

SEPTEMBER 09/12

# VOISE LADE

DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG FÜR KÜCHE, HEIM UND FREIZEIT

das Heft zum Sammeln

**MORE A MORE**

Italiens pikante Seite

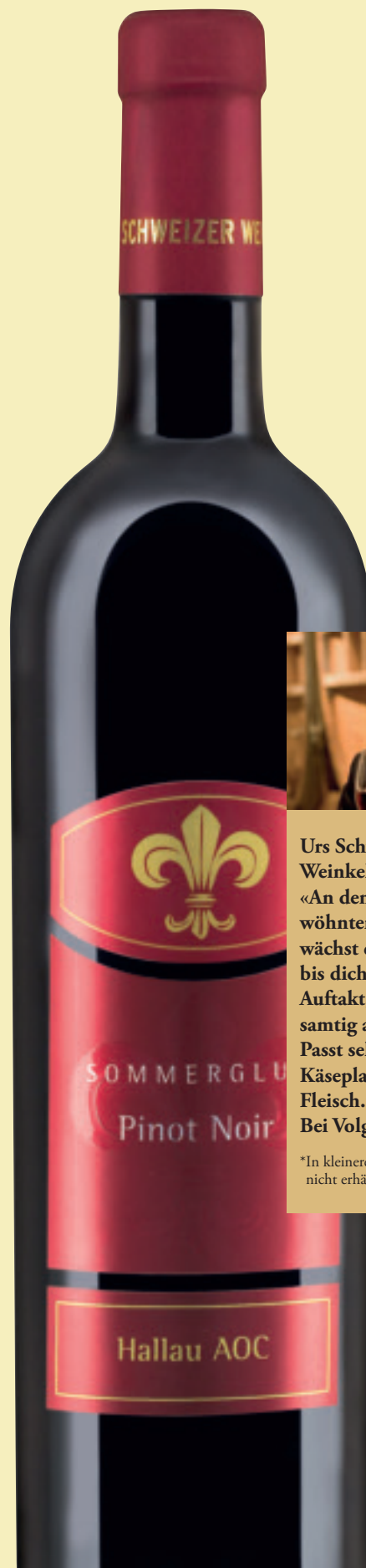
Italia,

amore mio!

frisch und  
fründlich **Volg**

Südländisches  
Temperament aus dem  
Schaffhauser  
Blauburgunderland.

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)

\*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Italiens  
pikante  
Seite

MORE MORE

## Editorial

**G**egenwärtig bilden wir in der Volg-Gruppe 420 Lernende aus. Damit absolvieren heute rund doppelt so viele Lernende eine Ausbildung bei Volg wie noch vor zehn Jahren. Indem wir so vielen Jugendlichen einen soliden Start ins Berufsleben ermöglichen, übernimmt Volg auch soziale Verantwortung. Dabei bieten wir auch dort Ausbildungsplätze an, wo Lehrstellen normalerweise Mangelware sind – beispielsweise in abgelegenen Talschaften und Randregionen.

### Erfolgreich abgeschlossen

Vor Kurzem hat Melanie Horath ihre Lehre als Detailhandelsfachfrau im Volg Müllheim abgeschlossen. Zusammen mit weiteren 151 Lehrgängern, Familienmitgliedern und Lehrmeistern feierte sie an der Volg-Lehrabschlussfeier im Casino Winterthur ihren Erfolg. Diese Schlussfeier ist jeweils auch für mich ein besonderer Anlass, denn ich staune immer wieder, wie aus den einst oft noch scheuen Teenagern während ihrer Ausbildung verantwortungsvolle und selbstständige junge Erwachsene mit einem breiten Fachwissen geworden sind. Melanie Horath bringt dieses erfreulicherweise weiterhin im Volg ein: Die frischgebackene Detailhandelsfachfrau hat kürzlich in der Filiale in Elgg ihre neue Stelle angetreten und damit den nächsten Schritt für eine vielversprechende Karriere getan.

Lesen Sie mehr über die Schlussfeier und Melanie Horath auf den Seiten 44 und 45.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig  
Vorsitzender der  
Geschäftsleitung



Küche



Freizeit



Weinerlebnis

### KÜCHE aktuell

Dolce Vita mit viel Amore

5-7

### Kochschule

Kochen lernen von Profis

8-11

### Marktplatz

Öpfel, Schnitz und Bire

12-13

### Saison im Volg

Saftige Spätsommerboten

49

### Activo

Kurs Ausdrucksmalen

39

### Kochkurs

Kulinarische Herbst-Hits

41

### Naturena

Accessoires und Deko-Objekte

43

### Teens

Grosses Fest zum Lehrabschluss

44-45

volg **volgine**

Ciao, Italia!

47

### Weinerlebnis

Zwei zum Verlieben

14-15

### Hausmarke

Halb so gross, doppelt so frisch

17

### Aktueller Tipp

Jogurt-Genuss für alle

19

Ein Käse mit Charakter

23

Basilikum zum Löffeln

31

### Typisch Schweiz

Typisch Volg

Doppelt gebacken schmeckt besser

20-21

### Dorfladen

Das Team macht den Erfolg

25

### In eigener Sache

OIS CHUCHI

IN FREIZEIT UND FREIZEIT  
GEMEINSAM VOM VOLG

27

### Wettbewerb

Gewinnen mit Cailler

29

### Novissimo

Neu in Ihrem Volg

32-33

### Marke im Volg

Ein Prosit auf das Trend-Bier

35

# Frischer starten!

**AKTION**  
vom 29. August bis 2. September

Jeder Tag verdient einen frischen Start. Am besten gleich zum Frühstück: mit LÄTTA, der Halbfettmargarine, die einfach frisch schmeckt ... und der Tag kann kommen!



Mehr zum Frühstück:  
[www.laetta.ch](http://www.laetta.ch)

\* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Amor hat ein Herz für Verliebte – und für Liebhaber von Desserts. Er präsentiert italienische Gerichte von ihrer süssesten Seite.

**M**it der Vespa durch enge Gassen brausen, Siesta machen, Sonne tanken und vor allem Amore, Amore, Amore: Das ist Italiens Dolce Vita, das süsse Leben im stiefelförmigen Land. «Dolce» geht es auch in unserer Küche zu und her. Fernab der bekannten italienischen Desserts wie Tiramisù und

Cassata entdecken wir, dass die Top-Hits aus Italiens Cucina wie Pizza, Cannelloni und Insalata Caprese auch ihre süsse Seite haben können. Wer könnte diese verführerische Liebe zu den Desserts Italiens besser präsentieren als der Liebesgott Amor? – Mit welchem Gericht trifft er wohl bei Ihnen mitten ins Herz? ▶



**Dolce Vita**

mit viel *Amore*



Ein Hefeteig mit Haselnüssen, ein Belag aus Mascarponecreme und gemischten Beeren und fertig ist die **Beerenpizza**.

Bezugsquelle Tortenplatte: Glasi Hergiswil

Sie mögen's lieber pikant und herzhaft? Kommen Sie zu mir ins More & More. Dort gibt's Pasta, Fleisch und Antipasti. Teuflisch gut!



Sämtliche Rezepte finden Sie ab Seite 51 oder unter [www.volg.ch/rezepte/](http://www.volg.ch/rezepte/)

Von «cannello» (dt. Röhren) stammt das Wort Cannelloni ab. Die **Schoggelloni** mit einer Orangen-Ricotta-Füllung werden auf einer Prosecco-Sauce serviert.

Mmmm! Marzipan... Die **Marzipan-Gnocchi** mit Mohn werden in Guetzlibröseln geschwenkt und auf Erdbeeren angerichtet.



## Himmlich!

## Lasagne zum

## Dessert



Statt wie beim klassischen Insalata Caprese mit Tomaten und Mozzarella besteht der **süsse Caprese** aus Nektarinen, Scheiben aus gekochtem Rahm und Melisseblättern.





Caprese «Salat nach Capri-Art» heisst und es auch eine Torta Caprese gibt, die ebenfalls nach der Insel benannt ist? Oder, dass Gnocchi das typische Gericht des Karnevals von Verona sind?

#### DER GNOCCHI-FREITAG

Höhepunkt des Karnevals ist alljährlich der Venerdi Gnocolar, der Gnocchi-Freitag. Dann hat der Karnevalskönig Papà del Gnoco am Fasnachtsumzug seinen grossen Auftritt. Er führt den Fasnachtsumzug an. Anstelle eines Zepters trägt er eine goldene Gabel mit einem aufgespiessten Riesen-Gnocco in der Hand. An die Kinder verteilt er Süssigkeiten; die Erwachsenen erhalten Gnocchi. Und natürlich tischt eine Veroneser Familie an diesem Tag traditionell einen Teller Gnocchi auf. ▶

*Für die süssen Spaghetti werden gekochte Spaghetti karamellisiert, mit Honig beträufelt und mit Sesam bestreut. Dazu passt eine Sauce aus frischen Himbeeren.*

**S**paghetti, Lasagne, Cannelloni & Co: jeder kennt sie, jeder liebt sie. Und manch einer kann kaum genug davon kriegen. Letztere können sich freuen. Denn, wem es nicht reicht, die Hits der italienischen Küche als Hauptgang zu geniessen, kann jetzt zum Dessert nachdoppeln.

#### SÜSSE STATT SUGO

Wir tischen die kulinarischen Klassiker aus dem Stiefel nämlich ganz unklassisch in einer süssen Variante auf. Spaghetti werden karamellisiert statt mit Sugo serviert. Fruchtig-frisch statt pikant-würzig kommt die Pizza daher. Und bei den Gnocchi mischen wir der Kartoffelmasse Marzipan bei. Mit kleinen, feinen Gerichte-Geschichten versüssen Sie die Dessert-Runde zusätzlich. Wussten Sie zum Beispiel, dass Insalata



*Eine Quarkmasse und Lasagneblätter schichten, dazu ein Zwetschgenkompott anrichten und die Zwetschgen-Lasagne ist genussbereit.*

**VOLG**  
**Koch**  
**kurs** OKTOBER  
*Kulinarische*  
**Herbst-Hits**

Auf Italiens Sommerküche folgen herrliche Herbstgerichte. Bringen Sie sich mit unseren Kochprofis herbstlich in Hochform. Alle Infos auf Seite 41.

# Amaro, Amore, Amaretti

**M**an hätte sie durchaus «Amoretti» taufen können. Denn die zarten italienischen Mandelmakronen muss man einfach lieben! Luftiger Eischnee macht sie himmlisch leicht, der Zucker sorgt für die Süsse und gemahlene Mandeln geben ihnen den Geschmack. Und weil sich ihr Name vom italienischen «amaro» (dt. bitter) ableitet, gibt ein echter Amaretti-Bäcker ein wenig Bittermandelaroma dazu. Wer dieses nicht mag, lässt es einfach weg. Denn die Amaretti schmecken auch ohne den Hauch Bitterkeit so traumhaft wie die erste grosse Amore!



## Schritt für Schritt Amaretti



**1.** Mandelmasse in einen Spritzsack füllen. Mit genügend Abstand auf die Rückseite eines eingefetteten und mit Mehl bestäubten Backblechs Rondellen dressieren.



**2.** Amaretti mind. 12 Std. trocknen lassen. Mit Puderzucker bestäuben. Gutzliiränder mit den Fingern gegen die Mitte eindrücken.



*Eischnee für die Luftigkeit und Mandeln für das Aroma – viel mehr braucht ein Amaretto nicht.*

**3.** Bei 200 °C 10–12 Min. backen, bis die Ränder braun werden. Mit einem Spachtel vom Blech lösen, auskühlen lassen.





## Tipps & Tricks

Der Profi für heiße Küchentipps: Jonas Schönberger



- Amaretti passen perfekt zu Tee und Kaffee.
- Dem Amaretti-Teig statt Bittermandelaroma 1 EL Amaretto (Mandellikör) beifügen.
- Die Unterseite der Amaretti in geschmolzene Schokolade tauchen.
- Teig-Spaghetti aus Brandteig herstellen.
- Für Glace-Spaghetti Vanilleglace im Kühlschrank leicht antauen lassen und mit der Vermicelles- oder Kartoffelpresse Spaghetti auf Teller drücken.
- Minzpesto unter einen Fruchtsalat mischen. Das verleiht ihm eine besonders frische Note.
- Je nach Belieben und Saison bei der cremigen Carbonara Wassermelone durch Mango, Passionsfrucht oder Herzkirschen aus der Dose ersetzen.
- Für die Himbeernapoli statt frische Himbeeren gemischte Beeren aus dem Tiefkühlsortiment verwenden.

Man nehme Himbeeren statt Tomaten, Wassermelonenfleisch statt Schinken und Minze statt Basilikum und zaubere daraus die drei beliebtesten Pastasaucen Napoli, Carbonara und Pesto – mit dem kleinen, aber feinen Unterschied, dass sie Desserts verfeinern und kein klassisches Nudelgericht. Zu süßen Spaghetti sowie Glace- oder Teigwürmchen serviert, stehen die Dessert-Varianten Himbeernapoli, Minzpesto und die cremige Carbonara den herzhaften Saucen kulinarisch und optisch in nichts nach. ▶

## Sugos für Schleckmäuler

Die süßen Spaghetti und die cremige Carbonara mit Wassermelone schmecken nach Sommerfrucht und Vanille.

Ebenso dufte wie ein klassisches Pesto: Teig-Spaghetti mit Minzpesto.

Ein Rezept für Teig-Spaghetti finden Sie mit dem Stichwort «Strübli» (Teigspiralen) auf unserer Rezeptdatenbank unter [www.volg.ch](http://www.volg.ch)

Eiskalte Spaghetti für warme Spätsommertage: Glace-Spaghetti an Himbeernapoli.

*Beweisen Sie eine gute Nase! Ob kräftig oder mild, ob Bohnenkaffee, röstfrisch gemahlener oder löslicher Kaffee: Bei Volg kommt der Kaffeegeniesser voll auf seine Kosten. Volg-Kaffees sind eine duftende Sache – erhältlich in vier verführerischen Geschmacksrichtungen. Nehmen Sie sich Zeit zum Genießen.*

**Volg-Hausmarken.  
Ist doch naheliegend.**



***Eine duftende Sache: Vier Aromen.  
Voller Genuss!***



Sämtliche Rezepte finden Sie ab Seite 51 oder unter [www.volg.ch/rezepte/](http://www.volg.ch/rezepte/)



*Vanille- und Stracciatellaglace gehören zu Italien wie ein guter Espresso und ein Latte macchiato zum Mitnehmen.*

## Tipps & Tricks

- Das italienische Wort «affogare» bedeutet «ertrinken». «Affogato al caffè» heisst somit «im Kaffee ertrunken», «Espresso Affogato» ist eine umgangssprachliche Abwandlung.
- Die goldfarbene Schaumkrone, die beim Aufbrühen des Espresso entsteht, nennt man Crema.
- Bestellt man in Italien einen Caffè doppio, erhält man einen doppelten Espresso.
- Bei einem Ristretto wird der Espresso mit weniger Wasser als üblich zubereitet.
- In Spanien bezeichnet man den Espresso als Café solo.
- Ein Cappuccino wird aus je einem Drittel Kaffee, Milch und Milchschaum gemischt und meist mit Schokoladenpulver bestreut.
- Latte macchiato heisst «Milch mit Flecken» und besteht hauptsächlich aus aufgeschäumter Milch und wenig Espresso, der braune Flecken in die Milch macht.

