

OKTOBER 10/12

WOLFE LADE

DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG FÜR KÜCHE, HEIM UND FREIZEIT

das Heft zum Sammeln
MORE & MORE
Traumpaar
Wein und Käse

**MULTI
METZGETE**

**Von Chabis
bis Kürbis**

frisch und
fründlich **Volg**

Apfel, Birn' und Mandelkern essen alle Kinder gern



Birnen-Mandelkuchen

Für 6-8 Personen

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 20 Min.

Backzeit: ca. 40 Min.

Zutaten

- 1 LEISI QUICK Kuchenteig, rund ausgewallt
- 100 g geschälte, geriebene Mandeln
- 1 grosse Dose Birnenhälften, ca. 800 g, gut abgetropft
- 1,8 dl Halbrahm
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 50 g Mandelblättchen
- etwas Puderzucker
- einige Blättchen Minze zum Garnieren

Guss

- 150 g Backmasse mit Mandeln
- 2 Tropfen Bittermandelaroma
- 2 dl Rahm
- 2 Eier
- 2 EL Mehl

Zubereitung

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Den Teig mit dem Backpapier in eine Wähenform (Ø 24 cm) legen. Den überstehenden Rand nach innen umschlagen und gut festdrücken. Den Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen und mit Mandeln bestreuen.

Die gut abgetropften Birnenhälften kreisförmig darauf verteilen. Alle Zutaten für den Guss im Mixer zu einer glatten Masse pürieren, darüber giessen und im unteren Drittel des Ofens ca. 40 Minuten goldbraun backen.

Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Rahm mit Vanillezucker flaumig schlagen. Kuchen in Stücke schneiden, mit Mandelblättchen und wenig Puderzucker bestreuen. Mit Vanillerahm anrichten und nach Belieben mit Minze garnieren.



Freuen Sie sich drauf.



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

Traumpaar Wein und Käse



Editorial

Nicht nur in den Volg-Läden, auch in unseren Verteilzentralen bewegt sich einiges: An unserem Hauptsitz in Winterthur beispielsweise wurde in den letzten beiden Jahren rege gebaut. Die erste Bauetappe, die Aufstockung des Büroteils, konnte im Herbst 2011 termingerecht abgeschlossen werden. Etwas länger dauerte es bis zur Fertigstellung des zweiten, weit umfangreicheren Bauabschnitts: der Erweiterung des Lager- und Logistikteils, für dessen Ausbau Volg angrenzende Areale von knapp 8000 Quadratmetern erworben hat.

Investition in die Zukunft

In diesen Tagen nimmt nun die erweiterte Verteilzentrale planmässig ihren Betrieb auf. Damit schaffen wir die nötigen Kapazitäten, um auch weiterhin alle Verkaufsstellen von Winterthur aus mit dem gesamten Food-/Near-Food-Sortiment und rund 300 Läden mit Frischprodukten beliefern zu können. Insgesamt investiert die Volg-Gruppe 40 Millionen Franken in diesen Ausbau und setzt so einen wichtigen Meilenstein für die Zukunft. Ich bin überzeugt, dass wir damit unsere Leistungsfähigkeit und somit die Attraktivität der Dorfläden für Sie, liebe Kundinnen und Kunden, noch weiter erhöhen können.

Mehr zur Verteilzentrale in Winterthur erfahren Sie auf Seite 23.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



Küche



Freizeit



Weinerlebnis

KÜCHE aktuell

Multi-Metzgete 5-7

Kochschule

Kochen lernen von Profis 8-11

Einfach & bequem

Schnelle Schübli und Marroni-Metzgete 13-15

Saison im Volg

Herbstlich im Saft 47

Weinreisen

Wein, Kultur und viel Genuss 38-39

Kochkurs

Schokoladenseiten süss bis spicy 41

Naturena

Neue Kurse auf den Erlebnishöfen 43

volg|volgine

Zügi unterwegs 44

Teens

Freiwillig? Voll cool! 45

Weinerlebnis

Fein dank Sonne und Stein 16-17

Typisch Schweiz

Typisch Volg
Was lange gärt, wird richtig gut 18-19

Aktueller Tipp

Mit Kreativität gekeltert 21

Knuspriges Brot von früh bis spät 34-35

Dorfläden

Für die Zukunft der Dorlläden 23

In eigener Sache

Sparen mit Stil und Edelstahl 25

OIS|CHUCHI

IN FRISCH UND FREIWILLIG
GEMEINSAM WIRD VOLG.
27

Wettbewerb

Gewinnen mit Tilsiter 29

Hausmarke

Die rosarote Power 31

Novissimo

Neu in Ihrem Volg 32-33



Unser bestes Stück Natur.

Die Sicherheit,

jedesmal Natur pur zu geniessen.



www.agrinatura.ch



Rindshackfleisch

Mageres, kräftiges Hackfleisch.
Ideale Basis für viele Schweizer
und ausländische Gerichte.



Bündner Salsiz Duo

Aus Rind- und Schweinefleisch,
kräftig gewürzt. Plättli, Gratins und
Gerstensuppe damit bereichern.



Fleischkäse geschnitten

Immer ein delikater, schneller
Brotbelag.

Hand aufs Herz.

Dafür steht AGRI NATURA mit seinem guten Namen:

Glückliche Tiere

Artgerechte Tierhaltung mit Auslauf, natürliche
Fütterung und schonende, kurze Transporte.

Bauern mit klaren Idealen

Aus Überzeugung umwelt- und tiergerechte Produktion.

Garantierte Schweizer Herkunft

Schweizer Tiere von der Bauernfamilie aus Ihrer Nähe.

Sicherheit durch Kontrolle

Regelmässige Kontrolle durch unabhängige Institute.

Verantwortungsvoller Genuss

Guten Geschmack mit gutem Gewissen geniessen.

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



AGRI NATURA beruht auf den Richtlinien von IP-Suisse

Sämtliche Rezepte finden Sie ab Seite 49 oder unter www.volg.ch/rezepte/

Man nehme herrliche Herbstprodukte hinzu und multipliziere das Ganze mit Kreativität. Das Ergebnis: eine Multikulti-Multi-Metzgete für Fleisch- und Gemüsefans.

Metzgen Sie sich gut!

Die Volg-Mitarbeitenden Verena Burkhalter, Adrian Meyer, Stefanie Gut und Ruedi Abderhalden (v. unten rechts im Uhrzeigersinn) metzgen verschiedene Herbstprodukte.

**MULTI
METZGETE**

Würste, Wädli, Rippli, Schinkli: Wer beim Fleisch gern zünftig zulangt, der läuft heiss, wenn die Tage kühler werden: Dann ist wieder Metzgete-Zyt! Die deftigen Schweinefleischberge und Schlachtplatten-Kreationen sind gewiss nicht jedermanns Fall. Auf den schönen Brauch, etwas

zu metzgen und in guter Gesellschaft zu geniessen, müssen Gemüsefans trotzdem nicht verzichten: Wir entdecken die Schweizer Tradition von ihrer knackigsten Seite neu und metzgen Kohlköpfe, Kürbisse oder Herbstfrüchte. Die neuen Ideen kombinieren wir mit klassischen Metzgete-Produkten. ▶

Sämtliche Rezepte finden Sie ab Seite 49 oder unter www.volg.ch/rezepte/

MULTI METZGETE

Kohl-Kartoffel-Kombination:
Chabis-Härdöpfel-Pfanne.

Kraftsuppe: Krautsuppe
mit Spätzli, in denen ein
Schuss Apfelsaft steckt.

Adrian Meyer, Leiter Messen und Events
bei Volg, wollte ursprünglich Metzger
werden und kann mit grossen Messern
umgehen. Chabis geniesst er am liebsten
als amerikanischen Krautsalat Coleslaw.

Ganz viel Chabis

**VOLG
Koch
kurs** NOVEMBER
*Schoko-
Schlaraffenland*

Schokolade zu Fleisch? – Das
schmeckt einfach wunderbar! Ent-
decken Sie in unserem Kochkurs
neue Schokoladenseiten von süss
bis spicy. Alle Infos auf Seite 41.

Die Metzgete-Beilage kommt
ins Strudeln: Sauerkraut-Strudel
mit Hack und Pep.

Wein
empfehlung

Zu Sauerkraut ist ein fruchtiger
Wein wie der **Lavaux AOC** eine
gute Wahl.

Während Schafe frü-
her auch im Winter
wertvoll für die Bau-
ern waren, weil sie wärmende
Wolle lieferten, war das Schwein
die arme Sau: Mangels Nutzen
in der kalten Jahreszeit wurde es
oft im Herbst geschlachtet. Alle
Tiere durchzufüttern, konnte sich
schlichtweg nicht jeder Land-
wirt leisten. Das Ende dieser
Schweine war der Anfang von
etwas Feinem: der Metzgete. Bei
der Hausmetzgete auf den Hö-
fen wurde alles verwertet, was
das Tier hergab – bis hin zum
Blut und der Leber, aus denen
die gleichnamigen Würste ent-
standen. Heute hat die Metzgete
sogar in der Spitzengastronomie
ihren festen Platz. Ob in der
Haute Cuisine oder im einfachen

**OISE
LADE
TIPP** Wie aus Kohl
Kraut wird,
erfahren Sie auf
den Seiten 18–19.

Senf mit fruchtiger Note:
Apfel-Birnen-Senf.



Wein
empfehlung

Mit seinen dezenten Röstaromen von Mokka und Karamell passt der Shiraz-Merlot Watermark optimal zum Apfelhackbraten.

Apfel im Hackrock:
Drei frische Äpfel stecken
im Apfelhackbraten.

Mit Schnitt und Schnitz

Knackig-süsse Beilage:
karamellisierte Apfelschnitze.

Landgasthof: Geblieben ist, dass der Brauch in den kalten Monaten von September bis März gepflegt wird.

VITAMINE ALS BEILAGE

Wer an Metzgete denkt, riecht es förmlich schon: das dazu obligate Sauerkraut. Es ist mit seinen gerade mal 15 Kilokalorien pro 100 Gramm der leichte Gegenspieler der üppigen Fleischwaren. Ausserdem macht es der hohe Vitamin-C-Gehalt zum echten Powerkraut. Nebst dem dafür verwendeten Weisskohl ist der Rotkohl ein beliebtes Exemplar aus der Kohl-Familie. Wirz ist

etwas weicher als Weiss- und Rotkohl und wird darum gern für Kohlrouladen verwendet. Bei den Früchten geben Äpfel und Birnen jetzt den Ton an. Weil die meisten ihrer Vitamine in oder direkt unter der Schale stecken, metzgen wir unser Obst wenn immer möglich ungeschält. ▶

Die Volg-Sekretariats-Mitarbeitende Stefanie Gut kocht leidenschaftlich gern. Verwendet sie dabei Äpfel, pflückt sie sie direkt vom Baum im eigenen Garten.

**MULTI
METZGETE**

Der Kürbis ist ein Künstler in der Küche. Er brilliert nicht nur in der beliebten Kürbissuppe, sondern lässt mit sich eigentlich alles anstellen: im Gratin, auf der Wähe, im Risotto, als Kürbisstock, süss im Kuchen oder sogar als Konfitüre schmeckt er vorzüglich. Gewusst wie, ist das Riesengemüse einfach klein zu kriegen. Zu den beliebtesten Kürbissorten gehören der Hokkaido-, der Butternuss- und der Muskatkürbis. Gewürze, die gut zu vielen Kürbisgerichten passen, sind Muskatnuss, Ingwer, Curry, Zimt und Honig. ▶

Oranger Herbst-Hit

Tipps & Tricks

Der Profi für
heisse Küchentipps:
Jonas Schönberger



- Man unterscheidet zwischen Sommerkürbissen (Spaghettikürbis, Patisson oder Zucchini) und Winterkürbissen sowie Speise- und Zierkürbissen.
- Winterkürbisse zeichnen sich durch eine lange Lagerfähigkeit, ihren Stiel und die harte Schale aus.
- Reife Früchte klingen hohl, wenn man draufklopft.
- Kürbisse trocken bei 10–13 °C lagern.
- Knapp ein Drittel ist bei ganzen Kürbissen Rüstabfall. Daher etwas mehr als die im Rezept benötigte Menge einkaufen.
- Hokkaidokürbis: leuchtend orange, glatte Schale. Für fast alle Zubereitungsarten, insbesondere Suppen geeignet. Die Schale kann nach dem Kochen mitgegessen werden.
- Muskatkürbis: attraktiv gerippte Schale in Dunkelgrün bis Hellbraun, leichtes Aroma nach Muskat, ideal für Chutneys, Konfitüren, Suppen, Süssspeisen.
- Butternuss: birnenförmig, viel Fruchtfleisch, wenig Kerne. Nussig, cremig wie eine Avocado. Geeignet für alle Zubereitungsarten, speziell in Teigen/Massen (Gnocchi, Tätschli), da er viel Stärke und wenig Wasser enthält.

**MULTI
METZGETE**

Ruedi Aberhalden, Volg-Bereichsleiter Beschaffung Food, Near Food und Getränke, kennt sich mit Kürbissen aus. Jedes Jahr wächst in seinem Garten ein etwa 20 Kilogramm schweres Exemplar heran, das er zu Suppe verarbeitet.

Einfach, anders und gut: Die Kürbis-Kartoffel-Tätschli kommen mit wenigen Zutaten aus.

Herbst-Hit hoch zwei: Kürbisragout mit Rippli.



1. Die Spitze eines grossen Messers in einem Brett fixieren. Das gibt einen besseren Halt und macht das Durchschneiden einfacher.



2. Den Kürbis in grobe Schnitze schneiden.



3. Die Schale mit einem grossen Messer vom Körper weg in breiten Streifen abschneiden. Danach den Kürbis mit einem Löffel entkernen.



Stocki zum Untermischen und Maizena zum Wenden braucht es für die Kürbis-Kartoffel-Tätschli.

Tipps & Tricks

- Blut- und Leberwürste möglichst frisch konsumieren.
- Saucisson, Blut- und Leberwürste werden in der Regel in heissem Wasser gar gezogen. Dieses darf nicht kochen, sonst zerplatzen die Würste. Garzeit: Blut-/Leberwurst: ca. 20–30 Min., Saucisson bis zu 50 Min.
- Blut- und Leberwürste können auch enthütet und in Scheiben geschnitten in der Pfanne gebraten werden.
- Klassische Beilagen zur Metzgete sind Sauerkraut, Dörrbohnen, Salzkartoffeln, Apfelstückli und Senf.

