

öise lade

Themenheft Seite 33

Mehr zum
Thema
Schokolade

Willkommen im
Schoko-Atelier



Päckchenweise
feine Osterüberraschungen

IN AKTION VON
11. - 16. März 2013



Die Kraft der Natur

RAMSEIER steht für

- ✓ 100% Naturreinheit
- ✓ ohne Zuckerzusatz
- ✓ Schweizer Obst



Ramseier Apfelschorle PET 6x150cl



natürlicher Fitnesstrainer



Editorial

Beim Schoggi-Essen sind die Schweizer top: Beinahe 12 Kilogramm Schokolade vertilgen wir durchschnittlich pro Jahr und liegen damit im weltweiten Vergleich klar an der Spitze. Zu diesem Rekord leiste auch ich einen kleinen Beitrag, lief mir doch schon als kleiner Knirps beim Anblick einer zartschmelzenden Milkschokolade das Wasser im Munde zusammen. Die Lust auf Schweizer Schoggi ist mir seither nie vergangen, nur die geschmacklichen Vorlieben haben sich mit den Jahren etwas verändert. So greife ich heute am liebsten bei hellen Truffes zu.

Schokoladen-träume

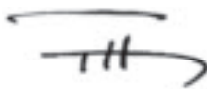
Schweizer Schokolade ist aber viel mehr als eine blosse Nascherei: Sie beruht auch im Zeitalter der industriellen Fertigung auf den ursprünglichen handwerklichen Arbeitsschritten des Confiseurs und des Chocolatiers. Wie viel Zeit und Können es tatsächlich braucht, bis man sich ein Stück Schokolade auf der Zunge zergehen lassen kann, durfte ich vor einigen Monaten erfahren, als ich in einem «Atelier du Chocolat» unter Anleitung eines Chocolatiers meine eigene Schokolade in Handarbeit herstellen durfte.

Habe ich Sie «gluschtig» gemacht? In dieser Ausgabe vom «Öise Lade» erfahren Sie, wie Sie Ihr eigenes «Atelier du Chocolat» bei sich zuhause einrichten und Ihre ganz persönlichen Schokoladen-Kunstwerke kreieren (im Themenheft ab Seite 33). Ich wünsche Ihnen dabei – und natürlich auch beim Geniessen – viel Vergnügen.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



Kochkurs Saucen- Zauber 53



33 Das Themenheft mehr zum thema

Willkommen im Schoko-Atelier

- 5 Küche aktuell**
Osterverstecke, die schmecken
- 9 Kochschule**
Kochen lernen von Profis
- 14 Marktplatz**
Fruchtiger Aromakünstler
- 16 Weinerlebnis**
Duo für schwungvolle Stunden
- 18 Typisch Schweiz –
Typisch Volg**
Milder Apfelessig
- 21 Aktueller Tipp**
Faszination für die Frucht
- 25 Dorfladen**
Pausen-Ritual im Volg
- 27 Sternstunden-Wettbewerb**
Die Gewinner des Hauptpreises
- 29 Volg Besuchstage**
Volg erfrischend anders erleben
- 31 Öisi Chuchi**
Die neue Sendung aus Schüpfen (BE)
- 33 Mehr zum Thema**
Willkommen im Schoko-Atelier
- 41 Wettbewerb**
Gewinnen mit Energizer
- 43 Feins vom Dorf**
Birchermüesli aus Boniswil
- 44 Hausmarke**
Glanzleistungen für Wäsche und Geschirr
- 46 Aktueller Tipp**
Frische Milch in neuen Flaschen
- 48 Novissimo**
Neu in Ihrem Volg
- 53 Freizeit Kochkurs**
Saucen-Zauber
- 55 Freizeit Naturena**
Neue Kurse für Kreative
- 57 Freizeit Ambiente**
Ofenhandschuh als Ostergeschenk
- 59 Freizeit Teens**
Dressurreiterin Tamara-Lucia Roos
- 61 Volgi & Volgine**
Was dich im neuen HEY erwartet
- 63 Saison**
Spargel: heiss auf Grün-Weiss



5 Küche aktuell Osterverstecke, die schmecken



59 Teens Dressurreiterin Tamara-Lucia Roos



Für Höchstgenuss in weniger als 30 Minuten

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Profitieren Sie jetzt !

Von 18. März bis am 23. März 2013



2.40*
statt 2.90



4.60
statt 5.80



4.60
statt 5.80



3.40*
statt 4.10



macht mehr draus

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.





Suchen muss man sie nicht lange –
umso länger kann man sie geniessen:
unsere kulinarischen Osterver-
stecke von Apero bis Dessert.



Osterverstecke, die schmecken



TIPP
Der fruchtige
Chardonnay Caswell
bildet einen gelungenen
Auftakt zum Apero.

*Froher Ostermenübeginn:
Aperoplatte mit Cherrytomaten-
Lollies, Zucchetti-Sushi und
Frühling im Salatblatt mit einer
würzigen Frischkäsefüllung.*

So bunt wie Ostereier sind die verschiedensten Bräuche, die das Osterfest kennt: Sportlich geht es zum Beispiel in manchen Teilen der Schweiz an der «Eierläset» zu, bei der Eier durch einen Parcours getragen werden. Auf den Philippinen halten Eltern ihre Kinder am Kopf hoch, im Glauben, sie wachsen so besser, und in Frankreich bleiben die Glocken von Gründonnerstag bis Karsamstag stumm. Erklären

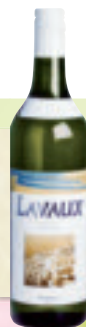
sie dann am Ostersonntag, umarmen und küssen sich die Franzosen. Den beliebten Brauch des Nesterversteckens kennt man hingegen in vielen Ländern. Versteckte Überraschungen finden Ihre Gäste bei unserem Ostermenü auch auf dem Teller. In der Kochschule geht es blumig und kugelrund zu und her. Und für den Osterbrunch machen wir aus gefärbten Eiern herzige Platanweiser. Wir wünschen frohe und feine Ostern! →



→ Ostern ist aus Kindersicht äusserst spannend. Während der Weihnachtsmann seine Gaben gut sichtbar unter dem geschmückten Baum drapiert, ist der Osterhase ein listiges Tier. Er hoppelt durch Gärten und Stuben und versteckt Süßigkeiten. Wie kreativ er dabei sein kann, erfährt man im Internet, wo sich zahlreiche Mütter und Väter virtuell Versteckideen zustecken. Nebst den altbekanntesten Orten – hinter dem Strauch im Garten oder unter dem Sofa – legen sich gewisse Menschen richtig ins Zeug. Der Zahnputzbecher oder die Jackenkapuze sind dabei noch die harmlosesten Tipps. Etwas mehr Risiko bergen: die Socke in der Schmutzwäsche (das darin versteckte Osterei, erzählt der Tipp-Lieferant, ging beim Suchen allerdings vergessen und ward gerade noch entdeckt, bevor die Socke in die Waschmaschine wanderte); die Giesskanne (in der sich noch ein wenig Wasser befand, welches das darin am Vorabend versteckte Pralinenei über Nacht anfror); oder die Kuschedecke auf dem Sofa (auf die sich Opa gemütlich setzte – nicht wissend, dass darunter ein zerbrechlicher Osterhase versteckt war).

Kulinarische Verstecke

Auch wir haben dieses Jahr einen ganz besonderen Versteck-Tipp fürs Osterfest auf Lager: Er liegt auf dem Teller. Als Verstecke für die kulinarischen Köstlichkeiten dienen verschiedene Hüllen. Die mexikanischen Nachos zur Vorspeise kommen glänzend in Alufolie auf den Tisch, die frühlingfrische Kresse-Suppe versteckt sich im Brötchen, das edle Fleisch gart im Bratschlauch zart, die Beilage kommt im Backpapier daher und das Schoggimousse mit viel Luft liegt in der Frucht. Kleine Pakete, viel Effekt – da hat der Osterhase etwas richtig Gutes ausgeheckt! ←



Glänzendes Versteck: Tex-Mex mit Pep zur Vorspeise liefern Nachos in der Folie.

TIPP

Zu den peppigen Nachos darf es ein frischer, blumiger Wein wie der Lavaux AOC sein.



Osterüberraschung, öffne dich



Gebackenes Versteck: Originell serviert man den Zwischengang, die Kresse-Suppe im Brötli.



Kochkurs April Saucen-Zauber

Um Saucegeheimnisse geht es im neuen Volg-Kochkurs. Kreieren Sie mit unseren Kochprofis neue und klassische Saucen aller Art. Mehr Infos auf Seite 53.

Beilagenversteck im
Backpapier:
Kartoffelschnitze
im Pergament.



**ÖISE
LADE
TIPP**

Wie Sie Schokoladen-
blätter selbst machen
können, erfahren Sie im
Themenheft ab Seite 33.

Fruchtiges Versteck zum
Aufessen: Birne mit luftigem
Kern aus weisser Schokolade.



Versteck mit Durchsicht:
Ein edles Fleischfest mit
Lamm, Kalb und Schweinsfilet
ist mit dreierlei Fleisch aus
dem Schlauch garantiert.

**ÖISE
LADE
TIPP**

Servieren Sie dazu
gefüllte Knödel. Wie Sie
diese selbst machen,
sehen Sie auf Seite 11.

TIPP

Zwei, die perfekt
zusammenpassen,
sind der Nero d'Avola
Sicilia IGT Allegro
und edles Fleisch.





Unser bestes Stück Natur.

Weil die

Natur das schönste Zuhause ist.

www.agrinatura.ch



Landjäger

Unverkennbar: Fest im Biss
und würzig in der Nase.
Der ideale Snack.



Schweinskoteletts

Der Klassiker unter den Grill-
artikeln. Ein saftiger Leckerbissen,
ganz einfach zuzubereiten.



Bauernschinken

Sein mildes und würziges
Aroma verwöhnt den Gaumen.
Einfach köstlich.

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.



AGRI NATURA beruht auf den Richtlinien von IP-Suisse

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



TIPPS & TRICKS

von Jonas Schönberger

- Wer keinen grossen blumenförmigen Ausstecher besitzt, kann die Blumen auch mit Hilfe einer Kartonschablone aus dem Teig ausschneiden
- Teigblumen mit Zitronenzesten und Kräutern anrichten, als Beilage passen gedämpftes Gemüse und bunter Salat
- Blätterteig immer kalt verarbeiten
- Teigblumen vor dem Backen nochmals kühl stellen, dann gehen sie später schöner auf
- Statt Poulet Kalbfleisch verwenden
- Aus restlichem Blätterteig Apertivgebäck oder Dekorationen für einen Salat herstellen; Reste dabei nicht zu einem Teigklumpen zusammenkneten, sondern nur aufeinanderlegen und nochmals auswallen, um die einzelnen Teigschichten nicht zu zerstören.

*Zart und knusprig:
Zitronenpoulet in
der Teigblume.*

SCHRITT für SCHRITT Teigblumen



Mit einem grossen Blumen-Ausstecher Teigblumen aus Blätterteig ausstechen.



Zwei Teigblumen aufeinanderlegen, mit Eigelb bestreichen und die Ränder mit einer Gabel rundum andrücken.

③ *Teigblumen vorsichtig horizontal halbieren, Poulet und Sauce auf den Blumenboden füllen, mit der oberen Hälfte bedecken.*

Sags durch die Blätterteig-Blume:

Wer erfrischendes Zitronenpoulet stilgerecht in einer essbaren Blume versteckt, bringt den Lenz optisch und geschmacklich auf die Teller. Der buttrige Alleskönner unter den Teigen ist das wohl beliebteste Mittel, um genussvoll etwas zu verpacken. Ob Gemüse, Fleisch, Fisch, Käse oder süsse Füllungen – der Blätterteig verleiht fast allem eine knusprigluftige Hülle. Wegen seiner typischen Mehrlagigkeit, die ihn Schicht für Schicht schön aufgehen lässt, wurde er ursprünglich Mille-Feuilles (dt. «tausend Blätter») genannt.



*Feine Fischvariante mit SICILIA
... macht Geschmack auf Ostern.
Jetzt mit Rezeptetikette.*

SICILIA
lemon & lime juice

Der berühmteste Käse der Welt: im Volg in zwei verschiedenen Sorten.



EMMENTALER
SWITZERLAND

Ein Stück Schweiz

Den original Emmentaler AOC gibt's in
Ihrem Volg als Portion (Mild/Surchoix*)
und als Scheiben (Mild*). En Guete.

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Kochschule

Als Beilage zu herzhaften Gerichten oder zum Dessert: Knödel Surprise süss und salzig.

ÖISE LADE TIPP

④ Butter in einer Bratpfanne erhitzen, Paniermehl und für die salzigen Knödel zusätzlich Kräuter dazugeben, Knödel darin wenden. Süsse Knödel zum Schluss mit Kakao bestäuben.

TIPPS & TRICKS

von Jonas Schönberger

- Knödel lassen sich besser formen, wenn man etwas Maizena auf die Handflächen gibt. Semmelknödel formt man einfacher mit feuchten Händen
- Knödelmasse rund um die Füllung gut zusammendrücken, damit sie beim Kochen nicht auseinanderfällt
- Knödel brauchen Platz im Topf, daher einen breiten Topf wählen.
- Garprobe: Knödel mit einer Gabel halbieren. Ist das Innere trocken, sind sie gar. Sind sie innen noch feucht, nochmals ziehen lassen
- Nach dem Herausheben gut abtropfen lassen, so nehmen die Knödel auch eine Sauce besser auf
- Eine pikante Tomatensauce passt gut zu den Käse-Oliven-Knödeln. Nach Belieben einen Salat dazu servieren
- Zu den süssen Knödeln schmeckt eine Fruchtsauce

Von wegen, bloss ein Kloss!

Die runde Genusskugel hat erstaunlich viel drauf: Sie wird aus verschiedensten Grundzutaten wie Kartoffeln, Griess, Brot oder Quark hergestellt, kann gefüllt werden, schmeckt pikant als Hauptgang, Beilage oder Suppen- einlage ebenso wie süss zum Dessert. Berühmteste Knödel-Vertreter beider Seiten sind der Semmel- und Kartoffelknödel, der mit Aprikosen gefüllte Marillenknödel und der mit Mohn bestreute Germknödel aus Hefeteig. In unseren Schweizer Knödel-Kreationen stecken natürlich, typisch eidgenössisch, Schweizer Käse oder Schoggi.

SCHRITT für SCHRITT Knödel machen



① Quark durch ein Sieb streichen, mit Butter und Eiern verrühren, Griess und Paniermehl einarbeiten und quellen lassen.



② Etwas Masse in die Hand nehmen, Oliven und Käse oder Praline daraufsetzen, satt mit der Masse umschliessen.



③ Knödel in leicht gesalzenem Wasser sieden, aber nicht kochen. Mit einer Schaumkelle vorsichtig herausheben.



Griess und Quark braucht es für die Knödelmasse, Lindorkugeln, Oliven und Appenzeller für die Füllungen.

JETZT
NEU BEI VOLG



In mehreren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



*Kaffe eines Direktverarbeiters der in keiner Verbindung zu Pressogno AG oder dessen Vertriebspartnern stehen

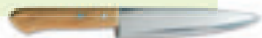
Lange mussten wir
für die Kaffee-Freiheit der
Eidgenossen kämpfen.

Pressogno präsentiert Ihnen Kaffegenuss vom Feinsten, im Nespresso®-kompatiblen Kapselsystem. Und in vier verschiedenen Sorten. Damit Sie genau den Kaffee bekommen, der Ihnen schmeckt. Auch beim Preis. Mehr Informationen zum Geschmackserlebnis erhalten Sie unter www.pressogno.ch



So schmeckt der Kaffee.

Rezept.



Ei, was für ein Hingucker!

Das vermeintlich einfache Ei blüht in seiner Rolle als Osterei richtiggehend auf. Statt wie gewohnt in schlichtem Weiss oder Hellbraun kommt es plötzlich bunt wie ein Regenbogen und verziert daher. Seinen grossen Auftritt hat das hartgekochte, gefärbte Ei beim Eier-

tütschen: Im trauten Heim beim Familienbrunch oder im öffentlichen Raum wie dem Berner Kornhausplatz werden eifrig die Eier mit der härtesten Schale ermittelt. Dieser Brauch wird übrigens nicht nur in der Schweiz zelebriert. Auch in anderen Ländern wie Österreich oder Russland heisst es am Ostersonntag: «Ei gegen Ei».



Dekorativer kulinarischer Auftritt: mit Kräutermayonnaise gefüllte Eier.

Platzanweiser zum Geniessen: Ein einfaches, originelles Tischkärtchen beim Osterbrunch sind selbstgefärbte Eier mit den Namen der Gäste.



Mit einem Cutter Buchstaben des Vornamens der Gäste aus gefärbten Eiern herausritzen oder mit einem wasserfesten Marker darauf schreiben.



Alles für den Eierspass: Mayonnaise für die gefüllten Eier, frische Eier zum Färben, hartgekochte Ostereier und süsse Zuckereier.



Rezepte zum Sammeln

Ob für's Ostermenü oder jede andere gute Gelegenheit: Auf den Volg Rezept-Flyern finden Sie jede Woche eine neue Kochidee für ein Hauptgericht sowie eine Vorspeise oder ein Dessert. Die Rezept-Flyer gibt es gratis in Ihrem Volg.



Marktplatz

Nach einer Familien-Wanderung oder einem ausgedehnten Ausflug folgte aus Kindersicht die Belohnung für alle Anstrengungen jeweils beim abschliessenden Restaurantbesuch: Noch faszinierender als all die Bergwiesen, an denen man vorbeigelaufen war, oder Dinge, die man bestaunt hatte, war der Sirup, den man dort zu trinken bekam. Während Papi primär toll fand, dass mancher Wirt das Getränk seinen kleinsten Gästen gratis ausschenkte, löste bei einem selbst vor allem das Röhrli einen Freudentaumel aus. Sirup gehört zum Kindheitsalltag wie die Gute-Nacht-Geschichte. Er fasziniert allein schon, weil er in verschiedenen bunten Farben daherkommt und damit ein einfaches Glas Hahnenwasser zum Zaubertrank macht.

Vielseitiger Verfeinerer

Später, als Erwachsener, merkt man dann, dass der Sirup einen auch von anderen Seiten zu verzaubern mag. Mit einer Flasche Sirup kommt man weit: Für ein Glas Sirup braucht es nur wenig Fruchtkonzentrat. Mit Sirup macht man es jedem recht: denen, die lieber nur einen Hauch Aroma haben, und denen, die es richtig süss mögen – jeder mischt sich seinen Sirup, wie es ihm beliebt. Und Sirup kann man bei Weitem nicht nur trinken: er verfeinert auch Desserts. Höchste Zeit, den Sirup von seiner anderen Seite zu entdecken!

Blanc Manger mit Sirupsauce

Für 4 Personen:

4 Bl. **Gelatine** in kaltem Wasser einweichen. 5 dl **Milch**, 120 g geschälte, gemahlene **Mandeln** und 2 EL **Zucker** aufkochen, 10 Min. köcheln. Mandelmilch durch ein Sieb in eine Schüssel giessen, aufgefangene Mandeln etwas ausdrücken. Nach Belieben 2–5 Tr. **Bittermandel-aroma** dazugeben. Gelatine gut auspressen, unter Rühren zur Mandelmilch geben. Kühl stellen, bis die Masse am Rand leicht fest wird. Masse glatt rühren, 1,5 dl steif geschlagenen **Vollrahm** untermischen. In kalt ausgespülte Förmchen verteilen. Im Kühlschrank 4 Std. fest werden lassen. Auf Teller stürzen, mit **Sirup** nach Wahl dekorieren und servieren.



Die «weisse Speise» Blanc Manger kennt man schon seit dem Mittelalter. Das Dessert basiert auf Mandelmilch. Der Sirup sorgt für kunstvolle Farbtupfer.

Sirup ist super! Als Kind liebt man ihn, als Erwachsener entdeckt man ihn neu – zum Verfeinern von Desserts und Drinks.

Fruchtiger Aromakünstler

**ÖISE
LADE
TIPP**

Wie Sie die Schokoladenblumen machen können, sehen Sie in unserem Themenheft ab Seite 33.

TIPPS&TRICKS

- Das Wort Sirup stammt vom arabischen Wort «sarab» (dt. Trank) ab
- Sirup immer zuerst ins Glas geben, danach mit Wasser oder Mineralwasser auffüllen
- Mit Sirup lassen sich besonders Cremes, Blanc Manger, Panna Cotta oder Glace verfeinern
- Sirup verleiht auch Aperio-Getränken wie Prosecco oder Gin, leichten Bieren wie Weissbier oder einer Bowle ein fruchtiges Aroma. Bekannte alkoholische Getränke mit Sirup sind die Berliner Weisse mit Himbeer- oder Waldmeistersirup sowie das Trendgetränk Hugo mit Holunderblütensirup
- Fruchtsirup gemischt mit kalter Milch ergibt ein erfrischendes selbstgemachtes Milch-Mix-Getränk
- An kalten Tagen schmeckt z.B. ein Orangensirup auch heiss

Sirup für jeden Gusto:
Mit Beeren-, Himbeer-,
Orangen- oder Holunder-
blütengeschmack* sowie
Blutorangensirup*.





Wenn zwei Klassiker wie der Ripasso Valpolicella DOC Superiore Zeni und der Kaltbach Emmentaler AOC aufeinandertreffen, ist Genuss auf höchstem Niveau garantiert.

Duo für schwungvolle Stunden

Anhänger von Schweizer Traditionssportarten kommen dieses Jahr im Spätsommer am Eidgenössischen Schwing- und Älplerfest in Burgdorf im Emmental voll auf ihre Kosten. Wer das Emmental jetzt schon von seiner feinsten Seite verkosten möchte, wählt am besten den berühmtesten Emmentaler: den Kaltbach Emmentaler AOC. Seine Löcher machen ihn zum wahrscheinlich bekanntesten Käse der Schweiz. Für den exzellenten Geschmack sorgt die Reifung in der Kaltbachhöhle. Dabei entstehen die sogenannten «Freudentränen» – weisse Kristalle und Wassertropfen – ein Zeichen für edle Qualität. Das nussartige Aroma und der mürbe Teig sind ausserdem bezeichnend für den Schweizer Käse-Klassiker.

Kleiner Bruder des Amarone

Klasse dazu passt ein klassischer edler Tropfen wie der italienische Rotwein Ripasso Valpolicella DOC Superiore. Er wird von der innovativen Familie Zeni, die sich bereits in vierter Generation dem Rebbau am Gardasee widmet, nach traditionellem Ripasso-Verfahren gekeltert. Dabei wird dem bereits vergorenen Rotwein im Frühjahr getrocknete Traubenschale (Trester) des Amarone aus der Verarbeitung des Herbsts zugesetzt. Es setzt eine erneute Gärung ein. Dies gibt dem Wein auch seinen Namen: «Ripasso» bedeutet in etwa «erneuter Durchgang». Durch diese wiederholte Gärung erhält der Wein mehr Farbintensität, Fülle sowie die typischen Geschmacksnuancen eines Amarone und gilt darum auch als «kleiner Bruder» des grossen Amarone. Zusammen mit dem Kaltbach Emmentaler AOC bringt er feinen Schwung an jeden Anlass, an dem man sich und seine Gäste mit etwas Besonderem verwöhnen möchte.

Wein des Monats
Ripasso Valpolicella
DOC Superiore Zeni
75 cl, statt Fr. 16.90
Fr. 12.50

Käse des Monats
Kaltbach Emmentaler
AOC
100 g, statt Fr. 3.-
Fr. 2.40

1. Lavaux AOC
2010
Schweiz

2. Chardonnay Caswell
2011
USA

3. Goldbeere Cuvée
2011
Schweiz

4. Nero d'Avola
Terre Siciliane IGT 2011
Italien

5. Ripasso Valpolicella
DOC Superiore Zeni
2010 Italien

6. Rioja DO Ca La Tonada
3 Bandas 2010
Spanien

7. Toro DO Selecccion
Solitario Oro 2010/2011
Spanien

8. Cabernet Sauvignon
Caswell 2011
USA

9. VOLGAZI!
Schweiz



Hartkäse aus der Höhle



Der Kaltbach Emmentaler AOC wird aus silofreier Rohmilch hergestellt, reift danach drei Monate in der Käserei und mindestens neun Monate in der Höhle. Nur die besten Laibe reifen in der natürlichen Sandsteinhöhle, bis sie ihre charakteristische schwarze Patina erreicht haben. Zu Beginn der Reifezeit werden die etwa 100 Kilogramm schweren Laibe mehrmals wöchentlich im Salzbad gewendet; so werden sie schön würzig.

Weinnotizen

Wer mit Wein kocht, sollte nur Weine verwenden, die er auch trinken würde. Grundsätzlich eignen sich junge Weine besser zum Kochen. Je länger der Wein mitkocht, desto einfacher darf er sein. Nimmt man denselben Wein zum Kochen, den man später zum Essen genießt, unterstützt man das Aroma des Menüs.



Charakter

Blasses Gelb. In der Nase fruchtig und blumig. Leichter, fruchtiger und bekömmlicher Chasselas

Goldgelb. Komplexe Frucht nach Limonen und reifen Pfirsichen, im Abgang Noten von Vanille und Nelken

Kräftiges Rubinrot. Vielschichtige süssliche Beerenaromen, Steinfrüchte und dezente Holzaromatik

Dichtes Rubinrot. Lieblicher Auftakt mit Beerenaromen und Gewürzen. Im Gaumen vollmundig, geschmeidig mit noble Tannin

Sattes Rubinrot. Aromen von reifen Beerenfrüchten mit Anklängen von Sauerkirschen. Weicher Auftakt, lang anhaltender Abgang

Rubinrot. Fruchtig, weich, mit feiner Eleganz

Tiefes Dunkelrot. Angenehme Aromen nach schwarzen Johannisbeeren, Brombeeren; elegante Vanillenoten

Rubinrot. Dichter, reifer Auftakt mit feinen Aromen nach Kirschen. Gut eingebundene, weiche Tannine, gefolgt von Vanillenoten und Röstaromen

Helles Gelb mit grünlichen Reflexen. In der Nase florale Noten, dezente Zitrusfrucht. Erfrischendes Prickeln, eleganter Körper, nachhaltiger, aromatischer Abgang

Trinkreife

Jung trinken bei 8–10 °C

Bis 3 Jahre bei 8–10 °C

Sofort nach Abfüllung, bis 5 Jahre bei 14–16 °C

Bis 5 Jahre bei 18 °C

Jetzt, bis 5 Jahre bei 17–19 °C, 30 Min. vor dem Servieren öffnen

Bis 5 Jahre bei 17–18 °C

Bis 5 Jahre bei 16–18 °C

Bis 4 Jahre bei 16–18 °C

Jung trinken bei 8 °C

Passt zu

Süßwasserfisch, Käsefondue, Raclette, Weichkäse, als Aperitif

Salzwasserfisch, Muscheln, gegrilltem Poulet, Kalbfleisch und mildem Käse

Thai-Curry, Wildgerichten, Wurstgrilladen, Blauschimmelkäse

Rotem Fleisch, reifem Käse, Wild

Gegrilltem rotem Fleisch, reifem Hartkäse, Pizza, Nudelgerichten mit Sauce

Grilladen, kräftigem rustikalem Essen, rotem Fleisch

Verschiedensten Fleischzubereitungen, Wild, Käseplatten

Braten, Wild, Grilladen, Käse

Gereiftem Hartkäse, als Aperitif

Pkt.

16,75*

16*

16,75

17

17,75* Jg. 2010

16

18,5*

Meine Bestellung

Anzahl 6er-Karton LAVAUX AOC, 75 cl statt Fr. 71.40 nur Fr. 58.20

Anzahl 6er-Karton CHARDONNAY CASWELL, 75 cl statt Fr. 47.40 nur Fr. 33.–

Anzahl 6er-Karton GOLDBEERE CUVÉE, 75 cl statt Fr. 75.– nur Fr. 63.–

Anzahl 6er-Karton NERO D'AVOLA TERRE SICILIANE IGT, 75 cl statt Fr. 55.80 nur Fr. 41.40

Anzahl 6er-Karton RIPASSO VALPOLICELLA DOC SUPERIORE ZENI, 75 cl statt Fr. 101.40 nur Fr. 75.–

Anzahl 6er-Karton RIOJA DOCA LA TONADA 3 BANDAS, 75 cl statt Fr. 63.– nur Fr. 47.70

Anzahl 6er-Karton TORO DO SELECCION SOLITARIO ORO, 75 cl statt Fr. 83.40 nur Fr. 62.40

Anzahl 6er-Karton CABERNET SAUVIGNON CASWELL, 75 cl statt Fr. 47.40 nur Fr. 33.–

Anzahl 6er-Karton VOLGAZ!, 75 cl statt Fr. 77.40 nur Fr. 63.–

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 4. bis 30. März 2013, solange Vorrat.

Bewertungen stammen aus dem «Weinseller 2013» von Chandra Kurt. * = speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis

Diese Aktion gilt vom 4. bis 30. März 2013, solange Vorrat.





Typisch Schweiz – Typisch Volg



«Volg war einer der Ersten, der Pommel in sein Sortiment aufnahm, und ist noch heute unser grösster Einzelabnehmer. Wir erleben Volg als angenehmen, kompetenten Partner – und das seit Jahrzehnten», so Sohn Urs und Vater Paul Zweifel, welche die Pommel AG gemeinsam leiten.

Vollreife Schweizer Äpfel, Honig, Molke und 16 Kräuter stecken im Pommel Apfelessig der Firma Zweifel mit Sitz in Zürich-Höngg.

Zuerst Essig, dann Chips

Die Firma Zweifel? Das sind doch die mit den Chips! Das sind sie auch, aber nicht nur. Allen Anfang der Familien-Erfolgsgeschichte machte 1898 die Mosterei, in der ab 1928 auch erstmals Obstessig hergestellt wurde. Die Pommes Chips kamen 1958 dazu. Die 1964 eigens für den Apfelessig Pommel gegründete Pommel AG gehört vollumfänglich der Firma Zweifel. Geleitet wird sie in dritter und vierter Generation von Paul Zweifel (76) und Urs Zweifel (43). Weitere Mitarbeitende zählt die Pommel AG nicht. Die Produktion liegt seit den 1970er-Jahren bei der Firma Fremo Interdrink AG in Muri (AG), welche den Apfelessig im Auftrag der Firma Zweifel in einem natürlichen Gärverfahren herstellt.



1. Urs Zweifel mischt die Kräuter für den Pommel Apfelessig nach einer geheimen Rezeptur im Zweifel-Firmensitz in Zürich-Höngg zusammen.



2. In Muri AG wird der Apfelessig vor dem Abfüllen kurz erhitzt. Das macht ihn lange haltbar, ohne dass Konservierungsmittel nötig sind.



3. Alles einwandfrei? – Im Labor finden immer wieder Qualitätskontrollen des Pommel Apfelessigs statt.



4. Der fertige, abgepackte Pommel Apfelessig wird für den Transport zur Volg-Verteilzentrale bereit gemacht.



Mild und bekömmlich: der Pommel Apfelessig mit Honig, Molke und Kräutern.



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.



Milder Essig und natürlicher Muntermacher

Wenn Paul Zweifel sagt, Pommel sei ein «bäumiges Produkt», merkt man, dass die Worte von Herzen kommen. Der milde Apfelessig hat es ihm und seinem Sohn Urs, welche die Pommel AG gemeinsam leiten, besonders angetan. Beide sind mit dem von Vater Heinrich Zweifel lancierten Delikatess-Essig gross geworden. Paul Zweifel war «als junger Burscht» sogar mit dabei, als der Philosoph und Naturheilkundler François Blöchlinger seine Erfindung Vater Heinrich vorstellte. Ein Essig, den Naturprodukte wie Äpfel, Honig, Molke und Kräuter so besonders machen. Vater Heinrich war begeistert. Im Pommel Apfelessig

fand er die ideale Ergänzung für den von ihm produzierten Obstessig. Das war 1964. Heute ist die handliche braune Glasflasche immer noch dieselbe wie anno dazumal. Auch wird der Pommel Apfelessig immer noch nach der Originalrezeptur hergestellt.

Gesund und ein Genuss

Streng geheim ist die Kräutermischung. 16 verschiedene Sorten mischt Urs Zweifel dafür im richtigen Verhältnis zusammen. Wie alle anderen Zutaten stammen sie ebenso von Schweizer Lieferanten wie die Flasche und der Verpackungskarton. Bestand hat auch die Fangemeinde des Apfelessigs. Be-

geisterte Konsumenten schreiben Paul Zweifel immer wieder, wie ihnen das Produkt guttut. Die einen loben die vorzügliche Verdauungsförderung oder die Bekömmlichkeit für ihren Magen, andere schwören auf ihn als Muntermacher, weitere zaubern damit schlichtweg die beste Salatsauce, die es gibt. «Das macht mich schon stolz», sagt Paul Zweifel. An ihren Salat mischen auch Paul und Urs Zweifel regelmässig den milden, aber dennoch würzigen Pommel Apfelessig. Paul Zweifel geniesst dabei gerne einen Esslöffel voll pur. «Das hält jung», ist er überzeugt. Und wenn man den 76-Jährigen so ansieht, muss man ihm recht geben.

Gegen **Husten** und **Heiserkeit** ist ein **Kräuterbonbon** gewachsen.



**JETZT
AKTUELL**
Ricola
Kräuterbonbons
im bewährten Beutel
à 125g.

* in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Ricola®

Von Natur aus gut.
www.ricola.com



Die bekannten Granini-Fruchtsäfte werden vorwiegend im Kanton Waadt hergestellt. Zu den beliebtesten Varianten gehören die Geschmacksrichtungen Reiner Orangensaft und Pink Grapefruit-Nektar.

Faszination für die Frucht

granini®



Für den kleinen und grösseren Frucht-Durst: Granini-Säfte Orange, Fruchtcocktail und Pink Grapefruit-Nektar*.

Das Geheimnis der Granini-Säfte liegt in den sonnengereiften Früchten: Sie werden nur von ausgewählten Produzenten bezogen, welche die Früchte so natürlich wie möglich anbauen und zur optimalen Erntezeit pflücken. Die schonende Herstellung findet in hochmodernen Anlagen statt, die einer permanenten Qualitätskontrolle unterliegen. Dazu setzt Granini all seine Leidenschaft und viel Know-how ein, um das volle Aroma der Frucht bis zum letzten Schluck zu bewahren.

Fruchtige Geschichte

Granini ist der meist verkaufte Markenfruchtsaft der Schweiz. Man findet Granini-Fruchtsäfte in über 70 Ländern auf allen fünf Kontinenten. Das Unternehmen wurde 1964 als Importfirma für italienische Teigwaren und Fruchtsäfte gegründet. Der Name Granini stammt vom italienischen Wort «grano» (dt. Korn) ab und bedeutet soviel wie «Körnchen». 1978 holte die Minérales Henniez SA die Säfte in die Schweiz. 2008 übernimmt Nestlé Waters (Suisse) SA die Sources Minérales Henniez SA und wird dadurch neuer Partner der Marke Granini für die Produktion und Vermarktung im Schweizer Markt.



Hase Berni bemalt
Milch
290 g

8.95

Sitzhase Flora
Milch
250 g

3.50



Eili Milch
Beutel
300 g

7.50



Bunny-Hase Dominik
Milch mit Mandel/
Honig Splittern
380 g

10.50



Hase Ruedi Pfote
Milch
200 g

7.40



Lindt Chicken
Range Huhn
35 g

2.50



Lindt Lindor Eili
Milch 3 für 2
3 x 116 g

9.60



Lindt Chicken
Range Geschenk-
packung
160 g

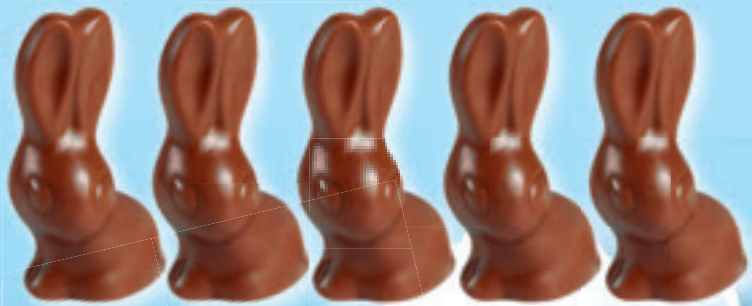
8.50



Lindt Goldhase
Milch
100 g

4.20





5 kleine Hasen
Milch
5 x 15 g **2.95**

Lindt Connaisseurs
Pralinés Ei
235 g

17.95



Cailler Milch Eili
151 g

Cailler
assortierte Eili
150 g **6.50**

MIT VOLLGAS
ZUM SÜSSEN
ÖSTER-
SPASS



Volg
frisch und fründlich

MINOR[®]

Ein Stück Glück.

*MINOR gibts
auch als Tafel.*



Unwiderstehliches
MINOR Tafel Schoggi-Mousse
unter www.minor.ch



Dorfladen

Schüler und Schülerinnen der Mittelschule in Schiers (GR) pilgern in den Pausen zahlreich zum nahe gelegenen Volg, um sich dort zu treffen und eine Kleinigkeit zu kaufen.

Treue Stammkunden im Volg Schiers: Sarah, Franziska, Pascal und Riet mit Filialleiterin Katharina Jenny (3.v.l.) und der Lernenden Tijana Grgic (4.v.l.).



Pausen-Ritual im Volg

Während den Schulpausen ist der kleine Volg in Schiers gedrängt voll und das Team um Filialleiterin Katharina Jenny hat alle Hände voll zu tun, um den willkommenen Grossansturm zu bewältigen. Nebst gekühlten Getränken sind ofenwarme Brötli, Gipfeli und Süssigkeiten gefragt. Katharina Jenny hat das Sortiment für die junge Kundschaft erweitert, denn die Schüler kommen nicht nur in den Pausen, sondern auch am Mittag vorbei: Rund 50 Sandwiches bereitet das Volg-Team frisch zu, ausserdem gibt es Salate, warme Strudel oder Pizza. «Wenn wir mal keine Lust auf das Mensaessen haben,

gehen wir zum Volg», erzählen die Schülerinnen Sarah und Franziska (beide 15). Die Pausenzeiten der Mittelschule sind in Schiers bekannt; andere Stammkunden erledigen ihre Einkäufe mit Vorliebe dazwischen.

Beziehungen entstehen

Dass der Besuch im Volg für viele Schüler zum festen Bestandteil des Schulalltags gehört, bestätigen Riet (19) und Pascal (17), die seit Beginn ihrer Mittelschulzeit jede Pause zum Volg schlendern. Tijana Grgic (17) absolviert ihre Lehre im Volg Schiers und freut sich über so viel junge Kundschaft, mit der sie zwischendurch ein bisschen scherzen kann. In den vier beziehungsweise sechs Jahren, welche die Schulzeit dauert, baut das Volg-Team eine Beziehung zu den Schülern auf. «Wir erleben den Reifeprozess der Schüler direkt mit», erzählt Irmgard Lötscher, die

seit 35 Jahren für Volg arbeitet. «Da hört man schon die eine oder andere Geschichte», ergänzt sie schmunzelnd. Wenn Ehemalige für eine Klassenzusammenkunft nach Schiers kommen, schauen sie gerne auch im Volg vorbei und staunen, wenn Irmgard Lötscher und ihre Kollegin Elisabeth Moffa sie noch kennen und sogar mit Namen begrüssen.

Volg Märkli-Sammler haben die Nase vorn.



AKTION VOM 18. - 23. MÄRZ 2013



Unilever

GEWINNE EINE
REISE INS ALL!
AXE.CH

JETZT IN IHREM
VOLG
GELANDET!



AXE APOLLO

MACHT AUS MÄNNERN HELDEN

*IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH



Ab in die Ferien heisst es für zehn Volg-Kunden. Sie haben beim Sternstunden-Wettbewerb 1 Woche in einem Sunstar Hotel nach Wahl für zwei Personen gewonnen.



Sunstar
HOTELS *****

Himmlische Hotelferien gewonnen

Zehn Gewinner und zehn verschiedene Hotels* zur Auswahl: Die Sunstar Hotels sind an den schönsten Orten in der Schweiz vertreten. Die Sternstunden-Gewinnerinnen und -Gewinner haben nun die Wahl, wo sie ihre Gratis-Ferien verbringen möchten: in Zermatt beim «Horu», beim Laubhorn in Wengen oder lieber im Luftkurort Arosa? – Für welchen Ort sie sich schliesslich entscheiden: Gastfreundschaft, Komfort und Qualität wird sie in allen nachhaltig betriebenen Vier-Sterne-Häusern erwarten.

Nicht zu träumen gewagt

Die Freude über den Gewinn war bei allen Anwesenden riesig. Ruth Walser aus Felben-Wellhausen ist «grad usgflippt», als sie den Brief mit der frohen Botschaft las. Einen Scherz machte Walter Kellenberger aus Däniken gegenüber seinem Partner Josef Gisiger, als sie das Volg-Couvert aus dem Briefkasten nahmen. «Zuerst glaubte ich, Josef hätte etwas beim Volg bestellt. Als dieser verneinte, witzelte ich, er hätte sicher den Hauptpreis gewonnen», erzählt Walter Kellenberger. So war es denn auch. Und Zdenka Powils aus Grüningen hatte eigentlich auf den Gewinn der Volg-Tasche gehofft. «Dass es aber die Woche Ferien sein würde, hätte ich nie zu träumen gewagt», erzählt sie strahlend.

Erfolgreiche Sternstunden

Ein Dankeschön für die Treue, bestehend aus attraktiven Angeboten und Wettbewerben, erwartet die Volg-Kundschaft alle Jahre im Dezember. 2012 wurden die Sternstunden bereits zum 4. Mal durchgeführt. Erneut mit grossem Erfolg. So waren Kambly-Guetzli, ein Quick-Nusschinkli, Vollmilch, ein Ripasso Valpolicella in der Magnum-Flasche oder Médaille-d'Or-Kaffee zum einmaligen Sternstunden-Preis erhältlich. Zudem gab es Preise im Wert von über 180'000 Franken zu gewinnen. «Auch dieses Jahr werden wir die Sternstunden wieder durchführen», verrät Dieter Krähenbühl, Volg-Geschäftsleitung Verkauf.

Ruth Walser aus Felben-Wellhausen, Tom Wunderer, Leiter Marketing Sunstar Hotels, Walter Kellenberger aus Däniken, Zdenka Powils aus Grüningen, Dieter Krähenbühl, Volg-Geschäftsleitung Verkauf, und Josef Notz aus Egnach mit seinen Söhnen Nico (2) und Timo (4). Leider nicht dabei sein konnten Elena Carcaterra aus Trin Mulin, Melanie Schwab aus Krauchthal, Ruedi Lipp aus Eich, Rosa Rölli aus Lommiswil, Hilda Bieri aus Sörenberg und Irene Heinrich aus Sent.

* Die Sunstar-Hotels befinden sich in Arosa, Davos (2), Flims, Klosters, Lenzerheide, Grindelwald, Wengen, Saas Fee und Zermatt.

Knorr

Hollandaise

JETZT ÜBERZEUGEN!

SPARGELN LIEBEN KNORR

Flaschenfrüchte vom Feinsten

Aktion vom 27. Februar bis 3. März 2013

ANDROS
wichtig fruchtig

100% PUR JUS PASTEURISÉ D'Oranges Pressées
DIRECT GEPRESSTER PASTEURISIERTER Orangensaft

in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich



Der Frischdienst Oberbipp ist die Drehscheibe im Westen; der Frischdienst Landquart ist auch ein Bahnhof: Blicken Sie hinter die Kulissen der beiden Verteilzentralen.

Rundgänge 2013

Die Besichtigungen der Verteilzentrale Winterthur sind ausgebucht. Die Besichtigungen in den Frischdiensten Landquart und Oberbipp finden an folgenden Daten jeweils um 16 Uhr und 17.30 Uhr statt. Dauer: ca. 2 Std. (inkl. Verpflegung):

- Montag, 4. März*
- Montag, 8. April*
- Montag, 6. Mai*
- Montag, 3. Juni
- Montag, 1. Juli*
- Montag, 5. August
- Montag, 2. September
- Montag, 7. Oktober
- Montag, 2. Dezember

*In Oberbipp bereits ausgebucht

Anmeldungen für die Volg-Rundgänge 2013

Internet: 1. www.volg.ch
 2. Rubrik «Aktuell»
 3. Volg-Rundgänge

Telefon: 058 433 55 24 (Mo bis Do)

E-Mail: corinne.hofmaenner@volg.ch

Adresse: Volg Konsumwaren AG,
 z.Hd. Frau Corinne Hofmänner,
 Sekretariat Frontservice,
 Postfach 344, 8401 Winterthur

Volg erfrischend anders erleben

Jede Volg-Verteilzentrale hat ihre Besonderheit: Der 2011 eröffnete Frischdienst Oberbipp (BE) ist die neueste Volg-Verteilzentrale und die Drehscheibe im Westen: Von hier aus werden zum Beispiel die Dorfläden im Welschland und Wallis beliefert. Effiziente logistische Abläufe und spezielle Klimazonen sind nur zwei von vielen ausgeklügelten Techniken, über die Sie hier alles erfahren. Aussergewöhnliches hat auch der Frischdienst Landquart zu bieten. Direkt vom Lager aus wird die Ware für die Volg-Läden im Engadin auf die Rhätische Bahn verladen. Hier werden zudem für alle rund 550 Dorfläden die Getränke gerüstet.

Film, Rundgang, Imbiss

Wie vom Bier bis zur Banane die Ware in die Volg-Läden der ganzen Schweiz gelangt, erleben Sie an unseren Besuchstagen. Nach einem Kurzfilm über das Unternehmen begeben Sie sich auf den rund einstündigen Rundgang. Abschliessend geniessen Sie ein feines Zvieri oder Znacht. Besuchen Sie Volg – mit Ihrer Familie, Ihren Freunden oder Ihrem Verein. Wir freuen uns auf Sie!

Gerardo Nigro, Teamleiter Abteilung Getränke, freut sich, den Besuchern im Frischdienst Landquart zu zeigen, was alles hinter seiner Arbeit steckt.



MÖVENPICK®

THE ART OF SWISS ICE CREAM

NEU
LIMITED EDITION

ENTDECKEN SIE JETZT DIE ZEITLICH
LIMITIERTEN MÖVENPICK NEUHEITEN!



SAUERKIRSCH & RAHM

BANANE & RAHM

AKTION

PROFITIEREN SIE JETZT !

20% RABATT VOM 25. - 31. MÄRZ 2013

AUF VANILLA DREAM, CARAMELITA, SWISS CHOCOLATE,
STRACCIATELLA, MAPLE WALNUT, ESPRESSO CROQUANT, PISTACHIO,
ALMOND&VANILLA 900ML

*IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTICH

ÖISI CHUCHI

DI FRISCH UND FRÜNDLICH
(HOCHSENDIG VOM VOLG)

Demnächst auf 4+

Im Alltag kocht Manuela Maag aus Schüpfen (BE) am liebsten Unkompliziertes aus regionalen Produkten. Zwischendurch geniesst sie aber auch Gerichte aus aller Welt.

Frau Maag, Sie stellen in «Öisi Chuchi» unter anderem selbstgemachte Glace vor. Ist für Sie jetzt schon Glace-Zeit?

«Glace hat bei mir immer Saison. Ich produziere gemeinsam mit meiner Schwägerin mehr als 30 verschiedene Sorten für Läden und Restaurants. In unserem Hoflädeli verkaufen wir auch Hobelkäse, Bauernwürste und andere Hofprodukte.»

Was ist Besonderes an Ihrer Glace?

«Sie hat einen höheren Rahm- und Milchanteil als industriell hergestellte Glace. Fruchtglace hat zudem einen grösseren Fruchtanteil. Das alles schmeckt man natürlich.»

Wie versüssen Sie sich das Leben?

«Eigentlich weniger mit Desserts. Auf unserer letzten Ferienreise nach Madeira genoss ich es zum Beispiel, dreimal täglich Fisch zu essen.»

Welche Küche mögen Sie besonders?

«Im Alltag schätze ich Schnelles und Unkompliziertes aus dem Ofen. Unabhängig davon ist Filetgulasch Stroganoff eines meiner Lieblingsgerichte. Und generell mag ich abwechslungsreiche Menüs aus aller Welt.»

Was schätzen Sie an Volg?

«Der persönliche Kontakt, die «Feins vom Dorf»-Produkte und die Nähe. Ich bevorzuge wenn immer möglich kurze Transportwege, nicht zuletzt aus ökologischen Gründen.»

Von lokal bis global



Es ist angerichtet: Manuela Maag aus Schüpfen präsentiert ihren heiss-kalten Desserttraum.

Manuela Maag kocht: Rotweinzwetschgen mit Zimtrahmglace

Für 4 Personen:
500 g entsteinte, halbierte Zwetschgen mit 3 EL Honig, 3 EL Orangensaft, 1 Stange Zimt, 1 Nelke und 1,5 dl Rotwein in eine Pfanne geben, ca. 8 Min. leicht köcheln. Nelke und Zimtstange entfernen, lauwarme Zwetschgen auf vier Teller oder Coupegläser verteilen, mit je 1 Kugel Zimtglace servieren.
Tipp: Hausgemachte Zimtglace von Manuela Maag ist im Volg Meikirch erhältlich. Statt Zimtglace Volg Vanille-Glace verwenden.

Das Rezept für die Ofensteaks auf Kartoffelgratin finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch



«Öisi Chuchi» auf 4+

Erstausstrahlung:
Sonntag, 3. März, um 17.30 Uhr

Wiederholungen:
Ab 10. März jeweils am Sonntag um 17.30 Uhr.
Oder jederzeit im Internet unter www.öisichuchi.ch

Jetzt auch auf Tele Südostschweiz

Die «Öisi Chuchi»-Folge aus Schüpfen (BE) läuft am:



Erstausstrahlung Fr, 15.3., ab 18.20 Uhr. Die Sendung wird regelmässig wiederholt.

NEUHEIT
Einführungspreis Fr. 9.50
statt Fr. 13.90 (bis 14.04.2013)



URSA MAIOR

RIOJA DOCA RESERVA

NEUHEIT DES MONATS

Ein Rioja Reserva wie aus dem Bilderbuch

«Vielschichtige Aromen in Nase und Gaumen von reifen Beeren wunderbar vermählt mit den Röstnoten des Holzfassausbaus, weich und füllig im Gaumen mit lang anhaltendem Abgang.»

Ein Klassewein zu einem unschlagbaren Preis.



mehr zum thema

Dekorieren und Kochen mit Schokolade

Zum Verzieren, Ausprobieren, Vernaschen und Verschenken: In unserem Schoko-Atelier zeigen wir verschiedenste Schokoladenseiten.

Willkommen im Schoko-Atelier

Käse. Uhren. Das Matterhorn. Und natürlich Schokolade, Schokolade und nochmals Schokolade sind typisch für die Schweiz wie das «Grüezi». Die beliebte Nascherei erfreut sich jahraus, jahrein grosser Beliebtheit. Besonders zu Ostern steht sie höher im Kurs denn je. In unserem Schoko-Atelier zeigt sich die Schoggi in all ihrer Vielfalt und legt überraschende Seiten an den Tag – als formschöne Dekoration, als Zutat in süssen und pikanten Gerichten oder als kreatives Mitbringsel für Schleckmäuler. Tauchen Sie auf den nächsten Seiten ein ins kunstvolle Schoko-Schlaraffenland.

**ÖISE
LADE
TIPP**

Profi-Koch und Schoko-Künstler Jonas Schönberger: «Am besten halten die Schoggi-Dekorationen, wenn die Schokolade 12 bis 24 Stunden bei höchstens 20 Grad ausgehärtet wird.»

Eine Deko aus Schoko schmeckt und ist ein echt süßer Hingucker. Möglichkeiten, die Schokolade ansehnlich in Form zu bringen, gibt es viele. Damit die Figuren optisch in voller Pracht erstrahlen, muss die Schokolade temperiert verarbeitet werden. Nur so ist sie nach dem Schmelzen und erneutem Erhitzen so schön glänzend wie

das gekaufte Ausgangsprodukt. Dafür wird die Schokolade erhitzt, leicht abgekühlt und nochmals erhitzt. Die gebräuchlichste Methode, die sich auch für kleinere Mengen eignet, ist die Tabliermethode. Das Wort leitet sich vom französischen «table» (dt. Tisch) ab und meint soviel wie auf den Tisch nehmen.

Schokolade temperieren (Tabliermethode)

- ① Schokolade zerkleinern und im Wasserbad unter gelegentlichem Rühren schmelzen. Die Temperatur darf 40 Grad nicht überschreiten.
- ② Etwa die Hälfte der geschmolzenen Schokolade auf eine saubere Arbeitsfläche giessen. Am besten eignen sich kühle Arbeitsflächen aus Marmor oder Edelstahl.
- ③ Schokolade ausstreichen und dabei mit einem Spachtel so lange hin und her bewegen, bis sie beginnt, fest zu werden. Zurück zur warmen Schokolade geben.

*Gut temperiert
ist halb dekoriert*



Schoggi-Späne

⑦ Geschmolzene Schokolade dünn auf der Arbeitsfläche ausstreichen, bis sie geschmeidig ist und die Oberfläche matt wird. Spachtel in flachem Winkel ansetzen und Späne wegschaben.



②



⑦



③



⑧

Schoko-Figuren

⑧ Gewünschte Formen auf ein weißes Papier zeichnen, Backpapier darüberlegen. Geschmolzene Schokolade in einen Spritzsack geben, Figuren nachspritzen.

⑨ Nach Belieben mit weißer Schokolade dekorieren, erkalten lassen und vorsichtig vom Backpapier heben.



④



⑨

Schokoladenblätter

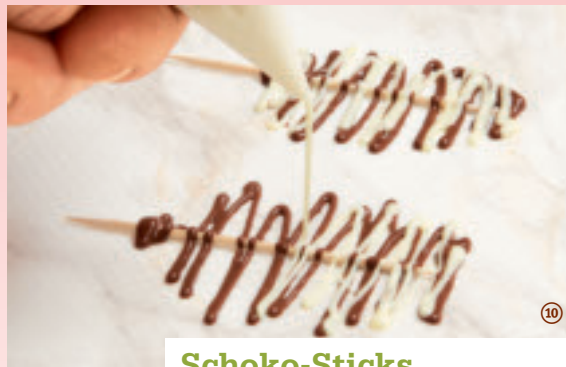
④ Blätter mit Watte sauber abreiben. Glatte Blätter direkt durch geschmolzene Schokolade ziehen.

⑤ Gewölbte Blätter von innen nach aussen mit Schokolade bepinseln. Darauf achten, dass keine Schokolade auf die Blattrückseite läuft.

⑥ Ist die Schokolade erstarrt, Blatt am Stiel anfassen und vorsichtig abziehen.



⑥



⑩

Schoko-Sticks

⑩ Holzspiesse oder Zahnstocher auf Backpapier legen, geschmolzene Schokolade in Spritzbeutel füllen, über Holzspiesse spritzen. Nach Belieben dekorieren, fest werden lassen, vorsichtig vom Backpapier lösen.



Schokoladen-Blätter für Mille-Feuilles

Geschmolzene weiße Schokolade auf einer glatten Unterlage mit einem Löffel dünn und möglichst glatt ausstreichen, erkalten lassen.



Weisse Schokoladen-Mille-Feuilles mit Beeren

Für 4 Personen:
200 g **weiße Schokolade** im Wasserbad schmelzen, auf einem Backpapier oder einer Backunterlage 12 gleichmässige ovale Flächen ausstreichen, erkalten lassen. 100 g weiße Schokolade schmelzen, vorsichtig unter 1 dl steif geschlagenen **Rahm** heben. 250 g **Beeren**, gemischt, frisch oder TK, mit 2 EL **Puderzucker** mischen. Je ein Schokoladenblatt auf den Teller legen, etwas Schokoladenmousse und Beeren daraufgeben, mit einem Schokoladenblatt bedecken. Nochmals etwas Mousse und Beeren daraufgeben, mit einem Schokoladenblatt abschliessen.

Schokolade-Koch-Parade

Schoggi-Roulade

Für 1 Roulade:

175 g **Kochschokolade** im Wasserbad schmelzen. 5 **Eier** trennen. Eigelbe mit 175 g **Zucker** schaumig rühren. Flüssige, aber nicht mehr heisse Schokolade unter Rühren langsam dazugeben. Eiweiss steifschlagen, in mehreren Portionen vorsichtig unter die Masse heben. Teig auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen, bei 180 °C 15 Min. backen. Die Oberfläche sollte fest sein, aber auf leichten Fingerdruck nachgeben. Biscuit mit einem Backpapier bedecken, vorsichtig auf die Arbeitsfläche ziehen, mit dem Blech bedeckt auskühlen lassen. Seitenränder nach Belieben gerade schneiden. 250 g **weiße Schokolade** schmelzen, 100 g weiche **Butter** und 250 g **Mascarpone** verrühren, Schokolade dazugeben, mit 2 EL **Puderzucker** zu einer cremigen Masse verrühren, auf das Biscuit streichen und mit Hilfe von Backpapier satt einrollen. Vor dem Anschneiden 1 Std. kalt stellen.





Schokolade als Kuchen, Mousse oder Guetli haben wir alle schon gegessen. Aber Chips beim Apero in eine Schokoladen-Sauce dippen und zum Hauptgang Fleisch au chocolat anrichten? Das klingt doch etwas gewöhnungsbedürftig. Jetzt gilt es: Mut haben, ausprobieren und staunen, wie gut die pikante Seite der Schokolade schmeckt. Beim herzhaften Kochen mit der süssen Spezialität eignet sich dunkle, herbe Schokolade mit einem hohen Kakaoanteil am besten. Vollmilchschokolade passt wegen ihrer Süsse hingegen weniger. Während das herzhaft-kochen mit Schokolade bei uns noch Neuland

ist, gehört die Schokolade in klassischen Kakaobaugebieten wie Mittel- und Südamerika schon lange zum Kochalltag. Zum Beispiel in Mexiko. Eine der bekanntesten Spezialitäten mit Schokolade stammt aus dem Bundesstaat Oaxaca, auch «Land der sieben Moles» genannt. Die berühmteste der verschiedenen Moles (dt. Sauce) ist die tief dunkle mit Schokolade. Sie passt zu Tortillas sowie als Dip für Gemüse und Chips. Und wer die Schokolade lieber klassisch süss mag oder gar ein komplettes Schokoladen-Menü mit Apero, Hauptgang und Dessert servieren möchte, findet zwei verführerische Naschideen.

Schweinsmedaillons mit Schokoladen-Zwiebel-Konfi

Für 4 Personen:

1 EL **Bratbutter** in einen Topf geben, 2 grosse **Zwiebeln** fein hacken, darin andünsten. 100 g **braunen Zucker** und 1 Zweig **Thymian** dazugeben, mit 5 dl **Rotwein** ablöschen, fast vollständig einreduzieren. 100 g **schwarze Schokolade** in der warmen Zwiebelmasse auflösen, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken, warmstellen. 1 EL **Bratbutter** in Bratpfanne erhitzen, 4 **Schweinsmedaillons** rundherum gut anbraten, mit **Fleischwürzmischung** würzen und im Ofen durchziehen lassen. Mit der Konfi servieren.

Tipp: Die Schokoladen-Zwiebel-Konfi passt auch zu gebratenem Poulet, Rind oder Filet im Teig.

«Oaxaca-Mole», pikante Schokoladensauce Oaxaca-Art

Für 1 Schüssel:

6 dl **Bouillon** aufkochen, 1 **Peperoncino**, 1 **Zwiebel** und 5 **Dörrpflaumen** klein hacken, dazugeben, kurz ziehen lassen. 2 **Pouletbrüste** in die Bouillon geben und 15 Min. sieden. Poulet herausnehmen, in kleine Würfel schneiden. 200 g **dunkle Schokolade** in der Bouillon auflösen, Pouletwürfel dazugeben, Sauce mit 50 g **gemahlene Mandeln** eindicken, mit **Salz**, **Pfeffer** und Koriander abschmecken.

Tipp: passt als Dip zu Gemüse, Chips oder Füllung für Tortillas.



Schokolade ist ein Mitbringsel, das bei den meisten Menschen gut ankommt. Erst recht, wenn man es selbst gemacht hat. Wer sich dabei für Bruchschokolade entscheidet, benötigt nicht einmal eine Schokoladentafel-Gussform aus dem Fachhandel. Einfach temperierte Schokolade dick ausstreichen, mit Zutaten nach Belieben dekorieren, erkalten lassen und in Stücke brechen. Eine zu Ostern passende Gabe sind kleine Marzipan-Eier-Bonbons. Nicht ganz einfach ist es, den Schokoladenüberzug glatt hinzubekommen. Der Profi-Konfiseur greift deshalb zur Trempiergabel, deren Zinken etwas weiter auseinanderliegen, damit die Schokolade besser abfließt. Doch wird der Beschenkte sicherlich grosszügig über ein paar Holperereien im Überzug hinwegsehen, wenn Sie ihm ein derart süsses Osterbonbon überreichen. Oder versuchen Sie sich an der Kür: dem selbstgemachten Osterhasen.



Ein Stück Glück verschenken



Bruchschoggi

Für 1 Tafel:
Je 125 g temperierte **weisse** und **dunkle Schokolade** in einer Schüssel marmorartig vermischen, 50 g **kandierte Früchte** und 50 g **Erdnüsse** untermischen, auf Blech streichen oder in Gratinform giessen, 1–2 Std. erkalten lassen, in Stücke brechen und in transparente Säckchen verpacken.

Tipp: Die temperierte Schokolade lässt sich auch mit Kokosraspeln, Chiliflocken, Ingwer, Sirup, getrockneten Früchten, Caramelstückchen, Smarties, zerbröselten Guetzli anreichern und für Erwachsene mit Rum, Kirsch oder Baileys verfeinern.

Marzipan-Eier-Bonbons

Für 20 Stück:
3 EL **Puderzucker** unter 200 g **Backmarzipan** kneten, aus der Masse 20 kleine Eier formen, kühl stellen. Eier mit Hilfe einer Trempiergabel oder einer kleinen Gabel in 200 g temperierte **Schokolade** tauchen, abtropfen lassen, auf ein Pergamentpapier stellen und fest werden lassen. Ausgekühlte, fest gewordene Ostereier in transparente Folie wickeln.



Osterhäsli

① Temperierte Schokolade nach Wahl ausstreichen und mit Hilfe von Schablonen benötigte Formen (2 Ohren, Körper, Kopf, Pfötchen etc.) daraus ausschneiden. Erkalten lassen.

② Mit Hilfe von flüssiger, warmer Schokolade die einzelnen Teile zusammensetzen.

③ Mit flüssiger, warmer weisser Schokolade Gesicht, Zähne und weitere Dekorationen aufmalen, Hasen ruhen lassen, bis die Schokolade hart geworden ist.



Temperiergerät und Pralinensets gewinnen!

Mit dem Temperiergerät für Schokolade, Kuvertüre und Schmelzdrops sowie dem Pralinenset werden Schokoladenträume wahr. Wir verlosen **1 Temperiergerät** im Wert von Fr. 124.- und **3 x 1 Pralinenset** inkl. 3 Trempiergabeln, Abtropfgitter und Anleitung «Kleine Pralinenkunde» im Wert von je Fr. 19.80 von Back-Art.

Schicken Sie bis zum 25. März 2013 eine Postkarte mit Ihrem Absender an:

Volg Konsumwaren AG,
«Back-Art»,
Postfach 344, 8401 Winterthur.



www.back-art.ch

Vollendetes Aroma – vollendeter Genuss!



www.lateitin.com

Verantwortungsvoll konsumieren.



Wettbewerb

Kleine Kraftpakete mit langanhaltender Power sind die Energizer Ultra+ Batterien. Dank der neuen Powerseal-Technologie speichern sie bis zu 10 Jahre Energie.



Volle
Power
im Fokus

Ob für die neue Fotokamera, das elektronische Spielzeug, Fernbedienungen, Radios, Taschenlampen, CD-Player, Rauchmelder oder Spielzeuge: Auf die Power der Energizer Ultra+ Powerseal Batterien ist Verlass. Und das bis zu stolze 10 Jahre lang. Möglich macht diese lange Lagerkapazität die neue Powerseal-Technologie aus dem Hause Energizer. Die Firma mit Sitz in den USA ist einer der grössten Hersteller von Trockenbatterien und Taschenlampen und blickt auf eine über 100-jährige Geschichte zurück. In der Schweiz ist Energizer die Batterienmarke Nummer 1.

Mit Power für die Umwelt

Wer auf Energizer Ultra+ Batterien mit der Powerseal-Technologie setzt, erhält mehr Leistung, verbraucht im Gegenzug weniger Batterien und verursacht somit auch weniger Abfall. Dies entspricht der Firmenphilosophie von Energizer: Seit vielen Jahren engagiert sich das Unternehmen für die Umwelt und ist ein branchenweiter Vorreiter bei der Abschaffung von Schwermetallen.



Eignen sich für alle Geräte des Alltags: Energizer Ultra+ Powerseal Batterien.

POWERSEAL
TECHNOLOGY

WETTBEWERB

Bis zu wie viele Jahre speichern Energizer Ultra+ Powerseal Batterien Energie?

A: 3 Jahre

B: 10 Jahre

C: 7 Jahre

1. Preis im Wert von Fr. 1400.-

Eine Nikon-Kamera D5200

2.–10. Preis im Wert von je Fr. 328.-

Eine Nikon-Kamera P310



11.–55. Preis im Wert von je Fr. 78.-

Eine Nikon-Kamera L25



→ **Mitmachen & Gewinnen**

Online: bis 24. März 2013 unter www.volg.ch/volg-magazine

Per Telefon: bis 24. März 2013 unter 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf, Festnetzstarif. Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Name und Adresse auf das Band.

Per SMS: Senden Sie bis 24. März 2013 ein SMS mit dem Keyword VOLGW und Lösungsbuchstabe an 4636, für 90 Rp./SMS.

Per Post: Lösung bis 20. März 2013 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Energizer», Postfach 344, 8401 Winterthur.

AKTION

Ladies, jetzt zugreifen!



4x27.5cl

CHF 7.65

statt CHF 9.70

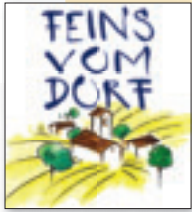
It's a Lady Thing.

Mit Verantwortung
genießen.



Gültig vom 4. bis 9.3.2013

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Feins vom Dorf

**«Fein, fruchtig
und schön cremig»**

Volg-Kundin Monika Stadler.

**«Jeden Morgen
füllen wir das
Müesli frisch ab»**

Cornelia Egli von der
Bäckerei-Konditorei Gysi.



Müesli-Liebhaberin
Monika Stadler und
Bäckerin/Konditorin
Cornelia Egli mit
Claudia Blum,
Filialleiterin Volg
Boniswil (v.l.).

Produkte mit Lokalcharakter

In allen Volg-Läden sind unter der Bezeichnung «Feins vom Dorf» lokale Spezialitäten erhältlich, die direkt aus dem Dorf oder Nachbardorf stammen. Ob frisches Brot oder knackiges Gemüse: Hinter jedem Produkt steckt ein lokaler Produzent, den man oft sogar persönlich kennt. Das Angebot ist von Volg zu Volg unterschiedlich.

Im Volg Boniswil sind nebst dem Birchermüesli auch Weine vom Weingut Lindenmann, Seengen, Eier von Leibundgut, Boniswil, sowie getrocknete Tomaten, Dörrbohnen und Dörrfrüchte von der Familie Nussbaum, Birrwil, erhältlich.



Die Birchermüesli-Zeit in der Bäckerei Gysi in Zetzwil beginnt um 4 Uhr in der Früh, wenn Birchermüesli-Konsumenten noch tief schlafen: Dann wird das «Feins vom Dorf»-Birchermüesli frisch zubereitet und abgefüllt. Betreten um 6 Uhr die ersten Kundinnen und Kunden den Volg Boniswil (AG), steht es bereits im Kühlregal. In der Frische liegt auch das Geheimnis des «Feins vom Dorf»-Produkts. Aber nicht nur: Auch die richtige Mischung zeichnet ein gutes Müesli

aus. «Die vielen Früchte, zusammen mit dem Erdbeeryogurt und dem Rahm, machen unser Müesli speziell», sagt Cornelia Egli, Produktionsleiterin der Bäckerei Gysi.

Viele feine Früchte

Die Fruchtvielfalt im kleinen Becher ist in der Tat gross: Nebst frischen Äpfeln aus der Region und frischen Bananen enthält es Ananas, Mandarinen sowie vier verschiedene Beerensorten. «Fein, fruchtig, frisch und schön

cremig», schwärmt Volg-Kundin Monika Stadler. Sie betreibt unweit vom Volg ein eigenes Nähatelier und kauft regelmässig ihr Mittagessen im Dorfladen ein. Soll dieses gesund und leicht ausfallen, ist das «Feins vom Dorf»-Birchermüesli ihre erste Wahl. Auch nach dem Fotoshooting für «Öise Lade» nimmt sie das Müesli mit – um noch ein paar Löffel mehr davon zu geniessen.



Welches Volg Waschmittel wofür?

→ Das Volg Vollwaschmittel Pulver eignet sich für weisse Wäsche und solche mit unempfindlichen Farben, da es wie alle herkömmlichen Vollwaschmittel Bleichmittel enthält. Für Wolle und Seide ist es nicht geeignet. Für Waschttemperaturen von 20 bis 95 Grad.

→ Für farbige Wäsche und empfindlichere Stoffe ist das Volg Color Waschmittel Flüssig optimal. Es kommt ohne Bleichmittel und optische Aufheller aus und schützt so die Farben. Durch seine flüssige Konsistenz werden mögliche weisse Pulverrückstände vermieden. Für Waschttemperaturen bis 60 Grad.



2,075 kg, 25 WG
Fr. **9.90**

1,5 l, 21 WG
Fr. **8.50**

1,5 kg, 50 WG
Fr. **5.20**

Ein sauberes Trio: Volg Vollwaschmittel Pulver, Color Waschmittel Flüssig und Pulver für Geschirrspüler.



**O Schreck, ein Fleck
und Geschirr voll Dreck? –
Kein Problem für die neuen
Reinigungsstars von Volg:
Sie sind die Geheimwaffe
für strahlende Sauberkeit.**

Glanzleistungen für Wäsche und Geschirr

Zahlreiche grossartige Entwicklungen stammen aus Männerhand. Nicht so die Geschirrspülmaschine. Als ihre Erfinderin gilt ohne Zweifel die Amerikanerin Josephine Cochrane. Sie reichte gegen Ende des 19. Jahrhunderts als Erste ein Patent für die von ihr entwickelte Geschirrspülmaschine ein. Wer nun glaubt, dass sie das mühevollen Abwaschen von Hand einfach leid war und deshalb nach einer bequemeren Lösung suchte, irrt jedoch: Die gute und vor allem reiche Dame ärgerte sich vielmehr über das viele Geschirr, das ihre Bediensteten beim manuellen Abwasch zerbrachen, und wollte

dem ein Ende setzen. Heute sorgen allein in der Schweiz rund 1,8 Millionen Geschirrspüler für aufwandloses Säubern des Geschirrs. Dass Teller, Gläser und Töpfe schön rein werden, dafür ist das neue Volg Pulver für Geschirrspüler zuständig. 30 Gramm pro Waschgang reichen bereits aus, um ein glänzendes Ergebnis zu erzielen.

Drei reine Schweizer

Bringt man das Wort Waschbrett heute primär mit durchtrainierten Bauchmuskeln in Verbindung, war es früher das wichtigste Utensil für saubere Wäsche. Anstelle von

Waschmitteln griff man damals noch zu einer Aschelauge und fügte dieser Duftstoffe wie Lavendel hinzu. Heute reichen ein Knopfdruck sowie ein Griff zum Waschmittel, und schon kann man sich über reine, wohlriechende Textilien freuen. Zwei saubere Waschhilfen stehen jetzt neu im Volg-Regal: das Volg Vollwaschmittel Pulver und Volg Color Waschmittel Flüssig. Sie werden wie das Volg Pulver für Geschirrspüler in der Schweiz hergestellt und zeichnen sich wie alle Volg-Hausmarken-Produkte durch eine erstklassige, mit Markenartikeln vergleichbare Qualität zum attraktiven Preis aus.



Historie



Früher wurde die Milch mit dem Leiterwagen, danach mit dem elektrischen Milchwagen zum Konsumenten gebracht.



1989:

Das Schwyzer Milchhuus bringt mit den HD-PE-Flaschen die erste abfallfreie Verpackung auf den Markt.

2001:

Die Milchhuus-Milchflasche erhält einen ultraleichten, sicheren und dichten Drehverschluss.



2004:

In diese Milchflasche wurde die Milch vom Schwyzer Milchhuus bis Februar 2013 abgefüllt.



**Die «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-
Milch vom Schwyzer Milchhuus ist
dank neuer Milchflasche und neuer
Abfülltechnik noch länger haltbar.**

Frische Milch in neuen Flaschen

Innovation gehört zum Schwyzer Milchhuus wie die Tradition. Das gilt für die Produkte aus Milch wie für die Verpackungen. So war das Urschwyzzer Unternehmen das erste, welches 1989 eine rezyklierbare Milchflasche auf den Markt brachte. Jede Flasche wird zu 100 Prozent wiederverwertet – wobei sie aus hygienischen Gründen nur einmal als Milchverpackung eingesetzt wird. Dies gilt auch für die neueste Generation der innovativen Milchflaschen aus dem Schwyzer Milchhuus, die seit Februar auf dem Markt ist.

Neue Flasche mit Vorteilen

Nebst der umweltfreundlichen Verpackung bietet die neue Flasche weitere Vorzüge. Durch das neue Design hat sich die Stabilität der Flasche erhöht, wobei darauf geachtet wurde, dass kein zusätzliches Material bei der Herstellung verwendet werden muss. Weil sie steril hergestellt und keimarm abgefüllt wird, kommt der Konsument in den Genuss von länger haltbarer Milch. Und das, obwohl die

Milch auf nicht mehr als 73 Grad erhitzt wird, so dass alle Vitamine und Spurenelemente erhalten bleiben. Auch die neue Flasche ist leicht, handlich und konsumentenfreundlich. Dank dem dicht schliessenden Drehverschluss kann man sie bedenkenlos legen oder die Schoggimilch direkt in der Flasche zubereiten. Das 1899 gegründete Schwyzer Milchhuus wird in vierter Generation von der Familie Reichmuth geführt. Auf modernen Anlagen werden jeden Tag mehrere Tausend Liter Milch schonend pasteurisiert und abgefüllt. Ausserdem werden über 20 verschiedene eigene Käsesorten produziert.



2013:

*Seit Februar ist die
neueste Flasche auf
dem Markt.*



neu Novissimo

Süsse gesunde Pausen-Power

Eine spannende Kombination aus 100 Prozent Vollkorn und feiner Schweizer Milkschokolade ist Dar-Vida Choco au lait.

Papi packt ein Päckchen in die Aktentasche, die beiden Kids je eines in ihren Schultaschen und Mami nimmt eins mit ins Handtäschchen: Das praktische 4 Pocket-Pack von Dar-Vida beinhaltet Pausen-Snacks für die ganze Familie und ist ideal für unterwegs. Dar-Vida-Produkte sind der Inbegriff des gesunden Vollkorngebäcks für zwischendurch. Frisch geschrotet in Schweizer Steinmühlen wird das Getreide mit anderen naturbelassenen Rohstoffen sowie Meersalz schonend zu feinen Vollkorncrackern oder Vollkornbiscuits gebacken.

Süsser Sattmacher

Etwas Gesundes naschen und trotzdem Schweizer Milkschokolade geniessen kann man mit Dar-Vida Choco au lait, die neu im Volg erhältlich sind. Weil das Biscuit zu 100 Prozent aus Vollkorn besteht, ist der genussvolle Snack für alle Schoggi-Liebhaber doch noch ein bisschen gesünder und sättigt länger. Die vollkornigen Energiespender von Dar-Vida stammen aus dem Schweizer Familienunternehmen Hug mit Sitz in der Innerschweiz.

neu



statt Fr. 4.85
Fr. 4.35

Zum Snacken:
Dar-Vida, Choco au lait,
4 Pocket-Pack, 184 g



statt Fr. 4.30
Fr. 3.85

Zu Pasta:
Barilla Sugo Olive, 400 g



statt Fr. 9.50
Fr. 7.50

Zum Apero:
Besitos Valentino
Moscato Valencia DO,
75 cl



-31%
statt Fr. 13.90
Fr. 9.50

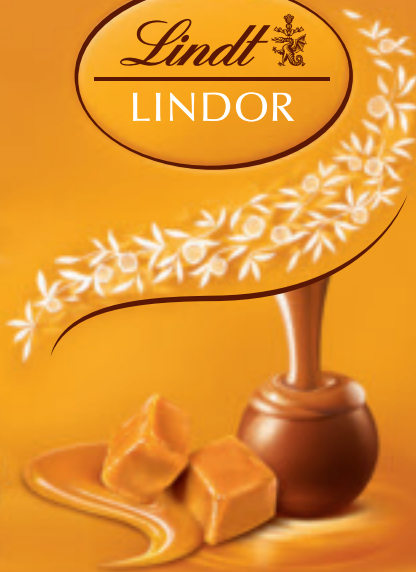
Zum Feierabend:
Rioja DOCa Reserva,
Ursa Maior, 75 cl



NEUHEITEN VON LINDT

LINDOR
Caramel 200g

9.35
statt 10.40



CARAMEL IN SEINER ZARTESTEN FORM



Lindt Mini Pralinés 150g

11.95 statt 13.30



Lindt Milch CRUNCHY 100g

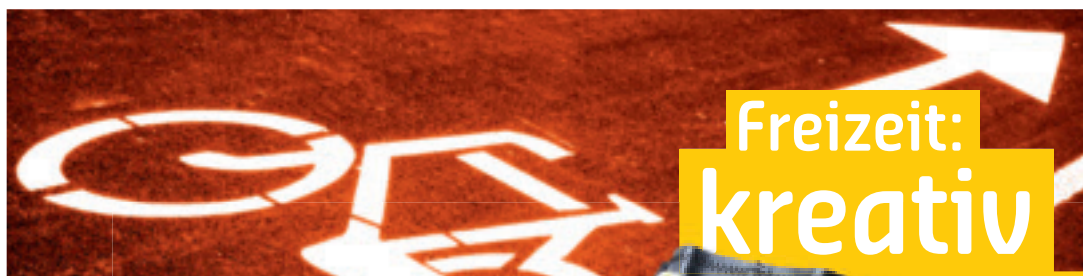
2.35 statt 2.65

Three Balisto 8+2 bars are shown in their packaging: Yoberry-Mix (purple), Korn-Mix (orange), and Muesli-Mix (green). Each bar is decorated with the Balisto logo and the text '+2 GRATIS'. The bars are shown next to a chocolate-covered bar and some nuts.

natürlich han ich's gärn.



Bringen Sie den Freizeitspass ins Rollen: beim Gestalten mit den eigenen Händen, Saucen-Kochen mit Profis oder Basteln eines Ostergeschenks für Hobbyköche.



Freizeit: kreativ in Fahrt

Aus Veloschläuchen werden Accessoires, aus Knete entsteht Tischschmuck, aus Weiden eine Wanddeko und aus natürlichen Rohstoffen Kosmetik: In den neuen NATURENA-Kursen können Sie erneut erleben, was sich aus verschiedensten Materialien Verblüffendes herstellen lässt. Alle Infos finden Sie auf Seite 55. Erstaunlich viel haben auch Saucen zu bieten: Sie setzen einem Gericht erst die Krönung auf. In unserem Kochkurs «Saucen-Zauber» verraten unsere Profi-Köche ihre Saucengeheimnisse und bereiten mit Ihnen auf verschiedenste Arten neue und klassische Saucen zu.

Heisses Geschenk für coole Köche

Ob Profi- oder Hobbykoch: Der Ofenhandschuh ist ein unverzichtbares Utensil in der Küche und ein Geschenk, das immer gut ankommt. Erst recht, wenn er selbst gestaltet ist und passend zum Osterfest als Ofenhandschuh-Osternest überreicht wird – gefüllt mit kleinen Naschereien. Wir wünschen viele süsse Freizeit-Stunden!



Ich war einmal ein Veloschlauch: Accessoires aus Veloschläuchen werden im NATURENA-Kurs auf dem Volg Erlebnishof Seebachtal geschaffen.



Kochkurs

Vielseitiger Saucen-Zauber. Seite 53



Ambiente

Ofenhandschuh als Ostergeschenk. Seite 57



Teens

Dressurreiterin Tamara-Lucia Roos. Seite 59

GEWINNE EINZIGARTIGE ERLEBNISSE MIT O B L I V I O N



O B L I V I O N

AB 11. APRIL IM KINO

WWW.OBLIVION-FILM.CH



© 2012 UNIVERSAL STUDIOS A COCA-COLA COMPANY

© 2013 The Coca-Cola Company. Coca-Cola zero, Coke zero, die Konturflasche und die dynamische Wellen sind eingetragene Schutzmarken der The Coca-Cola Company.

Teilnahmecode auf jeder 0.5L PET. Kein Kaufzwang. Gratisteilnahme unter 0848 808000.



Butty

DEPUIS 1890

Machen meine Schweizer Gerichte unwiderstehlich

Die neuen Gewürzmühlen von Butty mit einstellbarem Mahlgrad.

Mühle «Knoblauch & Salz Mix» in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

butty.ch
facebook.com/butty



**Es hat freie Plätze im Kurs
Indisch fantastisch
13.03. in Aarau
22.05. in Oerlikon**

VORSCHAU

PASTA IN ALLER FORM Pasta lieben alle! Wie in bella Italia machen wir an diesem Abend Pasta selbst, stellen Teige her, färben und füllen sie, bringen sie in verschiedenste Formen und kreieren passende Pasta-Saucen.

14. MAI 2013 IN GOSSAU
14. MAI 2013 IN WANGEN a. d. AARE
15. MAI 2013 IN AARAU
15. MAI 2013 IN OERLIKON

EIN TRAUM VON SOMMERBUFFET Das nächste Fest unter freiem Himmel kommt bestimmt. Wir geben Ihnen heisse Tipps, wie Sie ein cooles Buffet für die kleinere oder grössere Gästeschar anrichten. Holen Sie sich neue Ideen für einen kulinarischen Sommertraum.

11. JUNI 2013 IN WANGEN a. d. AARE
12. JUNI 2013 IN AARAU
12. JUNI 2013 IN OERLIKON
26. JUNI 2013 IN GOSSAU

MEDITERRANE GEBÄCKE Mit Zutaten aus dem Mittelmeerraum und mit Schweizer Backzutaten kreieren wir verschiedenste mediterrane Gebäcke wie Focacce oder Piadine, die perfekt zum Grillplausch passen, nach Ferien schmecken und sich als Mitbringsel eignen.

1. JULI 2013 IN AARAU
2. JULI 2013 IN WANGEN a. d. AARE
10. JULI 2013 IN OERLIKON
10. JULI 2013 IN GOSSAU

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

**Melden
Sie sich rasch
an. Die Teilneh-
merzahl ist
beschränkt.**

Bezaubernde Saucen-Geheimnisse

Der Saucenkoch ist sozusagen der King oder die Queen in der Küche: Den Saucier bezeichnet man nämlich gern als Königsposten in der Küchenbrigade. Mit gutem Grund: Die passende Sauce oder raffinierte Butter setzt vielen Gerichten erst die Krönung auf. Unsere Koch-Profis verraten Ihnen an einem unterhaltsamen Abend pfiffige Saucengeheimnisse und bereiten mit Ihnen auf verschiedenste Arten neue und klassische Saucen für kleine und grössere Fleischstücke zu. Als Supplement gibt es Kniffe, Tipps und Tricks rund um die Sauce.

«Saucen-Zauber» bei ...



**CULINEA IN OERLIKON
MIT JONAS SCHÖNBERGER:**

10. April, 18.30–22.30 Uhr
www.culinea-kochstudio.ch
Telefon 044 388 44 66
Culinea Kochstudio,
Affolternstrasse 52
8050 Zürich-Oerlikon
info@culinea-kochstudio.ch



**COOKUK IN AARAU
MIT SUSANNE VÖGELI:**

10. April, 18.00–22.00 Uhr
www.volg.ch
Telefon 062 823 52 92
Cookuk, Schachenallee 29
5000 Aarau
mail@cookuk.ch



**PETER'S KOCHSCHULE IN
GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:**

15. April, 18.30–22.30 Uhr
www.peters-kochschule.ch
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:**

23. April, 18.30–22.30 Uhr
www.tatort-kochschule.ch
Telefon 032 682 00 08
Tatort-Kochschule, Vorstadt 13
3380 Wangen an der Aare
info@tatort-kochschule.ch

Innovativ statt improvisiert

Neu: Tempo Feuchte Toilettentücher im Komfortbeutel mit Saugnapf



NEU!

Tempo Feuchte Toilettentücher – immer in greifbarer Nähe: Hängen Sie Ihr feuchtes Toilettenpapier im Komfortbeutel jetzt direkt neben das trockene.

- Mit Saugnapf für leichtes Anbringen
- Mit wiederverschließbarem Clip gegen Austrocknen

Für das sichere Gefühl von Sauberkeit.

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

www.tempo.net

**Glänzend und duftend
in den Frühling mit Ajax!**

IN AKTION

vom 04.-09. März 2013

Geh auf www.ajax.ch

und **GEWINNE**

1 von 3 Putzhilfen
für **50 Stunden***!

PUTZARBEIT
KAUFPFLEGE IST VERTRAUENSACHE

Sauberkeit mit Leichtigkeit.

*Teilnahmeschluss: 07.04.2013. Barauszahlung der Preise möglich.

Mit Knete, Weiden, Ölen und Veloschläuchen machen Sie sich in den neuen NATURENA-Kursen ans Werk und kreieren Schönes und Verschönerndes.

Frühlingsfrisch in aller Form



Fricktal:
Geflochtener Wandschmuck

- ① Fr, 19.04.13, 9–16 Uhr
- ② Sa, 20.04.13, 9–16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau
Programm: Ob draussen auf Balkon oder Terrasse oder drinnen in den Wohnräumen: Dieser Wandschmuck zieht überall die Blicke auf sich. Aus verschiedenen Weidensorten, diversen Schnüren, Bändern, Rattan- und Pedigrohr flechten Sie einen wunderschönen Wandschmuck. Zum Unikat machen ihn verschiedene Materialien wie Schwemmholz, Muscheln, Steine, Tonwaren, Garne, Wolle oder gar Perlen, die Sie in Ihr Flechtwerk einfügen.
Teilnehmer: 10 Personen ab 12 Jahren (Kinder nur in Begleitung Erwachsener)
Mitbringen: Muscheln, Steine, Tonwaren, Stroh, Garne, Wolle, Perlen, Holzkugeln, Schwemmholz und andere Materialien, die Sie ein- bzw. verflechten möchten
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt.
Leitung: Werner Turtschi, Hondrich, www.korbmacher.ch
Preis: Fr. 150.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihren Wandschmuck inklusive



Seebachtal: Accessoires aus Veloschläuchen

- ① Sa, 06.04.13, 10–15 Uhr
- ② Fr, 12.04.13, 10–15 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen
Programm: Absolut im Trend sind Accessoires aus Veloschläuchen. Die Kursleiterin zeigt Ihnen, wie Sie einen gereinigten Veloschlauch fachgerecht zerschneiden. Die einzelnen Stücke können Sie je nach Wunsch zu einem Handy-Täschchen passend für Ihr Mobiltelefon, zu einem Gürtel, Geschenktäschchen oder einer Kofferetikette zusammennähen. Um diese künftigen Recycling-Teile wird man Sie beneiden: Sie sehen nicht nur toll aus, sie sind auch sehr robust.
Teilnehmer: 10 Personen ab 15 Jahren
Mitbringen: Nähmaschine mit Nadel Stärke 100, leere Spule, Teflonfüsschen (falls vorhanden), Nähnadel, Schere, Stecknadeln, Cutter, Masstab
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt.
Leitung: Regula Wolfensberger, Zumikon
Preis: Fr. 120.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihre Accessoires inklusive



Werdenberg:
Naturkosmetik

- ① Fr, 26.04.13, 10–17 Uhr
- ② Sa, 27.04.13, 10–17 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Karmaad, 9473 Gams
Programm: Kosmetikprodukte aus natürlichen Rohstoffen sind gut verträglich und eine wohltuende Pflege für Haut und Seele. Sie erhalten eine Einführung in die Vorteile der Naturkosmetik und erfahren mehr über die benötigten Rohstoffe zu deren Herstellung sowie die Dosierung. Dann tauchen Sie ein in die Welt der ätherischen Öle und fetten Pflanzenöle und erstellen einen Hand- und Lippenbalsam, Körperbutter, ein Gesichtereinigungsfluid sowie einen Parfumstick.
Teilnehmer: 10 Personen ab 18 Jahren
Mitbringen: Stift und Block für persönliche Notizen
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt.
Leitung: Melanie Haltner, Frumsen, www.feeling-schweiz.ch
Preis: Fr. 195.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material im Wert von Fr. 90.– für Ihre Kosmetikprodukte inklusive



Zugerland:
Bunte Tischdekorationen

- ① Fr, 12.04.13, 9–16 Uhr
- ② Sa, 13.04.13, 9–16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Hofmärcht, Deinikon 9, 6340 Baar
Programm: Dank seiner hohen Formstabilität und der umfangreichen Farbauswahl ist die Knetmasse Fimo auch ein vielseitiges Basismaterial für Dekorationsgegenstände. Sie formen bunte Streuartikel und originelle Gebrauchsgegenstände für den Esstisch, es kann aber auch etwas Feines für die festliche Tafel sein. Die bezaubernden, im Backofen gehärteten Tischdekorationen sind immer auch gern gesehene Gastgeschenke nach einem gemütlichen Beisammensein.
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, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihre Tischdekoration inklusive

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, 8–12 und 13–17 Uhr
Adresse: Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Naturena», 8404 Winterthur
Anmeldeschluss: 15. März 2013.

Strahlend sauber ab 20 °C



Die Persil **20°-Leuchtkraft-Formel** bietet beste Persil-Reinheit bereits ab 20 °C und sorgt so sogar nach häufigem Waschen für strahlend saubere Wäsche.

www.persil.ch

Da weiss man, was man hat.



Ein selbst gestalteter
Ofenhandschuh kommt bei
Hobbyköchen immer gut an.



Volg Märkli-Sammler haben Sparpotenzial in Aussicht.

Ofenhandschuh als Osterüberraschung

Mit Ofenhandschuhen ist es wie mit Schlüssel: Man kann sie immer gebrauchen. Wer einem begnadeten Hobbykoch ein einzigartiges Ostergeschenk machen möchte, punktet mit einem selbst gestalteten Ofenhandschuh. Der Fantasie sind beim Bemalen und Dekorieren keine Grenzen gesetzt. Im gestalteten Handschuh versteckt man danach kleine Süßigkeiten und schon ist das besondere «Osternestli» fertig. Der Ofenhandschuh kann auch mit Gutscheinen oder auf Zettel geschriebenen guten Wünschen gefüllt werden. Bei weiblichen Köchen darf es ruhig etwas zarter sein. Die Blumen werden mit Textilfarbe aufgemalt. Auf den Blütenstempel nach dem Trocken mit einer Filznadel etwas gelbe Kardwolle nähen. Maschen aus rosa Bändern annähen.

3 GUTE TIPPS

- Nicht auf jedem Stoff hält Textilfarbe gleich gut. Im Fachhandel sind Ofenhandschuhe erhältlich, die sich zum Bemalen mit Textilfarbe eignen.
- Die Textilfarbe muss ca. 24 Std. trocknen. Farbe danach mit dem Bügeleisen ohne Dampf ca. 5 Min. fixieren.
- Strasssteine, die mit einem Leimfilm beschichtet sind, können auch durch ein Backtrennpapier aufgebügelt werden. Für Strasssteine ohne Leimbeschichtung gibt es speziellen Strasssteinkleber.



Mit Textil-Paintern kann man auf den Ofenhandschuh schreiben, was man möchte.



Strasssteine mit einem Strass-applikator (im Bastelgeschäft erhältlich) fixieren.



Zum Verzieren: Marabu Textil-Painter Plus und Textil-Painter Plus Glitter zum Schreiben von Texten; Marabu Textilfarben zum Bemalen von Flächen, gelbe Kardwolle, ein rosa Band für die Masche.

Nestlé
LC¹
Reguliert sanft und
natürlich die Verdauung

Geniessen
Sie den Frühling
mit Nestlé LC¹



Nestlé LC¹ ist seit über 15 Jahren das beliebteste probiotische Joghurt der Schweiz und hält, was die Werbung verspricht: «LC¹ reguliert sanft und natürlich die Verdauung».

* In kleineren Filialen evt. nicht erhältlich.

Die von Volg gesponserte Dressurreiterin Tamara-Lucia Roos aus Waltenschwil (AG) startet Ende Februar in ihre erste internationale U-21-Saison.

Erfolgreich hoch zu Ross

Noch bevor sie überhaupt laufen konnte, sass Klein Tamara-Lucia auf einem Pferd und ritt mit ihrer Mutter lachend durch die Gegend. Was ihr als Kleinkind Spass machte, ist noch heute ihre grosse Passion. Und noch ein bisschen mehr: Die 18-Jährige widmet sich sozusagen voll dem Dressurreiten. «Entweder ganz oder gar nicht», sagte sie sich, als sie sich entschied, als Dressurreiterin an Turnieren teilzunehmen. Seither schreibt sie Erfolgsgeschichte hoch zu Ross: Bereits mit 14 Jahren erwarb sie die Dressurlizenz und war damit deutlich jünger als der Durchschnitt. «Ich war oft überall die Jüngste», erzählt sie.

Nicht so easy, wie es aussieht

Heute ist sie Mitglied im Junioren-Nationalkader U-21; 2013 wird zudem ihr erstes internationales Jahr mit Wettkämpfen in ganz Europa in dieser Kategorie. Tamara-Lucia tut viel für ihren Erfolg. Sie trainiert täglich, zwei Mal pro Woche mit der Trainerin, einmal geht sie ins Krafttraining. Denn, was für den Zuschauer easy aussieht, erfordert viel Power und Können: «Einem 650-Kilogramm-Pferd durch den Sitz und mit Beindruck zu vermitteln, es solle jetzt eine Pirouette machen, ist nicht so einfach», sagt sie. Ihr grösster Traum liegt denn auch, wen wundert's, auf dem Rücken der Pferde: Nach der Matura an der Sport-Kanti Aarau würde Tamara-Lucia am liebsten nur reiten.



Ross und Reiterin turniergerecht gestylt: Tamara an einem Wettkampf mit ihrem Wallach Hero.

Tamara-Lucia Roos mit einem ihrer drei Pferde, San Agricantus: «Es ist toll, dass Volg auch Nachwuchssportler unterstützt, die noch nicht so bekannt sind, aber ihren Sport mit grosser Begeisterung ausüben.»

Schritt für Schritt, schaffen wir eine Veränderung!

Hinter jeder guten Chiquita Banane liegen mehr als 20 Jahre nachhaltigem Banananbaus. Chiquita erfüllt die höchsten sozialen und ökologischen Standards in der Industrie, da wir glauben dass es in unserer Verantwortung liegt, die richtigen Dinge sowohl für unsere Mitarbeiter als auch für die Umwelt, in der wir agieren, zu tun.

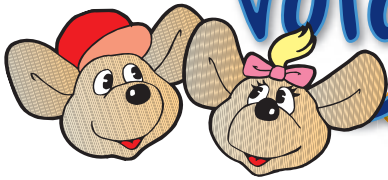
Das ist der Grund dafür, warum 100% unserer eigenen Bananen-Plantagen einer Prüfung unterzogen wurden und mit den Zertifizierungen zweier weltweit anerkannten, unabhängigen Organisationen SA8000 und Rainforest Alliance ausgezeichnet wurden. Für eine bessere Welt. Und eine bessere Banane.

Mehr Informationen unter
www.chiquita.ch



Nichts schmeckt
wie eine Chiquita

Freizeit



volgi & volgine

Haha, hoho, hihi!

«Je mehr Farben ein Essen hat, desto gesünder ist es», erklärt der Vater beim Znacht seinen Kindern. «Darum habe ich heute einmal mehr besonders bunt gekocht – nämlich in 5 Farben.»
Meint Louis: «Sogar in 6, wenn man die angebrannten Teile mitzählt.»

Beim Comic- Zeichner

Wie entsteht ein Comic? Wie zeichnet man Gefühle? Volgi & Volgine haben einen Comic-Zeichner besucht und nachgefragt. Er verrät die Antworten und gibt einfache Tipps zum Selberausprobieren.



Hannes: «Was hast du von deinem Grosi zum Geburtstag bekommen?»

Jan: «Siehst du dieses neue, blaue Rennvelo?»

Hannes: «Wow! Dein Grosi hat aber einen super Geschmack!»

Jan: «Ja, es schenkte mir Wollsocken in genau dieser Farbe.»

«Mami, ich habe sehr gute Neuigkeiten!»
«Was ist passiert, Sina?»
«Du hast mir doch versprochen, dass ich für jede Note 6 in Mathe 5 Franken bekomme.»
«Ja, und?»
«Wir haben schon wieder Geld gespart.»

Wo ist Tante Gerda?

Tante Gerda feiert Geburtstag.
Doch wo ist sie?
Und: Wo sind Volgi & Volgine?



Einladung





BUTTERFLY

HAUCHDÜNN UND SO LEICHT UND SCHÖN WIE EIN SCHMETTERLING



Für kurze Zeit – die einzigartigen Butterfly in der gelben oder grünen Frühlingsdose 160g.

**2x750g
Action**



2x750g

+



**gratis
Nachfülldose**

17.90*
statt 22.90

=



Caotina®

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Angebot gültig vom 25.03.2013 bis 31.03.2013



Für Spargelfans ist es ein Gefühl wie Weihnachten und Geburtstag zusammen, wenn sie die ersten knackigen grünen und weissen Stangen in der Gemüseabteilung entdecken. Endlich kann man wieder Spargelsüppchen kochen, Spargeln mit Schinken geniessen, ihn mit Sauce hollandaise anrichten oder als frühlingsfrische Beilage zu einem Stück Fleisch servieren.

Kalorienarm, nährstoffreich

Zulangen darf man beim Frühlingsgemüse Nr. 1 mit gutem Gewissen: Mit nur knapp 20 Kalorien pro 100 Gramm ist der Spargel ein richtiger Schlankmacher. Im Gegenzug

enthält er umso mehr Gesundes für den Körper. Zum Beispiel blutdrucksenkendes Kalium, verdauungsfördernde Ballaststoffe oder wertvolle Vitamine. Vom Spargel kann man sich also ruhig eine grosszügige Portion auf den Teller laden. Wichtig ist nur, dass er rasch auf den Tisch kommt: Im Kühlschrank lässt er sich nur zwei bis drei Tage aufbewahren. Am besten, man wickelt ihn dafür in ein feuchtes Tuch. Befristet ist leider auch die Spargelzeit: Traditionell wird die Ernte am Johannistag, dem 24. Juni, beendet. Darum heisst es jetzt: zugreifen und den Spargel in all seiner Vielfalt geniessen.

Der weisse wächst unterirdisch, der grüne oberirdisch: Ausserirdisch gut und gesund obendrein sind beide Spargel.



Spargel-Duo: Flan und Salat

Für 4 Personen:
500 g **grüne Spargeln** und 500 g **weisse Spargeln** waschen, schälen. Separat in Salzwasser mit 1 EL **Butter** und etwas **Zucker** weickochen. Je die Hälfte der grünen und weissen Spargeln in 2–3 cm lange Stücke schneiden, in Schüssel geben, mit 3 EL **Oliveneröl**, 2 EL **Aceto balsamico rosso** und Saft von 0,5 **Zitrone** marinieren, beiseitestellen. Restliche Spargeln kleinschneiden. Grüne und weisse Spargeln in separate Behälter geben. Mit je 1 **Ei** und 0,5 dl **Rahm** fein pürieren, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken, 4 ausgebutterte Förmchen zur Hälfte mit weissem Spargelmus füllen. Mit grünem Spargelmus auffüllen. Im Wasserbad im Ofen bei 180 °C 45 Min. pochieren. Flan am Rand mit einem Küchenmesser lösen, auf Teller stürzen. Spargelsalat mischen, um den Flan anrichten.



Nützlicher Helfer: Spargel vom Köpfchen zum Schnittende schälen; die Spargelspitze dabei auslassen. Beim zarten grünen Spargel nur das untere Drittel sparsam schälen.

TÄGLICH FRISCH

TÄGLICH FINDUS



Fair zum Meer

FINDUS Fische werden frisch aus dem offenen Meer gefangen. Daher ist es uns ein wichtiges Anliegen, die Bestände durch verantwortungsvolle Fischerei für zukünftige Generationen zu erhalten.



Cherrytomaten-Lollies

Zutaten für 20 Stück:

- 20 Cherry-Tomaten
- 1 Becher Hüttenkäse
- 1 Bd. Schnittlauch, gehackt
- Salz, Pfeffer, Paprika

Zubereitung:

1. Mit einem Zackenmesser bei den Cherry-Tomaten vorsichtig je einen «Deckel» abschneiden, mit einem kleinen Löffel Kerne entfernen.
2. Hüttenkäse mit Schnittlauch vermischen, würzen, in Tomaten füllen. «Deckel» wieder aufsetzen, anrichten.

Zubereitung: 15 Min.



Zucchini-Sushi

Zutaten für 15 Stück:

- 3 Zucchini
- 180 g Crème fraîche
- 1 EL Kräuter, gehackt
- Curry, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Mit dem Sparschäler bei den Zucchini rundum Streifen abschälen. In je 5–6 Stücke schneiden und mit einem kleinen Löffel aushöhlen.
2. Crème fraîche und Kräuter vermischen, mit Curry, Salz und Pfeffer würzen, in die Zucchini füllen.
3. Mit frischen Kräutern garnieren und anrichten.

Zubereitung: 15 Min.



Frühling im Salatblatt

Zutaten für 15 Stück:

- 5 Bl. Kopfsalat, gross, gewaschen
- 0,5 EL Olivenöl
- 100 g Rohschinken, in feine Streifen geschnitten
- 0,5 Zwiebel, fein gehackt
- 150 g Kräuterfrischkäse
- 0,5 EL Peterli, gehackt
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Salatblätter sorgfältig auslegen, mit einem Küchenpapier etwas trocken tupfen. Rippe wegschneiden und Blätter in 4–5 cm breite Streifen schneiden.
2. Olivenöl in einer Bratpfanne erhitzen, Rohschinken und Zwiebeln dazugeben, dünsten, bis die Zwiebeln glasig sind, etwas abkühlen lassen.
3. Frischkäse in eine Schüssel geben, Zwiebel-Schinken-Mischung und Peterli dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Frischkäsemasse auf den Salatstreifen verteilen, vorsichtig austreichen. Salatblätter einrollen, auf einer Platte anrichten.

Zubereitung: 20 Min.



Nachos in der Folie

Zutaten für 4 Personen:

- Alufolie
- 2 Pack Tortilla-Chips
- 100 g Appenzeller, gerieben
- 1 Peperoncino, gehackt
- 4 EL Sauerrahm
- 1 Avocado, in feine Würfel geschnitten
- 1 EL Peterli, gehackt

Zubereitung:

1. Aus Alufolie 4 grosse Quadrate schneiden, Tortilla-Chips darauf verteilen.
2. Käse und Peperoncini darüberstreuen, im Ofen bei 200 °C Oberhitze 3–5 Min. überbacken.
3. Chips samt Folie in einer Schüssel oder einem Suppenteller anrichten. Mit Sauerrahm, Avocado-Würfeln und Peterli garnieren, zu einem Säckchen formen, Enden verschliessen, sofort servieren.

Zubereitung: 20 Min.

Kresse-Suppe im Brötli

Zutaten für 4 Personen:

- 1 EL Butter
- 100 g Kresse, gewaschen
- 0,5 Zwiebel, gehackt
- 2 EL Mehl
- 3 dl Weisswein
- 6 dl Hühnerbouillon
- 4 Brötchen (z.B. Semmeli)
- 1 dl Vollrahm
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Butter in einem Topf erhitzen, Kresse und Zwiebeln dazugeben, andünsten.
2. Mit Mehl bestäuben, nochmals etwas dünsten, mit Weisswein ablöschen, einkochen.
3. Bouillon dazugeben, alles 15–20 Min. köcheln. Von den Brötchen einen Deckel abschneiden, Brötchen aushöhlen, dabei einen Rand von 1–2 cm stehen lassen. Ausgehöhlte Brötchenmasse in die Kresse-Suppe geben, kurz aufkochen, mit dem Mixstab fein pürieren, Rahm dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Suppe auf die Brötchen verteilen, Deckel aufsetzen und servieren.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: an Stelle von Kresse Spinat verwenden.



PURINA
ONE[®]

DANK PURINA ONE STERILCAT
STRAHLT IHRE KATZE TAG
FÜR TAG GESUNDHEIT AUS.

Speziell von den Purina Experten mit geschmackvollen, hochwertigen Zutaten entwickelt, Purina ONE Sterilcat enthält:

- ✓ 16% Rind als Hauptzutat.
- ✓ ein höheres Protein-Fett-Verhältnis für die Gewichtskontrolle.
- ✓ einen ausgewogenen Mineralstoffgehalt für die Gesundheit der Harnwege.

www.purina-one.ch

Purina ONE. Sichtbare Gesundheit für Heute & Morgen.

✓ Äussere Merkmale
Gewichtskontrolle

✓ Innere Merkmale
Gesunde Harnwege



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

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

PURINA[®]
Your Pet, Our Passion.[®]



RIMUSS

100% natürlich. Ohne Alkohol.

**Jetzt zum
Aktionspreis!**
11.3. - 30.3.2013



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich. Aktionsdauer: 11.3. - 30.3.2013

Dreierlei Fleisch aus dem Schlauch

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Lammierstück
- 3 TL Senf
- 1 Thymianzweig
- 4 Sch. Bratspeck
- 1,5 EL Bratbutter
- 2 Zwiebeln, gehackt
- 2 Kalbs- oder Schweinssteak
- 1 EL Bratbutter
- 1 EL Steinpilze, getrocknet
- 2 EL Erdnussöl
- 0,5 Bd. Peterli
- 1 Zwiebel, gehackt
- 200 g Schweinsfilet
- 1 EL Morcheln, getrocknet
- 0,5 Stange Lauch, in feine Ringe geschnitten



Zubereitung:

1. Lammierstück mit 1 TL Senf bestreichen, Thymianzweig darauflegen, mit Speck umwickeln. 0,5 EL Bratbutter in Bratpfanne erhitzen, Lammstück rundum anbraten, herausnehmen, beiseitestellen. Hälfte der Zwiebeln mit restlichen Bratfett vermischen, in einen Bratschlauch füllen, Lammstück darauflegen, Schlauch verschliessen.
2. Kalbststeaks mit 1 TL Senf bestreichen, Steinpilze im Mörser zerdrücken, auf die Steaks geben. Steaks in 1 EL Erdnussöl rundum kurz anbraten. Restliche Zwiebeln und Peterli in einen Bratschlauch geben, Steaks draufsetzen, Schlauch verschliessen.
3. Schweinsfilet mit 1 TL Senf bestreichen, Morcheln im Mörser zerdrücken, aufs Filet geben, rundum in 1 EL Erdnussöl anbraten. Lauch in einen Bratschlauch geben, Filet daraufsetzen, Schlauch verschliessen.
4. Alle drei Bratschläuche auf ein Backblech geben und im auf 200 °C vorgeheizten Ofen in der Ofenmitte 20 Min. garen. Herausnehmen, 5 Min. abstehen lassen. Fleisch aus den Schläuchen auf ein Brett geben, in Tranchen schneiden. Verschiedene Fleischstücke auf 4 Teller verteilen.

Zubereitung: 1 Std.

Tipp: Schweinsfilet auf dem gekochten Lauchgemüse anrichten.

Dazu passen Knödel, ein Zitronenreis oder Weissweinsrisotto.

Kartoffelschnitze im Pergament

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg Kartoffeln, grün, festkochend
- 2 EL Olivenöl
- 1 Peperoncino, fein gehackt
- 1 EL Meersalz, grob
- 1 Thymianzweig, in 4 gleich grosse Stücke geschnitten
- 1 Oreganozweig, in 4 gleich grosse Stücke geschnitten
- 1 Orange, Schale, fein geschnitten
- 4 Pergament oder Backpapierstücke
- Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Kartoffeln waschen, in Schnitze schneiden, in eine Schüssel geben.
2. Übrige Zutaten dazugeben, alles gut vermischen.
3. Marinierte Kartoffeln auf die Pergament- oder Backpapierstücke verteilen, zu Päckchen falten, mit Küchenschnur zubinden.
4. Päckchen auf Backblech geben und im Ofen bei 175 °C 45 Min. garen.

Zubereitung: 1 Std.



ESTD 1827

Ballantine's

**BEST STANDARD
BLENDED WHISKY**

In der alljährlich erscheinenden Whisky Bible, die als weltweit einflussreichste Publikation über Whisky gilt, wurde Ballantine's Finest zum Best Scotch Standard Blended Whisky gekürt.

Drink responsibly







McCain

Für alle Geniesser



Hergestellt mit
bestem McCain
Sonnenblumenöl.

www.mccain.ch

Vom Tiefkühler in den Backofen.



**Dr. Oetker
Bistro Apéro.**



Probieren Sie die Bistro
Apéro Snacks von Dr. Oetker!
Zum Beispiel die feinen
Mini Baguettes, Baguettes und
Schinkengipfeli.*



BISTRO

* In kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich.

Knödel Surprise süss und salzig

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Rahmquark
- 40 g Butter, weich
- 2 Eier
- 0,25 TL Salz
- 120 g Hartweizengriess
- 80 g Paniermehl

Zubereitung Grundmasse:

1. Quark durch ein Sieb streichen, mit Butter und Eiern verrühren, mit Salz würzen.
2. Hartweizengriess und Paniermehl einarbeiten, 30 Min. quellen lassen. ↓

→ Variante **süss:**

- 30 g Zucker
- 0,5 Zitrone, abgeriebene Schale
- 8 Pralinen
- 1 EL Butter
- 3 EL Paniermehl
- 1 TL Kakaopulver



Zubereitung:

1. Zucker und Zitronenschale mit Eiern unter die Grundmasse mischen.
2. Etwas Knödel-Masse in die Hand nehmen, eine Praline daraufsetzen, satt mit der Masse umschliessen. Auf diese Weise total 8 Knödel herstellen.
3. Fertige Knödel in leicht gesalzenem Wasser siedeln, aber nicht kochen. In einer Bratpfanne Butter erhitzen, Paniermehl dazugeben, Knödel darin wenden. Mit Kakao bestäuben und servieren.

Zubereitung: 1,5 Std.

→ Variante **salzig:**

- 8 Käsewürfel, z.B. Appenzeller surchoix
- 8 Oliven, entsteint
- 1 EL Butter
- 3 EL Paniermehl
- 1 EL Kräuter, gehackt



Zubereitung:

1. Käsewürfel in die Oliven stecken, etwas Knödel-Masse in die Hand nehmen, eine Käse-Olive daraufsetzen, satt mit Masse umschliessen. Auf diese Weise total 8 Knödel herstellen.
2. Fertige Knödel in leicht gesalzenem Wasser siedeln, aber nicht kochen. In einer Bratpfanne Butter erhitzen, Paniermehl und Kräuter dazugeben, Knödel darin wenden und servieren.

Zubereitung: 1,5 Std.

Zitronenpoulet in der Teigblume

Zutaten für 4 Personen:

- 2 Blätterteige, rechteckig, ausgewallt,
- 1 Ei, verquirlt
- 4 Pouletbrüste
- 1 EL Bratbutter
- 1 Zitrone, abgeriebene Schale und Saft
- 2,5 dl Vollrahm
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Aus jedem Blätterteig je 8 gleich grosse Blumen ausstechen oder ausschneiden. Jeweils zwei aufeinanderlegen, auf ein Backblech geben, mit Ei bepseln und mit einer Gabel Ränder andrücken, verzieren und im Ofen bei 180 °C goldbraun backen.
2. Pouletbrüste in Bratbutter rundum gut anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, im Ofen warm stellen.
3. Bratensatz mit Zitronensaft ablöschen, einkochen. Rahm dazugeben, auf die gewünschte Dicke einkochen. Poulet in Würfel schneiden, in die Sauce geben. Blätterteig-Blumen aufschneiden, je zwei auf einen Teller geben, das Zitronenpoulet darin anrichten.

Zubereitung: 1 Std.

Birne mit luftigem Kern

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Birnen, geschält
- 150 g Zucker
- 1 Vanillestängel
- 100 g Schokolade, weiss
- 2 EL Zucker
- 2 Eier, getrennt
- 2 dl Rahm

Zubereitung:

1. In einer Pfanne ca. 1 l Wasser mit Zucker und Vanillestängel aufkochen. Birnen darin knapp weichkochen, einen Deckel abschneiden. Birnen mit einem kleinen Löffel aushöhlen.
2. Schokolade im Wasserbad schmelzen, Eigelb und Zucker dazugeben, schaumig rühren. Eiweiss und Rahm steif schlagen, wieder kühl stellen.
3. Masse vom Wasserbad nehmen unditerrühren, bis sie etwas abgekühlt ist.
4. Erst Eischnee, dann Schlagrahm vorsichtig unter die Masse heben. Mousse in die Birnen dressieren, Deckel aufsetzen und mit einem Schokoladenblatt garnieren.

Zubereitung: 1,5 Std.



Gefüllte Eier

Zutaten für 8 Hälften:

- 4 Eier, hart gekocht
- 2 EL Mayonnaise
- 1 EL Kräuter, gehackt
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Eier halbieren, Eigelb mit einem Löffel herausnehmen, mit Gabel zerdrücken und mit übrigen Zutaten vermischen.
2. Masse in einen Spritzsack mit Sternfülle füllen und in die Ei-Hälften dressieren. Bis zum Servieren kalt stellen.

Zubereitung: 10 Min.



Herausgepickt

La Lieur da Pasca e mes figl sa cumpleteschan bain. Ella zuppa la tschigulatta; el chatta la tschigulatta. Ma na – ja na manegel betg be a Pasca. Mes figl chatta adina mintga tschigulatta. Era sche quella era forsa pensada aposta per mia dunna u perfin be per mai u per giasts suenter café. Ins chatta lura be anc ils



La Lieur da Pasca e mes figl

palpiris e la folia d'aluminium sgrufignada. Grrrrrr e gulp! Ma lura ma regord jau da mes temp sco uffant. Tge faschev jau scha jau vegniva a chasa suenter scola, cura che jau aveva da quai da 13 onns? Fomaz avev'ins lura. E precisamain savev'ins nua che mamma aveva zuppà la tschigulatta, surtut quella che ella na vuleva betg ch'ins la chattia. Hoz vegn jau d'accord cun quai che mamma scheva quella giada: avessas almain pudì dumandar...

Ussa dentant vegn bainbaud puspè il di nua che ils zups ston esser pli genials, il di da la concorrenza tranter la lieur e mes figl. La lieur sto zuppar la tschigulatta uschia che mes figl n'ha betg schanza da chattar. Sche nus na chattain lura propi betg pli la tschigulatta da Pasca, sche n'è quai betg uschia tragic. Lura datti per l'in u per l'auter ina bella surpraisa, in bel di, cura ch'ins na veva betg spetgà. Betg bun èsi mo sche la Lieur da Pasca chatta il zup perfect per in ov da Pasca. Chattar chatt'ins quel lura cul nas in temp suenter Pasca.


David Spinnler



Wussten Sie, dass • • •

• • • **der Volg Danke-Kuchen das perfekte Mitbringsel für die Ostereinladung ist?** Mit dem Volg Danke-Kuchen schenkt man Genuss im Doppelpack: Die eine Hälfte ist schoggig-fründlich mit einer feinen Kokosnote, die andere fruchtig-frisch mit Ananasstückchen. Mit seinen 750 Gramm eignet er sich zudem perfekt fürs Familienfest. Auch für viele andere Gelegenheiten ist der Volg Danke-Kuchen ein süßes Geschenk: um jemanden zur bestandenen Prüfung zu gratulieren, gute Besserung zu wünschen oder einfach wieder einmal «Merci» zu sagen. Der Volg Danke-Kuchen wird exklusiv für Volg hergestellt und ist ein hochwertiges Schweizer Produkt. Er ist in Kartonverpackung (Fr. 9.90) oder in der attraktiven Blechdose (Fr. 12.90) erhältlich und kann mit einer individuellen Botschaft versehen werden.



• • • **im Volg jetzt neu Nespresso kompatible Kaffee-kapseln des Schweizer Herstellers Pressogno erhältlich sind?** Die Kaffee-kapseln gibt es in vier aromatischen Sorten: «Espresso Medium», «Espresso Forte», «Ristretto» und «Café Lungo». Für ihre Kapseln verwendet Pressogno die besten Kaffeesorten der Welt. Die Kaffee-kapseln überzeugen durch hohe Qualität und punkten zusätzlich mit ihrem attraktiven Preis: Eine Packung à 10 Kapseln kostet nur Fr. 3.75. Also, Kaffee-liebhaberinnen und -liebhaber, espresso in den nächsten Volg!

Lesenswert!

Naturmedizin ist beliebt. Der Beobachter-Ratgeber «Rezeptfrei gesund mit Schweizer Hausmitteln» bringt die Schätze der Schweizer Volksmedizin mit Methoden moderner Komplementärmedizin zusammen: pflanzliche Therapien, Homöopathie, spagyrische Essenzen, Wickel, Tees, Tinkturen, Schüssler-Salze und vieles mehr. Dieses Nachschlagewerk in neuer attraktiver Aufmachung zeigt, wie Naturheilmittel wirken und richtig angewendet werden – zur Behandlung von über 100 Beschwerden.

Ruth Jahn: Rezeptfrei gesund mit Schweizer Hausmitteln

Beobachter Buchverlag, 336 Seiten,
ISBN: 978-3-85569-545-4



Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Den 1. bis 10. Preis, ein Wenik-Ritual für 2 Personen im Wert von je von Fr. 156.–, gewannen Herda Roth aus Hinwil, Lili Panduri aus Windlach, Guido Allemann aus Strengelbach, Ursula Werthmüller aus Dulliken, Daniel Aeschbacher aus Rapperswil, Sybille Gasche aus Etziken, Hans Rudolf Beutler aus Burgstein, Susan Blum aus Meisterschwanden, Lina Baumgartner aus Worb und Verena Lauaner aus Lupsingen. Fünf Leserinnen und Leser erhalten je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 50.– und zehn Leser je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 20.–.
Lösungswort 01/13: «Suppenloeffelakrobatik»

Auflösung des Gottlieber-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 12/12: **Antwort C, 1928**



Gewinnen mit Gottlieber

Evi Vogt aus Uznach und ihr Ehemann bei der Preisübergabe mit Andrea Rivas, Key Account Manager Gottlieber Hüppen (r.) und Manuel Imhof, Volg-Sachbearbeiter Schokolade/Biscuits (l.).

Den 1. Preis, 5 Nächte im Wellnesshotel Golf Panorama Lipperswil für 2 Personen, inkl. Halbpension und 3 Verwöhntagen im Wert von Fr. 5000.–, hat Evi Vogt aus Uznach gewonnen. Der 2. Preis, 2 Nächte im Wellnesshotel Golf Panorama Lipperswil, inkl. Gourmet-Menüs und vielem mehr, gewann Daniela Tresch aus Zofingen. Je ein Gottlieber Geschenkset «Champagner» im Wert von Fr. 100.– geht an Leserinnen und Leser aus Sarmenstorf, Huttwil, Sagnon, Herisau, Kreuzlingen, Rüttenen, Theilingen und Meisterschwanden. 22 weitere Leser erhalten 1 Gottlieber Schmuckdose, gefüllt mit Gottlieber Hüppen im Wert von je Fr. 55.–.

De grünen Dume



Das zeitige Frühjahr ist ideal, um sommer- und herbstblühende Stauden wie Margeriten zu teilen. Durch eine Teilung alle drei bis sechs Jahre bleiben sie blühfreudig und gesund. Zum Teilen werden die Stauden erst bis auf eine Handbreite über dem Boden zurückgeschnitten, dann mit-samt ihren Wurzeln ausgegraben. Danach wird die ganze Pflanze senkrecht in der Mitte geteilt, entweder mit der Hand, einem Messer, einem Spaten oder auch mit zwei Grabgabeln. Dabei die Zinken Rückseite an Rückseite ansetzen und die Wurzeln auseinanderziehen. Wichtig ist, dass jeder Teil eine Triebknospe und Wurzeln zum Anwachsen hat. Vor dem Wiedereinpflanzen alte oder faule Wurzelstücke abschneiden. Den Boden mit reifer Komposterde anreichern und nach dem Einpflanzen kräftig giessen.

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

Vorschau →

Das nächste
«Öise Lade» 04/13
erscheint am
28. März 2013



Italia a tavola

Lebhaft und lustig wie auf einem italienischen Markt geniessen wir zuhause in geselliger Runde frühlingsfrische Pasta-Gerichte wie in bella Italia.

swiss-image.ch/Christof.Sonderegger



Appenzell erleben

2013 feiert das Appenzell 500 Jahre Eidgenossenschafts-Zugehörigkeit. Ein guter Grund, die beiden Halbkantone, ihre Traditionen, Menschen und Spezialitäten vorzustellen.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz

Volg



VERY SWISS

ALPRAUSCH

Schwiizer Chrüter Kaugummi



Bei Volg erhältlich in 2 ausgewählten Sorten: Spearmint und Red Fruits.
Nur echt mit der 20-Kräuter-Mischung.

www.alprausch-sweets.ch