

öise lade

**Brunch-Puzzle
mit Gelinggarantie**



Themenheft Seite 33

Mehr zum
Thema
GIGANTISCHER GRILLSPASS

Er grilliert, sie grilliert,
määr grilliered



Bestes aus Schweizer Milch

Beste Mozzarella aus reiner Schweizer Milch.



Emmi Mozzarella: So vielfältig wie Ihre Ideen.

Emmi Mozzarella steht für beste Qualität aus reiner Schweizer Milch. Mit seinen vielfältigen Variationen bietet er genau die passende Verfeinerung für die unterschiedlichsten kulinarischen Ideen. Mit Emmi Mozzarella haben Sie stets die ideale Krönung für Ihre Speisen.



Editorial

Wochentags bin ich in der Regel kurz nach fünf Uhr auf den Beinen. Am Sonntag genieße ich es darum ganz besonders, etwas länger zu schlafen und gegen Mittag ein gutes Essen im Kreise der Familie zu genießen. Der traditionelle Sonntagsbraten, für den sich früher alle um den Tisch versammelten, wurde bei uns inzwischen durch ein anderes

Sonntagsbrunch

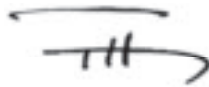
Sonntagsritual abgelöst: den Brunch. Für diese aus dem angelsächsischen Raum stammende Kombination aus Frühstück (Breakfast) und Mittagessen (Lunch) nehmen wir uns bewusst und gerne Zeit. Nicht selten kann daher ein Sonntagsbrunch bei Hirsigs bis in den frühen Nachmittag dauern. Ein guter Tee, knuspriges Brot mit Erdbeer-Konfitüre und ein Drei-Minuten-Ei dürfen dabei nie fehlen. Viele gluschtige und kreative Ideen für Ihren Brunch – von opulent bis mediterran – zeigen wir Ihnen ab Seite 5.

Wer nach einem ausgedehnten Sonntagsbrunch gegen Abend wieder Hunger verspürt, dem sei ein gutes Stück Fleisch vom Grill empfohlen. In der Rubrik «Mehr zum Thema» verraten wir Ihnen ab Seite 33 viele heiße Tipps für eine abwechslungsreiche Grillsaison.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



17

Dorfladen

«Sonntags ist es entspannter»

51

Freizeit activo
Wildbienen-Kurs



- 5 Küche aktuell**
Brunch ohne Lücken
- 9 Kochschule**
Kochen lernen von Profis
- 12 Marktplatz**
Fangfrisches aus Neptuns Reich
- 14 Weinerlebnis**
Zwei Geschmackswunder aufgespürt
- 17 Dorfladen**
«Sonntags ist es entspannter»
- 18 Aktueller Tipp**
Für eine bessere Banane
- 20 Typisch Schweiz – Typisch Volg**
Gewürzmischungen für Gourmets
- 22 Novissimo**
Neu im Volg
- 25 Hausmarke**
Schweizer Zwetschgen streichzart
- 27 Volg App**
Nützliche Apps für jedes Smartphone
- 29 Öisi Chuchi**
Die neue Folge aus Hätzingen (GL)
- 30 In eigener Sache**
Weltmeisterliches im Dorfladen
- 33 Mehr zum Thema**
Gigantischer Grillspass
- 41 Wettbewerb**
Gewinnen mit Toppits
- 43 Feins vom Dorf**
Hausgemachte Salate aus Huttwil (BE)
- 45 Aktueller Tipp**
Schlagrahm: luftig und lactosefrei
- 49 Freizeit Wyträff**
Ein Fest für die VOLG Weine
- 51 Freizeit activo**
Wildbienen-Kurs
- 53 Freizeit Naturena**
Die Swissness-Kurse im Sommer
- 55 Freizeit Naturena**
Die neuen Kreativ-Kurse
- 57 Freizeit Kochkurs**
Grossartiges für Fleischtiger
- 59 Freizeit Teens**
Sag's durch den Kuchen
- 61 Volgi & Volgine**
Das neue HEY mit super Wettbewerb
- 63 Saison**
Saucen für jeden Salat-Fall

5

Küche aktuell
Brunch ohne Lücken





LUNGO VON JACOBS

FÜR NESPRESSO®*
MASCHINEN.

NEU



*Nespresso® ist die Marke einer Drittpartei, die mit Mondelez International nicht in Verbindung steht.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.
www.jacobsmomente.ch



Morgens sollst du essen wie ein Kaiser. Bei einem Brunch in geselliger Runde fängt der Tag richtig gut an. Mit unseren Tipps glänzen Sie dabei als Gastgeber wie der Morgentau.

Brunch ohne Lücken

Dass sich der beliebte Brunch wörtlich aus «Breakfast» (dt. Zmorge) und Lunch (dt. Zmittag) zusammensetzt, ist den meisten bekannt. Doch wie setzt sich ein Brunch kulinarisch zusammen, und zwar so, dass es an nichts fehlt, alle Gäste glücklich sind und man als Gastgeber nicht in Hektik gerät? Wer die wichtigsten Bausteine für einen Brunch kennt, meistert die Rolle des Gastgebers mit links. Wir verraten die elementaren Teile für einen gelungenen Brunch und fügen die einzelnen Puzzelteile zu einem perfekten Ganzen zusammen. Von der idealen Start-Zeit über die optimale Gerichtewahl bis zum stilvollen Schlusspunkt geht's Stück für Stück zum Brunch-Glück. →



Ein richtiger Brunch für die grössere Gästeschar braucht ein Buffet, wo man sich nach Herzenslust bedienen kann. Schick darauf machen sich Etagere – und Platz sparen sie erst noch.



Frühlings-Gemüsekuchen
Keine Angst vor dem Abkühlen dieses Gebäcks. Es schmeckt auch kalt wunderbar.



TIPP
Der fruchtige La Côte AOC Lumière du Soleil passt herrlich zum Frühlings-Gemüsekuchen.

Schinkensalat
Er kann nicht nur, er sollte sogar am Vortag zubereitet werden. Gut durchgezogen schmeckt er am besten.

Gefüllte Kartoffel-Chüechli
Heiss und herzhaft: aussen Häröpfel, innen Cantadou, Erbsen und Mostbröckli.

Brot – auch für die Not
Ein wichtiger Bestandteil des Brunchs ist Brot. Sorgen Sie für einen guten Mix aus Brot und Brötchen. Pro Person rechnet man mit 100 bis 150 Gramm. Wenn Sie zusätzlich Frischbackbrötchen einkaufen, sind Sie vorbereitet, sollte der Brot-Glusch der Gäste grösser sein als erwartet.

Buffet einrichten
Das Buffet sollte gut erreichbar sein. Wenn Sie einen Toaster oder eine Wärmeplatte anschliessen möchten, achten Sie darauf, dass sich eine Steckdose in der Nähe befindet. Tischen Sie zuerst die kalten Speisen auf. Während sich die Gäste bedienen, haben Sie Zeit, warme Gerichte aus Pfanne und Ofen zuzubereiten.

Der richtige Zeitpunkt
Zwischen üblicher Zmorge- und Zmittagzeit liegt der ideale Start für einen Brunch. Langschläfer freuen sich, wenn sie erst um 11 Uhr vor Ort sein müssen; sind Familien mit Kindern eingeladen, können Sie bereits ab 10 Uhr loslegen.

Gerichte planen
Beim Brunch treffen klassische Zmorge-Komponenten auf kleine Zmittagsgerichte. Planen Sie Kaltes, Heisses, Süsses und Herzhaftes ein. Mischen Sie Selbstgemachtes und bereits fertige Produkte; solche, die Sie vorbereiten können, mit solchen, die Sie erst am Tag der Einladung zubereiten.

Stück für Stück zum Brunch-Glück



Den Vortag nutzen

Sie müssen nicht um 4 Uhr aufstehen, um mit dem Brunch-Buffer pünktlich fertig zu sein. Es gibt zahlreiche Dinge, die Sie bereits am Vortag zubereiten können. Grundsätzlich lassen sich alle kalten Gerichte einen Tag früher zubereiten, Konfitüre und Honig können in Schälchen abgefüllt werden; mit Frischhaltefolie abgedeckt sind sie im Kühlschrank gut aufbewahrt. Auch den Tisch können Sie bereits am Vorabend decken und dekorieren.

Schluss machen

Gutes Essen, gesellige Runde – da dehnt sich ein Brunch schnell bis in den frühen Abend aus. Dabei hätte man als Gastgeber gern noch etwas Zeit für sich und würde den Brunch lieber schon am Nachmittag beenden. Mit einem gemeinsamen Spaziergang an der frischen Luft setzen Sie elegant einen krönenden Schlusspunkt.

Geschirr: gut gerüstet

Rechnen Sie mit drei Tellern für jeden Gast. Zudem benötigen Sie Schalen für Müesli, Tassen, Gläser, eine Thermoskanne für heisses Teewasser. Milch und Säfte sehen in Krügen schön aus. Das Besteck in hohen Gefässen aufs Buffet stellen; Servietten nicht vergessen. Eine Kiste unter dem Buffet für benutztes Geschirr verschafft Ihnen mehr Raum in der Küche.

Hüttenkäse-Thon-Aufstrich

Körniger Frischkäse, Dill, würziger Feta und Thon – fertig ist ein Brotbelag der anderen Art.

Käse-Quark

Cremiger Camembert und würziger Gruyère sorgen für die delikate Käse-Mischung.

Bratäpfel mit Wunderkern

Im Wunderkern sorgen unter anderem Marzipan, Haselnüsse und Calvados für das Geschmackswunder.

Kakao-Spezial

Eine heisse Schoggi mit fruchtiger Finesse: Mit ihrem Orangenaroma wird sie zum Brunch-Hit.

Frischkäse-Kugeln

Pralinen zum Frühstück: kleine kugelförmige Überraschungsbällchen aus Frischkäse.

Keine Etagere im Küchenschrank? – Mit Schüsseln, Platten und grossen Tassen ist sie im Nu aufgebaut.

Volg-Kochkurs im Juni Grossartiges für Fleischtiger

Beim neuen Volg-Kochkurs dreht sich alles um grosse Fleischstücke. Steaks, Racks und mehr Grossartiges landen in den Pfannen. **Alle Informationen auf Seite 57.**



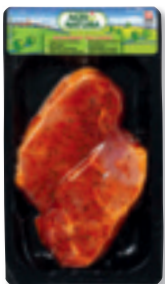
Unser bestes Stück Natur.

Qualität

kommt nicht von irgendwo.



www.agrinatura.ch



Schweins-Nierstück Steak

Grosser Genuss: Aussen würzig, innen zart. Die Grillsaison ist eröffnet.



Schweinskotelett

Der Klassiker unter den Grillartikeln. Ein saftiger Leckerbissen, ganz einfach zuzubereiten.



Olma-Bratwurst

Machen Sie's wie die St. Galler. Geniessen Sie die Olma-Bratwurst ohne Senf.

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



① Teig rechteckig auswallen, Füllung auf einer Längsseite verteilen, mit Teig bedecken und einrollen.



SCHRITT für SCHRITT
Mediterranes Ringbrot



② Teigrolle zu einem Ring formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit einem feuchten Tuch bedecken, 30 Min. gehen lassen und backen.

TIPP

Ein lieblicher Rosé wie der **White Zinfandel Caswell** ist der ideale Gegenspieler zum würzigen Ringbrot.



Morgenstund hat Gold im Mund besagt das Sprichwort. In Tat und Wahrheit sind es bei einem Brunch Frühstücksklassiker wie Brot und Ei. Immer gleich auftreten müssen diese jedoch nicht. Statt wachsw weich im Eierbecher zeigt sich das Ei in der Muffinsform von seiner knusprigen Seite. Das Brot, das normalerweise vor allem Feines drauf hat, hat diesmal in erster Linie Gutes drin: Im selbstgebackenen Ringbrot spielt die mediterrane Füllung die Hauptrolle. Weil das Brot durch Oliven, Sardellen, Dörrtomaten und Kapern schon sehr würzig ist, passt am besten ein dezenter Belag dazu: Hüttenkäse, Quark oder schlicht und einfach Butter.

SCHRITT für SCHRITT
Schinken mit Ei aus der Muffins-Form



Muffinsform mit Backkapseln auslegen. Teig in 12 gleich grosse Quadrate schneiden, in die Kapseln legen. Je 1 Scheibe Rohschinken darauflegen, je 1 aufgeschlagenes Ei in die Mulde geben, würzen und backen.



Flammkuchenteig, Schinken und Ei: Dieses Gericht aus der Muffinsform begeistert sogar Morgenmuffel.

TIPPS & TRICKS

von Jonas Schönberger

- Ringbrotteig und -füllung können bereits am Vortag zubereitet werden
- Wer Sardellen nicht mag, ersetzt diese durch klein gewürfelte Salami oder Salsiz
- Für das Gericht aus der Muffinsform Flammkuchen-, Kuchen- oder Pizzateig verwenden und etwas dünner auswallen
- Sitzen Vegetarier mit am Brunch-Tisch, anstelle von Schinken je eine Tomatenscheibe auf den Teig legen und dann das Ei darauf geben
- Wer keine Muffinsform besitzt, kann das Gericht in runden ofenfesten Portionenförmchen zubereiten

neu

Saisonspezialität
Kräuter-Steak

Passend zum Frühling bringt der Mai ein saftiges **Schweins-Kräuter-Steak** in den Volg. Es ist mit einer würzigen Kräutersauce mariniert. Beim Aufschneiden dann die deliziose Überraschung in Form einer sämigen Kräuter-Käse-Füllung. Mmmh, en Guete!





Einfach intensiver

NEW

DER INTENSIVE HIRZ GENUSS JETZT AUCH ALS DRINK



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Kochschule



ÖISE LADE TIPP

Eine feine fruchtige Volg-Neuheit für Zmorge und Brunch entdecken Sie auf Seite 25.



Toppen jedes Brot: edler Rauchlachs, süßer Haselnuss-Aufstrich und fein cremiger Sommerblütenhonig.



Gehören zu jedem Brunch: klassisches Toastbrot, ein vollwertiges Müesli und streichzarte Butter.

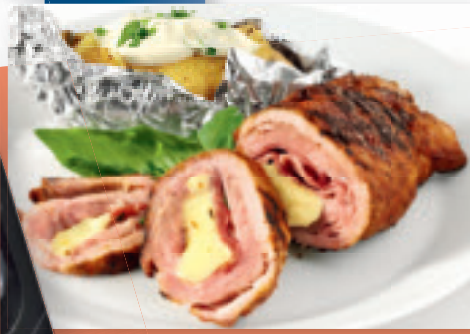


Die Rotwein-Zwiebel-Butter passt auch gut zu kaltem Braten und Roastbeef.

Ins Glas geschichtet ist das Müesli ein Hingucker auf dem Buffet.

Die Basis für einen Brunch ist unantastbar. Egal, welche besonderen Leckereien man sich ausgedacht hat: Ohne die Zmorge-Hits Butter, Brot, Konfitüre, Milch, Käse, Aufschnitt, Joghurt, Saft und Kaffee fehlt dem Brunch das Herz. Trotzdem darf man auch bei den Brunch-Basics Ideenreichtum beweisen und mit einer ungewöhnlichen Butter-Kreation oder einer aussergewöhnlichen Müesli-Präsentation für Überraschung sorgen. Auch durstlöschendes Mineralwasser ist ein Muss. Den Glanzpunkt im Glas setzt dem «Zmorge de Luxe» ganz klar ein prickelnder Schaumwein wie Volgaz!

Löschen jeden Durst: fruchtiger Orangensaft, durstlöschendes Mineralwasser, aromatischer Tee und frische Milch.



Saisonspezialität Grill-Cordonbleu

Lust auf Neues auf dem Rost? Dann ist ein feines, saftiges gerolltes Grill-Schweins-Cordonbleu genau das Richtige. Gefüllt ist es traditionell mit Schinken und Käse. Im Mai im Volg!





Fangfrisches aus Neptuns Reich



Fisch, ahoi! Ob aus Ofen, Pfanne oder vom Grill: Mit seiner Vielfalt bereichert Fisch unseren Speiseplan auf leichte und gesunde Weise.

Papi grilliert gern. Mami möchte sich kalorienarm ernähren. Grosi wendet am liebsten verschiedene Zubereitungsarten an. Und für die Kids gilt: hauptsache Knusperpanade mit Remoulade! Alles kein Problem für den Fisch – denn mit ihm schwimmen alle Geniesser auf einer Wellenlänge. Viel braucht es nicht für ein schmackhaftes Fischgericht: ein aromatisches «Chrütli», Salz, Pfeffer, ein paar Spritzer Zitronensaft und eine Beilage – fertig ist der Fisch für den Tisch. Umso vielseitiger ist er in der Zubereitung. Fisch schmeckt

gebraten, in Flüssigkeit pochiert, im Ofen gebacken, gratiniert oder über dem Feuer grilliert. Mal genießt man ihn leicht mit einem bunten Salat oder mit knackigem Gemüse. Mal begeistert er gehaltvoller mit einer knusprigen Hülle, einer sämigen Sauce oder einem cremigen Dip.

Fische fürs Feuer

Während dünne Filets oder Fische mit sehr zartem Fleisch wie Dorsch in Pfanne oder Ofen besser aufgehoben sind, fühlen sich Fische mit festem Fleisch und höherem

Fettgehalt wie Lachs und Forelle über der Glut so wohl wie im Wasser. Sie zerfallen weniger leicht und bleiben durch ihren Fettgehalt länger saftig. Eine Freude für jeden Gourmet am Grillfest! Glücklich stimmt einen bei Fischen übrigens ausnahmsweise auch der Fettgehalt: Sie enthalten die gesunden ungesättigten Omega-3-Fettsäuren. Hinzu kommen viele Vitamine und wertvolle Aminosäuren. Wenn einem da bei all den guten Fischideen und positiven Fischfakten nicht das Wasser im Munde zusammenläuft ...



Remouladensauce

Für 4 Personen:

2 **Eigelb** mit 1 TL **Senf** verrühren, 1,5 dl **Sonnenblumenöl** unter ständigem Rühren in feinem Strahl dazugeben. 1 TL **Zitronensaft** und 1 EL **Weinessig** unterrühren. 2 EL gehackten, gemischten **Peterli**, **Kerbel** und **Estragon**, 4 fein gehackte **Essiggurken**, 4 gehackte **Sardellenfilets** und 1 EL gehackte **Kapern** unterrühren. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

Tipp: Verschiedene Fische wie Lachs, Dorsch, Forellenfilet und panierten Fisch grillieren oder in der Pfanne zubereiten, auf einer Platte anrichten, als «Fischplatte Neptun» mit Remouladensauce servieren.

TIPPS&TRICKS

- Fisch insbesondere in der warmen Jahreszeit rasch nach Hause transportieren, idealerweise in einer Kühltasche
- Frischfisch möglichst kurz vor Gebrauch einkaufen; einmal aufgetaute Tiefkühlfische nicht wieder einfrieren
- Fisch nimmt Aromen schnell auf; ein langes Marinieren ist daher nicht nötig; auch besteht die Gefahr bei sehr salzhaltigen Marinaden, dass er austrocknet. Gewürzmässig mag er es zudem eher mild mit Dill, Estragon, Peterli oder Minze
- Ob in der Pfanne oder auf dem Grill: Fisch möglichst nur einmal wenden, sonst zerfällt er leicht
- Am einfachsten grilliert man Fischfilets oder ganze Fische in speziellen Fischgittern, auf Alugrillschalen oder in Alufolie

ÖISE LADE TIPP

Eine gute Grill-Idee mit Fisch finden Sie im Themenheft «Gigantischer Grillspass» auf Seite 36.

Für jeden «Fischgluscht»: Frischfisch wie Dorsch, Lachs, Forellenfilet aus der Schweiz oder pfannenfertiger Pangasius in der Knusperpanade.





Weinerlebnis

Die fruchtbaren Felder eines alten Vulkans und die Klima-Kraft der Sandsteinhöhle verleihen dem Aglianico und dem Kaltbach Emmentaler AOC viel Aroma.

Zwei Geschmackswunder aufgespürt

Von diesem Wein darf man einiges erwarten – nur keine Langeweile. Für die bekannte Weinautorin Chandra Kurt weist der Aglianico eine «dezent dramatisch-spannende Art auf wie ein Agatha-Christie-Stück», wie sie in ihrem «Weinseller 2014» festhält. Seinen Namen erhält der süditalienische Rotwein aus der Basilikata vom gleichnamigen Rebstock, der seit Jahrhunderten in den fruchtbaren Feldern der Hügel des ausgestorbenen Vulkans Vulture angebaut wird. Passend zum Vulkan handelt es sich um eine intensive, temperamentvolle Traubensorte. Selbst wer glaubt, er hätte schon genügend Lieblingsweine aufgespürt, sollte diesen Wein entdecken: Chandra Kurt ist sich sicher, dass dieser Wein «auch geübten Weingäumen Spass machen wird». Ein Happy End dann auch an der Kasse: Für Chandra Kurt erhält man «viel Wein» für diesen Preis. Und bei der Volg-Aktion im Mai sind es sogar nochmals weniger Franken!

Zeichen der edlen Qualität

Das löst schon fast Freudentränen aus, womit wir beim Käse des Monats, dem Kaltbach Emmentaler AOC, angelangt sind. Während seiner Reifung in der Sandsteinhöhle entstehen weisse Kristalle und Wassertropfen, die man Freudentränen nennt. Sie sind ein Zeichen für die edle Qualität. Berühmt ist der Käse aber in erster Linie wegen seiner Löcher, welche ihn zum wohl bekanntesten Schweizer Käse machen. Unverwechselbar macht ihn auch die schwarzbraune Patina. Schön anzusehen ist er zweifelsohne. Und noch schöner ist er zu geniessen: Das nussig-würzige Aroma des Kaltbach Emmentalers AOC macht Lust auf mehr und noch ein bisschen mehr von diesem Spitzenkäse.

Wein des Monats
Aglianico
75 cl, statt Fr. 9.50
Fr. 5.50

Käse des Monats
Kaltbach Emmentaler AOC
100 g, statt Fr. 3.20
Fr. 2.40
Portion 250 g, statt Fr. 7.60
Fr. 6.-

1. La Côte AOC Lumière du Soleil 2012
Schweiz

2. White Zinfandel Caswell 2012
USA

3. Barbera d'Asti DOC Masereto 2011
Italien

4. Aglianico 2011
Italien

5. Salice Salentino DOC Trentacinquesimo Parallelo 2012
Italien

6. L'Amorino Negroamaro IGT 2012
Italien

7. Marqués de Tena Reserva Utiel-Requena DO 2009/2010
Spanien

8. Zinfandel Caswell 2012
USA

Können aus der Kaltbach-Höhle



Drei Monate reift er in der Käserei, dann genießt der Kaltbach Emmentaler AOC mindestens neun Monate lang das besondere Klima der Kaltbach-Sandsteinhöhle. Hier, am Rande des Wauwiler Moores im Kanton Luzern, wird er von Alois Fleischlin (Foto), Käsemeister der Kaltbach-Höhle, gepflegt. Und das mit viel Erfahrung und Können – Alois Fleischlin ist bereits seit knapp 40 Jahren bei Herstellerin Emmi tätig. Ausgangsprodukt für den besonderen Käse mit den berühmten Löchern ist beste silofreie Rohmilch.

Weinnotizen

Spannend und unterhaltsam ist eine Weinprobe mit Freunden. Vergleichen Sie zum Beispiel dieselben Rebsorten aus verschiedenen Regionen. Neben den Weinen und verschiedenen Gläsern benötigen Sie Weissbrotwürfel, stilles Wasser zum Neutralisieren und ein Gefäss, in das Sie die Restmenge abgessen können.



Charakter

Trinken Passt zu

Pkt.

Meine Bestellung

Helles Goldgelb. Vielfältige Aromatik. Typische Chasselas-Aromen wie Zitronen, Mandarinen und grüne Äpfel. Frische Säure, kraftvoll und lebendig	Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8 °C	Aperitif, Eglifilets, Käsefondue	16,5
Helle Kirschenfarbe. Komplexe Frucht nach Limonen und reifen Pfirsichen. Am Gaumen ausgewogen, nachhaltige Aromen von Zitrusfrüchten, Feigen, Pfirsich begleitet von einem Hauch Heublumen. Im Abgang anhaltend	Bis 3 Jahre, bei 8–10 °C	grilliertem Poulet, Kalbfleisch, Salzwasserfisch, Muscheln, mildem Käse	16,25
Intensives Granatrot. Lieblicher Auftakt mit Aromen von getrockneten Früchten und Konfitüre. Am Gaumen vollmundig und anhaltend, gute Tanninstruktur	Bis 6 Jahre, bei 18 °C	kräftigem oder grilliertem Fleisch, Risotto, Pasta mit Ragout, Käse	16,25*
Sattes Rubinrot. Persönliches, intensives und fruchtiges Bouquet. Voller, weicher Körper, aufgrund des hohen Tanningehalts eher robust	Bis 6 Jahre, bei 17–18 °C	Grilladen, Braten, Wild, reifem Käse	16,5
Tiefes Rubinrot. Am Gaumen sortentypisch, angenehm und intensiv. Im Geschmack vollmundig, trocken; kräftig, aber samtig, warm und harmonisch	Bis 3 Jahre, bei 18–20 °C	typisch italienischer Küche, rezentem Käse	
Tiefes Rot mit violetten Reflexen. In der Nase Anklänge von schwarzen Beeren, vereint mit würzigen Komponenten wie Minze und Lakritze. Am Gaumen angenehm lieblich	Bis 4 Jahre, bei 16–18 °C	italienischer Küche, Grilladen, Aperitif	17*
Dichtes Dunkelrot mit violetten Reflexen. Ein nobler Wein. Am Gaumen kraftvoll, samtig und elegant. Langer, anhaltender Abgang	Bis 8 Jahre, bei 18 °C	rotem Fleisch, Grilladen, Geflügel, Braten	16,5 Jg. 09
Dichtes Rubinrot. Aromen nach reifen Himbeeren, Heidelbeeren und Brombeeren. Feine Vanillenoten durch den Ausbau im Eichenfass, weicher, lang anhaltender Abgang	Bis 4 Jahre, bei 16–18 °C	BBQ, Pizza, Pasta, Braten, Wild, asiatischen Gerichten	16

<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton LA CÔTE AOC LUMIÈRE DU SOLEIL, 75 cl, statt Fr. 51.– nur Fr. 41.40
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton WHITE ZINFANDEL CASWELL, 75 cl, statt Fr. 47.40 nur Fr. 33.–
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton BARBERA D'ASTI DOC MASERETO, 75 cl, statt Fr. 51.– nur Fr. 41.40
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton AGLIANICO, 75 cl, statt Fr. 57.– nur Fr. 33.–
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton SALICE SALENTINO DOC TRENTACINQUESIMO PARALLELO, 75 cl, statt Fr. 51.– nur Fr. 39.–
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton L'AMORINO NEGROAMARO IGT, 75 cl, statt Fr. 59.40 nur Fr. 47.40
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton MARQUÉS DE TENA RESERVA UTIEL-REQUENA DO, 75 cl, statt Fr. 58.80 nur Fr. 46.80
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton ZINFANDEL-CASWELL, 75 cl, statt Fr. 47.40 nur Fr. 33.–

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 5. bis zum 31. Mai 2014, solange Vorrat.

Diese Aktion gilt vom 5. bis zum 31. Mai 2014, solange Vorrat.

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



Alle guten Dinge sind Ei.

Volg
frisch und fründlich



Familie Schweizer liebt Teigwaren so sehr, dass sie meistens als Hauptgericht auf den Tisch kommen. Da sollte man schon auf gute Qualität und hohen Nährwert achten. Alle 6 Sorten Volg Hausmarke-Teigwaren enthalten **drei Schweizer Eier pro Kilogramm Mehl** und bleiben beim Kochen bestens in Form. Picken Sie sich etwas Feines raus!

Volg ist seinen Preis wert.



Am Wochenende, wenn andere frei haben, arbeitet Luzia Walker im Volg Ennetbürgen (NW). Der Teilzeiteinsatz kommt der Mutter zweier Kinder absolut gelegen.

Möchte für ihre Kinder da sein, wenn sie von der Schule nach Hause kommen: «Vier Mal pro Woche kommen weitere Dorfkinder zu mir zum Mittagstisch», sagt Luzia Walker aus Beckenried.



Die am Mittagstisch beliebten Spaghetti spielen auch am Wochenende bei der Arbeit im Volg Ennetbürgen eine Rolle. Dann kaufen viele Familien gemeinsam im Dorfladen ein.

«Sonntags ist die Atmosphäre entspannter»

Samstag, punkt 16 Uhr, war früher oft bis Montag Schluss mit «Poschten». Die Einkaufsgewohnheiten haben sich geändert und mit ihnen die Öffnungszeiten. Das gilt auch für die Volg-Läden. Samstags bis 20 Uhr oder sonntags die Einkäufe tätigen zu können, ist für viele Kunden fast schon so üblich wie der Sonntagsbraten. Die zeitgemässen Öffnungszeiten kommen nicht nur bei der Kundschaft gut an, sie werden auch von vielen Teilzeitmitarbeitenden, wie Luzia Walker, begrüsst. Die 36-jährige Mutter zweier Kinder im Alter von 8 und 10 Jahren ist jeweils am Wochenende im Volg Ennetbü-

rgen im Einsatz. Besser könnte die Arbeitszeit für sie nicht fallen: «Werktags bin ich für meine Kinder da. Ein Tag des Wochenendes ist bei uns Papi-Tag und wenn ich dann arbeite, ist der Rest der Familie ohnehin unterwegs», erzählt sie.

Der Sonntag ist anders

Luzia Walker hat ihre Lehre im Verkauf absolviert und war bereits vor ihrer Schwangerschaft im Volg Ennetbürgen angestellt. Damals arbeitete sie unter der Woche. «Die Atmosphäre im Laden ist am Sonntag anders», vergleicht sie. «Die Kunden sind

entspannter und nehmen sich mehr Zeit. Viele Familien kaufen gemeinsam ein und besprechen direkt im Laden die Menüplanung», erzählt sie. «Es wird sehr geschätzt, dass man bei uns samstags bis 20 Uhr und sonntags von 8 bis 18 Uhr einkaufen kann.» Das bekommen die Angestellten auch hin und wieder mit einem «Danke, dass Sie heute offen haben» zu hören. Meist bildet Luzia Walker während ihres Wochenend-Einsatzes im Volg mit einem Studenten ein Team. Der attraktive Lohnzuschlag macht den Sonntag als Arbeitstag zusätzlich interessant.



Aktueller Tipp

Für eine bessere Banane

Der schnelle Verlust der Artenvielfalt ist ein globales Problem mit schwerwiegenden Folgen für die Menschheit. Deshalb hat Chiquita zusammen mit Partnern beschlossen, sich in Mittelamerika für die Umwelt zu engagieren. Alle Projekte haben den Schutz der aussergewöhnlichen Artenvielfalt zum Ziel. Weil man bei Chiquita überzeugt ist, dass ohne Bildung und ökologisches Bewusstsein der Erhalt der Artenvielfalt nicht geschehen kann, wird die Bevölkerung der umliegenden Gemeinden stark mit einbezogen.

Umwelt macht Schule

In Schulen werden beispielsweise pädagogische Workshops mit Schwerpunkt Umwelt, moralische Werte, Verschmutzung und Recycling durchgeführt oder Bäume auf dem Schulgelände gepflanzt. Auch werden Schulen bei der Durchführung von Umwelt-Feiertagen wie «Earth Day» unterstützt sowie Vorlesungen zur Nachhaltigkeit für die lokalen Bauern organisiert. Die beiden Hauptprojekte sind «Nogal» in Costa Rica und «San San» in Panama. Biologische Korridore dienen beim Projekt «Nogal» dazu, Waldlandschaften wiederherzustellen oder zu erhalten. Beim Projekt «San San» steht die Lederschildkröte im Mittelpunkt. Die gelegten Eier der bedrohten Tierart werden eingesammelt und kommen in eine Aufzuchtstation. Sind die Babyschildkröten geschlüpft, werden sie in die Freiheit entlassen.

Dass die Banane schmeckt, ist nur eine Sache, worauf Chiquita Wert legt. Was ebenso zählt, ist der verantwortungsvolle Umgang mit der Umwelt.

Zwei Hauptprojekte, ein Erfolg

Das Projekt «Nogal» in Costa Rica ist ein 102 Hektaren grosses Stück Regenwald. Es ist nach der Farm Nogal benannt. Deren 600 Hektaren Wald werden bei diesem Projekt zum Schutz der Artenvielfalt durch biologische Korridore mit anderen Regenwaldparzellen verbunden. Dafür wurden mehr als 28'600 Bäume gepflanzt und es wurde noch viel mehr erreicht.



Das Projekt «San San» im Feuchtgebiet San San Pond Sak in Panama stellt die Rettung der vom Aussterben bedrohten Lederschildkröten in den Mittelpunkt. Bei beiden Projekten spielt die Umweltbildung eine zentrale Rolle.



Im Volg erhältlich: die Banane mit dem bekannten blauen Aufkleber, der noch heute ausschliesslich von Hand befestigt wird.

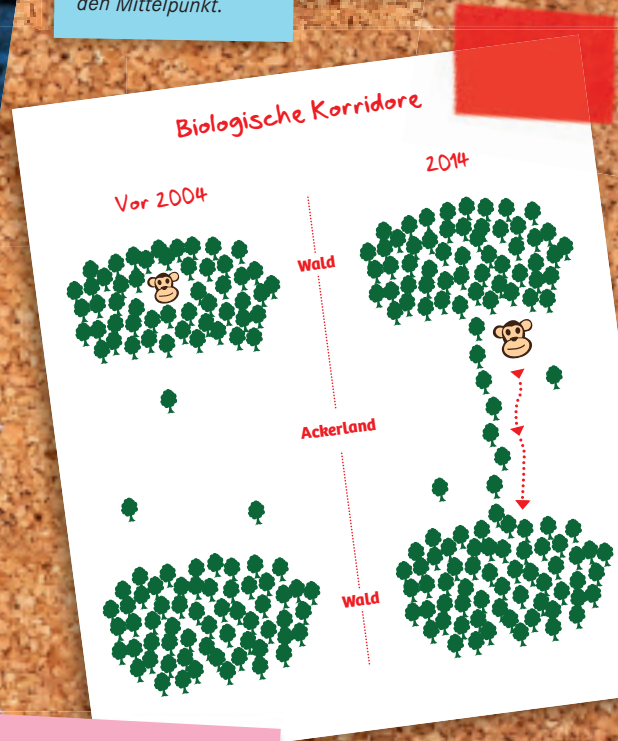


Der gute Geschmack der Banane ist das eine, die Zusammenarbeit mit der lokalen Bevölkerung und der Artenschutz sind Chiquita genauso wichtig.



Das San San Projekt stellt die bedrohte Lederschildkröte in den Mittelpunkt.

Die beiden Hauptprojekte von Chiquita liegen in Südamerika, ein Erdteil mit aussergewöhnlicher Flora, Fauna und Feuchtgebieten von internationaler Bedeutung.



Die Besitzer der Nogal-Farm stellte grosszügige 4,7 Hektaren Land zur Verfügung, auf denen ein biologischer Korridor errichtet werden konnte.



Typisch Schweiz – Typisch Volg

Mit einem guten Riecher und viel Geschmacksinn werden in der Manufaktur Stedy in Weinfelden (TG) erstklassige Gewürzspezialitäten gemischt.

Gewürzmischungen für Gourmets



Valentin Stettler, Geschäftsführer Stedy Gewürz: «Volg ist der typische Schweizer Dorfladen. Da darf das typische Schweizer Gewürz natürlich nicht im Sortiment fehlen. Dank der vielen Dorfläden gelangt es bis in die entlegensten Winkel der Schweiz – das ist einmalig.»

En Schwiizer Gwurzproduzänt

Die Stedy Gewürzmischungen tragen ausnahmslos einen schweizerdeutschen Namen. «Wir wollen uns klar als Schweizer Gewürzmanufaktur positionieren», erklärt Geschäftsführer Valentin Stettler. Mit dem Schweizerdeutsch hört es auf der Etikette längst nicht auf. Sogar die Arbeitsverträge der rund 10 Mitarbeitenden sind im Dialekt verfasst. Die Mitarbeitenden sind wichtiger und treuer Bestandteil der Stedy-Kultur. Vom Mischer bis zum Chauffeur ist die Freude am Produkt gross und zentral. Valentin Stettler hat das 1981 gegründete Familienunternehmen vor drei Jahren von seinem Vater Peter, einem gelernten Metzger, übernommen und führt es mit Pep und Würze in zweiter Generation.



1. Die Gewürz-Spezialitäten werden nach der Originalrezeptur von Firmengründer und Gewürztüftler Peter Stettler zusammengemischt.



2. Die Mischung für das Händöpfel Gwurz wird wie jedes Stedy Produkt direkt nach Bestelleingang frisch abgefüllt.



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.



Man würde beim Betreten der Firma Stedy in Weinfelden am liebsten sofort loskochen: ein Fleisch marinieren, eine Salatsauce anrühren, einen Dip zaubern und Härköpfel in all ihrer Vielfalt zubereiten. Denn hier liegt nur etwas in der Luft: unendlich viel wohlriechende Würze. Aus der Gewürzvielfalt werden im Familienbetrieb raffinierte Mischungen hergestellt. Ein paar Prisen beliebter als alle anderen ist das Härköpfel Gwürz. Dabei erfand es Gewürztüftler Peter Stettler erst über 20 Jahre nach seiner Firmengründung. «Ich stellte fest, dass ich für alles eine Mischung kreierte hatte. Nur für die Kartoffel fehlte etwas», blickt er zurück. Ein Volltreffer! Heute ist die feine Mischung, die unter anderem aus Salz,



Das Basis-Trio fürs Chuchichäschtli: Stedy Gourmet-Würzmischungen Härköpfel Gwürz, Fleisch Gwürz und Salat Gwürz*.

Zwiebeln, Chnobli, Paprika und Basilikum besteht, der Hit aus der kleinen Gewürz-Manufaktur.

Ein Trio für alle Würzfälle

Aller guten Dinge sind drei. Das gilt auch für die Gourmet-Würzmischungen von Stedy. Mit dem Trio «Chuchichäschtli», welches sich aus Härköpfel Gwürz, Fleisch Gwürz und Salat Gwürz zusammensetzt, hat man eine gute Basis im Küchenschrank. «Damit ist man für das Verfeinern von fast allen Speisen bestens bedient», verrät Geschäftsführer Valentin Stettler. Diese drei Gewürzmischungen sind auch im Volg erhältlich. Wie jedes Stedy Gewürz werden sie jeweils frisch auf Bestellung produziert. Und wie es sich für eine Manufaktur gehört, steckt vom Rezeptieren bis zum Etikettieren eine ganze Menge Handarbeit hinter jedem einzelnen Streuer. Dieser ist übrigens – ganz im Sinne des Volg-Labels «Typisch Schweiz – Typisch Volg» – ein Schweizer Produkt, ebenso wie der Deckel, die Etikette und hierzulande verfügbare Rohstoffe wie das Salz.



3. Die eckige, handliche Dose sowie der Deckel in der Firmenfarbe Pink sind das Markenzeichen der Stedy Gewürze.



4. Die Produktion ist von viel Handarbeit geprägt. Dazu gehört auch das Aufkleben der «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Etikette.

*in kleineren Dorfläden evtl. nicht erhältlich.

neu Novissimo

Für alle Schoggi-Liebhaber unter den Ovomaltine Fans gibt es neu den ovo drink choco, einen eiskalten Energiespender.



neu

Die schokoladigste
Ovomaltine

Die neue Ovomaltine choco schmeckt mehr nach Schokolade. Und dafür weniger nach Ovomaltine. Aber irgendwie doch wie Ovomaltine. Mit Schokolade. Na, wie schmeckt sie denn jetzt genau? – Das probiert jeder am besten gleich selbst aus! Im Kühlregal von Volg zeigt sich die neue Ovomaltine von ihrer coolsten Seite: als ovo drink choco in der wiederverschliessbaren 5-Deziliter-PET-Flasche zum Mitnehmen. Für den Ovo choco Genuss zuhause ist die Neuheit auch als Pulver im 500 Gramm-Beutel erhältlich.

Nicht besser. Aber länger

Das Schweizer Kultgetränk wurde vor rund 110 Jahren von Dr. Albert Wander als Aufbaugetränk für Schwächere entwickelt. Dann entdeckten Sportler das Getränk, schon bald landete es auf dem Familientisch. Energie für den ganzen Tag liefern die Ovomaltine Produkte noch heute. Beste Rohstoffe wie Gerstenmalzextrakt und Kakao aus nachhaltigem Anbau verleihen Ovomaltine den einzigartigen Geschmack. So enthält der ovo drink choco acht Vitamine, Calcium und Magnesium. Das schmeckt und tut gut. Übrigens: Auch mit Ovomaltine choco kannst du's nicht besser. Aber länger.

Ovo mit Choco:
Wander, ovo drink choco,
5 dl

Fr. 3.40



neu



statt Fr. 9.90
Fr. 7.90

Lieblicher Weisswein:
L'amorino Bianco di Chieti,
75 cl



statt Fr. 11.90
Fr. 9.50


Verführer aus der Toskana:
Rendola rosso Toscano IGT,
75 cl



statt Fr. 4.30
Fr. 3.85

Oliven und Vollkorn:
DAR-VIDA extra fin Olives*,
4er-Pack, 184 g

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

arabisches Fürstentum		Ostseeinsel			US-Parlamentsentscheid		afrikanisches Steppenpferd	ehem. deutsche Münze (Abk.)	Initialen des Autors Ambler	längliche Vertiefung			langschwänziger Papagei		ohne Umwege	Kinderkrankheit	unverfälscht	Walart		
Schleife			1	23			Berufung einlegen													
	6				kleine Bodenplatte		Inselstaat im Mittelmeer		10			15	Lebensbeschreibung		südam. Knollenfrucht		2			
Weste		Kaltblüter			Autokz. Kanton Freiburg		<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; text-align: center; font-weight: bold;">IHR GEWINN</div> <div style="background-color: orange; padding: 5px; text-align: center;">50 Mal einen Einkaufsgutschein von Stöckli Outdoor Sports im Wert von je Fr. 50.-</div> 						poetisch: Wunsch							
Tal und Ort im Wallis						11														
			17		italienischer Name Merans		Bergstock in Graubünden						einsatzbereite Mannschaft		20	harzloser Nadelbaum		Härte, Stabilität		
Luft der Lunge	Gravitation			Bergvolk im Süden Chinas									Sportanzug (Abk.)		weiblicher Naturgeist					
ärztliche Bescheinigung														14			18			
inneres Organ							fleißige Insekten								Chauffeur		Autokz. Kanton Solothurn			
Initialen der Leander				heißes Rumgetränk		europäisches Meer												Rheinlastkahn		
seeleische Krankheit		Erdegeist											Initialen der Adjani			schweiz. Ing.- u. Architekturverein		12		
																	unabhängig			
Teil der Kanne		englisches Fürwort: sie			chem. Zeichen für Titan										Wasserstauanlage	Kummer	Nudismus (Abk.)		24	
																			Sprechweise einer dt. Ligatur	
							Meeres-säugetier		schwäbischer Höhenzug							4				
Stachel-tier			9	Binnen-gewässer			junger Pflanzen-trieb										kalte Süßspeise		19	
					Luzern. Vor-pental												schweiz. Hotelier, † 1918		21	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

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



statt Fr. 3.70
Fr. 3.30

Bretzel und Chips:

Chio Pretzel Chips salted*,
150 g



statt Fr. 15.90
Fr. 13.90

LED-Leuchtmittel:

Osram LED Star Classic A Birne 10/60 Watt
Osram LED Star Classic B Kerze 6/40 Watt
Osram LED Star Par 16 7/50 Watt*

Mitmachen & Gewinnen

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





In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Balisto natürlich han ich's gärn.



Lust auf
Abkühlung
Entdecken Sie unsere
Glace Neuheiten 2014



* www.frisco.ch

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Die bunte Palette der Volg Konfitüren erhält mit der Sorte «Schweizer Zwetschgen» fruchtig-süssen Zuwachs.

ÖISE
LADE
TIPP



Schweizer Zwetschgen streichzart

Vom Schweizer Obstbaum ins Konfitürenglas und in den Dorfladen: Mit der Volg Konfitüre Schweizer Zwetschgen aus einheimischen Früchten steht eine streichzarte Neuheit im Volg-Regal. Der Aufstrich aus der edelblauen Steinobstart hat Extraklasse: Denn mit einem Fruchtanteil von 45 Prozent gehört die Volg Konfitüre Schweizer Zwetschgen zur Kategorie «Konfitüre der Extraqualität».

Gemacht in der Innerschweiz

Hersteller der Konfitüren-Neuheit ist das renommierte Innerschweizer Familienunternehmen Räber in Küsnacht am Rigi, wo auch die weiteren Volg Konfitüren Erdbeeren, Aprikosen, Himbeeren, Schwarze Kirschen und Vierfrucht mit viel Können gekocht und abgefüllt werden. Auf vielseitigen Kundenwunsch kommt jetzt die Sorte «Schweizer Zwetschgen» hinzu.



Schmeckt vom Zmorge bis zum süssen Znacht, zum Beispiel mit Omeletten: Die neue «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Konfitüre Schweizer Zwetschgen.



450 g
Fr. 2.90



LIMITED EDITIONS

NUR FÜR KURZE ZEIT: JETZT ZUGREIFEN!



YOUR VOTE. YOUR CHIPS.

Die Schweiz hat ausgewählt: Zweifel Chips Fans haben abgestimmt und 3 der 32 Teilnehmerländer der Fussball WM als Kandidaten für die «Zweifel World Champion Chips» gekürt. Zweifel hat für die 3 Kandidaten je eine exklusive, landestypische Geschmacksmischung kreiert und daraus entstanden: Älplermagronen, Currywurst und Feijoada. Mehr Infos zum Voting vom Geschmacksweltmeister 2014 auf www.zweifel.ch.

**JOIN THE
FOOTBALL
PARTY**

**Jetzt mitmachen
und gewinnen!**

Mehr Infos auf www.zweifel.ch

Wir tun alles für die besten Chips.

Z
ZWEIFEL

DIE CHIPS-
EXPERTEN



[zweifelchips](https://www.facebook.com/zweifelchips)

zweifel.ch



Volg App für jedes Smartphone

Aktionen, Einkaufsliste, Rezepte und die Standorte aller Volg-Läden: Die nützliche Volg App läuft ab sofort auch auf Android und Windows Phone 8.

Die Volg App läuft auf den Smartphone-Betriebssystemen Android, iPhone/iPad und Windows Phone 8. Volg-Kundin Jovana Jovic hat es ausprobiert.



Unterwegs den nächsten Volg von Aadorf bis Zwillikon finden, die aktuellen Wochenaktionen mit einem Fingertipp direkt auf den persönlichen Poschtizettel übertragen, diesen nach Belieben ergänzen oder auf der grossen Rezeptdatenbank jederzeit und überall nach einer passenden Kochidee suchen und die benötigten Zutaten gleich im nächsten Dorfladen einkaufen: In der kostenlosen Volg App stecken viele praktische und nützliche Dienstleistungen.

Android, iPhone, Windows

So sind bei jedem Volg-Standort auch die Öffnungszeiten sowie die Telefonnummer ersichtlich. Eine Karte sorgt dafür, dass man den Volg problemlos findet. Ebenfalls vermerkt ist, wenn es sich um einen Laden mit Postagentur handelt. Bis anhin konnten nur Besitzer eines iPhone von der kostenlosen Volg App profitieren. Ab sofort läuft sie auch auf dem iPad, Android (ab Version 2.3.3.) und Windows Phone 8.

QR-Code des entsprechenden Betriebssystems scannen und die Volg App sofort kostenlos herunterladen.



JETZT ZUGREIFEN!

IN AKTION!
VOM 12.05. - 17.05.2014



* Calanda regional erhältlich

Eve Caipirinha.

Der Sommergeschmack. Nur für kurze Zeit.



In kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.

Mit Verantwortung
genossen.



eve
BY CARDINAL

Demnächst auf 4+

ÖSICHUCHI

DI FRISCH UND FRÜNDLICH
(HOCHSENDIG VOM VOLG)

Zur Glarner Landsgemeinde am ersten Mai-Sonntag gehört der Glarner Netzbraten. Nelly Albrecht lüftet in «Ösi Chuchi» das Geheimnis der Fleischspezialität.

Frau Albrecht, für Nicht-Glarner: Was ist ein Glarner Netzbraten?

«Ein Braten, der je zur Hälfte aus Kalbs- und Schweinsbrät besteht. Diesen stellen nur die Glarner Metzger her. Traditionell gehört (Härdöpfelstock) dazu. Man isst ihn wie die Kalberwurst an der Glarner Landsgemeinde.»

Sie stellen das Gericht in «Ösi Chuchi» vor. Verraten Sie uns vorab einen Zubereitungstipp?

«Man muss aufpassen, dass man den Braten nicht kaputt macht. Daher sollte man ihn sehr vorsichtig wenden.»

Sie kochen oft und haben auch gern Gäste. Woher nehmen Sie die Ideen für Ihre Gerichte?

«Ich besitze zahlreiche Kochbücher und schaue mir oft Kochsendungen an. Auch von meinen vielen Reisen bringe ich immer wieder eine Idee mit.»

Welche Rolle spielt der Volg Hätzingen in Ihrem Alltag?

«Eine grosse. Ich bin täglich in unserem Dorfladen, weil sich mein Postfach dort befindet. Dann kaufe ich jeweils gleich ein. Und wenn ich von meinen Reisen zurückkehre, ist der Volg ein Stück Heimat für mich.»

Was schätzen Sie besonders am Volg-Angebot?

«Für meine selbst gemachten Konfitüren verwende ich nur die Früchte aus dem Volg. Ich erhalte immer einwandfreie Ware. Das Weinsortiment gefällt mir ebenfalls sehr gut.»



Nelly Albrecht kocht:
Glarner Netzbraten

Für 4 Personen:

1 kg **Netzbraten** rundum mit **Öl** bepinseln. Braten mit 1 geviertelten **Zwiebel** und 1 gevierteltem **Rüebli** in eine Kasserolle geben, im auf 180 °C vorgeheizten Ofen ca. 75 Min. backen, dabei gelegentlich vorsichtig wenden. 1 TL **Mehl** mit 1 dl **Weisswein** und 1 dl Wasser anrühren, mit 4–6 EL **Rahm** und 1 TL **Bratensauce** zum Braten geben, bis zur gewünschten Dicke einkochen. Mit **Salz, Pfeffer, Muskatnuss** und **Streuwürzen** abschmecken. Braten in Tranchen schneiden und schuppenartig auf einer Platte anrichten.

Zubereitung: 90 Min.

Tipp: Dazu passen Kartoffelstock sowie in Butter geschwenkte Rüebli und Kefen.

Nelly Albrecht (70) aus Luchsingen (GL) schätzt das frische Obst und Gemüse wie Rüebli aus dem Volg.

Gutes aus Glarus im Netz

«Ösi Chuchi» auf 4+

Erstausstrahlung:
Sonntag, 4. Mai, um 17.30 Uhr

Wiederholungen:
Ab 11. Mai jeweils am Sonntag um 17.30 Uhr.
Oder jederzeit im Internet unter
www.ösiichuchi.ch

Alle Sendungen auch auf **Tele Top**
und **Tele Südostschweiz**

Die Sendung aus Hätzingen (GL) läuft am:



Erstausstrahlung Mo, 12.5., um 17.30 Uhr. Wiederholungen jeden Do, Fr und Mo, jeweils 17.30 – 17.40 Uhr.



Erstausstrahlung Fr, 23.5., um 18.20 Uhr. Die Sendung wird regelmässig wiederholt.



Wer die Fussball-Weltmeisterschaften in Brasilien ab 12. Juni von der Schweiz aus mitverfolgt, hat gute Karten: Wegen der Zeitverschiebung wird kein Spiel vor 18 Uhr angepfiffen. Einen ganzen Monat lang steht geselligen Fussballabenden also nichts im Weg. Ein besonders gutes Timing hat die Schweizer Nationalmannschaft erwischt: Zwei von drei Vorrunden-Spielen fallen auf ein Wochenende. Da heisst es jetzt schon: Freunde einladen und sich auf ein ausgelassenes Fussball-Fest freuen. Für gute Fan-Laune sorgen «foodballerische» Köstlichkeiten. Und für diese müssen Sie nicht einmal lange durch die Küche dribbeln. Im Handumdrehen werden aus den Volg WM-Fleischspezialitäten «Steak-Corner», «Champion-Würstli», «Salvador-Spiessli mit Dip-Suisse» oder ein «Megaspieß Einmeter».

Im Dorfladen am Ball

Wie es sich für einen Fussballer gehört, läuft man sich erst einmal warm, bevor es ernst gilt. Deshalb nichts wie ran an den Grill und ausprobieren, wie die nach brasilianischen Städten benannten Fleischspezialitäten aus dem Volg schmecken. Sie sind erst der Anpfiff zu diversen WM-Aktivitäten im Dorfladen. «Fussballlegenden» wie Panini-Bilder und -Alben fehlen natürlich nicht. Und wie es auf dem Feld Sieger gibt, können auch Volg-Kundinnen und -Kunden etwas gewinnen. Wie Sie sich den Sieg erspielen und welche weiteren weltmeisterlichen Spielzüge Ihr Dorfladen auf Lager hat, wird jedoch erst im nächsten «Öise Lade» verraten.

ÖISE LADE TIPP

Die Vorbereitungen auf die Fussball-WM laufen heiss – auch im Dorfladen. Im Volg finden Sie zur Einstimmung Feines für weltmeisterlichen Genuss.



Megaspieß «Einmeter»
Auf dem Rasen gibt's Elfmeter, zuhause «Einmeter». Den Megaspieß «Fortaleza» im Baguettebrot mit Salatblättern und einer Fertigsauce anrichten.



Champion-Würstli
Ein Snack für Champions: Würste vom Grillmix Alegria mit frischen Champignons auf einen Spieß stecken und grillieren.

Die Spiele der Schweiz

Die Schweizer Nationalmannschaft ist der Gruppe E (Schweiz, Frankreich, Ecuador, Honduras) zugeteilt und spielt in der Vorrunde wie folgt:

Datum	Anpfiff Schweizer Zeit	Spiel	Ort
So, 15. Juni	18 Uhr	Schweiz-Ecuador	Brasilia
Fr, 20. Juni	21 Uhr	Schweiz-Frankreich	Salvador
Mi, 25. Juni	22 Uhr	Honduras-Schweiz	Manaus



Grillmix Alegria



Rindshohrückensteak São Paulo

**Steak-Corner**

Ecke zum Essen: Scheiben vom Rindshohrückensteak São Paulo mit Salatgurken- und Cherrytomatenscheiben zwischen zwei Toastdreiecken anrichten.



Megapiess «Fortaleza»



Die «Foodballparty» wird richtig gut

**Salvador-Spiessli mit «Dip Suisse»**

Brasilien-Schweiz 1:1. Die Salvador-Spiessli erhalten beim Eintauchen in den Dip aus Ketchup ein rot-weisses «Nati»-Trikot.



Salvador-Spiessli



Wir halten den Regionen die Stange!

Ein Bier von hier. Volg bietet Ihnen ein frisches Sortiment an regionalen Bieren – jedes davon mit seinem ganz unverwechselbaren Charakter. Warum also in die Ferne schweifen, wenn einheimische Braukunst so hervorragend und variantenreich schmeckt.

Im Volg. Ist doch naheliegend.

Nicht jedes Bier ist in jeder Verkaufsstelle erhältlich.

Volg
frisch und fründlich

mehr zum thema

Gigantischer Grillspass

Ein zünftiges Steak für echte Kerle, ein elegantes Menü für die Damen, ein lustiger Dreikäsekoch für die Kids: Jede gesellige Runde erhält Passendes vom Grillrost.



Mannomann!
Er grilliert

Grillieren ist grossartig! Darum freut man sich auf die ersten warmen Tage und lauen Abende immer besonders. Ob sich die Jungs mit Riesenkohldampf ums Feuer scharen, der Frauenabend mit Stil am Grill stattfindet oder die Kids und ihre Gspäni durch den Garten toben – für jede Grill-Gesellschaft gibt es gigantische Köstlichkeiten vom Rost. Dabei kommen grosse Stücke auf den Grill – andererseits wird durch Füllen, raffiniertes Marinieren oder kreatives Kombinieren riesig viel aus einem «gewöhnlichen» Stück Fleisch, Fisch oder Käse herausgeholt. Und grilliert die ganze Familie gemeinsam, pickt sich jeder einfach heraus, was ihm am besten schmeckt. Wir wünschen gut Glut!



Sie grilliert
Frau am
Feuer



Kinder, Kinder
Miär grilliered

ÖISE LADE TIPP

Viel Fleisch am Knochen hat auch der neue Volg-Kochkurs. Was Sie Grossartiges erwarten dürfen, lesen Sie auf Seite 57.

Schweinsmedaillons «Cognac-Feuer»

Für 4 Personen:

1 **Schweinsfilet** in 8 gleich grosse Medaillons schneiden, mit 1 EL **Körnersenf** einreiben, etwas in Form drücken. Mit je einer von 8 **Specktranchen** umwickeln. Von 1 Bd. **Thymian** 8 Zweige nehmen, je einen um die Speck-Medaillons legen, mit Küchenschnur fixieren, mit 1 EL **Erdnussöl** bepinseln. Restliche Thymianblätter fein hacken, mit 1 gehackten **Zwiebel** und 4 EL von 1 dl **Cognac** zu 100 g weicher **Butter** geben, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken, gut vermischen. Zu einer Stange formen und 45 Min. tiefkühlen. Medaillons auf starkem Feuer beidseitig angrillieren, Hitze etwas reduzieren, mit restlichem Cognac übergiessen, Cognac entflammen, vom Feuer nehmen, kurz abstehen lassen, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen, servieren.

Tipp: Medaillons auf einem halbierten, mit einem Salatblatt belegten Bürli servieren.



Mannomann! Grosses vom Grill

Steaksandwich

Für 1 Stück:

2 **Rindsentrecôtes** trocken tupfen, 1 EL **Meersalz** und 1 TL **schwarze Pfefferkörner** im Mörser grob zerdrücken, mit 1 EL **Erdnussöl** mischen. Fleisch damit marinieren, grillieren, 5 Min. abstehen lassen. 1 langes **Brot** längs aufschneiden, untere Hälfte mit 80 g gewaschenem **Rucola** belegen. 100 g **Kaltbach der Extra-Würzige** mit dem Sparschäler in Streifen schneiden, auf dem Rucola verteilen. Steaks schräg tranchieren, auf den Käse legen. 180 g **Sauerrahm** mit 2 gehackten **Knoblauchzehen** und ½ EL **Zitronensaft** vermischen, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen, über dem Fleisch verteilen, mit der oberen Brothälfte bedecken und in Stücke schneiden.

Tipp: als Häppchen für 4 Personen servieren; als Hauptgang für 2 Personen. Kaltbach der Extra-Würzige durch Appenzeller surchoix ersetzen.



Wenn sich echte Kerle zum Grillieren treffen, dann ist der Kohldampf, Mannomann!, riesig. Und während am Fernseher das Fussballspiel läuft und die elf Mann der favorisierten Mannschaft versuchen, den Sieg zu erdribbeln, ist der «zwölfte Mann» im Garten der Grill. Er sorgt dafür, dass kalorienverbrennende Aufreger wegen verpasster «100-Prozentigen» wieder durch genügend Fleisch ausgeglichen werden.

Was grosses Grillgut braucht

Entscheidet sich der Grill-Chef für grosse Stücke, gerät dabei garantiert keiner seiner Kumpels hungrig ins Offside. Das Kingsize-Grillgut schlechthin ist der Braten, zum Beispiel in Form eines schönen Stücks Schweinshals. Derart gigantische Grillstücke brauchen ihre Zeit. Bereits das Marinieren erfolgt am besten über Nacht. Am Tag des Grillfests sollte das Fleisch eine Stunde vorher aus dem Kühlschrank genommen werden. Auch die Wahl des Brennmaterials spielt eine Rolle: Für grösseres Grillgut oder solches mit langen Garzeiten sind Briketts die richtige Wahl. Viele Grillmeister schwören bei grossen Fleischstücken zudem auf das indirekte Grillieren. Dabei werden die glühenden Kohlen nach dem Angrillieren über der Glut nach rechts und links im Grill geschoben; Rost drauf und das Grillgut in die Mitte legen. Danach wird der Grilldeckel aufgesetzt. So kann die Hitze wie in einem Umluftbackofen gleichmässig zirkulieren. Das Fleisch wird schonend durchgegart, ist aussen knusprig und innen saftig.



Schweinshals mit Whisky-Marinade

1 kg **Schweinshals** mit Küchenschnur binden, 2 EL **Honig** leicht erwärmen, mit 0,5 dl **Whisky** und Saft von 1 **Limette** vermischen. Braten in eine Schale geben, kräftig mit der Whisky-Marinade einreiben, 3–4 Std. bei Zimmertemperatur marinieren. Braten aus der Schale nehmen, Marinade abstreifen und in einer Schüssel auffangen, kräftig mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Über starker Glut rundum anbraten, Hitze reduzieren, von Zeit zu Zeit mit Marinade bepinseln, unter mehrfachem Wenden ca. 1 Std. grillieren, bis eine Kerntemperatur von 60 °C erreicht ist. Braten 5 Min. ruhen lassen, anschliessend tranchieren.

Tipp: mit Baked Potatoes und Speck-Sour-Creme servieren. Statt Schweinshals Schweinshalssteaks verwenden; die Grillzeit verringert sich entsprechend.

Für den Cowboy am Grill

Mit den im BBQ personalisierbaren Brandeisen enthaltenen 55 Wechselbuchstaben und 8 Leerzeichen lassen sich auf zwei Zeilen beliebige Botschaften setzen, die man ins Grillgut brennen kann. Das kann der eigene Name oder ein witziger Spruch sein. Begriff setzen, mit den Klammern fixieren, in der Glut oder mit dem Bunsenbrenner gut einheizen, das Fleisch brandmarken und grillieren. Erhältlich z.B. bei www.geschenkidee.ch für Fr. 29.90.





Apero vom Feuer: «Falsche Schnecken», mit Café de Paris gefüllte Champignons, vom Grill. Das Rezept dazu finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch.

Fisch-Baguettes

ÖISE
LADE
TIPP

Für 4 Personen:

2 Frischback-Baguettes gemäss Packung backen, auskühlen lassen. 120 g geräucherte Forellenfilets, 100 g Rauchlachs und 250 g Dorschfilets in kleine Würfel schneiden, in eine Schüssel geben. 1 Eiweiss leicht anschlagen, unter die Fische heben, 1 TL gehackten Dill dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Fischmasse 4 Burger formen, in Küchenfolie wickeln. Wasser in einem Topf zum Sieden bringen, Fischburger mitsamt Folie darin 5 Min. pochieren. Folie entfernen, Burger in 4 EL Paniermehl wenden und beidseitig grillieren. 150 g Quark mit 1 Stk. geriebenem Ingwer, 1 Bd. grob gehacktem Koriander, 1 EL Limettensaft und 1 TL Sojasauce verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Baguettes halbieren, jede Hälfte längs aufschneiden, untere Hälften mit 4 in Streifen geschnittenen Blättern Lattich belegen, je einen Fischburger darauflegen, etwas Quark-Sauce darüber verteilen und servieren.

Tipp: statt geräucherte Forelle Rauchlachs verwenden.



Frau am Feuer in Höchstform

Für die Grillmeisterin mit Stil

Wenn Frau ein passendes Outfit hat, freut sie sich auf alles doppelt. Das gilt auch für das Grillieren. Einmalig ausgestattet ist man mit einer individuellen Grillschürze. In lokalen oder digitalen Copy-Shops können Kochschürzen mit Text und Motiven nach Wahl bedruckt werden.



Gefüllte Pouletbrust

Für 4 Personen:

4 **Pouletbrüste** ein-, aber nicht durchschneiden (Schmetterlings-Schnitt), aufklappen, in einen Frischhaltebeutel geben und mit dem Pfannenboden flach ausklopfen. Je 2 Fleischstücke auf eine gefettete und mit **Salz** und **Pfeffer** bestreute Alufolie legen. 200 g **Kräuterfrischkäse** mit 3 Scheiben entrindetem, im Cutter zerkleinertem **Toastbrot** und 10 fein gewürfelte **Dörraprikosen** vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Füllung auf die Poulets streichen, dabei einen kleinen Rand stehen lassen, mit Hilfe der Alufolie satt einrollen, mit einer Gabel rundum einstechen, ca. 45 Min. grillieren. Ca. 5 Min. abstehen lassen, auspacken und tranchieren.



Grill-Gemüse

Für 4 Personen:

2 Bd. **Frühlingszwiebeln** mitsamt schönem Grün fein hacken, in eine grosse Schüssel geben. ½ Bd. grüne, geschälte und in Stücke geschnittene **Spargeln**, 1 in kleine Würfel geschnittene **Zucchetti**, 1 Bd. halbierte **Radiesli** und 150 g **Datteltomaten** dazugeben. 2 EL **Olivnöl** mit 1 EL flüssiger **Butter** vermischen, dazugeben, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen, alles gut vermischen. Gemüse auf einer Aluschale oder in einer Gratinform grillieren, sodass es noch leicht Biss hat.



Süsser Abschluss: Piña Colada vom Grill. Das Rezept dazu finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch.

Weltmeisterlich gut!

Als würziger Vorgeschmack auf die Fussball-Weltmeisterschaft in Brasilien sind im Volg ab sofort nach brasilianischen Städten benannte Grill-Neuheiten im Sortiment: der **Megaspiess Fortaleza**, das **Rindshohrückensteak São Paulo**, der **Grillmix Alegria** und die **Salvador Spiessli**. Hopp Schwiz und Bom appetite!



Die Rollen sind beim Grillieren in den meisten Familien klipp und klar verteilt: Er steht am Feuer, dreht und wendet Steaks und Würstli; sie erledigt das ganze Drumherum – von den Beilagen bis zum Tischdecken. Höchste Zeit, den (Grill-) Spiess einmal umzudrehen! Und ist Frauenabend angesagt, ist ohnehin «sie» die Frau am Feuer.

Von Glut und Asche

Mit ein paar Grill-Basics besteht sogar die Anfängerin die Feuerprobe mit Bravour. Das Zauberwort lautet «Geduld». Denn die Glut ist erst gut, wenn sie gleichmässig durchgeglüht und mit einer weissen Ascheschicht überzogen ist. Dann heisst es nochmals abwarten und Eistee trinken: Das Grillgut darf erst auf den Rost, wenn er heiss ist. Damit auch das Fleisch nicht «verdurstet», zum Wenden eine Zange nehmen, da beim Einstechen mit der Gabel schmackhafter Fleischsaft verloren geht. Und was grilliert die Frau mit Stil? Sie macht es wie in der Küche und zaubert gleich ein ganzes Menü vom Feuer auf die Teller. Gefüllte Champignons zum Apero, raffinierte Pouletbrüstli oder exotische Fischburger mit buntem Saison Gemüse zum Hauptgang, ein fruchtiges Dessert – und zwischendurch heisse Neuigkeiten austauschen: das ist doch eine perfekte Ladies' Night!

**ÖISE
LADE
TIPP**

Anrichteideen für Ihre Fussballparty mit den Volg WM-Grillspezialitäten finden Sie auf Seite 30.

DER VERRÜCKTE **m-BALL** IST ZURÜCK!



* Code aus der Verpackung eingeben auf m-ms.ch.
Mehr Infos und Gratisteilnahme auf m-ms.ch. Kein Kaufzwang.



- jeder will sie haben.

MEHR ZUM THEMA: GIGANTISCHER GRILLSPASS

Kinder wollen lieber Würstli als Entrecôte und Ketchup statt Kräuterbutter. Punkten kann man als Grilleur bei den Kleinen auch, wenn etwas einfach lustig und lässig aussieht. Würstli stehen bei den Boys und Girls grundsätzlich hoch im Kurs. Mit Hackfleisch zu einem «Wurst-Chrötli» verarbeitet oder mit einem Galakäslì zum «Dreikäsehoch» gespiesst, gewinnt das Würstli doppelt an Genuss. Mit einer einfachen Wurst macht man kleine und grosse Geniesser glücklich – und sich selbst am Grill obendrein: Würste benötigen keine Marinade, sind schnell grilliert und preisgünstig. Das wohl unkomplizierteste Grillgut trumpft mit umso mehr Vielfalt auf: Von pikanten Argentinos über Cervelas bis zu saftigen Speck-Cipollatas gibt es etwas für jeden Grillwurst-Gusto.

Dreikäsehoch

Für 4 Stück:

4 **Galakäslì** erst in 2 EL **Mehl**, dann in 1 verquirltem **Ei** und abschliessend in 4 EL **Paniermehl** wenden. Auf dem Grill kurz grillieren. In 4 fertig zubereitete **Folienkartoffeln** je 1 **Holzspieß** stecken. 2 grillierte **Schweinswürstli** halbieren, je eine Hälfte auf jeden Spieß stecken, je eine von 4 **Cherrytomaten** aufspießen, abschliessend den grillierten Galakäse aufstecken, servieren.



Wurst-Chrötli

Für 1 Stück:

Auf einem Backpapier aus 8 **Specktranchen** einen «Teppich» flechten. 150 g **Rindhackfleisch** mit **Fleischwürzmischung** würzen, zu einem «Tätschli» zusammenfügen, in die Mitte des Speck-Teppichs legen. 3 halbierte **Schweinswürstli** als 4 Füsse, je 1 Kopf und Schwanz ins Hackfleisch stecken. Speck hochklappen, gut andrücken, ca. 20 Min. grillieren.



Kinder, Kinder
Miär grilliered

Für verspielte Indianer

Während Mami grilliert, vertreibt das Gotti den Kids am Geburtstagsfest im Garten die Wartezeit mit verschiedenen Spielen. Für jede absolvierte Aufgabe dürfen sich die Kinder eine orange, gelbe oder rote Feder aussuchen und in den aus Wellkarton geschnittenen Ring stecken. Ist das Mahl vom Grill fertig, sitzt eine hungrige Schar Indianer mit feurigem Kopfschmuck am Tisch.



Marshmallow-Spässe

Für 4 Stück:

1 Pack **Marshmallows** und 100 g rote **kandierte Kirschen** abwechselungsweise auf 4 **Grillspässe** stecken, auf dem Grill rundum etwas anrösten, warm servieren.

WEISSERE ZÄHNE SCHÖNERES LÄCHELN



www.mentos.ch

facebook.com/mentos 

 **GOURMET**

**GOURMET
in Aktion**



Goldiges
Angebot*
3 für 2



*solange Vorrat

Gültig vom 19 Mai bis zum 25 Mai 2014, solange Vorrat

 **PURINA**
Your Pet, Our Passion.

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

Marinieren, grillieren geniessen



Der Barista für zu Hause: Der Kaffeevollautomat Melitta Caffeo Barista macht Kaffee wie ein Profi.

Ein guter Kaffee ist der krönende Abschluss jedes Anlasses. Das gilt auch fürs Grillfest. Doch bevor es soweit ist, geht es um die Wurst und andere gute Dinge, die sich über dem Feuer zubereiten lassen. Praktische Helfer sind die Toppits Zipper Allzweck-Beutel. Fleisch hineingeben, Marinade dazugossen, den Beutel mit dem Reissverschluss dicht verschliessen und alles gut drehen und wenden. So erhält das Grillgut Raffinesse, ohne dass sich auch nur der kleinste Klecks Marinade an den Fingern befindet. Bequem und sicher transportiert man auf diese Weise alles zum Grill oder zur Feuerstelle im Freien.

Für mehr Geschmack

Ein weiterer Griff in den Küchenschrank und man hat den zweiten verlässlichen Helfer zur Hand: Die extra reissfeste und formstabile Alufolie von Toppits schützt auf dem Grillrost vor dem Verbrennen und hält Lebensmittel im Kühlschrank ohne Geschmackverlust frisch. Sauberkeit gibt auch mit ihr den Ton an. Der Rost bleibt rein; das mühsame Reinigen entfällt. Auf so viel Komfort nun aber einen frisch gebrühten Kaffee! Mit etwas Glück kommt dieser bald schon aus der Melitta Caffeo Barista. Ein Kaffeevollautomat, der Kaffee zubereitet wie ein professioneller Barista.

Eine gelungene Grillparty beginnt bei der guten Vorbereitung. Dabei kann man auf die Hilfe von Toppits Alufolie und Zipper Allzweck-Beutel zählen.



Das Küchen-Duo für die Grillsaison: die hitzebeständige Alufolie und die Allzweck-Beutel mit Reissverschluss von Toppits.



WETTBEWERB

Was zeichnet die Toppits Zipper Allzweckbeutel aus?

- A: der Druckverschluss
B: der Klettverschluss
C: der Reissverschluss

1. Preis im Wert von Fr. 1500.–

Ein Kaffeevollautomat Melitta Caffeo Barista für echte Kaffeegourmets

2. und 3. Preis im Wert von je Fr. 1300.–

Ein Kaffeevollautomat Melitta Caffeo CI

4.–6. Preis im Wert von je Fr. 650.–

Ein kompakter Kaffeevollautomat Melitta Caffeo Solo & Perfect Milk

7.–9. Preis im Wert von je Fr. 420.–

Ein Holzkohle-Kugelgrill Weber Master-Touch



10.–14. Preis im Wert von je Fr. 150.–

Ein Grillkurs mit den Profis von Weber

→ Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 24. Mai 2014 unter

www.volg.ch/volg-magazine

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

Per SMS: Senden Sie bis

24. Mai 2014 ein SMS mit dem Keyword VOLGW und Lösungsbuchstabe an 4636, für 90 Rp./SMS.

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

Aus dem
Kräutergarten
der Schweiz



Unsere aromatischen, biologisch angebauten Kräuter gedeihen an sonnigen Berghängen in der wundervollen Natur des Schweizer Alpenraumes und werden von Bio-Bergbauern kultiviert. Premium-Sirup, traditionell hergestellt im Berner Oberland aus hocharomatischen Bio-Alpenkräutern und herrlich duftenden Blüten welche erntefrisch verarbeitet werden.

Geniessen Sie jetzt, wo die Frühlingstage wieder Einzug halten, das feine Aroma unserer Alpenkräuter und Blüten als Sirup.



www.swissalpineherbs.ch



Neu



Die 4 Sorten sind in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Neu



Saisonal im Sommer erhältlich



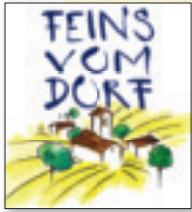
Hausgemachte Köstlichkeiten zum Brunch

Selbstgemacht schmeckt's einfach am besten! Mit Produkten von Dr. Oetker* gelingen Ihre Ideen rund ums Thema Einmachen ganz sicher – Ihr Brunch wird zu einem süssen Vergnügen! Finden Sie jetzt auch kreative Rezepte und wertvolle Tipps für einen feinen Brunch auf www.oetker.ch



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.





Feins vom Dorf

Was er für seine bunten Salate braucht, findet Bäcker Hans Kleeb im Volg. Im Volg Rohrbach (BE) wiederum freut sich die Kundenschaft über frisches Essen zum Mitnehmen.

Hans Kleeb bringt seine frisch zubereiteten Salate in den Volg Rohrbach von Ladenleiterin Elisabeth Zürcher.



Knackfrische Blattsalate, Cervelas, Tomaten, Teigwaren, Schweizer Hartkäse oder Eier: Bäcker und Konditor Hans Kleeb stellt seine Salate vollumfänglich aus Volg-Produkten zusammen. Dabei achtet er auch auf die Saison. «Manchmal kommen Spargeln, Peperoni oder Oliven dazu», erzählt er. Auch die separat abgefüllte Sauce ist ein «Volg-Kind». Von Ladenleiterin Elisabeth Zürcher, welche die «Feins vom Dorf»-Salate im Volg

Rohrbach anbietet, weiss er: Ihre Kunden mögen die Volg Familienpreis-Salatsauce am liebsten.

Früh frisch am Werk

Die Salate zum Mitnehmen vom Beck in «Huttu», wie Einheimische das Berner Dorf Huttwil bezeichnen, sind begehrt. Damit bereits die ersten Volg-Kunden beim Frisch-Convenience-Produkt zugreifen können, macht sich Hans Kleeb mit seinem Team ab 3 Uhr früh an die Arbeit. Salat rüsten, Zutaten klein schneiden und jede einzelne Kreation in der Schüssel schön arrangieren – alles geschieht in Handarbeit. Das gibt gerade jetzt in der wärmeren Jahreszeit, wo leichte Gerichte noch gefragter sind, allerhand zu tun. Kurz vor 6 Uhr macht sich Hans Kleeb dann von seiner Backstube auf ins Nachbardorf Rohrbach und bringt die Salate sowie hausgemachte Sandwichs und Desserts höchstpersönlich in den Volg.

Hausgemachte Salate aus Huttwil



Rund sechs verschiedene Salate kreiert Bäckermeister Hans Kleeb täglich frisch für den Volg Rohrbach. Die Zutaten dafür stammen aus dem Dorfladen.



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 diversen Salaten sind von der Bäckerei Kleeb auch Dessert-Kreationen wie das Schwarzwälder-Kübeli im Volg Rohrbach erhältlich. Ebenfalls im «Feins vom Dorf»-Sortiment sind die Gotthelf Znüniwurst der Familie Schlüchter, Dürrenroth, oder Sirtenrahmbutter der Dorfkäserei Ursenbach.



SEI  FFEN FÜR
ALLES M  GLICHE!



TASSIMO Caffè Crema Classico & TASSIMO Caffè Crema Intenso finden Sie jetzt neu in Ihrer Volg Verkaufsstelle*

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt ...
... mit unseren feinen Hausmarken Glace's



„Kreation Danmark“

ZUTATEN FÜR
4 PERSONEN:

- 8 Kugel Vanille Glace
- 80g Schlagrahm
- 8 Brownies
- 240g Schokoladensauce

ZUBEREITUNG:

Zwei Glacekugeln auf einen gekühlten Teller anrichten. Mit Schlagrahm und Brownies garnieren. Mit einem Teil der Schokoladensauce verzieren und die restliche Schokoladensauce dazu in einem Gläschen servieren.





Aktueller Tipp

Etwa jeder sechste Schweizer weist eine sogenannte Lactoseintoleranz auf, was heisst, dass er Milchzucker nicht verträgt. Das Problem: Ihm fehlt das Enzym Laktase, welches den Milchzucker (Lactose) spaltet. Dieser kann somit auch nicht verdaut werden. Die Lösung ist naheliegend und schmeckt erst noch wunderbar: Im Dorfladen sind diverse lactosefreie Produkte der Bio-Molkerei Biedermann im Sortiment. Nach Jogurt und Quark findet man neu auch lactosefreien Bio-Schlagrahm im Kühlregal.

Wie wird Milch lactosefrei?

Milch ist lactosefrei, wenn die Lactose in ihre zwei Einfachzucker Glucose und Galaktose gespalten wird. Für ihre lactosefreien Kuhmilchspezialitäten übernimmt die Molkerei Biedermann den ursprünglich im Körper stattfindenden Prozess. Da die beiden Einfachzucker mehr Süskraft aufweisen als Milchzucker, wird lactosefreien Produkten weniger Zucker beigefügt. Das Endprodukt hat einen Lactose-Restgehalt von weniger als 0,1 Prozent und ist daher bei Milchzuckerintoleranz vollkommen bekömmlich.

Lactosefreie Milchprodukte sind eine Spezialität der Molkerei Biedermann. Neu im Volg-Kühlregal ist der lactosefreie Bio-Schlagrahm.



Schlagrahm

luftig und lactosefrei



Quark, Jogurt und jetzt auch Schlagrahm: das Angebot im Volg an lactosefreien Milchprodukten der Bio-Molkerei Biedermann ist vielfältig.



Molkerei Biedermann AG
... das Beste aus Milch



Die Kraft der Natur

NEU
im VOLG-
Sortiment*



150 CL PET
IN AKTION
vom 12. – 17.
Mai 2014



150 CL PET
IN AKTION
vom 12. – 17.
Mai 2014



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

20 FAMILIENTICKETS FÜR DAS PAPILIORAMA IN KERZERS ZU GEWINNEN

Teilnehmen: E-Mail bis am 31.5.2014 mit Vermerk «Papiliorama»,
mit Adresse und Telefonnummer an: info@ramseier.ch



Teilnahmebedingungen: Teilnahmeschluss ist der 31.05.2014. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Mitarbeiter der Firma RAMSEIER Suisse AG sind nicht teilnahmeberechtigt. Eine Barauszahlung der Preise ist nicht möglich. Die Teilnahme an der Verlosung setzt keinen Kauf voraus. Über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Kleine phänomenale Tiere, grosse saftige Fleischstücke, tolle Schweizer Traditionen und ein Fest rund um den VOLG Wein: Bei unseren Freizeit-Ideen ist ganz schön viel los!

Gute Karten für jeden Freizeit-Typ

Die Volg Erlebnistage «Öisi Brüüch» gehen in die zweite Runde. Auf den NATURENA-Erlebnishöfen gibt es erneut ganz viel Schweizer Brauchtum zum Mittun. