



**TOTAL  
LOKAL**  
DIE 100 % NRW-ERNÄHRUNG

# Nimm dies - statt das!

Nimm, was die  
**Region**  
dir bietet!



## DEINE EINKAUFSLISTE

- Bunte Möhren
- Gurken
- Kohlrabi
- Quark
- Joghurt
- Honig & Senf & Dill



## 2. Dein NRW- AbendSnack!

- Gemüsesticks  
mit Honig-Senf-Dip -

Gemüse putzen,  
Dip-Zutaten verrühren  
und lossnacken -  
gut fürs Klima & gut für dich!

Rezept hier



Hier gibt es mehr  
**TOTAL LOKAL: [landservice.de](https://landservice.de)**