

Der kleine Ratgeber
für die Hosentasche

VEGAN IN BIBERACH

UND UMGEBUNG



Roth

Cartoons
Grafik-Design
Illustration

Ein Projekt von Roth-Design
und Veggibiber

HERAUSGEBER UND GESTALTER

Der vegane Stadtführer Biberach wurde von STERO/Stefan Roth konzipiert und gestaltet.

Der Veggiebiber ist eine Cartoon-Illustration von Stefan Roth und begleitet den veganen Stadtführer bei jeder Auflage.



Sie möchten auch professionelles Grafik-Design, feine Gestaltung, witzige Cartoons, aussagekräftige Bilder oder gute Ideen für Flyer, Logos, Plakate, Speisekarten oder mehr? -> stefan@roth-cartoons.de



INHALTSVERZEICHNIS

Warum wir vegan leben	5
Restaurants, Gaststätten, Cafes	7
Bäckereien	12
Wochenmarkt und Catering	15
Geschäfte und Einzelhandel	16
Garten	17
Gesundheit, Wohlbefinden	17
Tipps in der Umgebung	18
Veggietreff und weitere Infos	19
Impressum	20



VEGANE ERNÄHRUNG

Wer sich vegan ernährt, verzehrt **ausschließlich** pflanzliche Produkte. Viele weiten den Begriff auf die gesamte Lebensweise aus und meiden alle tierischen Produkte (Pelz, Leder, Wolle, Seide bis hin zu Kosmetik ohne Tierversuche, Putzmittel, etc.).

VEGANE KENNZEICHNUNGEN

Mittlerweile ist sehr vieles klar gekennzeichnet. Hier sind die offiziellen und gängigsten Symbole:



VEGAN

Viele Hersteller nutzen bei ihren Produkten auch eigene Vegan-Deklarationen.

WARUM WIR VEGAN LEBEN?

Es gibt vielerlei Gründe für eine vegane Lebensweise. Die gängigsten Motivationen werden hier kurz aufgeführt:

ETHIK

Pro Tag verhungern über 40.000 Menschen. Mögliche Anbauflächen für Lebensmittel werden zu großen Teilen für die Produktion unseres Viehfutters missbraucht. 1 Hektar (100 x 100 m) Agrarfläche kann als Anbaufläche für Viehfutter 2, als Getreidefeld 17 Menschen ernähren. Wir sind aktuell über 7 Milliarden menschliche Erdlinge ... Tendenz steigend.

→ albert-schweitzer-stiftung.de

ÖKOLOGIE

Jeden Tag werden riesige Flächen Regenwald für Weideflächen und Futtersoja abgeholzt. Das zerstört die grüne Lunge unserer Erde. Laut WWF kommen 51% aller Treibhausgase aus der Tierindustrie. Auch die Zunahme der Nitratmengen im Trinkwasser durch Überdüngung gefährdet unsere Gesundheit.

→ pro-regenwald.de/hg_fleisch

GESUNDHEIT

Viele vegan lebende Menschen berichten von einer spürbaren und schnellen Besserung oder Stabilisierung ihres Gesundheitszustandes.

→ pro-vegan.info

TIERRECHT

Tiere empfinden Gefühle wie Schmerz, Trauer, Freude, ... Daher ist bereits die zwangsläufige Freiheitsberaubung aller Nutz- und Versuchstiere Tierquälerei – ganz abgesehen von deren Ausnutzung und anschließender Tötung. Es gibt kein Fleisch von glücklichen Tieren – nur von toten Tieren.

→ albert-schweitzer-stiftung.de

GESCHMACK

Es gibt immer mehr tolle vegane Rezepte, Produkte und veganfreundliche Gaststätten. Weil es einfach lecker ist und es für guten Geschmack kein Tier braucht. Deshalb wurde dieser Stadtführer entwickelt: Damit sich Veganer*Innen (und Menschen, die vegan werden wollen) in Biberach beim Einkauf oder in der Freizeit leichter zurechtfinden.

