

öise lade

Ostern:
Das Tessin blüht
kulinarisch auf



Themenheft Seite 33

Mehr zum
Thema

FLÜSSIG IN DEN FRÜHLING

Ein Regenbogen
voller Erfrischungen



OFENFRISCH GENIESSEN
ORIGINAL
OFENFRISCH GENIESSEN

Ein flotter Käfer, der schmeckt: IP-SUISSE-Käferbrot.

Für eine starke Schweizer Landwirtschaft
und ofenfrischen Brotgenuss.



Jetzt ofenfrisch in Ihrem Volg – bis Ladenschluss.

Brot in kleineren Filialen eventuell nicht erhältlich.

www.hiestand.ch

Hiestand[®]
OFENFRISCH GENIESSEN



Editorial

Vor wenigen Tagen fand an unserem Hauptsitz in Winterthur die jährliche Volg-Medienkonferenz statt, an der wir die Journalisten über das vergangene Geschäftsjahr informierten. Eine solche Medienkonferenz zu

Danke für Ihre Treue

bestreiten ist natürlich vor allem dann besonders angenehm, wenn man gute Zahlen vermelden kann. In der Tat darf Volg mit Freude auf das Jahr 2013 zurückblicken. Wir haben die gute Entwicklung der Vorjahre fortgesetzt und Umsatz wie Ertrag erneut gesteigert. Zudem durften wir wiederum viele neue Kunden in den Volg-Läden begrüßen. Für mich ist dieser Erfolg ein schönes Zeichen dafür, dass wir dank verschiedener Anstrengungen, zum Beispiel der Lancierung unseres Frisch-Convenience-Sortiments, noch kunden-näher geworden sind.

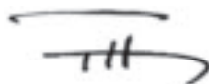
Auch den Ausbau unserer Kapazitäten und Infrastrukturen konnten wir 2013 erfolgreich abschliessen. Quasi als letzten Meilenstein für die Zukunft haben wir im solothurnischen Hägendorf unsere zweite Getränke-Verteilplattform termingemäss im April in Betrieb genommen.

Den wohl wichtigsten Beitrag zum guten Ergebnis haben aber Sie geleistet, liebe Kundinnen und Kunden. Dafür, dass Sie uns in den vergangenen Monaten die Treue gehalten und so zur Sicherung der Existenz der Volg-Läden beigetragen haben, bedanke ich mich im Namen unserer über 2000 Mitarbeitenden herzlich. Wir wollen auch zukünftig das Ziel verfolgen, für Sie jeden Tag noch etwas besser zu werden.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



16

Weinerlebnis
**Zwei Seen,
zwei Spezialitäten**



63

Saison
**Erdbeere: ein
vielseitiges
Beer!**

33

Das Themenheft

mehr zum
thema

Flüssig in den Frühling

Küche aktuell
**Pasqua ticinese.
Pasqua bellissima!**

5

5 Küche aktuell
Pasqua ticinese.
Pasqua bellissima!

9 Kochschule
Kochen lernen von Profis

13 Einfach & bequem
Mit Vollgas ins Glas

16 Weinerlebnis
Zwei Seen, zwei Spezialitäten

**20 Typisch Schweiz –
Typisch Volg**
Mini Snack, maximal gut

22 Hausmarke
Schweizer Schaumwein-Traum

25 Marktplatz
Schweizer Forellen: ein guter Fang

27 Volg Hit
Spiel und Spass fürs Osternest

29 In eigener Sache
Vollg gratuliert «seiner» Stadt

31 Öisi Chuchi
Die neue Folge aus Eschenbach (LU)

33 Mehr zum Thema
Flüssig in den Frühling

41 Wettbewerb
Gewinnen mit Buitoni

43 Feins vom Dorf
Destillate aus Sattel (SZ)

44 Aktueller Tipp
Genussreise unter südlicher Sonne

46 Volg. Im Dorf daheim.
Dorfporträt Rapperswil mit Wettbewerb

48 Novissimo
Neu im Volg

50 Aktueller Tipp
Frische Milch mit Tradition und Zukunft

55 Freizeit Kochkurs
Kochen ohne Kohlenhydrate

57 Freizeit Naturena
Die neuen Kurse im Mai

59 Freizeit Teens
Ei, wie schön!

61 Volgi & Volgine
Basteln mit Pasta

63 Saison
Erdbeere: ein vielseitiges Beer!



Einfach & bequem
**Mit Vollgas
ins Glas**

13





Unser bestes Stück Natur.

Ohne Kompromisse – Natur pur.

www.agrinatura.ch



Schweins-Nierstück mariniert

Softiges, zartes Fleisch, verfeinert mit einer würzigen Marinade. Der aromatische Genuss, der immer passt.



Bündner Rohschinken

Die Delikatesse aus den Bündner Bergen ist ein vorzüglicher Begleiter in der Spargelsaison.



Lyoner

Der unvergesslich leichte Genuss. Schmeckt köstlich im Wurst-Käse Salat oder auch zum Apéro.

Hand aufs Herz.

Dafür steht AGRI NATURA mit seinem guten Namen:

Glückliche Tiere

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

Bauern mit klaren Idealen

Aus Überzeugung umwelt- und tiergerechte Produktion.

Garantierte Schweizer Herkunft

Schweizer Tiere von der Bauernfamilie aus Ihrer Nähe.

Sicherheit durch Kontrolle

Regelmässige Kontrolle durch unabhängige Institute.

Verantwortungsvoller Genuss

Guten Geschmack mit gutem Gewissen geniessen.

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



AGRI NATURA beruht auf den Richtlinien von IP-Suisse



Tschau, Gotthardstau, Ciao Ticino! Wir kehren die Osterreise dieses Jahr um und holen die Schweizer Sonnenstube in all ihrer Blüte in die eigene Stube.

Risotto mit Merlot-Champignons und Parmesanblatt

Mit Risotto und Merlot treffen zwei typische Tessiner aufeinander. Die gute Idee für die Menükarte: Sie wird einfach auf eine leere Weinflasche geklebt.



Pasqua ticinese Pasqua bellissima!

Affetato misto, Pesce in carpione und Agnello con Polenta: Über solche Spezialitäten freut man sich in einem Tessiner Grotto. Der Charme der rustikalen Lokale lässt sich aber auch nördlich der Alpen erleben. Überraschen Sie Ihre Gäste diese Ostern (ital. «Pasqua») mit einer kulinarischen Reise ins Tessin – ganz ohne Kofferpacken und lange Anfahrt. Und kommt zum Gaumenschmaus Schönes fürs Auge in strahlendem Gelb und Frühlingsgrün dazu, kann es draussen sogar regnen – sonnige Laune kommt drinnen trotzdem auf. Wie die Natur im Süden der Schweiz immer etwas früher aufblüht, verwandeln wir Esstisch und Teller optisch und kulinarisch in eine Blumenwiese. In der Kochschule heisst es Ofenrohr statt Gotthardröhre – mit einem typischen Tessiner Ostergebäck und einem Kuchen aus altbackenem Brot. Buon appetito! →



TIPP

Zum Risotto darf etwas Rassiges wie der **St. Saphorin AOC Lavaux Aimé Vignoux** ins Glas.



Volg-Kochkurs im Mai Kreativ kochen ohne Kohlenhydrate

Kohlenhydrate wie Nudeln, Kartoffeln und Reis lassen wir im neuen Volg-Kochkurs für einmal aussen vor. Wie abwechslungsreich und raffiniert man ohne Kohlenhydrate kochen kann, zeigen Ihnen unsere Kochprofis. Mehr Infos auf Seite 55.



Affettato misto

Der Teller mit gemischtem Trockenfleisch ist das Tessiner Apero- und Zvieri-Plättli schlechthin. Wir ergänzen das Fleisch mit Mozzarella, getrockneten Tomaten und Oliven.

Ein Strauss voller Tessiner Spezialitäten

Pasta all'Asconese

Der tiefgelegenste Ort der Schweiz, Ascona, gibt unserem Primo Piatto, einer Pasta mit Tomatensauce, Oliven und Kapern, den Namen.



TIPP

Der vollmundige und geschmeidige Nero d'Avola Terre Siciliane IGT Allegro passt gut zu Pasta jeglicher Art sowie Gerichten mit Oliven.

ÖISE LADE TIPP

Volgi & Volgine entdecken das Tessin auf rätselhafte und bunte Weise. Wie das geht? Das liest du auf Seite 61.

Zuppa di cipolle mit Toastblume

Nicht so berühmt wie die Minestrone, aber äusserst entdeckenswert: eine Zwiebelsuppe mit blumigem Knoblauchbrot.



Agnello su fiore di Polenta

Ein echter Tessiner Hauptgang: Lamm kommt gern und oft auf den Tisch; der Maisbrei Polenta gehört zu den ursprünglichsten Gerichten des Kantons.



Pesce in carpione

Der in Essig marinierte Fisch mit Gemüse, das wir blumenförmig schneiden, wird kalt zur Vorspeise gegessen und ist ein Klassiker im Grotto.



→ Ab in den Süden! Das sagen sich gerade zu Ostern wieder zahlreiche Schweizerinnen und Schweizer und tauschen den wettermässig unwirtlichen Norden gegen den farbenfrohen Tessiner Frühling. Nebst viel Sonne und Wonne freut man sich über gutes Essen in einem der lauschigen Grotti. Dazu ein Merlot aus dem kleinen Krug Boccalino – so lässt es sich leben. Wären da nicht die vielen Mitbürger, welche dieselbe Idee mit der Flucht in den Süden hatten.

Ursprung in der Armeleute-Küche

Deshalb kehren wir den Spieß dieses Jahr um und holen uns Tessiner Flair und Lebensfreude – ganz ohne Gotthardstau und überfüllte Seepromenade am Lago Maggiore – in die eigenen vier Wände: mit sonnengelben und frühlingsgrünen Akzenten, Boccalini als Vasen und Blumen auf dem Tisch, einem guten Tropfen im Glas und Tessiner Klassikern wie Risotto, Polenta und Pasta in den Töpfen. Die Tessiner Küche ist reich an Spezialitäten. Ihren Ursprung haben die Gerichte der «Cucina nostrana», der einheimischen Küche, in der «Cucina povera», der Armeleute-Küche, in der auf eigenem Boden kultivierte Produkte wie Kastanien, Polenta und Kartoffeln den Ton angaben. Diese Basiszutaten schmecken noch heute und haben sogar in Gourmet-Küchen einen festen Platz gefunden. Dem spriessenden Frühling entsprechend, richten wir unsere Tessiner Köstlichkeiten blumenförmig an. Da blüht einem von Aperò bis Hauptgang nur Gutes! ←

TIPP

Der Ripasso Valpolicella DOC Superiore Zeni, ein schöner Rotwein mit Schmelz und Tiefe, ist die treffende Wahl zum Hauptgang mit Lamm.



Cailler[®] of Switzerland



Zum Muttertag von Herzen

AKTION VOM 21.04 BIS 26.04.2014*



MÜTTERTAGS-
ANGEBOT
NUR FÜR
10.95
SOLANGE VORRAT

CAILLER FÉMINA
250 G

* IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH

PUR CHOCOLAT, PURE EMOTION.

WWW.CAILLER.CH



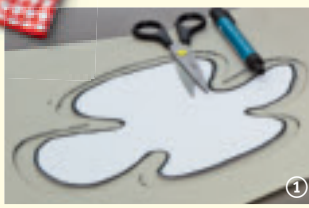
Maison Cailler depuis 1819



Die Ostertaupe (ital. «Colomba Pasquale») ist ein traditionelles Oster-Dessert im Tessin und in Italien.



SCHRITT für SCHRITT Colomba



1 Taubenform auf ein A4-Blatt zeichnen, auf einen Karton legen, rundum ca. 1 cm dazugeben, ausschneiden, sodass die Taubenform eine Grösse von ca. 32 x 22 cm aufweist. In Alufolie packen.



2 Aus festem Papier einen ca. 1 Meter langen, 10 cm breiten Streifen schneiden, mit Alufolie umwickeln, einen kleinen Alufolienrand überstehen lassen und diesen mit Büroklammern am Formenboden befestigen.



3 Form auf einem Backpapier mit dem Bleistift nachzeichnen, ausschneiden, auf den Alufolienboden legen. Für den Formenrand ebenfalls einen passenden Streifen zurechtschneiden.



4 Backpapier-Rand mit Büroklammern befestigen, Form ausfetten, Teig einfüllen, backen. Etwas abkühlen lassen, mit Guss bestreichen und mit Mandeln und Puderzucker bestreuen.

Eine Taube aus Hefeteig ist fester kulinarischer Bestandteil der Tessiner «Pasqua» und ist sozusagen das feine Gegengebäck zum Panettone, der an Weihnachten auf den Tisch kommt. Die Ostertaupe «Colomba Pasquale» versüsst im Südschweizer Kanton traditionell das Familienpicknick oder den Nachmittagskaffee. Bevor man in den Genuss dieses Hefekuchens kommt, gilt es allerdings etwas Zeit zu investieren: Der Teig muss immer wieder gehen gelassen werden und die Backzeit beträgt rund 70 Minuten. Doch heisst es bekanntlich: Gut Ding will Weile haben ...



TIPPS & TRICKS von Jonas Schönberger

- Eine Colomba-Backform kann z.B. unter www.backformen.ch bestellt werden, man kann sie mit etwas Geschick aus Karton, Papier und Alufolie selbst herstellen (siehe oben) oder man verwendet eine herkömmliche Backform
- Statt Orangeat und Citronat können auch andere kandierte Früchte, Nüsse oder Schokoladestückchen eingebacken werden
- Auch mit Hagelzucker bestreut sieht die Colomba schön aus
- Die Colomba Pasquale schmeckt auch zum Zmorge leicht getoastet mit Butter und Konfitüre

Geben dem Teig den Charakter: Butter, Mandeln, Schokolade und Vanillemark.



MÖVENPICK®

THE ART OF SWISS ICE CREAM

ENTDECKEN SIE
JETZT DIE *MÖVENPICK*
NEUHEITEN!



**AKTION
-20%**

PROFITIEREN SIE JETZT!

**20% RABATT AUF ALLEN *MÖVENPICK*
FAMILIENPACKUNGEN 810/900ML***

VOM MONTAG, 14. BIS SAMSTAG, 19. APRIL 2014

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Altbackenes kriegt Süsses gebacken.

Im Brot von vorgestern liegt bei der Tessiner Kuchenspezialität das Geheimnis. Denn am zweiten Tag, sagt man, soll der aus altbackenem Weissbrot und weiteren Zutaten wie Mandelgebäck, Sultaninen, Zitrone und Kakao hergestellte Kuchen am besten schmecken. Wer es noch einen Hauch authentischer mag, gibt zusätzlich einen Schuss Grappa in den Teig. Ein typisches Rezept der Tessiner Armeleute-Küche, wo man kreativ wurde, um ja keine Nahrungsmittel wegzuerwerfen.



Der Tessiner Brotkuchen *Torta di Pane* wird traditionell mit Mandelstiften oder Pinienkernen dekoriert. Mit den Zucker-Ostereili machen wir eine festliche Ausnahme.



ÖISE LADE TIPP

Die Zucker-Ostereili vom Volg werden in Rapperswil (AG) hergestellt. Mehr über Rapperswil und den Hersteller der süssen Nascherei auf Seite 46.

Der Osterhase war bereits im Volg und hat viel Süsses zum Naschen und fürs Osternestli vorbegebracht!



Rezept-Flyer gratis in Ihrem Volg

Ob Festtags- oder Alltagsgerichte: Die Volg-Rezeptflyer – kostenlos in jedem Volg erhältlich – liefern Ihnen jede Woche neue Koch-Ideen. Auf jedem Flyer finden Sie ein Hauptgericht sowie eine Vorspeise oder ein Dessert.



Findus

Schon
probiert?



* in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich

Fischgenuss vom Feinsten!

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



Good Food, Good Life



Richtet man das Sandwich schichtweise im Glas an, wird aus dem Essen für Eilige rasch etwas Edles.

Eier-Sandwich im Glas

Für 1 Glas:
2 in feine Streifen geschnittene **Salatblätter** in ein Glas füllen, 1 Scheibe in kleine Würfel geschnittene **Pumpernickel** darüber verteilen, mit 1 geschälten, in Scheiben geschnittenen **hartgekochten Ei** bedecken, mit 2 TL **Haus-Sauce** beträufeln, mit 1 in Rädchen geschnittenen **Essiggurke** und 1 TL in Röllchen geschnittenen **Schnittlauch** garnieren.

Mit Vollgas ins Glas

Ein Sandwich ist praktisch: Handlich, vielseitig und nicht zuletzt zeitsparend isst man es ohne Besteck und Teller, wo es einem gerade beliebt. Das war bereits seit seiner Erfindung so. Der leidenschaftliche Kartenspieler John Montagu, der 4. Earl of Sandwich, wollte sein Spiel keinesfalls unterbrechen und liess sich etwas Feines zwischen zwei Brotscheiben servieren – worauf seine Mitspieler dasselbe orderten: «Ein Brot wie Sandwich.» Das Einklemmte ist in der heutigen Zeit des Convenience-Foods gefragter denn je. Stilvoll präsentiert es sich im Glas und passend zum Oster-Apero spielen Eier die dekorative Hauptrolle.

TIPPS&TRICKS

- Zum Essen des Sandwichs im Glas Kuchengabeln reichen
- Anstelle von Haus-Sauce schmeckt ein Kräuterquark gut zu verschiedensten Sandwich-Kreationen
- Zum Anrichten jeglicher Glas-Gerichte eignen sich auch Einmachgläser mit Bügelverschluss



Drei für das Sandwich mit Ei: Pumpernickel, hartgekochte Eier und Haus-Sauce.



*Wiener Sandringe -
Meisterliches Wissen und erlesene
Zutaten garantieren höchsten Genuss!*



*Jetzt länger
knusprig durch
Wiederverschluss!*



www.coppentrath-feingebaeck.de
Besuchen Sie uns auch auf Facebook!



Auch zum süssen Abschluss behalten wir den Durchblick. Der Clou dazu heisst Schlagrahm mit Schuss.

Der Trick mit dem Glas funktioniert praktisch immer: Was man darin auch anrichtet, sei es eine Suppe, ein Salat oder Dessert, gewinnt an Chic. Da bildet auch dieser süsse Desserttraum keine Ausnahme. Bei diesem trifft die Emmentaler Spezialität Meringues auf den ersten Blick zwar klassisch auf Rahm; der sprühfertige Schlagrahm steigt jedoch durch die Zugabe von etwas Grappa in gehobene Schaumspähren auf. Dazu eine Kugel Glace und etwas Kakaopulver und schon kann die Süssigkeit ausgelöffelt werden.



Dessert mit Durchblick

Meringue-Glace mit Grappa-Rahm

Für 1 Glas:

1 **Meringueschale** zerbröseln, die Hälfte in ein Glas füllen. 2 EL **Schlagrahm** aus der Dose mit 2 TL **Grappa** vermischen, die Hälfte über die Meringue verteilen. 1 Kugel **Caramelita-Glace** daraufsetzen, mit den restlichen Meringues und dem übrigen Grappa-Rahm garnieren, mit etwas **Kakaopulver** bestreuen.



Süsse Komponenten fürs Dessert: Meringues, Schlagrahm und Caramelita-Glace.



TIPPS&TRICKS

- Schlagrahm statt mit Grappa mit Eierlikör oder Baileys verfeinern
- Wer den Schlagrahm lieber alkoholfrei hat, aromatisiert ihn mit Kakaopulver oder Zimt
- Statt Caramelita- Vanilleglace verwenden
- Weitere kleine Gerichte im Glas, süss und salzig, finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch, z.B. wenn Sie die Rezepte nach «Öse Lade»-Ausgabe 07/2012 sortieren



Ein extrawürziger Schweizer Halbhartkäse vom Bodensee und ein moderner italienischer Rotwein vom Gardasee sind ganz auf einer Wellenlänge.

Zwei Seen, zwei Spezialitäten

Gerade, wenn man an Ostern oder den vielen noch folgenden Feiertagen im Frühling in fröhlicher Familienrunde zusammensitzt, bietet «Der scharfe Maxx» mit seinem Namen Basis für ein humorvolles Gespräch. Der Halbhartkäse macht aber nicht nur wegen seines Namens von sich reden. Die natürliche, extrawürzige und zartschmelzende Spezialität der Käserei Studer in Amriswil im Bodensee-Gebiet ist ein Käse für Liebhaber.

Wein mit Schmelz und Tiefe

Zu geselligen Stunden gehört auch ein gutes Glas Wein. Den Gaumen von Freunden des Amarones überzeugt man mit dem Ripasso Valpolicella DOC Superiore Zeni. Er ist als der kleine Bruder des Amarone bekannt, kommt aus derselben Region, wird aber etwas anders produziert. Der VOLG Wein des Monats wird aus Corvina-, Rondinella- und Molinara-Trauben von der Familie Zeni mit viel Know-how und Liebe auf den zauberhaften Moränenhügeln am Gardasee gekeltert. Das Resultat kann sich sehen lassen: Für die renommierte Weinautorin Chandra Kurt ist der Ripasso Valpolicella DOC Superiore Zeni «ein moderner Wein mit viel Schmelz und Tiefe», der sich auch als Geschenkwein perfekt eignet. In ihrem «Weinseller 2014» gibt sie ihm dafür hohe 17,5 Punkte. Zu den fruchtigen Aromen von reifen Beerenfrüchten mit Anklängen von Sauerkirschen schmeckt ein pikanter Käse wie «Der scharfe Maxx». Der rubinrote Tropfen begleitet zudem grilliertes rotes Fleisch, Pizza oder Nudelgerichte mit Saucen optimal.



Käse des Monats
Der scharfe Maxx
100 g, statt Fr. 2.65
Fr. 1.95
Portion 200 g, statt Fr. 4.90
Fr. 3.90

Wein des Monats
Ripasso Valpolicella DOC
Superiore Zeni
75 cl, statt Fr. 16.50
Fr. 12.50

- VOLGAZ Vin Mousseux**
Schweiz
- St. Saphorin AOC Lavaux Aimé**
Vignoux
2012
Schweiz
- Malans Steinböckler Pinot Noir**
AOC Graubünden 2012
Schweiz
- Nero d'Avola Terre Siciliane**
IGT Allegro 2012
Italien
- Ripasso Valpolicella DOC**
Superiore Zeni
2011
Italien
- Stella d'Argento**
Primitivo di Manduria DOC
2012
Italien
- Château Lataste**
Bordeaux Supérieur AOC 2011
Frankreich
- Rioja DOCa Reserva Ursa Maior**
2006
Spanien
- Toro DO Seleccion Solitario Oro**
2011
Spanien

Pikant und zart zugleich



Dank der Verwendung von nicht pasteurisierter Vollmilch ist «Der scharfe Maxx» der Käserei Studer in Amriswil ein natürlicher, aromatischer Käse. Nach der Herstellung und Behandlung im Salzbad erfolgt die Lagerung und Pflege mit einer Sulz im speziell klimatisierten Keller. Nach einer 5-monatigen Reifezeit und einer eingehenden Qualitätsprüfung, zum Beispiel durch den dipl. Käsemeister Thomas Studer (Foto), ist er bereit für den Verkauf: pikant im Geschmack, zartschmelzend im Teig.

ÖISE LADE TIPP

Mehr über den VOLGAZ Vin Mousseux lesen Sie auf Seite 22.



Wein Service



So bequem kann (W)einkaufen sein: Zusätzlich zum untenstehenden Bestell-Talon können Sie die Volg-Aktionsweine rund um die Uhr per kostenloser Volg Wein PickApp oder online unter www.wein.volg.ch im 6er-Karton bestellen. Die Volg Wein PickApp gibt es für iPhone, Android und Windows-Phone. Der Gratis-Wein-Newsletter informiert zudem jeden Monat über die aktuelle Kampagne und stellt die Weine vor.

Charakter

Helles Gelb mit grünlichen Reflexen. In der Nase florale Noten, dezente Zitrusfrucht und zarter Muskatton. Weicher, langer Auftakt durch natürliche Restsüsse, erfrischendes Prickeln

Hellgold. Elegante Noten von Steinfrüchten mit dezenter Feuersteinaromatik. Am Gaumen rassig, frisch, mit leichter Würze und kräftigem Körper. Fruchtiges Finale

Kräftiges Rubinrot. Samtig weicher Auftakt, kräftiger und gehaltvoller Mittelteil, lang anhaltender, trockener Abgang

Dichtes Rubinrot. Lieblicher Auftakt mit Beerenaromen und Gewürze. Am Gaumen vollmundig, geschmeidig mit noblen Tanninen

Sattes Rubinrot. Aromen von reifen Beerenfrüchten mit Anklängen von Sauerkirschen. Weicher Auftakt, fruchtbetonter Körper, harmonischer Abgang

Intensives Dunkelrot mit violetten Reflexen. Kräftige Fruchtaromatik mit leichter Würze und dezenten Röstaromen

Tiefes Dunkelrot. Typische Aromen von roten Waldbeeren. Schöne Struktur mit gut eingebundenem Gerbstoff

Herrliches Dunkelrot. Noten von reifen roten Beeren, Vanille, Caramel und Röstaromen. Vollmundig und angenehm würzig, rund und harmonisch

Tiefes Dunkelrot. Angenehme Aromen nach schwarzen Johannisbeeren, Brombeeren und Vanille. Körperreich, konzentriert und hocharomatisch am Gaumen

Trinken

Jung trinken, bei 8 °C

Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8-10 °C

Bis 4 Jahre, bei 13-15 °C

Bis 3 Jahre, bei 18 °C

Bis 5 Jahre, bei 17-19 °C, Flasche 30 Min. vorher öffnen

Bis 5 Jahre, bei 16-18 °C

Bis 5 Jahre, bei 16-18 °C

Bis 7 Jahre, bei 16-18 °C

Bis 8 Jahre, bei 16-18 °C

Passt zu

Aperitif und gereiftem Hartkäse, ist aber jederzeit ein Hochgenuss

Aperitif, pochiertem oder in Butter gebratenem Süswasserfisch, Kalbsvoren, Käsefondue, Käseschnitte Malakoff

Lamm, Kaninchen, Wild, Pfeffer, Risotto, Pilzgerichten, Bündner Spezialitäten, Käse

rotem Fleisch, reifem Käse, Wild

Pizza, Nudelgerichten mit Sauce, grilliertem rotem Fleisch, reifem Käse

Risotto, Pasta, Pilz- und Fleischgerichten, Käseplatte, Schokoladendesserts mit hohem Kakaanteil

rotem Fleisch, Grilladen, Wild, Käseplatten

Geflügel, rotem Fleisch, grilliertem Fleisch, Braten, Eintopf, Hartkäse

verschiedensten Fleischgerichten, Wild, Käseplatten

Pkt.

19*

16,75*

16,5

16,75

17,5

16,75*

16,5

17,75*

Meine Bestellung

Anzahl 6er-Karton VOLGAZ VIN MOUSSEUX, 75 cl, statt Fr. 77.40 nur Fr. 59.40

Anzahl 6er-Karton ST. SAPHORIN AOC LAVAUX AIMÉ VIGNOUX, 75 cl, statt Fr. 87.- nur Fr. 65.40

Anzahl 6er-Karton MALANS STEIN-BÖCKLER PINOT NOIR AOC GRAUBÜNDEN, 75 cl, statt Fr. 107.40 nur Fr. 87.-

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. 99.- nur Fr. 75.-

Anzahl 6er-Karton STELLA D'ARGENTO PRIMITIVO DI MANDURIA, 75 cl, statt Fr. 105.- nur Fr. 83.40

Anzahl 6er-Karton CHÂTEAU LATASTE BORDEAUX SUPÉRIEUR AOC, 75 cl, statt Fr. 59.70 nur Fr. 47.70

Anzahl 6er-Karton RIOJA DOCA RESERVA URSA MAIOR, 75 cl, statt Fr. 83.40 nur Fr. 59.40

Anzahl 6er-Karton TORO DO SELECCION SOLITARIO ORO, 75 cl, statt Fr. 83.40 nur Fr. 65.40

Ich hole den Wein in folgendem Volg-Laden ab:

Name _____

Vorname _____

Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

Datum _____

Unterschrift _____

Coupon im Volg-Laden Ihrer Wahl abgeben. Nach rund 14 Tagen ist Ihr Wein im Laden abholbereit. Jahrgangsänderungen vorbehalten. Diese Aktion gilt vom 31. März bis zum 3. Mai 2014, solange Vorrat.

Diese Aktion gilt vom 31. März bis zum 3. Mai 2014, solange Vorrat.

Bewertungen stammen aus dem «Weinseller 2014» von Chandra Kurt. * = speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis Jahrgangsänderungen vorbehalten.



Sitzhase «Mario»
Milch
280 g

4.95



Schaf dekoriert
Milch
75 g

5.95

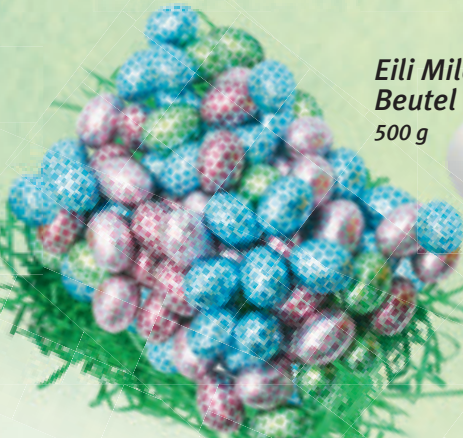
Cailler Sublim
Pralinés Ei
218 g

19.50



Eili Milch
Beutel
500 g

9.95



Im Volz hat's
noch mehr...

Rocher-Hase «Max»
Milch
290 g

10.50



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



Lindt Lindor Eili
Milch, 3 für 2
3 x 116 g

9.60



Cailler Eili
assortiert
150 g

6.65



Lindt Goldhasen
im Kleeblatt
2 x 50 g

6.95



Lindt Chicken Range
Huhn
35 g

2.50



Fleckenhase «Georg»
Milch
320 g

8.50



Ostermischung
1000 g

12.75



Typisch Schweiz – Typisch Volg



Nick Egli, Leiter Produktion und Mitglied der Geschäftsleitung, Fleischrocknerei Churwalden AG: «Wie bei Volg steckt in unseren Minipic viel Schweiz. Es enthält nur Schweizer Fleisch und wird von A bis Z hier hergestellt. Das deckt sich mit der Volg-Philosophie.»

Hinter den Türen der Fleischrocknerei Churwalden AG in Landquart (GR) steckt das Geheimnis des bekannten Schweizer Fleisch-Snacks, der Minipic-Würstchen.

Minergie für Minipic

Der Hauptsitz der Fleischrocknerei Churwalden AG befindet sich 1230 Meter über Meer im Dorf Churwalden. 2010 wurde unten im Tal der Produktionsstandort Landquart eröffnet – mit einem Neubau nach Minergie-Standard, dem ersten Minergie-Produktionsgebäude der Fleischbranche. Dieser ist seither Heimat der Minipic-Würstchen, welche hier mehrmals pro Woche für Volg hergestellt werden. Dabei kann die Firma auf viel Wissen zählen: «Bei uns sind sehr viele langjährige Mitarbeitende tätig – darunter sogar ein Mann der ersten Minipic-Stunde im Jahr 1972», erzählt Produktionsleiter Nick Egli. Die Firma mit rund 150 Mitarbeitenden wurde 1962 von einem Landwirt aus Churwalden gegründet und ist noch heute ein Familienbetrieb, geführt von Inhabern, die seit Jahrzehnten im Metzgereigewerbe tätig sind und deren Vorfahren bereits vor über 100 Jahren Fleisch trockneten.



1. Das Brät wird über einen Trichter in Cellulose-Därme gefüllt. So bleibt das Minipic stabil. Die dünne Haut wird später wieder entfernt.



2. Die Minipic-Würste werden geräuchert und schonend luftgetrocknet. Josef Tönz, Abteilungsleiter Wursterei, führt regelmässige Qualitätskontrollen durch.



3. Der gut 80 cm lange Minipic-Strang wird in fünf gleich grosse Stücke geschnitten. Jeder Strang ergibt also ein Pack Minipic-Würstchen.



4. Die Minipic werden von Hand in die Abpackungsmaschine gefüllt und erhalten zum Schluss die Etikette mit dem «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Label.

Mini Snack,
maximal gut



Wenn einer eine Reise tut, dann hat er es dabei: das Minipic! Sei es als Dreikäsehoch auf dem ersten «Schuelerreisli» oder als Erwachsener auf der Wanderung. Und manch einer, der die Erinnerungen an die Kindheit auf genussvolle Weise aufleben lassen möchte, kauft sich einfach ein Pack Minipic im Dorfladen. Verpackung aufreissen, Würstli hochschieben und hineinbeissen – der beliebte Schweizer Fleisch-Snack ist ideal zum Mitnehmen. Man isst ihn von Hand, direkt aus der Verpackung, ohne die Finger benutzen zu müssen, und er bedarf keiner Kühlung.

