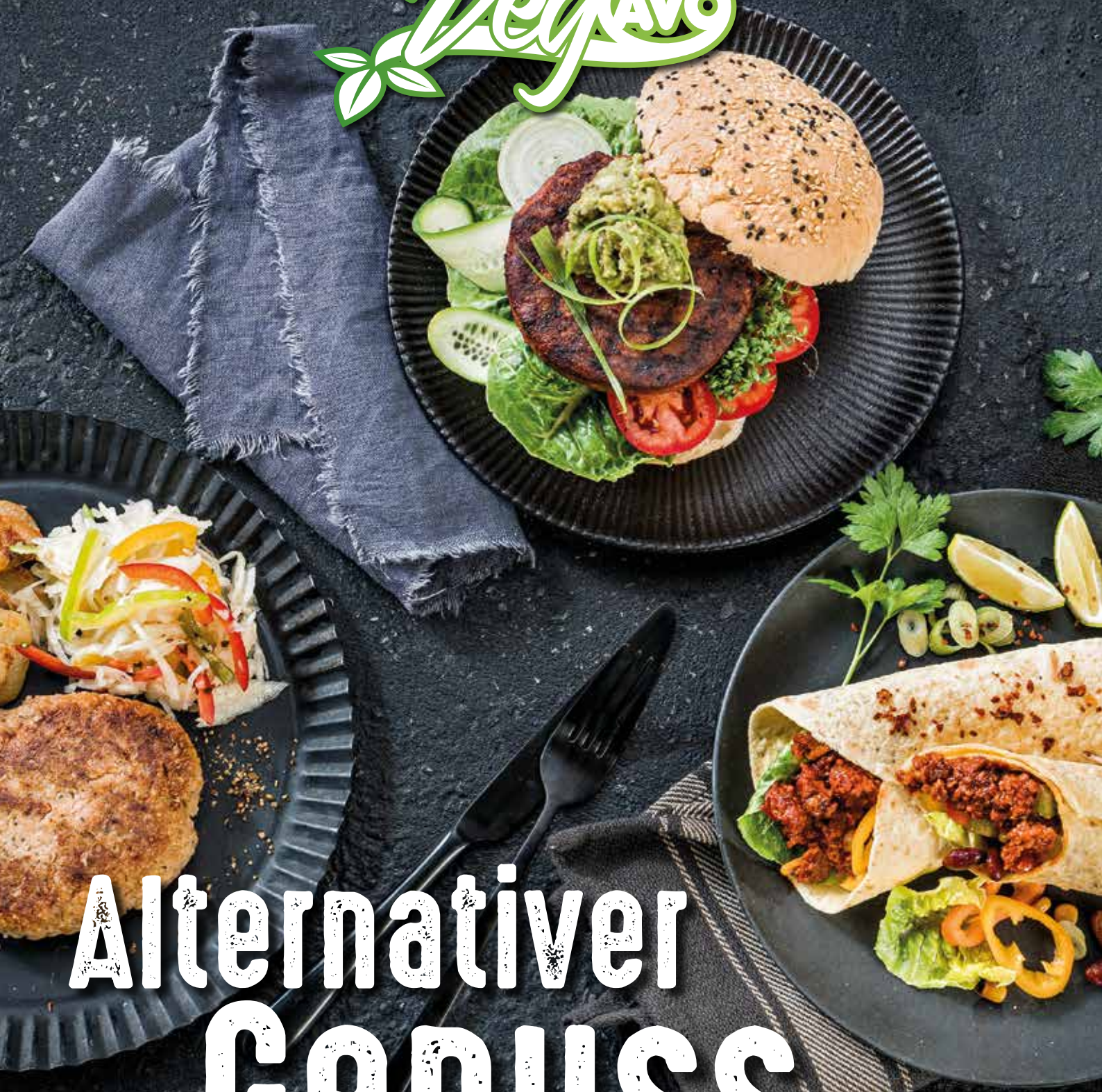


*VegAVO*



# Alternativer Genuss



Geschmack & Technologie





# Flexitarier, Vegetarier, Veganer oder was?

Heutzutage gibt es viele Ausprägungen einer fleischfreien oder fleischreduzierten Ernährung, hier noch den Überblick zu behalten, ist gar nicht so einfach.

Im Allgemeinen spricht man von einer vegetarischen Ernährung, wenn man auf den Konsum von Fleisch verzichtet. Hierbei existieren jedoch viele verschiedene Formen und Abstufungen. Man unterscheidet zwischen folgenden Begrifflichkeiten:

**Ovo-Lakto-Vegetarierer** verzichten auf den Verzehr von Fisch und Fleisch sowie von Produkten, die aus geschlachteten Tieren gewonnen werden, wie zum Beispiel Gelatine. Lebensmittel von lebenden Tieren wie Honig, Milch und Milchprodukte oder Eier werden akzeptiert.

**Lakto-Vegetarier** verzichten auf Fleisch, Fisch und Eier. Sie essen jedoch Milchprodukte und Honig.

**Ovo-Vegetarier** verzichten auf Milch und Milchprodukte, Fleisch und Fisch. Sie essen jedoch Eier und Honig.

**Veganer** lehnen tierische Produkte bzw. von Tieren erzeugte Produkte komplett ab. Es werden keine Zutaten oder Verarbeitungsmittel tierischer Herkunft wie Eier, Milch, Milchbestandteile (z.B. Laktose), Honig, Fleisch, Fisch, Gelatine und deren Produkte (wie z.B. Käse), sowie keine tierischen Nebenprodukte (einschließlich Seide oder Farbstoffe aus Insekten) akzeptiert.

**Flexitarier** achten bewusst auf ihre Ernährung, schränken den Fleischkonsum möglicherweise stark ein, sind interessiert an fleischlichen Alternativen und Ergänzungen.

Gründe für einen Lebensstil, der tierische Produkte ausschließt oder zumindest stark reduziert, sind vielfältig und reichen von ethischen Gründen (Tierwohl), über den Umweltschutz mit Fokus auf den ökologischen Fußabdruck (CO<sub>2</sub>-Reduktion) bis hin zu persönlichen, gesundheitlichen Gründen.

Für die Benennung von vegetarischen oder veganen Spezialitäten berücksichtigen Sie bitte die Anforderungen der entsprechenden Leitsätze.

# SAFTIGE GEMÜSESTEAKS



## KÜRBISSTEAK

Lafiness Kräuterbutter ohne Glutamat,  
Art.-Nr. 812050 (für 4-kg-Eimer),  
Art.-Nr. 812001 (für 250-g-Beutel)



## BLUMENKOHLSTEAK (mariniert)

Lafiness Bosphorus,  
Art.-Nr. 818750 (4-kg-Eimer),  
Art.-Nr. 818701 (250-g-Beutel)



## BLUMENKOHLSTEAK (paniert)

AVO Nasspanade Spezial flüssig,  
Art.-Nr. 1010101 (1,7-kg-Flasche)  
Knusperpanade gelb,  
Art.-Nr. 2506900 (1-kg-Beutel)





# KREATIVE GEMÜSEIDEEN

## GEMÜSESPIESSE

Lafiness Premium Black Garlic,  
Art.-Nr. 1642800 (4-kg-Eimer),  
Art.-Nr. 1642801 (250-g-Beutel)  
und Lafiness Arizona  
Art.-Nr. 8101 50 (4-kg-Eimer),  
Art.-Nr. 8101 01 (250-g-Beutel)



## OFENGEMÜSE (Knoblauch)

Rosenkohl, Süßkartoffeln und Knoblauch  
mit Lafiness Knoblauch free,  
Art.-Nr. 562850 (4-kg-Eimer),  
Art.-Nr. 562801 (250-g-Beutel)



## OFENGEMÜSE (Rosmarin)

Zucchini, Kartoffeln, Paprika und Tomaten  
mit Lafiness Rosmarin free,  
Art.-Nr. 558350 (4-kg-Eimer),  
Art.-Nr. 558302 (250-g-Beutel)



## BLUMENKOHLPFANNE

Blumenkohlreis mit  
Lafiness Bangkok,  
Art.-Nr. 1072700 (4-kg-Eimer),  
Art.-Nr. 1072701 (250-g-Beutel)



## BRATGEMÜSE

Pilze, gelbe Karotten, Frühlingszwiebeln  
und Trüffel mit  
Lafiness Premium Trüffel,  
Art.-Nr. 820150 (4-kg-Eimer),  
Art.-Nr. 820101 (250-g-Beutel)