RESTAURANTS, GASTSTÄTTEN, CAFES

Wir haben uns erlaubt die Sortierung gemäß des-
veganen Angebots zu gestalten:

MOTORWORLD INN *MUSEUMSGÄSSLE 1*

Vegane Gerichte auf der Karte. Pflanzenmilch vor-
handen. Hier findet zur Zeit der Veggietreff statt.
Termine auf veggiebiber.de

→ warthausen.motorworld-inn.de

GRÜNE PAUSE *MARKTPLATZ 8*

Vegane Suppen, Salate, Wraps, Pizzen, Muffins.
Pflanzenmilch vorhanden.

→ 07351 447722

STADT:CAFE *MARKTPLATZ 1*

Große vegane Auswahl, Pflanzenmilch vorhanden.

→ stadtcafe-biberach.de

COFFEE FELLOWS *MARKTPLATZ 2*

Vegane Bagels und mehr. Vegane Eissorten und
Eiswaffeln. Pflanzenmilch vorhanden.

→ facebook: Coffee Fellows Biberach

CHOCOLATERIE MAYA *ZWINGERGASSE 3*

Vegane Schokolade und Trüffel. Pflanzenmilch vorhanden.

→ xocolatl.de

KULINARIUM *KÖNIGGÄSSLE 4*

Vegane Gerichte auf der Karte, auf Anfrage noch mehr. Pflanzenmilch ohne Aufpreis.

→ kulinarium-biberach.de

SALAD & LUNCH BOX *SCHWANENSTR. 2*

Große vegane Auswahl, vegane Dressings, vegane Fruchtsäfte.

→ saladlunchbox.de

MR. HA *GLOCKENGASSE 3*

Kleine Auswahl veganer, asiatischer Gerichte. Keine Pflanzenmilch.

→ mr-ha.com

LIEBLINGSEIS *HINDENBURGSTR. 16*

Veganes Eis und Waffeln. Gelegentlich veganes Gebäck. Pflanzenmilch vorhanden.

→ lieblingseis.de

NORIKO HANDMADE SUSHI *OBSTMARKT 4*

Veganes Sushi bei rechtzeitiger Voranmeldung.

-> noriko-sushi.com

PEDI *PFLUGGASSE 7*

Vegane Gerichte vorhanden, Keine Pflanzenmilch.

-> pedi-bc.com

GASTHAUS BURREN *BURREN 1*

Vegane Denete, größere Gruppen vorher bitte anmelden. Alles in Bioqualität. Keine Pflanzenmilch.

-> gasthaus-burren.de

KAFFEE-BÜHNE *RADGASSE 12*

Pflanzenmilch vorhanden.

-> kaffee-buehne.de

CAFE BAR *MARKTPLATZ 15/1*

Pflanzenmilch auf vorherige Anfrage.

-> facebook: Cafébar

CAFE AM WOLFENTAL *WOLFENTALSTR. 51*

Pflanzenmilch auf vorherige Anfrage.

-> cafe-am-wolfental.business.site

SCHÜTZENKELLER

BISMARCKRING 8

Vegan auf vorherige Anfrage. Keine Pflanzenmilch.

-> facebook: Schützenkeller Biberach

ROPACH

ROLLINSTR. 36

Vegan auf vorherige Anfrage. Keine Pflanzenmilch.

-> ropach.de

PARKHOTEL JORDANBAD

IM JORDANBAD 7

Ein veganes Gericht, mehr auf vorherige Anfrage.
Pflanzenmilch vorhanden.

-> jordanbad-parkhotel.de

ESSZIMMER

ZIEGELEISTR. 37

(Mittelbiberach) Vegan auf vorherige Anfrage.

-> restaurantesszimmer.de

BRÄUHAUS

BACHSTRASSE 10

(Ummendorf) Kleine Auswahl veganer Gerichte.
Mehr auf vorherige Anfrage. Pflanzenmilch auf
vorherige Anfrage.

-> braeuhaus.de

LANDHOTEL ZUR PFANNE *AUWIESENSTR. 24*

(*Rindenmoos*) Vegan auf vorherige Anfrage.
Keine Pflanzenmilch.

-> landhotel-pfanne.de

IHRE LOCATION FEHLT?

Sie haben ein Restaurant, eine Gaststätte oder ein Café und vermissen Ihren Eintrag hier?