Zum Snacken und Kochen

Die Minipic-Macher wissen, dass ihr Würstli weit mehr ist als ein Snack, und haben aller-

hand Ideen, wie man es noch geniessen kann: als Hot-Dog, in Rädchen geschnitten in der Pasta-Sauce oder auf einer Rösti – das sind nur einige von vielen Kochideen. Produktionsleiter Nick Egli verfeinert mit Minipic am liebsten eine Pizza. Für den guten Geschmack des Würstchens selbst sorgt hochwertiges Schweizer Schweine- und Rindfleisch, das mit Speck und Gewürzen zu einem saftigen Brät verarbeitet wird. Die Rezeptur ist seit der Geburtsstunde von Minipic vor gut 40 Jahren unverändert. Für das einzigartige Aroma sorgen das Räuchern mit Buchenholz sowie das anschliessende Lufttrocknen. Was hier in wenigen Worten gesagt ist, braucht in der Tat weit mehr Zeit. «Das Trocknen erfolgt schonend über mehrere Tage; es ist ein ruhiger Prozess. Nur so entwickelt das Minipic seine perfekte Reife und seine Würze», verrät Nick Egli.



Das Würstli fürs Glüschtli, zum Mitnehmen und als Zutat für viele weitere Gerichte: Minipic aus Schweizer Fleisch.



Was ist «Typisch Schweiz – Typisch Volg»?

Die Etikette «Typisch Schweiz – Typisch Volg» bezeichnet Erzeugnisse, die in der Schweiz hergestellt werden. Darum sind die Transportwege kurz. Die kleinen, mittleren und grossen Betriebe arbeiten sorgfältig und qualitätsbewusst. Die Produkte sind unverwechselbar schweizerisch und der Entscheid für «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Artikel sichert Arbeitsplätze.





Hausmarke

**Die höchste Punktzahl im «Weinseller 2014»
und das beste Ergebnis in einer Blind-
degustation: Volgaz hat Gold verdient.**

**Das unterstreicht der
Vin Mousseux nun auch
mit seiner Etikette.**

Schweizer Schaumwein- Traum

Piquanté-Spiesschen

*Volgaz für einen Apero mit
Stil. Häppchen am Stiel, auch
«Party-Pops» genannt, passen
perfekt dazu. Die Rezepte für
die Apero-Spiesschen finden
Sie auf unserer Rezeptdaten-
bank unter www.volg.ch.*

VOLGAZ
Vin Mousseux

Knusperwürstli-Lollie

Für 4 Personen:
Jedes Würstchen von 1 Pack **Volg-Familienpreis-Wienerli** in 3 cm lange Stücke schneiden. Von 2 geschälten **Kartoffeln** mit Hilfe des Seitenschneiders («Augenausstecher») am Sparschäler rundum möglichst lange, dünne Streifen abschälen. Jedes Würststück satt mit einem Kartoffelstreifen umwickeln; je einen Holzstab einstecken und im heissen Öl frittieren.

Duchesses-Spiesschen

Cherrytomaten-Lollies

Knusperwürstli-Lollie



«Die Balance ist schlicht perfekt»

Weinautorin Chandra Kurt: «Wunderbar, wie aromatisch, feinperlig und charmant er mich jedes Jahr aufs Neue zu verführen weiss. Ich bewerte ihn hoch, weil man einen Schaumwein aus Riesling x Silvaner gar nicht besser machen kann. Sehr gut gefallen hat mir auch seine Balance. Sie ist schlicht perfekt.»

Konnte ihn Weinautorin Chandra Kurt in ihrem aktuellen «Weinseller 2014» noch als «Ostschweizer Geheimtipp» anpreisen, ist der Schaumwein (frz. Vin Mousseux) Volgaz von Volg mittlerweile eine nationale Berühmtheit. Spätestens seit eine «Kassensturz»-Blinddegustation Klarheit im Sektglas schaffte, kennt man Volgaz weit über die Dorfläden hinaus. Der in der Schweiz hergestellte Vin Mousseux von Volg setzte sich dabei gegen internationale Grössen wie italienischen Prosecco, spanischen Cava oder französischen Champagner durch und heimste die höchste Punktzahl sowie das Prädikat «gut» ein.

Höchste Punktzahl im «Weinseller»

Der aus Riesling x Silvaner vinifizierte Schaumwein schäumt auch im «Weinseller 2014» obenauf: Mit 19 Punkten erzielt er die höchste Punktzahl aller über 500 verkosteten Weine. Einen Stern

für ein besonders gutes Preis-Leistungsverhältnis gibt es dazu. Den Gaumen von Konsumenten und Kennern begeistert er mit floralen Noten, dezenter Zitrusfrucht und einem zarten Muskatton. Ein erfrischendes Prickeln sowie ein weicher, langer Auftakt durch natürliche Restsüsse machen ihn zum Schaumwein-Traum für jede Gelegenheit, die man mit einem Glas Schaumwein krönen möchte. Er ist die goldrichtige Wahl zu jedem Aperitif, Hartkäse, einem Sektfrühstück oder exotischen Vorspeisen. Doch eigentlich gibt es keinen falschen Zeitpunkt, ihn zu entkorken. «Er trinkt sich so wunderbar, dass man immer ein paar Flaschen auf Lager haben sollte», schrieb Chandra Kurt in einer früheren Ausgabe des «Weinsellers». Und wie die Besten im Sport Gold erhalten, ziert auch ein Hauch Gold die neue Volgaz-Etikette.

75 cl
Fr. 12.90



Schaumweinkunst aus der Schweiz:
Der Volgaz Vin Mousseux begeistert mit seiner feinen Perlage und Frische.



“ Riz Casimir – leicht gemacht. ”



Eine köstliche
Mahlzeit beginnt
mit einem kleinen
Reiskorn.

Beginn
mit **Ben**[™]





Die Forellen aus dem Volg wachsen im Walliser Dorf Vionnaz in bestem Quellwasser heran. Und das schmeckt man!



Schweizer Forellen: ein guter Fang

Das Dorf Vionnaz in der unteren Chablais-Ebene im französischsprachigen Wallis bietet mit seinem flachen Gelände im Tal optimale Bedingungen für die Forellenzucht. Was die Forellen aus dem Volg-Sortiment aber noch glücklicher machen dürfte als die Lage ihrer Teiche, ist das frische Quellwasser, welches direkt vom Berg in den See der Fischzucht Vionnaz fliesst. «Das gute Wasser trägt entscheidend zur Qualität der Forellen bei», weiss Christophe Cohendet, Betriebsleiter der Fischzucht Vionnaz.

Eine von vielen Forellen-Ideen: Forellen-Saltimbocca. Das Rezept dazu sowie weitere Koch-Ideen mit Forellen finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch

Zart, mild, fettarm

Durch das Frischwasser wachsen die Fische zudem nur langsam, was ihnen Aroma und eine feste Struktur gibt. Was danach im Wallis frisch gefangen und filetiert wird, sind beste Regenbogenforellen mit zartem Fleisch und mildem Geschmack. Das macht sie zu beliebten Fischen auf dem Speiseplan. Forellenfilets sind fettarm, umso reicher sind sie in ihrer Zubereitungsart: braten, grillieren, im Sud pochieren oder in der Folie im Ofen backen – Forellenfilets bereichern das Geniesser-Leben auf vielfältige Weise.



Die Schweizer Forellenfilets aus dem Volg lassen sich auf viele Arten zubereiten.



21. bis 26. April
HENNIEZ
IN AKTION
IN IHREM VOLG*

HENNIEZ WÜNSCHT
FROHE OSTERFEIERTAGE!



* Alle 6x150CL Multipacks

Energizer
Ultra+

POWERSEAL
TECHNOLOGY



Schützt*
Ihre Geräte.

Speichert Power auf Dauer – bis zu 10 Jahre einsatzbereit.**

Mehr Leistung***, mehr Verantwortung
that's positivenergy

Verbrauchte Batterien müssen der Verkaufsstelle zurückgebracht werden.

*Bis zu 2 Jahre gegen Beschädigung durch Auslaufen von vollständig aufgebrauchten Batterien. **Lagerfähigkeit
***Im Vergleich zu Energizer Classic; gilt für Energizer Ultra+, Energizer HighTech, Energizer Ultimate Lithium.

In eigener Sache Volg Hit

Mit dem aktuellen Volg Hit ist allerlei Bunt, was draussen Plausch macht, im Dorfladen erhältlich. Eine super Idee fürs Osternestli.

Spiel und Spass vom Osterhas'

Schoggihase und Ostereili gehören zweifelsohne in jedes Osternest. Warum aber nicht etwas dazu schenken, das auf spielerische Weise Aktivität ins Leben bringt und noch während der ganzen warmen Jahreszeit für Spiel, Sport und Spass sorgt? Dann ist man im Dorfladen jetzt goldrichtig: Die grosse Auswahl an Sommerspielsachen des aktuellen Volg Hits bietet Fun für jedermann.

Für Klein und Gross

Die Kleinsten freuen sich über Strassenmalkreide, Seifenblasen, Sändeli-Eimer und Bälle mit coolen Motiven, grössere Kids haben den Plausch an Wasserpistolen oder dem Geschicklichkeitsspiel Diabolo, und mit einem Federball-Set oder Boccia-Kugeln bereitet man sogar Mama, Papa, Oma und Opa eine tolle Überraschung. Und das ist nur eine kleine Auswahl davon, was der neue Volg Hit alles ins Spiel bringt. Volg wünscht schöne und vergnügliche Ostern!

Volg Hit

- ① Diabolo, 35 cm, Fr. 9.90
- ② Federball-Set, assortiert, Fr. 8.90
Soft-Tennis-Set, assortiert, 54 cm, Fr. 8.90
- ③ Disney Eimer-Garnitur, assortiert, 16 x 35 cm, Fr. 12.90
- ④ Babol Seifenblasen, 60 ml. Fr. 1.50
- ⑤ Strassenmalkreide Jumbo, farbig, 20 Stück, Fr. 3.90
- ⑥ Wasserkanone «Eliminator», 5,5 x 32 cm, Fr. 9.90
Wasserpistole «Warriors Goblin», 26 cm, Fr. 9.90
- ⑦ Boccia-Kugeln, Plastik, 8 Stück, Fr. 9.90
- ⑧ Diverse Bälle, assortiert, 23 cm, Fr. 6.90



Der Tessinener Grappa

In kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.



Vollendetes Aroma – vollendeter Genuss!



www.lateltin.com

Verantwortungsvoll konsumieren.

750 1264
2014
WINTERTHUR
Stadtrecht von 1264

In eigener Sache

Volg ist im Dorf daheim und in Winterthur zuhause. Daher ist es für Volg Ehrensache, das 750-Jahre-Jubiläum der Stadt als Sponsor zu unterstützen.

Volg gratuliert «seiner» Stadt

Einen Dorfladen findet man fast überall in der Schweiz. Rund 550 Mal ist Volg «Im Dorf daheim». Zuhause ist das Unternehmen seit langer Zeit in Winterthur. Als «alteingesessener Winterthurer» möchte Volg der Stadt ein Geburtstagspräsent machen und tritt daher bei «750 Jahre Winterthur» mit Freude als Silbersponsor auf.

Ein Jahr voller Anlässe

Die Feierlichkeiten verteilen sich übers ganze Jahr und beinhalten kulturelle, gesellschaftliche, sportliche, technische und geschichtliche Aspekte. Zudem beschäftigen sie sich mit der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft der Stadt. «Gestern – heute – morgen»: Entstanden ist ein buntes Programm, das für jeden etwas bietet. Es kann unter www.winterthur750.ch angesehen und heruntergeladen werden. Die sehenswerte Zürcher Stadt ist also in diesem Jahr umso mehr einen Besuch wert.



Die Stadtkirche ist eines der Wahrzeichen von Winterthur. Bunt wie Ballone ist der Strauss an Feierlichkeiten, mit denen die Stadt ihr 750-Jahre-Jubiläum feiert.

750 Jahre Stadtrecht

Am 22. Juni 1264 stellte Graf Rudolf von Habsburg eine Urkunde für Winterthur aus, das erste Winterthurer Stadtrecht. Das war vor 750 Jahren. Unter dem Motto «Wir sind Winterthur» wird der geschichtsträchtige Moment dieses Jahr gebührend gefeiert.

PRODUIT  DE FRANCE
CAFÉ DE PARIS

*Ihre Lieblings-Cocktails
Spritz und Hugo
für zu Hause*



DRINK RESPONSIBLY

CAFÉ DE PARIS, L'ORIGINAL

AKTION
vom 07.04. – 13.04.2014
auf das gesamte Viennetta Sortiment*

Viennetta



Jetzt an Ostern mit
Viennetta feiern
und profitieren!



New

Bisquit Caramel
650ml

Vanille
650ml

Jetzt im Tiefkühlregal

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

CAFFÈ
**CHICCO
D'ORO**

CAFFÈ
**CHICCO
D'ORO**
TRADITION

Passion & Tradition

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

ÖISI CHUCHI

Demnächst auf **4+**
DI FRISCH UND FRÜNDLICH
(HOCHSENDIG VOM VOLG)

Nicole Waldispühl aus Ballwil (LU) lässt ein Gericht mit Ursprung im 18. Jahrhundert aufleben: die Luzerner Chügelipastete.

Historisches unter der Teighaube



Schweizer Küche in Hochform: Nicole Waldispühl (36) bereitet in «Öisi Chuchi» die Luzerner Chügelipastete zu.

Das Rezept für die Luzerner Chügelipastete von Nicole Waldispühl finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch.



Frau Waldispühl, ist die Luzerner Chügelipastete ein Gericht, das Sie gerne zu besonderen Gelegenheiten auftragen?

«Im Gegenteil. Ich habe dieses ursprüngliche Luzerner Gericht für «Öisi Chuchi» ausgesucht, weil es typisch für unsere Familie und unsere Alltagsküche ist. Meine vier Kinder lieben es!»

Obwohl die Zubereitung der Pastete einige Zeit beansprucht?

«Das Gericht lässt sich wunderbar variieren und vereinfachen. Oft fülle ich auch bereits fertige Pastetli.»

Woher nehmen Sie die Ideen für Ihre Familienküche?

«Von meiner Zeit in der Bäuerinnenschule habe ich noch viele Rezepte. Manchmal entscheide ich aber auch erst um halb zwölf, was es mittags geben wird. Das erfordert natürlich etwas Koch-Erfahrung und einen gut gefüllten Kühlschrank.»

Worauf legen Sie beim Einkaufen und Kochen wert?

«Ich achte sehr auf Schweizer Produkte und koche saisongerecht. Erdbeeren im Februar – das gibt es bei mir nicht. Meine Kinder sollen sich auch bewusst sein, dass nicht alles das ganze Jahr über erhältlich ist.»

Was schätzen Sie am Volg Eschenbach?

«Die Frischequalität stimmt, es wird grossen Wert auf Schweizer Produkte gelegt und der Laden ist nah. Das erspart mir nicht zuletzt Zeit.»

«Öisi Chuchi» auf **4+**

Erstausstrahlung:
Sonntag, 30. März, um 17.30 Uhr

Wiederholungen:
Ab 6. April jeweils am Sonntag um 17.30 Uhr.
Oder jederzeit im Internet unter
www.öisichuchi.ch

Jetzt auch auf **Tele Top** und **Tele Südostschweiz**

Die Sendung aus Eschenbach (LU) läuft am:



Erstausstrahlung Mo, 7.4., um 17.30 Uhr. Wiederholungen jeden Do, Fr und Mo, jeweils 17.30 – 17.40 Uhr.



Erstausstrahlung Fr, 11.4., um 18.20 Uhr. Die Sendung wird regelmässig wiederholt.

A vibrant advertisement for Nestlé Iced Tea Lemon. The central focus is a chilled, condensation-covered plastic bottle of iced tea with a yellow cap. The bottle is set against a bright, sunny outdoor scene with a clear blue sky, a large green leaf with a golden drop of liquid, a monarch butterfly in flight, and a lush green field with white and yellow flowers. In the background, people are seen relaxing on the grass. The Nestlé logo is partially visible on the bottle's label.

NESTEA®

Lemon

**BESTER EISTEE
GESCHMACK**

mehr zum thema

Flüssig in den Frühling

Kühle Drinks, geeiste Suppen, coole Toppings: Jetzt kommt alles ins Glas, was flüssig und erfrischend ist. Und dabei geht es erst noch bunt zu und her.

Ein Regenbogen voller Erfrischungen



Durch gelbe, orange, rote, grüne und violette Gerichte kommt auf feinste Weise Farbe ins Leben.

