



# WTF?

Woher kommen unsere Partner & Lieferanten?

---

## What the F...OOD!

Es gibt mittlerweile unzählige Labels, Gütezeichen und Zertifizierungen. Aber WTF, was steckt da eigentlich dahinter? Transparenz ist King bei uns! Und unsere WHAT THE FOOD Lieferantenliste unseres Vertrauens zeigt, dass Qualität nicht nur Geschmack, sondern auch einen Namen hat. Hier findet ihr also alle Betriebe, die für uns alle wichtigen Kriterien erfüllt haben:

**Nachhaltig. Ehrlich. Unkonventionell.**

**Saisonal. Regional.**

**Und mit großem Herz für Mensch, Tier & Umwelt.**



## Obst & Gemüse

### Biohof Achleitner

- ♥ Regional & bio
- ♥ "less waste"
- ♥ Strom aus eigener Erzeugung

## Tofu

### Sojarei der Familie Escher

- ♥ Soja aus der Region
- ♥ Bio
- ♥ 100% gentechnik-frei

## Marmelade

### Unverschwendet

- ♥ Gerettetes Obst & Gemüse
- ♥ Gegen Verschwendung
- ♥ Saisonal

## Fleisch

### Fleischerei Höllerschmid

- ♥ Regional
- ♥ Aus Österreich
- ♥ Fair

## Getreide

### Schalmühle Nestelberger

- ♥ Regional
- ♥ Bio
- ♥ Bester Geschmack

## Naturwein

### Weinskandal

- ♥ Bio / Biodynamisch
- ♥ Nachhaltig produziert
- ♥ Ressourcen schonend

## Eier

### Biohof Hammerl

- ♥ Auslauf auf grünen Wiesen
- ♥ Bio
- ♥ Glückliche Hennen & Hähne

## Kaffee

### Alpha Coffee

- ♥ Single Origin
- ♥ Ausgewählte Kaffeebauern
- ♥ Geröstet im Wienerwald

## Bier

### Bio-Brauerei Gusswerk

- ♥ Biologische Zutaten
- ♥ Biodynamisch
- ♥ Naturbelassene Herstellung

## Milchprodukte

### Biomolkerei Besser Bio

- ♥ Ausgewählte Bio-Bauern
- ♥ Aus dem Salzburger Land
- ♥ 100% gentechnik-frei

## Kräuter

### Homegrown Kräuter

- ♥ Aus dem eigenen Garten
- ♥ Bio
- ♥ Regenwasser zum Gießen

## Cola

### Peda Cola

- ♥ Biologischer Anbau
- ♥ Regionale Bio-Bauern
- ♥ 100% natürliche Zutaten

## Gewürze

### Hamburger Gewürzmühle

- ♥ Familienbetrieb
- ♥ Bio & Fair
- ♥ Direkter Import

## Tee

### Saint Charles Apothecary

- ♥ Nachhaltig
- ♥ Sozial
- ♥ Moralische & ethische Produkte

## Apfelsaft

### Ubl Doschek

- ♥ Regional & biologisch
- ♥ 100% direkt gepresst
- ♥ ohne Aromen & Zusatzstoffe



## Obst & Gemüse

Eferding im Hausruckviertel, Oberösterreich

### Biohof Achleitner

Beim Biohof Achleitner gilt immer Regionalität, first - weil die gesündesten Lebensmittel genau dort wachsen, wo wir zuhause sind. Deshalb kommen Alternativen aus dem Ausland daher erst ins Regal, wenn es die Waren in Österreich nicht mehr gibt oder gar nicht verfügbar sind. Verpackungen werden auf das gesetzlich mögliche Minimum reduziert. Und auch im Energiebereich setzt die Familie Achleitner auf Mutter Natur. Power kommt aus der eigenen Photovoltaik-Anlage oder, wenn nötig, unterstützt Ökostrom aus ausschließlich revitalisierten Wasserkraftwerken in Österreich.

## Fleisch

Walkersdorf im Kamptal, Niederösterreich

### Fleischerei Höllerschmid

Weil's nicht wurscht ist wo's herkommt. Deshalb beziehen wir unsere Fleischprodukte von der Fleischerei Höllerschmid. Die Produkte der Fleischerei Höllerschmid sind ausschließlich aus regionaler/österreichischer Herkunft. Bei jedem einzelnen Stück Fleisch ist die Herkunft bis zum Bauernhof, ja sogar bis zum Tier rückverfolgbar ganz nach dem Motto: Echt. Regional. Und das schmeckt man auch.

## Brot

Gaubitsch im Weinviertel, Niederösterreich

### Bio-Dampfbäckerei Öfferl

Damals wie heute wird mit viel Leidenschaft, wertvollen Biozutaten und ganz viel Liebe bereits in dritter Generation herrliches Sauerteigbrot gebacken. Das Motto von Georg und seiner Family? Was lange währt, wird noch besser und altmodisch ist das neue Modern. Deshalb wird auch heute so gebacken wie in Georg's Opa Zeiten schon - ganz nach traditionellem Handwerk, mit Urgetreidesorten, Rohmilch und alles von Hand. Jedes unserer heiß geliebten Madame Crousto Sauerteigbrote ist ein Unikat und das schmeckt man auch.

## Eier

Klein Kamp, Niederösterreich

### Biohof der Familie Hammerl

Ei-(n)kaufen mit bester Qualität kann man bei der Familie Hammerl bereits seit über 20 Jahren. Die Legehennen bekommen täglich bestes österreichisches Futter und natürlich genügend Auslauf auf den Wiesen, die auf 650m Seehöhe am Oberlauf des Kamp liegen. Und nicht nur die Hennen fühlen sich hier rundum wohl, auch die männlichen Kücken genießen ein Leben voller Gackern, Scharen und Plustern und können in aller Ruhe zum Hahn heranwachsen. Ganz im Einklang mit der Natur, nachhaltig und in bester Qualität, die (man) schmeckt - Farm to Table.

## Getreide

Perg im Mühlviertel, Oberösterreich

### Schälühle Nestelberger

Unser Getreide (Couscous, Quinoa, Bulgur) beziehen wir ausschließlich von der Familie Nestelberger. Womit sie bei uns punkten? Nestelberger steht von A wie Anbau bis Z wie Zertifizierung für hochwertige Qualität. Große Vielfalt, bestes Biogetreide von über 100 Landwirten aus der Region und mit einer gemeinsamen Mission: stets besten Geschmack zu liefern.



## Tofu

Traiskirchen/Thermenregion, Niederösterreich

### Sojarei der Familie Escher

Tofu aus Österreich? Oh, yes! Sojarei ist eine gentechnikfreie Bio-Sojaproduktion auf höchstem Niveau. Essen soll Spaß machen und bio & gentechnikfrei macht uns wirklich überglücklich. Für den leckeren Tofu werden ausschließlich Sojabohnen aus österreichischer Bio-Landwirtschaft mit einer großen Portion Liebe verarbeitet. Die kleine Wunderbohne wird seit mehr als 3.000 Jahren angebaut und stammt ursprünglich aus Ost-Asien. In Österreich selbst werden aktuell rund 25.000 Hektar jährlich angebaut und dies ermöglicht der Sojarei ihren Bedarf mit 100% Sojabohnen aus Österreich zu decken.

## Kräuter

Unser eigener Kräutergarten

### Homegrown

Wir lieben grüne Gärten und im Sommer beziehen wir unsere Kräuter aus unserem eigenen Garten - für uns natürlich die absolute Beste Wahl.

## Gewürze

Hamburg, Deutschland

### Hamburger Gewürzmühle

Würzig aber nicht scharf, ja die Mischung machts! Bereits in vierter Generation werden in Hamburg seit 1930 Kräuter & Spices mit und für die richtige Würze vertrieben. Ihr fragt euch bestimmt warum wir keinen österreichischen Spicedealer haben? Am Hamburger Hafen kommen die Gewürze aus über 40 Ursprungsländern an und in der Hamburger Gewürzmühle der Familie Schulz werden sie gemischt, in braune Jutesäcke abgepackt und in unsere Karma Kitchen 'verschifft'. Und wir machen mit den besten Gewürzen wieder unsere eigenen Familienmischungen. Das Rezept von unserem Mama und Papa Masala Mix wird von Generation zu Generation in Adi's Familie weitergegeben und wir freuen uns es mit euch zu teilen, ganz nach dem Motto: 'We love to spice up your life'.

## Marmelade

Schwendermarkt, Wien

### Unverschwendet

Gutes Obst und Gemüse wegwerfen? No way! Deshalb finden wir Unverschwendet so großartig. Gerettetes Obst und Gemüse wird von Unverschwendet zu herrlichen Marmeladen, Chutneys, Sirups oder Saucen verwandelt. Wir sind auch für Genuss und gegen Verschwendung und deshalb gibt's bei uns Marmeladen aus Obst, das vielleicht nicht 'schön' genug, zu klein oder einfach zu viel war. Eine tolle Initiative und beim Geschmack werden keine Abstriche gemacht.

## Apfelsaft

Kritzendorf, Niederösterreich

### Ubl Doschek

Ohne Zuckerzusatz, zu 100% direkt gepresst, nur sonnengereifte Äpfel aus biologischem Anbau und natürlich ohne jegliche Aromen oder Zusatzstoffe - so soll Apfelsaft.



## Karma Kaffee

---

Wolfsgraben im Wiener Wald, Niederösterreich

### ALPHA Coffee

Für Daniel und Karina ist Kaffee nicht einfach nur Kaffee. Das sehen wir ganz genauso, daher wussten wir gleich nur ALPHA Coffee kann unser neuer Karma Coffee sein. Mit ganz viel Liebe und Begeisterung wird der Kaffee ausgesucht und in einem ehemaligen Hallenbad von Hand hell geröstet. Und natürlich gilt bei Alpha Coffee das Credo 'Kaffeegenuss mit gutem Gewissen'. Denn unser Single Origin kommt aus der Huehuetenango Region, die als eine der besten Anbauregionen Guatemalas bekannt ist. Die hochwertigen Bohnen stammen ausschließlich von ausgewählten kleinen Kaffeebauern, werden vor Ort nass aufbereitet (washed) und dann mit ganz viel Liebe speziell für uns im Wienerwald geröstet. Das Geschmackserlebnis? Fruchtig, schokoladig, nussig und einfach 'Can't stop (me) now'!

## Tee

---

Mariahilf, Wien

### Saint Charles Apothecary

Weniger ist mehr und da es bei großartigen Produkten gar nicht viel braucht zeigen die leckeren Teemischungen der Saint Charles Apothecary. Die Philosophie: Back to the Roots - denn Mutter Natur birgt die besten Heilkräfte. Und deshalb servieren wir euch ab sofort Teekreationen, die nicht nur hervorragend schmecken sondern auch Hervorragendes bewirken.

## Milchprodukte

---

Bio-Bauern aus dem Salzburger Land

### Biomolkerei Besser Bio

Besser Bio, was sonst? Nur ausgewählte Biobauern, artgerechte Haltung, 100% gentechnikfrei und ausschließlich ohne Chemie dafür steht Besser Bio (ein). Wir lieben glückliche Kühe und unsere Milchprodukte von Besser Bio.

## Cola

---

Perg im Mühlviertel, Oberösterreich

### Peda Cola

Dieses Cola ist einfach anders, es sieht nicht aus wie Cola und es schmeckt viel besser. Denn der erfrischende Kräutersirup wird liebevoll aus biologisch angebautem Colakraut im Mühlviertel hergestellt. 100% natürliche Zutaten, ohne Colanuss! Muss man probiert haben und it's true: „Pedacola the Better Cola!“ und beweist Geschmack braucht keine Farbstoffe, Konzentrate sondern lediglich echte Zutaten von regionalen Biobauern.

## Blumen

---

Weinviertel, Niederösterreich

### Blumenbund

WTF... in diesem Fall What The Flowerpower? Gutes Essen macht glücklich und gleich noch viel glücklicher, wenn ein wunderschöner Strauß Blumen auf dem Tisch steht. Mit ganz viel Liebe gepflanzt, großgezogen und geerntet werden die nachhaltigen Schnittblumen von Blumenbund. Katharina ist ein respektvoller Umgang mit Ressourcen extrem wichtig und kreierte daher wunderschöne, saisonale Sträuße aus allen Pflänzchen, Blümchen und Co., die die Natur gerade so hergibt. Beim Anblick der Kreationen fühlt man sich gleich wie mitten auf der Blumenwiese, und damit diese auch gut erhalten bleiben, liefert Blumenbund die wunderschönen Sträuße auch per Fahrradboten. Schnittblumen mal anders: Nachhaltig, Regional, Saisonal, Bunt, Individuell.



## Bier

Hof bei Salzburg, Salzburg

### Biobrauerei Gusswerk

Warum das Bier der Biobrauerei Gusswerk besonders gut schmeckt? Bei Gusswerk gibt's nur rein biologische Zutaten aus biodynamischen Anbau und alte, naturbelassene Herstellungsverfahren, die den Kreis der Natur widerspiegeln. Ohne nix, mit den besten Zutaten und vom Braumeister selbst aus Leidenschaft gebraut, nur so kann sich der wahre Geschmack des Bieres entfalten. Prost!

## Naturwein

ausgewählte Bio-Weinbauern aus Österreich

### Weinskandal

Naturweine ohne Grenzen! Der liebe Moritz schenkt uns gerne reinen Wein ein. Warum wir Naturwein so lieben? Naturwein ist biologisch oder aus biodynamischen Anbau, wird immer nachhaltig produziert und es gibt per Definition keine Definition. No rules, just sexy wine! Die Weine vereinen das beste von früher mit dem Wissen von heute, sind lebendig, raw, haben - und verleihen - auch eine gewisse Leichtigkeit. Fragt uns doch am besten nach der aktuellen Selektion unserer Lieblingsweine, die wir speziell für euch im Karma Food 1020 und Karma Food 1070 ausgesucht haben.

#### Cola

Perg im Mühlviertel, Oberösterreich  
Peda Cola

#### Fleisch

Walkersdorf im Kamptal, Niederösterreich  
Fleischerei Höllerschmid

#### Getreide

Perg im Mühlviertel, Oberösterreich  
Schälmühle Nestelberger

#### Brot

Gaubitsch, Niederösterreich  
Bio-Dampfbäckerei Öfferl

#### Obst & Gemüse

Eferding im Hausruckviertel, Oberösterreich  
Biohof Achleitner

#### Apfelsaft

Kritzendorf, Niederösterreich  
Ubl Doschek

#### Eier

Klein Kamp, Niederösterreich  
Biohof Familie Hammerl

#### Blumen

Weinviertel, Niederösterreich  
Blumenbund

#### Kräuter

Marchfeld, Niederösterreich  
Altschachl Kräuter

#### Milchprodukte

Salzburger Land, Salzburg  
Besser Bio

#### Bier

Hof bei Salzburg, Salzburg  
Biobrauerei Gusswerk

#### Karma Tee

Mariahilf, Wien  
Saint Charles Apothecary

#### Karma Kaffee

Wolfsgraben, Niederösterreich  
Alpha Coffee

#### Tofu

Traiskirchen, Niederösterreich  
Sojarei Familie Escher

#### Marmelade

Rudolfshaus Fünfhaus, Wien  
Unverschwendet



# Karma Veggie Seasons

|               | Jänner | Februar | März | April | Mai | Juni | Juli | August | Sept. | Oktober | Nov. | Dez. |
|---------------|--------|---------|------|-------|-----|------|------|--------|-------|---------|------|------|
| Bärlauch      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Bohnen        |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Brokkoli      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Pilze         |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Chicorée      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Erbsen        |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Erdäpfel      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Fenchel       |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Frühlingszw.  |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Grünkohl      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Gurke         |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Karfiol       |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Karotten      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Knoblauch     |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Kohlrabi      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Kren          |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Kürbis        |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Lauch         |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Mangold       |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Melanzani     |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Pak Choi      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Paprika       |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Pastinaken    |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Radicchio     |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Radieschen    |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Rettich       |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Rote Rüben    |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Rotkraut      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Schwarzwurzel |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Sellerie      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Spargel       |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Spinat        |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Süßkartoffel  |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Tomaten       |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Topinambur    |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Wirsing       |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Zucchini      |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Zuckermais    |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |
| Zwiebel       |        |         |      |       |     |      |      |        |       |         |      |      |

keine Saison  
Nebensaison  
Hauptsaison