Dann schreiben Sie an mail@veggiebiber.de und wir nehmen Sie kostenfrei mit auf.

-> mail@veggiebiber.de

BÄCKEREIEN

KEIM UND BRECHT

Brot: Alles vegan außer Frühlingsbrot, Fünfkornquarkbrot, BC-Sportlerbrot, Jugendhausbrot, Kapselweißbrot. **Brötchen:** Alles vegan außer Fastenbrezel und Dinkelkrönchen und Süßgebäck.

→ keimundbrecht.de

KECK

Brot: alles vegan außer Schwabekorn, Traubenkernbrot, Toastbrot und Zopfbrot.

Brötchen vegan: Knauzen, Seelen, Laugen-, Seelen-, Fünfkorn-, Vollkorn-, Dinkel-, Kartoffelwecken, normale und rustikale Wecken, Roggenflocken, Dinkel-Vollkorn-Laugenstangen, Vollkorn- und Walnuss-Seelen, Fastenbrezel.

→ baeckerei-keck.de

GRÜN ´S BACKHAUS

SCHWANENSTR. 8

Brot vegan: alles außer Toast. **Brötchen vegan:** Alles außer Laugen-, Käse-, und Süßgebäck.

→ gruens-backhaus.de

STAIB

MARKTPLATZ 37

Brot vegan: OPA-Markus-Brot, Provence-Baguette, Mischbrot, Genetzter Laib, Roggenbrot, Dinkelvollkornbrot, AOK-Brot. **Brötchen vegan:** Semmel, Brezel, Seelen, Laugenstengel, Kürbiskernsemmel, Gripsy-Semmel, Cornelius-Semmel, Wasserwecken. Pflanzenmilch vorhanden.

→ baeckerei-staib.de

TRAUB

MARKTPLATZ 49

Brot: alles vegan außer: Butter-Toast, Feierabendbrot, Kastenweißbrot, Bäcker-Knäcke, Urkorn-Brot.

Brötchen: alles vegan außer: Handwerker, Käse-Laugen-Stange, Käseseele. **Süßes Gebäck**

vegan: Croissant, Birnenbrot (Oktober–Dezember).

→ baeckerei-traub.de

K&U

BEIM E-CENTER

Viel vegan - immer aktuelle Liste online oder vor Ort nachfragen. Tipp: veganes Sandwich

→ k-und-u.com/produkte

Bio-Bäckerei MAST

OBERDORF 14

(Untersulmetingen) **Brot/Brötchen:** alles vegan außer Quarksechskorn, Hefezopf, Butter- und Laugencroissant und Überbackenes.

Süß vegan: Dinkelapfeltaler und Apfelwecken. Veganes Schokosortiment zu Weihnachten und Ostern. Backwaren auch erhältlich bei Reformhaus Bacher, Viva Naturkost und gelegentlich bei Bäckerei Keck.

→ 07392 2293

EISINGER

VIEHMARKTSTR. 24

Liste mit veganem Angebot liegt aus

→ baeckerei-eisinger.de

HÄRING

PFLUGGASSE 11

Brot: alles vegan. **Brötchen vegan:** nur Fastenbrezel.

→ baeckerei-haering.de

WOCHENMARKT UND CATERING

Wochenmarkt jeweils Mittwoch und Samstag:

April bis September: 7:00 – 14:00 Uhr

Oktober bis März: 8:00 – 14:00 Uhr

-> typisch-biberach.de/biberacher-wochenmarkt

ADIBS FALAFEL

Vegane Falafel und mehr auf dem Wochenmarkt und Partyservice.

-> facebook: Adib's Falafel

RINKUS INDISCHE KÜCHE

Vegane Gerichte auf Anfrage auf dem Markt.

-> rinkus-indische-kueche.de

COSTAS KÖSTLICHKEITEN

Ital. Catering und Büffetservice – auf Anfrage vegan.

-> costas-catering.de

GESCHÄFTE, EINZELHANDEL

FÜLLSTATION

PFLUGGASSE 3/1

Unverpacktladen mit vielen veganen Produkten.

→ facebook: Füllstation Biberach

REFORMHAUS BACHER

MARKTPLATZ 22

Viele vegane Produkte und gute Beratung.

→ reformhaus-bacher.de/standorte

VIVA-NATURKOST

MARKTPLATZ 46

Alles bio – vieles davon vegan.

→ echt-bio.de/biomarkt/viva-naturkost

STEIGMILLERS HOFLADEN *BIBERACHER STR. 32*

(Ummendorf) Große reichhaltige Auswahl an veganen Lebensmitteln in Bioqualität.

→ steigmiller.bio

WEINHALT

ENGELGASSE 8

Etwa 10 vegane Weiß- und Rotweine.

→ weinhalt.de

GARTEN

VEGAWINNIE

STAFFLANGEN-HOFEN

Veganer Pflanzendünger für alles, was Wurzeln hat.

-> vegawinnie.de

GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

VEGGIEVIVA

ATTENWEILER

Vegane Ernährungsberatung, Kochkurse, Festenbegleitung und mehr.

-> veggieviva.de

KOSMETIKSTUDIO AROMA

ENGELGASSE 6

Vegane, tierversuchsfreie Kosmetik.

-> wellness-studio-aroma.de

NATURHEILPRAXIS

MARKTPLATZ 48

Rainer Maria Müller, Seminare und vegane Beratung.

-> heilpraktiker-rainer-maria-mueller.de

BERNIGREEN

OBERSULMETINGEN

Vegane Ernährungsberatung, Kochkurse, Coaching.

-> bernigreen.com

TIPP IN 88448 ATTENWEILER

GRÜNSCHNABEL

BIBERACHER STR. 9/4

Naturland-Biogärtnerei. Öffnungszeiten:
Mai bis September: Mo, Mi, Fr: 17 – 19 Uhr
Oktober bis April: Freitag 15 – 18 Uhr
-> biogaertnerei-gruenschnabel.de

TIPP IN 88487 BALTRINGEN

CHIRON

SCHEMMERBERGER STR. 21

Vegane Hanfprodukte (Öle, Aufstriche, Pestos,...)
Werksverkauf: Do, Fr: 10–18 Uhr, Sa: 10–13 Uhr.
-> naturdelikatessen.de

TIPP IN 88471 LAUPHEIM

INGES KITCHEN

NEUE WELT 37

Vegane Kochschule – Vollwertküche für Anfänger
und Fortgeschrittene.
-> inges-kitchen.de

TIPP IN 88436 FÜRAMOOS

RÖSSLE

ELLWANGER STR. 3

Zwei vegane Gerichte. Keine Pflanzenmilch.
-> roessle-fueramoos.de

VEGANER STAMMTISCH - VEGGIETREFF

Die Termine unseres Veggietreffs findest du auf **veggiebiber.de**



VEGAN IN BIBERACH - ONLINE

Den Stadtführer kannst du auch bequem online durchblättern oder downloaden unter **veggiebiber.de/vegan-in-biberach**.

EINIGE ZUSATZSTOFFE TIERISCHEN URSPRUNGS

E 120: Echtes Karmin, Karminsäure, Cochenille

E 631: Natriuminosinat

E 901: Bienenwachs

E 904: Schellack

E 913: Wolf fett (Wollwachs)

E 920: L-Cystein, Cystein

E 921: Cystin

Weitere Zusatzstoffe: food-info.net -> E-Nummern

NACHWORT UND DAS KLEINGEDRUCKTE

Dieser kleine vegane Einkaufsführer für Biberach an der Riß wurde von Stefan Roth und den Veggiebibern entwickelt und wird seither ständig und immer wieder aktualisiert.

Diese Übersicht erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Angaben, da diese nach bestem Wissen und Gewissen der jeweiligen Geschäftsführer abgegeben wurden oder auf unseren Recherchen beruht. Von daher wird für die darin enthaltenen Angaben keine Haftung übernommen.

Haben Sie Anregungen, wollen Sie auch im veganen Stadtführer von Biberach vertreten sein oder möchten Sie einige Exemplare auslegen? Dann schreiben Sie uns gerne oder rufen Sie an.



© Stefan Roth Design
Tel: 07357 90999 21
stefan@roth-cartoons.de
cartoons-und-design.de



veggiebiber.de
mail@veggiebiber.de
facebook.com/Veggiebiber