

SEPTEMBER 9/10

OLISE LADE

DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG FÜR KÜCHE, HEIM UND FREIZEIT

das Heft zum Sammeln
MORE&MORE
Genuss zum
Verschenken



**Dem Schnitzel
auf der Spur**

frisch und
fründlich **Volg**



Schweizer Raclette

Ein Genuss zum Dahinschmelzen.



** In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.*

Genuss zum Verschenken



Editorial

Der Sommer 2010 hat uns viele Hitzetage beschert. Wer an solchen Tagen arbeiten musste, beneidete natürlich die glücklichen Kolleginnen und Kollegen, welche diese Zeit irgendwo am Strand oder in den Bergen verbringen konnten. Doch auch bei den Daheimgebliebenen herrschte mehrheitlich eine lockere Stimmung. Man freute sich auf die lauen Abende und Wochenenden. In diesen Tagen blieben auch viele Fernseher ausgeschaltet. Man bevorzugte Live-Unterhaltung in der Badi, beim Grillieren und genoss das fröhliche Zusammensein, anstatt alte Filme und Wiederholungen zu konsumieren.

Ausserordentlich gefragt sind an heissen Tagen aber unsere Dorfläden, denn bei 30 Grad erspart man sich gerne die Fahrt ins Einkaufszentrum. Gerade an solchen Tagen schätzt man das rasche und bequeme Einkaufen: Brot, Fleisch, Käse, Salat, Früchte, Getränke, Glacen usw. sind schnell im Korb oder im Wagen – und dann ab in den Garten oder auf den Balkon. Es freut uns, dass wir vielleicht auch Ihnen so manchen Feierabend verlängern und verschönern, Sie vielleicht sogar in Ferienstimmung versetzen konnten.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung

MORE & MORE



Küche



Freizeit



KÜCHE aktuell Schnitzeljagd im Schnitzzelland	5–7
Kochschule Kochen lernen von Profis	8–11
Marktplatz Ein Kraut für alle Fälle	12–13
Saison im Volg Süss und saftig	43
Activo Kurs Weihnachtsengel aus Gips	33
Naturena Neue Kurse auf den Erlebnishöfen	35
Teens Lernen? Easy!	37
Kochkurs Hausgemachte 5-Sterne-Produkte	39
volgi volgine Verpasst das neue HEY nicht!	41
Weinerlebnis Stark, aber lieblich	14–15
Hausmarke Basta? – Bei Pasta nie	17
Typisch Schweiz Typisch Volg	18–19
Novissimo Neu in Ihrem Volg	20–21
Aktueller Tipp Fruchtig frisch in den Tag	23
In eigener Sache 3+ OISICHUCHI DI FRISCH UND FRÜNDLICH HOCHSENDIG VOM VOLG	25
Wettbewerb Gewinnen mit Gottlieber Spezialitäten	27
Dorfladen Drei Generationen – ein Volg	28–29

TÄGLICH FRISCH

TÄGLICH FINDUS



natürlich gut
natürlich gut

ohne Zusatz von
✓ Geschmacksverstärkern
✓ Farbstoffen



Frisch. Frischer. Findus.

Schnitzel-

jagd im Schnitzel-

land

Kommen Sie mit uns auf Schnitzeljagd. Dabei finden Sie traditionelle Schnitzelvarianten, entdecken aber auch ganz neue.



Gefüllt mit einem Rindsplätzli und einer südländischen Sauce: das mediterrane Schnitzelbrot.

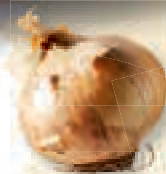


Weinempfehlung

Der australische Shiraz, Cabernet-Sauvignon, Merlot Bimbadgen, passt perfekt zu währschaften Fleischgerichten wie dem Schnitzelbrot.

Wer A sagt, muss auch B sagen. Und muss, wer Schnitzel sagt, auch Wiener Schnitzel sagen? Keinesfalls. Zwar ist das Wiener Schnitzel sicherlich das bekannteste Gericht, wenn es ums Schnitzel geht, aber weit nicht das einzige, was sich Schnitzel nennen darf. Wir haben in der Schnitzelkiste nach

kreativen Ideen gekramt und für Sie Schnitzel traditionell, aber auch ganz anders zubereitet. Sie werden staunen: Nicht immer spielt das Fleisch dabei die Hauptrolle. Der perfekte Kartoffelsalat und Rahmsaucen in verschiedensten Variationen dürfen natürlich nicht fehlen. Lassen Sie sich auf den nächsten Seiten überraschen. ▶





Exotisch paniert:
Sellerschnitzel im
Kokosmantel mit
Peperonicoulis.



Sprach man um das Jahr 1200 herum von einem «Schnitt», sagte man «Sniz». Von diesem mittelhochdeutschen Begriff stammt das heutige Schnitzel ab. Ein Schnitzel ist also allgemein gefasst ein Stück, das von einem Gegenstand abgeschnitten wurde. Nimmt man heute das Wort Schnitzel in den Mund, geht der Otto-Normal-Esser davon aus, dass es sich um ein paniertes Stück Fleisch vom Schwein oder Kalb handelt.

EIN SCHNITT, VIELE SCHNITZEL

Das muss aber nicht sein. Denn aus einem solchen Schnitt lässt sich eine Vielfalt an kreativen Schnitzelgerichten zaubern. Unsere Schnitzel bestehen in ihrer Grundlage nicht aus dem klassischen Kalbs- oder Schweinefleisch, sondern Pouletfleisch, Fisch, Frucht und Gemüse sind die Basis dafür.

EINE FÜLLE FÜR DIE HÜLLE

Und die Panade? – Auch für die Hülle gibt es Varianten in Fülle: Exotisch mit Kokosraspeln, süß aus Zucker oder italienisch im



Wein
empfehlung

Der kräftige Sangiovese Daunia IGT aus dem Stiefel Italiens und die Poulet-involtini sind ein optimales Duo.

Originell aufgerollt:
Pouletinvoltini alla
Saltimbocca.



Von Teig umhüllt: Lachspiccata mit Safran.



Weinempfehlung

Der fruchtige Chardonnay Bimbadgen harmoniert wunderbar mit dem Lachs.

VOLG
Koch
KURS SEPTEMBER/OKTOBER

Selbstgemachte Gourmet- produkte

Würzige Chutneys, pikante Sugos oder ein fruchtiger Senf. Produzieren Sie Ihre eigene Gourmet-Linie für Ihren Vorrat oder zum Verschenken. Alle Infos finden Sie auf Seite 39.

Piccata-teig präsentiert sich uns eine wahre Panaden-Parade. Umhüllt von zwei Ciabatta-Brot-scheiben, kommt das Schnitzel handlich und rustikal daher. Und im Falle unserer Involtini, stellt das Pouletschnitzel gleich selbst den Mantel für ein schmackhaftes Innenleben dar. Es führen eben nicht nur alle Wege nach Rom, sondern auch ganz viele Spuren zum perfekten Schnitzel – das definitiv nicht immer aus Fleisch und klassisch paniert sein muss.

Süsse Variante: karamellierte Ananasschnitzel mit Mascarpone-Creme.



Überraschenden

Schnitzeln

hinterher



Sämtliche Rezepte finden Sie ab Seite 45.

Wiener Gold- schatz entdeckt

Es ist aus Kalbfleisch, am besten von der Nuss. Es wird in pures Ei getaucht, ohne Zugabe von Milch oder Rahm. Es wird in der Pfanne ausgebacken – keinesfalls in der Fritteuse. Und es ist von einem tiefen Goldgelb, wie man es von der berühmten Stradivari-Geige kennt: das echte Wiener Schnitzel. Und wenn Sie ein solches auf-tischen möchten, besagt ein ungeschriebenes Gesetz, ist es zudem Ehrensache, die Brösel für die Panade selbst herzustellen. Mahlzeit!



Der Profi für heiße
Küchentipps:
Ruedi Lehmann

- Das Flachklopfen sollte nicht zu stark ausfallen, damit das Fleisch nicht auseinander reisst. Klopf-t man von der Mitte her, wird das Fleisch gleichmässig dünn.
- Beim Ausbacken sollte die Brat-but-ter schön schäumen, aber nicht zu heiss werden.
- Ein besonders knuspriges und saftiges Schnitzel bekommt man, indem man das Schnitzel während des Ausbackens mehrmals wendet. Da-bei mit einem Löffel zwischendurch Butter über die Seite geben, die ge-rade nicht in der Butter schwimmt.
- Vor dem Servieren auf Küchenpa-pier abtropfen lassen.

Butterbad: Ein echtes Schnit-zel wird schwimmend in der Pfanne zirka 5 Minuten beidseitig ausgebacken.



Schritt für Schritt Wiener Schnitzel



1. Das Fleisch zwischen Klarsichtfolie von der Mitte heraus flach klopfen, beispielsweise mit einem flachen Pfannenboden.



2. Das gewürzte Schnitzel rundum im Mehl wenden, gut abklopfen, ins Ei tauchen und kurz abtropfen lassen.



3. Anschliessend das Fleisch beidseitig mindestens zwei Mal im «Mie de Pain» wenden. Die Panade gut andrücken.



**Wein
empfehlung**

Der elegante Cabernet Sauvignon Chile ist ein hervorragender Begleiter zum Wiener Schnitzel.



Fleisch, Toast, Mehl, Eier und Zitrone:
alles, was ein Wiener Schnitzel braucht.



Olivenöl, Aceto Balsamico, Kapern, Tomaten und Oliven – der Süden lässt grüssen.



Die Schüssel zum Erfolg: ein klassischer oder ein mediterraner Kartoffelsalat zum Schnitzel, und das Geschmackserlebnis ist perfekt.

Im Visier: der perfekte Kartoffelsalat

Der Kartoffelsalat – auf österreichisch «Erdäpfelsalat» – ist der perfekte Begleiter für jedes Wiener Schnitzel. Anders als beim Fleisch ist man hier weniger streng. Hauptsache, er schmeckt und wird frisch zubereitet. Im Klassiker darf die Mayonnaise natürlich nicht fehlen. Für die nötige Frische sorgt die Salatgurke. Doch warum nicht einmal Neues wagen? – Mit mediterranen Gewürzen und Zutaten bekommt diese Beilage einen wunderbaren Hauch Süden.



Wenige Zutaten aus Ihrem Volg für den klassischen Kartoffelsalat.

Schritt für Schritt Kartoffelsalat



1. Die Kartoffeln ungeschält in einen Topf mit kaltem Wasser geben und kochen lassen, bis sie gar sind.



2. Die Kartoffeln noch warm schälen, in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben.



3. Mayonnaise mit dem Schwingbesen direkt unter die Bouillon rühren. **4.** Die geschälten Kartoffeln mit der warmen Sauce übergießen. Danach die restlichen Zutaten begeben und würzen.



Schweinekoteletts
ca. 550 g
100 g **Fr. 1.85**



Rindshackfleisch
gehackt
ca. 550 g
100 g **Fr. 1.40**



Salami Milano
geschnitten
ca. 250 g
100 g **Fr. 1.95**



Falsche
Cordonbleu
3 Stück, ca. 450 g
100 g **Fr. 1.95**

11 Möglichkeiten, Ihr Sparschwein in Topform zu bringen.



Kochspeck
ca. 550 g
100 g **Fr. 1.65**



Schweinshuft-Steak
mariniert ca. 600 g
100 g **Fr. 2.45**



Wienerli
4 Paar, 400 g
Fr. 5.60



Cervelas
4 Stück, 400 g
Fr. 3.40



Delikatess-
Fleischkäse
ca. 450 g
100 g **Fr. 1.40**



Bratwurst
4 Stück, 520 g
Fr. 6.50



Vorderschinken
geschnitten ca. 250 g
100 g **Fr. 2.15**

FAMILIENPREIS

Würste, Koteletts, Hackfleisch, Schinken, Speck und Steaks – die beliebtesten Fleischprodukte gibt es bei Volg zum fast unschlagbaren Familienpreis. Hervorragende, kontrollierte Qualitäts-Produkte in Packungsgrößen, die nach Sport und Spiel für die ganze Familie oder Clique reichen. Und auch das Sparschwein satt machen.

Typisch Familienpreis:
Gross in der Menge, klein im Preis.
Exklusiv in über 550 Volg-Läden.



Sämtliche Rezepte finden Sie ab Seite 45.

*Das Rahmschnitzel,
klassisch mit Champignons,
schmeckt Klein und Gross.*



Für jedes Fleisch die passende Sauce



Zum sehr aromatischen **Rindfleisch** darf auch die Rahmsauce geschmacksintensiv sein. Eine **Kräuter-rahmsauce** ist ideal.

Das saftige **Schweinefleisch** ist der Klassiker fürs Rahmschnitzel. Daher passt hier die traditionelle **Champignonrahmsauce** perfekt dazu.

Poulet und Zitrone sind ein perfektes Paar. Auch beim Pouletschnitzel ist die **Zitronenrahmsauce** eine wunderbare, sehr frische Kombination.

Beim zarten **Trutenfleisch** darf es in der Sauce etwas gehaltvoller zu und hergehen. Durch die Zugabe von **Frischkäse** wird die Rahmsauce besonders sämig.

Das Rahmschnitzel gehört zu den beliebtesten Gerichten der Schweizer Küche. Weil es schmeckt. Und auch, weil die Rahmsauce mit wenigen Grundzutaten einfach und rasch zubereitet ist. Und wenn es einmal ein anderer Saucengeschmack sein soll? – Kein Problem. Etwas Zitronensaft und –schale, Frischkäse oder frische Kräuter dazugeben, und aus der gewöhnlichen Rahmsauce werden im Handumdrehen weitere feine Saucenvarianten. Beim Klassiker, dem Rahmschnitzel, sorgen Champignons für die perfekte Vollendung.

Eine Grundsauce — viele Varianten



Je nach Belieben erhält die Rahmsauce eine andere Note.

Tipps & Tricks

- Das Fleisch mindestens eine Stunde vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen, so ist der Schock in der Pfanne kleiner, und es tritt weniger Saft aus.
- Nur wenn das Fleisch vor dem Braten mit Küchenpapier getrocknet wird, entsteht eine schöne Bratstruktur und Farbe auf dem Fleisch.
- Wenn Sie Ihr Fleisch nach dem Braten in der Sauce ziehen lassen wollen, wenden Sie es jeweils vor dem Anbraten in Mehl.
- Gerät die Sauce zu dünn, 1 Teil Mehl und 1 Teil zimmerwarme Butter vermischen, in die Sauce geben und aufkochen.

Die Grundzutaten für eine Rahmsauce, die beliebig abgewandelt werden kann.

*Süss und sauer:
Sauerkraut mit
asiatischem Touch.*



*Kraut in der Kartoffel:
Die tolle Knolle erhält
eine Sauerkrautfüllung.*

*Die Grundlage für das
Kraut: der Weisskohl –
eine Prachtkugel.*



Ein

st von Sauerkraut die Rede, kommt einem in erster Linie Deftiges in den Sinn: Berner Platte, Knödel, Speck und Würste. Kurzum: richtige Sattmacher mit entsprechend hoher Kalorienzahl. Das liegt jedoch nur an den Beilagen. Denn das Kraut selbst ist alles andere als ein Dickmacher. Mit nur 15 Kilokalorien pro 100 Gramm und praktisch fettfrei passt es sogar auf einen Diätplan. Trotzdem ist im Kraut viel drin – an gesunden Vitaminen. Bereits eine Portion Sauerkraut von 200 Gramm deckt einen Drittel des täglichen Bedarfs von Vitamin C ab.

Tipps & Tricks

- Kohl kann auch roh, zum Beispiel im Salat, gegessen werden.
- Auch für eine Gemüsebeilage eignet er sich. Dafür den Kohl rüsten und fein schneiden, zu angedünsteten Zwiebeln geben, mit Bouillon ablöschen, mit Rahm verfeinern und etwas würzen.

AUCH FÜR EMPFINDLICHE MÄGEN

Die leichte Speise ist allerdings nicht für jeden auf Anhieb leicht bekömmlich. Wer einen empfindlichen Magen hat, isst am besten genügend Kartoffeln zum Kraut, sie binden die überschüssige Säure im Magen. Durch regelmässiges Essen von kleinen Sauerkrautportionen gewöhnt sich der Magen zudem langsam an die gesunde Säure.

DAS GANZE JAHR SAISON

Schweizer Sauerkraut hat das ganze Jahr Saison. Obwohl es meist nur im Winter auf den Tellern landet. Dabei sind die Möglichkeiten, Sauerkraut zuzubereiten, gross: als Füllung für den Apérogipfel, als Suppe oder Salat, als leichtes Gericht für heisse und als währschafte Speise für kalte Tage. Ein Kraut, das also keineswegs «Chabis» auf dem Menüplan ist.

VOM KOHL ZUM KRAUT

Wenn die Schweizer Kabisse ab Anfang August leicht gelblich

auf den Feldern leuchten, sind sie erntereif. Für das Einsäuern werden die Köpfe gerüstet, fein gehobelt und eingesalzen in Gärbottiche gefüllt. Unter Druck und luftdicht verschlossen, beginnen die Milchsäurebakterien zu arbeiten. Während des Gärungsprozesses der nächsten paar Wochen wird Zucker zu Milch und Essigsäure vergoren, was dem Sauerkraut sein spezielles Aroma verleiht. Pasteurisiert ist es 18 Monate haltbar. ◀

Gesund, gut und günstig:
Sauerkraut hat viele Vorzüge und
ist dank seiner vielen
Vitamine auch ein wahres
Powerkraut.



**Kraut für
alle Fälle**



*Kraut im Teigmantel:
überraschend anders.*

Sauerkraut-Gipfeli

Zutaten für 4 Personen:

50 g Speckwürfel in einer Pfanne erhitzen, 1 Zwiebel, fein gewürfelt, beigegeben und anschwitzen, 200 g Sauerkraut dazugeben und ca. 3 Min. mitschwitzen, auskühlen lassen. Etwas Cantalou-Frischkäse, 1 Ei und 50 g Sprinz untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. 1 rechteckiger Blätterteig in kleinere Rechtecke schneiden und auf jedes einen Löffel Sauerkrautmasse geben. Teig zu Gipfel rollen und biegen. Mit Eigelb bestreichen und im vorgeheizten Ofen bei 180 Grad ca. 15 Minuten backen.



*Kraut in der Suppe:
originell mit Apfel und
Landjäger als Einlage.*

*Kraut auf dem Kuchen:
der berühmte
Flammkuchen mit
Sauerkraut serviert.*



Sauerkrautgerichte und viele weitere
Kochideen finden Sie in unserer
Rezeptdatenbank unter www.volg.ch

Praktisch: fertig gekochtes
Sauerkraut, das mit wenig Auf-
wand verfeinert werden kann.
Erhältlich in Ihrem Volg.

Stark, aber lieblich

Von «Sanguis Giove» – das Blut Jupiters – leitet sich der Name von Italiens bedeutendster Traubensorte «Sangiovese» ab. Der Sangiovese Daunia macht dieser Wortbedeutung aus dem Spätlateinischen mit seinem satten Rubinrot denn auch alle Ehre. Da er aus dem südlichsten Zipfel des Landes stammt – aus dem Stiefelabsatz Apulien – hat er viel Sonne getankt und somit einen leicht süsslichen Auftakt. Er ist fruchtbetont am Gaumen und trinkt sich trotz seiner 14 Volumenprozent leicht.

EIN WEIN, DER GEFÄLLT

Dieser gefällige Rotwein ist ein perfekter Begleiter für das Quartierfest an einem wunderschönen Spätsommerabend, passt zu Fleisch- und Wurstgrilladen und natürlich zu klassisch-italienischen Gerichten wie Pasta, Pizza und Crostini. Oder aber man vermählt ihn gekonnt mit einem währschaften Schweizer Käse.

PIKANT UND CREMIG

«Der scharfe Maxx» von der Käseerei Studer in Amriswil ergänzt den gehaltvollen Sangiovese Daunia perfekt. «Der scharfe Maxx» hält, was sein Name verspricht: Er ist pikant. Trotz seines rustikalen Geschmacks

ist er im Gaumen aber fein und sehr cremig. So sind diese beiden zwar ein starkes, aber eben auch liebliches Duo, das man einfach gern haben muss! Ob zum Apéro oder Geschwellten – der würzige Thurgauer und der rassige Südtaliener sind ein schönes Paar für wahre Geniesser. ◀

Zieht der Herbst langsam ins Land, dürfen Wein und Käse ruhig wieder etwas kräftiger sein. Wie der Sangiovese Daunia und «Der scharfe Maxx».

**Wein
des Monats**
Sangiovese
Daunia IGT
75 cl, statt Fr. 8.50
Fr. 6.50

**Käse
des Monats**
Der scharfe Maxx
100 g statt Fr. 2.65
Fr. 1.95



Von Thurgauer Kühen



Thomas Studer von der Käseerei Studer in Amriswil

Frische Rohmilch von Thurgauer Kühen, die mit Gras und Heu, aber nicht mit Silofutter ernährt werden, ist das Ausgangsprodukt für «den scharfen Maxx» der Käseerei Studer. Nach 5 bis 7 Monaten ist dieser natürliche Halbhartkäse bereit zum Genuss. Und eins ist sicher: Neben dem guten Geschmack ergibt sich durch den Namen des Käses auch immer ein lustiges Tischgespräch.

WEIN Notizen

Muss Wein immer liegend lagern? – Nein. Das gilt nur für Flaschen mit einem Naturkorkenzapfen. So wird der Korken feucht gehalten. Trocknet er aus, schrumpft er und lässt Luft an den Flascheninhalt. Bei Drehverschlüssen oder Kunststoffkorken bringt diese Lagerung keinen Vorteil – ausser, dass sich Flaschen besser stapeln lassen.

75 cl, statt Fr. 8.50
Fr. 6.50



75 cl, statt Fr. 9.90
Fr. 7.90



75 cl, statt Fr. 10.50
Fr. 8.50



75 cl, statt Fr. 7.90
Fr. 6.30



75 cl, statt Fr. 10.90
Fr. 8.50



75 cl, statt Fr. 11.90
Fr. 9.50



SANGIOVESE DAUNIA IGT 2008

ITALIEN
FARBE: sattes Rubinrot.
CHARAKTER: sehr aromatisch, fast exotisch, weich, fruchtbetont und leicht süsslicher Auftakt.
TRINKREIFE: jung trinken.
PASST ZU: Grilladen, Pastagerichten, Pizza, Crostini, Tapas.
GENIESSEN BEI: 14–16° C.
BEWERTUNG: 16,5 Punkte.

CABERNET SAUVIGNON LA PALMA 2009

CHILE
FARBE: elegantes Rubinrot.
CHARAKTER: Aromen von schwarzen Beeren mit Noten von Schokolade, Eichenholz. Im Gaumen kräftig, intensiv, weich und rund.
TRINKREIFE: bei guter Lagerung 2 bis 4 Jahre.
PASST ZU: Fleischgerichten, Pasta und Käseplatten.
GENIESSEN BEI: 16–18 °C.

FENDANT AOC VALAIS BLANC D'AMOUR 2009

SCHWEIZ
FARBE: helles Gelb.
CHARAKTER: intensiver Duft nach Lindenblüten, sehr mineralisch. Fruchtbetont am Gaumen, harmonisch mit schöner Vitalität.
TRINKREIFE: jung trinken.
PASST ZU: Apéro, Krevetten- und Meeresfrüchtesalat, Fleisch, Fisch, Raclette.
GENIESSEN BEI: 8–10 °C.

BIANCO SALENTO IGT 2008

ITALIEN
FARBE: blasses Gelb.
CHARAKTER: aromatischer Auftakt aus Aprikosen, Fleur de Sel, Jasmin. Im Gaumen süffig, saftig und blumig. Lieblich vom Gehalt.
TRINKREIFE: jung trinken.
PASST ZU: weissem Fleisch, Muscheln, frittierten Fischen, Poulet vom Grill, gebackener Forelle.
GENIESSEN BEI: 9–11 °C.
BEWERTUNG: 16,5 Punkte.

SAUVIGNON BLANC LA PALMA 2008

CHILE
FARBE: schönes Hellgelb.
CHARAKTER: in der Nase sehr präsenzte Aromen von Grapefruit, Birne und Pfirsich. Im Gaumen angenehm frisch und intensiv.
TRINKREIFE: jung trinken.
PASST ZU: Aperitif, Meeresfrüchten, Spargel und Gemüseplatten, Teigwaren und Ziegenkäse.
GENIESSEN BEI: 10–11 °C.
BEWERTUNG: 16,75 Punkte.

BIMBADGEN CHARDONNAY 2008

AUSTRALIEN
FARBE: Strohgelb.
CHARAKTER: intensive Aromen. Weicher, leicht süsser Auftakt mit frischer, runder Struktur. Langer Abgang.
TRINKREIFE: bei guter Lagerung bis 4 Jahre.
PASST ZU: Poulet, Riz Casimir, Ente süss-sauer, Weichkäse.
GENIESSEN BEI: 10–12 °C.

75 cl, statt Fr. 7.90
Fr. 5.90



75 cl, statt Fr. 11.90
Fr. 9.50



75 cl, statt Fr. 7.90
Fr. 5.90



CABERNET SAUVIGNON CASWELL 2008

KALIFORNIEN
FARBE: Kirschrot.
CHARAKTER: dichter, reifer Auftakt mit feinem Kirschenaroma. Gut eingebundene Tannine, gefolgt von Vanillenoten und Röstaromen, ergeben einen anhaltenden Abgang.
TRINKREIFE: 3 bis 4 Jahre.
PASST ZU: Braten, Wild, Grilladen und Käse.
GENIESSEN BEI: 16–18 °C.

BIMBADGEN SHIRAZ CABERNET MERLOT 2008

AUSTRALIEN
FARBE: dunkles Kirschrot.
CHARAKTER: grosse Aromavielfalt: Ingwer, Pfeffer, Gewürznelken und Eukalyptus verbinden sich mit schwarzen Beeren und Vanille.
TRINKREIFE: bis 5 Jahre.
PASST ZU: Spareribs, Fleisch vom Grill, Wildgerichten, Kalbshaxen an Rotweinsauce.
GENIESSEN BEI: 16–18 °C.
BEWERTUNG: 17 Punkte.

WHITE ZINFANDEL CASWELL 2009

KALIFORNIEN
FARBE: helles Kirschrot.
CHARAKTER: in der Nase Aromen von Himbeeren und verschiedenen Früchten; im Gaumen süss, begleitet von weichen Tanninen. Ein lebhafter Wein mit vitaler Frische.
TRINKREIFE: jetzt schön zum Trinken, bis 3 Jahre.
PASST ZU: asiatischen Gerichten, Sweet & Sour oder zum Apéro.
GENIESSEN BEI: 8–10 °C.
BEWERTUNG: 16,5 Punkte*.

MEINE Bestellung

ROTWEINE

- Anzahl 6er-Karton **SANGIOVESE DAUNIA IGT** 75 cl nur Fr. 39.– statt Fr. 51.–
- Anzahl 6er-Karton **CABERNET SAUVIGNON LA PALMA** 75 cl nur Fr. 47.40 statt Fr. 59.40
- Anzahl 6er-Karton **CABERNET SAUVIGNON CASWELL** 75 cl nur Fr. 35.40 statt Fr. 47.40
- Anzahl 6er-Karton **BIMBADGEN SHIRAZ CABERNET MERLOT** 75 cl nur Fr. 57.– statt Fr. 71.40

ROSÉWEINE

- Anzahl 6er-Karton **WHITE ZINFANDEL CASWELL** 75 cl nur Fr. 35.40 statt Fr. 47.40

WEISSWEINE

- Anzahl 6er-Karton **FENDANT AOC VALAIS BLANC D'AMOUR** 75 cl nur Fr. 51.– statt Fr. 63.–
- Anzahl 6er-Karton **BIANCO SALENTO IGT** 75 cl nur Fr. 37.80 statt Fr. 47.40
- Anzahl 6er-Karton **SAUVIGNON BLANC LA PALMA** 75 cl nur Fr. 51.– statt Fr. 65.40
- Anzahl 6er-Karton **BIMBADGEN CHARDONNAY** 75 cl nur Fr. 57.– statt Fr. 71.40

Ich hole den Wein in folgendem Laden ab:

Name Vorname

Strasse/Nr. PLZ/Ort

Telefon Datum Unterschrift

Coupon im Volg-Laden Ihrer Wahl abgeben. Nach rund 14 Tagen ist Ihr Wein im Laden abholbereit. Jahrgangsänderungen vorbehalten. Diese Aktion gilt vom 30. August bis 2. Oktober 2010, solange Vorrat.

«... und was backen Sie heute Ihren Liebsten?»



Kräuter-Lorraine mit Lachswürfeln

Für 1 Wähenform von ca. 24 cm Durchmesser

Vor- und Zubereitung: ca. 20 Minuten

Backzeit: ca. 30 Minuten

Zutaten

- 1 LEISI Quick Kuchenteig oder Kuchenteig Rustica, rund ausgewählt
- 6 EL Weizenkeime

Belag

- 2 Becher (360 g) Saucehalbrahm
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 4 Eier
- 2 Bund Schnittlauch, fein geschnitten
- 2 Bund glatte Petersilie, fein gehackt
- 1 Bund Grill-Mix-Kräuter (Rosmarin, Thymian, Salbei), fein gehackt
- 1 EL Mehl
- ½ TL Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 300 g Lachsfilet ohne Haut, in ca. 2 cm grosse Würfel geschnitten

Zubereitung

Den Ofen auf 220°C vorheizen. Den Teig mit dem Backpapier in die Wähenform legen, gut andrücken, mit einer Gabel mehrmals einstechen und mit Weizenkeimen bestreuen. Alle Zutaten für den Belag mischen, auf den Teig geben. In der untersten Rille des vorgeheizten Ofens ca. 30 Minuten backen. Den Kräuter-Lorraine herausnehmen, in Stücke schneiden und möglichst heiss servieren.



Mehr Rezepte sowie Tipps & Tricks finden Sie auf: www.leisi.ch

* Sowie ohne E-Nummern. Dies gilt für unsere Kuchenteige sowie unseren Mürbeteig.

Freuen Sie sich drauf.

Basta? – Bei Pasta nie



500 g
Fr. 2.10

500 g
Fr. 1.75

500 g
Fr. 2.–

500 g
Fr. 2.40

500 g
Fr. 1.75

500 g
Fr. 2.–

Teigwaren in
aller Form bei
der Volg-Haus-
marke Pasta.

Die Schweizer
haben Pasta ins
Herz geschlossen.

Stolze 10 Kilogramm Teigwaren verspeist jeder Schweizer jährlich. Eintönig wird's auf dem Teller trotzdem nicht: Spaghetti, Hörnli, Spiralen, Nudeli oder Spätzli, als Hauptgericht oder Beilage, mit verschiedensten Saucen, als Salat oder gratiniert ist die Teigwarenwelt vielfältig.

WERTVOLLES WASSER

Die Volg-Teigwaren werden seit über einem Jahrzehnt in der italienischen Schweiz bei Pasta Simona hergestellt. Inhaber

Alberto Simona kennt das Geheimnis der perfekten Pasta: «Entscheidend ist die Qualität des Wassers, da dessen Mineraliengehalt nach dem Trocknen der Pasta verbleibt.» Das Wasser der Volg-Teigwaren ist von exzellenter Qualität und stammt aus einer Quelle am Monte Tamaro. Daher wurde der Firmensitz gleich in die Nähe dieses Berges gelegt. Erstklassiger Hartweizen und Eier aus kontrollierter Haltung tragen den Rest zum guten Gusto bei. «Buon appetito» kann man da nur sagen! ◀

Von Pasta hat der Schweizer nie genug. Nur die Italiener essen noch mehr davon. Das Qualitäts-Geheimnis der Volg-Teigwaren ist eine Quelle im Tessin.

Viele Pasta-Rezepte finden Sie unter www.volg.ch



«Frisch, fründlich und von bester Qualität – unsere Öpfelringli passen total gut zum Volg», sagt Öpfelfarm-Chef Roland Kauderer. «Wir haben die gleiche Wellenlänge, das macht die Zusammenarbeit seit Jahren so angenehm und erfolgreich.»

Der süsse Duft nach frischen Äpfeln in den hellen, lichtdurchfluteten Produktionsräumen der Olmishausener Öpfelfarm lässt einem unweigerlich das Wasser im Mund zusammenlaufen: Es wird höchste Zeit, eines dieser sagenumwobenen Öpfelringli zu probieren! Bereits nach dem ersten Bissen fühlt man sich wie im Garten Eden. Einen derart fruchtigen und intensiven Geschmack hätte man einem getrockneten Öpfelringli nicht zgetraut. Öpfelfarm-Chef Roland Kauderer, mit überraschten aber glücklichen Kunden-Gesichtern bestens vertraut, lacht: «Ich habe noch niemanden kennen-

gelernt, dem meine Öpfelringli nicht schmecken!» Das Geheimnis der Öpfelfarm-Öpfelringli liegt in ihrer schonenden Herstellungsweise. Es werden nur allerbeste Jonagold-Äpfel aus der Region weiterverarbeitet.

EINE FRAGE DER QUALITÄT

«Nur wenn die Qualität der Äpfel absolut erstklassig ist, kann am Schluss auch die Qualität der Ringli stimmen», erklärt Roland Kauderer. Darüber hinaus werden die Öpfelringli mitten in Mostindien noch weitgehend von Hand und ohne Zugabe von Fremdstoffen produziert. Der 40-jährige vierfache Familien-

Ob als Znüni für ABC-Schützen, als Tourenproviant für Wandervögel oder als Zwischendurch im Büroalltag: Getrocknete Öpfelringli sind unwiderstehlich.

Paradiesisch

vater versichert: «Unsere Ringli sind Natur pur.»

GESUNDES VERFAHREN

Durch die relativ tiefe Temperatur beim Trocknungsprozess (35 Grad) wird im Gegensatz zum üblichen Dörrprozess sichergestellt, dass Vitamin C sowie wertvolle Enzyme und Mineralstoffe in den Früchten bleiben. Am Schluss konzentrieren sich die gesunden Inhaltsstoffe und das natürliche Aroma von anderthalb Kilo Äpfel in einem einzigen kleinen Öpfelringli-Säckchen. «Das macht unsere Ringli so ungemein gesund und unvergleichlich aromatisch», freut sich Roland Kauderer. ◀



4. Nach 22 Stunden werden die Ringli aus dem Trockner geholt und in luftdicht verschlossenen Kübeln zwischengelagert.



1. Gut gerüstet: Frische Jonagold-Äpfel werden auf die Rüstmaschinen gesteckt und sorgfältig geschält.



2. Handarbeit: Anschliessend werden die Äpfel in Scheiben geschnitten und ausgestochen.



3. Die Öpfelringli werden auf ein Gitterblech gelegt und kommen in einen Trockner, wo ihnen bei 35 Grad die Feuchtigkeit entzogen wird.

gut

*Gesunde Verführung:
Durch das schonende Trocknen
der Äpfelringli bleiben Aroma
und Inhaltsstoffe erhalten.*

Typisch
Schweiz
Typisch
Volg 



5. Happy End! In der geschützten Werkstatt der Stiftung Manzio in Münsterlingen werden die fertigen Öpfelringli abgepackt.



Öpfelringli: vom Geschenk zum Renner

«Nur wenn alle am gleichen Strick ziehen, kann man als kleiner Familienbetrieb Erfolg haben», ist Roland Kauderer überzeugt. Die Olmishausener Öpfelfarm besteht neben der Öpfelringli-Produktion aus einem Hofladen, der dem idyllischen Bauernhof der Familie Kauderer angegliedert ist. Zur Eröffnung des Ladens im Jahr 1996 brachte Roland Kauderers Schwiegermutter als Geschenk selbst gemachte Öpfelringli mit, welche sich bei der Kundschaft sofort als Renner entpuppten. Heute werden auf der Öpfelfarm, die saisonal zwischen 11 und 13 Mitarbeiter beschäftigt, täglich zweieinhalb Tonnen Äpfel zu getrockneten Ringli verarbeitet.

Die Power dieses scharfen Snacks steckt in der Hülle: Einfach stark im Geschmack sind die knackig gerösteten Erdnüsse mit Wasabi-Aroma.



Neu
IM
VOLG

Diese Nüsse haben's um sich!



Stark im Geschmack:
Koh Kae Wasabi Peanuts, 115 g

Fr. 2.75
statt Fr. 3.10

Knackiges für Geniesser:
Zweifel Merranea
Grissoni Salati*,
250 g
Zweifel Merranea
Grissoni Rosma-
rino*, 250 g

Fr. 2.95
statt Fr. 3.30



Nussiges für zwischendurch:
ültje Cashew-
Kerne*, 125 g

Fr. 3.75
statt Fr. 4.20



Scharfes für die
Käseplatte:
Brie Mini
Chilino*,
150 g

Fr. 5.20



K knackig geröstete Erdnüsse allein sind schon ein Genuss. Gibt man zusätzlich Wasabi-Aroma dazu, erhält man eine geballte Ladung Geschmack. Der japanische grüne Meerrettich ist nämlich deutlich schärfer als unser europäischer Meerrettich. Ein Hauch Seetang, wie man ihn vom Sushi kennt, verleiht den «Koh-Kae-Wasabi-Nüssen» eine besonders exotische Note. Ein starkes Stück also, diese Nüsse. Im Gegensatz zu Chili brennt Wasabi aber nicht lange auf der Zunge,

sondern nur kurz in der Nase und im Rachen.


DER TREND-SNACK

Diese angenehme Art von Schärfe sagt uns Schweizern offenbar zu. Denn die Wasabi-Nüsse sind der absolute Trend-Snack: zum Apéro, einfach mal zwischendurch oder als würzige Abrundung unter einen Blattsalat gemischt. Die «Koh-Kae-Wasabi-Nüsse» sind ein Premium-Produkt aus Thailand und schmecken einfach prima bei jeder Gelegenheit. ◀



Alle Standorte und Öffnungszeiten der Volg-Läden finden Sie unter www.volg.ch.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

umgeknickte Ecke einer Buchseite	Erbfaktor Zeit (engl.)	Verkehrsclub (Abk.) Süsswarenrohstoff	Abkürzung für: Stundenkilometer	Initialen Einsteins chem. Z. f. Sauerstoff	Nachfolge (Abk.) chem. Z. f. Phosphor	Ausläufer eines Berges 3. Vokal	mit grossem Fleiss und Eifer arbeitend	Fluss aus dem Engadin	Ort an der Seez begeisterter Jäger				
stur, borniert, geistig unbeweglich			6				gutes Einvernehmen Haut (frz.)		1				
menschenleer				<div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">IHR GEWINN</h2> <p style="margin: 0;">Eine Woche im Wohlfühlhotel Curuna in Scuol für zwei Personen im Wert von Fr. 1540.–</p>  <p style="margin: 0;">Das Wohlfühlhotel Curuna liegt im Herzen von Scuol und ist nach den Kriterien des Feng Shui eingerichtet. Der Gewinn kann zwischen September und November 2010 oder Mai und November 2011 eingelöst werden und beinhaltet 7 Übernachtungen im Doppelzimmer, inklusive Frühstück, unbeschränktem Eintritt in das Bogn Engiadina Scuol und andere Bäder, sowie die Gratsnutzung verschiedener Bahnen. Weitere Preise sind 5 Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.– und 10 à Fr. 20.–.</p> </div>									
Ort im Kt. Glarus		englisches Hohlmass	Kunsthochschule (Abk.) Vorbild, Hochziel					Schweizer Partei (Abk.) Schwur		afr. Strom zwei (ital.)	engl. Anrede (Abk.) südfranzös. Stadt		
grau- bis schwarzbrauner Farbton							unverheiratet					Bezirk im Süden des Kantons Aargau	
Fluss in der Schweiz und in Frankreich	Götzenbild estnische Ostseeinsel						Edelstein, roter Korund			Zugmaschine (Kzw.) gegen... (griech.)		9	
Verzögerung bei Uhren	13										Schweizer Partei (Abk.) Weltall, Weltraum	Hauptmahlzeit der alten Römer	
hölzernes Rücken­traggestell	u-förmiger Stift zur Drahtbefestigung	frz. Fürwort Lichtbild (Kurzwort)										Zentimeter (Abk.) zärtlich sein	
			Bundesgericht (Abk.) Stapel										11
Schweizer Comicfigur							Anfänger				Zuchtstier Alpenweiler auf 2126 m		
Hauptstadt von Vietnam	Dreschplatz Drama von Ibsen												14
	10		Abkürzung für: Rhätische Bahn				schweizer. Tischtennisverband (Abk.)	verwesende Tierleiche	Blüten der Obstbäume Architektenbund			das All-Eine in der chines. Philosophie	
		Grabgewölbe frz. unbest. Artikel						Warenanforderung staatl. Einrichtung			Sommer (französisch)		
Flugobjekt (Abk.) Tagesanbruch							Kanton				durchsichtig, ungetrübt		5
Europ. Artikelnummerierung (Abk.)			Beifallsruf						südfranz. Stadt an der Garonne		Zustand der Bedrängnis		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----

Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf www.volg.ch. Mitarbeiter der Firmen Hotel Curuna und Volg sind nicht teilnahmeberechtigt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Frisches fürs Haar:
Nivea Shampoo Antschuppen Men*
Nivea Shampoo Antschuppen Frau*
 je 250 ml



Fr. 6.20
statt Fr. 6.90

Sauberkeit fürs Klo:
WC-Ente WC-Gel
Urinstein- und Kalklöser*,
 750 ml



Fr. 4.40
statt Fr. 5.40

Gutes für die Katz:
Vitakraft Cat Liquid-Snack mit Lachs*,
 6 Stück



Fr. 2.80
statt Fr. 3.10

Neu
 IM
VOLG

Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 28. September 2010 unter www.volg.ch

Per Telefon: bis 28. September 2010 unter 0900 220 260, für 90 Rp. pro Anruf. Ihre Adresse wird automatisch eruiert. Unterdrückte Telefonnummern werden nicht erkannt.

Per Post: Lösung bis 25. September 2010 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Wohlfühlhotel Curuna», Postfach 344, 8401 Winterthur.



Das aktuelle Wochenaktionsangebot finden Sie unter www.volg.ch. Alle Einführungspreise sind gültig vom 2. September bis 6. Oktober 2010.

Entdecken Sie
die schönsten Waldwanderwege
der Schweiz auf
www.henniez.ch



Der Wald bietet Ihnen mehr.



Vollfruchtig: Die Hero-Delicia-Konfitüren haben einen hohen Fruchtanteil und weniger Zucker.

Ob «Delicia», «Samt», «Classica», oder die neue «Light»: Hero-Konfitüren sorgen immer wieder für Abwechslung auf dem Frühstückstisch.

Die schönsten Tage beginnen

mit Hero



Samtig, leicht oder besonders fruchtig: Die Palette der Hero-Konfitüren ist gross.

Seit über 120 Jahren bringt Hero mit grosser Leidenschaft erlesene Früchte in Form feinsten Konfitüren auf die Schweizer Frühstückstische. So werden bei der Auswahl der Rohstoffe nur beste Fruchtarten ausgewählt. Verwendet werden ausschliesslich natürliche Inhaltsstoffe. Auf jegliche Aromen, Konservierungsmittel und Farbstoffe verzichtet man beim Schweizer Traditionsunternehmen zugunsten des besseren Geschmacks. Bei der Konfitüre-Verarbeitung spielt zusätzlich zum Kochprozess die Vaku-

umierung eine entscheidende Rolle. Hier wird die Fruchtmasse auf schonende Art eingedickt, bevor sie in das Glas abgefüllt wird.

HERO DELICIA

Als vor 60 Jahren Zuckermangel herrschte und Früchte von allen Konfitüren-Zutaten am einfachsten erhältlich waren, lag es nahe, eine Konfitüre mit besonders hohem Fruchtanteil und weniger Zucker zu entwickeln. Es entstand eine Konfitüre mit 60%-Anteil bester Fruchtauslese, schonend und traditionell zubereitet. Hero Delicia ist heute in 12 verschiedenen Sorten erhältlich. Die neueste Sorte ist Rote Kirsche. ◀

Meine Lieblingspizza

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Fünf «gluschtige» Pizzas mit extradünnem Boden, mit frischen Zutaten belegt und im Steinofen knusprig gebacken. Neu auch als süsse Sorte HAWAII in der Tiefkühlabteilung.

Buitoni®

Il gusto della vita



ÖSICHUCHI

DI FRISCH UND FRÜNDLICH (HOCHSENDIG VOM VOLG)

Ami Conrad kocht: Capuns mit Apfelmus

Zutaten für 4 Personen:

- Zwiebelgrün oder Schnittlauch
- Peterli und Basilikum
- ½ Zwiebel, fein geschnitten
- 70 g Speckwürfeli
- 1 TL Öl oder Bratbutter
- 2 Engadiner Siedwürste
- 1 Landjäger
- 1 Salsiz
- 50 g Rohschinken
- 20–30 Mangoldblätter
- 2–3 dl Bouillon
- 4 EL Reibkäse
- 5 g Butter
- Apfelmus

Spätzliteig:

- 200 g Mehl
- 3 g Salz
- 2 Eier
- 1 dl Milchwasser (halb-halb)

Zubereitung:

1. Für den Teig Mehl und Salz in Schüssel geben. Eier und Milchwasser verrühren, zum Mehl giessen und zu Teig verrühren. Mit der Kelle klopfen, bis sich Blasen bilden. Zugedeckt 1 Std. ruhen lassen.

2. Zwiebelgrün, Peterli und Basilikum fein schneiden und samt Zwiebel und Speckwürfeli im Öl dünsten. Auskühlen lassen. Siedwürste im heissen Wasser ziehen lassen, etwas auskühlen lassen und grob würfeln. Landjäger und Salsiz schälen und mit Rohschinken fein würfeln und samt Kräuter-Speckmischung unter den Teig rühren.

3. Mangoldblätter portionenweise in Salzwasser blanchieren. Kalt abschrecken und auslegen. Mit Tuch trocken tupfen und Stiele wegschneiden. Ofen auf 220 °C vorheizen.

4. 1–2 EL Teig auf Blätter geben und zu Päckchen formen. In Gratinform legen. Mit Bouillon bis zu 2/3 auffüllen. In der Ofenmitte 10 Min. garen. Hitze auf 180 °C reduzieren, Reibkäse, Butter als Flöckli darüber streuen. Capuns weitere 15 Min. gratinieren. Mit Apfelmus servieren.

Tipp: Anstelle der Siedwürste ein kleiner Mortadella, Zungen- oder Kopfwurst verwenden. Werden Landjäger und Salsiz kurz ins Wasser gelegt, lassen sie sich besser schälen.

Zubereitung ca. 40 Min.
+ 1 Std. ruhen
+ 25 Min. gratinieren



Abraham «Ami»
Conrad aus Andeer
kocht gern und
oft und lässt dabei alte
Traditionsrezepte
aus seinem Heimat-
kanton wieder
aufleben.

Am liebsten Bündner Gerichte

Ami Conrad
kocht gern und
schätzt den Volg
in Andeer sehr.

Zusätzliche
Ausstrahlung am
Sonntag, 5. Sept.
um **17.20 Uhr**
auf **3+**

«Ösi Chuchi» auf **3+**

Jeweils am 1. Donnerstag des Monats.

Nächste Sendung:
Am 2. September um 8.40 Uhr

WIEDERHOLUNGEN: jeweils am Donnerstag um 8.40 Uhr.
Oder jederzeit im Internet unter www.ösi-chuchi.ch

NEU

[N.A!]
*NATURE ADDICTS

Die Frucht
in der Tasche!

- Ohne Zuckerzusatz
- Ohne Süßungsmittel
- Ohne Konservierungsmittel
- Ohne künstliche Farbstoffe und Aromen



Die gesunde Alternative für zwischendurch.

www.na-natureaddicts.ch

MORE & MORE

Aufgebrezelt: pikante Brezel auf eine Holzkelle fädeln, und fertig ist ein originelles Mitbringsel. Rezept auf Seite 3.

Genuss zum Verschenken

Das schönste Geschenk ist selbst gemacht. Und weil Nächstenliebe durch den Magen geht, kommen kulinarische Mitbringsel besonders gut an.

Erntezeit ist Einmachzeit. Jetzt gilt es, Früchte und Gemüse des Sommers zu verarbeiten. Warum dabei nicht gleich auch noch an andere denken, die an den kulinarischen Kreationen sicherlich Freude haben? Schliesslich ist das schönste Geschenk jenes, das man liebevoll mit den eigenen Händen hergestellt hat und es so nirgends zu kaufen gibt.

GESCHENKE FÜR JEDEN GENIESSERTYP

Gebacken, eingekocht, eingelegt, vermischt und getrocknet: Die Art der Zubereitung ist vielfältig; die Welt der Mitbringsel gross. Wir zeigen Ihnen auf den nächsten Seiten viele Ideen – für Morgenmenschen, Schleckmäuler oder rassige Typen; Rezepte für Geschenke in letzter Minute und solche, die etwas mehr Zeit brauchen. Allesamt in der eigenen Küche produziert. Dazu liefern wir Ihnen wertvolle Tipps und originelle Verpackungsideen. ▶

Hero

SINCE 1886

Samt

samtig-feiner Konfitüregenuss
ohne Fruchtstücke und Kerne



**Hero – Beste Konfitüren-
Tradition seit 1886**



Hier kriegen Sie etwas gebacken

Backe, backe Kuchen» heisst ein bekanntes Kinderlied. Doch leidenschaftliche Hobby-Bäcker wissen: Gebacken kriegt man vieles. Frisch aus dem Ofen kommen auch diese Mitbringsel für jeden Geschmack und jede Gelegenheit: geröstete Nüsse für Knabberfreunde oder kleine «Brezn» für das Oktoberfest in den eigenen vier Wän-

den. Und wenn es doch ein Kuchen sein soll? – Die handlichen und trendigen Cupcakes, bunt verziert, sind ebenso Gaumenwie Augenschmaus. Alles Gute kommt eben nicht nur von oben, sondern auch aus dem Ofen. ▶

Cupcakes mit Nutellacreme

ZUTATEN FÜR 10–12 CUPCAKES

550 g Leisi **Marmorcake-Masse** in Tassen oder Förmchen verteilen, im vorgeheizten Ofen bei 200 °C ca. 12 Minuten backen – Nadelprobe. 100 g **Puderzucker**, 80 g weiche **Butter**, 4 EL **Milch** und 80 g **Nutella** verrühren, in Spritzsack füllen und auf die Cupcakes dressieren. Mit **Streudekor**, **Kokosflocken**, frischen **Beeren** etc. verzieren. Die Cupcakes in Cellophan oder in eine Kartonschachtel verpacken, im Kühlschrank zwischenlagern und sofort verzehren.

Tipps & Tricks

DIE NADELPROBE: Mit einem Holz- oder Metallstäbchen an der dicksten Stelle in das Rührteiggebäck stechen und herausziehen. Ist das Stäbchen trocken und haftet kein Teig mehr daran, ist der Kuchen fertig gebacken.

Cupcakes mit Nutella: für Schleckmäuler.

Pikante Brezeln: fürs private Oktoberfest.

Pikante Brezeln

ZUTATEN FÜR CA. 15 BREZELN

150 g **Quark**, 6 EL **Milch**, 6 EL **Sonnenblumenöl** und 1 EL **Salz** verrühren. 300 g **Mehl** und 1 Bt. **Backpulver** mischen, die Hälfte unter den **Quark** rühren, den Rest des Mehls darunterheben. 1 EL fein geschnittene **Peperoncini**, **Oliven** und **Basilikum** daruntererrühren. Den Teig portionieren, ca. 30 cm lange Teigrollen zu Brezeln formen. Mit **Meersalz** bestreuen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Ofen bei 190 °C ca. 15 Min. backen. Fertige Brezeln auf einen Kochlöffel fädeln.

Würzige Cashewkerne: für den Apéro.

Würzige Cashewkerne

ZUTATEN FÜR 1 TÜTE

200 g **Cashewkerne** mit 1 EL flüssigem **Honig**, 1 EL **Currypulver**, 1 EL **Mohnsamen** und ½ TL **Salz** mischen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C 5 Min. rösten. Abkühlen lassen. In eine Papiertüte verpacken, die Kerne sollten rasch verzehrt werden.



Man kann sie drehen und wenden, ganz nach dem eigenen Geschmack – das feine Resultat ist immer ein Erfolg. Die Volg-Rösti im praktischen Beutel à 500 g gelingt Gross und Klein im Handumdrehen. So, wie es sich Familie und Gäste wünschen: knusprig, chüschtig und wunderbar goldgelb. Mit Speck oder ohne – gute Laune ist garantiert.

**Typisch Schweiz.
Typisch Volg.**

Bitte wenden!





Der Kochkurs für die selbstgemachte Gourmetprodukt-Linie auf Seite 39.

ÖISE LADE TIPP

Reingelegt? Nein, eingelegt!

Trauben im Grappa

ZUTATEN FÜR 1 EINMACHGLAS

200 g Trauben abstielen und mit einer Nadel rundum einstechen. In ein Einmachglas geben, mit ca. 3 dl Grappa auffüllen und verschliessen. Tipp: genussbereit nach 3 Wochen. Passt zu Glacé oder einer Creme.

Zucchettiröllchen: Griechenland im Glas.



Zucchettiröllchen mit Fetakäse im Olivenöl

ZUTATEN FÜR 2 EINMACHGLÄSER À 1 DL

2 in Streifen geschnittene Zucchetti mit 2 EL Olivenöl bestreichen, beidseitig anbraten. 200 g Fetakäse in Stäbchen schneiden und auf die Zucchetti verteilen, 1 Orange heiss abspülen, Schale darüber reiben. Einrollen und in ein Einmachglas legen. Mit Olivenöl auffüllen bis die Zucchettiröllchen gut bedeckt sind. Am besten schmecken die Röllchen nach 3 Tagen im Kühlschrank, verzehrt sollten sie innerhalb von 2 Wochen werden.



Trauben im Grappa: hochprozentig gut.

Tipps & Tricks **BESCHWIPSTE FRÜCHTE:** Die Stars unter den beschwipsten Früchtchen liegen im Rumtopf – dem bekanntesten Produkt des Einlegens. Er wird bereits im Sommer angesetzt und erst in der Weihnachtszeit genossen. Es geht aber auch schneller: Unsere Trauben in Grappa sind in 3 Wochen genussbereit. Wie der Rumtopf schmecken sie wunderbar zu Glacé oder Cremes.

Eingelegt wird in Essig, Öl oder Alkohol. Wer in Essig einlegt, sollte keine Gefässe oder Geräte aus Aluminium, Messing oder Kupfer verwenden, da sich durch die Säure gesundheitsschädliche Schwermetalle lösen und in die Nahrungsmittel übergehen können. Zum Einlegen in Öl eignet sich mediterranes Gemüse wie Ar-

tischocken, Auberginen, Oliven oder Zucchetti. Die Lebensmittel jeweils mit Öl gut bedecken. Alkohol ist ein optimales Konservierungsmittel. Hier darf guten Gewissens zu Hochprozentigem wie Wodka, Grappa oder Rum gegriffen werden, da der Saft der Früchte den Alkohol verdünnt, und die Früchte so nicht anfangen zu gären. ▶



Es gibt keine bessere Methode, um den Sommer haltbar zu machen, als das Einkochen. An der Spitze steht seit jeher die selbst gemachte Konfitüre. Angesagt beim Einkochen sind neuerdings auch Chutneys. Sie haben ihre Wurzeln in Indien und werden wie die Konfitüre aus einer

oder mehreren Fruchtsorten eingekocht und erfreuen jeden Fleischfreund. Einkochen kann man aber für jeden Geniesser etwas. Ob süß oder salzig: Wichtig ist, dass die Einkochgläser und -flaschen sauber sind, eingefüllt wird immer heiss und das Gefäss muss sofort luftdicht verschlossen werden. ▶

Schokolade-Eierlikör: versüsst den Feierabend.

Karamellzärtlj: schmecken sündhaft gut.

Karamellzärtlj mit Fleur de Sel und rosa Pfefferkörnern

ZUTATEN FÜR CA. 40 STÜCK

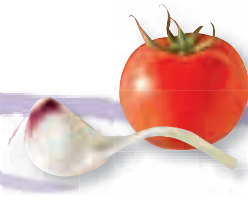
2,5 dl **Rahm** mit ½ Päckchen **Vanillezucker** und 250 g **Zucker** unter ständigem Rühren kochen, bis die Masse dick und bräunlich wird und sich von der Pfanne zu lösen beginnt. 40 g **Butter** begeben und gut untermischen. Alles auf ein Backblech mit Backpapier geben, 1 EL **Fleur de Sel** und 1 EL **rosa Pfefferkörner** verteilen. Auskühlen und fest werden lassen. In gewünschte Form schneiden.

Schokolade-Eierlikör

ZUTATEN FÜR 1,5 LITER

8 **Eigelb** mit 200 g **Zucker** schaumig rühren, 230 g **zartbittere Schokolade** raspeln und mit 1 l **Milch** unter Rühren aufkochen, vom Herd nehmen und unter die Eiermasse rühren. 1,5 dl **Rum** dazurühren und heiss in Bügelflasche füllen. Kühl und dunkel, am besten im Kühlschrank, lagern und innerhalb von 2 Wochen verbrauchen.

Ausgekocht, eingekocht



Die Verpackung: Ein Genuss fürs Auge

SCHNELL, ORIGINELL UND GÜNSTIG: Statt das leere Milchtetrapack wegzuerwerfen, lässt sich daraus ein herziges Vogelhäuschen basteln. Das Tetrapack mit schönem Papier oder Geschenkpapier verkleiden, ein «Flugloch» ausschneiden, aus festem Papier oder Karton ein Dach basteln und oben draufleimen. Ein Vogel aus Papier zum «Flugloch» kleben.

GESCHENK IM DOPPELPAK: Ein schöner Behälter für das kulinarische Geschenk wie auch ein später brauchbares Küchenutensil sind Holzkellen, Pfannen, Mörser oder schöne Kaffeetassen.

FRISCHE VERPACKUNGSHELFER: Prachtvolle Früchte wie Ananas oder Kokosnussschalen machen aus kleinen Geschenken einen grossen Hingucker. Küchenkräuter oder dekorative Nahrungsmittel wie Peperoncini verschönern jedes Küchengeschenk.

PERLENBÄNDER VEREDELN DIE PRÄSENTE: Als Variante können auch bunte Hosknöpfe auf ein Band gereiht werden.

Apfel-Ingwer
Chutney: verfeinert
Fleischgerichte.



Tomatensugo:
macht aus jeder
Pasta ein Gedicht.



Rotwein-Zwetschen:
passen hervorragend zu
Glaces und Cremes.



Tipps & Tricks

**ALLES GLAS-
KLAR?** Einmach-
gläser sollten über
einen unbeschädigten Gummiring,
einen Deckel und eine Klammer
oder einen Schraubdeckel ohne
Rostflecken verfügen. Der Deckel
muss dicht sein. Der Schnelltest:
Glas mit Wasser füllen, Deckel
draufschrauben und auf den Kopf
stellen. Läuft nichts aus, ist der
Deckel dicht. Für Flüssigkeiten eig-
nen sich Bügelflaschen, beispiels-
weise Bierflaschen, am besten.

Apfel-Ingwer-Chutney

ZUTATEN FÜR 1 EINMACHGLAS

2 EL Olivenöl erhitzen, 2 fein gewürfelte Äpfel, 1 fein geschnittene Zwiebel und 2 Knoblauchzehen andünsten, 2 EL Zucker und 2 EL fein geriebenen Ingwer dazugeben, mit 2 dl Weissweinessig ablöschen und ca. 25 Min. einkochen lassen. Heiss, randvoll in Twist-Off Gläser füllen und sofort verschliessen. Das Chutney kann so während ca. 1 Monat gehalten werden, angebrochen sollte man es im Kühlschrank lagern und innerhalb 1 Woche verbrauchen.

Tomatensugo

ZUTATEN FÜR CA. 1 LITER

1 fein geschnittene Zwiebel und 3 Knoblauchzehen in 1 EL Olivenöl andünsten, 1 EL Tomatenpüree dazugeben. Mit 2 dl Rotwein ablöschen und einkochen lassen. 10 gewürfelte Tomaten, 2 EL getrocknete Tomaten, 2 fein geschnittene Peperoncini, 1 EL Provençale-Würzmischung, 2 EL Salz und 1 EL Zucker begeben und ca. 1 Std. kochen lassen. Fein pürieren und in Gläser füllen. Der Sugo sollte gekühlt und innert 2 Wochen genossen werden.

Rotwein-Zwetschen

ZUTATEN FÜR 1 EINMACHGLAS

5 dl Rotwein mit 12 halbierten Zwetschen, 500 g Zucker und einer Zimtstange in einer Pfanne aufkochen und ca. 8–10 Min. kochen lassen, die Zwetschen sollten weich sein, aber nicht zerfallen. Vom Herd nehmen und 2 EL Rum zugeben. Sofort in Twist-Off Einmachgläser füllen. Die Zwetschen können an einem kühlen und dunklen Ort ca. 2 Monate gelagert werden.

Apfel Cranberry

- ✓ 100% natürlich
- ✓ erfrischend
- ✓ ohne Zuckerzusatz



natürliche Frische



Die Kraft der Natur

www.ramseier.ch



Mikado
Zusammenspiel der Farben
aus Tomate, Artischocke,
Aubergine und Pesto

Probieren Sie die original ligurische Art Pesto zu genießen. Tagliolini mit gekochten Kartoffeln, grünen Bohnen und Pesto. Buon appetito!

Italienische Esskultur online erleben!
Besuchen Sie www.sacla.ch



L'ARTE DI SACCLA



Gut Ding will Weile haben. Das gilt auch fürs Trocknen und Dörren, die älteste Art der Konservierung. Der Vorgang dauert im Backofen meist viele Stunden. Denn die Ofentemperatur wird tief gehalten, damit das Wasser dem Produkt schonend entzo-

gen wird und möglichst viele Vitamine und Nährstoffe erhalten bleiben. Durch den Wasserentzug steigert sich die Haltbarkeit. Trocknen lassen sich Obst, Gemüse, Pilze oder Kräuter. Spezielle Dörngeräte benötigen weniger Energie als das Dörren im Backofen. ▶

Müeslimischung

ZUTATEN FÜR CA. 4 PORTIONEN

24 halbierte und entsteinte **Aprikosen**, 200 g **Himbeeren** und 200 g geschnittene **Äpfel** im Ofen bei 80 °C ca. 8 Std. trocknen lassen. Mit 600 g **Haferflocken**, 400 g **4-Kornflocken** und 200 g **Mandelstäbli** mischen. In Cellophan verpacken und z. B. in eine Kokosnussschale legen. **Tipp:** Es können auch getrocknete Früchte von Volg verwendet werden.

*Müeslimischung:
versüsst jeden
Morgen.*



*Meringues mit
Kaffeeschmack:
begeistert
Kaffeeliebhaber.*

Meringues mit Kaffeeschmack

ZUTATEN FÜR CA. 8 STÜCK

4 **Eiweiss** mit 1 EL **Kaffeepulver** steif schlagen, 160 g **Zucker** beigegeben und weiterschlagen, bis die Masse glänzt. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech 8 Meringues im Abstand von 5 cm spritzen und im auf 80 °C vorgeheizten Ofen bei leicht geöffneter Tür 4 Std. trocknen lassen. Mit 4 EL dunkler **Kuchenglasur** Fäden über die Meringues ziehen.

Getrocknete Tomaten

ZUTATEN FÜR CA. 32 STÜCK

8 **Tomaten** kreuzweise einschneiden und 1 Min. in kochendes Wasser geben, in Eiswasser abschrecken und Haut abziehen. Tomaten vierteln und Kerne entfernen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. 2 fein geschnittene **Knoblauchzehen**, 1 EL **Thymianblättchen** und 2 EL **Olivenöl** darübergeben und im vorgeheizten Ofen bei 80 °C ca. 10 Std. trocknen lassen. Passt zu grilliertem Fisch, die Tomaten sollten innert 1 Woche verzehrt werden.



*Getrocknete
Tomaten: bringen
den Süden
in die Küche.*

Trocknen Zeit mit Geschmack

Tipps & Tricks **DER LÖFFEL-TRICK:** Beim Trocknen im Ofen wird die Backofentür einen Spalt offen gelassen, damit der Dampf gut entweichen kann. Ein eingeklemmter Holzlöffel verhindert, dass die Tür zufällt.

Gesunde Konkurrenz für jedes Pfänderli. **Das Chiquita Bananenbrot**



Zubereitungszeit:

ca. 20 Minuten
+ 50 - 60 Minuten backen

Zutaten:

120 g weiche Butter
150 g Vollrohrzucker
1 Prise Salz
4 Eier
300 g Bananen, ca. 3 Stück
100 g Rosinen
100 g gemahlene Nüsse, z. B. Haselnüsse
400 g Mehl
1 Beutel Backpulver
1,5 dl Milch

Zubereitung:

Butter mit Rohrzucker und Salz schaumig rühren. Eier nach und nach begeben. Bananen mit einer Gabel zerdrücken und unter die Buttermasse rühren. Rosinen, Nüsse, Mehl und Backpulver mischen. Löffelweise unter die Masse rühren. Zum Schluss die Milch begeben.

Backofen auf 200 °C vorheizen. Cakeform mit Backpapier auslegen. Teig einfüllen. Das Bananenbrot in der Ofenmitte 50 - 60 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Das Bananenbrot bleibt gut verpackt 1 Woche frisch.

Weitere Informationen und Rezepte erhalten Sie unter:
switzerland@chiquita.com oder www.chiquita.ch

Chiquita wünscht einen guten Appetit!



Natürlich das Beste.



Vorbereitung ist alles. Doch wie das Leben spielt: In der Hektik ging vergessen, das Mitbringsel für die Einladung bei Freunden zu organisieren oder man hat schlicht nicht die Zeit, lange in der Küche ein kulinarisches Präsent zu zaubern. Bei diesen Mitbringenseln liegt die Kürze im

wahrsten Sinn des Wortes in der Würze. Ein besonders erfrischender Zucker, eine selbstgemachte Currymischung, eine Salatsauce oder die Risottomischung erfreut jeden Hobbykoch. Mit wenigen Zutaten sind diese Mischungen im Nu hergestellt. Ideal für Last-Minute-Schenker.

Ananas mit Minzzucker: voll erfrischend.

Die Mischung macht's

Ananas mit Minzzucker

ZUTATEN FÜR 1 GLAS
À 1 DL INHALT

100 g Zucker mit 5 EL fein geschnittener Pfefferminze im Mörser zerstoßen, bis sich der Zucker gleichmäßig grün färbt, auf Backblech trocknen lassen. In Glasfläschen oder Henkelgläschen füllen und mit Schnur um eine Ananas oder eine andere Frucht binden.

Italienische Salatsauce: macht jeden Salat an.

Italienische Salatsauce

ZUTATEN FÜR 1 FLASCHE À 5 DL INHALT

2 dl Aceto balsamico rosso in eine Bügelflasche geben, 3 dl Olivenöl langsam dazu gießen und verschließen. 1 EL Salz, 1 EL gemahlene schwarze Pfeffer und 1 EL italienische Kräutermischung schichtweise in ein Bügelfläschchen füllen und zum Beispiel mit Bast um den Flaschenhals binden.

Curry-Mischung: Pulver mit Pep.

Curry-Mischung

ZUTATEN FÜR 1 KLEINE TÜTE

1 EL Chilipulver, 1 EL Knoblauchpulver 1 EL Salz, 1 TL Zimtpulver, 2 Gewürznelken, 1 EL Currypulver mischen. In Cellophan verpacken und zum Beispiel um eine Ingwerwurzel binden.

Steinpilzrisotto: Reismischung im Sack.

Steinpilzrisotto

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

250 g Vialonereis mit 10 g getrockneten Steinpilzen, 1 TL getrocknetem Basilikum, 1 TL getrocknetem Schnittlauch, 1 TL getrocknetem Thymian, 1 TL getrocknetem Rosmarin, 2 Lorbeerblättern und 2 Gewürznelken schichtweise in ein Cellophansäckli geben.



NEUE FORMEL



Purina ONE® enthält die neue, weiterentwickelte Formel Actilea. Die spezielle Formel mit der 3-fach Wirkung wurde von den Ernährungsspezialisten und Tierärzten von Purina entwickelt:

- | | | |
|---|-----------------------|---|
| 1 | Hefe | Unterstützt die natürlichen Abwehrkräfte |
| 2 | Prebiotika | Unterstützen eine ausgewogene Darm-Mikroflora |
| 3 | Antioxidantien | Verbessern die natürliche Zell-Regeneration |

Diese 3-fach Wirkung hilft, die natürlichen Abwehrkräfte kontinuierlich zu unterstützen. Für die Ernährungsbedürfnisse Ihrer Katze, mit qualitativ hochwertigen und äusserst schmackhaften Zutaten, die Ihre Katze begeistern werden.

Erfahren Sie mehr über Purina ONE unter: www.purina.ch



Purina ONE. Sichtbare Gesundheit für Heute & Morgen.

© Reg. Trademark of Société des Produits Nestlé S.A.

PURINA
Your Pet, Our Passion.®

NIVEA

Die neue Generation von Anti-Schuppen Shampoos

100% schuppenfrei, 0% Rückstände**

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



**ZUFRIEDEN
ODER GELD ZURÜCK***

DAS INNOVATIVE WIRKSYSTEM

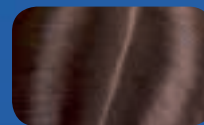
100% löslich:



1. Das zum Patent angemeldete Liquid Clear System ist komplett löslich, um Schuppen gezielt zu bekämpfen.



2. Es hinterlässt im Vergleich zu den meisten herkömmlichen Anti-Schuppen Shampoos keine Rückstände, die das Haar stumpf aussehen lassen.



3. Ergebnis: bis zu 100% schuppenfreies, 100% schönes und kräftiges Haar ab der ersten Haarwäsche.**

Einführungspreis:

CHF 6.20

statt CHF 6.90

Gültig vom 23.08. – 24.10.2010

Mehr Infos unter: www.NIVEA.ch/schuppenfrei

* Umfasst die Erstattung für in der Schweiz gekaufte NIVEA Anti-Schuppen Shampoos und Portokosten innerhalb von 6 Wochen. Garantie gilt für Rücksendungen bis 31. Dezember 2010 von maximal 2 Produkten pro Person. Einfach Produkt mit kurzer Begründung und Ihrer Bank-/Postverbindung an Beiersdorf AG, NIVEA AS, Allothstrasse 40, 4142 Münchenstein senden.

** Beseitigt bei regelmässiger Anwendung bis zu 100% sichtbare Schuppen, hinterlässt keine sichtbaren Rückstände und schenkt 100% Pflege für schönes und kräftiges Haar.

Reise in die Wunschwelt

Stimmungsvolles
Wintererlebnis: eine
Reise in die «Wunsch-
welt» des Salto Natale.



Ein Tempel der schönen Künste und ein Land des grossen Vergnügens wollen die beiden Zirkusmacher Gregory und Rolf Knie dieses Jahr mit dem neuen Programm von Salto Natale erschaffen. In ihrer «Wunschwelt» lassen sie wundersam Energien, Farben, Lichter, Geister, Klänge und Sounds verschmelzen. Eine neue Oase der Glückseligkeit ist am Entstehen.

REALISIERTE TRÄUME

Salto Natale gastiert vom 18. November 2010 bis zum 2. Januar

Hereinspaziert in die «Wunschwelt» von Salto Natale, dem Zirkus der anderen Art von Gregory und Rolf Knie.

2011 in Zürich-Kloten. Freuen Sie sich schon jetzt auf diesen Ort, an dem sich so leicht der Alltag vergessen lässt. Mit etwas Glück gewinnen Sie in unserem Gottlieber-Hüppen-Wettbewerb ganz besondere Eintrittskarten zu diesem Event. ◀



Wettbewerb

In welchem idyllischen Dorf am Bodensee werden die Gottlieber Hüppen hergestellt?

A in Luzern B in Gottlieben C in Winterthur

1. Preis im Wert von Fr. 4000.–

Ein Salto-Natale-Extra-Premium-Paket für Sie und elf Begleitpersonen am 1. Dezember 2010. Reservierte VIP-Parkplätze, persönliches Meet & Greet mit Gregory und Rolf Knie, exklusive Backstage-Führung, elegantes 3-Gang-Dinner-Menü, eigene Königsloge für Sie und Ihre Gäste sowie für alle Teilnehmenden eine exklusive, limitierte Gottlieber- und Rolf-Knie-Schmuckdose und mehr.

2.-11. Preis im Wert von je Fr. 180.–

10 x zwei Logenplätze für die Salto-Natale-Abendvorstellung von Dienstag, 23. November 2010.

12.-14. Preis im Wert von je Fr. 160.–

Je eine limitierte Schmuckdose aus der Edition Rolf Knie & Gottlieber, kombiniert mit dem harmonischem «Symmetrie»-Wein.

15.-50. Preis im Wert von je Fr. 43.–

Je eine exklusive und limitierte Schmuckdose der Rolf Knie & Gottlieber Special Edition, gefüllt mit feinsten Gottlieber Hüppen.

51.-98. Preis im Wert von je Fr. 16.–

Je eine kleine, limitierte Edelschmuckdose der Rolf Knie & Gottlieber Special Edition, gefüllt mit feinsten Gottlieber Hüppen.

Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 28. September 2010 unter www.volg.ch

Per Telefon: bis 28. Sept. 2010 unter 0900 220 240, für 90 Rp. pro Anruf. Ihre Adresse wird automatisch eruiert. Unterdrückte Telefonnummern werden nicht erkannt.

Per Post: Lösung bis 25. September 2010 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Gottlieber Hüppen», Postfach 344, 8401 Winterthur.



V. l. n. r.: Sabine, Pia, Erhard, Heidi, Claudia und Monika Wüthrich. Alice Wüthrich und Tochter Margreth.

Aller guten Dinge sind drei! Dies trifft ganz besonders auf den Volg-Laden der Familie Wüthrich in Erlenbach im Berner Oberland zu: Drei Generationen sind es nämlich, die im Familienbetrieb mitarbeiten. Neben Inhaber Erhard Wüthrich und seiner Frau Claudia sind auch seine 82-jährige Mutter Alice und seine Schwester Margreth täglich im Mini-Volg im Einsatz. Abends und am Wochenende wird das Ehepaar Wüthrich zudem tatkräftig von seinen vier Töchtern Sabine (21), Heidi (19), Pia (17) und Monika (13) unterstützt.



Alice Wüthrich schätzt bei ihrer täglichen Arbeit vor allem den persönlichen Kontakt zu ihren Kunden.

365 TAGE IM EINSATZ

Neben dem nur 77 Quadratmeter grossen Volg und den privaten Wohnräumen befindet sich auch die Milchannahmestelle im schmunken Haus der Familie Wüthrich. An 365 Tagen im Jahr nimmt Erhard Wüthrich die Milch der umliegenden landwirtschaftlichen Betriebe entgegen. Dass während der Milchannahmezeiten auch der Volg-Laden geöffnet hat, ist für den privaten Detaillisten Ehrensache – auch wenn so für Freizeit oder gar Ferien kaum Platz

Alle unter einem Dach:
Im Dorfladen der Familie Wüthrich in
Erlenbach im Simmental
packen drei Generationen mit an.

Drei Generationsen – ein Volg



Hier ziehen alle am selben Strick: Familie Wüthrich vor ihrem Volg-Laden im idyllischen Erlenbach.

bleibt: «In unserer Familie dreht sich alles um den Laden. Selbst beim gemeinsamen Mittag- und Abendessen sprechen wir meist über die Arbeit und darüber, was alles zu tun ist», sind sich Claudia und Erhard Wüthrich einig. Entscheidend seien aber nicht nur der grosse Einsatz und das Herzblut, mit dem die ganze Familie ihr Volg-Lädli betreibt, erklärt Erhard Wüthrich: «Praktisch alle Erlenbacher berücksichtigen den Dorfladen und kaufen bei uns ein. Ohne diesen enormen Rückhalt aus der Bevölkerung könnten wir nicht überleben.»

DAS «LÄDELE» IM BLUT

Der Detailhandel liegt den Wüthrichs offensichtlich im Blut, denn die Familie betreibt den mitten im Dorf gelegenen Laden bereits in der dritten Generation. Erhard Wüthrich hat den Familienbetrieb vor 20 Jahren von seinen Eltern übernommen. Trotz ihrer heute 82 Jahre kann sich seine Mutter Alice Wüthrich aber nicht vorstellen, sich ganz zur Ruhe zu setzen und nicht mehr täglich an der Kasse zu stehen: «Mir macht es einfach viel zu viel Freude, unsere Kunden zu bedienen – vor



Laden-Inhaber Erhard Wüthrich ist mit Leib und Seele Detailhändler.

allem, wenn es hübsche Männer sind», lacht die rüstige Seniorin. Auch den Töchtern von Erhard und Claudia Wüthrich wurde die Leidenschaft fürs «Lädlele» in die Wiege gelegt: Die 17-jährige Pia absolviert seit August eine Ausbildung zur Detailhandelsfachfrau, ihre ältere Schwester Heidi hat diese unlängst erfolgreich abgeschlossen. «Ich könnte mir gut vorstellen, unseren Volg-Laden später einmal weiterzuführen», erklärt die 19-Jährige und fügt ohne zu zögern hinzu: «Am liebsten zusammen mit der ganzen Familie.»

Gelingt einfach immer.



**Maggi Mix & Fresh –
jeden Tag eine neue
Kochidee.**



Maggi®

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

www.maggi.ch

FREIZEIT



**Jeder wird
zum Gourmet-
koch**

Susanne Vögeli vom «Cookuk» Aarau zeigt, wie aus guten Grundzutaten feine Gourmetprodukte werden.



**Ob kulinarische
Köstlichkeiten oder
künstlerische
Kreationen: Packen
Sie es an!**

Wurden Sie heute schon von einer Muse geküsst? Seit der Antike sind die Göttinnen der griechischen Mythologie zuständig für Inspirationen aller Art.

IDEENREICH

Doch, es gibt eine Alternative zu den guten alten Musen: den «Freizeit»-Teil von «Öise Lade». Auf den nächsten Seiten finden Sie sowohl Anregungen für verschiedene Kreativworkshops wie auch Informationen zu unserem Kochkurs für exklusive Gourmetprodukte. Die «teens»-Seiten geben Tipps für einfallreiche Lernstrategien und Volgi & Volgine bieten wie immer gewitzte Unterhaltung für clevere Mädchen und schlaue Jungs. ◀



**Activo. Himmlische
Engel aus Gips.** Seite 33



**teens. Welche Lern-
methode passt zu dir?** Seite 37



**Volgi & Volgine. Spiel-
ideen im neuen HEY.** Seite 41

Perfekt für meinen Tag.



Perwoll Black pflegt Ihre tägliche dunkle und schwarze Kleidung ideal und schützt vor dem Verblässen.

Für ein rundum gutes Tragegefühl.

Entdecken Sie für jedes Textil das richtige Perwoll:



www.perwoll.ch

Für Wolle und Feines.

Für alle farbigen Textilien.

Für Sport- und Funktionstextilien.

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

durgol® express - der Schnell-Entkalker

durgol® express ist das ideale Produkt zur Lösung der täglichen Kalk-Probleme im Haushalt.

Kaffeemaschinen, Wasserkocher, Wasserhahnsiebe, Duschbrausen und Gefässe aller Art (Töpfe, Vasen, Zahngläser etc.) werden schnell, einfach und sicher von Kalk befreit.

Aktion

Alle durgol®-Produkte
30.8.2010 bis 4.9.2010



durgol®

Das Schweizer Original gegen Kalk



Engel sind fester Bestandteil der Weihnachtsgeschichte: Sie wiesen Maria und Josef den Weg nach Bethlehem und verkündeten die Geburt von Jesus Christus. Und sie symbolisieren noch heute die Liebe und den Frieden.

IHR PERSÖNLICHER HIMMELSBOTE

Himmliche Weihnachtsengel für eine stilvolle und stimmungsvolle Dekoration können Sie in unserem Activo-Kurs selbst herstellen. Aus Gips kreieren Sie Ihren persönlichen Engel oder Hirten. Dabei wird zuerst eine Grundform erarbeitet, die mit Draht und Gipsbinden ausgestaltet wird. In Gipsbrei getauchte Gaze gibt den Himmelsboten ein leicht transparentes Gewand und eine anmutige Erscheinung. Was Sie übrigens nicht brauchen, ist eine Engelsgeduld: Unter fachkundiger Leitung setzen Sie kreative Ideen einfach um. ◀

Einfach himmlisch, unser Activo-Kurs «Weihnachtsengel»: Rechtzeitig vor dem Festtagsbetrieb schaffen Sie eine stilvolle und klassische Weihnachtsdekoration.



Samstag, 16. Oktober, 9 bis 12.30 Uhr

Ort: 2503 Biel, Spiess IDEA, Oberer Quai 6

Kursleitung: Sylvia Wüthrich

Kleidung: Schuhe und Kleider, die gut zu reinigen sind

Kosten: Fr. 155.– pro Person, inklusive Material + Getränken

Freitag, 12. November, 9 bis 17 Uhr

Ort: 8632 Tann, Tannackerstr. 15

Kursleitung: Verena Fritschy

Mitnehmen: Schürze, Schere, Schachtel für den Transport

Mittagslunch: mitbringen

Kosten: Fr. 155.– pro Person, inklusive Material + Getränken

Mittwoch, 17. November, 9 bis 16 Uhr

Ort: 4800 Zofingen, Luzernerstr. 19

Kursleitung: Theres Affentranger

Mitnehmen: Schürze, Schere, Schachtel für den Transport

Mittagslunch: mitbringen

Kosten: Fr. 155.– pro Person, inklusive Material + Getränken

Kurs:

**Weihnachtsengel
aus Gips**

Samstag, 9. Oktober, 9 bis 16 Uhr

Ort: 9043 Trogen, Atelier, Nidernweg 19

Kursleitung: Alice Krüsi

Kleidung: Bequem, gut waschbar (Kleidung und Schuhe)

Mittagslunch: inklusive

Kosten: Fr. 155.– pro Person, inklusive Material + Getränken

Anmeldung für den Kurs «Weihnachtsengel». Da bin ich dabei.

- Ja, ich/wir reserviere/-n _____ (Anzahl) Platz/Plätze für den Kurs «Weihnachtsengel» in Trogen. Ja, ich/wir reserviere/-n _____ (Anzahl) Platz/Plätze für den Kurs «Weihnachtsengel» in Tann.
 Ja, ich/wir reserviere/-n _____ (Anzahl) Platz/Plätze für den Kurs «Weihnachtsengel» in Biel. Ja, ich/wir reserviere/-n _____ (Anzahl) Platz/Plätze für den Kurs «Weihnachtsengel» in Zofingen.

Name _____ Vorname _____ Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____ Telefon _____ E-Mail _____

Coupon einsenden oder faxen an: Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Weihnachtsengel», Postfach, 8401 Winterthur, Tel. 058 433 54 09, Fax 058 433 54 07.
 Anmeldeschluss: 30. September 2010

Für Häppchenjäger

Schon probiert?

Whiskas Snacks mit saftiger Füllung in knackiger Hülle sind ideal für ein unwiderstehliches Bisselerlebnis zu jeder Tageszeit. Probieren Sie die Whiskas Snacks aus Ihrem Volk.



whiskas

Katzen würden Whiskas® kaufen.



mit Huhn und Käse



Anti-Hairball

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Die neue WC-Ente - befreit von Urinstein und Kalk.

Kompromisslose Sauberkeit bis unter den Rand.

Versteckte Ablagerungen im WC erkennt man nicht immer auf den ersten Blick. An schwer erreichbaren Stellen sammeln sich oft Urinstein und Kalk an und bilden einen Herd für Bakterien, die sich unbemerkt vermehren. Mit ihrem einzigartig geformten Hals entfernt die WC-Ente Urinstein und Kalk bis unter den Rand und sorgt so für perfekte Sauberkeit und einen angenehm frischen Duft im WC.

Ente gut. Alles gut.

Neue
Formel
mit Citrus-
Duft

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Johnson
A FAMILY COMPANY
UNE ENTREPRISE FAMILIALE

Farbenfroh

wie der Herbst



Lieber kräftig draufhauen oder filigran dekorieren? Das Angebot der Naturena-Kurse im Fricktal, Zugerland und in Werdenberg ist so bunt wie das Herbstlaub.



Zusatzkurs:
Mittwoch, 27. Oktober,
9–16 Uhr

Fricktal:
Draht-Leuchtkugeln



Zusatzkurs:
Freitag, 22. Oktober,
9–17 Uhr

Werdenberg:
Steinbildhauen



Zugerland:
Tortendekorationen

Samstag, 16. Oktober, 9–16 Uhr. **Ausgebucht!**

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau.

Programm: Funkelnde Kugeln als Dekoration und Stimmungslichter sind im Trend und bringen Atmosphäre in Ihre Räume. Die Kursleiterin zeigt Ihnen den richtigen Dreh, wie Sie selber solche attraktive Leuchtkugeln herstellen können. Aus grossen Mengen Draht wickeln Sie eine Kugel, die mit kleinen Elektrolämpchen für den Innenbereich ausgeleuchtet wird. Die Lämpchen können mit einem externen Schalter ein- und ausgeschaltet werden, dadurch ist diese Deko-Kugel zu jeder Tages- und Jahreszeit ein stilvolles Raumaccessoire.

Teilnehmer: 10 Personen ab 18 Jahren.

Mitbringen: Kleine Zange und Pinzette oder Schraubenzieher (Länge ca. 30 cm).

Leitung: Doris Jakob, Langnau, www.handarbeiten-jakob.ch.

Preis: Fr. 170.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie das Material für Ihre Leuchtkugel.

Samstag, 23. Oktober, 9–17 Uhr. **Ausgebucht!**

Ort: Volg Erlebnishof, Karmaad, 9473 Gams.

Programm: Das plastische Gestalten mit Naturstein will gelernt sein. Zuerst werden Ideen und Vorstellungen sortiert, dann ein Motiv oder Objekt ausgewählt und der geeignete Stein ausgesucht. Mit Hammer und Meissel geht es dann an die Umsetzung Ihrer Form. Unterstützt und betreut werden Sie dabei von einem erfahrenen Bildhauer, der Ihnen die Grundkenntnisse der Steinbearbeitung vermittelt. Er berät Sie von der Skizze bis zum fertigen Werk und Sie lernen Schritt für Schritt, aus Sand- oder Kalkstein dekorative Skulpturen oder Steinobjekte zu formen.

Teilnehmer: 10 Personen ab 16 Jahren.

Kleidung: Bequeme, staubunempfindliche Arbeitskleidung, Arbeitshandschuhe und Schutzbrille, sofern vorhanden.

Mitbringen: Notizblock mit Schreibzeug.

Leitung: Michael Bauer, Teufen, www.bauersteine.ch.

Preis: Fr. 180.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie das Material für Ihr Steinobjekt.

Samstag, 2. Oktober, 10–15 Uhr.

Ort: Volg Erlebnishof, Hofmärcht, Deinikon, 6340 Baar.

Programm: Für eine effektvolle Tortendekoration braucht es kreative Ideen, Fingerspitzengefühl und natürlich die richtige Technik im Umgang mit den verschiedenen Zutaten. Es gibt unendlich viele Möglichkeiten, Torten in regelrechte Kunstwerke zu verwandeln. Als angehende Zuckerbäcker lernen Sie vom Kursleiter, wie Sie passend zu verschiedenen Themen und Anlässen Marzipan zu wunderschönen Motiven modellieren und diese mit Lebensmittelfarben, Glitzer und anderen Materialien nach Belieben ausgestalten können.

Teilnehmer: 20 Personen ab 12 Jahren.

Leitung: Christian Jauch, Pâtissier, Volketswil.

Preis: Fr. 95.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie das benötigte Material.

Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Naturena», Postfach, 8401 Winterthur, Tel. 058 433 54 09

Anmeldungen «Draht-Leuchtkugeln», «Steinbildhauen» und «Tortendekorationen».

- Ja, ich/wir reserviere/-n _____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Draht-Leuchtkugeln»
- Ja, ich/wir reserviere/-n _____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Steinbildhauen»
- Ja, ich/wir reserviere/-n _____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Tortendekorationen»

Online-Anmeldungen unter www.naturena.ch, Fricktal, Werdenberg oder Zugerland, Rubrik Veranstaltungen. Hier erfahren Sie auch aktuell, falls Kurse/Workshops ausgebucht sind.

Name Vorname Strasse/Nr.

PLZ/Ort Telefon E-Mail

Coupon einsenden oder faxen an: Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Naturena», Postfach, 8401 Winterthur, Tel. 058 433 54 09, Fax 058 433 54 07.

Anmeldeschluss: 20. September 2010

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben



Erfrisch dir den Sommer!

Mit den Ricola Sommerversorten.



Wer hat's erfunden?

Ricola[®]

www.ricola.ch

Welcher Lerntyp bist du? Wenn du das weisst, fällt dir das Büffeln gleich viel leichter.



Bianca Egli, Lehrling im Volg Oberuzwil, kann gut mit Musik lernen. Beim Englischwörtli-Lernen setzt sie auf Kärtchen.

Gewinne eine Lernsoftware!

Mit der Langenscheidt Lernsoftware «in mind» bekommst du einfach alles in den Kopf! Und das überall – am PC, auf dem MP3-Player und dem Handy.

Wir verlosen 5 Lernsysteme «in mind».

Schick eine Postkarte mit deinem vollständigen Absender an: Volg Konsumwaren «Lernsystem», Postfach 344, 8401 Winterthur.

«in mind» – Das Lernsystem. Langenscheidt, ISBN-10:3-468-91150-5



Manchmal ist es zum Verrücktwerden: Der Schulstoff will einfach nicht in den Kopf! Das hat oft weniger mit Intelligenz, als mit der Art des Lernens zu tun. Generell gilt: Am besten merkst du dir Informationen, wenn alle Sinne daran beteiligt sind. Doch je nach Lerntyp sprichst du auf eine Strategie besonders an:

DER AUDITIVE LERNTYP

Deine Stärke: Du nimmst gesprochene Informationen gut auf, du hörst gerne Hörbücher, erinnerst dich an Melodien.

So nutzt du sie: Fremdsprachen-Wörtli laut vorsagen, Lern-CDs, Referate anhören. Hintergrundgeräusche wie Musik oder TV beim Lernen vermeiden.

DER MOTORISCHE LERNTYP

Deine Stärke: Du probierst Neues lieber selbst aus, statt eine Gebrauchsanweisung zu lesen. Du experimentierst gerne.

DER KOMMUNIKATIVE LERNTYP

Deine Stärke: Du kannst Informationen aus einem Gespräch gut behalten, du diskutierst gerne, fragst nach Hintergründen.

So nutzt du sie: Mach Frage-Antwort-Spiele, triff dich mit einem

Lernpartner und zu Diskussionsgruppen oder mach Rollenspiele.

Lernen?

Easy!

So nutzt du sie: Lauf beim Lernen durchs Zimmer oder kau Kaugummi. Besuche Naturerlebnispfade (z.B. Naturena) oder Science-Center (z.B. das Technorama).

DER VISUELLE LERNTYP

Deine Stärke: Du magst Grafiken, Zeichnungen, holst dir Infos aus Texten. Du machst dir viele Notizen.

So nutzt du sie: Mit Textmarker Wichtiges hervorheben. Zusammenfassungen erstellen. Beim Auswendiglernen: Lernstoff aufschreiben oder eine Skizze davon machen.



Karin Niedermann, Lehrling im Volg Waldkirch, merkt sich Lerninhalte durch Lesen und anschliessendes Schreiben von Zusammenfassungen.

Südländisches Temperament aus dem Schaffhauser Blauburgunderland.

Trutzig ragt die Bergkirche St. Moritz – Wahrzeichen für das ganze Klettgauertal – über den Reben in den



Himmel. Hier befindet sich das Zentrum des Schaffhauser Blauburgunderlandes mit seinen beiden Hauptorten Hallau und Wilchingen. Noch bis vor 200'000 Jahren

mändrierte der Rhein durch das Klettgauertal und hinterliess tonhaltige Kalkböden. Für dieses Rheinerbe bedankt sich heute die Blauburgundertraube mit vollmundigen, samtig-weichen Weinen. Ein mildes Klima, wenig Niederschläge (das Blauburgunderland liegt im Regenschatten des Schwarzwalds), viel Sonne und nicht zuletzt die Liebe der Rebleute zu ihrem Pinot Noir lassen herausragende, feinfruchtige Weine mit reichem Bouquet und harmonischem Körper entstehen.

SCHAFFHAUSER
**BLAU
BURGUNDER
LAND**



Urs Schweingruber, VOLG Weinkellereien Winterthur:
«An den besten, sonnenverwöhnten Lagen von Hallau wächst dieser Wein. Kräftiges bis dichtes Rubinrot. Weicher Auftakt, dichter Mittelteil, samtig anhaltender Abgang. Passt sehr gut zu Fleisch- und Käseplatten sowie gebratenem Fleisch.»
Bei Volg. CHF 13.90 (75cl)

«Selbstgemachte Gourmet-Produkte» bei ...



... **COOKUK IN AARAU**
MIT SUSANNE VÖGELI:
 28. September, 18.00–22.00 Uhr
 Anmeldung: www.cookuk.ch
 oder Telefon 062 823 52 92
 Cookuk, Schachenallee 29
 5000 Aarau
mail@cookuk.ch

... **CULINEA IN OERLIKON**
MIT DANIEL HINDER:
 12. Oktober, 18.30–22.30 Uhr
 Anmeldung: www.culinea-kochstudio.ch
 oder Telefon 044 388 44 66
 Culinea Kochstudio, Affolternstrasse 52
 8050 Zürich-Oerlikon
info@culinea.ch



... **PETER'S KOCHSCHULE**
IN GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:
 18. Oktober, 18.30–22.30 Uhr
 Anmeldung: www.peters-kochschule.ch
 oder Telefon 071 383 27 17
 Peter's Kochschule, Tellstrasse 4b
 9200 Gossau SG
info@peters-kochschule.ch

Alle Kurslokale sind bequem mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und in wenigen Minuten vom Bahnhof aus zu Fuss erreichbar. Die Kosten für den Kurs, inklusive Apéro, Essen, Getränken und Wein, betragen pauschal Fr. 130.– pro Person. Anmeldungen über die Volg-Homepage (www.volg.ch) oder direkt beim jeweiligen Kochstudio – via Internet oder Telefon, ganz nach Ihrem Gusto.

Die Rezepte werden den Kursteilnehmenden schriftlich abgegeben. Aktualisierte Informationen finden Sie auf www.volg.ch.

VORSCHAU

Herbstliche Fleischgerichte. Zu keiner Jahreszeit gibt es so viele kulinarische Köstlichkeiten wie jetzt. Aus dieser Pracht haben wir herbstliche Gerichte kreiert und beschäftigen uns mit Fleischkunde und Garungsstufen. Ein fleischiger Abend für leidenschaftliche Köchinnen und Köche!

20. Oktober 2010 in Aarau
 2. November 2010 in Oerlikon
 9. November 2010 in Gossau

Festliches Weihnachtsmenü. Überraschen Sie dieses Jahr Ihre Liebsten mit zweierlei: mit festlichen Gerichten, die jedes Gourmetherz höher schlagen lassen, und mit viel Zeit. Denn unsere Festtagsrezepte lassen sich gut vorbereiten.

17. November 2010 in Aarau
 28. November 2010 in Gossau
 7. Dezember 2010 in Oerlikon

Es müssen nicht immer Blumen oder Wein sein. Als Dankeschön für eine Einladung, als Geburtstags- oder Weihnachtsgeschenk oder als kleine Überraschung für Menschen, die man mag, sind selbstgemachte Gourmetprodukte ein Hit. In den Oktober-Kursen zeigen Ihnen unsere Profiköche in Aarau, Oerlikon und Gossau, wie Sie erstklassige Ausgangsprodukte beispielsweise zu einem würzigen Chutney, zu pikantem Sugo oder zu einem fruchtigen Senf verarbeiten. So stellen Sie Ihre eigene, exklusive Gourmet-Linie auf Vorrat her.

Haus- gemacht: 5-Sterne- Produkte



Melden Sie sich schnell an, die Teilnehmerzahl ist begrenzt!



Lust auf Geschmack?

Neu



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

www.mccain.ch

Vom Tiefkühler in den Backofen.

Mach dich bereit für viel Genuss!



Bei Volg finden Sie Mars, Twix, MilkyWay und Snickers – der gluschtige Mix in praktischer Minis-Grösse.

volgi & volgine



Wie fuchsig du bist, kannst du schon mal mit diesem Rätsel testen. Die ausführlichen Antworten und noch viel mehr findest du im neuen HEY.

1. Wie sagt man Zwillingen, die genau gleich aussehen?

- W Eineiige Zwillinge
- A Einbeinige Zwillinge

2. Woraus werden Fischstäbchen gemacht?

- K Goldfisch
- I Alaska-Seelachs

3. Worin ist der Steinbock spitze?

- Y Rückwärtsgehen
- N Klettern

4. Was lässt sich aus einem einfachen Draht-Kleiderbügel basteln?

- D HEY-Halter
- M Kopfkissen

Lösungswort:



Trage den Buchstaben der richtigen Antwort ins passende Farbfeld ein.



HEY September/Oktober
Ab dem
13. September
in deinem Volg

HEY, verpasst das nicht!

Freunde, es ist wieder soweit:

Ab dem 13. September 2010 wartet das druckfrische HEY im Volg auf euch. Aber denkt dran: HEY ist nur für clevere Mädchen und schlaue Jungs!

Buchstabenfischen

Im neuen HEY wird auch gespielt! Volgi, Volgine & ihre Freunde präsentieren viele, viele Pausenspiele. Hier ein Vorgesmack, was sich zwischen dem Läuten anstellen lässt.

Fürs Buchstabenfischen braucht ihr:

35 Papierschnipsel

35 Büroklammern

Stift

2 Röhrlü

2 Fäden, ca. 15 cm

Klebstreifen

2 Magnete

Grünes Papier,
Schere

1 Konfiglas



1 Schreibt auf die Schnipsel je einen Buchstaben des Alphabets. Die Buchstaben «E», «N» und «S» sollen 3-mal vorkommen, «I», «T» und «A» 2-mal, alle anderen 1-mal. Steckt an jeden Schnipsel eine Büroklammer.



2 Befestigt mit Klebstreifen einen Magneten an einen Faden. Den Faden samt Magnet klebt ihr dann an ein Röhrlü. Fertig ist die Fischerrute.



3 Schneidet aus grünem Papier Schlingpflanzen. Klebt diese rund ums Konfiglas. Jetzt können die Ruten ausgeworfen werden!



4 Und so geht Buchstabenfischen: Gebt alle Buchstaben-Schnipsel ins Konfiglas. Daraus fischt ihr nun abwechslungsweise Buchstaben (natürlich ohne an den Grund zu gucken). Wer kann als Erstes aus seinem «Fang» ein Wort bilden?

Gourmet-Brot



In der Welt der Gourmets sind die edlen Pumpernickel-, Vollkornbrote und internationalen Brotspezialitäten von Mestemacher der Hit.

Gourmet-Rezept:
Pumpernickel-Käsepralinen
weitere Brotrezepte unter:
www.mestemacher.de



Serviervorschlag

Vertrieb durch TOGA FOOD SA · CH-3380 Wangen an der Aare · www.togafood.ch

Instant-Kaffee in der Geschmacksnote Espresso
....passione pura

CAFFÈ
CHICCO D'ORO

Löslicher Kaffee
Caffè soluble
Caffè liofilizzato
Instant coffee

CAFFÈ
CHICCO D'ORO

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Birnen-Auflauf mit Espresso-Glacé

Zutaten für 4 Personen:

Auflaufformen ausbuttern. 12 Haselnuss-Sablés fein zerbröseln und in die Formen verteilen. 4 geschälte und entkernte, in Spalten geschnittene Birnen verteilen. 4 Eigelbe mit 6 EL Zucker schaumig schlagen. 300 g Magerquark und 2 EL Vanillecremepulver dazugeben und rühren, bis eine dickflüssige Masse entsteht. Die Quarkmischung über die Birnen giessen und ca. 30 Minuten im auf 180 °C vorgeheizten Ofen backen. Eine Kugel Mövenpick Espresso-Glacé in die Mitte setzen und sofort servieren.

Süss und
saftig

Saison
im VOLG

Die zarte Herbstfrucht mit dem starken Geschmack: Birnen haben jetzt ihren ganz grossen Auftritt.

Die Birne gehört zu den «Global Players»: Rund 5000 Sorten gibt es von der zur Familie der Rosengewächse gehörenden Frucht in den verschiedenen Weltregionen. In der Schweiz liegt sie mit einer Anbaufläche von rund 900 Hektar auf Platz zwei der Fruchthitparade. Immerhin 3,3 Kilogramm werden pro Jahr und Person gegessen.

PROMINENTES QUARTETT

Zu den verbreitetsten Sorten gehören hierzulande die Williams

Birne, die Conférence sowie die Kaiser Alexander und die Gute Luise. Aber egal, welche Sorte: Birnen sind nicht nur kalorienarm – 100 Gramm enthalten gerade mal 60 Kalorien –, sondern auch reich an Inhaltsstoffen. Dazu gehören die Vitamine A, B1, B2 und C sowie die Mineralstoffe Kalium, Kalzium und Magnesium. Da Birnen nur wenig Säure enthalten, sind sie zudem äusserst vielseitig und lassen sich mit Gewürzen wie Zimt, Ingwer, Chili oder Nelken immer wieder zu neuen Gerichten kombinieren. ◀



Braucht deine Fitness einen Kick
– iss einfach schnell ein **minipic!**



minipic

Der Fitmacher für zwischendurch und überall!

Grischuna produziert über 50 Bündner Spezialitäten.

minipic ist seit über 30 Jahren der beliebteste und bekannteste Fleisch Snack der Schweiz. Besonders beliebt ist **minipic** bei Auto- und Radfahrern, Wanderern – und natürlich bei Kindern.

Einfach bei all jenen, die schnell den kleinen Hunger stillen wollen.

Aber Achtung: ein **minipic** ruft nach mehr!

News & Rezepte

www.grischuna.ch

www.minipic.ch

minipic minipic minipic minipic

Genussvoll gesund



Wissen woher es kommt.

Bei diesen Fredy's-Broten wissen Sie was Sie kaufen – sind sicher, woher die Rohstoffe stammen und wo sie verarbeitet werden – **Swiss Garantie** natürlich.

Schweiz und Regional - der Umwelt und dem Genuss zuliebe.

Hausbrot
Chnorz
Wild & Ruch

www.fredys.ch

fredy's
THE FINE ART OF BREAD

Sellerieschnitzel im Kokosmantel mit Peperonicoulis

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Knollensellerie
- 4 EL Zitronensaft
- 1 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- 1 rote Peperoni, gewürfelt
- 1 EL Tomatenpüree
- 2,5 dl Gemüsebouillon

- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Mehl zum Wenden
- 2 Eier, verquirlt
- 100 g Kokosraspel
- 4 EL Sonnenblumenöl

Zubereitung:

1. Sellerie rüsten, in Scheiben schneiden, mit Zitronensaft einreiben. In Salzwasser ca. 8 Min.

knackig kochen, abtropfen lassen.
 2. Olivenöl erhitzen und die Zwiebel begeben, kurz andünsten. Knoblauch und Peperoni 3 Min. mitdünsten, Tomatenpüree dazugeben und kurz mitdünsten, mit Bouillon ablöschen, ca. 15 Min. kochen und alles pürieren.
 3. Sellerie mit Salz und Pfeffer

würzen, im Mehl wenden, durchs Ei ziehen, in Kokosraspeln wenden.
 4. Öl erhitzen und Sellerie darin ca. 5 Min. goldgelb braten. Auf Küchenpapier abtropfen, halbieren und mit Sauce anrichten.
Tipp: Dazu passt Basmatireis.
Zubereitung ca. 40 Min.



ZUM SAMMELN

Lachspiccata mit Safran

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Lachstranchen à 150 g
- 3 Eier
- 100 g Grana Padano, gerieben
- 500 mg Safranpulver
- 4 EL Schnittlauch, fein geschnitten
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Mehl zum Wenden
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Butter

Zubereitung:

Lachstranchen in je 3 Schnitzel schneiden. Eier, Käse, Safran und Schnittlauch zu Teig verrühren. Lachs mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, gut abklopfen. Olivenöl und Butter in Bratpfanne erhitzen, Lachsschnitzel durch den



Piccateig ziehen und beidseitig ca. 4 Min. goldgelb braten.
Tipp: Anstatt Schnittlauch kann auch Kresse verwendet werden.
Zubereitung ca. 20 Min.

Mediterraner Kartoffelsalat

Zutaten für 4 Personen:

- 800 g Kartoffeln, festkochend
- 2 dl Gemüsebouillon
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- 4 EL Aceto Balsamico, rosso
- 6 EL Olivenöl
- 4 EL Basilikum, fein geschnitten
- 2 EL Thymianblättchen
- 8 Cherrytomaten
- 4 EL Oliven, schwarz, entsteint
- 4 EL Kapern
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Kartoffeln waschen und in kaltem Wasser zum Kochen bringen und gar kochen. Gemüsebouillon

erhitzen, Zwiebel und Knoblauch begeben und ca. 3 Min. mitkochen, vom Herd nehmen, zuerst Aceto, dann Olivenöl unterrühren.
 2. Kartoffeln noch warm schälen und in Scheiben schneiden, mit der Sauce mischen und die restlichen Zutaten unterheben, mit Salz und Pfeffer würzen.
Zubereitung ca. 45 Min.



Silverleaf Konserven vom Kap der guten Früchte



In den wunderschönen, fruchtbaren Tälern des Kapgebirges im sonnigen Südafrika wird das Silverleaf Obst angebaut. Jede Ernte wird von der Plantage bis zur Verarbeitung strengstens überwacht, um nur beste Qualitäten zu produzieren. Feste, saftige Konsistenz mit natürlichem Aroma – ideal als Dessert oder für zwischendurch!

Silverleaf



Le Parfait feiert **60** Jahre!



Geniessen Sie die Geschichte von Le Parfait auf www.leparfait.ch

Marmor Cake «hausgemacht»



Nur eine von vielen Möglichkeiten, unsere Backmischungen zu verfeinern: «Schwarz-Weiss-Kuchen». Bestellen Sie jetzt einfach gratis das Rezept: tina.valli@oetker.ch oder 062 285 53 41.



Qualität ist das beste Rezept.

Pouletinvoltini alla Saltimbocca



Zutaten für 4 Personen:

4 Pouletbrüstchen
4 Tomaten
150 g Mozzarella
4 Rohschinkentranchen
8 Salbeiblätter
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Zahnstocher zum Fixieren
2 EL Olivenöl

Zubereitung:

1. Pouletbrüstchen längs halbieren und zwischen Haushaltfolie mit Pfanne flach klopfen. Tomaten oben kreuzweise einschneiden und in kochendem Wasser ca. 2 Min. blanchieren, in Eiswasser abschrecken. Tomaten häuten, oben und unten eine

Scheibe abschneiden und das Kerngehäuse herausschneiden, sodass ein langes Stück entsteht. Mozzarella in 1 cm dicke Scheiben schneiden.

2. Ofen auf 180 °C vorheizen. Rohschinkentranchen auslegen und die Salbeiblätter verteilen. Poulet drauflegen und innen mit Salz und Pfeffer würzen, Tomaten und Mozzarella drauflegen. Enden einschlagen und aufrollen, mit Zahnstocher fixieren.

3. Die Involtini im heissen Olivenöl ca. 4 Min. anbraten, im Ofen ca. 8 Min. fertig garen.

Tipp: Mit Risotto servieren.

Zubereitung ca. 40 Min. + ca. 8 Min. garen

Kartoffelsalat



1/2 Salatgurke
4 Radiesli in Scheiben

Zubereitung:

1. Kartoffeln waschen und in kaltem Wasser zum Kochen bringen und gar kochen. Gemüsebouillon erhitzen, Zwiebel beigegeben und ca. 3 Min. mitkochen, vom Herd nehmen und Mayonnaise mit einem Schwingbesen unterrühren. Essig unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2. Kartoffeln noch warm schälen, in Scheiben schneiden, mit der warmen Sauce mischen. Schnittlauch und Peterli beigegeben. Gurke schälen, entkernen, in Scheiben schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Salat mit Radiesli und Gurken garnieren. Sofort servieren.

Zubereitung ca. 45 Min.

Zutaten für 4 Personen:

800 g Kartoffeln, festkochend
3 dl Gemüsebouillon
1 Zwiebel, fein geschnitten
4 EL Mayonnaise
4 EL Weissweinessig
Salz, Pfeffer aus der Mühle
4 EL Schnittlauch, fein geschnitten
4 EL Peterli, fein geschnitten

Mediterranes Schnitzelbrot

Zutaten für 4 Personen:

4 Ciabatta-Brote
10 g Butter
1/2 Bt. Eisbergsalat, geschnitten
1 Zwiebel, in Ringe geschnitten
4 Rindsplätzli à la Minute
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL Olivenöl

Sauce:

4 EL Mayonnaise
4 EL Quark
2 EL Oliven, fein geschnitten
2 EL Essiggurken, fein geschnitten
2 EL Kapern, fein geschnitten
2 EL getrocknete Tomaten, fein geschnitten
2 EL Peterli, fein geschnitten
2 EL Schnittlauch, fein geschnitten
1 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Für die Sauce alle Zutaten mischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Die Ciabatta-Brote halbieren und die Schnittflächen mit Butter bestreichen.

3. Untere Hälfte der vier Brote mit Salat und Zwiebelringen belegen. Rindsplätzli mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Plätzli darin ca. 4 Min. beidseitig braten. Auf Brote geben, die Sauce dazugeben und mit dem Brotdeckel abschliessen, fertiges Schnitzelbrot quer aufschneiden.

Zubereitung ca. 25 Min.

Wienerschnitzel

Zutaten für 4 Personen:

250 g Toastbrot
4 Kalbsschnitzel
Salz, Pfeffer aus der Mühle
6 EL Mehl zum Wenden
2 Eier, verquirlt
150 g Bratbutter
2 Zitronen

Zubereitung:

1. Toastbrot ohne Rinde in einer Küchenmaschine fein reiben.

2. Das Kalbsschnitzel zwischen Klarsichtfolie flach klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen und im Mehl wenden. Durchs Ei ziehen, beidseitig im geriebenen Toastbrot wenden und gut andrücken.

3. Die Bratbutter in einer weiten Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin bei mittlerer Hitze ca. 4 Minuten halb schwimmend ausbacken, mit Zitronenschnitzen servieren.

Zubereitung ca. 30 Min.

neu

Jem[®]
tempo

Ihre Haut verdient
extra *sanfte* Sauberkeit.

Tempo Feuchte Toilettentücher.



Tempo Feuchte Toilettentücher bieten Ihnen nicht nur aufgrund der bewährten Sanftheit und Stärke von Tempo ein Höchstmaß an Komfort. Pflegende Kamille verwöhnt Ihre Haut zusätzlich und dank des optimalen Feuchtigkeitsgehalts sorgen die extra großen Tücher für eine besonders gründliche und pflegende Reinigung. Darüber hinaus lösen sie sich im Wasser auf und sind biologisch abbaubar. Die **praktische Box** von Tempo für feuchte Toilettentücher ist wieder auffüllbar und schützt die Tücher wirksam gegen Feuchtigkeitsverlust und ermöglicht eine leichte Tuchentnahme.

Für ein sicheres Gefühl von Sauberkeit.

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Rahmschnitzel

Zutaten für 4 Personen:

- 8 Schweinsplätzli, Nierstück
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Mehl zum Wenden
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 10 g Butter
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 200 g Champignons, in Scheiben geschnitten
- 4 dl Rahmsauce
- 4 EL Schnittlauch, fein geschnitten



dünsten, Champignons begeben und mitdünsten, und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Flüssigkeit einkochen lassen. Rahmsauce begeben und etwa 10 Min. kochen lassen, Schnittlauch unterheben.

3. Fleisch auf Teller anrichten und mit der Champignonrahmsauce servieren.

Tipp: Dazu passen Nudeln.
Zubereitung ca. 25 Min.

Zubereitung:

- 1.** Fleisch würzen, im Mehl wenden, Öl erhitzen und die Schweinsplätzli darin etwa 3 Min. beidseitig anbraten, herausnehmen und warm stellen.
- 2.** Butter erhitzen, Zwiebel an-

Karamellierte Ananasschnitzel mit Mascarpone-Creme

Zutaten für 4 Personen:

Mascarpone-Creme:

- 2 Eigelb
- 25 g Zucker
- 1/2 Vanilleschote, Mark
- 0,5 dl Vollrahm
- 125 g Mascarpone

Ananas:

- 1 Ananas
- 150 g Zucker
- 4 EL Rum
- 4 EL Wasser



und Schlagrahm unterheben.

2. Ananas in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden, Strunk in der Mitte rund ausstechen. Zucker langsam karamellisieren lassen, Ananasscheiben dazugeben. Mit Rum und Wasser ablöschen und Ananas darin ca. 4 Min. beidseitig schmoren. Ananas mit der Creme servieren.

Zubereitung ca. 40 Min.

Zubereitung:

- 1.** Eigelb mit Zucker und Vanillemark über dem Wasserbad cremig schlagen. Wegnehmen und rühren bis erkaltet. Vollrahm steif schlagen. Mascarpone mit abgekühlter Eigelbmasse verrühren

Rahmsauce

Zutaten für ca. 4 dl:

- 10 g Butter
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 0,5 dl Weisswein
- 1,5 dl Gemüsebouillon
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Nelken
- 3 dl Vollrahm

Muskat

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Butter erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Mit Weisswein ablöschen und einreduzieren lassen. Gemüsebouillon, Lorbeerblät-



ter und Nelken begeben und ca. 10 Min. kochen. Rahm dazugießen, nochmals ca. 15 Min. kochen. Durch ein Sieb passieren und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Tipp: mit Zitronensaft, Frischkäse oder Gartenkräutern würzen.

Zubereitung ca. 30 Min.

Edler **Genuss** wie
offener Tee



NEU

DIE NEUE, EXKLUSIVE KOLLEKTION VON LIPTON
Erlesene Schwarztee-Varietäten in allerbesten Lipton Qualität für ein einzigartiges Geschmackserlebnis.
www.lipton.ch

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

 **TEA CAN DO THAT**

HERAUSGEPICKT

Confitura d'ampuaunas selvadias e marmelada d'apricosas cun prosecco, bagiaunas sterilisadas, chantarels en aschieu, murachels e chastagnins setgentads, sirup

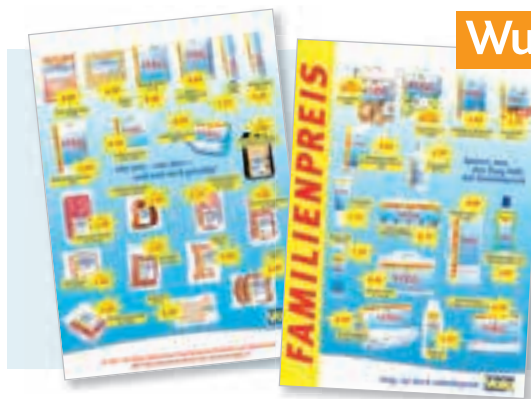


Ilis regals ils pli prezius

da flurs-suvi e da melissa, menta e salvgia setgentada, merengs da differents gusts e da tutta sorts biscuits, cognac d'ovs, zutger da frajas, crema da limoncello ed outras delicatessas fatgas sez. Hmmm, tge datti meglia. Cura che jau survegn u regal tals daletgs per la bucca, è quai per mai insatge ordvart particular. Las spezialitads fatgas sez n'èn per mai betg mo ils regals ils pli prezius, perquai ch'ins n'als po betg cumprar en mintga butia, mabain cunzunt perquai ch'ins regala u survegn regalà cun quels products temp ed amur. Tenor mai dus dals bains ils pli custai-vels insumma! Quantas uras ha il rimnabulieus investi per chattar ils bulieus gustus en lieus allontanads e bain zuppads, quant temp ha la cuschiniera duvrà per preparar, coier ed emplenir vaiders, buttiglias e satgets, e tut quai per far ad insatgi in plaschair? In gest nunpajabel! Pensai a mes plects, charas lecturas e chars lecturs, cura che Vus survegnis la proxima giada ina confitura u in paun fatg sez. La persuna che regala quel sto propi avair gugent Vus, uschiglio na surdess ella a Vus betg in regal talmain singular e da gronda valur. As laschai inspirar da las ideas per regals fatgs sez che Vus chattais en questa revista e mussai era Vus quant gugent che Vus avais insatgi. Stai bainin!


Angela Schmed

Wussten Sie, dass ...



... der neue Familienpreis-Flyer erschienen ist? – Darauf finden Sie nur gute Nachrichten für Ihr Haushaltsbudget: Sie sehen alle Produkte der Günstiglinie vom Volg. Sie beinhaltet Food- und Non-Food-Artikel von A wie Aprikosenkonfitüre bis W wie Windeln. Neu versüssen ein fruchtiger Beerensirup und feine Gummibärli das Sortiment. Wie alle Familienpreis-Produkte sind sie gross in der Menge und klein im Preis. Mit dem Familienpreis-Flyer ist Sparen wirklich ein Kinderspiel!



Danyel Couet:
Das Paris-Kochbuch
Gerstenberg, 262 Seiten,
ISBN 3-8369-2998-8



Paris ist immer eine Reise wert, auch eine kulinarische! Wo sonst gibt es Süsskartoffelbällchen aus Ghana neben Pastrami, Bœuf bourguignon neben Couscous und indischem süssen Lassi? Danyel Couet nimmt die Leser in diesem Buch auf einen Spaziergang mit durch das Paris der Küchen aus aller Welt.

Lesenswert!



Peter Donatsch:
**Traumhafte Hüttenziele
in den Schweizer Alpen**
AT Verlag, 159 Seiten,
ISBN-10:3-03800-526-6

Das Buch enthält eine Auswahl der schönsten Hütten der Schweizer Alpen, die für Bergwanderer und Familien mit Kindern besonders attraktiv sind, von bekannten Zielen bis zu den Geheimtipps. Ein umfassender Informationsteil enthält Wegbeschreibungen, Übersichtskarten und mehr.



**Carolyn und Chris
Caldicott: World Food Café**
Freies Geistesleben. 192 Seiten,
ISBN 3-7725-2521-0

Carolyn und Chris Caldicott brachten von ihren vielen Reisen Anekdoten und Rezepte mit und eröffneten in London das bekannte «World Food Café», wo sie vegetarische Gerichte aus aller Welt anbieten. Ausgewählte Rezepte, Reiseerlebnisse und stimmungsvolle Fotos stellen sie in diesem Buch vor.



Mehr Informationen zu BEA
unter www.bea-verlag.ch
oder Tel. 056 441 70 71

Verlosung Slackline

Slackline heisst die neue Trendsportart, die wir im Heft 7 vorgestellt haben. Dazu haben wir fünf Gibbon-Jumplines verlost. Gewonnen haben: Christopher Pfister aus Bischofszell, Lena Koller aus Untersiggenthal, Willy Gassmann aus Beringen, Michelle Rupp aus Hermetschwil und Ron Stillhardt aus Ballwil.

Siegername des Toffifee- und Knoppers-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 6/10: «Toffolino».

Der 1. bis 10. Preis, je ein Familien-Seilpark-Eintritt für zwei Erwachsene und drei Kinder im Wert von Fr. 380.– inklusive Fr. 200.– Taschengeld, ging an Viviane Ruhstaller aus Willershof, Elena Di Labio aus Bern, Markus Möckli aus Turbenthal, Erika Ohl aus Kloten, Leandro Polizzi aus Grafstal, Michelle Spörri aus Buchs, Andrea Marco Steiger aus Rothrist, Mischa Suremann aus Zuzgen, Siegfried Ulrich aus Veltheim und Monica Werder aus Bülach. Der 11.–20. Preis, je ein grosses Seilpark-Eichhörnchen aus Plüsch im Wert von Fr. 180.–, ging nach Finstersee, Madetswil, Mauren, Bäriswil, Vorderwald, Steinebrunn, Grafstal, Hinwil, Tegerfelden und Beckenried. 20 weitere Teilnehmer gewannen je einen Seilpark-Eintritt für zwei Personen im Wert von Fr. 120.–.

Novissimo S'POSCHTI- GWÜNNSPIEL VOM VOLG

Der 1. Preis, ein Gutschein für ein Wellness-Weekend für zwei im Swiss Holiday Park in Morschach im Wert von Fr. 1528.–, ging an Marliese Kekeis aus Elgg. Den 2. bis 6. Preis, je einen Volg-Gutschein über Fr. 50.–, gewannen Max Vontobel aus Neftenbach, Josef Rügge aus Tann, Maria Gaudenz aus Scuol, Ernst Zoller aus Neunkirch und Manuela Blöchliger aus Eschenbach. Zehn weitere Gewinner dürfen sich über je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 20.– freuen. **Lösungswort 7/10: «Junggesellenwohnung»**

Gewinnen mit Toffifee und Knoppers



Die Gewinnerfamilie Josy Ochsner, Irene und Josef Ruhstaller mit ihren Kindern Viviane und Lukas bei der Preisübergabe mit Petra Pfister, Storck/Toffifee (links aussen), und Volg-Product-Managerin Gabi Fehr (rechts aussen).



De grünen Duume

Mit Rittersporn erleben Sie im Garten Ihr blaues Wunder. Das vielseitige Hahnenfussgewächs wird je nach Sorte bis zu zwei Meter hoch und blüht in allen Blauschattierungen. Weisse, rosa und violette Züchtungen erweitern die Farbpalette. Gartenrittersporn wird ab September gepflanzt, am besten in Gruppen von drei bis sechs Exemplaren in durchlässigen und tiefgründigen Gartenböden an sonniger, windgeschützter Lage. Staunässe mag die Pflanze gar nicht. Die erste Blüte erfreut im Juni und hält sich bis Juli. Schneidet man die Pflanze gleich anschliessend auf bis zu 20 cm Höhe zurück, prunkt sie im Herbst mit einem zweiten Blütenflor.

Demnächst «Öise Lade» 10/10 erscheint am 7. Oktober 2010



**Tunken,
spiessen und
geniessen**

Fondues sind ein kulinarischer Hit. Wir stellen überraschende Käse- und Fleischfondues vor, Varianten für Vegetarier, originelle Saucen und mehr.



**Wunderbares
Nass**

Wasser ist in unserem Alltag essenziell: vom Erfrischen übers Wärmen, Inhalieren, Lindern, Reinigen bis zum Dekorieren und Erleben.

Cailler's[®]

of Switzerland



PUR CHOCOLAT, PURE EMOTION.



Maison Cailler depuis 1819