinkel-Vollkorn-Mehl  
 Gemüsebrühe ohne Hefe  
 Gries  
 Hefeflocken

**Backen/Kochen**

Johannisbrotkernmehl  
 Kakao Nips  
 Kakao pur 20-22%  
 Kokosblütenzucker  
 Maisstärke  
 Paniermehl Vollkorn  
 Puddingpulver Schoko  
 Puddingpulver Vanille  
 Puderzucker  
 Roggenvollkornmehl  
 Rohrohrzucker hell  
 Schokodrops Edeltbitter  
 Schokodrops Weiß  
 Schokostreusel  
 Trinkschokolade 33%  
 Vanillezucker  
 Weizenmehl T405  
 Weizenvollkornmehl  
 Xylit (aus Bio-Mais)

**Tee (Ökotopia)**

Abendstern  
 Anis-Fenchel-Kümmel  
 Assam Strong Leaves  
 Basische Kräutermischung  
 Bergtee (griechisch)  
 Brennnessel  
 China Jasmin  
 Darjeeling Grün  
 Darjeeling Second Flush  
 Earl Grey  
 Früchtetee  
 Grüntee Ingwer Zitrone  
 Kamille  
 Mate grün  
 Morgentee  
 Ostfriesische Blattmischung  
 Pfefferminze  
 Rooibusch  
 Sahara  
 Salbei

**Flüssigkeiten**

Aceto Balsamico IGP  
 Apfelessig  
 Brantweinessig 19%  
 Bratöl (Sonnenblumenöl)  
 Essig-Essenz  
 Olivenöl extra nativ  
 Rapsöl nativ

**Flüssigkeiten**

Rohöle (mehr Infos auf unserer  
 Website unter `Hof Hoher  
 Schönberg`)  
 Sojasauce

**Gewürze/Salze**

Basilikum  
 Chili/Cayennepfeffer  
 Chiliflocken  
 Curry  
 Dill  
 Kardamom ganz  
 Koriander  
 Kräuter der Provence  
 Kräutersalz  
 Kreuzkümmel ganz  
 Kümmel ganz  
 Kurkuma  
 Lorbeerblätter  
 Majoran  
 Muskatnuss ganz  
 Nelken ganz  
 Oregano  
 Paprika edelsüß  
 Paprikapulver scharf  
 Piment gemahlen  
 Pfeffer ganz schwarz/bunt  
 Pfeffer gemahlen  
 Rosmarin  
 Spekulatiusgewürz gemahlen  
 Steinsalz fein/grob  
 Sternanis gemahlen  
 Stollengewürz  
 Thymian  
 Wacholderbeeren  
 Zimt gemahlen (Cassia/Ceylon)  
 Zimtstangen Ceylon

**Eingewecktes**

Agavendicksaft  
 Cashewmus **Pfandglas**  
 Deichgurke (Curslacker Deich)  
 Erdnussmus **Pfandglas**  
 Fruchtpüree (Mango, schwarze  
 Johannisbeere, Himbeere)  
**Pfandglas**  
 Haselnuss-Schoko-Aufstrich  
**Pfandglas**  
 Honig  
 Honigsenf

**Eingewecktes**

Ketchup **Pfandglas**  
 Kokosöl **Pfandglas**  
 Mandelmus **Pfandglas**  
 Nussmix (Nussmus; Paranüsse,  
 Cashew, Mandel) **Pfandglas**  
 Passata **Pfandglas**  
 Salzkaramell-Aufstrich  
 Sheabutter **Pfandglas**  
 verschiedene Marmeladen  
 Zwiebelkonfitüre

**Naschkram süß**

Beerenmix Veggie  
 Cantuccini  
 Erdnüsse in Schokolade  
 Himbeer-Holunder ohne Gelatine  
 Honigpralinen  
 Jogurtfruchtgummi  
 Knusperkugeln Milkschokolade  
 Kokoskekse  
 Kolafaschen  
 Kürbiskerne in Zartbitterschoki  
 Lakritzschnecken  
 Ökovital Bär ohne Gelatine  
 Ökovital Fruchtmix ohne Gelatine  
 Pfefferminzdrops  
 Saure Pommes ohne Gelatine  
 Saurer Apfel  
 Segelschiffschokolade-  
 (Klimaneutral)(gelegentlich)  
 Schoko-Chrunchies Verschiedene  
 Schokokekse (Dinkelmehl)  
 Schokolade (Bruch) wechselnde  
 Schoko-Minz-Drops  
 Smarties  
 Veggie Hearts

**Naschkram salzig**

Chips  
 Mini Brezeln  
 Pretzels -  
 Cheese&Onion/Honig&Senf/Origina  
 nal  
 Sesam-Cracker  
 Zwieback



### Seifen/Shampoos/Cremes etc.

- Aleppo-Seife (verschiedene Größen und Sorten; Tonerde/Schwarzkümmelöl/Zitronenscalenöl/Olivenöl)
- Alpakaseife (*Nelumbo*) (Zitron-Melisse/Pur)
- Cleansingbits (*Rostenrot*)
- Deocreme verschiedene (*Nelumbo*)
- Haarbalsam (*Rosenrot*)
- Haut und Haar Naturshampoo flüssig (*Unisapon*)
- Körper Peeling (*Rosenrot*)
- Körperbutter verschiedene (*Nelumbo*)
- Lippenbalsam
- Olivenseife pur (*Nelumbo*)
- Rasierseife
- Eisenkraut/Lavendel/Rose (*Nelumbo*)
- ShampooBits+Conditioner (Versch. Sorten/*Rosenrot*)
- Shea-Buttercreme verschiedene (*Nelumbo*)
- Sheabutter pur
- ShowerBits (Versch. Sorten/*Rosenrot*)
- Solseife Lemon (*Nelumbo*)

+wechselndes Sortiment von Fairsquared (Gesichtscremes, Handcreme, Bodylotion usw.)

### Hygiene + Zubehör

- Bambus-Haarbürste
- Bambuszahnbürsten (Hydrophil)
- Binden (Kulmine)
- Denttabs (Zahnputztabletten) fluridhaltig/-frei
- Denttabs Strawberry (Kids)
- Interdentalbürsten
- Kinder-Zahnbürsten
- Kondome
- Konjac-Schwamm
- Kosmetikpads (Groß/Klein)
- Kosmetikpads Bambus
- MeLuna (Menstruationstassen/Reinigungsbecher)
- Ohrschlinge
- Rasierhobel & Rasierklingen

### Hygiene + Zubehör

- Seifendose (klein/groß)
- Seifensäckchen
- Slipenlagen (Kulmine)
- Stillpads
- Taschentücher Bambus
- Toilettenpapier 100% recycled
- Toilettenpapier Bambus
- Wattestäbchen
- Zahnbürsten Etui
- Zahnbürstenaufsätze für elektrische Zahnbürsten
- Zahnbürstenhalter
- Zahnpasta
- Zahnpulver Minze (Birkengold)
- Zahnputzbecher
- Zahnseide aus Maisstärke (Bambaw)
- Zungenreiniger

### Getränke

- Völkel Hafermilch **Pfandflasche**
- Völkel Säfte verschiedene **Pfandflasche**
- Völkel Apfel Cidre **Pfandflasche**

+großes wechselndes Weinsortiment in **Pfandflaschen!**

### Haushalt + Zubehör

- Bienenwachspastillen
- Bienenwachstücher (Beegoodies)
- Einkaufstasche (Mittendrin)
- Flaschenbürste 4er Set
- Gemüsenetz (Nähdeern)
- Gemüsenetze Gardine (Mittendrin)
- Jutelappen
- Kaffeefilter klein/groß
- Luffa Seifenkissen
- Luffaschwamm
- Nussmilchbeutel groß/ klein
- Purakiki Babyflasche 300ml und 125ml Purakiki Sauger
- Scheuerschwamm aus Kokosfaser
- Sportflasche Edelstahl
- Spülbürste Edelstahl mit Wechselkopf Stoffboxen/Taschen (Mittendrin)
- Strohalm Bambus
- Strohhalme Glas/Kupfer
- Strohalm-Reinigungsbürste

### Haushalt + Zubehör

- Teesiebe (verschiedene)
- Trinkflasche aus Edelstahl
- Wachstuch VEGAN
- Weducer Kaffeebecher

### Reinigung/Wäsche

- Allzweckreiniger Konzentrat
- Fettlöser Konzentrat
- Geschirrspülmittel Konzentrat
- Kalklöser Konzentrat
- Multipflegebalsam
- Natron
- Putzstein
- Regeneriersalz (Geschirrspülmaschine)
- Spülmittel Spülmaschinenpulver (Biolinn)
- Soda
- Sport-Waschmittel Konzentrat
- Waschkonzentrat
- Waschpulver Color (Biolinn)
- Zitronensäure

### Kauf/Leihbehälter

- Baumwoll-Beutel groß/klein
- Brötchenbeutel (Mittendrin)
- Drahtbügelglas 1140ml
- Drahtbügelglas 125ml
- Drahtbügelglas 255ml
- Drahtbügelglas 634ml
- Flasche mittel/groß
- Ölflasche
- Pfandglas groß/klein
- Spaghettiglas

### ECO-Edelstahlboxen

- Bento Classic auslaufsicher
- Brotbox Classic
- Cube Box
- Cube Box XL
- Dabba Magic
- Double Cube Box
- Snackbox XL
- YIN 0,5l Isolierflasche
- Yogi Box Auslaufsicher
- ZEN2 0,8l Isolierflasche

+wir bestellen dir gern deine Lieblingsdose mit, falls du etwas findest was wir nicht im Sortiment haben



**Frische  
Produkte/Selbstgemachtes/  
Besonderheiten**

Verschiedene **Käsesorten**  
(saisonal) Backensholzer Hof

**Rohöle** vom Hof Hoher  
Schönberg (mehr Infos findet ihr  
auf unserer Website.  
Die ihr monatlich vorbestellen  
könnt. Einige Sorten haben wir  
auch vorrätig!

Verschiedene **Bücher** zum Thema  
Zero Waste

**Nussecken** von Meister Kufner  
(Nürnberg)

Selbstgemachte **Energyballs** aus  
unserer Küche

Verschiedene **Aktionsprodukte**  
(z.B. Ostern/Weihnachten)

Mittwochs bis Samstags gibt es  
eine kleine Auswahl an **Brot**  
und anderen **Kleingebäcken** aus  
der **demeter Hofbäckerei**

**Wittmaack!**

Man kann Außerdem jeden  
Mittwoch bis ca. 15 Uhr bei uns  
bescheid sagen, was man gern  
mitbestellt haben möchte zum  
Freitag aus dem gesamten  
Sortiment!

Große Auswahl an **Wein in  
Pfandflaschen** der Firma Riegel,  
hier darf man sich ebenfalls alles  
aus dem Sortiment von dieser  
Firma bei uns mitbestellen!

---

Auch Großbestellungen sind  
möglich (5 bis 25 Kg)!

Onkel Emma GmbH  
Reetwerder 8, 21029 Hamburg  
Tel.: 040/76482392  
Mail: [onkel-emma-unverpackt@posteo.de](mailto:onkel-emma-unverpackt@posteo.de)

[www.onkelemma-unverpackt.de](http://www.onkelemma-unverpackt.de)

Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag: 10:00 – 18:00 Uhr

Freitag 10:00 – 19:00 Uhr

Samstag: 10:00 – 17:00 Uhr