## ZUCCHININUDELN

Lafiness Premium Trüffel,  
Art.-Nr. 820150 (4-kg-Eimer),  
Art.-Nr. 820101 (250-g-Beutel)





# KNUSPRIGES GEMÜSE

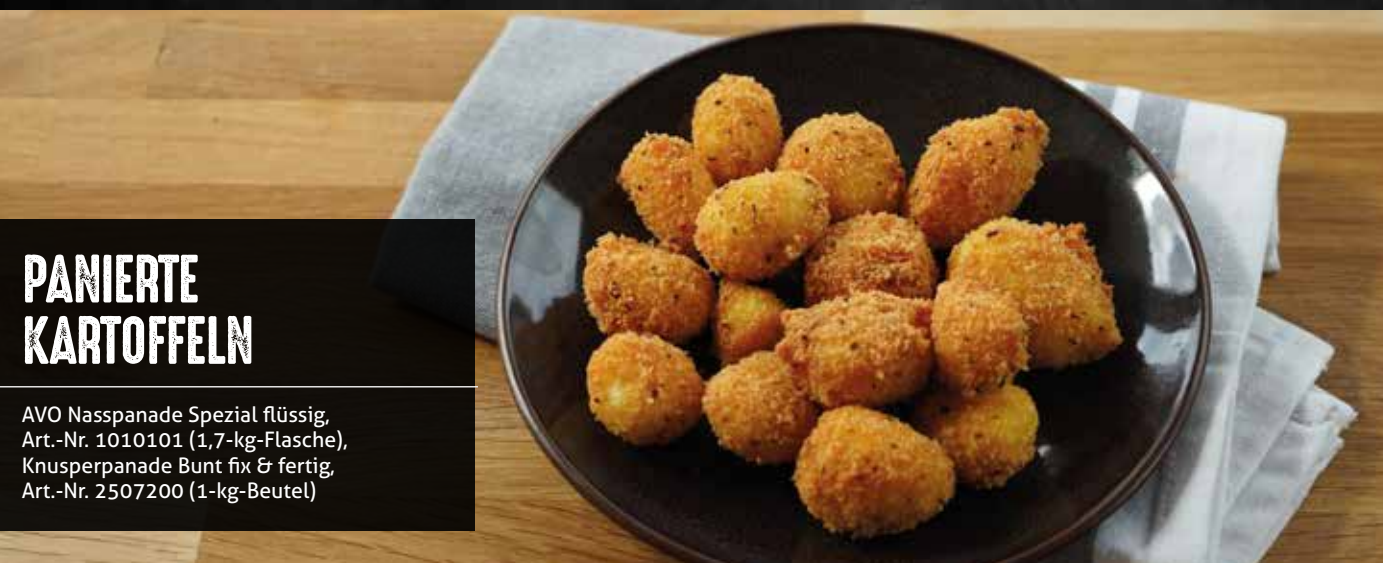
## PANIERTE BLUMENKOHLRÖSCHEN

AVO Nasspanade Spezial flüssig,  
Art.-Nr. 1010101 (1,7-kg-Flasche),  
Knusperpanade gelb,  
Art.-Nr. 2506900 (1-kg-Beutel)



## PANIERTE BROCCOLIRÖSCHEN

AVO Nasspanade Spezial flüssig,  
Art.-Nr. 1010101 (1,7-kg-Flasche)  
Knusperpanade Curry fix & fertig,  
Art.-Nr. 2507000 (1-kg-Beutel)



## PANIERTE KARTOFFELN

AVO Nasspanade Spezial flüssig,  
Art.-Nr. 1010101 (1,7-kg-Flasche),  
Knusperpanade Bunt fix & fertig,  
Art.-Nr. 2507200 (1-kg-Beutel)

# GRILLKÄSEIDEEN



### TIPP

Käsevielfalt mit verschiedenen Käsesorten sowie Peppadew®, Black Aged Pepper, Trüffel usw. zum verfeinern!

Mit dem AVO Grillkäse Compound sind der Vielfalt an gebackenem und gebratenem Käse keine Grenzen mehr gesetzt, denn es lässt aus jeder gewünschten Käsesorte eine gelingsichere und optisch ansprechende Spezialität entstehen.