## Gelati zum Schlürfen

**Z**uerst ertränken, dann trinken: Beim Kaffee-Desert Espresso Affogato, auch Affogato al caffè genannt, wird eine Kugel Vanilleglace im Espresso versenkt, indem man sie mit heissem Kaffee übergiesst. Die heiss-kalte Versuchung vereint zwei typisch italienische Klassiker: Glace und Kaffee. Eine der beliebtesten Kaffee-Varianten ist der Espresso. Das Wort leitet sich vom lateinischen «exprimere» (dt. ausdrücken) ab. Denn der kleine Schwarze hat es in sich: Er wird unter hohem Druck mit heissem Wasser aufgebriht. ◀



*Heiss trifft kalt: Beim Espresso Affogato wird eine Kugel Vanilleglace im Espresso versenkt.*

### Rezepte zum Sammeln

Weitere kreative Kochideen finden Sie auf den kostenlosen Rezept-Flyern, die es jede Woche neu in Ihrem Volg zum Mitnehmen gibt. Die Flyer enthalten jeweils ein saisonales Hauptgericht sowie einen Vorschlag für eine Vorspeise oder ein Dessert.



Seit Wilhelm Tell stehen Äpfel bei uns hoch im Kurs. Nun erobern neue Sorten wie die Schweizer Innovation «Mairac» das Land.

## Tipps & Tricks

- Lagern Sie Äpfel am besten kühl (3–8 Grad) und dunkel an einem Ort mit hoher Luftfeuchtigkeit. Als Alternative bieten sich Styroporboxen an, die man mit Luftlöchern versehen auf den Balkon stellen kann.
- Apfelschnitze kurz in Zitronenwasser tauchen, damit sie nicht braun werden.
- Birnen können durchaus noch etwas knackig gekauft werden. Legt man sie zusammen mit Äpfeln in eine Schale, reifen sie sehr rasch nach. Das funktioniert auch mit Tomaten und Avocados.

# Öpfel, Schnitz

# und Bire



Viele weitere feine Rezepte mit Äpfeln und Birnen finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter [www.volg.ch](http://www.volg.ch)

**D**er Apfel ist des Schweizers liebste Frucht: 15,8 kg werden pro Person und Jahr gegessen. Damit das so bleibt, haben sich die Apfelproduzenten einige Neuheiten einfallen lassen. Neben bekannten Sorten wie Cox Orange, Kidds Orange oder Gala sind sogenannte «Clubsorten» wie Cameo, Mairac oder Pink Lady stark im Kommen. Im Unterschied zu herkömmlichen Apfelsorten handelt es sich dabei – ähnlich wie bei Kleidern oder Handys – um Markenprodukte, die nur von lizenzierten Obstbaubetrieben angebaut werden dürfen.

#### QUALITÄT UND GESCHMACK

Welche Vorteile bringt dies den Konsumenten? «Zum einen entsprechen die Äpfel in Geschmack und Aussehen dem, was die Kun-

den heute wirklich wollen. Zum anderen gilt für jede Clubsorte ein strenger Qualitätsstandard, der weltweit eingehalten werden muss», weiss Massimo Porri, Volg Produktmanager Früchte und Gemüse.

#### STARKER AUFTRITT

Wie die altbekannten Sorten haben auch die Clubsorten ihre Stärken. Der «Cameo» zum Beispiel ist ein idealer Apfel für unterwegs, da er wenig anfällig für Druckstellen ist. Der «Jazz» überzeugt mit seiner Knackigkeit und einer subtilen Mischung von Saftigkeit, Süsse und ein wenig Säure.

#### SCHWEIZER ERFINDUNG

Der «Mairac» ist eine Schweizer Innovation und wurde ursprünglich im Wallis aus den beliebten Apfelsorten Gala und Maigold gekreuzt. Ein süss-säuerlicher Apfel, der sehr erfrischend schmeckt. Oder wie wäre es mit einem «Pink Lady», der mit seiner leuchtenden, pinkfarbenen Schale sofort ins Auge sticht? Die Früchte sind süss, aromatisch und eher klein.

#### Apfel-Birnen-Ragout mit Gorgonzola

3 **Äpfel** und 3 **Birnen** waschen, halbieren, entkernen und in grobe Würfel schneiden. 1 EL **Bratbutter** in Pfanne erhitzen, 1 **Zwiebel** in Streifen schneiden, zur **Butter** geben, glasig dünsten. Birnen, Äpfel und 0,5 EL **Zucker** dazugeben, zugedeckt ca. 5 Min. dünsten. Das Obst sollte noch leicht Biss haben. Mit 2 Pr. **Salz** würzen. Auf Tellern anrichten, 200 g **Gorgonzola** darüber zerkrümeln.

#### APFEL WIE BIRNE?

Birnen enthalten wie Äpfel wertvolle Vitamine und Mineralstoffe – haben aber weniger Kalorien. Die «Williams» mit ihrer gelben Schale gehört in der Schweiz zu den bekanntesten Sorten. Ihr saftiges, schmelzendes Fruchtfleisch macht sie zum Alleskönner. Beliebte Herbstbirnen sind zudem die Sorten Conference und Gute Luise. ◀

Der samtige italienische Rotwein Costalago Rosso Veronese IGT und der würzige Urschwyzer Holzerkäse sind das perfekte Paar. Eine Wein-Käse-Liebesgeschichte.

## Zwei zum Verlieben

Wein  
des Monats

Costalago Rosso  
Veronese IGT, 75 cl

statt Fr. 12.90  
Fr. 9.90

Käse  
des Monats

Holzerkäse  
100 g statt Fr. 2.45

Fr. 2.-



Holzkisten ausgelegt. Dadurch verlieren sie einen Teil ihrer Flüssigkeit und gewinnen an Aroma. Nach dem traditionellen Vergären an der Maische folgt eine Reifezeit von 12 bis 24 Monaten im Eichenholzfass.

### TYPISCHE REBSORTE

Der Costalago Rosso Veronese IGT besteht zu 70 Prozent aus Corvina- und Corvinone-Trauben. Corvina ist die typische rote Rebsorte des Veneto. Corvinone ist eine Varietät davon. Die Corvina-Traube ist die Hauptsorte von italienischen Weingrössen wie Valpolicella oder Amarone. Im Costalago Rosso Veronese IGT werden Corvina und Corvinone zu gleichen Teilen mit Cabernet Sauvignon und Merlot vermählt. Das Ergebnis: ein guter Alltagswein zum Verlieben mit weichem Auftakt und samtigem Abgang.

### KRÄFTIG WIE DER HOLZER

Ist der Costalago Rosso Veronese IGT in unserer Wein-Käse-Liebesgeschichte die zarte Julia, muss nun ein kräftiger Romeo her. Natürlich und bodenständig – so wie sein Namensgeber, der Holzer – ist der Urschwyzer Holzerkäse. Er ist würzig im Geschmack, aber nicht scharf. Sein charaktervolles Aroma erreicht er während seiner siebenmonatigen Reifezeit im Käsekeller. Er passt zu Brot, bereichert Käseplatten, verfeinert Fondues und eignet sich für herzhaftes Käseschnitten. ◀

### *Dynamischer Familienbetrieb*

Tradition und innovative Käseprodukte sind für das Schwyzer Milchhuus keine Gegensätze. Mit viel Unternehmerrgeist und Fantasie werden am Standort Schwyz immer wieder neue Käsesorten entwickelt. Aus der 1899 gegründeten kleinen Käseerei des Urgrossvaters ist ein dynamischer Familienbetrieb mit 50 Mitarbeitenden geworden. Produziert wird im Einklang mit der Natur.



Fabrikationsleiter Philipp Suter bei der Käseprobe im Reifekeller.

Mit Verona verbindet man vor allem eines: die grosse Liebe von Romeo und Julia. Mit ebenso viel Liebe hegt und pflegt die dynamische Weinbaufamilie Zeni aus Bardolino in der Provinz Verona auch die Trauben für den Costalago Rosso Veronese IGT. Ein Wein, in dem viel Leidenschaft steckt: Die Trauben werden selektiv von Hand gelesen und danach für vier Wochen zum Trocknen auf

Diese Aktion gilt vom 3. bis 29. September 2012, solange Vorrat.

## WEINNotizen

Italien gehört zu den wichtigsten europäischen Weinproduzenten. Spitze ist die Stiefelspitze Apulien: Von der nördlichsten Provinz Foggia bis in die Halbinsel Salento wird auf einer Rebfläche von über 106 000 Hektaren der meiste Wein produziert – das entspricht einem Achtel des ganzen Landes. Die Region trägt deshalb auch die Bezeichnung «Weinkeller Italiens».



75 cl, statt Fr. 12.90  
**Fr. 9.90**

**COSTALAGO ROSSO  
VERONESE IGT 2009**

ITALIEN  
**FARBE:** schönes Rubinrot.  
**CHARAKTER:** blumiger Duft mit reifen Beerenaromen. Am Gaumen weicher Auftakt, gehaltvoller Körper mit lang anhaltendem Abgang.  
**TRINKREIFE:** bis 4 Jahre.  
**PASST ZU:** Wild, Rindsragout, Rumpsteak, asiatischen Gerichten, Grilladen und Käse.  
**GENIESSEN BEI:** 15–17 °C.  
**BEWERTUNG:** 16,75 Punkte.



75 cl, statt Fr. 13.95  
**Fr. 11.60**

**MERLOT TICINO DOC  
SELEZIONE D'AUTORE 2011**

SCHWEIZ  
**FARBE:** leuchtendes Rubinrot.  
**CHARAKTER:** intensiver Duft von Waldbeeren, leichte, feine Gewürznoten. Kräftige Struktur, feine und elegante Tannine. Gehaltvoll im Abgang.  
**TRINKREIFE:** bis 4 Jahre.  
**PASST ZU:** Sonntagsbraten, Pilzgerichten mit Polenta, Kaninchenragout, Hartkäse.  
**GENIESSEN BEI:** 16–18 °C.



75 cl, statt Fr. 7.80  
**Fr. 5.95**

**PRIMITIVO SALENTO  
IGT FOLLARE 2010/2011**

ITALIEN  
**FARBE:** intensives Rubinrot.  
**CHARAKTER:** charmant und aussergewöhnlich fruchtig. Gute Struktur mit grosszügiger Fülle.  
**TRINKREIFE:** jung trinken, bis 3 Jahre.  
**PASST ZU:** Fleisch, Grilladen und Käse.  
**GENIESSEN BEI:** 18 °C.  
**BEWERTUNG:** 16,75 Pkt./Jg. 2010.



75 cl, statt Fr. 8.50  
**Fr. 6.50**

**SALICE SALENINO DOC  
TRENTACINQUESIMO 2010**

ITALIEN  
**FARBE:** tiefes Rubinrot.  
**CHARAKTER:** am Gaumen sortentypisch, angenehm und intensiv. Im Geschmack vollmundig, trocken, kräftig, aber samtig, warm und harmonisch.  
**TRINKREIFE:** bis 3 Jahre.  
**PASST ZU:** italienischen Gerichten und rezentem Käse.  
**GENIESSEN BEI:** 18–20 °C.  
**BEWERTUNG:** 16,5 Punkte.



75 cl, statt Fr. 8.90  
**Fr. 7.20**

**CHIANTI COLLI  
SENESE DOCG 2011**

ITALIEN  
**FARBE:** schönes Dunkelrot.  
**CHARAKTER:** Chianti Classico aus der Toskana. Fruchtig, voll und ausgewogen, harmonisch.  
**TRINKREIFE:** bis 5 Jahre.  
**PASST ZU:** Braten, Geflügel, Wild.  
**GENIESSEN BEI:** 18 °C.



75 cl, statt Fr. 9.30  
**Fr. 6.90**

**NERO D'AVOLA SICILIA  
IGT 2011**

ITALIEN  
**FARBE:** dichtes Rubinrot.  
**CHARAKTER:** lieblicher Auftakt mit Beerenaromen und Gewürzen. Am Gaumen vollmundig, geschmeidig mit noble Tannin.  
**TRINKREIFE:** bis 3 Jahre.  
**PASST ZU:** rotem Fleisch, Wild und reifem Käse.  
**GENIESSEN BEI:** 18 °C.



75 cl, statt Fr. 10.90  
**Fr. 7.50**

**AGLIANICO DOC 2011**

ITALIEN  
**FARBE:** sattes Rubinrot.  
**CHARAKTER:** intensives, würziges und fruchtiges Bouquet. Voller Körper, der aufgrund des hohen Tanningehalts eher robust ist.  
**TRINKREIFE:** bis 6 Jahre.  
**PASST ZU:** Grilladen, Braten, Wild und reifem Käse.  
**GENIESSEN BEI:** 17–18 °C.



75 cl, statt Fr. 11.50  
**Fr. 8.50**

**NEGROAMARO SALENTO  
IGT 2010**

ITALIEN  
**FARBE:** Rubinrot.  
**CHARAKTER:** Aromen von frischer Minze, Cassis und Himbeere. Am Gaumen elegant, fruchtig. Vollmundiger Körper. Langer Abgang.  
**TRINKREIFE:** jung trinken, bis 4 Jahre.  
**PASST ZU:** rotem Fleisch, besonders vom Holzkohlegrill, edlem Wild und Käse.  
**GENIESSEN BEI:** 18–20 °C.



75 cl, statt Fr. 11.50  
**Fr. 8.50**

**PINOT GRIGIO TERRE  
DI CHIETI IGT 2011**

ITALIEN  
**FARBE:** zartes Strohgelb.  
**CHARAKTER:** komplexes, fruchtiges, blumiges Bouquet. Am Gaumen weich, voll und harmonisch.  
**TRINKREIFE:** jung trinken, bis 3 Jahre.  
**PASST ZU:** Frischkäse, gegrilltem Gemüse, Süsswasserfischen, weissem Fleisch, Antipasti und als Aperitif.  
**GENIESSEN BEI:** 8–10 °C.

## MEINE Bestellung

**ROTWEINE**

- Anzahl 6er-Karton **COSTALAGO ROSSO VERONESE IGT**  
75 cl nur Fr. 59.40 statt Fr. 77.40
- Anzahl 6er-Karton **MERLOT TICINO DOC**  
75 cl nur Fr. 69.60 statt Fr. 83.70
- Anzahl 6er-Karton **PRIMITIVO SALENTO IGT FOLLARE**  
75 cl nur Fr. 35.70 statt Fr. 46.80
- Anzahl 6er-Karton **SALICE SALENINO DOC**  
75 cl nur Fr. 39.– statt Fr. 51.–
- Anzahl 6er-Karton **CHIANTI COLLI SENESI DOCG**  
75 cl nur Fr. 43.20 statt Fr. 53.40
- Anzahl 6er-Karton **NERO D'AVOLA SICILIA IGT**  
75 cl nur Fr. 41.40 statt Fr. 55.80
- Anzahl 6er-Karton **AGLIANICO DOC**  
75 cl nur Fr. 45.– statt Fr. 65.40
- Anzahl 6er-Karton **NEGROAMARO SALENTO IGT**  
75 cl nur Fr. 51.– statt Fr. 69.–

**WEISSWEIN**

- Anzahl 6er-Karton **PINOT GRIGIO TERRE DI CHIETI IGT**  
75 cl nur Fr. 51.– statt Fr. 69.–

Ich hole den Wein in folgendem Volg-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 3. bis 29. September 2012, solange Vorrat.

Bewertungen stammen aus dem «Weinseller 11/12» von Chandra Kurt – [www.chandrakurt.com](http://www.chandrakurt.com)

\*= speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis

# Buitoni®

## Für einen Pizzateig wie beim Italiener

Als Hauptmahlzeit für 4 Personen  
Vor- und Zubereitung: ca. 30 Minuten  
Backzeit: ca. 30 Minuten

### Zutaten

1 BUITONI Pizza Classica, rechteckig ausgewallt  
4 EL geriebener Parmesan

### Füllung

½ Glas Pesto Rosso  
Je 1 grosse rote und gelbe Peperoni,  
Zuchetti, Zwiebel (geschält)  
2 EL Olivenöl  
1 EL frische Thymianblättchen  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

### Rohe Tomatensauce

2 grosse, reife Fleischtomaten  
½ rote Peperoncini, entkernt, fein gehackt  
1 Bund Schnittlauch, fein gehackt  
Salz, Pfeffer aus der Mühle

### Zubereitung

Den Ofen auf 200°C vorheizen. Für die Füllung alles Gemüse in kleine Würfel schneiden und in heissem Olivenöl ca. 3 Minuten andämpfen. Mit Pesto Rosso, Thymian und Pfeffer würzen. Etwas abkühlen lassen. Für die Tomatensauce die Tomaten fein würfeln, mit den restlichen Zutaten mischen, abschmecken und kalt stellen. Den Pizzateig ausrollen und bis auf einen 4 cm breiten Rand

(Breitseite) mit Gemüsefüllung belegen. Von der belegten Breitseite her aufrollen und mit einem scharfen Messer in 8 Schnecken schneiden. Vor jedem Schnitt das Messer kurz mit kaltem Wasser abspülen. Die Schnecken auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und mit ein wenig Parmesan bestreuen. In der untersten Rille ca. 30 Minuten goldbraun backen. Mit Tomatensauce anrichten und sofort servieren.



PIKANTE  
PIZZASCHNECKE



BUITONI Pizzateig Classica Rund 260 g

BUITONI Pizzateig Classica Eckig 570 g



Kundenwünsche werden in den Dorfläden wenn immer möglich realisiert: Daher gibt es die Volg Margarine neu in der praktischen 250-Gramm-Packung.

**neu**



250 g  
Fr. 1.90

**Halb so gross,**

**doppelt so frisch**

**N**apoleon war's! Der französische Kaiser selbst hat um 1866 die Erfindung der Margarine stark vorangetrieben. Schon damals war klar: Fett ist ein wichtiger Energielieferant für den Körper. Heute weiss man zudem, dass pflanzliche Öle besonders hochwertig sind. Die Volg Margarine enthält einen grossen Anteil an Rapsöl, das reich an ungesättigten Omega-6- und Omega-3-Fettsäuren ist.

#### PRAKTISCHE GRÖSSE

Da die bisherige 500-Gramm-Menge vielen Kundinnen und Kunden zu gross war, gibt es die Volg Margarine nun in der handlichen 250-Gramm-Packung. Ob als Brotaufstrich oder zum Kochen, Braten oder Backen: Jetzt haben auch kleinere Haushalte immer frische Margarine zur Hand. ◀

*Klein und handlich wie die neue Volg Margarine: die Kräuter-Margarine-Würfel aus dem Eisbehälter.*



#### Kräuter-Margarine

##### Für 1 Eiswürfelbehälter:

250 g weiche Margarine mit 1 TL Salz rühren, bis sich Spitzchen bilden. 2 Knoblauchzehen dazupressen. 2 TL Saft und 1 TL geriebene Schale von 1 Zitrone darunterrühren. 4 EL gemischte gehackte Kräuter wie Peterli, Basilikum oder Schnittlauch untermischen. Masse in einen Eiswürfelbehälter streichen, tiefkühlen. Bei Bedarf Kräuterbutterstücke herausdrücken, Rest wieder tiefkühlen.

Alle Standorte und Öffnungszeiten der Volg-Läden finden Sie unter [www.volg.ch](http://www.volg.ch)



Ein Stück Glück.

*MINOR gibts  
auch als Tafel.*



AXA PRESENTS  
*Art on Ice*

*MINOR ist offizieller Partner von Art on Ice Zürich.*

[www.minor.ch](http://www.minor.ch)

## Milchprodukte geniessen trotz Lactose-Intoleranz? Die lactosefreien Bio-Erzeugnisse der Molkerei Biedermann machen es möglich.

**R**und ein Fünftel der Schweizer Bevölkerung kann Milchzucker – oder eben Lactose – nur schwer verdauen. Bei ihnen machen sich nach dem Genuss von Milchprodukten Beschwerden wie Bauchschmerzen, Blähungen oder Durchfall bemerkbar, da ihr Darm zu wenig des Verdauungsenzyms Lactase produziert.

### GUT VERTRÄGLICH

Bei den Bio-Jogurts der Molkerei Biedermann mit Sitz in thurgauischen Bischofszell wird die Lactose in Glucose und Galactose gespalten. So kann der Milchzucker vom Verdauungsapparat besser aufgenommen und verarbeitet werden.

### GENUSS OHNE REUE

Probieren Sie die cremig zarten Jogurts aus Bio-Vollmilch. Es gibt sie Nature, mit dem unverfälschten Geschmack von erntefrischen Früchten oder in Bourbon-Vanille. Alle Produkte der Molkerei Biedermann sind ohne zugesetzte Aromastoffe – für einen unbeschwertten Genuss.



Ob Frucht, Nature oder Vanille:  
Die feinen Bio-Vollmilch-Jogurts  
von der Molkerei Biedermann  
sind bestens verträglich.



# Jogurt-

# Genuss für alle

Mit Früchten, Honig oder geröstetem Knuspermüesli ist mit den lactosefreien Jogurts im Nu ein leichtes, feines Dessert gezaubert.



**Molkerei Biedermann AG**  
... das Beste aus Milch





**1.** Mehl, Wasser, Zucker, Butter, Eier, Hefe und Salz werden zu einem Teig vermischt.



**2.** Nun werden aus dem Einbackteig 60-Gramm-Teiglinge geformt. Je zehn kommen eng aneinander in eine Backform.



**3.** Nach dem ersten Backen ist der Einback zur typischen Zwieback-Form zusammengewachsen.



**4.** Nach 24 Stunden Ruhe wird der Einback in Scheiben geschnitten. Diese werden rund 25 Minuten im Ofen geröstet.



**5.** Sofort nach dem Auskühlen werden die Zwieback-Scheiben verpackt, damit sie schön knusprig bleiben.

### Bündner Zuckerbäcker

Die Zuckerbäckerei hat im Kanton Graubünden eine Tradition, die bis ins 17. Jahrhundert zurückreicht. Die Armut bewog damals viele junge Bergbauern, ins Ausland zu gehen und das Zuckerbäcker-Handwerk zu erlernen, das nicht von den Zünften kontrolliert wurde. Vor allem in Venedig, aber auch in Russland, Deutschland und Spanien erlangten sie Ansehen und eröffneten Konditoreien, die teils sehr berühmt wurden. Das im Ausland verdiente Geld wurde oft in der Heimat investiert und bildete die Grundlage der Bündner Hotel- und Tourismusindustrie.



*Dora und Felix Schmid, Besitzer und Geschäftsführer der Bäckerei Attenhofer in Thusis: «Wie bei Volg weiss man bei uns, wer dahintersteckt, das weckt Vertrauen. Zudem ist Volg ein fairer Geschäftspartner, der uns als Lieferanten Luft lässt.»*



*Verwandlungskünstler: Für knusprige Apero-Häppchen den Zwieback mit einer Mischung aus gewürfelten Tomaten, Knoblauch, etwas Olivenöl und Kräutern belegen.*

**J**osef Laim aus der Bündner Gemeinde Surava stammte aus einer alten Zuckerbäcker-Dynastie und wollte etwas Besonderes kreieren: ein Gebäck, das länger haltbar ist als Brot. Nach einigem Probieren meldete er 1896 schliesslich sein Zwieback-Rezept zum Patent an. Noch heute bäckt die Traditionsbäckerei Attenhofer in Thusis exklusiv für Volg «Laim's Castel Zwieback» nach diesem Original-Rezept.

### LEICHT UND SÄTTIGEND

«Für Zwieback wird statt normaler Brotteig ein spezieller Süsstieg verwendet», erklärt Felix

Schmid, der die Bäckerei Attenhofer seit 1992 führt und die er vor vier Jahren zusammen mit seiner Frau Dora übernommen hat. «Zwieback ist nahrhafter als Brot, durch das doppelte Backen wird er aber leichter verdaulich.» Für Volg stellt das Unternehmen insgesamt jedes Jahr rund 300 000 Packungen Zwieback, Meringues und Pastetli her.

### TAG UND NACHT

In erster Linie bäckt das Attenhofer-Team für 18 Dorfläden, Gastrobetriebe, Heime und den eigenen Laden. Felix Schmid: «In der Nacht backen wir Brot und tagsüber die haltbaren

Laim-Produkte, die einen Viertel unseres Umsatzes ausmachen. Dadurch wird die Backstube besser ausgelastet. Das sichert Arbeitsplätze in der Region. Unser Unternehmen beschäftigt 20 Voll- und Teilzeit-Mitarbeiter, von denen einzelne schon länger als ich hier arbeiten.» Der gelernte Bäcker-Konditor ist überzeugt, dass der Produktionsstandort Schweiz gerade auch im Lebensmittelbereich Zukunft hat: «Qualität setzt sich gegen billige Massenware durch. Wenn die Kunden zufrieden sind, kommen sie wieder. Deshalb investieren wir jedes Jahr in neue Maschinen.»

Laim's Castel Zwieback verbindet traditionelle Qualität mit zeitgemäßem Knusperspass. Hergestellt wird er in der Bäckerei Attenhofer in Thusis.

**Doppelt gebacken  
schmeckt besser**

Typisch  
Schweiz  
Typisch  
Volg 



*Passt zum Zmorge wie zum Znacht:  
Laim's Castel Zwieback ist  
leicht verdaulich und sättigend.*

#### Was ist «Typisch Schweiz – typisch Volg»?

Die Etikette «Typisch Schweiz – typisch Volg» bezeichnet Erzeugnisse, die nur in der Schweiz oder einer bestimmten Region hergestellt werden. Darum sind die Transportwege kurz. Die mittelgrossen bis sehr kleinen Betriebe arbeiten sorgfältig und qualitätsbewusst. Die Produkte sind unverwechselbar schweizerisch und der Entscheidung für «Typisch Schweiz – typisch Volg»-Artikel sichert Arbeitsplätze in der Schweiz.

*Neuer Look: Drei Klarsichtbeutel in  
einer stabilen Kartonschachtel sorgen  
dafür, dass Laim's Castel Zwieback  
schön knusprig bleibt.*



Schweiz. Natürlich.



## WEIL DIE ZUKUNFT HEUTE BEGINNT...

...setzen wir uns von IP-SUISSE für eine intakte, ökologische und ökonomische Landwirtschaft ein. Aus diesem Grund verarbeitet HIESTAND IP-SUISSE-Mehl, um daraus die knusprig-feinen Brotspezialitäten herzustellen. Aus Liebe zum Besseren.



**Hiestand**<sup>®</sup>   
OFENFRISCH GENIESSEN

Er überzeugt mit Aroma und Reife: der Sbrinz AOC, ein würziger Extrahartkäse aus dem Herzen der Schweiz.

**N**ur zehn Schweizer Käsesorten sind berechtigt, die Bezeichnung AOC zu tragen. Zu ihnen gehört der extraharte Sbrinz AOC, der sehr lange reift, bis er seinen vollen Charakter entwickelt – ganze 18 bis 24 Monate.

**BEGEHRTE SPEZIALITÄT**

Noch heute wird der Sbrinz in Handarbeit in 29 ausgesuchten Tal- und Alpkäsereien der Innerschweiz hergestellt. Die Milch stammt ausschliesslich von Bauernhöfen der Umgebung. Erfahrene Käser scherzen gar, sie würden die Namen der Kühe kennen, deren Milch sie verarbeiten.

**BRECHEN, HOBELN, RAFFELN**

Der Sbrinz AOC mit seinem kräftigen Aroma wird gerne in «Möckli» gebrochen oder als gehobelte Röllchen zum Apéro genossen. Als Reibkäse verfeinert der Extrahartkäse Risottos, Gratins oder Pastagerichte. ◀

**Ein Käse mit Charakter**



Bereichert als Röllchen oder Möckli jeden Apéro: der Sbrinz AOC.



# Kellogg's® müslix® - unverwechselbar knusprig!

Wertvolle Zutaten machen die Müesli von KELLOGG'S® zu einem unwiderstehlichen Genuss - schon probiert?



**Kellogg's**

Und der Tag kann kommen.

\*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich  
© KELLOGG Company USA © 2012 KELLOGG Company

## Geniessen Sie einen INCAROM-Moment, zu jeder Zeit !

**10<sup>50</sup>**  
statt 13<sup>20</sup>

In Aktion in Ihrem Volg  
vom 3.9.12 bis  
zum 8.9.12







Gemeinsam stark:  
Daniel Strebel, Manuela Wildi, Leiterin Volg Waltenschwil, und Käthi Soldera, stv. Leiterin Volg Waltenschwil (v. vorne).

## Weltmeisterschaften in Appenzell

Die Schweiz ist eine Seilzieh-Nation: Wenn Daniel Strebel mit seiner U23-Nationalmannschaft (Foto) im September zum 17. Mal an einer EM oder WM teilnimmt, gehen sie als Titelverteidiger an den Start. Elf Titel haben sie bisher insgesamt gewonnen, bei den anderen Teilnahmen landeten sie auf dem Podest. Auch die übrigen Schweizer Teams gehören seit Jahren zur Weltspitze. «Letztes Jahr standen alle acht teilnehmenden Teams im Halbfinale», erzählt Daniel Strebel. Im Wettkampf ziehen jeweils 8 Athleten pro Team am mindestens 32 Meter langen Seil, das einen Durchmesser von 4 cm hat.

«Säälzöch»-/Tauzieh-WM, Appenzell  
5.–9. September 2012,  
[www.tugofwar2012.ch](http://www.tugofwar2012.ch)



## «Das Team macht den Erfolg»

Daniel Strebel trainiert die U23-Nationalmannschaft im Seilziehen. Am gleichen Strick zieht er auch mit den Mitarbeitenden der 17 Volg-Läden der Landi Freiamt.



Daniel Strebel: «Wie beim Seilziehen ist im Dorfladen das Team der Star.»

**L**ocker, entspannt und ein Lächeln im Gesicht: So ziehen die starken Männer der U23-Nationalmannschaft im Seilziehen selbst dann am dicken Tau, wenn der Kampf ein Krampf ist. «Das ist taktisch entscheidend. Man will dem Gegner schliesslich nicht zeigen, ob man mit den Kräften bereits an den Grenzen ist», erklärt Daniel Strebel. Der 49-Jährige trainiert das Schweizer U23-Team in seiner Freizeit. Be-

ruflich «coach» er als Geschäftsführer Landi Freiamt die Leiterinnen und Leiter von 17 Volg-Läden und einem TopShop.

### STARK SCHWEIZERISCH

Vieles, was er seinen Athleten weitergibt, hat auch im Berufsalltag Gültigkeit. Angefangen beim Lächeln. «Auch bei den Volg-Mitarbeitenden ist es wichtig, dass sie frisch und fründlich bleiben, selbst wenn es einmal etwas

hektischer zu und her geht. Wie beim Seilziehen ist in einem Dorfladen das Team der Star. Die Mannschaft macht den Mehrwert aus, die gemeinsame Motivation führt zum Erfolg», vergleicht Daniel Strebel. Und während die Stärke beim Seilziehen in den Händen und Fersen steckt, liegt sie beim Volg für Daniel Strebel ganz klar darin, dass die Dorfläden auf Produkte setzen, die in der Schweiz hergestellt werden. ◀



*Veredeln Sie Ihre Gschwellti:  
mit flüssigem Gold.*



***Emmi Raclette-Käse***

Viel mehr als nur eine Beilage: Unser naturgereifter Raclette-Käse aus bester Schweizer Milch verwandelt einfache Kartoffeln in kleine Kostbarkeiten. Entdecken Sie jetzt den vollmundigen, zartschmelzenden Genuss.

# Demnächst auf

# ÖSICHUCHI

DI FRISCH UND FRÜNDLICH  
(HOCHSENDIG VOM VOLG)



Dass sein Vorname hervorragend schmeckt, zeigt Cesar «Cesi» Camenzind aus Gersau (SZ) in «Ösi Chuchi». Ausserdem tischt er eine Lokalspezialität auf.

**Herr Camenzind, Sie machen aus dem bekannten Caesar-Salat einen Cesi-Salat. Wo liegt der feine Unterschied?**

Anstelle von Speck serviere ich den Cesi-Salat mit Satay-Spiessen; Grapefruit sorgt für eine angenehme Frische und das geröstete Brot reiche ich in Scheiben dazu.

**Sie arbeiten als Triebwerksspezialist am Flughafen. Welches Gericht bringt Sie zum Abheben?**

Jedes, das Fleisch enthält! Als Beilage bereite ich gerne Risotto zu.

**Im Hauptgericht, das Sie in «Ösi Chuchi» kochen, spielt jedoch Fisch die Hauptrolle.**

Felchen sind eine typische Fischart des Vierwaldstättersees. Die Felchenfilets Gersauer Art sind eine lokale Spezialität, die ich sehr mag. Das Gericht ist einfach zubereitet, sieht attraktiv aus und schmeckt fantastisch.

*Mischt den Caesar-Salat neu auf und kocht mit frischen Felchen aus dem nahen Vierwaldstättersee: Cesar Camenzind (55) aus Gersau.*

## Cesar und sein

## Cesi-Salat

**Was darf man sich darunter vorstellen?**

Die Felchen werden in Weisswein gedämpft und mit viel Peterli angerichtet. Dazu gibt es traditionell Gummel – wie wir Schwyzer den Kartoffeln sagen.

**Was schätzen Sie am Volg Gersau?**

Insbesondere die Öffnungszeiten von 7 bis 19 Uhr. Sie ermöglichen mir, auch nach der Arbeit in meinem Dorf einzukaufen. ◀

**Cesar Camenzind kocht:  
Felchenfilets Gersauer Art**

**Zutaten für 4 Personen:**

- 8 Felchenfilets, gross, frisch und gehäutet
- 3 dl Weisswein, trocken (z.B. Fendant oder Féchy)
- 300 g Bratbutter
- 2 Zwiebeln, gross
- 100 g Peterli, frisch, grob gehackt
- 4 Nelken
- 4 Lorbeerblätter, getrocknet
- 1 Pr. Salz
- 1 Pr. Muskat
- 1 Pr. Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

**Zubereitung**

1. 1 Zwiebel in Viertel schneiden, je einen Viertel mit 1 Nelke und 1 Lorbeerblatt spicken. Restliche Zwiebel in mittelgrobe Würfel schneiden.
2. Weisswein in eine Pfanne giessen, mit Salz würzen.
3. Sehr grosse Fischfilets halbieren. Fischfilets aufrollen, Fischrollen in Pfanne gleichmässig im Kreis verteilen. Mit Muskat würzen.
4. Gespickte Zwiebeln in die Pfannenmitte legen, Peterli und Zwiebelwürfel vermengen, über den Fischrollchen verteilen. Mit Pfeffer würzen.
5. Mit Deckel ca. 10–15 Min. garen.
6. Fischfilets auf 4 Teller verteilen, gespickte Zwiebel dazulegen, mit Butter-Peterli-Sauce garnieren.

**Zubereitung: 45 Min.**

**Tipp:** statt Felchen Goldbutt oder Pangasius verwenden. Anstelle von Bratbutter geklärte Butter nehmen. Dazu passen Gummel (Kartoffeln).

Die Rezepte für die Gummel Republikaner-Art und den Cesi-Salat finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter [www.volg.ch](http://www.volg.ch)



# GANZ NACH DEINEM GESCHMACK

GEWINNE  
3x3 VIP PAKETE  
FÜR DAS ZÜRICH  
FILM FESTIVAL

ENTDECKE MEHR  
AUF FACEBOOK!



8. ZÜRICH  
FILM FESTIVAL

Mit Verantwortung  
geniessen.



FELDSCHLÖSSCHEN

PREMIUM



FACEBOOK.COM/FSPREMIUM

# MORE AMORE

**W**ir lieben Italiens Dolce Vita ohne Zweifel. Doch das Leben verlangt immer wieder nach etwas Würze, Pep und nicht zuletzt Pepe – wie man in Italien den Pfeffer nennt. In Rotwein geschmortes Fleisch, duftendes Basilikum, zarter Mozzarella, knuspriges Brot, frische Kräuter und ein schöner Teller Pasta, die auf den Punkt al dente gekocht ist. Dazu ein gutes Glas Wein... Da läuft einem derart das Wasser im Munde zusammen, dass die glühenden Kohlen unseres Gourmet-«Tüfelis» subito erlöschen! Kommen Sie mit auf eine kulinarische Reise zu heissen – und kalten – Kreationen aus dem Land der heissblütigen Italiener.

Buon appetito mit Antipasti, Pasta und Fleisch! Bei diesen teuflisch guten Gerichten bekommen Liebhaber von Herzhaftem garantiert Herzklopfen.



Italiens  
pikante  
Seite

Mit Pep aufgetischt: Die Spaghetti 7 P beinhalten gleich 7 Zutaten mit dem Anfangsbuchstaben P. Das Rezept finden Sie auf der nächsten Seite.

## Tortellini in Bouillon

Für 4 Personen:

200 g **Pastateig** dünn auswallen und in Quadrate von 5 x 5 cm schneiden. 150 g **Hackfleisch** mit 1 fein gehackten, kleinen **Zwiebel** und etwas **Salz** und **Pfeffer** verkneten. Aus der Masse nussgrosse Kugeln formen, auf die Mitte der Teigplätzchen legen, diagonal falten, Ecken einschlagen. 1 l **Bouillon** zum Kochen bringen, Tortellini hineingeben. Solange kochen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Suppen in Tellern anrichten und mit 100 g geriebenem **Grana Padano** bestreuen.

Mit «in brodo» bezeichnet man Pasta in Bouillon. Unsere **Tortellini in Bouillon** sind mit Hackfleisch gefüllt.

«Pi» spricht man den Buchstaben P auf Italienisch aus. Sieben Zutaten mit dem Anfangsbuchstaben P enthält die **Pastasauce 7 P**: Panna (Rahm), Pomodori (Tomaten), Parmigiano (Parmesan), Pepe (Pfeffer), Prosciutto (Schinken), Prezzemolo (Peterli) und Peperoncini.

**S**agt man in Italien «Primo» meint man in der Regel Pasta. Als «Primo Piatto» (erster Gang) können zwar auch Gnocchi oder Risotto aufgetischt werden, doch sind Nudelgerichte ganz klar die Ersten, wenn es um den Ersten geht. Die Erfindung der Pasta wird verschiedenen Völkern zugeschrieben. Dennoch sind die Italiener heute ganz klar die Pasta-Nation. Geht es ums Geniessen, sind auch wir Schweizer spitze: Wir belegen gleich nach den

Italienern Platz 2 der grössten Teigwarenesser Europas.

### RUND 500 FORMEN

Drei Viertel aller Teigwaren sind die Trockenen («Pasta secca»). Sie werden aus Hartweizengriess und Wasser hergestellt und als Wasserteigwaren oder «Tipo Napoli» bezeichnet. Bei den Eierteigwaren kommen zusätzlich frische Eier hinzu. Von A wie den Ravioli-ähnlichen Agnolotti bis Z wie den rohrförmigen Zitoni sind rund 500 Formen bekannt. ▶

Ein Rezept für selbstgemachten Pastateig inkl. Variationen für grüne, rote und gelbe Pasta finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter [www.volg.ch](http://www.volg.ch) (Stichwort «Nudelteig»)



## Pasta «Sette Pi» (Pastasauce 7 P)

Für 4 Personen:

500 g **Pasta** in reichlich Salzwasser al dente kochen. 150 g **Schinken** in feine Streifen schneiden, 1 **Peperoncino** fein hacken. 400 g **Tomatensauce** und 2,5 dl **Rahm** in einem Topf erhitzen, 1 EL fein gehackten **Peterli**, etwas **Pfeffer**, Peperoncin und Schinken begeben, aufkochen und 10 Min. auf kleinem Feuer kochen. 100 g **Reibkäse** unterrühren, Sauce mit Pasta vermischen.



**Weinempfehlung**

Der Tesser Merlot Ticino DOC Selezione d'Autore mundet zu diesem rassigen Pastagericht ausgezeichnet.



Grün, weiss, rot: Pasta wird ganz einfach selbst gefärbt. Für rote Nudeln Randensaft, für grüne Nudeln Spinat unter den Pastateig mischen.

## Triangoli mit Lachs-Ricotta-Füllung

Für 4 Personen:

200 g **Pastateig** dünn auswallen und in Quadrate von 5 x 5 cm schneiden. 1 P. **Volg Lachs** in feine Streifen schneiden, mit 150 g **Ricotta**, 1 fein gehackten **Dillzweig** und Saft von ½ **Zitrone** vermischen. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Nussgrosse Kugeln aus der Masse formen, auf die Mitte der Teigplätzchen legen, diagonal falten, Rand mit einer Gabel gut andrücken. Triangoli ins siedende Salzwasser geben und kochen, bis sie an die Oberfläche steigen. Abschütten, ein paar Flocken **Butter** darübergeben und servieren.



«Triangolo» heisst Dreieck. Die Triangoli mit Lachs-Ricotta-Füllung vereinen Fisch und Pasta auf feinste Art.



**Weinempfehlung**

Der fruchtige Pinot Grigio terre di chieti IGT passt perfekt zu Fischgerichten wie den Triangoli mit Lachs.

# Pasta e basta

## Orientierungshilfe

rigate	geriffelt (z.B. Penne rigate)
liscie	glatt (z.B. Penne liscie)
-oni	gross (z.B. Farfalloni, grosse Krawättli)
-ini/-ine	dick (z.B. Spaghettoni, dicke Spaghetti)
	klein (z.B. Farfalline, kleine Krawättli)
-elle	dünn (z.B. Spaghettoni, dünne Spaghetti)
integrale	breit (z.B. Parpadelle, breite Bandnudeln)
	aus Vollkorn





**Italienische  
Fleischkunde**

<b>Agnello</b>	Lamm
<b>Brasato</b>	Schmorbraten
<b>Cotoletta</b>	Kotelett
<b>Fegato</b>	Leberli
<b>Involtino</b>	Roulade
<b>Maiale</b>	Schwein
<b>Manzo</b>	Rind
<b>Pollo</b>	Poulet
<b>Scaloppina</b>	Schnitzel

Rohschinken und eine Kräutermischung machen die Lamm-Involtini aromatisch und herrlich duftend.



**Aber bitte mit  
carne!**

**Koteletts al Limone  
(Zitronenkoteletts)**

Für 4 Personen:

2 Zitronen waschen, von der Schale Zesten abziehen und fein hacken. Zitronen halbieren, auspressen, Saft beiseite stellen. 4 Schweinskoteletts mit Salz, Pfeffer, Paprika und Muskatnuss würzen, in 1 EL Mehl wenden. 1 EL Bratbutter in einer Pfanne erhitzen, Koteletts beidseitig darin anbraten, im Ofen bei 80 °C warm stellen. 1 kleine, fein gehackte Zwiebel in der Bratpfanne im Bratensatz andünsten, mit 2 TL Mehl bestäuben, etwas anrösten. Mit Zitronensaft und 1,5 dl Weisswein ablöschen, Zitronenzesten dazugeben. Kurz einreduzieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Koteletts zurück in die Sauce geben, anrichten und mit 1 TL gehacktem Peterli bestreuen.

**Tipp:** mit Kräutertagliatelle servieren. Tagliatelle al dente kochen, mit Butter und gehackten Kräutern mischen.



**Wein  
empfehlung**

Der klassische Chianti Colli Senesi DOCG und die Koteletts al Limone garantieren einen italienischen Abend voller Genuss.



Dass sich die Zitrone auch auf einem währschaften Stück Fleisch und nicht nur auf zarten Schnitzeln gut macht, beweisen die Koteletts al Limone.



### Lamm-Involtini

Für 4 Personen:

2 **Lammnierstücke** der Länge nach in je 4 Scheiben schneiden, diese zwischen Klarsichtfolie vorsichtig flach klopfen. In einer Pfanne 1 EL **Butter** erhitzen, 1 fein gehackte **Zwiebel** und 1 TL frische **Kräuter** glasig dünsten, etwas abkühlen lassen, mit 1 EL **Paniermehl** mischen, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Fleischstücke mit Salz und Pfeffer würzen, mit je 1 Tr. **Rohschinken** belegen, die Kräuter-Paniermehl-Füllung auf die vier Fleischstücke geben, satt zu Involtini einrollen, mit 1 TL **Senf** bestreichen. 1 EL **Erdnussöl** in einer Bratpfanne erhitzen, Involtini rundum anbraten und im Ofen bei 120 °C während 15 Min. nachgaren.

**Tipp:** Dazu passt eine Gemüse-Bramata.

**N**ach dem kohlehydratreichen «Primo Piatto» steht der «Secondo» (zweite Gang) ganz im Zeichen von Eiweiss. Die Fleisch- («carne») und Fischgerichte («pesce») werden oft mit saisonalem Gemüse angereichert. Weil wir Schweizer selten einen Teller Nudeln vor dem Fleischgang essen, richten wir unsere Fleischgerichte mit Nudeln, Bramata oder Risotto an.

braten an Barolo-Sauce) wird ein Poulet mit Ripassosauce. Anstelle von Scaloppina al Limone (Schnitzel) bereiten wir ein Koletett mit Zitrone zu. Und die italienischen Fleischvögel Involtini – «involtare» heisst einwickeln –, für welche der Italiener gewöhnlich Kalbfleisch nimmt, punkten bei uns mit Lamm. ▶

### POULET STATT BRASATO

Drei italienische Fleischklassiker haben wir etwas anders als üblich zubereitet: Aus dem berühmten Brasato al Barolo (Schmor-



Poulet, Wein und Gewürze machen das Poulet an Ripassosauce zum Gedicht.

### Pollo Rosso (Poulet an Ripassosauce)

Für 8 Personen:

8 **Pouletbrüste** in grosse Würfel schneiden, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen, in wenig **Mehl** wenden. In einem Bräter 2 EL **Bratbutter** erhitzen, Pouletwürfel scharf anbraten, aus dem Bräter nehmen. 1 **Zwiebel**, 1 **Rüebli** und 0,5 **Sellerie** klein würfeln, in den Bräter geben und im Bratensatz anrösten. 2 EL **Tomatnpüree** und 0,5 EL **Mehl** beigegeben, ebenfalls anrösten. 7,5 dl **Ripasso** dazugießen, 1 **Lorbeerblatt**, 3 **Nelken**, 20 **Pfefferkörner** und 1 **Rosmarinzweig** dazugeben, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen, etwas einkochen lassen. Pouletwürfel zur Sauce geben und 20 Min. auf kleinem Feuer schmoren lassen.

**Tipp:** Dazu passt ein Steinpilzrisotto.



# Antipasti buonissimi

Spezialität aus Ligurien: Das Fladenbrot Focaccia wird vor dem Backen mit Olivenöl bestrichen und mit Salz und Kräutern gewürzt.



Nur gerade drei Zutaten braucht es für die würzigen Salzmandeln.



## Salzmandeln

Für 4 Personen:

200 g Mandeln auf einem Backblech verteilen, im Ofen bei 200 °C ca. 8–10 Min. rösten, bis sie Aroma verströmen. 1 Eiweiss an-, aber nicht steif schlagen. Heisse Mandeln und Eiweiss vermischen, mit 0,5 TL Salz würzen. Auf Küchenpapier trocknen lassen.

**Tipp:** Sind die Mandeln zu feucht, im Ofen bei 200 °C ca. 5 Min. nachrösten.

## Marinierte Mozzarelline mit Rohschinken chips

Für 4 Personen:

1 P. Mozzarelline in eine Schüssel geben, mit 1 EL frischen, klein gehackten Kräutern und 1 EL Olivenöl vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. 12 Tranchen Rohschinken halbieren, im vorgeheizten Ofen bei 220 °C 8–10 Min. knusprig rösten. Marinierte Mozzarelline und Rohschinken chips zusammen in einer Schüssel anrichten.

Frisch und knusprig; in Kräutern marinierte Mozzarelline mit Rohschinken chips.



Weinempfehlung

Zu diesem aromatischen Antipasto ist der Primitivo Salento IGT Follare ein guter Begleiter.

### Focaccia

#### Für 4 Personen:

250 g **Pizzateig ausgewallt** auf ein Backblech legen, mit 1 EL **Olivensöl** bestreichen, mit 1 EL gehacktem **Rosmarin** und etwas grobem **Meersalz** bestreuen. Mit einem scharfen Messer ein Gitter in den Teig ritzen und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C 15–20 Min. backen.

**Tipp:** mit Olivenpaste, Tomatenwürfeln und Basilikum servieren.

*Schnelle Knabberstangen: getrocknete Tomaten, Basilikumblätter, entsteinte Oliven und knusprig gebratene Specktranchen auf Grissini stecken und im Krug anrichten.*

**E**s kann nur eine kleine Schale mit Salzmandeln sein. Oder ein ganzer Teller voller bunt gemischter Häppchen. Nur ganz ohne Antipasti (dt. «vor dem Mahl») geht es in Italien nicht. Dann wäre ein Essen so inkomplett, wie wenn man zum Abschluss den obligaten Espresso weglassen würde. Die feinen Vorspeisen-Häppchen haben auch unsere Aperos bereits erobert. Dabei liegt die Raffinesse bei vielen Kreationen in der Einfachheit: Grissini (dünne Brotstangen aus Hefeteig), Oliven, getrocknete Tomaten, Rohschinken und Basilikum reichen bereits aus, um auf die Schnelle Originelles anzurichten.

### FLADENBROT FOCACCIA

Auch die marinierten Mozzarelle mit Rohschinchenchips oder die Salzmandeln schmecken nach viel und geben wenig zu tun. Dazu reicht man geröstetes Weissbrot. Wer auch beim Brot etwas Besonderes auftischen möchte, bäckt eine Focaccia (ausgesprochen: «Foggatscha»). Das ligurische Fladenbrot ist eine Spezialität der Region Genua und gilt als Vorgänger der Pizza. ◀

### Mehr Antipasti

Bruschetta	Geröstete Brotscheiben, meist mit gehackten Tomaten
Bresaola	Luftgetrockneter Rinderschinken, ähnlich wie Bündnerfleisch
Carpaccio	Hauchdünn geschnittenes Rindfleisch mit Parmesanspänen an Vinaigrette
Frittata	Omelette-Kuchen mit Gemüse, Fleisch und/oder Kräutern angereichert
Frutti di mare	Meeresfrüchte
Mortadella	Wurstspezialität
Prosciutto e melone	Rohschinken und Melone
Verdure grigliate	Grilliertes Gemüse
Vitello tonnato	Hauchdünnes Kalbfleisch an Thonsauce



NEU



Beste italienische Küche **ohne** kochen.  
Fertige Pastagerichte von Barilla.



**Frisch. Frischer. Findus.**



FINDUS Plätzli – Das Schweizer Original seit 1945: Raffinierte Füllungen aus feinen, natürlichen Zutaten in einer frisch zubereiteten, knusprigen Teighülle. Hergestellt in Rorschach am Bodensee.

**In Aktion vom 17. bis 22. September 2012**



Die zartschmelzenden Pralinen Fémina von Cailler haben raffinierten Nachwuchs erhalten: Fémina Dentelle heisst die neue süsse Versuchung.



Im Hotel Cailler erwarten die Gewinner traumhafte Nächte und süsse Erlebnisse.

## Traumhaft süsse

## Erlebnisse



Zartschmelzende Fémina Pralinen sind das ideale Geschenk. Mit Fémina Dentelle findet sich nun eine neue Schokoladenkreation in der edlen Packung.



**S**pitze heisst sie. Spitze ist sie: die neue Schokoladenkreation aus dem Hause Cailler. «Dentelle» bedeutet aus dem Französischen übersetzt «Spitze», wie man sie von edlen Stoffen kennt. Exklusiv und zart präsentiert sich auch die neue Praline von Fémina: intensives Kakaoaroma harmoniert perfekt mit gerösteten Mandeln und Haselnüssen sowie knuspri-

gen Bricelets. «Bricelet» nennt man im Welschland das feine Bretzeli – ein hauchdünnes, leicht zerbrechliches Gebäck, zart wie Spitze eben. Somit passt es perfekt zur neuen spitzenzarten Praline Dentelle.

### GEWINNEN UND GENIESSEN

Spitze sind auch die Preise, die es zu gewinnen gibt: Im 4-Sterne-

Hotel Cailler in Charmey mit seinem grossen Thermalbad sowie im Maison Cailler in Broc erwarten die Gewinnerinnen und Gewinner traumhaft süsse Nächte sowie die Möglichkeit, im Atelier du chocolat mehr über die Geheimnisse der Chocolatierskunst zu erfahren.



## Wettbewerb

Wie heisst die neue Kreation von Fémina?

- A Fémina Dentelle
- B Fémina Royale
- C Fémina Création

**1. Preis**  
im Wert von Fr. 1000.–

Ein Aufenthalt im Hotel Cailler in Charmey für 2 Personen inkl. 1 Übernachtung in der Junior-Suite mit Frühstück, Gourmet-Dinner, Körperbehandlung und einem Kurs im Atelier du chocolat im Maison Cailler in Broc

**2.–10. Preis**  
im Wert von je Fr. 500.–

Ein Aufenthalt im Hotel Cailler in Charmey für je 2 Personen inkl. 1 Übernachtung mit Frühstück und einem Kurs im Atelier du chocolat im Maison Cailler in Broc

**11.–20. Preis**  
im Wert von je Fr. 175.–

1 Kilogramm Fémina und ein Gutschein für einen Kurs im Atelier du chocolat für je 2 Personen im Maison Cailler in Broc

**21.–35. Preis**  
im Wert von je Fr. 50.–

500 Gramm Fémina und je 2 Eintritte ins Maison Cailler in Broc

**36.–50. Preis**  
im Wert von je Fr. 40.–

250 Gramm Fémina und je 2 Eintritte ins Maison Cailler in Broc

### Mitmachen & Gewinnen

**Online:** bis 24. September 2012 unter [www.volg.ch/volg-magazine](http://www.volg.ch/volg-magazine)

**Per Telefon:** bis 24. September 2012 unter **0901 240 340**, für 90 Rp./Anruf, Festnetztarif. Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, den Namen und die Adresse auf das Band.

**Per SMS:** Senden Sie bis 24. September 2012 ein SMS mit dem Keyword **VOLGW** und dem Lösungsbuchstaben an **4636**, für 90 Rp./SMS.

**Per Post:** Lösung bis 20. September 2012 auf Postkarte mit Absender (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Cailler», Postfach 344, 8401 Winterthur.

# Geniessen Sie Natur pur!



**Natur Pur**  
ohne Zusatzstoffe



Seit 1845 der Spezialist  
für Gourmet Speiseöle

*Giuseppe Bordini*

In kleineren Verkaufsstellen  
eventuell nicht erhältlich

Oleificio SABO • Via Cantonale 8 - CH - 6928 Manno - Seestrasse 125 - CH - 9326 Horn  
Tel: +41 916107050 - Fax +41 916107069 - [www.sabo-oil.com](http://www.sabo-oil.com)

**S**attes Grün und ein herrlich aromatischer Duft zeichnen eines der beliebtesten Küchenkräuter aus: das Basilikum. Zerstösst man das Kraut zusammen mit weiteren Zutaten im Mörser zu einer cremigen Paste, erhält man den sogenannten Pesto. Die alte Tradition der Zubereitung hat ihm seinen Namen gegeben. Er leitet sich vom italienischen «pestare» (dt. für stossen, stampfen) ab.

### PESTO, PASTA UND MEHR

Der Küstenstreifen entlang der Riviera, von der Provence bis Genua, ist die ursprüngliche Heimat des Pestos. Während man in Südfrankreich das Basilikum gerne mit Tomaten zum «Pistou» zerstösst, kommen im klassischen Pesto alla genovese der Region um Genua Knoblauch, Olivenöl, Pinienkerne und Käse dazu. Pesto und Pasta sind ein Spitzen-Team. Doch die grüne Paste kann weit mehr. Sie verleiht auch gedünstetem Gemüse und Fisch, einem Kartoffelsalat, geröstetem Baguette oder Dip, einer Minestrone oder Salatsauce eine mediterrane Kräuternote. Ausprobieren und geniessen! ◀

Die Zubereitung eines Pestos ist aufwändig und benötigt grosse Mengen an Basilikum. Da greift sogar die Nonna in Italien gerne auf ein Fertigpesto von Saclà zurück.

## Basilikum

## zum Löffeln



### Italienisches im Glas

Seit 1939 perfektioniert Saclà im norditalienischen Piemont die Kunst, Gemüseprodukte herzustellen und haltbar zu machen. In den Anfängen verarbeitete das Ehepaar Pira und Secondo Ercole in ihrem kleinen Betrieb das Obst und Gemüse der Region. Heute stellt Saclà in der zweiten und dritten Generation der Familie Ercole mit Leidenschaft verschiedene Spezialitäten wie Pestos, Pasta-saucen und Antipasti her.

*Von Arrabbiata-Sauce bis Pesto: Saclà bringt verschiedene italienische Spezialitäten ins Glas.*

In der neuen Jack Daniel's Schokolade treffen feinste Schweizer Milkschokolade und edler Whiskey aus Tennessee aufeinander.



**neu**

## Schokolade mit Schuss

Jack Daniel's Schokolade, 100 g

Fr. 4.40  
statt Fr. 4.95

Mit Schweizer Kirsch:  
Lindt Mini-Kirschstängeli,  
120 g

Fr. 7.15  
statt Fr. 7.95



Mit Hackfleischsauce:  
Barilla Ready Meal  
Maccheroni alla Bolognese,  
300 g

Fr. 4.90  
statt Fr. 5.45



**D**iese Nascherei hat's in sich: Ein Biss in eines der acht Schokoladen-Quadrate und der Gaumen wird mit einem Schuss Jack Daniel's verwöhnt. Zu verdanken ist der Hochgenuss der engen Zusammenarbeit des Schweizer Schokoladenproduzenten Goldkenn

und den Herstellern des bekannten amerikanischen Whiskey-Likörs Jack Daniel's aus dem Südstaat Tennessee.


### SÜSS UND FLÜSSIG

Um den Whiskey-Likör in die Milkschokolade zu integrieren, sind viel Know-how nö-

tig und ein hochentwickelter Herstellungsprozess gefragt. Damit der Likör-Sirup flüssig bleibt, besteht das Innere jedes Schokoladenstücks aus einer feinen Zuckerkruste. Die Jack Daniel's Schokolade – Schlummertrunk und Erwachsenen-Bettmümpfeli in einem! ◀

\* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



einige	▼	Rückstand der Korn- ernte	▼	▼	Körper- glied	▼	Diebes- gut- handel	katala- nischer, mallorq. Artikel	englisch: auf	Säure- gehalt- wert	Skat- aus- druck	▼	Mutter- schwein	▼	Wohn- ungs- loser	Wohlge- schmack	▼	kurz für: in das						
Vor- speise	▶		○4				Nord- teil d. Kanton Tessin					○5												
	▶				Märchen- figur bei Grimm		seem.: an- werben										biblische Bez. für das Pa- radies							
silber- glän- zendes Metall		Kürbis- gewächs			Auto- kennz. Kanton Glarus		<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">IHR GEWINN</div> <div style="background-color: #e0f0e0; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">7 Mal ein Pizza-Grill für 8 im Wert von je 230 Franken</div>  <p>Ob mit der Familie, mit Freunden bei der Gartenparty oder am Kindergeburtstag: Überraschen Sie Ihre Gäste mit einer Mini-Pizza-Party, bei der die Pizza schmeckt wie bei Ihrem Lieblingsitaliener. Der Pizza-Grill für 8 ist ein formschönes Partygerät von Stöckli für 8 Personen. Ein Essen mit Spass und ohne grossen Aufwand ist garantiert. Weitere Preise sind 5 Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und 10 à Fr. 20.-. <a href="http://www.stockliproducts.com">www.stockliproducts.com</a></p>					Termin- kalender	Räder- werk		Ort westl. von Chur									
erhöhte Galerie	▶		○1																					Wohn- ungs- vermit- ler
Schiffs- eigner	▶																							Glas- licht- bild (Kw.)
	▶		○12		Flachs																			
schweiz. Winter- sport- ort		Schau- fenster- deko- ration			Hawai- Blumen- kranz																			
Fisch- fang- gerät	▶																							
Initialen Ecos	▶				fegen							Insel vor Marseille												
dt.- schweiz. Maler (Paul)																								
	▶																							
	▶																							
	▶																							
fl. Kuchen, süss o. salzig																								
Ein- siedler	▶																							
süd- amerik. Lauf- vogel	▶																							

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

Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf [www.volg.ch](http://www.volg.ch).  
Mitarbeiter der Firmen Stöckli AG und Volg sind nicht teilnahmeberechtigt.  
Keine Barauszahlung der Preise. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.



**Mit Tomaten und Basilikum:**  
Barilla Ready Meal Penne Pomodoro e Basilico, 300 g



Fr. 4.70  
statt Fr. 5.25

**Mit Hafer und Honig:**  
Kellogg's Special K Oats & Honey\*, 375 g



Fr. 4.95  
statt Fr. 5.50



Mitmachen & Gewinnen

**Online:** bis 24. September 2012 unter [www.volg.ch/volg-magazine](http://www.volg.ch/volg-magazine)

**Per Telefon:** bis 24. September 2012 unter **0901 260 360**, für 90 Rp./Anruf, Festnetzтариф. Sprechen Sie das Lösungswort, Name und Adresse auf das Band.

**Per SMS:** Senden Sie bis 24. September 2012 ein SMS mit dem Keyword **VOLGK** und Lösungswort an **4636**, für 90 Rp./SMS.

**Per Post:** Lösung bis 20. September 2012 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Stöckli», Postfach 344, 8401 Winterthur.

Das aktuelle Wochenaktionsangebot finden Sie unter [www.volg.ch](http://www.volg.ch). – Alle Einführungspreise sind gültig vom 3. bis 29. September 2012.

# SCHLUSS MIT KATZENFUTTER IM KÜHLSCHRANK. DIE WHISKAS® MINIS.



Katzen lieben Abwechslung. Kein Problem mit den Whiskas® Minis.  
50 g-Portionen-Bbeutel, perfekt für eine Mahlzeit. Keine Reste, kein Geruch  
im Kühlschrank. Immer frisch und köstlich. So, wie Ihre Katze es mag.

**whiskas**

Katzen würden Whiskas® kaufen.

Weissbier erfreut sich bei den Schweizer immer grösserer Beliebtheit. Exklusiv im Volg gibt es das Durlacher Hof Premium Hefeweissbier.

**E**ine Neuheit im Schweizer Biersektor ist das Durlacher Hof Premium Hefeweissbier. Es wird nach einem speziellen Verfahren aus ausgewählten Malz- und Hopfensorten gebraut. Durch die jahrhundertelange Brauerfahrung und die Kombination feinsten Zutaten entsteht ein echt bayrisches Weissbier, das in Qualität und Geschmack seinesgleichen sucht.

### BUNTE BIER-IDEE

Wie wir Schweizer öfters mal ein Bier mit Citro als Panaché geniessen, trinkt man in der deutschen Hauptstadt gern eine Berliner Weisse mit Schuss. Dabei wird dem Bier Waldmeister- oder Himbeersirup beigemischt. Süssliche Biermischgetränke sind vor allem bei den Damen beliebt. Warum an der nächsten Party die Ladys nicht einmal mit einer neuen Kreation, der bayrischen Weissen mit Schuss, überraschen? Einen Schuss Pfefferminz- oder Grenadinesirup ins Glas geben, eine Dose Durlacher Hof Premium Hefeweissbier einschenken und geniessen!



**Ein Prosit  
auf das  
Trend-Bier!**

**Aktion**  
24.-29.9.2012  
50 cl nur  
Fr. **-.95**



50 cl  
**Fr. 1.30**

Bayrische Bier-Spezialität zum attraktiven Preis: Das Durlacher Hof Premium Hefeweissbier ist exklusiv im Volg erhältlich.

Für einen bunten Bier- oder italienischen Abend: die Bayrische Weisse mit Schuss. Dafür wird dem Hefeweissbier Grenadine- oder Pfefferminzsirup beigemischt.

KIRSCH  
SUISSE



*Lindt*

BATONS KIRSCH  
KIRSCHSTENGELI



**NEU**  
Mini Bâtons

# Mini Kirschengenuss

jetzt zum Einführungspreis

**7.15** statt 7.95



Mini Bâtons 120g  
**7.15** statt 7.95



*\*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.*

# FREIZEIT

Ob beim Malen, Formen oder Kochen:  
Unsere Tipps bringen Herbsttage  
farbenfroh zum Leuchten.

## Eine bunte Ideen-Palette



Bringen Sie Farbe in die Freizeit: zum Beispiel mit dem neuen «activo»-Kurs Ausdrucksmalen.

Lernen Sie sich diesen Herbst doch einmal von einer ganz anderen Seite kennen. In unserem neuen «activo»-Kurs bringen Sie beim Ausdrucksmalen ohne Zwang Wünsche und Träume aufs Papier. Wo die Kurse stattfinden, sehen Sie auf Seite 39. Ihnen liegt handfestes Gestalten mehr? Dann reizt es Sie vielleicht, in einem der Naturena-Kurse ein Einzelstück zu fertigen, das zu Ihrer Persönlichkeit passt. Alle Informationen finden Sie auf Seite 43.

### HERBSTGENUSS

Ein Highlight für Feinschmecker ist der Volg-Kochkurs «Kulinarische Herbst-Hits». Hier lernen Sie die feinste Seite dieser Jahreszeit in vielen Facetten kennen – damit Sie vor dem Winter noch einmal kreativ so richtig aus dem Vollen schöpfen können.



**Kochkurs: Herrliche Herbst-Gerichte.** Seite 41

**Teens. Feierlicher Lehrabschluss.** Seiten 44–45



**Volgi & Volgine. Grüsse aus Italien.** Seite 47

REFRESH YOURSELF  
REFRESH THE MUSIC



Sende uns 3 STIMOROL Packungen &

WIN 50x

WWW.STIMOROL.CH



URBANEARS



## Die neue Leichtigkeit des Waschens

neu



Mit den neuen **Persil Mega-Caps** ist Waschen so einfach wie noch nie. Direkt in die Trommel gegeben, lösen sich die Mega-Caps vollständig auf und sorgen für ein strahlendes Waschergebnis.

[www.persil.ch](http://www.persil.ch)

**Persil**  
Da weiss man, was man hat.

\* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Verwirklichen Sie Ihren Maltraum:  
In diesem «activo»-Kurs lernen Sie, sich mit Farben  
und Formen statt mit Worten auszudrücken.

**W**as gibt es Schöneres, als ein Kunstwerk in den Händen zu halten, von dem man sagen kann, es selbst gemalt zu haben? – Wer schon immer sein eigenes Gemälde gestalten wollte, hat in diesem «activo»-Kurs die Gelegenheit dazu. An vier Kursorten führen Mal- und Gestaltungsprofis in die faszinierende Kunst des Ausdruckmalens ein.

### MIT FARBEN UND FORMEN

So unterschiedlich wie die Bilder der einzelnen Kursteilnehmer sein werden, sind auch die einzelnen Kurse gestaltet. Bekleben und verändern, mit Pinsel oder Fingern, mit Acrylfarbe, Asche oder Kohle, mit Musik, in Stille oder mit einer Bilderreise zum Einstieg ... lassen Sie sich überraschen! In allen Kursen malen Sie in kleinen Gruppen frei oder nach Vorlage Ihr eigenes Bild. Dabei stehen Ihnen die Kursleiter bei Material-, Form- oder Gestaltungsfragen jederzeit mit Rat und Tat zur Seite. Künstlerische Erfahrung brauchen Sie keine mitzubringen. Beim Ausdrucksmalen gestalten Sie, was Ihnen beliebt, was Sie bewegt, und lassen dabei den Alltag farbenfroh hinter sich. ◀



## Malen nach Gefühl

**Mittwoch, 17. Oktober, 13.30–16.30**

**Ort:** 3177 Laupen,  
Atelier Magenta,  
Zollgässli 4

**Kursleitung:** Walter Klopfenstein

**Samstag, 20. Oktober, 9–12 Uhr**

**Ort:** 8919 Rottenschwil,  
Atelier Werd 26

**Kursleitung:** Esther Tresch Hagenbuch

**Samstag, 27. Oktober, 9–12 Uhr**

**Ort:** 9500 Wil,  
varve,  
Hubstrasse 101

**Kursleitung:** Arthur Wyss

**Samstag, 27. Oktober, 14–17 Uhr**

**Ort:** 8153 Rümlang,  
Zürichweg 9

**Kursleitung:** Mirjam Loeliger-Ries

**Kosten:** Fr. 90.– pro Person, inklusive Material. **Mitbringen:** maltaugliche Kleidung

Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «activo», «Kurs Ausdrucksmalen», Postfach 344, 8401 Winterthur, Tel. 058 433 54 09

## Anmeldungen für die Kurse «Ausdrucksmalen»

- Ja, ich/wir reserviere/-n \_\_\_\_\_ (Anzahl) Platz/Plätze für den Kurs «Ausdrucksmalen» in Laupen.
- Ja, ich/wir reserviere/-n \_\_\_\_\_ (Anzahl) Platz/Plätze für den Kurs «Ausdrucksmalen» in Rottenschwil.
- Ja, ich/wir reserviere/-n \_\_\_\_\_ (Anzahl) Platz/Plätze für den Kurs «Ausdrucksmalen» in Wil.
- Ja, ich/wir reserviere/-n \_\_\_\_\_ (Anzahl) Platz/Plätze für den Kurs «Ausdrucksmalen» in Rümlang.

Coupon einsenden oder faxen an: Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «activo», «Ausdrucksmalen», Postfach 344, 8401 Winterthur, Tel. 058 433 54 09, Fax 058 433 54 07.

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_ Strasse/Nr. \_\_\_\_\_  
PLZ/Ort \_\_\_\_\_ Telefon \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Anmeldeschluss: 27. September 2012

# Lust auf eine Scheibe Brot mit Le Parfait?



Entdecken Sie  
Le Parfait Léger!



\* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

## Feines aus Laupen.



Ritz AG CH-3177 Laupen Tel. 031 740 22 22 [www.ritzag.ch](http://www.ritzag.ch) In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Schneller, als die Blätter fallen, sind die Plätze in diesem Geniesser-Kochkurs besetzt. Also noch heute anmelden!

«Kulinarische Herbst-Hits» bei ...



... **PETER'S KOCHSCHULE IN GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:**  
25. September, 18.30–22.30 Uhr  
Anmeldung: [www.peters-kochschule.ch](http://www.peters-kochschule.ch)  
oder Telefon 071 383 27 17  
Peter's Kochschule, Tellstrasse 4b  
9200 Gossau SG  
[info@peters-kochschule.ch](mailto:info@peters-kochschule.ch)



... **COOKUK IN AARAU MIT SUSANNE VÖGELI:**  
24. Oktober, 18.00–22.00 Uhr  
Anmeldung: [www.volg.ch](http://www.volg.ch)  
oder Telefon 062 823 52 92  
Cookuk, Schachenallee 29  
5000 Aarau  
[mail@cookuk.ch](mailto:mail@cookuk.ch)



... **«TATORT» IN WANGEN a/A MIT DORIS WEIBEL-EGLI:**  
23. Oktober, 18.30–22.30 Uhr  
Anmeldung: [www.tatort-kochschule.ch](http://www.tatort-kochschule.ch)  
oder Telefon 032 682 00 08  
Tatort-Kochschule, Vorstadt 13  
3380 Wangen an der Aare  
[info@tatort-kochschule.ch](mailto:info@tatort-kochschule.ch)

**CULINEA-KOCHKURSE IN OERLIKON:**

Wegen der Hausverschiebung des MFO-Gebüdes, in dem sich das CULINEA-Kochstudio befindet, können in Oerlikon vorübergehend leider keine Volg-Kochkurse durchgeführt werden.

# Highlights des Herbsts



## VORSCHAU

**Schoko-Schlaraffenland.** Naschkatzen und Fleischträger werden von diesem Kurs gleichermassen begeistert sein. Wir richten mit Schokolade und Kakao Überraschendes an. Ob süss im Dessert oder Gebäck, aber auch pikant zu herzhaften Fleischgerichten oder in der Vorspeise – entdecken Sie verschiedenste Schokoladenseiten!  
5. November 2012 in Gossau  
6. November 2012 in Wangen a. d. Aare  
7. November 2012 in Aarau

**Weihnachten: Festessen ohne Stress.** Machen Sie sich diese Weihnachten selbst ein Geschenk und überlassen Sie uns die Suche nach festlichen Gerichten von Apero bis zum Dessert-Traum. Wir zeigen Ihnen an einem stimmungsvollen Abend kulinarische Himmelsstürmer, die sich gut vorbereiten lassen und für ein Fest mit Genuss und Musse sorgen.  
21. November 2012 in Gossau  
4. Dezember 2012 in Wangen a. d. Aare  
5. Dezember 2012 in Aarau

Alle Kurslokale sind bequem mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und in wenigen Minuten vom Bahnhof aus zu Fuss erreichbar. Die Kurskosten inklusive Apero, Essen, Getränke und Wein betragen pauschal Fr. 130.– pro Person. Anmeldungen über die Volg-Homepage oder direkt beim jeweiligen Kochstudio – via Internet oder Telefon. Die Rezepte werden den Kursteilnehmenden schriftlich abgegeben. Aktualisierte Infos auf [www.volg.ch](http://www.volg.ch)

**NEU**

  
VERY SWISS

# ALPRAUSCH

*Schweizer Chrüter Kaugummi*

Zum Fressen, die kleinen Schweizer.  
Direkt vom Alpöhi.

Bei Volg erhältlich in 2 leckeren Sorten:  
Spearmint und Red Fruits.

Beide in charmanter Alpen-Chic Verpackung,  
Zahnschonend.

Nur echt mit der 20-Kräuter-Mischung.

So isch es!

[www.alprausch-sweets.ch](http://www.alprausch-sweets.ch)



**granini®**

Die granini Fruchtsäfte garantieren Fruchtliebhabern ein intensives und authentisches Fruchterlebnis. Ob als 1L Familienformat oder der handlichen 33cL Flasche für unterwegs, das vollmundige Aroma sonnenverwöhnter Früchte erfreut jeden.

**Alle granini PET 1L in Aktion vom 3. bis 8. September 2012!**

Bei Volg sind die Sorten Orange, Fruchtcocktail und Pink-Grapefruit erhältlich.\*



\*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Erlernen Sie in den aktuellen Naturena-Kursen neue Kreativtechniken. Denn ob im Wohnbereich oder beim Outfit: Handgefertigte Einzelstücke verleihen eine persönliche Note.

## Einzigartiges von Hand gefertigt



**Fricktal:** Perlen-Armband in Peyote-Technik

**Kurs 1:** Fr, 12.10.2012, 10–15 Uhr  
**Kurs 2:** Sa, 13.10.2012, 10–15 Uhr

**Ort:** Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

**Programm:** Nach einer Einführung in die Peyote-Technik können Sie für Ihr Armband Perlen in der Stärke 1,6 mm und in diversen Farben aussuchen. Die Miyuki-Perlen werden mit einem Spezialfaden und einer Nadel verarbeitet und aufgefädelt. Weil der Peyote-Stich ein sehr flaches und auch festes Gewebe ergibt, ist er besonders geeignet, um eng anliegende Armbänder oder Ringe herzustellen.

**Teilnehmer:** 10 Personen ab 16 Jahren

**Mitbringen:** Notizmaterial, Sehhilfe (sofern nötig)

**Leitung:** Eva Gautschi, Klingnau, [www.eva-caju.ch](http://www.eva-caju.ch)

**Preis:** Fr. 95.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie des Materials für Ihr Perlen-Armband.



**Seebachtal:** Seidenschal-filzen in Nunotechnik

**Kurs 1:** Sa, 27.10.2012, 9–17 Uhr  
**Kurs 2:** Mo, 29.10.2012, 9–17 Uhr

**Ort:** Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

**Programm:** Nuno ist japanisch und bedeutet Stoff oder Gewebe. Sie lernen von der Kursleiterin, wie Sie mit Nunofilzen, einer besonderen Filztechnik, Seidenstoffe mit Wolle zu transparenten Geweben verbinden können. Weil die Wolle beim Filzen einläuft und dadurch die Seide zusammenzieht, entstehen luftig-leichte Seidenschals, die mit ihren interessanten Strukturen wunderschöne Effekte erzielen.

**Teilnehmer:** 12 Personen ab 16 Jahren

**Kleidung:** Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt

**Mitbringen:** Schreibzeug und Papier, Schere, Massband, 2 Handtücher oder Frotteetücher

**Leitung:** Susanne Stauffer, Wila

**Preis:** Fr. 125.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie des Materials für Ihren gefilzten Seidenschal.



**Werdenberg:** Powertex-Medaillon auf Metallständer

**Kurs 1:** Mo, 15.10.2012, 9–16 Uhr  
**Kurs 2:** Sa, 20.10.2012, 9–16 Uhr

**Ort:** Volg Erlebnishof, Karmaad, 9473 Gams

**Programm:** Powertex, ein umweltfreundlicher Dekorationshärter auf Wasserbasis, trocknet sehr schnell und eignet sich wunderbar zum Modellieren von Kunstwerken und Skulpturen. Mit Powertex, Stoneart und Farbpigmenten verwandeln Sie ein Styropormedaillon in ein dekoratives Wohnaccessoire in Steinoptik, das auf einen Metallständer montiert wird. Ein eingearbeitetes Reagenzglas dient als Vase.

**Teilnehmer:** 12 Personen ab 14 Jahren

**Kleidung:** Warme, schmutzunempfindliche Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt

**Mitbringen:** Föhn

**Leitung:** Monika Schorr, Zum blauen Chnopf, Winterthur, [www.zumblauenchnopf.ch](http://www.zumblauenchnopf.ch)

**Preis:** Fr. 205.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie des Materials für Ihr Powertex-Medaillon.



**Zugerland:** Bunte Wildsau

**Kurs 1:** Di, 09.10.2012, 9–18 Uhr  
Mi, 10.10.2012, 9–18 Uhr  
**Kurs 2:** Fr, 12.10.2012, 9–18 Uhr  
Sa, 13.10.2012, 9–18 Uhr

**Ort:** Volg Erlebnishof, Hofmärcht, Deinikon 9, 6340 Baar

**Programm:** Der spielerische Umgang mit Formen, Farben und Rundungen steht in diesem Workshop im Vordergrund. Aus Hasendraht gestalten Sie ein naturgetreues Wildschwein, das Sie dann mit einer Haut aus Pappmaché belegen und mit bunten Acrylfarben poppig bemalen. Die rund 70 cm lange und gut 50 cm hohe Tierfigur ist ein einzigartiger Hingucker für Ihre Wohnräume, auf der Terrasse oder im Garten.

**Teilnehmer:** 12 Personen ab 16 Jahren

**Kleidung:** Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt

**Mitbringen:** Föhn, 5 Konfitürengläser mit Deckel für Farben

**Leitung:** Daniela Häbig, Freiburg (D), [www.daniela-haebig.de](http://www.daniela-haebig.de)

**Preis:** Fr. 290.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie des Materials für Ihre Wildsau.

## Anmeldungen für Kurse und Workshops

**Internet:** 1. [www.naturena.ch](http://www.naturena.ch)  
2. Fricktal AG/Seebachtal TG/Werdenberg SG/Zugerland ZG  
3. Rubrik «Veranstaltungen»

**Telefon:** 058 433 54 09, Mo bis Fr, 8–17 Uhr

**Adresse:** Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Naturena», 8404 Winterthur

**Anmeldeschluss:** 14. September 2012

**NATURENA**  
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

152 junge Menschen haben dieses Jahr erfolgreich eine Verkaufslehre in den Dorfläden abgeschlossen. Volg ehrte sie mit einer grossen Abschlussfeier in Winterthur.

## Ein Fest für die Lehr-Absolventen

*Ferdinand Hirsig und der jeweilige Bereichsleiter überreichen jedem Lernenden eine Rose und einen Gutschein.*

**A**berglaube hin oder her: Für 372 Gäste aus der ganzen Deutschschweiz war Freitag der 13. diesen Sommer ein Freudentag. Sie alle waren von der Volg-Detailhandelskette zur Lehrabschlussfeier nach Winterthur eingeladen. Ferdinand Hirsig, Vorsitzender der Geschäftsleitung, und Susanne Roth, Verantwortliche für die interne Ausbildung der Lernenden, begrüßten jeden Einzelnen vor dem Casino-Theater persönlich.

### VORFREUDE

«Ein toller Anlass, ich habe mich sehr auf die Feier gefreut,

erzählt Melanie Horath, frischgebackene Detailhandelsfachfrau aus dem Volg Müllheim. «Für mich ist die Feier eine ideale Gelegenheit, noch einmal meine Kolleginnen aus der Berufsschule zu treffen und mit meinen beiden Chefinnen zu plaudern.»

### ZUKUNFTSBERUF

«Ich bin stolz, dass so viele junge Leute die Lehre im Volg abgeschlossen haben», hielt Ferdinand Hirsig in seiner Ansprache fest. Er bedankte sich bei den Absolventinnen und Absolventen, den Filialleiterinnen und den Eltern

für ihren Einsatz und betonte: «Der Verkaufsberuf hat Zukunft. Wer gut mit Menschen umgehen kann und bereit ist, ständig dazulernen, dem stehen in der Berufswelt die Türen offen.»

### GOLDSCHNITT

Nach einer temporeichen Darbietung des Rock-n-Roll-Tanzclubs «Damo» überreichten Ferdinand Hirsig und die jeweiligen Bereichsleiter jedem Absolventen eine Rose sowie einen Gutschein. Wer einen Notenschnitt von mindestens 5,3 hatte, erhielt zusätzlich ein Goldvreneli. ◀



Melanie Horath wurde wie alle Lernenden von Ferdinand Hirsig, Vorsitzender der Geschäftsleitung, persönlich begrüßt.



## «Fast familiäre Strukturen»

**Frau Horath, was hat Ihnen an der Lehre besonders gefallen?**

**Melanie Horath:** «Das Arbeiten an der Kasse, weil ich da den Kontakt zu den Kunden pflegen konnte. Auch die täglichen Warenbestellungen waren eine spannende Sache, denn es erforderte volle Konzentration, alles in der richtigen Menge zu bestellen.»

**Was spricht für die Verkaufslehre bei Volg?**

«Mir gefällt die abwechslungsreiche Arbeit in einem kleinen Laden mit fast familiären Strukturen. Zudem kennt man viele Kunden persönlich.»

**Welche Pläne haben Sie jetzt?**

«Ich werde künftig 80 Prozent im Volg Elgg arbeiten und kann dort frühestens in einem halben Jahr stellvertretende Filialleiterin werden. Die restlichen 20 Prozent bin ich im Volg Stettfurt tätig. Später könnte ich mir vorstellen, für eine Firma im Aussendienst zu arbeiten und den Dorfläden neue Produkte vorzustellen.»



Freut sich über einen erfolgreichen Abschluss von 152 Lernenden: Susanne Roth, Verantwortliche bei Volg für die interne Ausbildung der Lernenden.

## Eine Lehre bei Volg?

Neugierig geworden auf eine Lehrstelle bei Volg? Hilfreiche Informationen zu den beiden Verkaufsberufen Detailhandelsfachfrau/-mann und Detailhandelsassistent/-in gibt der Flyer «Eine Lehre bei Volg – ist doch naheliegend.» Der Info-Prospekt kann unter [www.volg.ch](http://www.volg.ch) heruntergeladen werden – und ist auch in den Dorfläden erhältlich.

Informationen über Verkaufs-Lehrstellen vermitteln auch die Berufsschauen in Weinfelden, Landquart und Chur, an denen Volg vertreten sein wird.

### Daten der Berufsschauen

Weinfelden: 20. bis 22. September  
Landquart: 21. und 22. September  
Chur: 6. bis 11. November



Prost auf die schöne Lehrzeit: Melanie Horath (M.) mit Tanja Kobler (L.), Filialleiterin Volg Müllheim, dem Lehrbetrieb von Melanie Horath, und Marlene Biefer, ehemalige Filialleiterin Volg Müllheim.

**nectaflo<sup>r</sup>**

*Premium  
Selection*




### WILLKOMMEN IM NECTAFLO<sup>R</sup> GENUSSPARADIES!

Natürlich, qualitativ hochwertig und echt – so präsentiert sich seit einigen Wochen das neue Kleid der Trockenfrucht- und Nussartikel der Marke nectaflo<sup>r</sup>. Diese Schweizer Marke verbindet Natürlichkeit und Gesundheit mit Genuss! Sei dies beim Kochen, beim Naschen, beim Sport, in der Schule, beim Frühstück oder beim Backen.

Unsere nectaflo<sup>r</sup> Pflaumen zeichnen sich durch grosse Früchte, ihre schöne und regelmässige Form, die angenehme Konsistenz und den vollfruchtigen Geschmack aus. Das reine Naturprodukt kommt bei gesundheitsbewussten Menschen besonders gut an, denn es hat viele Vitamine und wertvolle Mineralstoffe, und fördert zudem noch die Verdauung auf natürlichem Weg.



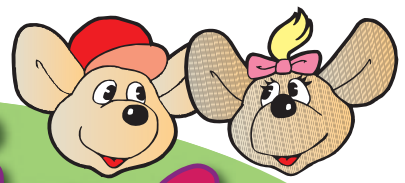
 nectaflo<sup>r</sup> ist eine Premiummarke der Narimpex AG in Biel | [www.nectaflo<sup>r</sup>.ch](http://www.nectaflo<sup>r</sup>.ch)

**Neu**

**Auch mit dem Ovomaltine  
Cereal Biscuit kannst  
du's nicht besser.  
Aber länger.**

[www.facebook.com/ovomaltine](http://www.facebook.com/ovomaltine)





# volgi & volgine

Attenzione bambini\*! Ab dem 10. September liegt das druckfrische HEY im Volg kostenlos für euch bereit.

\*Achtung Kinder!



Jetzt gibt's wieder **HEY**

## Tanti saluti dall' Italia!

Liebe Grüsse aus Italien

Signore Volgi & Signora Volgine sind durch Italien gereist. Unterwegs haben sie Fragen notiert. Kennst du die Antworten? Wenn du die Lösungsbuchstaben in die Kästchen schreibst, erfährst du, welche Pizza Volgine am liebsten isst.



1 *Welches ist die italienische Flagge?*

- F Flagge links
- R Flagge rechts

2 *Auf einer Landkarte gleicht Italien einem Kleidungsstück. Welchem?*

- Z Strumpfhose
- E Handschuh
- U Stiefel

5 *An welchem Meer liegt Italien?*

- H Mittelmeer
- U Indischer Ozean
- V Totes Meer

4 *In welcher Stadt fahren die Menschen in Booten statt in Autos umher?*

- G Venedig
- L Genf
- A Neapel

3 *Wo steht der schiefe Turm?*

- B New York
- N Pisa
- W Rom

6 *Wie gross ist Italien im Vergleich zur Schweiz?*

- I Etwa 7-mal grösser
- P Etwa halb so gross
- M Genau gleich gross



Lösungswort: Pizza ai

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

Lösung: Pizza ai funghi (Pizza mit Pilzen)



Schweins-Koteletts  
3 Stück, ca. 550 g  
100 g **Fr. 2.05**



Rindfleisch gehackt  
ca. 450 g  
100 g **Fr. 1.35**



Salami Milano geschnitten  
ca. 250 g  
100 g **Fr. 1.70**



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

# Bringen Sie Ihr Sparschwein in Topform!



Wienerli  
4 Paar, 400 g  
**Fr. 5.95**



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



Cervelas  
4 Stück, 400 g  
**Fr. 3.45**



Delikatess-Fleischkäse  
ca. 450 g  
100 g **Fr. 1.30**



Delikatess-Fleischkäse geschnitten, ca. 250 g  
100 g **Fr. 1.30**



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.

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.





Sie gelten zu Recht als Symbol des prallen Lebens: Tafeltrauben versüssen uns den Herbstbeginn.

Saison  
im VOLG

## Saftige Spätsommerboten

**T**rauben gehören zu den ältesten Kulturpflanzen der Menschheit und sind ein wahrer Jungbrunnen. Sie spenden rasch verfügbare Energie, stärken die Nerven, machen gute Laune, sind gut für Haut, Haare und Verdauung und fördern die Konzentrationsfähigkeit. Da sich die vielseitigen Früchtchen sowohl roh wie auch als Zutat zu würzigen Gerichten eignen, sind Trauben vom Zmorge bis zum Znacht ein Genuss.

### EINKAUFSREIFE

Trauben gehören zu den «nicht-klimakterischen» Früchten. Das heisst, sie reifen nach der Ernte nicht nach, sollten also nur reif gekauft werden. Lagern Sie Tafeltrauben am besten in einem luftdurchlässigen Behälter oder einem Papiersack im Gemüsfach des Kühlschranks. Vor dem Verzehr nur kurz lauwarm abbrausen, damit alle Vitamine erhalten bleiben. ◀

*Ob blau oder weiss: Der Farb- und Geschmacksunterschied steckt bei Trauben in der Schale. Besonders Kinder lieben kernlose Trauben.*

### Herbst-Käsesalat

Zutaten für 4 Personen:

350 g **Bergkäse** in kleine Stücke schneiden, 250 g gemischte **Trauben** waschen, halbieren und entkernen. 2 EL grob gehackte **Baumnüsse** in einer beschichteten Pfanne ohne Zugabe von Fett rösten. 2 EL **Naturejogurt** und 2 EL **Kräuteressig** mischen, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Käse und Trauben mit der Sauce vermischen, Baumnüsse dazugeben, abschmecken. Auf Teller anrichten, mit 1 Bd. **Rucola** garnieren.

**Tipp:** Kernlose Trauben verwenden.

**Maggi**

®

**-20%**

auf diese Bouillons von MAGGI

\*



**2.40**  
statt 3.10



**18.30**  
statt 22.90



\*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

In Aktion von Montag, 3. September bis Samstag, 8. September

# REZEPTE

## Schoggelloni

### Zutaten für 4 Personen:

#### Nudelteig:

- 400 g Mehl
- 4 Eier
- 4 EL Kakao
- etwas Zucker

#### Füllung:

- 2 Orangen, geschält, filetiert
- 2 Eiweiss
- 100 g Zucker
- 100 g Ricotta

#### Sauce:

- 2 Eigelb
- 2 EL Zucker
- 2 dl Prosecco



vermischen, Orangenstücke daruntermischen.

**3.** Eigelbe und Zucker vermischen, über dem Wasserbad schaumig schlagen. Das Wasser darf nicht kochen. Prosecco unterrühren.

**4.** Teig stückweise mit dem Nudelholz oder in der Nudelmachine dünn auswallen, in die Mitte jeder Teigplatte etwas Füllung geben, zu einer Cannelloni rollen. In kochendem Zuckerwasser ca. 2 Min. ziehen lassen, vorsichtig herausheben und auf Saucenspiegel servieren.

**Zubereitung: 1 Std. + 30 Min. ruhen lassen**

### Zubereitung:

**1.** Teigzutaten zu einem geschmeidigen Teig kneten, er sollte nicht zu trocken (evtl. etwas Wasser beimischen), aber auch nicht zu klebrig sein. Eine Kugel formen und 30 Min. ruhen lassen.

**2.** Füllung: Orangenfilets in Stücke schneiden, beiseite stellen. Eiweisse und Zucker zu Schnee schlagen, mit Ricotta

○

ZUM SAMMELN

○

## Süsse Spaghetti

### Zutaten für 4 Personen:

- 600 g Spaghetti, gekocht (oder Nudelreste vom Vortag)
- 100 g Zucker
- 4 TL Honig
- 2 TL Sesam
- Zimt zum Bestreuen, nach Belieben
- etwas Pflanzenöl



### Zubereitung:

**1.** Spaghetti in einer beschichteten Pfanne in Pflanzenöl knusprig goldbraun anbraten.

**2.** 40 g Zucker zugeben, karamellisieren lassen. Nudeln auf Tellern anrichten.

**3.** Mit Honig beträufeln, mit restlichem Zucker, Sesam und nach Belieben mit Zimt bestreuen.

**Zubereitung: 15 Min.**

**Tipp:** mit Himbeersauce servieren.

## Süsser Caprese

### Zutaten für 4 Personen:

- 1,5 dl Wasser
- 2 Zitronen
- 150 g Zucker
- 5 Bl. Gelatine
- 2,5 dl Rahm
- 3 EL Honig, flüssig
- 3 Nektarinen, Pfirsiche, oder Orangen
- Melissenblätter, Hagelzucker, Kakaopulver zum Garnieren



aufkochen. Anschliessend in eine kalt ausgespülte Terrinenform giessen und über Nacht kalt stellen.

**3.** Früchte in Scheiben schneiden, den süssen «Mozzarella» ebenfalls in Scheiben schneiden, abwechselnd auf Teller oder eine Platte anrichten. Mit Melisse, Honig, Hagelzucker und Kakaopulver dekorieren.

**Zubereitung: ca. 30 Min. + über Nacht kühl stellen.**

### Zubereitung:

**1.** Zitronen waschen, Schale in das Wasser reiben, zusammen mit Zucker zum Kochen bringen und vom Herd nehmen.

**2.** Die Gelatineblätter in etwas Wasser einweichen, gut ausdrücken und im Zuckersirup auflösen. Rahm dazugliessen und kurz

## Zwetschgen-Lasagne

### Zutaten für 4 Personen:

- 4 Eier, getrennt
  - 500 g Quark
  - 180 g Naturejogurt
  - 100 g Zucker
  - 1 EL Butter
  - 2 EL Paniermehl
  - 1 P. Lasagneblätter
- Kompott:**
- 300 g Zwetschgen, halbiert, entsteint
  - 100 g Zucker
  - 1,5 dl Wasser
  - 0,5 Vanilleschote
  - 0,5 Zimtstange



### Zubereitung:

**1.** Eiweiss steif schlagen.

**2.** Eigelbe, Quark, Jogurt und Zucker verrühren, Eischnee sorgfältig unterheben.

**3.** Auflaufform mit Butter einfetten, mit Paniermehl ausstreuen. Abwechselnd Quarkmasse und La-

sagneblätter einfüllen. Im Ofen bei 180 °C ca. 30–35 Min. backen.

**4.** Zwetschgen mit Zucker, Wasser, Vanilleschote und Zimtstange aufkochen. Zwetschgenkompott lauwarm zur heissen Lasagne servieren.

**Zubereitung: ca 20 Min.**

## Marzipan-Gnocchi mit Mohn



### Zutaten für 4 Personen:

250 g Kartoffeln, mehlig kochend
100 g Mehl
50 g Mohn
50 g Mandeln, gerieben
2 Pr. Salz
1 Eigelb
50 g Marzipan-Rohmasse
3 EL Maizena
250 g Erdbeeren, gewaschen, gerüstet
2 EL Zucker
4 EL Butter
2 EL Guetzi, z.B. Petit Beurre, zerbrösel
Zucker, Zimt

### Zubereitung:

1. Kartoffeln kochen, abschütten, schälen, noch warm durchs Passivite drehen, auskühlen lassen. Kartoffelmasse mit Mehl, Mohn, Mandeln und 1 Prise Salz auf eine Arbeitsfläche geben. Eigelb mit Marzipan glatt rühren, dazugeben. Alles von Hand zu einem weichen, glatten Teig verarbeiten.

2. Maizena auf die Arbeitsfläche streuen, den Teig darauf zu einer 1 cm dicken Rolle formen. Von der Rolle 1 cm breite Gnocchi abstechen.

3. Erdbeeren je nach Grösse vierteln oder sechsteln, mit Zucker vermischen.

4. Reichlich Wasser aufkochen, je 1 Prise Salz, Zucker und Zimt dazugeben.

5. Gnocchi im siedenden Wasser garen, bis sie an der Oberfläche schwimmen.

6. Butter schmelzen, Guetzlibrösel unterrühren. Gnocchi mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, in der Guetzli-Butter schwenken. Auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Erdbeeren garnieren.

**Zubereitung: 1 Std.**

**Tipp:** Es eignen sich alle Arten von Guetzli (Bärenatzen, Nussstängeli, Cantuccini etc.). Auch Guetzlireste, die bereits etwas trocken sind, eignen sich.

## Amaretti



### Zutaten für 24 Stück:

200 g Mandeln, weiss, gemahlen
200 g Zucker
100 g Eiweiss (oder 2,5 Stück)
400 g Puderzucker
2 Eiweiss
Bittermandelaroma, nach Belieben

### Zubereitung:

1. Mandeln mit Zucker und Eiweiss schaumig mixen. Unter ständigem Rühren Puderzucker, den zweiten Teil Eiweiss und evtl. Bittermandelaroma dazugeben.

2. Die Rückseite eines Backblechs gut einfetten und mit reichlich Mehl bestäuben. Die Masse mit genügend Abstand auf das Blech dressieren und mind. 12 Std. trocknen lassen.

3. Mit Puderzucker bestäuben und die Ränder gegen die Mitte eindrücken. Bei 200°C ca. 10-12 Min. backen, bis die Ränder braun werden. Mit einem Spachtel vom Blech lösen, auskühlen lassen.

**Zubereitung: 30 Min. + 12 Std. trocknen lassen + 10-15 Min. backen.**

## Minzpesto

### Zutaten für 4 Personen:

0,8 dl Wasser
80 g Zucker
1 Bd. Pfefferminze
100 g Mandeln, gemahlen
1 Zitrone, abgeriebene Schale und Saft

### Zubereitung:

1. Wasser und Zucker aufkochen, vom Herd nehmen, erkalten lassen, Pfefferminze waschen und fein hacken.

2. Zuckerwasser, Minze und Mandeln vermischen, Zitronenschale dazugeben und mit etwas Zitronensaft abschmecken. **Zubereitung: 15 Min.**

**Tipp:** Für Glace-Spaghetti Vanilleglace im Kühlschrank leicht antauen lassen und mit der Vermicelles- oder Kartoffelpresse Spaghetti auf Teller drücken.



## Himbeernapoli

**Zutaten für 4 Personen:**

300 g Himbeeren, frisch  
 100 g Puderzucker  
 ½ Zitrone, Saft  
 1 EL Kokosraspeln

**Zubereitung:**

1. Die Hälfte der Himbeeren mit Puderzucker und Zitronensaft aufmixen und durch ein Sieb streichen.

2. Himbeersauce mit restlichen Himbeeren mischen, über die Spaghetti geben.

3. Mit Kokosraspeln «Reibkäse» aufstreuen.

**Zubereitung: 15 Min.**

**Tipp:** siehe Minzpesto.

## Cremige Carbonara

**Zutaten für 4 Personen:**

1 D. Vanillecreme  
 0,5 dl Rahm  
 200 g Wassermelonenfleisch,  
 gewürfelt

**Zubereitung:**

1. Vanillecreme in eine Schüssel geben, mit dem Rahm aufrühren.

2. Melonenwürfel dazugeben, zu süssen Spaghetti servieren.

**Zubereitung: 5 Min.**

**Tipp:** siehe Minzpesto.

## Beerenpizza

**Zutaten für 4 Personen:****Teig:**

15 g Hefe, frisch  
 1 dl Milch  
 200 g Mehl  
 50 g Haselnüsse, gemahlen  
 3 Pr. Salz  
 50 g Zucker, braun  
 50 g Butter, flüssig, abgekühlt

**Belag:**

125 g Mascarpone  
 300 g Beeren,  
 50 g Zucker, braun  
 0,5 TL Zimtpulver

**Garnitur:**

Puderzucker  
 einige Minzblätter

**Zubereitung:**

1. Hefe in wenig Milch auflösen. Mehl, Nüsse, Salz und Zucker mischen, zusammen mit restlicher Milch, Butter und Hefemilch zu einem glatten Teig

verkneten. Teig in eine Schüssel legen, zugedeckt auf das Doppelte aufgehen lassen.

2. Backofen auf 220 °C vorheizen. Teig rund auswallen, auf ein Backblech legen, auf der untersten Rille ca. 10 Min. vorbacken.

3. Teig aus dem Ofen nehmen. Mascarpone daraufstreichen. Beeren je nach Grösse klein schneiden, auf dem Mascarpone verteilen. Zucker und Zimt darüberstreuen. Beerenpizza auf der untersten Rille ca. 10 Min. backen.

4. Pizza aus dem Ofen nehmen, in Stücke schneiden. Mit Puderzucker bestreuen, mit Minzblättern garnieren.

**Zubereitung: 45 Min. + 20 Min. backen.**

**Tipp:** einen Fertig-Pizzateig verwenden.

## Espresso Affogato

**Zutaten für 1 Tasse:**

1 Espresso  
 1 Vanilleglace-Kugel

**Zubereitung:**

Einen Espresso zubereiten und eine Kugel Vanilleglace darin ertränken.

**Zubereitung: 3 Min.**

# HERAUSGEPICKT

Nus avain visitas. Ils giasts han prendi plazza e gaudan l'aperitiv. «Tge datti insumma tschaina?», ma dumonda in dals giasts. «Oz faschaina ina saira taliana. L'emprim datti in'insalata caprese, lura lasagne da verdura e sco dessert spaghetti», di jau per als far



**In menu  
sanestrà**

gust. «Spaghettis sco dessert?», ma dumondan els tut surstads. Jau surri e vom en cuschina per semtgar l'avantpast.

Da dalunsch aud jau a discutir els, schebain i pudess dar vermicelles. «Na», di ina da las dunnas, «vermicelles n'è betg ina tratga taliana!» «Forsa ans serva ella era simplamain quels spaghetti da zutger ch'ins cumprava d'uffant al kiosc. Quels pudessan nus lura mintgamai mangiar en dus – in da mintga vart fin ch'ins s'inscuntra entamez ad in bitsch!» Jau aud co ch'els rin e sa diverteschon. «Vus mo studegiai anc in pau», pens jau per mai e springel ils fepls da basilic sur ils plats da salata quasi prontos.

«Tgi prenda in café?», dumond jau pli tard en la runda. «Quai dependa in pau tge che ti ans servas sco dessert», di in dals umens che sesa enturn la maisa. «Sche bun pia, lura vegn jau ora cun il marmugn: i dat spaghetti caramelisads cun surengiu mel d'avieuls, sesam e chanella.»

Jau port ils gnies dultschins ed ils giasts als laschan plaschair, forsa era perquai ch'ins po sa chapescha era mangiar quests spaghetti en dus.

Bun divertiment d'embarassar era Voss giasts cun pizza, lasagne e spaghetti dultschs e stai bainin!

Angela Schmed

## Wussten Sie, dass ...

●●● «Das Landfrauen Kochbuch» im Volg weiterhin zum Spezialpreis erhältlich ist? Nebst 120 regionalen frischen Kochideen für das ganze Jahr gewährt das 1. Kochbuch des Schweizerischen Bäuerinnen- und Landfrauenverbands (SBLV) in 7 persönlichen Porträts Einblick in den Alltag der Bäuerinnen. «Das Landfrauen Kochbuch» zeigt die moderne Schweizer Landküche – angereichert mit stimmungsvollen Food- und Porträtfotos, Menüplänen und Saisontabellen. Ein Hochgenuss zum Lesen, Schauen und Kochen!

**Das Landfrauen Kochbuch:**  
Ein persönlich-kulinarisches Porträt  
in 120 Rezepten für das ganze Jahr  
Edition Culinea, 192 Seiten,  
[www.culinea.ch](http://www.culinea.ch)  
ISBN: 978-3-033-03393-1

Volg-Spezialpreis  
statt Fr. 44.–  
nur Fr. **39.90**



## Lesenswert!

Sehnsucht nach Italien, nach Sonnenschein und Dolce Vita? Ihren persönlichen Traum vom Süden hat sich die Autorin von «Ein italienischer Sommer» verwirklicht. Sie berichtet über typische italienische Eigenheiten, erzählt von duftenden Kräutern und den feinsten Tomatensorten. Dazu verrät sie nur die besten Rezepte und macht Lust auf Vertrautes und noch Unbekanntes.

**Gabriele Kunkel:**  
Ein italienischer Sommer  
GU Verlag, 240 Seiten,  
ISBN: 978-3-8338-2519-4



Selbst gemacht schmecken Tagliatelle, Ravioli oder Spätzli einfach noch besser! Ob gefüllt, geschichtet und überbacken: In diesem Buch stehen 90 internationale Nudelspezialitäten zur Wahl. Dazu erfährt man, welche Geräte und Zutaten es zum Pastamachen braucht, wie man Nudelteige färbt und aromatisiert oder Nudeln formt und trocknet.

**Cornelia Schinharl:**  
Nudeln selbst gemacht  
GU Verlag, 128 Seiten,  
ISBN: 978-3-8338-2260-5



Mehr Informationen zu BEA  
unter [www.bea-verlag.ch](http://www.bea-verlag.ch)  
oder Tel. 056 444 22 22

## Novissimo S'POSCHTI- GWÜNNSPIEL VOM VOLG

Die beiden Hauptpreise, ein Reise-Set von Wenger im Wert von je Fr. 724.–, haben Peter Maier aus Kloten und Alice Eggenberger aus Grabs gewonnen. Lara Ruch aus Bern, Rainer Seemann aus Schinznach-Dorf, Isidor Rösch aus Grossdietwil, Leni Baltensberger aus Agasul und Marianne Zimmermann aus Lungern dürfen sich über je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 50.– freuen. Zehn weitere Gewinner erhalten je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 20.–.

Lösungswort 07/12: «Generationenwechsel»

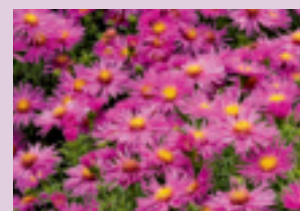
Auflösung des Minor-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 06/12: Antwort A, 75.

Der 1. Preis, ein Wochenende in einem Schweizer Romantik Hotel nach Wahl im Wert von Fr. 1200.–, geht an Helene Berger aus Jenins. Den 2. bis 7. Preis, je ein Candle Light Dinner in einem Schweizer Romantik Hotel im Wert von Fr. 250.–, gewannen Melanie Spitzer aus Kleinandelfingen, Ursula Friedli aus Amriswil, Rolf Bosshard aus Tägerschen, Patrick Stähelin aus Luzern, Rita Bruggmann aus Flawil und Marianne Ruch aus Obergösgen. 25 weitere Leserinnen und Leser erhalten je einen Gutschein für einen Besuch im SchoggiLand Flawil für max. 25 Personen im Wert von Fr. 120.–. 8 Leser gewannen einen Picknick-Korb im Wert von Fr. 100.– und 60 Leser erhalten je ein Minor-Überraschungspaket im Wert von Fr. 25.–.



Hatte viel Glück: Gewinnerin Helene Berger aus Jenins (M.) bei der Preisübergabe mit Lukas Flück, Produktmanager Minor bei Maestrani, und Gabi Fehr, Volg-Produktmanagerin Food.

## Gewinnen mit Minor



© silenebrot - Fotolia.com

## De grünen Duume

Jetzt haben Herbstastern ihren grossen Auftritt! Während viele andere Stauden bereits verblüht sind, leuchten sie farbenprächtigt im Herbstlicht. Die Blüten erfreuen unser Auge und dienen Bienen vor dem Winter einbruch nochmals als wichtige Nahrungsquelle. Astern sind unkomplizierte Stauden, die sonnige Standorte und lockeren, nährstoffhaltigen Boden bevorzugen. Herbstastern sollten im Frühling gepflanzt werden. Nach der Blüte werden sie jeweils ebenerdig zurückgeschnitten. Damit sie blühfreudig bleiben, die Astern nach zwei bis drei Jahren teilen, am besten ebenfalls nach der Blüte. Dazu die Stauden ausgraben und mit einem Messer oder einem scharfen Spaten die Horste längs in mehrere Stücke teilen. Achten Sie darauf, dass jedes Teilstück ein bis zwei junge Blattbüschel hat.

## Demnächst «Öise Lade» 10/12 erscheint am 27. September 2012.



## Gut gemetzget

Herbst ist «Metzgete»-Zeit! Wir entdecken die Schweizer Tradition auf neue Weise und metzgen Kohlköpfe, Kürbisse, Herbstfrüchte und Würste. Dazu richten wir eine besondere «Schlachtplatte» an.



Wein und Käse sind ideale Partner. Wir stellen Schweizer Käse von weich bis extrahart vor und geniessen ihn mit dem passenden Wein. Dazu servieren wir feine Käse-Kreationen zum Nachkochen.

## Traumpaar Wein und Käse

Lindt 

LINDOR

# GEWINNEN SIE

## 5 x MEET & GREET MIT ROGER FEDERER

für 2 Personen

und 60 weitere tolle Preise



**Exklusivität**

nur für kurze Zeit erhältlich

**8.55**  
statt 9.55



**8.95**  
statt 10.40



**15.50**  
statt 17.90



**5.65**  
statt 7.05



**Aktion gültig vom 10.9.2012–15.9.2012** · Gewinnen Sie 5 x ein Meet & Greet mit Roger Federer und vieles mehr. Kein Kaufzwang. Die detaillierten Teilnahmebedingungen und Angaben zu unentgeltlichen Teilnahmecodes finden Sie auf unserer Homepage [www.LINDOR.ch](http://www.LINDOR.ch). Geben Sie bis zum 10. Oktober 2012 Ihren Gewinncode unter [www.LINDOR.ch](http://www.LINDOR.ch) ein oder schicken Sie den Code nach Durchsicht der Teilnahmebedingungen per SMS an 9889 (30 Rp./SMS).