Traditionelle Wurst mit originellem Stock: **gebratene Blutwurst auf Birnen-Kartoffel-Stampf.**



Wenn es um die Wurst geht, hat die Metzgete in der Tat ein paar Extrawürste auf Lager. Die Blutwurst ist eine davon. Die älteste Wurstsorte überhaupt ist ein traditionelles Hausmetzgete-Produkt. Zusammen mit der Leberwurst bildet sie das Wurst-Traumpaar für die kalten Herbst- und Wintermonate. Während der Leberanteil in der Leberwurst nur gering ist, ist auch der Name der Berner Zungenwurst irreführend. Zunge enthält die Spezialität nämlich keine. Viel Schweinefleisch und Speck steckt in der etwas groberen Saucisson, eine Spezialität aus der Romandie. ▶

Metzgete mit Extrawurst

Schritt für Schritt Saucisson metzgen



1. Saucisson in mehrere breite Stücke schneiden.



2. Bei jedem Stück die Haut mit einem Rüstmesser abziehen; Wurstfleisch in eine Schüssel geben.



3. Das Wurstfleisch mit einer Gabel zerdrücken.



Stückchenweise Waadtländer Wurst: **Beim Risotto mit Saucisson und Lauch** wird das Wurstfleisch zerdrückt unter den Reis gemischt.



Verena Burkhalter ist auf einem Bauernhof aufgewachsen und war oft dabei, als der Vater selbst metzgete. Heute disponiert sie für Volg Fleisch und Wurstwaren und sorgt dafür, dass immer genug saisonale Produkte an Lager sind.



Die Waadtländer Wurst Saucisson und ein Tessiner Risotto bilden dieses Gericht.

MULTI METZGETE



Jede Woche neue Kochideen

Auf den kostenlosen Rezept-Flyern, die es jede Woche neu in Ihrem Volg zum Mitnehmen gibt, finden Sie viele weitere herbstliche Gerichte. Die Flyer enthalten jeweils ein saisonales Hauptgericht sowie einen Vorschlag für eine Vorspeise oder ein Dessert.

NICHTS WÄRMT
SO GUT WIE EINE
FEINE KNORR
SUPPE



Die Super-Kombination

Von allem etwas und genug für alle: die Schlachtplatte mit diversen Metzgeteprodukten und den passenden Beilagen.



Sauerkraut, Speck, Wädli und Rippli sind nur vier von vielen Produkten für eine Schlachtplatte.



Soll man jetzt das Kotelett nehmen oder ein saftiges Stück Rippli, die rote Blut- oder die bayrische Weisswurst essen? – Wer bei der Metzgete aus dem Vollen schöpfen will, schöpft am besten von der Schlachtplatte. Kombinieren Sie nach Lust und Laune, was das Herz begehrt – Hauptsache deftig. Nebst einem guten Mix von Fleisch- und Wurststücken sind Beilagen wie Sauerkraut, Kartoffeln und Apfelschnitze ein Muss. Und Metzgete-Fans sind sich einig: Erst ein köstliches Stück Speck macht die Schlachtplatte vollkommen. ◀

FÜR
 KURZE ZEIT IM
 VOLG ERHÄLTlich*

*natürliche
 Landliebe*



* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



RAMSEIER steht für
 ✓ 100% Naturreinheit
 ✓ ohne Zuckerzusatz
 ✓ Schweizer Obst



Die Kraft der Natur



Fischgenuss vom Feinsten!

Frisch gefangen, von Hand filetiert und mit einer einzigartigen Saucenkomposition verfeinert – das sind die neuen Gourmet Filets von FINDUS. Die edlen Dorschrückenfilets garen schonend im Dampf und werden so einmalig zart und saftig. Lassen Sie sich von dieser Neuheit aus dem Meer verführen.

EINFACH & bequem

Die Schweizer Sennen waren begeistert, als italienische Arbeiter ihre Pasta in die Schweiz brachten. Das leichtgewichtige Produkt liess sich gut auf die Alp transportieren, war lange haltbar und vielseitig geniessbar. Ihre Lieblingsvariante hatten die Schweizer Äpler bald herausgetüftelt. Sie mischten Eigenprodukte wie Rahm und Käse unter gekochte Maccaroni, reicherten das Ganze mit Kartoffeln und Zwiebeln an und die Äplermaggronen waren geboren. Mit diesem nahrhaften Essen tankten die Bergbauern regelmässig Kraft für die schwere Alparbeit.

WURST MIT SPECK

Stärken kann man sich auch mit einem Schüblig. In der Schweizer Armee bezeichnete man die Wurstspezialität gar als Mobilmachungsschüblig. Die Urvariante ist der geräucherte Bauernschüblig, der aus der bäuerlichen Hausmetzgete hervorgeht. Zu den Grundzutaten eines Schübligs gehören Rind-, Schweinefleisch und Speck. Ursprünglich eroberte der Schüblig als grobe Wurst die Welt. Heute gibt es unter den zahlreichen Schüblig-Varianten aber auch viele Exemplare mit einer feinen Struktur. ▶



Maggronen-Metzgete

Für 8 Stück:

1 P. **Emmentaler-Käse-Schüblig** ins siedende, aber nicht kochende Wasser geben, zudecken, beiseitestellen und ziehen lassen. 1 P. **Äplermaggronen** gemäss Packungsangabe zubereiten. Würste aus dem Wasser nehmen, in Rädchen schneiden, unter die Maggronen mischen, anrichten.

Ein Saftmacher mit «Chust»: die Maggronen-Metzgete.



Schweizer Duo für eine Pasta-Metzgete: Äplermaggronen und Emmentaler-Käse-Schüblig.

Emmentaler-Schüblig-Schub

Den Schweizer Sennen und Bauern sei Dank, gibt es Äplermaggronen und Schüblig, die wir blitzschnell zur Maggronen-Metzgete vereinen.

Weitere einfache Land-Rezpte:

Das Landfrauen Kochbuch mit 120 Rezepten.

In Ihrem Volg.

Volg-Spezialpreis statt Fr. 44.-

nur Fr. **39.90**



Tipps & Tricks

- Schüblige sind als Roh- und Brühwürste erhältlich. Rohschüblige sind geräuchert und werden meist kalt gegessen. Sie sind von dunkler Farbe bis hin zu Schwarz. Brühschüblige werden grilliert oder im siedenden Wasser erhitzt. Sie sind oft angerüchert, was ihnen ein würziges Aroma verleiht.
- Im deutschen Sprachraum sagt man zum Schüblig Speckwurst.
- Schüblig durch Wienerli oder Schweinswürstli ersetzen.
- Klassische Begleiter für einen Schüblig sind Kartoffelsalat, Senf und Bürli.

Zäckerli Huus
BASLER ORIGINAL

JETZT AKTUELL

**GENIESSE DEN MOMENT
GENIESSE DAS ORIGINAL**



* Läckerli au cacao, Läckerli au citron und Rahmtäfel
ev. in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich

www.laeckerli-huus.ch

**VON MEISTERHAND
GEBACKEN**



**NEU
IN IHREM
VOLG**

**MIT BUTTER, EIERN UND
MEHL AUS DEM EMMENTAL**

EINFACH & bequem

Tipps & Tricks

- Zuerst je eine Kugel Vanilleglace auf den Schalen verteilen, Marroni-Metzgete darüber anrichten.
- Birnen aus der Dose anstelle von Herzki-schen verwenden.
- Vermicelles mit Kirsch oder Zwetschgen-wasser aromatisieren.
- Statt Vermicelles aus der Tube einen aufge-tauten Vermicellesblock aus dem Tiefkühler verwenden, oder frisch aus dem Molkekühler.

Marroni-Metzgete

Zutaten für 4 Personen:

4 von 8 **Mini-Meringues** auf 4 Schalen verteilen und leicht zerdrücken, 1 D. **Herzkirschen** abtropfen, ebenfalls auf die Schalen verteilen. 2 Tuben **Vermicelles** darüberpressen, mit **Schlagrahm** und je einer Mini-Meringue verfeinern.



Eben noch als Paste in der Tube, Sekunden später als Marroni-Spaghetti auf dem Teller: Das ist keine Zauberei, sondern eine praktische Erfindung aus der Convenience-Küche – die Vermicelles in der Tube. Während wir Vermicelles eindeutig mit dem typischen Herbstdessert aus Marroni verbinden, sind Vermicelli in Italien dünne Spaghetti, deren Name sich vom italienischen «verme» (dt. Wurm) ableitet. Vermicelles sind typisch schweizerisch wie Fondue oder Rösti. Zusammen mit Mini-Meringues und Herzki-schen zum Würmchen-Türmchen geschichtet, ergeben sie ein herrlich herbstliches Dessert.

Weitere schnelle Gerichte finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch

Marroni-Würmchen-Türmchen

Einfach und süss: unser Marroni-Würmchen-Türmchen.

Die süsseste Seite des Herbsts sind Vermicelles. Drückt man das Marronipüree express aus der Tube, ist die Basis für einen schnellen Dessert-Traum gelegt.



Drei für ein einmalig schnelles Dessert: Mini-Meringues, Herzki-schen aus der Dose und Vermicelles aus der Tube.

Liebevoll gepflegt: Juhir Gashi
bürstet in der Kaltbach-
Sandsteinhöhle den Kaltbach-
Extra-Würzigen.

*Optimales
Höhlenklima*



Fein dank Sonne und Stein



Lediglich 50 Meter lang war die Sandsteinhöhle in Kaltbach ursprünglich. Nach der etappenweisen Erweiterung über die Jahrzehnte umfasst das Höhlenlabyrinth heute 2,3 Kilometer und bietet Platz für 156 000 Käselaike. In der Höhle reift der Käse für die Schweizer Firma Emmi. Bis zu 12 Monate bleiben hier Käse wie Emmentaler AOC, Le Gruyère AOC und Kaltbach Der Extra-Würzige.

**Käse
des Monats**
Kaltbach, der Extra-Würzige
100 g statt Fr. 3.15
Fr. 2.50
Portion 220 g statt Fr. 6.95
Fr. 5.50

**Wein
des Monats**

Watermark
Shiraz-Merlot, 75 cl
statt Fr. 9.50
Fr. 6.90

**Der Watermark Shiraz-Merlot tankt viel
südafrikanische Sonne, der Kaltbach-
Extra-Würzige geniesst die Kühle der
Kaltbachhöhle bei Luzern.**



75 cl, statt Fr. 9.50
Fr. 6.90

Atemberaubende Ausblicke und überragende Felsen: So präsentiert sich das Breede River Valley am Westkap von Afrika, wo der südafrikanische Rotwein Watermark Shiraz-Merlot herkommt. Er wird in Worcester, der Hauptstadt des Tals, auf dem Weingut Overhex gekeltert. Wie Südafrika eine populäre Weinbaunation der Neuen Welt ist, ist Overhex Wines ein Weinkeller der neuen Generation mit viel Innovation. Zwei der beliebtesten Rebsorten geben dem Wein des Monats den Charakter.

Die ursprünglich aus Frankreich stammende Rebsorte Merlot wurde schon 1910 in Südafrika eingeführt, erlebt dort aber momentan eine echte Renaissance. Und die Shiraz-Trauben bekommen im Breede River Valley das, was sie lieben: viel Sonne.

NATÜRLICHES KLIMA

Ein anderes Klima bevorzugt der Kaltbach-Extra-Würzige. In der Kaltbachhöhle, in der er die letzten 100 Tage seiner Reifezeit verbringt, herrschen ganzjährig nur 10 bis 12,5 Grad bei

einer konstanten Luftfeuchtigkeit von 94 Prozent. Und das ganz ohne Hilfe von Technik: Der Sandstein regelt das Klima natürlich. Der höhlengereifte Hartkäse wird in traditionellem Handwerk hergestellt. Dabei werden ausschliesslich natürliche Rohstoffe verarbeitet. Mindestens sechs Monate reift der Käse, nachdem der Laib geformt ist. Der kräftig würzige Käse und der weiche elegante Rotwein ziehen sich nicht zuletzt an, weil sie so gegensätzlich sind – geografisch und geschmacklich.

WATERMARK SHIRAZ-MERLOT 2010

SÜDAFRIKA

FARBE: dunkles Rubinrot.

CHARAKTER: komplexe Aromen von schwarzen Beeren, Lorbeer und dezente Röstaromen von Mokka und Karamell. Weicher Auftakt, langer Abgang.

TRINKREIFE: bis 4 Jahre.

PASST ZU: Sparreribs, Grill- und Wildgerichten, Straussenfleisch, kräftigen Saucengerichten.

GENIESSEN BEI: 16–18 °C.

WEINNotizen

Leichte Weine wie ein Merlot oder ein Pinot Noir sind auch ideale Begleiter zu deftigen Speisen wie einer Metzgete. Ein spritziger Weisswein lockert reichhaltiges Essen ebenfalls auf. Er sollte jedoch über ein intensives Aroma verfügen, sonst geht er bei der würzigen Kost unter.



ZWEIFELT 2011	BARDOLINO DOC 2010	BARBERA D'ASTI DOC MASERETO 2008	CHÂTEAU LATASTE BORDEAUX SUPÉRIEUR AOC 2010	MARQUÉS DE TENA RESERVA DO 2007/2008	LAVAUX AOC 2010	WATERMARK CHENIN BLANC-COLOMBARD 2011
ÖSTERREICH FARBE: kräftiges Rubinrot. CHARAKTER: komplexe, intensive Aromen von schwarzen Kirschen, Holunder und einem Hauch von Gewürzen. Weicher Auftakt, intensiver Abgang. TRINKREIFE: jung trinken, bis 4 Jahre. PASST ZU: Gulasch, Fleischknödel, Wiener Schnitzel, Rehschnitzel, Hartkäse. GENIESSEN BEI: 15–17 °C.	ITALIEN FARBE: Granatrot. CHARAKTER: berühmter Vertreter des Veneto und ein echter Seewein vom Gardasee. Leicht, süffig, apart und köstlich. TRINKREIFE: jung trinken, bis 3 Jahre. PASST ZU: Vorspeisen, div. Fleischgerichten und Grilladen, Pasta, Pizza. GENIESSEN BEI: 14–16 °C. BEWERTUNG: 16,5 Punkte*/Jg. 2010	ITALIEN FARBE: intensives Granatrot. CHARAKTER: lieblicher Auftakt mit Aromen von getrockneten Früchten und Konfitüre. Gute Tanninstruktur, vollmundig und anhaltend. TRINKREIFE: bis 6 Jahre. PASST ZU: Vorspeisen, Fleischgerichten und Grilladen, Risotto, Käse. GENIESSEN BEI: 18 °C. BEWERTUNG: 16,5 Punkte*.	FRANKREICH FARBE: tiefes Dunkelrot. CHARAKTER: typische Aromen von roten Waldbeeren. Schöne Struktur mit gut eingebundenem Gerbstoff. TRINKREIFE: bis 5 Jahre. PASST ZU: rotem Fleisch, Grilladen, Wild, Käseplatten. GENIESSEN BEI: 16–18 °C.	SPANIEN FARBE: dichtes Rubinrot. CHARAKTER: am Gaumen kraftvoll, samtig und elegant. Langer, anhaltender Abgang. TRINKREIFE: bis 8 Jahre. PASST ZU: rotem Fleisch, Braten, Grilladen, Geflügel. GENIESSEN BEI: 18 °C. BEWERTUNG: 16,5 Punkte/Jg. 2007	SCHWEIZ FARBE: blasses Gelb. CHARAKTER: in der Nase fruchtig und blumig. Ein leichter, fruchtiger und bekömmlicher Chasselas. TRINKREIFE: jung trinken, bei guter Lagerung bis 3 Jahre. PASST ZU: Süßwasserfischen, Weichkäse, Käsefondue, Raclette, als Aperitif. GENIESSEN BEI: 8–10 °C. BEWERTUNG: 16,75 Punkte*.	SÜDAFRIKA FARBE: mittleres Gelb. CHARAKTER: Aromen von exotischen Früchten. Weicher Auftakt, mittlerer Körper mit gut eingebundener Säure, erfrischend im Abgang. TRINKREIFE: jung trinken, bis 3 Jahre. PASST ZU: Pouletgerichten, kräftigen Meeresfischen, Langusten, Hummer, Weichkäse, als Aperitif. GENIESSEN BEI: 8–10 °C.

Bewertungen stammen aus dem «Weinseller 11/12» von Chandra Kurt. * = speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis.

MEINE Bestellung Aktion vom 1. bis 27. Oktober 2012, solange Vorrat.

ROTWEINE

- Anzahl 6er-Karton WATERMARK SHIRZ-MERLOT, 75 cl, nur Fr. 41.40 statt Fr. 57.—
- Anzahl 6er-Karton ZWEIFELT, 75 cl, nur Fr. 33.— statt Fr. 45.—
- Anzahl 6er-Karton BARDOLINO DOC, 75 cl, nur Fr. 25.20 statt Fr. 31.20
- Anzahl 6er-Karton BARBERA D'ASTI DOC MASERETO, 75 cl, nur Fr. 35.70 statt Fr. 51.—

- Anzahl 6er-Karton CHÂTEAU LATASTE BORDEAUX SUPÉRIEUR AOC, 75 cl, nur Fr. 47.70 statt Fr. 59.70
- Anzahl 6er-Karton MARQUÉS DE TENA RESERVA DO, 75 cl, nur Fr. 46.80 statt Fr. 58.80

WEISSWEINE

- Anzahl 6er-Karton LAVAUX AOC 75 cl, nur Fr. 57.— statt Fr. 71.40
- Anzahl 6er-Karton WATERMARK CHENIN BLANC-COLOMBARD, 75 cl, nur Fr. 39.— statt Fr. 53.40

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 1. bis 27. Oktober 2012, solange Vorrat.

Als der Urgrossvater von Daniel Schöni 1920 begann, Sauerkraut herzustellen, tat er dies bei sich zu Hause in Holzbottichen und fuhr das fertige Kraut mit dem Velo zur Kundschaft im Oberaargau. Hand- und Fussarbeit ist auch über 90 Jahre später bei der Firma Schöni Swissfresh im bernischen Oberbipp gefragt. Im grossen Gärbottich verteilt ein Mitarbeiter den fein gehobelten Chabis manuell mit einem Rechen so, dass er überall kompakt liegt.

VON FUSS GESTAMPFT

Dabei helfen ihm – wie anno dazumal bei Uropa Schöni – seine Füsse, die in Gummistiefeln stecken und laufend das Kraut stampfen. «Kommt zuviel Luft zwischen das Kraut, wird es grau», erklärt Betriebsleiter Walter Heer. Zwei solcher Bottiche à je 30 Tonnen werden pro Tag produziert, deren Inhalt danach je nach Chabis-Sorte und Saison bis zu vier Monate zum feinen Kraut gären.

NATÜRLICHE ZUTATEN

Gekonntes Handwerk – vom präzisen Herausschneiden des Strunks bis zum Würzen des Krauts – ist für Inhaber Daniel Schöni eines der Erfolgsgeheimnisse seines Sauerkrauts.

60 Tonnen Schweizer Chabisse, frisch vom Feld, werden in Oberbipp (BE) bei Schöni Swissfresh jeden Tag mit viel Handarbeit zu mildem Sauerkraut verarbeitet.

Was lange gärt, wird richtig gut

Ein weiteres liegt im Gaumen der Mitarbeitenden. Denn Chabis ist nicht gleich Chabis. «Ein Sommerchabis ist anders als ein Winterchabis», erklärt er. Dass man aus jedem Chabis ein gutes Kraut macht, das nicht zu sauer, sondern schön mild schmeckt, ist ein Handwerk, das man verstehen muss. Gearbeitet wird nur mit natürlichen Rohstoffen, wie Wacholderbeeren, Gewürzen oder Apfelmus. Sogar die Wärmezufuhr im Betrieb ist Natur pur: Gekocht wird das Kraut mit Schnitzelheizung aus Holz der Burgergemeinde Oberbipp – also vollkommen CO₂-neutral.»



1. Die Bauern aus der Umgebung liefern die gerüsteten Chabisköpfe direkt zur Schöni Swissfresh.



2. Täglich werden 60 Tonnen Schweizer Chabisköpfe verarbeitet. Zuerst wird der Strunk herausgeschnitten.



3. Der gehobelte und gesalzene Kohl wird im Gärbottich per Fuss gestampft. Mit einer Gabel wird der Chabis so verteilt, dass er überall kompakt liegt.



4. Das vergärrte Sauerkraut wird gekocht, mit Gewürzen, Wein und Wacholderbeeren abgeschmeckt und noch heiss abgefüllt.

Treue Seelen

70 Mitarbeitende sind bei der Schöni Swissfresh in Oberbipp und Mühlethurnen tätig und produzieren Sauerkraut-Spezialitäten, Rotkraut, Randensalat und Apfelmus. Mit Inhaber Daniel Schöni ist bereits die 4. Generation am Ruder. Viele Angestellte arbeiten bereits seit Jahrzehnten im Betrieb – trotz einer Standortverlegung im Jahr 2008 von Hinwil nach Oberbipp: Gut die Hälfte der Mitarbeitenden zog mit ihren Familien in den Oberaargau und ist der Firma treu geblieben.

© ISE
LADE
TIPP

Inhaber Daniel Schöni (r.) und Geschäftsführer Walter Heer von Schöni Swissfresh: «Die Volg-Kundschaft mag unser Sauerkraut offenbar besonders. Volg hat einen überdurchschnittlichen Sauerkraut-Absatz. Überdurchschnittlich gut passt auch Volg zu uns und wir zu Volg: mit seinen vielen Läden auf dem Land, der Verbundenheit zur Landwirtschaft und der Schweiz.»

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 Entscheid für «Typisch Schweiz – typisch Volg»-Artikel sichert Arbeitsplätze in der Schweiz.

Typisch
Schweiz
Typisch
Volg +





Schweiz. Natürlich.

WEIL DIE ZUKUNFT HEUTE BEGINNT...

... setzen wir jetzt schon auf eine ökologisch und ökonomisch ausgewogene Landwirtschaft. Daraus produzieren wir IP-SUISSE Mehl, welches bei HIESTAND mit traditionellem Bäckerhandwerk zu hochwertigen, glustigen und knusprigen Brotspezialitäten verarbeitet wird. Aus Liebe zum Genuss.

Hiestand[®] 
OFENFRISCH GENIESSEN



Die Weinspezialitäten der Familie Zanolari von Plozza Vini sind international anerkannt, Kult bei Kennern und stehen für innovative Veltliner Weine.

Mit Kreativität gekeltert

Steil und sonnig

Vor über 2000 Jahren schufen die Weinbauern in den steilen, sonnenverwöhnten Hängen des Veltlins mit 2500 Kilometern Trockenmauerwerk eines der grössten terrassierten Weinbaugebiete der Welt. Die Hänge sind mit einem Gefälle von bis zu 60 Prozent derart steil, dass die Arbeiten im Rebberg fast ausschliesslich von Hand bewältigt werden müssen. Dies bringt einen Arbeitsaufwand von 1400 Stunden pro Hektare Rebland und Jahr mit sich. Im Vergleich: Rebbauern in Australien benötigen dafür nur 40 Stunden.



Der Rosso di Valtellina passt zu grilliertem Fleisch, kalten Platten, Speck mit Bohnen und Salami. Trinkreife: bis 8 Jahre. Serviertemperatur: 16–18 Grad.

Der fruchtige Rosso di Valtellina mit seiner granatroten Farbe und dem herrlichen Duft von Wald- und Johannisbeeren ist nur einer von vielen edlen Tropfen, die Plozza Vini in Brusio mit viel Hingabe keltert. Er steht wie alle anderen Weine der Familie Zanolari für innovative Weinkultur aus dem Veltlin und gehört mit Fr. 9.90 zu den preiswertesten Tropfen aus diesem bekannten Weinbaugebiet. Bei Plozza Vini ist Kreativität seit jeher ein wichtiger Faktor. So gehörte das Unternehmen zu den Pionieren bei den Sforzato-Produkten und brachte 1946 als Erstes den Sforzato in den Handel. Auch heute noch ist man bei Plozza Vini bestrebt, immer wieder neue und andere Valtellini zu kreieren.

ZEIT ZUM REIFEN

Nebst Leidenschaft und Kreativität sind Zeit und optimale Ausbaumöglichkeiten entscheidend. Aus diesem Grund keltert man bei Plozza Vini die Weine seit dem Jahr 2000 nur noch in Gärtanks der neuesten Generation. Danach reifen sie vorwiegend in Kastanienfässern oder Barriques.

PLOZZA
V I N I · B R U S I O

Für Ihre nächste Glanzleistung.

Erzielen Sie glänzende Resultate mit den Reinigern der Volg-Hausmarke. Küche, Bad und Böden strahlen hygienisch sauber um die Wette. Reichen Sie Glanzleistung an Glanzleistung beim Entkalken, Reinigen und Spülen. Mit den sanften Kraftpaketen bringen Sie Ihren Haushalt in Windeseile auf Volg-Glanz.

Volg Hausmarken.
Ist doch naheliegend.





Stefan Näf (links), und Thomas Bayoux, Mitglieder der Bauleitung Losinger Marazzi AG, freuen sich über den 40-Millionen-Ausbau des Verteilzentrums Winterthur.



Mehr Platz und optimierte Warenflüsse: Dank dem Ausbau der Logistikplattform können die 145 Mitarbeiter am Volg Stammsitz Winterthur ihre Kunden noch besser beliefern.

Für die Zukunft

der Dorfläden

Die Volg-Gruppe ist in den letzten Jahren stark gewachsen. Damit alle Verkaufsstellen von Winterthur aus beliefert werden können, investierte der Detailhändler in die Erweiterung der Verteilzentrale.

Über 5500 verschiedene Artikel werden am Volg-Stammsitz in Winterthur angeliefert, kommissioniert und anschliessend an die Verkaufsstellen ausgeliefert. Seit der Inbetriebnahme der Logistikplattform im Jahr 1994 hat sich das Belieferungsvolumen dabei mehr als verdoppelt. Kein Wunder, dass das Verteilzentrum an seine Kapazitätsgrenzen gestossen ist. Volg investierte deshalb rund 40 Millionen Franken für den Ausbau. Entstanden ist ein hochmoderner Rüst- und Lagerbetrieb.

WICHTIGER MEILENSTEIN

In diesen Tagen nimmt nun die erweiterte Verteilzentrale nach rund anderthalbjähriger Bauzeit pünktlich den Betrieb auf – für Stefan Näf, Geschäftsleitung

Logistik/Informatik, ein wichtiger Meilenstein: «Mit dem Ausbau können auch zukünftig alle Verkaufsstellen vom Standort Winterthur aus mit ungekühlten Lebensmitteln und Near-Food-Artikeln beliefert werden. Damit sind wir auch für eine weitere Expansion unseres Verkaufstellennetzes optimal gerüstet.» Dank der neuen Plattform werden auch die Warenflüsse optimiert. Den 145 Betriebsmitarbeitern, die täglich dafür sorgen, dass die Regale in den Volg-Läden immer gefüllt sind, steht nicht nur viel mehr Platz zur Verfügung, sondern ihre Arbeitsabläufe werden auch vereinfacht.

SONNE LIEFERT STROM

Zukunftsgerichtet ist auch das Energiekonzept: Auf dem Dach des Neubaus ist eine Solar-

stromanlage installiert, die pro Jahr rund 300000 kWh Strom liefert und künftig einen Fünftel des Strombedarfs der gesamten Verteilzentrale deckt. «Etwa 70 Einfamilienhäuser könnten so mit Strom versorgt werden», erklärt Erwin Stöckli, Leiter des Bauprojekts. «Mit einer Fläche von 5500 Quadratmetern ist unsere Photovoltaikanlage gegenwärtig sogar die grösste in Winterthur.» ◀



5500 Quadratmeter für Solarstrom: Erwin Stöckli zeigt stolz die grösste Photovoltaikanlage Winterthurs.



Die absolute ERFRISCHUNG



Aktionsangebot gültig vom 15.10. – 20.10.2012





Twin-Pollux-Messerblock aus Buche natur, mit 1 Haushaltsschere und 8 verschiedenen Messern



Salz- und Pfeffermühlen-Set, Edelstahl



Den Info-Flyer und Sammelkarten für die Volg-Treueaktion gibt es ab sofort in Ihrem Volg.

Steakmesser-Set, 4-teilig

Sparen mit Stil und Edelstahl

Punkte sammeln und bei jedem Essen punkten: Bei der Volg-Treueaktion können Sie ab dem 1. Oktober edles Besteck von Zwilling bis zu 78 Prozent günstiger erstehen.

U nser Dankeschön für Ihre Treue fällt dieses Jahr überaus edel aus. Mit dem qualitativ hochwertigen Besteck von Zwilling wird jedes Essen zum besonderen Erlebnis. Bei der neuen Volg-Treueaktion kommen Geniesser mit Stil voll auf ihre Kosten: Sie sparen bis zu 78 Prozent auf Besteck des deutschen Traditionsunternehmens Zwilling. Vom 1. Oktober 2012 bis zum 16. Februar 2013 gibt es wieder für jeden vollen 10-Franken-Einkauf in Ihrem Dorfladen einen Treuepunkt. Bereits mit 10 Punkten können Sie profitieren und einen Tortenheber oder ein 4-teiliges Kinderbesteck erstehen. Ab

20 Punkten erwartet Sie dann das ganze Besteck-Spektrum: Menü-, Salat- und Servierbesteck, Kuchengabel und Suppenschöpfer.

GOLDENE KÜCHENZEITEN

Für Schnitt und Würze sorgen die Goldangebote: Ab 40 Punkten profitieren besonders treue Kunden von einem Steakmesser- oder einem Salz- und Pfeffermühlen-Set sowie ab 60 Punkten von einem Messerblock zum Spezialpreis. Bei allen Angeboten der Treueaktion gibt es 49 bis 78 Prozent Ermässigung auf den Normalpreis. Die Punkte können bis zum 2. März 2013 im Volg eingelöst werden.



Kinderbesteck, 4-teilig*

Menübesteck, 4-teilig*

Tortenheber*



ZWILLING J.A.HENCKELS

* 18/10 Edelstahl, Spülmaschinen-geeignet



**Neu: das Schweizer-Käse-Brett
zum Schweizer-Käse-Messer.
Nur auf schweizerkäse.ch**



Esst Schweizer Käse.

www.switzerland-cheese.ch

Schweiz. Natürlich.

Demnächst auf **3+**

ÖISI CHUCHI

DI FRISCH UND FRÜNDLICH
(HOCHSENDIG VOM VOLG)

Kocht für die Familie und die Gäste in der Besenbeiz: Katja Waldmeier aus Trasadingen.



Frau Waldmeier, wie schnell kommen Sie im Klettgau an die Grenze?

In Nullkommanichts. Schliesslich grenzt unser Dorf direkt an Deutschland. Das merkt man im Alltag aber kaum, der Kontakt ist völlig unkompliziert.

Und wo liegen in der Küche Ihre Grenzen?

Mein Mann und ich führen gemeinsam mit dem Schwiegervater hier im Schaffhausischen einen Weinbaubetrieb. Asiatische Gerichte würde ich meinen Gästen daher nie aufstellen. Bei uns gibt es eine unkomplizierte einheimische Küche.

Kochen Sie oft für Gäste?

Wir haben eine Besenbeiz, in der ich Gruppen bis zu 40 Personen bewirte. Zudem kann man bei uns im Fasshotel übernachten.

Im Fasshotel?

Das sind vier riesige Eichenfässer, die im Innern 24 heimelige Schlafplätze bieten.

Was schätzen Sie am Volg im Nachbardorf Wilchingen?

Ich kaufe mehrmals in der Woche dort ein, weil ich an einem Ort alles bekomme oder bestellen kann, was ich brauche. Das erspart mir viel Fahrerei. ◀



Katja kocht

kompromisslos

Herbstliche Köstlichkeiten tischt Katja Waldmeier aus dem Klettgau in «Öisi Chuchi» auf. Kochen ist für die zweifache Mutter Beruf und Leidenschaft.

Katja Waldmeier kocht: Cremiges Pilzragout

Zutaten für 4 Personen:

400 g saisonale Pilze
½ Zwiebel
Bratbutter
Salz und Pfeffer
2 TL Tomatenpüree
1 dl Weisswein
1 dl Bouillon
1,8 dl Saucenrahm
Thymian

Zubereitung

1. Pilze putzen und rüsten.
2. Eine gehackte Zwiebel in Butter andünsten. Pilze begeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und 2 EL Tomatenpüree dazugeben.
3. Mit Weisswein und Bouillon ablöschen.
4. Saucenrahm begeben, würzen und auf kleiner Flamme köcheln lassen, bis eine cremige Konsistenz entsteht.

Zubereitung: 30 Minuten

Die Rezepte für die Polenta und das Zimtparfait mit Rotweinzwetschgen finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch

Vollendetes Aroma – vollendeter Genuss!



MORE & MORE

Kleines Land, grosse Käse! Auf ihren Käse kann die Schweiz stolz sein. Weil der passende edle Tropfen den Genuss verdoppelt, vermählen wir Schweizer Weine und Schweizer Käse zu Traumpaaren.



Traumpaar Wein und Käse

Rund 21 Kilogramm Käse geniesst jede Schweizerin und jeder Schweizer pro Jahr. Wählen kann man dabei unter über 450 verschiedenen einheimischen Käsesorten von A wie Aargauer Traum bis Z wie Ziger. Für die rund 180 000 Tonnen Käse, den kleine und grosse Käsereien der Schweiz

jährlich herstellen, wird knapp die Hälfte der abgelieferten Milch verarbeitet. Einen kleinen Überblick über die grossartige Käsewelt der Schweiz mit feinen Kochideen zeigen wir Ihnen auf den nächsten Seiten. Und weil Wein und Käse das perfekte Paar sind, fehlt der dazu passende Tropfen nicht. ▶



Seminar «Käse und Wein»

Di, 20.11., Dorfrotte Wiesendangen (ZH)
Kursleitung: Kurt Feser, Matthias Kündig
Infos: www.volgweine.ch

Herr Kündig, warum passen Käse und Wein so gut zusammen?

Beide stehen für Genuss, beide sind Landwirtschaftsprodukte und können darum von ihrem Territorium her gut kombiniert werden. Es gibt aber auch Wein- und Käse-Paare, die gar nicht zusammenpassen.



Matthias Kündig,
Maître Fromager
www.bonfromage.ch

Was kann eine falsche Kombination auslösen?

Wählt man zu einem reifen Rohmilch-Brie mit einem stärkeren Ammoniakgeruch einen gerbstoffreichen Wein, schmeckt der Wein bitter. Trinkt man zu einem leichten Weisschimmelkäse einen kräftigen Wein, erdrückt er den Käse.

Passt ein Weisswein grundsätzlich besser?

In der Schweiz wird oft Weisswein zum Käse serviert. Im Ausland erhält man meist ein Glas Rotwein. Kurzum: Beides passt. Massgebend ist vielmehr die Tageszeit. Zu einem Vesperplättli am Nachmittag würde ich eher einen Weisswein servieren, am späteren Abend passt ein kräftiger Rotwein besser. Für den Käse gilt dasselbe: Zu späterer Stunde dürfen kräftigere Käse aufgetischt werden.

Haben Sie noch eine Faustregel?

Rotwein passt eher zu rotgeschmiertem Käse, Weiss- und Süssweine passen eher zu Weisschimmelkäse. Zu einem einfachen Käse lieber einen einfachen Wein wählen. Zu einer Käsespezialität darf auch der Wein eine Spezialität sein.

«Je später der Abend, desto schwerer der Wein»

Appenzeller-Kugeln

Für 12 Kugeln:

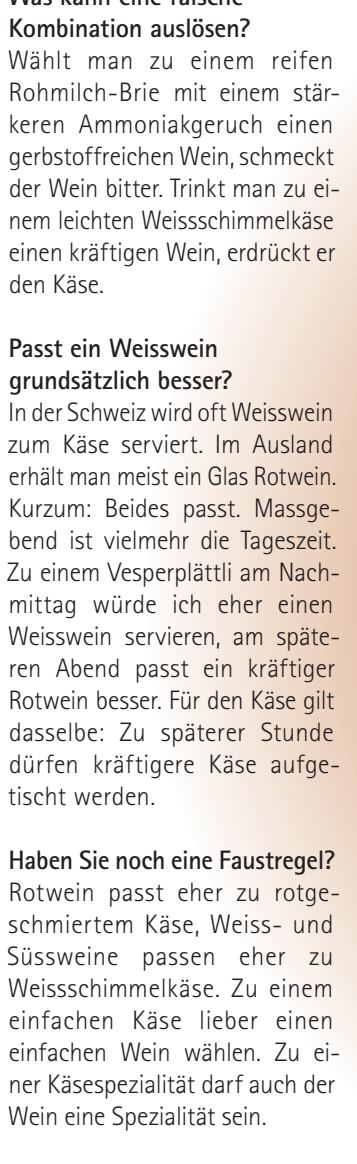
1 P. Stocki gemäss Packungsangabe zubereiten, etwas abkühlen lassen. 200 g Appenzeller surchoix in kleine Würfel schneiden, 2 Eigelbe dazugeben und unter den Stocki mischen. Mit dem Glaceportionierer Kugeln formen, in etwas Mehl wenden, durch 1 verquirltes Ei ziehen, in etwas Paniermehl wenden. In einer Pfanne genügend Öl erhitzen, Kugeln darin goldbraun frittieren.



Sbrinz-Espuma

Für 4 Personen:

2,5 dl Rahm, 150 g geriebener Sbrinz und 1 Ei über dem Wasserbad zu einer cremigen Masse aufschlagen. Durchs Sieb passieren, in einen Rahmbläser füllen, kalt stellen. Nach 30 Min. Bläser aus dem Kühlschrank nehmen, Deckel aufsetzen, mit einer Kapsel füllen, schütteln und in kleine Gläser dressieren.



Käse der Nation

Es wird zwischen Frisch-, Weich-, Halbhart-, Hart- und Extrahartkäse unterschieden. Der Emmentaler AOC und Le Gruyère AOC gehören zusammen mit dem Sbrinz AOC zu unseren wichtigsten Käsen im In- und Ausland. Bei einem Käse mit dem Qualitätszeichen AOC stammt die Milch aus einer klar definierten Region, wird dort verkäst und gepflegt.

Bekannte nationale Käse:

Appenzeller, Emmentaler, Freiburger Vacherin, Gruyère, Sbrinz, Tête de Moine.

Der Merlot Selezione d'Autore hat eine leicht pfeffrige Note und ergänzt den würzigen Sbrinz optimal.



Wer schon einmal einen Volg fernab seines Dorfes besucht hat und dort einen Blick aufs Käsesortiment geworfen hat, weiss: Es liegt dort so manche feine Käsespezialität, die es im Volg zuhause nicht gibt – von kantonalen Erzeugnissen bis hin zu lokalen Produkten, die mit dem Label

«Feins vom Dorf» gekennzeichnet sind. Eine schweizweite Besonderheit sind Alpkäse. Sie werden nur während der Sommermonate direkt auf der Alp aus Milch von Kühen, die auf der Alp sommern, gekäst. ▶

Weitere Lokalspezialitäten

Luzerner Rahmkäse, St. Galler Klosterkäse, Thurgauer Rahmkäse, Bündner Bergkäse, Volg Dorfchäs.

Lokalgrössen zum Geniessen



Spannender Kontrast: ein pikanter Käse wie der Scharfe Maxx und ein fruchtbetonter Wein wie der Salvagnin Feu Sacré.



Aargauer-Traum-Tarte-Tatin

Für 1 Kuchenblech von 24 cm Ø: Kuchenblechboden mit **Zucker** knapp bedecken, 1 Pr. **Salz** und 2 EL **Aceto balsamico** darübergeben. Im Ofen bei 200 °C 5 Min. karamellisieren. 200 g feingeschnittener **Rosenkohl** gleichmässig über dem Karamell verteilen, 50 g **Butter** in Flocken darüber verteilen, für 15 Min. in den Ofen geben. Herausnehmen, 150 g geriebenen **Aargauer Traum** über dem Rosenkohl verteilen, mit 1 rund ausgewallten **Blätterteig** bedecken, Rand andrücken, Teig mit einer Gabel gut einstechen. 15 Min. fertig backen. Tarte aus dem Ofen nehmen, auf einen Teller stürzen, bedeckt ca. 5 Min. abstellen lassen. Kuchenblech entfernen, Tarte sofort servieren.

Tipp: Käse gekühlt verarbeiten.

Scharfer-Maxx-Krapfen

Für 4 Personen:

8 dl **Wasser** mit 280 g **Butter** und 4 Pr. **Salz** aufkochen. 560 g **Mehl** im Sturz begeben. Mit einer Kelle rühren, bis sich der Teig als Klumpen vom Pfannenboden löst und sich am Boden ein feiner Belag bildet. Teig in Schüssel geben, abkühlen lassen, bis er handwarm ist. 4 **Eier** nacheinander unter den Teig rühren. 200 g **Scharfen Maxx** in kleine Würfel schneiden, unter den Teig mischen. Mit zwei Esslöffeln Nocken formen und auf Backpapierstreifen absetzen. In einem Topf **Frittieröl** erhitzen, Nocken auf dem Backpapier ins Öl geben, Papierstreifen entfernen. Nocken goldgelb ausbacken.

Tipp: Fertige Nocken im Ofen warm stellen. Zum Apero oder mit Salat servieren.

Buure-Fondue

Für 4 Personen:

800 g Käsefondue-Mischung gemäss Packungsangabe zubereiten, 1 Buureschüblig, 5 Silberzwiebeln und 3 Essiggurken fein schneiden, ins Fondue geben, servieren.

Käseschnitte

Für 4 Personen:

4 Sch. Brot vom Vortag auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, mit etwas Weisswein beträufeln. 500 g gemischten Käse reiben, mit 1 EL Maizena, 1,5 dl Weisswein, 2 gepressten Knoblauchzehen und 1 EL gehackten Kräutern vermischen, mit Pfeffer würzen. Masse auf Brotscheiben streichen, im Ofen bei 200 °C 15 Min. backen.



Rührend und zum Dahinschmelzen

Käse zum Schmelzen

Fondue, Raclette, Käsekuchenmischung, Schmelzkäsescheiben

Beim allerersten Fondue dürfte man den bekannten Slogan «Figugegl» – Fondue isch guet und git e gueti Luune – noch nicht jauchzend gen Himmel gerufen haben. Es bestand nämlich nur aus Gruyère, Eiern und Butter. Das erste richtige Fondue entstand hoch oben auf den Bergen, wo die Sennen Brot in ihren geschmolzenen Alpkäse tauchten. Dass das Fondue heute ein Schweizer Nationalgericht ist, haben wir dem Militär zu verdanken. Dort kamen die Männer öfters in den Genuss eines Käsefondues und trugen die gesellige kulinarische Idee nach Hause in ihre Familien, wo Fonduekochen dann wirklich reine Männersache war!

Auch beim Wein gilt: Ruhig einmal Neues ausprobieren. Auch ein frischer Rosé wie der Ceil-de-Perdrix Nid d'Amour mundet zum Fondue.



Weich und cremig ist sein Teig, mild bis kräftig sein Aroma. Weichkäse reift meist innert weniger Wochen. Je länger er reift, desto rezenter schmeckt er. Den Softie unter den Käsen gibt es in zwei Sorten. Als Weisseschimmelkäse mit einer weissen, samtigen

Rinde oder als mit Salzwasser geschmierten Weichkäse mit einer bräunlichen Rinde. Bei letzteren ist der Vacherin Mont d'Or AOC der Star. Er trägt traditionell den unverkennbaren Ring aus Tannenholz. Weichkäse sind speziell als Dessert- oder gebackener Käse geschätzt. ▶

Beliebte Weichkäse

Tommes, Camembert, Vacherin Mont d'Or AOC, Volg Brie

Verführerische Softies

Zu einem milden Weichkäse wie dem Volg Brie passt ein nicht zu dominanter, aber fruchtig-eleganter Weisswein wie der Goldbeere Riesling-Silvaner.

Gefüllte «Hohle Gasse»

Für 1 Stück:

1 Käse «Hohle Gasse» horizontal halbieren. 3 entsteinte Oliven, 3 getrocknete Tomaten aus dem Öl und 5 Kapern auf einem Küchenpapier fein hacken. Mit 50 g Züger-Kräuter-Frischkäse vermischen, auf die untere Hälfte des Käses streichen, die obere Hälfte aufsetzen und etwas andrücken. In Frischhaltefolie einpacken, über Nacht kühl stellen. Den gefüllten Käse zum Apéro oder als Dessert-Käse servieren.

Brie-Birne auf Toast

Für 4 Personen:

2 Birnen halbieren, entkernen, in feine Spalten schneiden. 4 Sch. Toastbrot auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, Birnen auf Toast verteilen, 200 g Volg Brie in Scheiben schneiden, Birnen damit bedecken. Im Backofen bei 200 °C Oberhitze backen, bis der Käse Blasen wirft. Mit schwarzem Pfeffer aus der Mühle würzen, sofort servieren.



GEWINNE
007™
WEEKEND
 UND MEHR!

SKYFALL
 007™
 ONLY IN CINEMAS

© The Coca-Cola Company. Coca-Cola, Coke zero, the Contour Bottle and the Dynamic Ribbon Device are registered trademarks of The Coca-Cola Company. Teilnahme auf jeder 0.5 L & 1.5 L PET. Kein Kaufzwang. Gratistilnahme unter 0848 80800. SKYFALL © 2012 Danjaq, United Artists, CPII. 007 and related James Bond Trademarks, TM Danjaq.

La Toscana

Buitoni
La Toscana
 PROSCIUTTO E FUNGHI

Buitoni
La Toscana
 CALABRESI SALAMI

Buitoni
La Toscana

EXTRA KNUSPRIG
 EXTRA FRISCH

Buitoni®

* in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

Frischkäse-Roulade

Für 1 Roulade:

250 g gemischten Käse (z.B. Resten von der Käseplatte) klein hacken, mit 100 g **Kräuterfrischkäse** vermischen, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. 8 **Sbrinz-Rollen** auf einer Frischhaltefolie überlappend auslegen. Käsemasse sorgfältig auf den ausgelegten Käse streichen. Satt einrollen, über Nacht kühl stellen. Mit einem scharfen Messer Scheiben schneiden, auf Brot oder Toast servieren.



Weitere Kochideen mit Käse finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch

Hüttenkäse-Hackfleischspieß

Für 4 Personen:

500 g **Hackfleisch** mit 1 gehackten **Zwiebel**, 5 EL **Hüttenkäse** und 1 EL **Essig** vermischen, mit **Salz**, **Pfeffer** und **Thymian** würzen. Aus der Masse 8 Hackspiesse formen. Auf Holzspiesse stecken. In der Bratpfanne 1 EL **Bratbutter** erhitzen, Hackspiesse rundum gut anbraten. Im Ofen bei 80 °C warm stellen, bis alle Spiesse gebraten sind, servieren.

Feines für den Frische-Kick

Die frischesten Käse sind die ältesten. Es wird angenommen, dass bereits die Bauern aus der Mittelsteinzeit aus Sauermilch Frischkäse produzierten. Ein Frischkäse heisst so, weil er frisch nach der Herstellung ganz ohne Reifung geniessbereit ist. Ein milder Geschmack und eine weiche bis cremige Konsistenz gehören zum Grundcharakter der meisten Frischkäse. Sie eignen sich daher zum Verfeinern von Suppen, Salaten und sogar Desserts, für Gratin und Quiches und natürlich als Brotaufstrich.

Beliebte Frischkäse

Hüttenkäse, Mozzarella, Quark, Kräuter-Frischkäse, Glarner Ziger.

Frischkäse wie Hüttenkäse harmoniert mit fruchtbetonten Weinen mit dezenter Säure wie dem Fendant AOC Valais.



www.osram.ch



Foto: Rainer Pehfeld

Bringen Sie Standardlampen aus der Fassung!

Die Ära der Glühlampe ist Geschichte!

Dank OSRAM gibt es für alte Glühlampen zum Glück bereits einen 100-prozentigen 1:1 Ersatz: **HALOGEN ECO** bietet jetzt brillante Alternativen zu herkömmlichen Glüh- und Stiftsockellampen.

Sparen Sie Strom und schonen Sie Ihren Geldbeutel mit umweltfreundlichem Licht.

Ein gutes Gefühl! – mit OSRAM



**HALOGEN
ECO**

SEE THE WORLD IN A NEW LIGHT

OSRAM

Palmolive

Erleben Sie ein herrliches Duschvergnügen

JETZT MIT
10% EINFÜHRUNGS-
RABATT



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Palmolive Naturals Kokos & Feuchtigkeitsmilch ist neu im Volg ab 22.10.2012 erhältlich; Angebot gültig solange Vorrat

Der Käse-Countdown läuft: Ab November ist der beste Rote Tilsiter, der «MeisterTilsiter 2012», wieder für kurze Zeit im Volg erhältlich.

Wettbewerb

An welcher Schweizer Messe wird der MeisterTilsiter 2012 prämiert?

- A BEA Bern
- B OLMA St. Gallen
- C MUBA Basel

1. Preis
im Wert von Fr. 4000.–

Eine Fahrt im Heissluftballon für 6 Personen, mit Brunch und Besichtigung des Holzhofs in Tilsit

2.–6. Preis
im Wert von je Fr. 180.–

Ein Gutschein für einen Gleitschirm-Schnupperflug



7.–20. Preis
im Wert von je Fr. 100.–

1 Laib MeisterTilsiter und 1 Picknick-Set

21.–50. Preis
im Wert von je Fr. 40.–

Ein halber Laib MeisterTilsiter

Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 24. Oktober 2012 unter www.volg.ch/volg-magazine

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

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

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

Höhenflug für Käseliebhaber



Ein Meister im Geschmack: Der «MeisterTilsiter 2012» ist ab November im Volg erhältlich – es hat, solange's hat.

Gut sind sie alle – nur einer aber kann der Meister werden: An der 70. Olma vom 11. bis 21. Oktober 2012 wird der feinste Rote Tilsiter prämiert. Während des ganzen Jahres unterziehen Tilsiter-Taxationsexperten die Käsereien bei der Herstellung des Roten Tilsiters einer strengen Qualitätskontrolle. Aus den besten Käsereien werden die fünf Finalisten ermittelt,

welche ihre Meisterwerke in einer Publikums-Blinddegustation an der Olma präsentieren. Über 12000 Olma-Besucher entscheiden letztes Jahr mit gutem Geschmack, wer den besten Roten Tilsiter käst.

MITSTIMMEN UND GEWINNEN

Auch dieses Jahr ist wieder jeder herzlich eingeladen, die

Tilsiter
SWITZERLAND 
Das Original seit 1893.

Hoch hinaus geht es auch für den Wettbewerbsgewinner. Es winkt eine Fahrt im Tilsiter-Heissluftballon.

DIE WELT VON **RED BULL** IN IHREN HÄNDEN.



**6-PACK
INKLUSIVE
4-MONATS
PROBEABO**

Ob Sport, Musik, Kunst, Reisen oder Lifestyle –
The Red Bulletin vereint die Welt von Red Bull in einem Magazin.

www.redbulletin.ch/nimmich

RED BULL VERLEIHT FLÜÜÜGEL.

Müde und schlapp? – Dann gilt «Think pink!»: Die neuen rosafarbenen Volg Traubenzucker Himbeere liefern sofort neuen Schwung.

Die rosarote Power



Schnell neuer Schwung: Mit dem Volg Traubenzucker geht es bei einem Durchhänger sofort wieder aufwärts.

neu



200 g
Fr. 2.10

Extra fruchtig: Der Volg Traubenzucker Himbeere ist reich an Vitamin C und wird in der Schweiz hergestellt.

Rund und rosa präsentiert sich der neue Volg Traubenzucker Himbeere. Die herzigen Traubenzucker-Dragees haben jedoch kräftig was drauf: Sie sind feine und fruchtige Lieferanten von Sofortenergie. Ihr Geheimnis ist wortwörtlich simpel: Weil Traubenzucker – auch Glukose genannt – eine einfache Struktur hat, kann der Körper ihn blitzschnell aufnehmen. Der Volg Traubenzucker im beliebten

Himbeeraroma ist zudem reich an Vitamin C und extra fruchtig.

ENERGIE ZUM MITNEHMEN

Ein Durchhänger im Büro oder beim Lernen, als Zusatzelan vor dem Sport oder auf der Wanderung: Wer sich schlapp oder unkonzentriert fühlt, hat mit dem Volg Traubenzucker Himbeere in der praktischen wiederverschliessbaren Verpackung jederzeit kleine Helfer zur Hand. ◀

Kägi fret ist seit über 50 Jahren beliebt bei Gross und Klein. Jetzt ist die Schweizer Waffelspezialität im praktischen 25-Gramm-Riegel erhältlich.

Süsse Stärkung für unterwegs

Vierfach fein:
Kägi fret, 4 x 25 g

Fr. 2.35

statt Fr. 2.65

Wenn Otto Kägi senior vor über 70 Jahren seine von Hand gefertigten Biskuits, Biberli und Gipfeli von der Konditorei in Lichtensteig per Velo zu den Kunden fuhr, hätte er gewiss ein paar handliche Kägi-fret-Riegel eingesteckt, um sich unterwegs auf feinste Weise zu stärken. Die mit Milkschokolade überzogenen Waffelspezialitäten wurden jedoch erst etwas später erfunden. Nach

langen Rezeptversuchen und technischen Vorbereitungen verliessen 1958 die ersten Kägi frets den Betrieb im Toggenburg. Sie sind nach der Gründerfamilie Kägi und dem französischen Wort «gaufrette» (dt. Waffel) benannt.

ALLES HAUSGEMACHT

Für die Herstellung nach traditionellem Rezept werden nur hochwertige, edle und naturreine Zutaten verwendet. Von den

Waffelblättern über die Füllung bis hin zur Schokolade ist alles hausgemacht. Neu ist die süsse Zwischenverpflegung auch als praktischer 25-Gramm-Riegel erhältlich – im Viererpack für die ganze Familie. Perfekt für die nächste Schulreise, die Wanderung oder eben eine Velofahrt, wie sie Otto Kägi senior regelmässig unternahm, denn er lieferte bis nach Zürich und leistete sich nur manchmal den Luxus einer Zugfahrt.

neu

Einzigartig exquisit:
Kambly Sablés mit hellen und dunklen Schokoladestückli, 110 g

Fr. 3.95

statt Fr. 4.50

Fruchtig pikant:
Heinz Curry
Mango Sauce*,
220 ml

Fr. 3.30


statt Fr. 3.70

Herzhaft würzig:
Heinz Knoblauch
Sauce*, 220 ml

Fr. 3.30

statt Fr. 3.70

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Auto-werkstatt	spanisch: Freund	Stadtteil von Berlin		größere Landmasse		Eidg. Techn. Hochschule		lauter Anruf (engl.)	spanischer Artikel	Quadrille-figur		persönliches Fürwort	Stinktier		befriedigt		US-Bundesstaat						
					13	Schauspielhaus-ticket					12					7							
Fahrkarte		kleine Öffnung, Spalt		deutscher Dichter † 1805									Mutwille, Ausgelassenheit		langweilig, geschm.-los								
	10					deutsche Vorsilbe	<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;">12 Mal ein Weinsset Vignom im Wert von je 128 Franken</div>  <p>Das Weinsset Vignom von «Le Menu» vereint drei unentbehrliche Weinutensilien an einem Ort. Der Kellnerkorkenzieher ist mit einer robusten Spirale ausgestattet, die selbst bei alten Korken für gute Griffigkeit sorgt. Dazu beinhaltet das Set den patentierten Dekantierausgesser und einen Vakuumverschluss. Alle Utensilien sind im eleganten Halter untergebracht. Infos unter: www.vetrag.ch. Weitere Preise sind 5 Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und 10 à Fr. 20.-.</p>										Gang-regler der Uhr					kenn-zeichnen	
Jauche																	Initialen von Kästner			amerikani-sche Klein-katze		englisch, span.: mich, mir	
			1	Salz der Gerb-säure													Alt-Bundes-rätin (Nachn.)		eine schweiz. Agrar-messe			8	
eine Dichtung	über-prüfen		Spreng-stoff (Abk.)																			4	
assyri-sche Haupt-stadt						Schau-fenster-dekorati-on												Weber-kamm				im Jahre (latein.)	
		9	Arbeits-ergebnis		Roman von King												Bez. u. Ort im Kanton Waadt		Gebäude		kant. Auto-kenn-zeichen		
Spitz-name Lincolns	Luft-reifen																						
Getränke-kasten					11	ein Billi-onstel															Palast in Florenz		
	6																Haus-halts-plan	Krebs-larve		US-Schrift-steller, † 1849			
Flasch-pfand	nach Art von (franz.)		Kose-wort für Vater														ein-stellige Zahl				keines-wegs (ugs.)		
sonder-lich, schrullig					5	das Uni-versum												latei-nisch: Betel		Pate		3	englisch: einge-schaltet
kanadi-scher Wapiti-hirsch			Nachn. d. Schau-spielerin Marthe																14	Frage-wort		2	engl. Zahl-wort: zwei
schweiz. Parla-ment																				Sonder-angebot			

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

Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf www.volg.ch. Mitarbeiter der Firmen Vetrag AG und Volg sind nicht teilnahmeberechtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Raffiniert fruchtig:
Heinz Cocktail Sauce*, 220 ml



Fr. 3.30
statt Fr. 3.70

Spritzig fruchtig:
Spritz Frizz*, 75 cl



Fr. 4.95
statt Fr. 5.70



Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 24. Oktober 2012 unter www.volg.ch/volg-magazine

Per Telefon: bis 24. Oktober 2012 unter **0901 260 360**, für 90 Rp./Anruf, Fest-netztarif. Sprechen Sie das Lösungswort, den Namen und die Adresse aufs Band.

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

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

Das aktuelle Wochenaktionsangebot finden Sie unter www.volg.ch – alle Einführungspreise sind gültig vom 1. bis 27. Oktober 2012.

Die Schweizer Traditionsbäckerei HIESTAND verwendet naturnah produziertes IP-SUISSE-Mehl. Im Volg sind die Backwaren ofenfrisch bis Ladenschluss erhältlich.

Knuspriges Brot von früh bis spät

*Mit IP-SUISSE-Mehl gebacken und
ofenfrisch bis Ladenschluss:
das Volg Landbrot von HIESTAND.*

Schweiz. Natürlich.



Auf den Marienkäfer achten

Der glücksbringende Marienkäfer ist das Markenzeichen von IP-SUISSE-Produkten. IP-SUISSE wurde 1989 als «Schweizerische Vereinigung der integriert produzierenden Bauern» gegründet. IP-SUISSE-Bauern achten und schützen die Natur. Das oberste Ziel der Vereinigung ist die Herstellung von qualitativ hochwertigen und schmackhaften Nahrungsmitteln. Den IP-SUISSE-Marienkäfer findet man gut sichtbar auch auf jedem HIESTAND-Brotbeutel im Volg.



IP-SUISSE-Bauern halten beim Getreideanbau strenge Vorschriften zum Boden- und Pflanzenschutz sowie zur Förderung der Artenvielfalt ein.

Als erste Bäckerei unterstützt HIESTAND die IP-SUISSE-Idee schon seit über 20 Jahren. Seither setzt das Unternehmen konsequent IP-SUISSE-Mehl aus Schweizer Getreide aus neutral kontrolliertem Anbau ein. Damit fördert HIESTAND eine ökologische und ökonomisch ausgewogene Landwirtschaft, die Herstellung von hochwertigen und schmackhaften Backwaren sowie den Schutz der Umwelt. Mit knapp 11 000 Tonnen verarbeitetem IP-SUISSE-Mehl ist HIESTAND einer der

grössten Abnehmer dieses Mehls. HIESTAND steht seit über 40 Jahren für ofenfrischen Hochgenuss.

ZUTATEN AUS DER SCHWEIZ

Zur Herstellung der Backwaren werden hochwertige Rohstoffe wie IP-SUISSE- und Bio-Mehl, Schweizer Eier aus Freilandhaltung und Schweizer Butter verwendet. Das Backen nach Schweizer Originalrezepturen, traditionelles Bäckerhandwerk und bewährte Backmethoden, wie das Backen im Holzofen,

garantieren eine konstant hohe Qualität.

FRISCH IM VOLG GEBACKEN

Seit über 15 Jahren verbindet Volg und HIESTAND eine erfolgreiche Partnerschaft. Brote, Brötli, Gipfeli, süsse und salzige Backwaren werden in jedem Dorfladen gebacken und sind jederzeit knusprig und herrlich frisch duftend im Verkauf – und das bis Ladenschluss. IP-SUISSE, HIESTAND und Volg: ein starkes Trio für eine starke Schweizer Landwirtschaft! ◀



Hiestand® 
OFENFRISCH GENIESSEN

Ein Halb- harter



wie der
aromatische Volg
Dorf Chäs und



ein Weicher

wie der cremige Volg Brie sind
nur zwei von vielen Spezialitäten.

Der starke Mix.

Das Volg Käse-Angebot:
Da ist für jeden Geschmack
etwas dabei. Von weich bis
extrahart, von würzig
bis zartschmelzend.



FREIZEIT

Ferienpläne schmieden, die Freizeit planen: Das macht gute Laune. Erlebnisreiche und kreative Ideen stellen wir auf den nächsten Seiten vor.

Lernen Sie mehr über die Vielfalt der Weine aus Österreich.



Geniessen und weiterbilden zugleich: gute Stimmung auf den Weinreisen von VOLG.

Reisen mit Genuss und Spass

Selbst wer am liebsten einheimische Tropfen trinkt, muss zugeben: Auch unsere Nachbarländer haben in Sachen Wein viel zu bieten. Darum entführen wir Sie auf den beliebten VOLG Weinreisen 2013 nach Deutschland, Frankreich, Italien und Österreich, wo Sie wunderschöne Weinbaugebiete entdecken und renommierte Weinkellereien besuchen. Dabei stehen

auf jeder Reise auch kulturelle Höhepunkte auf dem Programm. Was Sie wo erleben, lesen Sie auf Seite 38/39.

RÄTSELN, KOCHEN, GESTALTEN

Auch Volgi & Volgine sind in Reise-Laune. Wohin sie wohl mit dem Zug fahren? – Das gilt es auf Seite 44 herauszufinden. Viel Spass erwartet die Kinder

zudem mit dem neuen Spielplan «Am Bahnhof», den es jetzt kostenlos in jedem Volg gibt. Eine kulinarische Feierabend-Exkursion ins süsse bis salzige Schoko-Schlaraffenland können Sie in unserem neuen Kochkurs unternehmen. Und für einen kreativen Tages-Ausflug bieten sich die Volg-NATURENA-Höfe an. Wir wünschen: schöne Freizeit-Ferien! ◀



Schokolade
süss bis spicy. Seite 41

Einzigartige
Eigenkreationen. Seite 43



Freiwillige vor! Seite 45



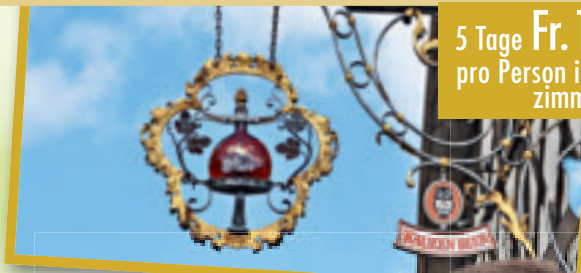
8 Tage **Fr. 2680.–**
pro Person im Doppelzimmer

Italien Sizilien, 12. – 19. Mai 2013

Mit rund 115000 Hektar Rebfläche ist Sizilien die grösste Weinregion in Italien. Auf unserem Streifzug durch die Insel besuchen wir die wichtigsten Weinbauregionen, besichtigen markante Kulturstätten wie Siracusa, Noto, Palermo, Erice und Taormina, machen Halt im Tal der Tempel, fahren zur Station des schneebedeckten Vulkans Ätna und lassen uns von der traditionsreichen, exzellenten Gastronomie verwöhnen.

Deutschland Franken, 18.– 22. Juni 2013

Diese Flaschenform gibt es nicht an jeder Ecke! Seit Generationen ist der Bocksbeutel das Sinnbild für charaktervolle Weine aus Franken. Die Barockstadt Würzburg bietet mit dem Fränkischen Weinland eine wunderschöne Symbiose aus Kunst, Kultur und Gastlichkeit. Wir besuchen renommierte Kellereien, wie das Juliuspital, den Winzerkeller Sommerach, die Familienbetriebe von Brennfleck, Horst Sauer, Rudolf Fürst sowie die Sektkellerei Höfer.



5 Tage **Fr. 1950.–**
pro Person im Doppelzimmer

Auf den VOLG Weinreisen 2013 gibt es viel zu sehen, zu entdecken, zu degustieren und zu schmecken – von edlen Tropfen bis zu faszinierenden Naturschauspielen.

Kurt Feser von den VOLG Weinkellereien hat für 2013 wieder einmalige Weinreisen organisiert.

Wein, Kultur und viel Genuss

Kurt Feser, Leiter Weinkultur der VOLG Weinkellereien, hat auch dieses Jahr Weinreisen zusammengestellt, bei denen für jeden Geschmack etwas dabei ist. Ob südlich, östlich, westlich oder nördlich der Schweiz: Die VOLG Weinreisen 2013 entführen Sie in alle Himmelsrichtungen zu schönen und interessanten Weinbaugebieten. In Italien, Österreich, Frankreich und Deutschland erwarten Sie nebst Besuchen in renommierten Kellereien auch zahlreiche kulturelle Highlights und faszinierende Landschaften. Und das alles gepaart mit viel Genuss und Geselligkeit.





5 Tage **Fr. 1990.—**
pro Person im Doppelzimmer

Frankreich Burgund, 2. – 6. Juli 2013

Edle Weine, eine einzigartige Gastronomie, sonnige Weinberge, pittoreske Dörfer und viele kulturträchtige Denkmäler machen das Burgund zum attraktiven Reiseziel. Wir besichtigen nicht nur das Herzstück des Burgunds, die Côte d'Or mit ihren weltberühmten Rotweinen, sondern auch das etwas in Vergessenheit geratene Beaujolais-Gebiet mit seinen fruchtigen, eleganten Rotweinen. Ein Abstecher in die Heimat der Chardonnay-Traube, das Chablis-Gebiet, sowie ein Besuch eines Tonnelier-Betriebes runden die Reise ab.



5 Tage **Fr. 2050.—**
pro Person im Doppelzimmer

Italien Apulien, 10. – 14. September 2013

Die Weinregion Apulien liegt im tiefen Süden Italiens und erstreckt sich entlang der Adria vom Nordrand des Sporns bis hin in den Absatz des italienischen Stiefels. Nach einem kurzen Direktflug nach Brindisi erfolgt der Bus-Transfer nach Lecce. Im Zentrum der Barockstadt beziehen wir unser Hotel. Nebst den Besuchen von verschiedenen Weinkellereien sind wir auch auf einer Olivenfarm zu Gast. Einen Teil der Kultur von Apulien lernen wir beim Besuch der weltbekannten Trulli in Alberobello und der Grotten von Castellana kennen.

Österreich 28. – 31. August 2013

Entdecken Sie die Weinbaugebiete Österreichs. Wir besichtigen das Benediktinerkloster Göttweig und geniessen ein Mittagessen auf der Terrasse mit Panoramablick ins Donautal. Die malerischen Weinberge und Ortschaften entlang der Donau erleben wir auf der gemütlichen Schiffsfahrt von Spitz nach Krems. In der Sandgrube 13 der Winzer Krems erwartet uns die Faszination Wein auf besondere Art. Besuche/Degustationen bei bekannten Namen wie Schwarzböck, Setzer, Josef Fritz, Feiler-Artinger, Kollwentz und Esterházy in den Weinregionen Weinviertel, Wachau, Wagram, Carnuntum und Neusiedlersee.

4 Tage **Fr. 1850.—**
pro Person im Doppelzimmer



ANMELDUNG

Weinreisen 2013. Wir sind dabei!

Ja – ich / wir möchte(n) mehr Informationen

Ja – ich / wir reservieren(n) folgende(n) Platz / Plätze

___ Weinreise Italien, Sizilien, 12.5.–19.5.2013

___ Weinreise Deutschland, Franken, 18.6.–22.6.2013

___ Weinreise Frankreich, Burgund, 2.7.–6.7.2013

___ Weinreise Österreich, 28.8.–31.8.2013

___ Weinreise Italien, Apulien, 10.9.–14.9.2013

Name/Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

E-Mail

Telefon

Anzahl Personen

Datum, Unterschrift

Coupon einsenden an: VOLG Weinkellereien, Weinreisen, Feldstrasse 16/18, Postfach, 8401 Winterthur

Auskunft/Info: Kurt Feser, VOLG Weinkellereien, Telefon 058 433 71 11, Fax 058 433 71 09 oder Mail an: kurt.feser@volgweine.ch. www.volgweine.ch.
Die Teilnehmerzahl ist auf 32 Personen beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Hero

SINCE 1886

Wählen Sie jetzt...

die neue Hero Delicia des Jahres 2013!



A Erdbeere & Rote Johannisbeere



B Himbeere & Stachelbeere



C Aprikose & Mango

SMS & WIN

Senden Sie eine SMS (30 Rp.) mit Delicia A, B oder C an die Nummer 963 oder geben Sie Ihre Stimme auf hero.ch/ddj2013 ab.

Die aktuelle Delicia des Jahres 2012 „Schwarze Kirsche & Passionsfrucht“ erhalten Sie jetzt bei Volg!

(in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich)

Gewinnen Sie

**eine Luxus-Übernachtung
inkl. Frühstück im 5*-Hotel
und weitere tolle Preise!**

Immer frisch
und knusprig...

Typisch
Schweiz
Typisch
Volg

... fragen Sie nach
unseren Broten!

Fredy's steht für authentische Backwaren und so schmecken auch unsere Brote, nämlich rustikal und bodenständig. Unser Geheimnis – regionale Zutaten, Weizenkeime und Vollkornmehl geben unseren Broten den einzigartigen Geschmack.

Holzofen Wild&Ruch
Holzofen Mehrkornbrot
Holzofen Huusbrot
Maisbrot mit echter Polenta

In kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.

www.fredys.ch

fredy's
THE FINE ART OF BREAD

«Schoko-Schlaraffenland» bei ...

Sichern Sie sich
rasch einen Platz auf
der Schokoladenseite des
Lebens. Die Teilnehmer-
zahl ist beschränkt.

Doppelter Genuss: In diesem
Kurs entdecken Sie süsse und
herzhafte Schokoladenseiten.



Schokoladenseiten

süss bis spicy

VORSCHAU

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 an der Aare
5. Dezember 2012 in Aarau

Dämpfen & Steamen: Genuss auf leichte Art Mit Volldampf starten wir ins neue Jahr und kreieren salzige und süsse Gerichte aus dem Dampf. Dabei kommen diverse Geräte zum Einsatz. Geniessen Sie schonend zubereitetes Essen und staunen Sie, wie spielend leicht das Kochen im Dampf ist. Welches Gerät Sie besitzen, spielt für diesen Kurs keine Rolle.

9. Januar 2013 in Aarau
9. Januar 2013 in Gossau
15. Januar 2013 in Wangen an der Aare

Suppen aus aller Welt. Dass die Suppe alles andere als ein fantasieloses Allerweltsgericht ist, erleben Sie an diesem Abend. Leicht, währschaft, klar, mit Einlage, mit Fisch oder Fleisch, exotisch, bodenständig, erfrischend, spicy ... Entdecken Sie, wie viele Geschmacksgeheimnisse die Suppenwelt zu bieten hat!

6. Februar 2013 in Gossau
13. Februar 2013 in Aarau
26. Februar 2013 in Wangen an der Aare

Ein Schokoladenkuchen in allen Ehren. Doch hätten Sie gedacht, dass Schokolade auch in der Vorspeise oder zu Fleisch ein Hochgenuss ist? Entdecken Sie an einem überraschenden Abend mit unseren Kochprofis eine völlig neue Schokoladenwelt und staunen Sie, wie Schokolade und Kakao mit herzhaften Speisen harmonieren. Natürlich kommt die Schokolade auch in süsser Form zum Einsatz. Naschkatzen und Fleischtiger kommen an diesem Kurs also gleichermaßen auf köstliche Kosten! ◀



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



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



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

CULINEA-KOCHKURSE IN OERLIKON:

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

Alle Kurslokale sind bequem mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und in wenigen Minuten vom Bahnhof aus zu Fuss erreichbar. Die Kurskosten inklusive Apero, Essen, Getränken 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

HEISS UND ALKOHOLFREI



PUNSCH MIT TRADITION
www.lacobi.ch



Underberg®

Die Kraft
erlesener und
aromatischer Kräuter
aus 43 Ländern

Weltweit
nach gutem Essen

www.underberg.com



Ob trendige Dekorelemente, kunstvolle Karten oder originelle Schmuckstücke: In den Naturena-Kursen sind Herbsttage alles andere als trüb.

Schmuckes im Spätherbst



Fricktal: Silbergiessen in Ossa-Sepia-Technik

Kurs 1: Fr, 09.11.2012, 9–16 Uhr
Kurs 2: Sa, 10.11.2012, 9–16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

Programm: Entdecken Sie die Lust an der Schmuckherstellung und giessen Sie in Ossa-Sepia-Technik wahlweise einen Ring, Anhänger oder Ohrstecker. Ossa Sepia ist der schalenförmige Rückenschulp (Schwimmkörper) des Tintenfischs, der sich sehr gut zur einfachen Herstellung von Gussformen eignet. Dank der charakteristischen Schichtstruktur der Sepiaschale erhalten Ihre Schmuckstücke eine lamellenartige Oberfläche, die jedes Objekt zum Unikat macht.

Teilnehmer: 10 Personen ab 14 Jahren

Kleidung: Warme Arbeitskleidung, es wird teilweise draussen in einer Remise gearbeitet.

Mitbringen: Falls vorhanden, massive Ringe oder stabile Teile, die evtl. als Gussmodell verwendet werden können.

Leitung: Peter Schär, Goldschmied, Thun

Preis: Fr. 175.– pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material im Wert von Fr. 30.– für 1 bis 3 Silberschmuckstücke.



Seebachtal: Karten in Enkaustik-Maltechnik

Kurs 1: Sa, 17.11.2012, 9–16 Uhr
Kurs 2: Mi, 21.11.2012, 9–16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

Programm: Gestalten Sie stilvolle Grusskarten für Weihnachten und viele andere Anlässe. Enkaustik oder das Malen mit heissem Wachs ist ein gut 5000 Jahre altes Kunsthandwerk und heute ein Hobby für jedermann. Nach ursprünglichen Rezepturen gefertigte Farbmischungen aus Bienenwachs werden mit dem Enkaustik-Maleisen auf spezielle Karten aufgetragen. Dadurch entstehen tolle Strukturen und leuchtende Farbverläufe.

Teilnehmer: 15 Personen ab 12 Jahren

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

Leitung: Margot Forlin, Mastrils

Preis: Fr. 160.– pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränken sowie des Materials für bis zu 10 Karten.



Werdenberg: Bau einer Krippenkulisse

Kurs 1: Sa, 24.11.2012, 9–18 Uhr
Kurs 2: Mo, 26.11.2012, 9–18 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Karmaad, 9473 Gams

Programm: Passend zur Adventszeit gestalten Sie eine Modelllandschaft für eine Weihnachtskrippe. Sie schneiden aus Styroporplatten eine Krippenkulisse und fixieren sie auf einer stabilen Holzplatte. Mit Farbe und weiteren Dekormaterialien geben Sie Ihrem Bauwerk das gewünschte antike Aussehen. Zum Abschluss befestigen Sie das Schindeldach und komplettieren die Kulisse mit einer Futterkrippe.

Teilnehmer: 10 Personen ab 18 Jahren

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

Mitbringen: Heissleimpistole mit Leimstangen (sofern vorhanden), Cutter oder scharfem Messer, Schwemmholz und getrocknetem Moos.

Leitung: Erika Düring, Crea 4, Frauenfeld, www.crea-4.ch

Preis: Fr. 230.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie des Materials für Ihre Krippenkulisse.



Zugerland: Powertex-Spiegel

Kurs 1: Sa, 10.11.2012, 10–15 Uhr
Kurs 2: Mi, 14.11.2012, 10–15 Uhr

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

Programm: Möchten Sie Ihren alten Spiegel aufpeppen oder einem langweiligen Spiegel eine neue Form geben? Mit Powertex, einem Textilverstärker auf Wasserbasis, eröffnen sich Ihnen eine Vielfalt an attraktiven Umgestaltungsmöglichkeiten. Die Kursleiterin zeigt Ihnen, wie Sie Ihrem Spiegel mit Hilfe von Karton und Stoffen ein neues Design geben können, dabei sind kaputte Ecken überhaupt kein Problem.

Teilnehmer: 10 Personen ab 12 Jahren

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

Mitbringen: Spiegel zum Aufpumpen sowie Material zum Verzieren (Strasssteine, Perlen, Metallteile), Japanmesser, evtl. alte, farbige T-Shirts, Transportbehälter für Ihren Spiegel.

Leitung: Petra Coenen, Unterägeri

Preis: Fr. 105.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie des Materials für Ihren Powertex-Spiegel.

Anmeldungen für Kurse und Workshops

Internet: 1. www.naturena.ch
2. Fricktal AG/Seebachtal TG/Werdenberg SG/Zugerland ZG
3. Rubrik «Veranstaltungen»

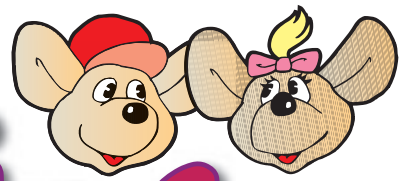
Telefon: 058 433 54 09, Mo bis Fr, 8–17 Uhr

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

Anmeldeschluss: 15. Oktober 2012.

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

volgi & volgine



AM BAHNHOF

Bitte alle einsteigen! Holt euch den neuen Spielplan «Am Bahnhof» und die passenden Holzfigürli gratis in eurem Volg. Dann kann die lustige Zugreise mit Volgi & Volgine beginnen!

ZÜGIG UNTERWEGS

WIE STEUERT EIN LOKFÜHRER SEINEN ZUG?

Ein Lokführer muss seinen Zug gar nicht steuern. Denn ein Zug folgt einfach den Gleisen. Womit der Lokführer aber alle Hände voll zu tun hat: mit Bremsen und Beschleunigen. Das macht er mit einem Schalthebel. Drückt der Lokführer den Hebel von sich weg, wird der Zug schneller. Zieht er den Hebel zu sich heran, wird der Zug langsamer.



WOHIN GEHT'S?

Auf diesem Bild sind 5 Buchstaben versteckt. Bringe sie in die richtige Reihenfolge. Dann erfährst du, wohin Volgi & Volgine reisen.



Das Lachen ihrer «Schnäggli» ist der schönste Lohn: Lena Meier ist in ihrer Freizeit Hilfsleiterin in der Jungschi Bremgarten (AG).

Freiwilligenarbeit mit Pfiff: Lena Meier (19) mit der Hilfsleiter-Pfeife. «So trommle ich die Kinder im Wald zusammen», erklärt sie.

Freiwillig? Voll cool!

Lena Meier ist gerne in der Natur. Mindestens jeden zweiten Samstag verbringt sie den Nachmittag im Wald. Das tut sie aber nicht nur zum eigenen Vergnügen. Als Hilfsleiterin der Jungschar Bremgarten leistet sie ausserdem wertvolle Freiwilligenarbeit. Sie betreut die kleinsten Jungschi-Mitglieder, die «Schnäggli», die zwischen 4 und 7 Jahre alt sind.

IDEEN SIND GEFRAGT

«Wir singen, basteln, spielen und bräteln zusammen», erzählt die 19-jährige Fachmittelschülerin.

Die Ideen für das jeweilige Samstags-Programm sucht sie mit anderen Leitern und Hilfsleitern. Seit sie vor 2 Jahren in einem Sommerlager der Jungschar als Helferin in der Küche dabei war, ist sie vom Jungschi-Virus infiziert. Für Lena war sofort klar: Da möchte ich weiter mitmachen. Für ihre Arbeit erhält sie keinen Lohn. «Wenn die Kinder Freude haben und die Natur entdecken, gibt mir das genug zurück.»

Infos über eine Jungschar in deiner Nähe: www.jungschar.ch



Sportlich, hilfreich, hot: 3 weitere Ideen

Swiss Olympic Volunteer

Wenn du dich freiwillig im Schweizer Sport engagieren möchtest, bist du hier richtig. So kannst du an Sport-Grossveranstaltungen wie Beachvolleyballevents oder der Herren-Unihockey-Weltmeisterschaft aktiv mit anpacken. Infos: www.swissvolunteer.ch

Help-Jugendsamariter

Hier lernst du, wie du im Notfall helfen kannst, zum Beispiel wenn jemand vom Velo stürzt. In der Schweiz gibt es rund 100 Helpgruppen. Wo sich die nächste Help-Gruppe in deinem Kanton befindet, siehst du unter www.help-samariterjugend.ch

Jugendfeuerwehr

Löschen, Leitern stellen und mit den Originalgeräten der Feuerwehr arbeiten kannst du in der Jugendfeuerwehr. Dieses Engagement kannst du als Erwachsener weiterführen. www.swissfire.ch (Link: Jugendfeuerwehr)



Fair Trade hautnah:

Gewinne 1 von 3
Brasilien-Rundreisen
mit Besuch eines
Fair Trade-Produzenten

Michel[®]

José, Pflücker, Brasilien



**Michel Aktion
vom 15. bis 20.10.2012***

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Kein Kaufzwang. Promotionsende: 31. 12. 2012. Graticode: SMS mit MICHELCODE an 959 (CHF 0.20/SMS).

Saison
im VOLG

Der Apfel fällt nicht weit vom Glas:
Wie der Apfel die beliebteste
einheimische Frucht ist, trinken
die Schweizer auch
bei den Fruchtsäften am
liebsten Apfelsaft.

Herbstlich im Saft

Von September bis November herrscht in den Schweizer Mostereien Hochbetrieb: Dann treffen die frisch geernteten Äpfel ein. 1,3 Kilogramm Äpfel sind nötig, um 1 Liter Apfelsaft zu gewinnen. Knapp 12 Liter davon trinkt jeder Schweizer pro Jahr, was ihn zum beliebtesten Fruchtsaft macht. Das war nicht immer so: In den 1950er Jahren liessen diverse Getränkeneuheiten den Apfelsaft etwas ausser Mode geraten. Jetzt feiert das natürliche und vitaminreiche Getränk ein regelrechtes Comeback.

FRISCH AB BAUM

Während der Ernte- und Verarbeitungszeit hat der «Most frisch ab Presse» in den Dorfläden einen besonderen saisonalen Auftritt. Daneben gibt es aber das ganze Jahr über verschiedene Apfelsaft-Klassiker, die sich grosser Beliebtheit erfreuen, wie der Süssmost oder der Saure Most. Seit Jahren im Trend liegt Schorle, eine leichte Mischung aus Apfelsaft und Mineralwasser. ◀

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

Apfelsaft-Muffins

Für 8 Stück:

230 g Mehl, 0,5 TL Backpulver, 0,5 TL Natron, 0,5 TL Zimt und 1 grossen geraffelten Apfel in einer Schüssel vermischen. 1 Ei, 140 g Zucker, 0,8 dl Sonnenblumenöl und 2 dl Apfelsaft in einer zweiten Schüssel vermischen, Mehl-Apfel-Mischung dazugeben, gut verrühren, bis ein feuchter Teig entsteht. Teig in gefettete Mulden einer Muffinform füllen, im vorgeheizten Backofen bei 180 °C ca. 20–25 Min. backen.



Der Saison-Hit: Apfelsaft in der praktischen «Bag in a Box»-Verpackung, einem 10-Liter-Vakuumbutel in einem stabilen Karton. Immer erhältlich: Ramseier Apfelsaft in 1,5-Liter-PET-Flaschen.

Das Neuste von Whiskas®: **SANFTE KÜCHE**

Ob «Gegrillt» oder «Geschmort»
– die köstliche Abwechslung
für jeden Tag!

Jetzt testen!



whiskas

Katzen würden Whiskas® kaufen.

* in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht verfügbar

REZEPTE

Sauerkraut-Strudel

Zutaten für 4 Personen:

150 g Fleischkäsebrät
250 g Hackfleisch
1 EL Senf
1 EL Kräuter, gehackt
1 P. Blätterteig, rechteckig, ausgewallt
1 Peperoni rot, in feine Streifen geschnitten
375 g Sauerkraut
1 Eigelb
1 EL Wasser
1 TL Kümmel
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Brät und Hackfleisch mischen, mit Senf und Kräutern verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Blätterteig auf Backpapier auslegen, Brät daraufstreichen. Sauerkraut und Peperonistreifen vermischen, auf dem Brät verteilen.
3. Teig satt aufrollen, Rand etwas andrücken. Eigelb und Wasser verquirlen, Teigrolle damit bestreichen. Mit Kümmel bestreuen.



4. Sauerkrautrolle im vorgeheizten Backofen bei 180 °C ca. 40 Min. goldbraun backen.

Zubereitung: 30 Min. + 40 Min. backen

Chabis-Härdöpfel-Pfanne



Zutaten für 4 Personen:

1 EL Bratbutter
5 Kartoffeln, geschält, gewürfelt
1 Zwiebel, gehackt
2 Knoblauchzehen, gehackt
500 g Wirz, in feine Streifen geschnitten
1 dl Essig
3 dl Bouillon
1 Lorbeerblatt
3 Wacholderbeeren
Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung:

1. Bratbutter in einem Topf erhitzen, Kartoffeln, Zwiebeln, Knoblauch dazugeben, dünsten, bis Zwiebeln glasig sind. Wirz dazugeben, ca. 5 Min. weiterdünsten.
2. Mit Essig ablöschen, mit Bouillon aufgiessen. Gewürze dazugeben, zugedeckt 20 Min. bei schwacher Hitze schmoren.
3. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und servieren.

Zubereitung: 40 Min.

Krautsuppe mit Spätzli

Zutaten für 4 Personen:

300 g Mehl
3 Eier
1,5 dl Apfelsaft
2 l Wasser
0,5 P. Sauerkraut
Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

1. Mehl in eine Schüssel geben. Eier und Apfelsaft dazugeben, würzen, zum Spätzliteig verrühren.

2. Wasser zum Sieden bringen. Spätzliteig mit dem Spätzlisieb oder der Knöpflipresse ins Wasser geben. Steigen die Spätzli auf, Sauerkraut dazugeben, kurz aufkochen, abschmecken und servieren.

Zubereitung: 30 Min.



○

ZUM SAMMELN

○

JETZT NEU!

VIER LECKERE HEINZ SAUCEN IN DER PRAKTISCHEN KOPFSTEHERFLASCHE!



GEMÜSESPIESS AN
HEINZ SAUCEN



AMERICAN
SPARERIBS

Heinz Grill-Rezepte finden Sie unter:
www.heinzketchup.ch



PERFEKT GEEIGNET ZUM GRILLIEREN, DIPPEN ODER AUCH ZUM FONDUE CHINOISE.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

McCain

Freude erleben mit McCain!



Nehmen Sie an unserem Wettbewerb teil
und gewinnen Sie eine Woche Ferien
für 4 Personen oder eine von 300 Spielboxen.

AGROTURISMUS
SCHWEIZ
www.agrotourismus.ch

www.mccain.ch

Vom Tiefkühler in den Backofen.

Apfelhackbraten

Zutaten für 4 Personen:

3 Sch.	Weissbrot vom Vortag
4 EL	Kaffeerahm
1 dl	Wasser
1	Zwiebel, fein gehackt
400 g	Hackfleisch
1 TL	Thymian, getrocknet
3	Äpfel, grob gerieben
4 EL	Paniermehl
1 EL	Butter
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Brot in Kaffeerahm und Wasser einweichen. Aus Hackfleisch, Brot und Zwiebeln eine Masse herstellen, mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.

2. Äpfel daruntermischen.

3. Eine Cakeform fetten, mit 2 EL Paniermehl ausstreuen, Fleischmasse einfüllen, mit 2 EL Paniermehl bestreuen, Butter in Flocken darauf verteilen, im Ofen bei 175 °C 60 Min. backen.

Zubereitung: 20 Min. + 60 Min. backen



Karamellierte Apfelschnitze

Zutaten für 4 Personen:

4 EL	Zucker
2 EL	Aceto balsamico
1 dl	Wasser
3	Äpfel, in Schnitze geschnitten

Zubereitung:

1. Zucker, Aceto balsamico und Wasser in eine Pfanne geben, zu Karamell kochen.

2. Apfelschnitze dazugeben, leicht einkochen, so dass sie noch Biss haben.

Zubereitung: 15 Min.

Tipp: Passt gut zu Blutwurst.



Kürbis-Kartoffel-Tätschli

Zutaten für 4 Personen:

500 g	Kürbisfleisch, grob gewürfelt
1 P.	Stocki (für 3 Port.)
3 EL	Maizena
1 EL	Bratbutter
	Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

1. Kürbis in Salzwasser weichkochen, durchs Passevite drehen.

2. Stocki-Kartoffelflocken zum Kürbis geben, vermischen, ca. 5–10 Min. ziehen lassen. Masse mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, nochmals gut mischen.



3. Aus der Masse Tätschli formen, im Maizena wenden. Bratbutter in Bratpfanne erhitzen, Tätschli beidseitig goldbraun braten.

Zubereitung: 45 Min.

Kürbisragout mit Rippli



Zutaten für 4 Personen:

600 g	Rippli, in Würfel geschnitten
1	Zwiebel, gehackt
4 EL	Margarine
2,5 dl	Gemüsebouillon
700 g	Kartoffeln, festkochend (grün), geschält, gewürfelt
1 kg	Kürbisfleisch, grob gewürfelt
2,5 dl	Rahm, steif geschlagen
1 Bd.	Peterli, gehackt
1 TL	Ingwer, gerieben
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Rippli und Zwiebeln in Margarine anbraten, Bouillon dazugeben und ca. 30 Min. kochen.

2. Kartoffeln und Kürbis mitgaren, bis sie weich sind.

3. Schlagrahm, Peterli und Ingwer verrühren. Kürbisragout auf Teller anrichten und mit gewürztem Schlagrahm garnieren.

Zubereitung: 1 Std.

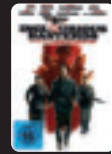
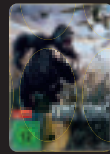
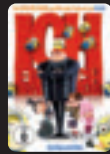
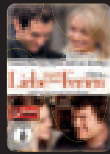
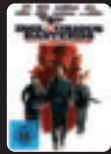


POPCORN



Z
ZWEIFEL

**DIE CHIPS-
EXPERTEN**



HOL DIR DIE TOP-FILME!*

Beim Kauf von 3 Packs M&M's oder MALTESERS

Jetzt Codes sammeln und auf www.m-ms.ch DVD bestellen. Codes in jeder Promo-Packung. Alle Filme und weitere Infos auf www.m-ms.ch



* nur solange Vorrat

Risotto mit Saucisson und Lauch

Zutaten für 4 Personen:

50 g Butter
1 Zwiebel, fein gehackt
200 g Risottoreis
1 Lauch, gewaschen, in Ringe geschnitten
4,5 dl Gemüsebouillon
2 Saucissons
2 EL Sbrinz, gerieben
Pfeffer

Zubereitung:

1. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Reis begeben, glasig dünsten. Lauch dazugeben, kurz mitdünsten. Mit Bouillon ablöschen.

2. Saucisson aus der Haut schälen, Wurstfleisch mit Gabel zerdrücken, zum Risotto geben. Risotto kochen, so dass er noch leicht Biss hat. Evtl. Bouillon nachgiessen.

3. Mit Pfeffer abschmecken, Reibkäse untermischen.

Zubereitung: 45 Min.



Gebratene Blutwurst auf Birnen-Kartoffel-Stampf



Zutaten für 4 Personen:

800 g Kartoffeln, mehligkochend (blau), geschält, gewürfelt
2 Birnen, geschält, entkernt, gewürfelt
2 Blutwürste (total ca. 600 g)
2 dl Rahm
2 EL Mehl
4 EL Erdnussöl
Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

1. Kartoffeln in einen Topf geben, mit Wasser auffüllen, so dass sie knapp bedeckt sind. Aufkochen und mit Deckel ca. 20 Min. kochen. Gegen Ende der Kochzeit wird

kaum noch Wasser im Topf sein, daher regelmässig kontrollieren, dass nichts anbrennt.

2. Kartoffeln etwas ausdämpfen lassen, noch warm mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken, Rahm und Birnenwürfel dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, gut mischen.

3. Haut von der Blutwurst lösen, Wurst in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Blutwurstscheiben im Mehl wenden, in einer Bratpfanne im Erdnussöl beidseitig 2–3 Min. braten.

4. Kartoffelstampf auf Teller verteilen, gebratene Blutwurstscheiben darauf anrichten.

Zubereitung: 1 Std.

Apfel-Birnen-Senf

Zutaten für

3 Konfitüre-Gläser:

1 Birne, geschält, in Würfel geschnitten
1 Apfel, geschält, in Würfel geschnitten
1 dl Traubensaft, weiss
1 dl Süsswein oder Porto
1 EL Senf
2 Msp. Zimt

Zubereitung:

1. Birnen- und Apfelwürfel mit Traubensaft und der Hälfte des Weins in eine Pfanne geben, aufkochen, 15 Min. leicht köcheln und pürieren.

2. Restlichen Süsswein mit Senf und dem Obstpüree verrühren, mit Zimt würzen.

Zubereitung: 30 Min.



Tipp: statt Senf 2 TL Senfpulver verwenden. Senf vor Gebrauch ein paar Tage ziehen lassen.

HERAUSGEPICKT

Chaschiel è bain insatge bun! Jau hai gugent chaschiel en tuttas furmas e variantas. Il pli bler chaschiel dovra nossa famiglia però en furma grattada. Nus amain chaschiel grattà e lura betg mo in pau. Noss consum da chaschiel grattà è talmain grond



Tge chaschiel ...

ch'i rendess probabel da cumprar azzias da sbrinz, gruyère u grana padano ... Ma sch'ìls dis vegnan pli curts èsi era puspè temp per in bun fondue u raclette. Era quai na dastga natiralmain betg mancar. – Questa stad avain nus però scuvert insatge stupent: numnadamain tastginas da panzetta. Suenter che nus avain survegna quai ina giada durant ina grillada tar amis avain nus gist prendì quest product en nossa palette da favurits. Prendai ina giada ina talgia chaschiel da raclette, pachetai quella en ina fletta schambun cotg e mettai il pli davos enturn anc flettas da panzetta. Quai è gia tut il striegn e pront per metter sin il brastger. A nus gusta quai stupent. Forsa datti quest atun anc l'ina u l'otra occasiun da far ina grillada e sche na, As cussegl jau d'empruvar quai ina giada l'onn proxim.

Jau hai mirveglias, sche quai As gusta u sche Vus schais che jau haja raquintà in detg chaschiel!?

Cordialmain

K. Kohler

Karin Kohler-Pattis

Wussten Sie, dass ...

••• **Volg vom 6. bis 11. November an der Berufsmesse «Fiutscher» in Chur vertreten ist und man sich dort über die vielseitige Verkaufslehre informieren kann?** In der Stadthalle Chur findet auch dieses Jahr die Bündner Berufsausstellung für Aus- und Weiterbildung statt. Dort ist Volg mit dabei und stellt den abwechslungsreichen Verkaufsberuf vor. Die Messe ist Di bis Fr von 8–16 h (Mi bis 20 h) und am Sa/So von 9–16 h geöffnet. Der Eintritt ist gratis. Mehr Infos: www.fiutscher.ch

Informationen über eine Lehre bei Volg inkl. eines Flyers zum Download gibt es zudem unter www.volg.ch (Rubrik Jobs & Lernende).



••• **ab sofort das originelle HEY-Memo-Spiel bestellt werden kann?** Zahlreiche Kinder haben beim HEY-Memo-Wettbewerb mitgemacht und Volgi & Volgine beim Sporttreiben gezeichnet. Aus 40 Zeichnungen, ausgewählt aus allen Alterskategorien, hat Volg ein lustiges HEY-Memo-Spiel kreiert. Gerade richtig für einen lustigen Spieleabend im Herbst und eine prima Geschenkidee! Ein HEY-Memo-Spiel kostet Fr. 20.– inkl. Porto. Es kann bestellt werden unter: **Volg Konsumwaren AG, Kennwort «HEY-Memo», Postfach 344, 8401 Winterthur.**

Pro gewünschtes Spiel Fr. 20.– in ein Kuvert stecken und folgende Angaben mitliefern: Anzahl gewünschte Exemplare des HEY-Memo-Spiels, Vorname, Name, Adresse und Telefonnummer. Das HEY-Memo-Spiel wird Ihnen danach per Post zugestellt.



••• **Danke sagen nun doppelt Freude macht?** Dem zweiseitigen Volg Danke-Kuchen sei Dank. Ob als «Schön, dass es dich gibt»-Kuchen oder als süßes Präsent zu Halloween: Mit dem Kuchen der besonderen Art zeigen Sie sich bei jeder Gelegenheit von Ihrer Schoggi-Seite. Beim grossen Herbstfest, bei Nachbars Zvieri und auch beim Grosi daheim: Der Kuchen bietet Genuss für jeden Geschmack.

Der Volg Danke-Kuchen ist in der Kartonverpackung (Fr. 9.90) oder der attraktiven Blechdose (Fr. 12.90) erhältlich und kann jeweils mit einer persönlichen Botschaft versehen werden.



ÖISE LADE
gedruckt in der
Schweiz



Mehr Informationen zu BEA
unter www.bea-verlag.ch
oder Tel. 056 444 22 22

Novissimo S'POSCHTI- GWÜNNSPIEL VOM VOLG

Der 1.-15. Preis, je ein Küchenwäsche-Set von Meyer-Mayor im Wert von Fr. 100.–, geht an Anne-Käthi Wäfler aus Wichtrach, Irène Roth aus Oberglatt, Susanna Bünter aus Münsterlingen, Trudi Rhyner aus Rüti, Valeria Pfister aus Abtwil, Ruth Bischoff aus Villnachern, Erika Bracher aus Ettenhausen, Karl Schmidt aus Oberstammheim, Elisabeth Hess aus Merenschwand, Babina Caduff aus Flond, Hermann Hunziker aus Hausen, Barbara Dietiker aus Henau, E. Braegger aus Rothenthurm, Karin Blaser aus Untersigenthal und Ursula Ryf aus Biberist. Fünf weitere Gewinner dürfen sich über je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 50.– freuen; zehn Leserinnen und Leser haben je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 20.– gewonnen.

Lösungswort 08/12: «Bundesbriefarchiv»

Auflösung des Agri Natura-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 07/12: Antwort B, Aus der Schweiz.

Den 1. Preis, einen Weber-Grill Genesis S-330 im Wert von Fr. 2300.–, hat Alfred Gratzer aus Buchs gewonnen. Der 2. und 3. Preis, ein Weber-Grill Spirit im Wert von je Fr. 1200.–, gehen an Ruth Lüdi aus Rudolfstetten und Heinz Schaufelberger aus Samstagen. Den 4. bis 24. Preis, einen Volg-Gutschein im Wert von je Fr. 100.–, gewannen Leserinnen und Leser aus Rupperswil, Burgdorf, Schneisingen, Trüllikon, Horgen, Elgg, Oberbipp, Frenkendorf, Winterthur, Goldach, Gippingen, Attiswil, Uzwil, Aesch, Wettingen, Leutwil, Ennetmoos, Rain, Ruswil, Oberurnen und Oberburg. 24 weitere Leser erhalten einen Volg-Gutschein im Wert von je Fr. 50.–.



Grillt jetzt wie ein Profi: der Gewinner des 1. Preises, Alfred Gratzer aus Buchs (SG) und Ehefrau Paula (M.), bei der Preisübergabe mit Sladjana Jelitsch von der Ernst Sutter AG und Erich Weidmann, Volg-Produktmanager Fleischwaren.

Gewinnen mit

Agri Natura



© www.istockphoto.com

De grünen Duume

Kennen Sie Hoch- und Hügelbeete? Damit sind nicht etwa Rabatten im Vorgebirge, sondern erhöhte Beete mit oder ohne Holzrahmen gemeint. Für ein Hügelbeet graben Sie als Erstes eine 2 Meter breite und rund 30 cm tiefe Grube aus. Die Länge ist variabel. Die Grube wird etwa 50 cm hoch mit grobem Gartenmaterial wie Ästen gefüllt. Darauf kommt eine Schicht mit Rasenschnitt oder gemischten Gartenabfällen, die mit 10 cm Erde gedeckt wird. Als Nächstes folgt eine 25 cm dicke Lage aus viel Laub und etwas Erde. Den Abschluss bilden je 15 cm grober Kompost und Komposterde. Über Winter lässt man den rund 70 cm hohen Hügel ruhen. Im Frühling können Sie ihn bepflanzen. Die Rotte in der Mitte des Hügels produziert Wärme und fördert dadurch das Wurzelwachstum.

Demnächst «Öise Lade» 11/12 erscheint am 25. Oktober 2012.



Rösti rockt

Rösti ist ein Traditionsgericht, das perfekt zur modernen Küche passt. Wir stellen Röstirezepte mit Rythmus vor: von gemächlich bis rasant, von sanft bis rockig.

Ob Hirse, Weizen, Gerste oder auch Hafer: Wir stellen gesunde «Körnlpicker»-Rezepte für Geniesser und Tipps zu Einkauf und Lagerung vor.



Aufs Korn gekommen

Cailler[®] of Switzerland



ENTDECKEN SIE DIE NEUE PRALINÉ DENTELLE
VON FÉMINA



PUR CHOCOLAT, PURE EMOTION.

WWW.CAILLER.CH



Maison Cailler depuis 1819