Das Compound ermöglicht nicht nur die Zubereitung auf dem Grill oder in der Pfanne, sondern sogar in der Heißluftfritteuse – die Käsemasse zerläuft nicht, sondern bleibt in Form, ob als Taler oder als Stick.

Zusammen mit unseren Marinaden und Würzpanaden eröffnen sich unendliche Möglichkeiten für raffinierte und außergewöhnliche Grill- und Pfannenkäsekreationen.

Grillkäse Compound  
Art.-Nr. 2507300, 1 kg-Beutel



# VEGETARISCHE UND VEGANE ALTERNATIVEN ZU FLEISCH

## Die alternativen Proteine bei AVO

Wir bei AVO verwenden nur pflanzliche Proteine aus der Erbse, der Sonnenblume, aus Weizen und aus der Ackerbohne. Sojaproteine kommen bei uns lediglich auf Kundenwunsch zum Einsatz. Wir versuchen, Soja weitestgehend zu vermeiden.

### Erbsenprotein:

- funktionell als Pulver, gute Dispergier- und Stabilitätseigenschaften
- hoher Gehalt an Lysin, Arginin und Eisen
- regional verfügbar, schnell erhältlich
- kein Allergen
- Texturate geschmacklich neutral

### Sonnenblumenprotein:

- funktionell als Pulver, gute Dispergier- und Stabilitätseigenschaften
- Ursprung in Europa, Verfügbarkeit ist gegeben
- kein Allergen
- helles Pulver mit neutralem bis nussigem Geschmack

### Weizenprotein:

- Klebereigenschaften sind texturgebend
- Ursprung in Europa, Verfügbarkeit ist gegeben
- bekannter Geschmack, neutral
- helles Pulver bzw. Texturat

### Ackerbohnenprotein:

- gute Textur
- regional verfügbar, schnell erhältlich, staatliche Förderung beim Anbau der Ackerbohne
- kein Allergen
- gute Alternative zu Erbsenprotein



Mit den VEGAVO ready to mix Komplett-Compounds gelingt's im Handumdrehen!



Superschnell zubereitet: doppelte Menge Eiswasser hinzufügen, vermischen, gekühlt 30 Minuten quellen lassen und nach Belieben weiter verarbeiten!



Fertigungsvideos  
per Scan!



[www.avo.de/  
vegavo-readytomix-de.html](http://www.avo.de/vegavo-readytomix-de.html)

**VEGAVO HACK** Vegavo Hack ready to mix komplett, Art.-Nr. 3335400, 1 kg-Beutel



# BURGER & FRIKADELLEN



**VEGAVO BURGER** Vegavo Burger ready to mix komplett, Art.-Nr. 3335500, 1 kg-Beutel



**GEMÜSEBURGER** Pflanzenkost fix & fertig, Art.-Nr. 050800, 1-kg-Beutel



**TIPP**  
VEGAVO Burger und Frikadelle ready to mix komplett eignen sich auch für hybride Burger und Frikadellen, also Produkte mit einem Fleischanteil!!

**FRIKADELLEN** Vegavo Frikadelle ready to mix komplett, Art.-Nr. 3335600, 1-kg-Beutel



# SCHNITZEL, NUGGETS & CO.



... und so funktioniert es ...

Die Vielfalt von Alternativen zu Fleisch, die sich mit AVO Produkten herstellen lässt, ist groß und wächst immer weiter. Für nahezu jedes fleischliche Produkt bieten wir eine Alternative – und sollte Ihnen hier etwas fehlen, so entwickeln wir es gemeinsam gern mit Ihnen!

Fertigungsvideos per Scan!



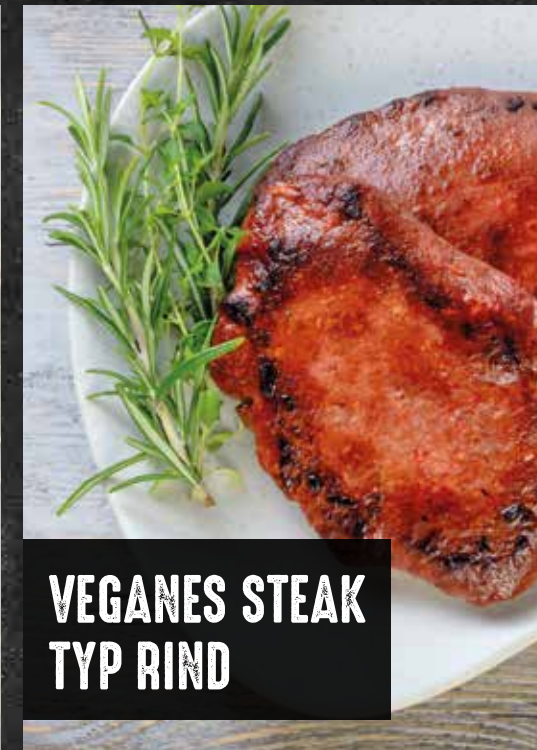
[www.avo.de/vegan-film-de.html](http://www.avo.de/vegan-film-de.html)



**VEGANER HACKDREH-  
SPIESS TYP DÖNER**



**VEGANE NUGGETS  
TYP HÄHNCHEN**



**VEGANES STEAK  
TYP RIND**

Art.-Nr. 2800200	Vegavo Vegan Funktion	13 kg-Sack
Art.-Nr. 3020100	Vegavo Weizentexturat	1 kg-Beutel
Art.-Nr. 3078700	Vegavo Compound Typ Hähnchen	1 kg-Beutel
Art.-Nr. 3078800	Vegavo Steak Typ Rind	1 kg-Beutel
Art.-Nr. 2823001	Vegavo Nugget Compound	2,1 kg-Beutel
Art.-Nr. 2840001	Vegavo Cevapcici Compound	1 kg-Beutel
Art.-Nr. 2448500	Methylcellulose	1 kg-Beutel
Art.-Nr. 2827300	Vegavo Pea Tex	6 kg-Sack
Art.-Nr. 1116213	Bissfest	1 kg-Beutel
Art.-Nr. 2850400	Vegavo Compound veganer Hackdrehspieß Typ Döner	1 kg-Beutel



**VEGANER BURGER  
TYP HÄHNCHEN**



**VEGANER  
FLEISCHKÄSE**



**VEGANE  
CEVAPCICI**



**VEGANES FILET  
TYP HÄHNCHEN**



**VEGANES GESCHNETZELTES  
TYP GYROS**



# WURST & AUFSCHNITT

... und so funktioniert es ...

Fertigungsvideos  
per Scan!



[www.avo.de/  
vegan-wurst-de.html](http://www.avo.de/vegan-wurst-de.html)

## TIPP

AVO Pflanzencreme ist auch zur Verbesserung der Textur bei Burgerpatties hervorragend geeignet!



**VEGANE  
STREICHWURST**



**VEGANE  
BRATWURST**

Viele Wurstprodukte lassen sich ganz ohne Fleisch herstellen, aber wenn es bei der Ernährung um das Reduzieren des Fleischkonsums geht, sind hybride Wurstprodukte eine interessante Alternative!

Art.-Nr. 1480300	Liq Pflanzencreme	4 kg-Eimer
Art.-Nr. 1590600	BIO Liq Pflanzencreme	25 kg-Eimer
Art.-Nr. 3052400	Vegavo Compound für vegane Bratwurst klassisch	1 kg-Beutel
Art.-Nr. 3396800	Vegavo Frische Bratwurst	1 kg-Beutel
Art.-Nr. 2968200	Vegavo Gewürzcompound für veganen Aufschnitt	3,75 kg-Beutel
Art.-Nr. 3044800	Vegavo Komplettmischung Leberwurst vegan	2,3 kg-Beutel
Art.-Nr. 2049600	Chorizo Classico, spanische Spezialität	1 kg-Beutel



**VEGANE BRÄHWURST  
TYP WIENER**



**VEGANER AUFSCHNITT  
TYP SCHINKENWURST**



**VEGANE BRATWURST  
TYP CHORIZO**



**VEGANE BRATWURST  
TYP THÜRINGER**



# KREATIVER INPUT

Nach Lust und Laune lassen sich die Produkte durch die Zugabe verschiedener Zutaten verfeinern und veredeln!