An den kalten Flüssigkeiten auf den nächsten Seiten erfreut man sich noch, bis die letzten heißen Tage dem Herbstnebel weichen. Süß, salzig, würzig, fruchtig, schaumig – von Rot bis Violett: Die Palette der coolen Kreationen ist so vielschichtig und farbenfroh wie ein Regenbogen. Das erfreut Auge, Gaumen und nicht zuletzt den Geist. Denn wer bunt isst, kann sich durchaus Gutes tun. Forscher fanden heraus, dass automatisch eine gesunde Abwechslung in den Speiseplan kommt, wenn man beim Essen verschiedene Farben berücksichtigt und Lebensmittel je nach Farbe Eigenschaften haben, die sich auf unser Wohlbefinden auswirken. Also, sehen Sie kulinarisch ruhig mal Rot oder geben Sie Grünzeugs grünes Licht!

Erdbeer-Ice-Cubes

Für 1 Eiwürfelbehälter:
250 g gewaschene, in Stücke geschnittene **Erdbeeren** mit 4 EL **Puderzucker** vermischen, 1 EL **Zitronensaft** dazugeben, alles gut mixen, durch ein Sieb streichen, im Eiwürfelbehälter gleichmässig verteilen, im Tiefkühler 5 Std. gefrieren.

Tipp: Eiwürfel im Cüpli servieren.

Sollten Sie beim Anblick dieser Seite ein Hungerchen verspüren, liegt das nicht nur an den guten Dingen, die in den Gläsern stecken. Gelbe, orange und rote Lebensmittel regen nämlich grundsätzlich den Appetit an. Lebensmittel in den feurig-warmen Farbtönen sollen im Körper zudem Positives entzünden: Gelbe Nahrungsmittel wie Bananen, Ananas, Mais oder gelbe Paprika fördern die Konzentration und stärken die Nerven. Orange Zutaten wie Rüebli oder Mangos machen gute Stimmung, und wer beim Essen Rot wählt, darf auf einen Energieschub hoffen. Denn Tomaten, Erdbeeren & Co. steigern die Leistung.

Rot regt an

Weil die Farbe Rot für geballte Power steht, sollte man sie in Wohnräumen – zum Beispiel als Wandfarbe – nur dort verwenden, wo man auch Aktivität wünscht. Grossflächig im Schlafzimmer eingesetzt, ist ein intensives Rot somit die falsche Farbe. Schliesslich wollen wir uns hier erholen. Im Esszimmer, wo man mit der Familie anregende Diskussionen führt, ein gesunder Appetit gewünscht ist und es gemütlich sein soll, sind warme Farben wie Orange und Rot hingegen eine gelungene Wahl. Wie gelbe Nahrungsmittel die Konzentration unterstützen, ist Gelb im Büro perfekt. Die sonnige Farbe hält wach und aktiv.

Cool-Tipp: Cüpli Surprise

Mit den Erdbeer-Ice-Cubes bekommt das Cüpli einen neuen Anstrich. Die fruchtigen Eiwürfel lassen sich auch mit allen anderen Beeren oder aus Pfirsichpüree herstellen. Kinder verzaubern damit ihren Rimuss oder Sirup. Und gibt man einen bunten Fruchtwürfel ins Mineralwasser, hat man im Handumdrehen einen lässigen Mixdrink im Glas.



Geeiste Rüebli-Orangen-Suppe

Für 4 Personen:

2 EL **Butter** in einem Topf erhitzen, 500 g geschälte, klein gewürfelte **Rüebli** und ½ fein gehackte **Zwiebel** darin dünsten, bis die Zwiebeln glasig sind. Mit 2 EL **Mehl** bestäuben, mit 3 dl **Orangensaft** und 4 cl **Grand Marnier** ablöschen und leicht köcheln, bis die Rüebli gar sind. Suppe fein pürieren, durch ein Sieb gessen, etwas abkühlen lassen und 40 Min. in den Tiefkühler stellen. Herausnehmen, in eisgekühlten Suppenbowlen anrichten und servieren.

Ballonglas

Charakteristisch ist der bauchige Kelch, der sich nach oben verengt und sich kurz vor der Glasöffnung wieder öffnet. Besonders tropische Bargetränke, Fruchtcocktails oder Frappés werden darin serviert.

Schaumweinkelch

Der Klassiker fürs Cüpli. Er ist optimal für jeden Schaumwein, da der hohe, schmale Kelch das Aufsteigen der Kohlensäure als feine Perlenketten, die sogenannte «Perlage», fördert. Die Kelchform hält den Inhalt zudem lange kalt.

Schaumweinflöte

Die sich zum Fuss verjüngende Schaumweinflöte hat eine etwas breitere Glasöffnung. Dadurch entweicht die Kohlensäure schneller als beim Schaumweinkelch. Die Flöte eignet sich daher besser für Mixgetränke mit Schaumwein als für puren Champagner oder Sekt.



Tomaten-Kaltschale mit Basilikum

Für 4 Personen:

1 Dose **Pelati**, 1 grob gehackte **Zwiebel** und 2 geschälte, gehackte **Knoblauchzehen** im Mixbecher fein pürieren. Saft und abgeriebene Schale von $\frac{1}{2}$ **Zitrone** dazugeben, mit 2-3 Spritzern **Tabasco**, **Salz** und **Pfeffer** würzen, kaltstellen. 2 dl **Volg HOLL-Rapsöl** in einer flachen Pfanne erhitzen, 1 Bd. gewaschenen, gut trockengeputzten **Basilikum** darin frittieren, aber nicht braun werden lassen. Herausheben und auf einem Haushaltspapier gut abtropfen lassen. Die Suppe in vorgekühlten Gefässen anrichten, mit frittiertem Basilikum garnieren.

Ananas-Bananen-Frappé

Für 2 Gläser:

1 **Banane** und 2 Scheiben **Ananas** in grobe Stücke schneiden, in einen Mixbecher geben, 2 dl **Milch** und 2 Kugeln **Vanillejace** dazugeben, gut durchmischen, auf die Gläser verteilen.

Tipp: Glasrand mit kandierter Ananas dekorieren.

Kaltes in warmen Farben



«Molktail» Cocktail mit Molke

Für 4 Drinks:

$\frac{1}{2}$ **Eiweiss** mit 1 EL Wasser verrühren, Eiweissmischung und 1 EL **Kokosraspel** je in einen tiefen Teller geben, Glasränder erst in Eiweiss, dann in Kokosraspel tauchen. 16 cl **Malibu** auf 4 Gläser verteilen, einige Eiswürfel dazugeben, mit 2 Flaschen **Mango-Maracuja-Molke** à je 50 cl auffüllen, servieren.



Selbstgemachter Zitronen-Sirup

Für 2 Liter:

Von 4 **Zitronen** Schale abreiben und Saft auspressen. Zitronenschale in 3 EL von 1,5 kg **Zucker** nicht zu dunkel karamellisieren. 1,5 l **Wasser** aufgiessen, restlichen Zucker und Zitronensaft dazugeben, aufkochen und kochen, bis der Zucker sich gelöst hat. Durch ein Sieb abgiessen; Flüssigkeit auffangen, Sirup in heiss ausgespülte Flaschen füllen, gut verschliessen.

Tipp: an einem kühlen, dunklen Ort aufbewahrt, ist der Sirup mehrere Wochen haltbar.

Grüne Gazpacho

Für 4 Personen:

1 rundum leicht angeschälte, in Würfel geschnittene **Salatgurke**, 100 g grob gehackter, frischer **Spinat**, 1 klein gewürfelte **Zwiebel** und 2 geschälte **Knoblauchzehen** in einen Mixbecher geben.

2 EL **Kräuteressig** und 5 dl **Suure Most** dazugießen, gut mixen, je nach Konsistenz mit ca. 2 dl **Wasser** verdünnen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und bis zum Servieren kaltstellen.

Tipp: nach Belieben zusätzlich einige Pfefferminzblätter mitmischen. Statt frischen Spinat aufgetauten Tiefkühl-Spinat verwenden.



Grünzeugs, das alle begeistert

Spargel-Espuma

Für 4 Personen:

Je 150 g gekochten **weißen Spargel** und **grünen Spargel** in 2 cm lange Stücke schneiden. 50 Gramm **Butter** halbieren, jedes Stück in einem Pfännchen erhitzen, je die Hälfte von 1 gehackten **Zwiebel** dazugeben, die grünen und weißen Spargeln auf je ein Pfännchen geben und kurz andünsten. Mit je 1 von 2 TL **Mehl** bestäuben, mit je 1 dl von 2 dl **Spargelsud** ablöschen und etwas einköcheln lassen, je 1 dl **Rahm** und je 1 von 2 Blatt eingeweicherter Gelatine dazugeben. Mit dem Mixstab separat fein pürieren, durch ein Sieb in je eine Schüssel streichen. Beide Massen mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken, nochmals mit dem Mixstab aufschäumen, eine der Massen in einen Rahmbläser füllen, diesen mit 2 Kapseln befüllen, zehn mal gut schütteln, Massen lagenweise in Gläser füllen respektive dressieren, servieren.

Tipp: Wer keinen Rahmbläser besitzt, füllt die Massen einfach lagenweise in die Gläser.



Schaumiger Apfeldrink

Für 2 Gläser:

1 grünen, entkernten und in Stücke geschnittenen **Apfel** und 50 g klein geschnittenen **Stangensellerie** zu einem feinen Mus pürieren. 1 Becher **Yogi Drink Apfel** dazugeben, schaumig mixen, in Gläser füllen und servieren.





Avocado-Limetten-Dressing

Für 5 dl:
1 halbe, aus der Schale gelöste und in grobe Würfel geschnittene **Avocado** in einen Mixbecher geben, Saft von 2 **Limetten**, 1 dl **Essig** und 1 dl **Rapsöl** dazugeben, gut durchmischen, mit ca. 1,5 dl **Wasser** auf die gewünschte Konsistenz bringen, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. In eine saubere Flasche füllen, gekühlt aufbewahren.

Wer sich Farbe in die Küche holen will, trifft mit Grün eine gute Wahl. Eine grüne Wand oder Accessoires in Grün sind laut der Lehre von Feng Shui geradezu perfekt für den Raum, in dem es um frische Zutaten, die Natürlichkeit und die Nährstoffaufnahme geht. Nimmt man die Nährstoffe in der Farbe Grün zu sich, tut man sich nach einem anstrengenden Tag ebenfalls nur Gutes. Grünen Lebensmitteln wie Spinat, Avocados, Gurke, Äpfel oder Kräuter spricht man die Wirkung zu, bei Nervosität und Überreiztheit zu helfen.

Genuss in Grün

Nicht zuletzt sind Gerichte in frühlingsfrischem Grün ein Genuss fürs Auge. Und wie es draussen vor dem Küchenfenster wieder grünt, wachsen in der Küche tolle Kreationen mit allerhand Grünzeugs heran: Die spanische Gemüsesuppe Gazpacho wechselt vom klassischen Rot ebenso ins frühlingshafte Grünkleid wie das Salatdressing. Und wenn bei Tisch alles im grünen Bereich ist, können Gastgeber und Gäste ja nur glücklich und zufrieden sein.



Minz-Eistee

Für 2 Liter:
2 l **Wasser** aufkochen, 3 Beutel **Grüntee** 4 Min. ins heisse Wasser geben, herausnehmen. 5 EL **braunen Zucker** dazugeben, darin auflösen. 1 Bund frische **Minze** zum Strauss binden, in eine hitzebeständige Schüssel geben, mit Tee übergiessen, ca. 2–3 Std. auskühlen lassen. Minzstrauß entfernen, Tee in einen Krug füllen, mit **Eiswürfeln** servieren.



Cool-Tipp: Kräuter anpflanzen

Die klassischen Cocktail-Kräuter Minze und Melisse und das beliebte Küchenkraut Basilikum kann man selbst anpflanzen, um immer genügend davon im Haus zu haben. Die pflegeleichte **Minze** pflanzt man am besten alleine in einen Topf, da sich ihre Wurzeln rasch ausbreiten. Sie mag ein leicht sonniges bis halbschattiges Plätzchen, **Melisse** hat es gern sonnig und warm, akzeptiert aber auch einen halbschattigen Standort; beides sind mehrjährige Pflanzen. **Basilikum** kann von Mai bis Juli ausgesät und ab Mitte Mai gepflanzt werden. Bei der Aussaat die Samen nicht mit Erde bedecken, nur andrücken; danach immer gut feucht halten. Basilikum benötigt einen sonnigen, windgeschützten Standort. Samen sind zum Beispiel in der Landi erhältlich.

Cocktail-Glas

Das **Cocktail-Glas** kennt jeder, der einen **James-Bond-Film** gesehen hat. Daraus pflegt **Geheimagent 007** seinen **Martini** zu trinken. Das Glas mit dem kegel-förmigen Kelch wird denn auch als **Martini-Glas** bezeichnet.

Cocktail-Schale

Der Unterschied zum **Cocktail-Glas** ist die Form des Kelchs. Der Kelch der **Cocktail-Schale** ist weiter und weist einen abgerundeten Boden auf. **Eiswürfel** gehören übrigens weder in die **Cocktail-Schale**, noch ins **Cocktail-Glas**.

Tumbler

Was wir in der Schweiz als **Wäschetrockner** bezeichnen, ist in der internationalen **Barsprache** ein kurzes **Trinkglas** mit dickem Boden. Mit seinem grossen Durchmesser eignet es sich besonders für Getränke «on the rocks», also auf **Eiswürfeln** serviert.

Longdrink-Glas

Hoch und schmal ist das **Longdrink-Glas**, das auch als «grosser **Tumbler**» bezeichnet wird. In ihm werden, wie der Name sagt, **Longdrinks** serviert, man nimmt sie aber auch gerne für **Säfte** oder **Mineralwasser** zur Hand.

BEAUTY Sweeties®

Lifestyle Confectionary

Fruchtgummi-Herzen



- + Q10
- + Kollagen
- + Aloe vera

Feinste Fruchtgummi-Herzen mit 20% Fruchtsaft, 6% Fruchtstücken, Q10, Aloe Vera und Kollagen sowie Vitaminen auf zartem Joghurtschaum.

* Alle Zutaten aus natürlichen Quellen



Ab sofort bei:



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



So schmeckt
Ostern
am besten!

MEHR ZUM THEMA: FLÜSSIG IN DEN FRÜHLING

Ein Heidelbeer-Lassi zum Zmorge, ein Randencocktail zum Apero und das Waldbeer-Topping mit Glace zum Dessert. Wer möchte, kann den ganzen Tag genussvoll durch die «lila» Brille sehen. Ausgeglichenheit bekommt man beim Verzehr von violetten Lebensmitteln wie Heidelbeeren, Holunder, Auberginen oder Pflaume dazu geschenkt. Wie die Farbe Violett den Appetit zügelt, dämpft sie in Wohnräumen die Energie und macht passiv. Mit diesem Farbton gilt es also eher zurückhaltend umzugehen. Violett ist aber auch eine königliche Farbe. Kombiniert man sie mit Weiss, wirkt ein Raum besonders edel.



Waldbeer-Topping

Für 1 Liter:
2 Pack tiefgekühlte Waldbeeren mit 450 g Zucker und Saft von 1 Zitrone vermischen, aufkochen und 10 Min. leicht sieden lassen. Mit dem Mixstab pürieren, durch ein Sieb streichen. In einem Konfitürenglas kühl lagern.

Tipp: Das Topping schmeckt über Vanilleglace, zu Kuchen oder mit Milch als Shake.

Leckereien in Lila



«Randy Mary» Bloody Mary mit Randensaft

Für 4 Gläser:
5 dl Randensaft, 12 cl Wodka,
1 EL Zitronensaft und 2–3 Spritzer
Tabasco gut vermischen, mit Salz
und Pfeffer abschmecken, auf
4 Gläser verteilen, mit Eiswürfeln
servieren.

Tipp: mit frittierten Randenchips
garnieren.



Heidelbeer-Lassi

Zutaten für 2 Drinks:
2 Heidelbeer-Jogurt mit
2 dl kaltem Wasser verrühren,
mit 2 Pr. Kardamom und etwas
schwarzem Pfeffer aus der
Mühle würzen, in Gläser füllen,
mit Eiswürfeln servieren.

Spirituosen-Glas

Bei den langstieligen Spirituosen gläsern wird der untere bauchige Teil mit Spirituosen wie Likören oder Obstbränden gefüllt. Der Kamin bleibt frei; er bündelt die Aromen, ohne den reinen Alkohol hochsteigen zu lassen.

Cognac-Schwenker

Im bauchigen, tulpenartig geformten Glas mit kurzem Stiel kann Cognac optimal geschwenkt werden. Die enge Öffnung nach oben konzentriert die edlen Aromen. Das Glas maximal zu einem Drittel füllen.

Cool-Tipp: Eiskalt dekoriert

Einfach, aber effektiv sind geeiste Gläser. Die vorgesehenen Anrichtegläser ca. 30–60 Min. in den Tiefkühler stellen, herausnehmen, auf ein Tablett stellen und Speisen in die Gläser füllen. Auf dem Tablett zum Gast tragen, damit keine Fingerabdrücke zu sehen sind. Der Inhalt bleibt so auch länger kühl.

THOMY Tagesangebot zum Geniessen

vom 7. bis 13. April 2014

2.30*
statt 2.90

Zu gewinnen
20 x 1 Jahr
THOMY-Produkte
vom 1. bis 20. April 2014
www.thomy.ch



THOMY macht mehr draus

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

VEGI

FEUER FREI!

... für Züger Grillkäse!



**JETZT
BONS
SAMMELN
UND GESCHENK
WÄHLEN!**

www.kontrolllinie.ch

Alle Infos online
3 tolle Geschenke zur Auswahl!



www.grillcheese.ch

Züger Frischkäse AG, 9245 Oberbüren / Schweiz
www.frischkäese.ch / www.grillcheese.ch

* In kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich.

Wettbewerb

Die Casa Buitoni liegt in der schönen Toskana. Der Wettbewerbsgewinner kann eine Woche dort verbringen – viel italienische Lebensfreude inklusive.



Jeder Teig ein Stück Toskana



WETTBEWERB

Welchen dieser Buitoni-Pizzateige gibt es im Volg?

- A: Buitoni Mini-Pizza
- B: Buitoni Pizzabrot Focaccia
- C: Buitoni Pizza Classica eckig

1. Preis im Wert von Fr. 5000.–

Eine Woche Ferien in Italien für 4 Personen

2. Preis im Wert von Fr. 1500.–

Ein Wochenende im Tessin für 2 Personen

3.–12. Preis im Wert von je Fr. 100.–

Ein Volg-Einkaufsgutschein

13.–30. Preis im Wert von je Fr. 30.–

Ein Pizzaset, inkl. eines hochwertigen Pizzaschneiders und Pizzablechs

→ Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 24. April 2014 unter www.volg.ch/volg-magazine

Per Telefon: bis 24. April 2014 unter 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf, Festnetztarif. Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Name und Adresse auf das Band.

Per SMS: Senden Sie bis 24. April 2014 ein SMS mit dem Keyword VOLGW und Lösungsbuchstabe an 4636, für 90 Rp./SMS.

Per Post: Lösung bis 20. April 2014 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Buitoni», Postfach 344, 8401 Winterthur.

Ohne die italienische Küche, die Leidenschaft, mit der sie zubereitet wird, und die mediterrane Vielfalt würde uns ein grosses Stück Genuss im Leben fehlen. Giulia Buitoni ist es zu verdanken, dass man die italienische Küche Tag für Tag bequem zuhause geniessen kann. Die Italienerin eröffnete einst ihr erstes Geschäft in Sansepolcro, in den Hügeln der Toskana.

Einfach, frisch, italienisch

Noch heute schlägt das Herz von Buitoni in dieser wunderschönen Gegend. Hier befindet sich die Casa Buitoni, in der Küchenchefs den Qualitätsanspruch hochhalten. Mit seinen Pizzateigen bietet Buitoni das, was die italienische Küche auszeichnet: eine einfache Kombination aus frischen und hochwertigen Zutaten. Noch ein Stück mehr italienisches Lebensgefühl winkt dem Gewinner dieses Wettbewerbs. Er kann auf einer phänomenalen Reise nach Italien mit seinen Liebsten unter der toskanischen Sonne eine Woche lang ausspannen, das «dolce vita» geniessen und dem ursprünglichen Geheimnis von Buitoni auf die Spur kommen.

Die Pizzateige von Buitoni sind die Basis für italienischen Genuss. Das Herz von Buitoni liegt in der Toskana. Der Wettbewerbsgewinner kann die Region besuchen.



Von der Casa Buitoni in den Dorfläden: die Teige Pizza Classica rund und eckig sowie der extradünne «Fina».

Buitoni

ALLE ANDEREN SIND WURSTCHEN

Die Nr. 1 in der Schweiz — 100% Schweizer Qualitätsfleisch



minipic
the alpine snack

www.minipic.ch

THURGAUER KUHLTUR



Ein bisschen sieht man es
ihnen an – den Thurgauer Kühen.
Als wüssten sie genau, dass aus ihrer
Milch diese zwei exzellenten Käse
gemacht werden – im Familienbetrieb
der Strähli Käse AG in Siegershausen.

www.straehl.ch

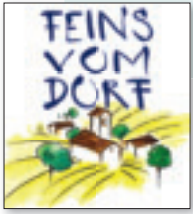
Strähli

Der kräftige ECHTE THURGAUER.



Der milde THURGAUER RAHKÄSE.

*nur in Verkaufsstellen mit offenem Käse-Verkauf



Feins vom Dorf

Bei einem Abstecher in den Volg Sattel (SZ) stösst man im «Feins vom Dorf»-Angebot auf beste Z'Graggen-Destillate.

Ausgezeichnete Destillate aus Lauerz



Der Kirsch ist destilliert; die acht Brennähfen werden für den nächsten Sud gereinigt. Tony Z'Graggen stösst die verbliebenen Kirschsteine mit einer Holzkelle aus der Brennblase.

Produkte mit Lokalcharakter

In allen Volg-Läden sind unter der Bezeichnung «Feins vom Dorf» lokale Spezialitäten erhältlich, die direkt aus dem Dorf oder der nächsten Umgebung 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.

Nebst den Spirituosen von Tony Z'Graggen sind im Volg Sattel auch eingelegtes Gemüse wie Zucchetti süss-sauer von Rahel Betschart, Goldau, und Trockenfrüchte wie getrocknete Birnen von Fidel und Elisabeth Kenel, Arth, als «Feins vom Dorf»-Produkte erhältlich.



Klare Obstbrände, cremige Liköre, Schweizer Whisky oder Spezialitäten wie Tels Apfel und Honig-Chrüter – Tony und Andreas Z'Graggen brennen in ihrer Schaubrennerei Edelbrände und Liköre, für jeden guten Geschmack etwas. Mit Erfolg: Die Z'Graggen-Spirituosen und die Brennerei wurden schon mit zahlreichen Medaillen und Auszeichnungen dekoriert. Die Basis für einen ausgezeichneten Brand liegt für Tony Z'Graggen in der Frucht. «Vollreif und sauber muss sie sein», hält Tony Z'Graggen fest. Und dann braucht es primär Ruhe. «Die Gärung sowie das Brennen müssen schonend verlaufen. Ein exzellentes Destillat braucht seine Zeit», weiss Tony Z'Graggen aus langjähriger Erfahrung.

Aus Schweizer Früchten

Bereits der Grossvater brannte auf seinem Bauernhof Schnaps. Vater Anton stieg schliesslich professionell ins Brenngeschäft ein, gründete das heutige Unternehmen und gab sein Können an die Söhne weiter. Auf Basis von Schweizer Früchten, reinem Quellwasser der nahen hauseigenen Quelle im Rigi-Gebiet sowie weiteren erlesenen Zutaten stellen sie heute über 55 Sorten her. Eine Auswahl davon findet man im «Feins vom Dorf»-Sortiment des Volg Sattel.



Drei Z'Graggen-Kreationen aus dem Volg Sattel: Honig-Chrüter, Eier-Kirsch und Single Malt Whisky.



Besitos

Der liebe Besitos, weiss und rosé, ist ein Moscato-Wein aus dem spanischen Valencia. Er passt zum Aperó sowie zu Früchten und Desserts. Fr. 9.50

In Spanien und Süditalien sind vier edle Tropfen beheimatet, die Geniesserherzen höher schlagen lassen, nach Sonne und Süden schmecken. Eine Entdeckungsreise durch den modernen Weingenuss.

1 Besitos: feinperlicher Moscato

Das erste Reiseziel liegt in der ostspanischen Provinz Valencia. Mit prickelnden Küssen (spanisch «Besitos») begrüsst uns der liebe Besitos und feinperliche Moscato-Wein Besitos. Seine Reben gedeihen inmitten üppiger Orangenbäume, welche die aromatische Süsse der Orangenblüten in sich aufnehmen. Ob weiss oder rosé gekeltert: Besitos ist der perfekte und typische Moscato-Aperówein, der auch gut zu frischen Früchten und Desserts passt. Mit seinem zarten Duft weisser Blüten, der kräftigen Süsse tropischer Früchte und einem Hauch von Zitrus verzaubert er mit Lebendigkeit und Grazie.

Eine Genussreise unter südlicher Sonne

2 Ursa Maior: herrlicher Rioja

Weiter führt uns die Spanien-Reise ins Rioja, eines der bekanntesten Weinbaugebiete der iberischen Halbinsel. Hier ist der Ursa Maior beheimatet, einer der Topweine der Bodegas Ondarre. Er wird aus Tempranillo-, Mazuelo- und Garnacha-Trauben gekeltert, schimmert dunkelrot und duftet überwältigend nach Caramel, Röstaromen und reifen roten Beeren. Letzteres ist ein Hinweis auf den 16-monatigen Ausbau im Eichenfass. Reife Früchte, Schokolade sowie angenehm würzige Noten betören den Gaumen. Dieser herrliche Rioja ist ein wunderbarer Begleiter feiner Fleisch- und Reisgerichte.

Ursa Maior

Ein schöner Begleiter zu Fleisch- und Reisgerichten ist der Rioja Ursa Maior mit angenehm würzigen Noten und Duft nach reifen roten Beeren. Fr. 13.90

L'amorino aus Apulien harmoniert besonders zu italienischer Küche und Grilladen. Er ist auch ein schönes Geschenk, das von Herzen kommt. Fr. 9.90



3 **L'amorino: lieblicher Negroamaro**

Von hier aus geht es in den Süden Italiens nach Apulien. Der Stiefelabsatz der Halbinsel ist eines der ältesten Weinbaugebiete der Welt. Das heiße Klima und die kalkhaltigen Böden mit eisenoxidreichen Schichten bringen tiefdunkle Weine hervor. Was in Spanien mit kleinen Küsschen begann, geht hier mit italienischer Liebe weiter: Der weiche, harmonische und fruchtige L'amorino lässt die Herzen von Weinliebhabern höher schlagen. Er ist sanft, duftet und schmeckt nach Johannisbeere und Pflaume – aussergewöhnlich zum Verschenken oder zum Selbergenießen in trauten Momenten der Zweisamkeit.

4 **Stella d'argento: fülliger Primitivo di Manduria**

Weil es so schön ist, bleiben wir in Apulien und greifen nach den Sternen: Stella d'argento (Stella bedeutet «Stern» auf Italienisch) ist ein wundervoll intensiver, weicher und fülliger Primitivo di Manduria. Er wächst auf der Halbinsel Salento. Die Nähe zum adriatischen und ionischen Meer sorgt hier für kühle Nächte, welche einen Qualitätsanbau möglich machen. Die Wärme des Südens gibt ihm seine Intensität und dunkle Farbe. Der Stella d'argento begeistert mit dem Duft von Beeren, Dörrobst und Pflaume sowie einem Hauch von Vanille, Pfeffer und Röstaromen, einer feinen Süsse mit gut eingebundenen Tanninen. Käse, Brot und ein Glas Stella d'argento: Geniesserherz, was willst du mehr?



Auf der apulischen Halbinsel Salento wird der gehaltvolle Stella d'Argento gekeltert. Er ist zu zahlreichen Gerichten eine gute Wahl, mundet aber auch ganz schlicht zu Käse und Brot. Fr. 17.50

Volg. Im Dorf daheim.

Rupperswil

ÖISE
LADE
TIPP



QR-Code scannen
und den Film über
Rupperswil direkt
auf dem Mobile
schauen. Alle Filme
auf www.volg.ch

Volg. Im Dorf daheim.

Euse zu

versüsst seit 1906 das Leben der Sch...

EUSES L

das unser schönes «Robischwil» besingt. Gu...

EUSE

ins Dorf. Hie...



Eine stimmige Verbundenheit zum Wohnort hat man im aargauischen Rupperswil. In Robischwil, wie die Bewohner ihr Dorf nennen, gehört nämlich ein spezielles Musikstück zum guten Ton: das «Robischwilerlied». Es weiss wortwörtlich ein Lied von den Schönheiten der Gemeinde zu singen. «Mit Ussicht uf de Jura,



«Zucker wird bei uns zu Würfel- und Puderzucker verarbeitet oder in Portionen abgefüllt.»
Max Schärer, Geschäftsführer
Zuckermühle Rupperswil

am breite Aarestrand, het euses Dorf en Extraplatz im liebe Schwizerland. Es isch

umgeh vo Fällder und Matte, s'isch e Pracht, und über eusne Wälder, do glänze d'Sterne z'Nacht», stimmt die erste Strophe an.



«Wir stellen verschiedene Bonbons her, darunter auch die Volg Familienpreis Kaubonbons.»

Marc Lehnert, Inhaber Zile Bonbons

Die eingangs der Strophe erwähnte Aare prägt das Leben im Dorf seit jeher. Im Jahr 2012 erfolgte mit der Einweihung des Auen- schutzparks ein Meilenstein in der Flussge- schichte. Er bietet bedrohten Tierarten wie Biber, Pirol oder Eisvogel neuen Lebensraum, bezieht aber auch den Menschen mit ein:

Wege laden zum Spazieren, Aussichtsplatt- formen zum Staunen und Feuerstellen zum Verweilen ein. Auf dem Wasser heimisch ist der lokale Wasserfahrverein. Präsident Roland Vonhuben und die Vereinsmitglieder steuern ihre Weidlinge, rund 10 Meter lange Flachboote, in der Freizeit kraftvoll durch den Fluss.



«Die Aare prägt das Leben in Rupperswil seit jeher.»

Ruedi Hediger, Gemeindevor- stand Rupperswil

Rupperswil hat nebst erfrischenden auch süsse Seiten. In der Zuckermühle Rupperswil

Volg-Werbekampagne 2014

Volg ist seit Jahrzehnten im Dorf daheim. Darum stellt die Volg-Werbekampagne 2014 sechs weitere Schweizer Dörfer, ihre Besonderheiten und ihre Bewohnerinnen und Bewohner in den Mittelpunkt. Ausgewählt wurden: Altnau (TG), Guarda (GR), Le Landeron (NE), Rapperswil (AG), Rüttenen (SO) und Seelisberg (UR).

cker

weizer. Stolz sind wir auf

ied

te Stimmung bringt auch

e Volg

r trifft man sich und tauscht sich aus.

Wieder mit Film

Die Volg Werbekampagne bewegt! Denn zusätzlich zu Plakaten und Inseraten werden die Dörfer und Dorfbewohner in Kurzfilmen porträtiert. Alle Kurzfilme über die Dörfer können Sie unter www.volg.ch anschauen.

1. Preis



- A: ein Brötel-Plausch an der Aare
B: sein Lieblingskuchen
C: beliebig viele Chilbi-Bahnen fahren

1. Preis im Wert von max.

Fr. 300.–

Ein 4-Gang-Abendessen nach Wahl für 2 Personen inkl. Wein, Mineralwasser und Kaffee im Restaurant Silvio's Ampere, dem kleinen Beizli am Fluss.

2. Preis im Wert von

Fr. 250.–

Eine 1,5-stündige Kutschenfahrt mit Ross und Wagen für 8 Personen durch die Auenlandschaft von Rapperswil von Pferdeland Hediger & Pauli.

3. Preis im Wert von

Fr. 200.–

Eine Aare-Wasserfahrt mit dem Weidling von Rapperswil nach Villnachern für 10 Personen; Dauer: ca. 2 Std, durchgeführt vom Wasserfahrverein Rapperswil. Start in Rapperswil unterhalb des Auenschutzparks, talabwärts mit einem Übersetzboot. Vor dem Kraftwerk Villnachern (nach ca. 1,5 Std.) wird der Motor gestartet und die Fahrt führt zurück nach Rapperswil.

4.–7. Preis

Eine persönliche Führung für 2 Personen durch die Bonbonfabrik Zile. Dabei wird der ganze Produktionsablauf mitverfolgt und diverse Bonbons können degustiert werden. Zum Abschluss gibt es eine Geschenkdose mit zartschmelzenden Caramel Mou.

→ Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 24. April 2014

unter www.volg.ch/volg-magazine

Per Telefon: bis 24. April 2014

unter 0901 250 350, für 90 Rp./Anruf, Festnetzstarif. Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Name und Adresse auf das Band.

Per SMS: Senden Sie bis 24. April 2014 ein SMS mit dem Keyword VOLGS und Lösungsbuchstabe an 4636, für 90 Rp./SMS.

Per Post: Lösung bis 20. April 2014 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Rapperswil», Postfach 344, 8401 Winterthur.

Die Mitarbeitenden der Volg Konsumwaren AG sind nicht teilnahmeberechtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Es wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



3. Preis

4.–7. Preis



und der Bonbonfabrik Zile dreht sich alles um Zucker in verschiedener Form und zuckersüsse Zältli. Beide Unternehmen blicken auf eine langjährige Familientradition zurück: Die Zuckermühle wurde 1906 vom Urgrossvater des heutigen Geschäftsführers Max Schärer gegründet, der Grossvater von Zile-Inhaber Marc Lehnert fing 1947 mit der Bonbonproduktion an. Auch die Volg-Familienpreis-Kaubonbons sowie die bunten Zucker-Ostereili werden hier für die Dorfläden hergestellt. Wie die beiden Unternehmen mit der Zeit gewachsen sind, hat das Dorf in den letzten Jahrzehnten eine rege Bautätigkeit zu verzeichnen. Dennoch ist «Robischwil» ein Dorf geblieben, wo man sich kennt, auf der Strasse grüsst und natürlich im Volg trifft.

Wie das Robischwilerlied klingt, wenn es die Dorfbewohner im Chor anstimmen, und weitere Robischwiler Besonderheiten sehen Sie im Kurzfilm über Rapperswil unter www.volg.ch

*Bunte Süssigkeiten für den Volg:
In Rapperswil werden die Volg
Zuckerostereili und Familienpreis-
Kaubonbons hergestellt.*



Mit den beiden Neuheiten von Jacobs, **Momente, Lungo Delicato** und **Lungo Elegante**, kommt höchster Kaffeegenuss in die grosse Tasse.

Für wunderbar lange Kaffee-Momente

Da kann man es sich getrost mit einem dicken Schmöker bequem machen: Mit den beiden Kaffeeneuheiten von Jacobs Momente dauert der Kaffeegenuss aus der praktischen Kapsel einen herrlichen Kaffee-Moment länger. Cremig-mild oder ausgewogen-aromatisch? Die zwei Lunghi von Jacobs Momente sind für beides zu haben. Der Lungo Elegante ist lieblich, sanft und hat eine nussige Note für einen eleganten Genuss-Moment in der Intensität 4. Der ausgewogene Lungo Delicato, samtig mit feinen Röstaromen,

bietet einen erlesenen Genuss-Moment in der Intensität 6.

Kaffee in Kürze

Nur eine kurze Auszeit gefällig? Dann sind die Jacobs Momente Espresso genau das Richtige. Die grosse Vielfalt für die kleine Kaffeepause besteht aus vier Sorten für einen harmonischen, aromatischen, sinnlichen oder intensiven Kaffeegenuss in verschiedenen Intensitäten. Jacobs Momente Espresso bildet zudem die perfekte Basis für einen Cappuccino oder Latte Macchiato.



Fr. 3.95

Doppelt langer Moment:

Jacobs Momente, Lungo Delicato, 56 g
Jacobs Momente, Lungo Elegante, 56 g

Teil der Uhr	Um-schlos-senes	▼	aufge-schlos-sen	▼	Heu-boden	Lebens-mittel-laden	▼	Berg-weide	▼	griechi-sche Unheils-göttin	griechi-scher Buch-stabe	▼	eurasi-sches Grenz-gebirge	ein Zeit-messer	schweiz. Karten-spiel	▼	Training	linke Konto-seite				
9									5	Wachs-figuren-kabinett (Mme...)	11											
Zeichen für Nano-farad			Abgott		schweiz. Dichter, † 1881					Binnen-meer in Kasachstan				12								
Gestell zum Trocknen von Heu							<div style="background-color: #f4a460; padding: 5px; text-align: center;"> <h2 style="margin: 0;">IHR GEWINN</h2> <p style="margin: 0;">21 Mal eine Tageskarte 1. Klasse auf dem Vierwaldstättersee im Wert von je Fr. 105.-</p> <p style="font-size: small;">Idyllische Buchten, historische Orte und ein einmaliges Alpenpanorama: Auf einer Schifffahrt auf dem Vierwaldstättersee gibt es viel zu entdecken. 5 majestätische Raddampfer, 14 komfortable Motorschiffe und 1 Panorama-Yacht bieten Ausflüge für jeden Geschmack. Spezialitäten aus Küche und Keller krönen den Schiffsausflug in der 1. Klasse. Aktuelle Angebote: www.lakelucerne.ch. Weitere Preise sind 5 Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und 10 à Fr. 20.-.</p> </div>					eingeschaltet			schw. Bahn-gesellschaft							
	6				abge-steifte Schlan-genhaut	3									ehem. Partei					Wasser-vogel		
rote Beete		Tennis-begriff		Initialen Kishons											geneigte Berg-seite	Kirchen-bau-werk			deutsche Vorsilbe		15	
Fern-schrei-ben (Mz.)																						Erdöl-förder-plattform
Geröll-halde	seem.: an-werben		ledig-lich			10									Autokz. Kanton Appenzell Ausserrh.				Leute, Men-schen		förm-liche Anrede	
					unterer Teil des Gesich-tes										Erz-berg-werk			kolumbi-anische Währung				
int. Kfz-Z. Neu-seeland			Kanal auf Honshu (Japan)	4												7				arge Lage		
	14											Metall-verbinding-stück										
Natur-wissen-schaft			Zitter-pappel		Initialen der Nannini										Ein-wohner Kanton Glarus			Haupt-stadt Perus			Laub-baum	
schweiz. Medi-ziner, † 1973		Ort bei Glarus													Flug-hafen bei ZH				2			
					Autokz.-Kanton Neuen-burg								engli-sche Gast-stätte		Gehör-organ		Vorläufer der EU	franzö-sisches Departement			röm. Zahl-zeichen: zwei	
					unter Wasser schwim-men	13								1				Längen-maß der See-fahrt				8
Schleim-haut-entzündung		Luftkur-ort i. Kt. Ober-walden															Vorn. d. Mathem. Bernoulli † 1782					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----



Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf www.volg.ch. Mitarbeitende der Schifffahrtsgesellschaft des Vierwaldstättersees und Volg sind nicht teilnahmeberechtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.



Exotischer Snack:
Volg Mango, getrocknet, 150 g



Fruchtige Pause:
Volg Pflaumen, entsteint, 250 g

Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 24. April 2014 unter www.volg.ch/volg-magazine
Per Telefon: bis 24. April 2014 unter 0901 260 360, für 90 Rp./Anruf, Festnetzтарif. Sprechen Sie das Lösungswort, Name und Adresse auf das Band.
Per SMS: Senden Sie bis 24. April 2014 ein SMS mit dem Keyword VOLGK und Lösungswort an 4636, für 90 Rp./SMS.
Per Post: Lösung bis 20. April 2014 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Vierwaldstättersee», Postfach 344, 8401 Winterthur.



Aktueller Tipp

Einst mit dem Leiterwägeli, später mit dem Milchwagen und heute in innovativen Flaschen: Das Schwyzer Milchhuus liefert den Menschen seit vier Generationen frische Milch.



Frische Milch mit Tradition und Zukunft

Einst und heute: Früher wurde die Milch vom Schwyzer Milchhuus im Leiterwagen zum Konsumenten gebracht; jetzt ist die «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Milch in innovativen Flaschen erhältlich.

Ein moderner Betrieb mit starken Wurzeln ist das Schwyzer Milchhuus. 1899 gegründet, gehört es seit über einem Jahrhundert zu den Prioritäten des Betriebs, die Konsumenten mit frischer Milch zu versorgen. Früher geschah dies noch mit dem Leiterwägeli und ab 1946 mit dem elektrischen Milchwagen direkt von Haus zu Haus. Damals konnte man zudem nur Rohmilch liefern; die Technik des Pasteurisierens war längst nicht ausgereift. Innovation gehört zum Schwyzer Milchhuus wie die Tradition. So investierte man 1966 in eine neue Abfüllanlage für Glasflaschen, welche die Milch haltbar machten. 23 Jahre später folgte die nächste Erfindung: Das Unternehmen brachte zu einer Zeit, als die Milch üblicherweise im Tetra-Pak erhältlich war, mit einer umweltfreundlichen, handlichen Plastikflasche eine

praktische Milchverpackung auf den Markt, welche auch von Kindern problemlos benutzt werden konnte. Dieses Modell wurde laufend optimiert.

Flaschen-Fortschritt

Letztes Jahr machte die Flasche, in welche die «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Milch abgefüllt wird, einen weiteren Fortschritt. Durch ihr neues Design hat sich die Stabilität der Flasche nochmals erhöht – ohne dass zusätzliches Material bei der Herstellung verwendet werden muss. Weil sie steril produziert und keimarm abgefüllt wird, kommt der Konsument in den Genuss von länger haltbarer Milch. Diese wird auf modernen Anlagen schonend pasteurisiert. Bei Milch hört der Erfindergeist der heutigen Besitzerfamilie Reichmuth, welche das Unternehmen in vierter Generation führt, übrigens längst nicht auf: Aus dem Rohstoff Milch werden über 20 verschiedene eigene Käsesorten produziert.

Gut aufbewahrt

Damit die frische Milch bis zum Ablaufdatum haltbar bleibt, muss sie immer unter 5 Grad gekühlt sein. Vorsicht: Das Türfach hat oft eine etwas höhere Temperatur als der Rest des Kühlschranks.



Milchflaschen schreiben Geschichte

Das Schwyzer Milchhuus beweist auch bei den Verpackungen Pioniergeist. Das Urschwyzer Unternehmen war das erste, welches eine rezyklierbare Milchflasche auf den Markt brachte. Im Laufe der Zeit hat sich von damals bis heute noch einiges verändert – geblieben ist bei jeder Weiterentwicklung die Umweltverträglichkeit. Jede Flasche wird zu 100 Prozent wiederverwertet, wobei sie aus hygienischen Gründen nur einmal als Milchverpackung eingesetzt wird.

1989

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

2001

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

2013

Die neueste Generation der Milchflaschen aus dem Schwyzer Milchhuus. Sie ist noch stabiler; die Milch bleibt in ihr länger haltbar.





Voilà: die Bistro Minis!



Mit den knusprig-kleinen Baguettes kann man wunderbar gemeinsam französisch genießen. Ob spontan mit Freunden, abends mit der Familie oder einfach so zum Spass! Probieren Sie die Bistro Snacks von Dr. Oetker. Zum Beispiel die feinen Mini Baguettes und Schinkengipfelis.



Qualität ist das beste Rezept.

* In kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich.



Der Sommer wird LUSO



NEU
bei Volg



**CELEBRATING
25 YEARS
OF PLEASURE**



**



* Alle Magnum Artikel in Aktion vom 7.04. - 15.04.2014

** In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich



Freizeit

Einen Korb voller knackiger Ideen bringt der neue Volg-Kochkurs ins Leben. Nebst viel Gemüse machen auch Eier und Pasta gute Freizeit-Laune.

Wenn die Jeans nach den üppigen Winter- und Weihnachtstagen jetzt noch kneift, ist es höchste Eisenbahn, etwas Platz zwischen Hosenbund und Bauch zu schaffen. Unser kleiner Geheimtipp, der erst noch Spass macht: der neue Volg-Kochkurs «Kreativ kochen ohne Kohlenhydrate»! Denn lässt man Nudeln oder Reis abends weg, kurbelt man trotz Hochgenuss auf dem Teller die Fettverbrennung über Nacht an. Wie vorzüglich das schmeckt, zeigen Ihnen unsere Koch-Profis an einem unterhaltsamen Kursabend.

Mischen und basteln

Zum frühlingfrischen Gemüse gesellt sich Proteinreiches wie Fleisch, Fisch und Ei. Wie Letzteres noch schöner macht, stellen wir bei den «Teens» vor. Mit Eigelb und Eiweiss wird Pflegendes für Haut und Haar selbst gemacht – ganz bequem zuhause im eigenen Badezimmer. Ausser Haus begeben sich Volgi & Volgine. Sie reisen ins Tessin und bringen eine aussergewöhnliche Pasta-Idee mit, die unsere jüngsten Leser auf Seite 61 nachbasteln können.



Bringt Schwung in die Küche: der Volg-Kochkurs vom Mai, «Kreativ kochen ohne Kohlenhydrate».

Mit Powerfood in den Frühling



Naturena

Das Kursangebot im Mai. Seite 57



Teens

Ei, wie schön. Seite 59



Volgi & Volgine

Pasta-starkes Chetteli. Seite 61

AKTION
31.03. - 05.04.2014

STARKER GENUSS

Feldschlösschen Stark
4x50cl Dosen-Pack

CHF 6.80

statt CHF 8.40



Mit Verantwortung
genossen.



FELDSCHLÖSSCHEN VERBINDET

Sichern
Sie sich noch
heute einen Platz
an diesem Koch-
kurs, die Teilneh-
merzahl ist
begrenzt.

Kulinarische Hits ohne Kohlenhydrate

VORSCHAU

GROSSARTIGES FÜR FLEISCHTIGER

Fleischtiger nehmen sich diesmal nur grosse Stücke vor: Steaks, Racks & Co. geben den Ton an. Dabei entdecken Sie bestimmt auch Fleisch, wie Sie es noch nie gegessen haben – vielleicht ein Rib-Eye, Porterhouse, T-Bone oder Bisonfleisch? Lassen Sie sich überraschen, was die Kochprofis für Sie ausgesucht haben. Die passenden Beilagen, Saucen und Gewürzbutter fehlen natürlich nicht.

- 3. JUNI IN WANGEN AN DER AARE
- 4. JUNI IN OERLIKON
- 4. JUNI IN AARAU
- 17. JUNI IN GOSSAU

LUST AUF LIBANESISCH

So viele Gewürze auf einen Blick haben Kibbeh, Tahini, Hummus, Mezze: Was sich anhört wie ein Traum aus 1001 Nacht, schmeckt auch so. Tauchen Sie einen Abend lang in den Zauber der libanesischen Küche ein. Fleischesser und Vegetarier kommen gleichermaßen auf ihre Kosten. Reifes Sommergemüse, gesunde Hülsenfrüchte, Joghurt, Fisch und Fleisch schmecken nach Sonne und machen die Küche erst noch gesund.

- 25. JUNI IN AARAU
- 1. JULI IN WANGEN AN DER AARE
- 2. JULI IN GOSSAU
- 2. JULI IN OERLIKON

SUSHI: ROHER FISCH KOMMT INS ROLLEN

Bei unserem Sushi-Kurs haben Sie den Dreh für die japanische Spezialität schnell raus! Die Röllchen und Häppchen mit rohem Fisch, knackigem Gemüse und vielen weiteren Zutaten sind das perfekte Sommergericht und der Hit an jeder Party. Ebenso lernen Sie, wie Miso Soup und Sushi-Reis perfekt gelingen.

- 13. AUGUST IN AARAU
- 19. AUGUST IN GOSSAU
- 19. AUGUST IN WANGEN AN DER AARE
- 20. AUGUST IN OERLIKON

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

Kohlenhydrate sind zweifelsohne wichtig für unseren Körper – abends in rauen Mengen gegessen, machen sie jedoch träge. Wer dann auf Nudeln, Reis & Co. verzichtet, kurzelt zudem die Fettverbrennung über Nacht an. Im Hinblick auf die nahende Bikini- und Badehosenfigur ein willkommener Neben-

effekt. Dass Gerichte ohne Kohlenhydrate wunderbar schmecken und erst noch satt machen, zeigen Ihnen unsere Koch-Profis. Gemeinsam bringen Sie knackfrisches Gemüse und Proteinreiches wie Eier, Fleisch und Fischstücke gesund, raffiniert und überraschend auf den Teller.

«Kreativ kochen ohne Kohlenhydrate» bei...



«TATORT» IN WANGEN A/A
MIT DORIS WEIBEL-EGGLI:

6. Mai, 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



PETER'S KOCHSCHULE IN
GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:

8. Mai, 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



CULINEA IN OERLIKON
MIT JONAS SCHÖNBERGER:

13. Mai, 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:

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

AXE PEACE
MAKE LOVE
NOT WAR

**JETZT
NEU!**



EROBERT HERZEN – KEINE LÄNDER!

Gartenzier und Silberschmuck



Fricktal:
Graskrone

- ① Fr, 23.05.14, 9–15 Uhr
② Sa, 24.05.14, 9–15 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

Programm: Graskronen sehen ein bisschen aus wie Kronleuchter aus Gras und sind eine Weiterentwicklung der Kranzflechtereie, einer in Schweden gebräuchlichen Flechttechnik. Meist finden diese Graskunstwerke als Dekoration für verschiedene Gelegenheiten Verwendung, ob als Windspiel im Garten, als geschmackvolle Tischdekoration oder gar als Krone für eine Braut. In der näheren Umgebung suchen Sie zum Flechten geeignete Gräser, die Sie dann unter Anleitung der Kursleiterin zu wunderschönen Graskronen verflechten.

Teilnehmer: 15 Personen ab 10 Jahren
Kleidung: Robuste, der Witterung angepasste Kleidung und gutes Schuhwerk, der Kurs findet teilweise im Freien statt

Mitbringen: Arbeitsschürze, 3 Wäscheklammern, alte Haushaltsschere zum Grasschneiden

Leitung: Brigitte Berger Lüscher, Stengelbach

Preis: Fr. 90.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihre Graskrone inklusive



Seebachtal: Silberschmuck
in Sandguss-Technik

- ① Fr, 30.05.14, 9–16 Uhr
② Sa, 31.05.14, 9–16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

Programm: Entdecken Sie die Lust an der Schmuckherstellung und gießen Sie wahlweise einen Ring, Anhänger oder Ohrstecker in körniger Sandguss-Technik. Als Modelle dienen uns mitgebrachte, stabile Teile oder Vorlagen, welche im Kurs hergestellt werden können. Nach dem Giessen erstarrt das flüssige Silber und die Form kann mit viel Spannung geöffnet werden. Die Unikate erhalten den letzten Schliff und können mit Steinen oder Fundgegenständen ergänzt werden. Vielleicht kann auch Altschmuck zu neuem Leben umgegossen werden.

Teilnehmer: 10 Personen ab 14 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt

Mitbringen: Falls vorhanden: Ringe, Muscheln oder stabile Teile ohne unterschrittene Stellen/Rillen, die evtl. als Gussmodell verwendet werden können

Leitung: Peter Schär, Goldschmied, Thun/Koppigen

Preis: Fr. 195.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material im Wert von Fr. 30.– für 1 bis 3 Silberschmuckstücke inklusive



Werdenberg:
Hochbeet für Garten und Balkon

- ① Sa, 17.05.14, 9–13 Uhr*
② Sa, 17.05.14, 14–18 Uhr*

Ort: Volg Erlebnishof, Karmaad, 9473 Gams

Programm: Ein Hochbeet ist der Traum vieler Gartenbesitzer, aber auch auf dem eigenen Balkon lassen sich nach diesem Prinzip Töpfe mit Blumen, Gemüse, Kräutern und Beeren bepflanzen. Sie lernen vom versierten Gartenexperten anhand von Bildern, einem Modell und Unterlagen verschiedene Hochbeete, Bauart, Vor- und Nachteile kennen und erfahren alles über den Aufbau mit Erde und Zusätzen sowie die regelmässige Pflege. Auf Basis dieser Kenntnisse bepflanzen Sie einen mitgebrachten Topf mit Kräutern oder Gemüse.

Teilnehmer: 15 Personen ab 10 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt

Mitbringen: Topf mit mind. 20 cm bis max. 30 cm Durchmesser

Leitung: Peter Lippus, eidg. dipl. Gärtnermeister, Widnau

Preis: Fr. 80.– pro Person, Mahlzeiten und Getränke sowie das Material für Ihren bepflanzt Topf inklusive

* In den Kurszeiten ist 1 Std. für die Mahlzeiten eingerechnet



Zugerland:
Weidenhocker

- ① Fr, 09.05.14, 9–16 Uhr
② Sa, 10.05.14, 9–16 Uhr

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

Programm: Weiden sind ein häufig zu findender und stetig nachwachsender Werkstoff. Aus den biegsamen und langlebigen Ruten lassen sich dekorative und funktionale Objekte herstellen. Sie lernen die Flechtmethoden Zäunen, Fitzen und Kimmen kennen und flechten einen Weidenhocker, der als Sitzgelegenheit im Garten schnell und leicht zur Hand ist, sich aber dank seiner Natürlichkeit und Eleganz auch als apartes Möbel in Ihre Wohnräume einfügt.

Teilnehmer: 12 Personen ab 12 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt

Leitung: Werner Turtschi, Hondrich, www.flechtereien.ch

Preis: Fr. 150.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihren Weidenhocker 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: 16. April 2014

WACHMACHER FÜR JEDEN GESCHMACK



Die Sorten Espresso Zero, Macchiato Light und Vanilla sind in kleinen Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.
Cappuccino und Macchiato gibt es auch als Mr. BIG 370 ml in ausgesuchten Verkaufsstellen.



Ei, wie schön!



Ab mit dem Ei auf den Kopf und ins Gesicht: Mit rohen Eiern kann man tolle Beauty-Produkte für Haut und Haar ganz einfach selbst machen.

Ostern ist Eierzeit – und freie Zeit sich etwas Gutes zu tun, hat man über die Feiertage auch. Warum also nicht beides kombinieren und das eine oder andere Ei aus dem Kühlschrank für eine natürliche Beauty-Behandlung nutzen? Mit einem Ei und ein paar wenigen weiteren Zutaten aus der Küche ist eins, zwei, drei ein Shampoo gemischt, das störrisches Haar geschmeidig macht. Auch eine pflegende Haarkur oder eine erfrischende Gesichtsmaske ist Ei, Ei, Ei – keine Hexerei. Mehr als eine kleine Schüssel, um die Schönheits-Produkte anzurühren und einen Mixer braucht es nicht. Vielleicht macht auch eine Freundin mit, denn gemeinsam ist ja alles doppelt so schön.

Haarkur mit Ei

1 TL Honig mit 2 EL Olivenöl vermischen, 1 Ei dazugeben, gut vermischen. Ins feuchte Haar einmassieren und ca. 30 Min. einwirken lassen. Danach mit Shampoo waschen und gründlich ausspülen. Vorgang evtl. wiederholen, damit alles restlos ausgespült wird.

Gesichtsmaske mit Eiweiss

1 Eiweiss mit dem Mixer schaumig (nicht steif) schlagen, ½ Salatgurke in Stücke schneiden, pürieren, zum Eiweiss geben, 1 TL flüssigen Honig unterrühren und gut vermischen. Gurken-Ei-Maske auf der Gesichtshaut auftragen und ca. 10 Min. einwirken lassen, danach gut mit lauwarmem Wasser abspülen.

Ei-Shampoo

1 Ei aufschlagen, mit 1 TL flüssigem Honig, 1 TL Oliven- oder Sonnenblumenöl verrühren und etwas Zitronensaft miteinander vermischen. Auf das feuchte Haar geben und gut einmassieren. Schaum entsteht dabei keiner. Danach gründlich mit warmem Wasser ausspülen.

LASS DIE SONNNE RAUS.

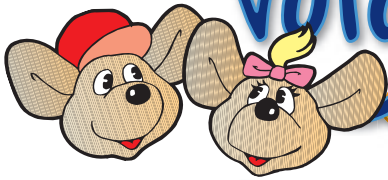
6 FÜR 4 AKTION
auf SINALCO Original
150 cl PET (inkl. zero)



PUNKT FÜR DICH

Aktion gültig vom 21. bis 26. April 2014 in Ihrer Volg-Filiale.

volgi & volgine



Finde Volgis Weg
an den
Lago Maggiore

Pasta-starke Halskette

Pasta ist fein – und im Tessin ganz besonders!
Aber aus Pasta kannst du nicht nur leckeres
Essen zaubern, sondern auch tollen Schmuck.
Volgine zeigt's vor.

Für den Pasta-Schmuck brauchst du

- 1 ungekochtes Krawättli
- Mal-Farbe
- Pinsel
- 3 Stränge dünnes Garn, je ca. 40 cm lang
- Schere
- Sicherheitsnadel

1 Ich nehme das Krawättli und bemale es komplett.



2 Sobald die Farbe trocken ist, male ich winzige Punkte auf das Krawättli. Auch Punkte aus Glitzerleim sehen cool aus!



3 Sind auch die Punkte trocken? Dann wickle ich 1 Garnstrang in seiner Mitte um das Krawättli und knote ihn fest.



4 Nun lege ich diesen Garnstrang zu den anderen 2 Garnsträngen. Ich verknote sie an einem Ende und befestige sie mit einer Sicherheitsnadel an ein Kissen oder an mein Hosenbein. Ich flechte aus den 3 Garnsträngen einen Zopf.



Volgi hat mir den
Pasta-Schmuck um
den Hals gebunden.
Hübsch, gell?



Hero
SINCE 1886

**GROSSER
WETTBEWERB**

Mitmachen unter
hero.ch/lefruit

**Gewinnen Sie einen
blühenden Balkon.**

**Unglaublich fruchtig
100% natürlich**

LeFruit, jetzt im Konfitüren-Regal



Nuss für Nuss ein Genuss!



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Lorenz
SNACK-WORLD

Wir sind Knabbern.



Saison im Volg

Rot wie die Liebe, saftig wie die Natur im Frühling und süss wie ein Kompliment: Die Erdbeere gilt als Königin der Beeren. Und diese setzt auch herzhaften Gerichten die Krone auf.



Wie es sich für eine Königin gehört, hat die Königin der Beeren viele Anwärter, die sich gern mit ihr zusammentun. Meist «verkuppelt» sie der Geniesser mit Zucker, Schlagrahm, Vanille-glace oder -creme. Einen prickelnden Flirt geht die Frucht zudem immer wieder mit Schaumwein ein. Endet der Erdbeergenuss bei diesen klassischen Beziehungen, ist es höchste Zeit, mit dem Beerli einmal fremdzu-gehen.

Raffiniert kombiniert

Spannende Partnerschaften entstehen mit schwarzem Pfeffer oder dunklem Balsamico-Essig. Sie werden sehen: So ein kulinarischer Seitensprung lässt die Liebe zur Beere neu aufleben. Der Schweinsbraten mit Erdbeer-Balsamico-Sauce ist nur eines von vielen überraschenden Beispielen. Weitere elegante Ideen wie Pouletbrust mit Erdbeer-Vinaigrette oder Hohrücken an Erdbeer-Pfeffer-Rahmsauce finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank. Ob Sie die kalorienarme Saisonfrucht süss oder salzig geniessen: Erdbeeren sollten rasch verzehrt und erst nach dem Waschen gerüstet werden, damit sie ihr Aroma behalten. Zum Tiefkühlen verarbeitet man sie am besten zu Püree.

Schweinsbraten mit Erdbeer-Balsamico-Sauce

Für 4 Personen:

1 kg **Schweinsnierstück** mit 3 EL **Senf** bestreichen, kräftig mit **Salz** und **Pfeffer** würzen, gut einmassieren. In 2 EL **Bratbutter** rundum kurz und heiss anbraten, im Ofen bei 80 °C 2–2,5 Std. garen (Kerntemperatur 62 °C). 1 fein gehackte **Zwiebel** in 1 EL **Butter** andünsten. Ein Drittel von 300 g gewaschenen und gerüsteten **Erdbeeren** für die Garnitur beiseite stellen, Rest zu den Zwiebeln geben, mit 3 dl **Aceto balsamico rosso** ablöschen und einkochen, bis der Essig leicht dickflüssig wird. Sauce pürieren, bis zum Servieren warmhalten. Braten aus dem Ofen nehmen, in 5 EL **Mandelblättern** wenden, mit Sauce und Erdbeeren anrichten.



Saisonunabhängiger Erdbeer-Genuss: flüssig als Drink, zum Löffeln im Joghurt, als Aufstrich in der Konfitüre und zum Naschen mit Schokolade.



das echte Schweizer Muesli



Feiern Sie mit uns! Gewinnen Sie Preise im Wert von über CHF 75'000.-



Die Gewinncodes
für die Sofortpreise
finden Sie jetzt auf
allen familia Knusper-
und Birchermuesli.

Grosser Jubiläums-Foto-Wettbewerb!

Werden Sie das neue familia Werbe-Sujet und gewinnen Sie 1 von 10 Wochen Familien-Ferien im Herzen der Schweiz!

Teilnahme unter www.60-familia.ch



Risotto mit Merlot-Champignons und Parmesanblatt

Zutaten für 4 Personen:

- 5 EL Parmesan
- 3 EL Butter
- 500 g Champignons, in Scheiben geschnitten
- 1 EL Mehl
- 4 dl Merlot
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 500 g Risottoreis
- 2,5 dl Weisswein
- 6 dl Bouillon



Zubereitung:

1. Auf einem mit Backpapier belegten Backblech aus 4 EL Parmesan 4 Blattformen austreten, im Backofen bei 200 °C 5–7 Min. backen, beiseite stellen.
2. 2 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, Champignons dazugeben, gut dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Mehl bestäuben, mit Merlot ablöschen, einkochen, bis eine sämige Sauce entsteht, mit Salz und Pfeffer abschmecken, warm stellen.
3. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Reis dazugeben, glasig dünsten, mit Weisswein ablöschen, mit Bouillon auffüllen. Risotto unter stetem Rühren garkochen, 1 EL Parmesan darunterziehen und auf vier Tellern anrichten. Mit Merlot-Champignons und Parmesanblättern garnieren, servieren.

Zubereitung: 50 Min.

«Affetato misto» Gemischte Platte

Zutaten für 1 Plättli:

- 1 P. Trockenfleisch
- 1 Mozzarella
- 1 Brotscheibe, in Stifte geschnitten
- 8 Tomaten, getrocknet, aus dem Öl
- 8 Oliven
- Kräuter, frisch zum Garnieren



Zubereitung:

1. Trockenfleisch auslegen, Mozzarella in Stifte schneiden, je 1 Mozzarella- und 1 Brotsstift in die Schinkentranchen wickeln.
2. Blumenartig auf einem Plättli arrangieren, mit getrockneten Tomaten, Oliven und Kräutern garnieren.

Zubereitung: 10 Min.

«Colomba» Ostertaube

Zutaten für 1 Stück:

- 500 g Mehl
- 40 g Hefe
- 140 g Zucker
- 2 dl Milch, warm
- 4 Eigelbe
- 2 Eier
- 220 g Butter, weich
- 1 Vanillestängel, ausgekratztes Mark

- 1 Pr. Salz
- 100 g Orangeat, gewürfelt
- 50 g Citronat, gewürfelt
- 40 g Butter, flüssig, für die Form und zum Bestreichen
- 50 g Puderzucker
- 2 EL Limoncello
- 4 EL Mandelblätter
- Puderzucker zum Bestreuen



Zubereitung:

1. Mehl in eine Schüssel geben, eine Mulde eindrücken, Hefe hineinbröckeln, mit etwas Zucker bestreuen und mit etwas lauwarmer Milch zu einem Vorteig verrühren. Mit einem Tuch bedecken, an einem warmen Ort etwa 30 Min. gehen lassen.
2. Restliche Milch, Eigelbe, Eier, Butter in Flöckchen, Vanillemark und Salz dazugeben, mit den Knethaken einer Küchenmaschine zu einem glatten, geschmeidigen Teig verarbeiten. Je nach Konsistenz etwas Milch oder Mehl hinzufügen. So lange kneten, bis der Teig einen leichten Glanz hat und sich vom Schüsselboden löst.
3. Orangeat- und Citronatwürfel mit wenig Mehl vermischen, unterkneten. Teig mit einem Tuch bedecken und an einem warmen Ort mindestens 2 Std. gehen lassen.
4. Eine Colomba- (Ostertaube) oder andere Kuchenform mit einem Teil der flüssigen Butter ausfetten, Teig einfüllen, ca. 20 Min. gehen lassen.
5. Backofen auf 170 °C vorheizen, Kuchen ca. 70–75 Min. goldbraun backen. Nach ca. 60 Min. die Oberfläche mit der restlichen zerlassenen Butter bestreichen. Kuchen aus dem Ofen nehmen, leicht abkühlen lassen, aus der Form lösen.
6. Puderzucker mit Limoncello und etwas Wasser zu einem glatten Zuckerguss verrühren. Oberseite des Kuchens damit bestreichen. Mit Mandeln bedecken, mit Puderzucker bestreuen.

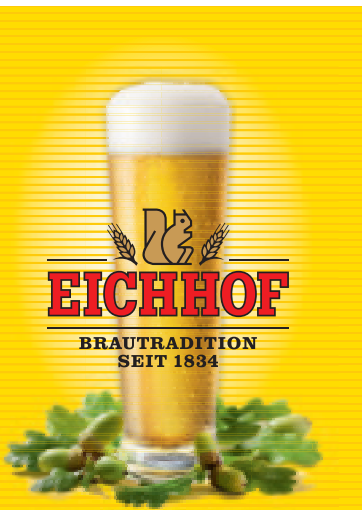
Zubereitung: 4 Std.

Tipp: Wer keine Colomba-Form besitzt, kann diese aus Karton und Alufolie selbst herstellen. Es eignet sich jedoch auch eine andere Backform. Statt Limoncello einen EL Zitronensaft verwenden.



**EINER
VON
UNS.**

**180 JAHRE
EICHHOF
EIN BIER
für unsere
KULTUR**



EICHHOF
BRAUTRADITION
SEIT 1834

EINES FÜR UNS.

Engagiert, verlässlich und
alles im Griff:
Einen von uns erkennt man leicht.
Am Charakter. Oder am Bier.
Eichhof – seit 1834 von hier.

Eichhof nur regional erhältlich.

Verantwortungsvoll genießen.



Hmm... Nur eins oder doch beide?



**Die knusprigen
Kroketten auch mit
feinen Rösti-Spänen.**

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

www.mccain.ch

Vom Tiefkühler in den Backofen.



Zwiebelsuppe mit Toastblume

Zutaten für 4 Personen:

- 4 EL Butter
- 4 Zwiebeln, in Streifen geschnitten
- 2 EL Mehl
- 3 dl Weisswein
- 8 dl Bouillon
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 4 Sch. Toastbrot
- Salz, Pfeffer, Muskat, Paprika

Zubereitung:

1. 2 EL Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln dazugeben, gut andünsten, mit Mehl bestäuben, etwas mitrösten.
2. Mit Weisswein ablöschen, leicht einreduzieren, Bouillon dazugießen aufkochen, ca. 20 Min. leicht sieden lassen.
3. Knoblauch mit 2 EL Butter vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Aus Toastscheiben Blumen ausstechen, mit Knoblauchbutter bestreichen, im Ofen bei 200 °C 6–8 Min. backen.
5. Suppe mit Gewürzen abschmecken, in Schüsseln anrichten, mit Toastblume servieren.

Zubereitung: 45 Min.



«Pasta all'Asconese» Pasta Asconer-Art

Zutaten für 4 Personen:

- 2 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 2 Pouletbrüste, in Streifen geschnitten
- 1 TL Tomatenpüree
- 2 dl Merlot
- 1 Dose Pelati, gewürfelt
- 2 EL Oliven, ohne Stein, halbiert
- 1 EL Kapern
- 500 g Nudeln, fein
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten, Pouletbrüste dazugeben, leicht anbraten.
2. Tomatenpüree dazugeben, etwas anrösten, mit Merlot ablöschen, Pelati, Oliven und Kapern beifügen, etwas einkochen.
3. Nudeln in Salzwasser al dente kochen, mit einer Fleischgabel auf den Tellern in Blüten-Form bringen, Sauce darübergeben und servieren.

Zubereitung: 40 Min.



«Pesce in carpione» In Essig marinierter Fisch

Zutaten für 4 Personen:

- 3 dl Weissweinessig
- 5 dl Weisswein
- 1 Petersilienzweig
- 1 Salbeizweig
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Nelke
- 5 Pfefferkörner, schwarz
- 2 Rüebli
- ½ Lauchstange
- ½ Stangensellerie
- ¼ Sellerieknolle
- ½ Kohlrabi
- 4 Forellenfilets

Zubereitung:

1. Essig und Wein in einen Topf geben, Kräuter, Lorbeerblatt, Nelke und Pfefferkörner dazugeben, aufkochen, vom Feuer nehmen.
2. Gemüse rüsten, Blüten und Blätter daraus schnitzen oder mit einem Ausstecher ausstechen, in den Sud geben, kurz sieden lassen.
3. Forellenfilets mit Küchenpapier trocken tupfen, in den Sud geben, 6 Min. leicht sieden, vom Feuer nehmen und etwas abkühlen lassen.
4. Filets auf Teller verteilen, mit dem Blütengemüse garnieren, etwas vom Essigsud über die Fische geben und servieren.

Zubereitung: 1 Std.

Tipp: Gemüsereste über einen Blattsalat streuen.

Anstelle von Stangensellerie einen ½ Fenchel verwenden.

**Spezial
Angebot
Triopack
CHF 10.90**
statt
CHF 14.90*

Lassen Sie ihn das neue Purina ONE
Nass-Sortiment entdecken



NEU



Purina ONE. Sichtbare Gesundheit für Heute & Morgen.

PURINA
Your Pet, Our Passion.®

SEANCE

Zürich · Paris · Milano



kinder
socken*

in diversen Designs,
Farben und Grössen

Socken: CHF 3.90

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich – nur solange Vorrat



Lammfilet auf Polentablume mit Saucengemüse

Zutaten für 4 Personen:

3 EL Olivenöl	2 EL Erdnussöl
1 Zwiebel, gehackt	1 Zwiebel, in Streifen geschnitten
7,5 dl Bouillon	½ Lauchstange, in Ringe geschnitten
250 g Polenta	2 Rüebl, in feine Streifen geschnitten
1 EL Butter	1 Kohlrabi, in feine Streifen geschnitten
4 EL Parmesan	1 EL Kapern
2 Lammierstücke	1 Dose Pelati, gewürfelt
2 TL Senf	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- 2 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln beigegeben, glasig dünsten, mit Bouillon ablöschen, aufkochen. Polenta in feinem Strahl einrühren, vom Feuer nehmen, zugedeckt 20 Min. quellen lassen.
- Polenta auf kleinem Feuer gut abrühren, Backblech mit wenig Butter einfetten, restliche Butter zur Polenta geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf einem Backblech glatt ausstreichen, auskühlen lassen.
- Mit einem Ausstecher 20 Blumenblätter ausstechen, mit genügend Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Parmesan bestreuen, beiseite stellen.
- Lammierstücke mit Salz und Pfeffer würzen, mit Senf einreiben, in Erdnussöl rundum scharf anbraten, im Ofen bei 60 °C nachgaren lassen.
- 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Lauch, Rüebl und Kohlrabi darin andünsten. Kapern dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, Pelati dazugeben, alles gut einkochen lassen.
- Polenta im Ofen bei 200 °C überbacken, blumenartig auf Teller anrichten, Saucengemüse draufgeben, Lammierstücke tranchieren und auf den «Polentablumen» anrichten, servieren.

Zubereitung: 1,5 Std.



«Torta di Pane»

Zutaten für 1 Blumen-Backform à 24 cm Ø:

250 g Weissbrot, altbacken
5 Hug-Amandes, zerbröseln
1 Zitrone, abgeriebene Schale und Saft
5 dl Milch
150 g Zucker
3 Eier
75 g Mandeln, gehackt
½ TL Zimt
1 EL Kakao
½ TL Vanillezucker
500 g Sultaninen
Muskatnuss, Puderzucker, Zucker-Ostereier

Zubereitung:

- Brot in kleine Würfel schneiden, mit Amandes und Zitronenschale in eine Schüssel geben. Milch aufkochen, darüber giessen, bis die Zutaten bedeckt sind. Zugedeckt einweichen lassen, ab und zu umrühren.
- Masse noch lauwarm mit einem Holzlöffel oder Schwingbesen gut schlagen, damit sie gleichmässig wird.
- Zucker, Eier, Mandeln, Zimt, Kakao, wenig Muskatnuss, Vanillezucker und Sultaninen dazugeben, Teig in die Form füllen, im Ofen 15 Min. bei 200 °C, dann 45 Min. bei 175 °C backen.
- Abkühlen lassen, mit Puderzucker bestreuen und mit Ostereiern dekorieren.

Zubereitung: 1,5 Std.

Tipp: anstelle von Amandes 3 Amaretti verwenden.



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

SICILIA
lemon & lime juice

In solid rumantsch

L'atun passà ha in'amia da mai ra-
quintà ch'ella haja in recept per ina
schuppa da zitga deliziusa. Ella m'ha
dà quest recept e cun temp e peda
hai jau cuschinà la schuppa. Jau
stoss dir, ella è propi stada prima.
Atgnamain fatsch jau bler memia
pauc schuppa.



Chaud u
tuttina
fraid?

Mais pli tard hai jau gi l'idea dad
empruvà da far ina giada in gazpacho.
Ina saira suenter la lavur essan mes
ami Cedric ed jau stads a cumprar
en. Quella saira avevan nus decidì da
far salata da tschaina. A la cassa hai
jau alura tradi che jau dovria ils pe-
peronis per far in gazpacho e betg
per la salata. «In tge?» «Gazpacho,
ina schuppa fraida.» «Schuppa frai-
da? Ma jau avess pli gugent ina chau-
da!», ha el manegià. Forsa era, per-
quai ch'igl era in di da mez enviern e
propì plitost temperaturas per ina
schuppa chauda, ma damaun la sai-
ra datti ina schuppa fraida e finì, hai
jau pensà.

L'auter di da tschaina hai jau alura
servì in plat schuppa decorà cun
quadrels da verdura e crustins da
paun fatg mezza. Mes ami e mia
sora, ch'era quella saira a tschaina
tar nus, han empruvà il gazpacho e
l'egliada sceptica dal Cedric è svani-
da. Cun ses polesch stendi vers mai
ha el manegià «plascha a mai» ed er
a mia sora ha ella plaschi, pia che
jau vegn anc pli a far ina schuppa
fraid, ma la proxima giada forsa,
cura ch'igl è in zic pli chaud dadora.

Marina Wyss

Marina Wyss

Herausgepickt

Wussten Sie, dass . . .

• • • Volg einen auf närrisch gute Ideen bringt?

Für die diesjährige «Räbschter Dorffasnacht» hat der Turnverein Rebstein das Motto «Gewerbe» gewählt. Die Frauenriege entschied sich, den Volg Rebstein (SG) zu vertreten und nahm als Dorfladen kostümiert an Umzug und Maskenball teil – mit Volg-Sack am Leib und Plastik-obst und -Gemüse in der Perücke. So verteilten sie Guetzi, Schöggeli, Zältli und Apfelschnitze – natürlich alles aus dem Dorfladen – und machten mit Flyern auf die neuen, noch längeren Öffnungszeiten, werktags von 6 bis 19 Uhr und samstags von 7 bis 17 Uhr, aufmerksam. «Wir kaufen alle sehr gerne im Volg ein und schätzen das freundliche Personal», erklären die Fasnachtsnarren ihr Engagement. Herzlichen Dank für diese sympathische Aktion!



Vor dem Volg Wallbach (AG)
ereignete sich einst eine
herzige Ostergeschichte.

Diese Volg-Geschichte ...

... handelt vom echten und falschen Osterhasen

An einem Ostersonntag stand vor unserem Volg in Wallbach ein Osterhase, verteilte Eier an die Kinder und sprach mit ihnen. Ich beobachtete die Szene eine Weile und merkte dann, dass ich meinerseits von einem kleinen Jungen aufmerksam betrachtet wurde. «Weisst du was», sagte ich (bereits mehrfache Grossmutter) zu ihm, «jetzt bin ich schon so gross und habe bis jetzt noch nie einen richtigen Osterhasen gesehen!» Umgehend wurde ich eines Besseren belehrt: «Die Erwachsenen sind schon dumm! Die meinen alle, der sei echt. Dabei ist das doch kein richtiger Osterhase», meinte der Knirps keck. Ob er denn wisse, wie der echte Osterhase aussehe, wollte ich wissen. «Natürlich. Ein richtiger Osterhase hat einen Pelz. Und der da redet wie eine Frau», meinte er. Tatsächlich: Der Osterhase vor dem Volg steckte in Wildlederschuhen und zeigte deutlich menschliche Haut, über die Damenstrumpfhosen gezogen waren. Doch der Junge hatte einen Plan, wie er den echten Osterhasen überlisten würde. Zusammen mit seiner kleinen Schwester wollte er ihm ganz leise in den Garten folgen, und blickt der Hase zurück, flugs, haben sich die beiden Geschwister versteckt. Auch auf meine Bedenken, dass Osterhasen sehr scheu seien und deshalb frühmorgens kommen, wenn die Kinder noch schlafen, hatte er eine Antwort: «Wir bleiben einfach die ganze Nacht wach, damit wir ihn ja nicht verpassen», meinte er schlau. Na, dann, viel Glück und frohe Ostern, ihr zwei.

Edith Preisig

Volg-Geschichten an: Volg Konsumwaren AG, «Volg-Geschichten»,
Postfach 344, 8401 Winterthur oder per Mail an oeise.lade@volg.ch



Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Eines von 20 Käsefondue-Sets von Kuhn Rikon im Wert von je Fr. 109.– gewannen «Öise Lade»-Leserinnen und -Leser aus Wigoltingen, Igis, Gockhausen, Näfels, Uetendorf, Langendorf, Derendingen, Haag, Truttikon, Thalheim, Schönengrund, Maienfeld, Schinznach-Bad, Uettligen, Ebikon, Buchs, Klosters, Hedingen und Wiesendangen. Fünf Leser erhalten je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 50.– und zehn weitere Leser gewinnen je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 20.–.

Lösungswort 02/14: «Cervelasprominenz»

Auflösung des Knorr-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 01/14: Antwort C, Bouillon



Gewinnen mit Knorr

Gewinnerin Daniela Balzan erhält von Michel Rahm, Key Account Manager Unilever (r.) und Volg-Produktmanager Andreas Lehmann den Gutschein für den Hauptpreis.

Den 1. Preis, Reka-Ferien in der Schweiz im Wert von Fr. 2000.–, gewinnt Daniela Balzan aus Wetzikon. Der 2. Preis, Reka-Ferien im Wert von Fr. 1500.–, geht an Arthur Roth aus Oberglatt. Den 3. Preis, Reka-Ferien in der Schweiz im Wert von Fr. 1000.–, gewinnt Irmgard Meier aus Dietfurt. Bei allen drei Preisen ist ein Taschengeld im Wert von je Fr. 500.– in Form von Reka-Checks inklusive. Den 4. bis 10. Preis, Reka-Checks im Wert von je Fr. 500.–, gewinnen Walter Aregger aus Widen, Diana Zingg aus Züberwangen, Irene Ottiger aus Rickenbach, Ruth Tanner aus Auswil, Marlene Fankhauser aus Safern, Sybille Hartmann aus Fahrwangen und Ruth Meinen aus Uetikon am See.

Buchverlosung «Wohltuende Wickel»

Im «Öise Lade» 01/14 haben wir 20 Bücher «Wohltuende Wickel» von Maya Thüler im Wert von je Fr. 38.90 verlost. Gewonnen haben: Simone Stadler, Klingnau; Rita Meier, Hallau; Cornelia Bühlmann, Laupen; Manuela Hochreutener, Obereg; Loredana Giamboi, Neuenhof; Käthy Pauli, Muri; Melanie Camenisch, Frauenfeld; Manuela Achermann, Entlebuch; Margrit Cadurisch, Flawil; Theres Krebs, Arni; Verena Rothenberger, Seelisberg; Isabelle Arnet, Stansstad; Michaela Stock, Appenzell; Simone Wittenwiler, Bronschhofen; Manuela Baumann, Gränichen; Hanni Fuhrer, Zweilütschinen; Christian Meyer, Illnau; Charlotte Hartmann, Kefikon; Mirjam Vogelsanger, Freienwil; Monika Hodler, Gurzelen.

De grünen Duume



Kaum wächst und blüht es im Garten, kommen auch schon die Schädlinge auf den Geschmack. Ob Blattläuse oder Spinnmilben, Dickmaulrüssler oder Frostspanner – die Liste der «Mitesser» ist lang. Gesunde Pflanzen sind weniger anfällig; achten Sie deshalb in erster Linie auf Standort und Pflege. Vermeiden Sie Monokulturen und setzen Sie auf abschreckende Pflanzen. So bleiben Blattläuse einem Beet eher fern, wenn Dill oder Thymian es einfassen. Sorgen Sie dafür, dass sich die natürlichen Feinde der Schädlinge bei Ihnen wohl fühlen – zum Beispiel mit Blütensträuchern, Trockensteinmauern oder «Insektenhotels». Häufig lässt sich ein Befall ohne Chemie eindämmen, etwa mit Klebefallen, Sperrern, Absammeln der Tiere oder dem Einsatz von Nützlingen.

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

Vorschau →

Das nächste
«Öise Lade» 05/14
erscheint am
30. April 2014



Stück für Stück puzzeln wir uns zum perfekten Brunch. Denn wer die wichtigsten Bausteine für einen Brunch kennt, meistert diese Gastgeber-Rolle mit Links.



Er grilliert, sie grilliert, miär grilliäred! Bei unseren Grill-Hits fängt die Männerrunde Feuer, entflammt die gute Laune am Frauenabend, und für Kids gibt's giga Guets vom Rost.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz



AKTION

VOM 14. APRIL BIS 19. APRIL 2014

granini®

FÜR JEDEN GESCHMACK
DER PASSENDE FRUCHTSAFT.



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich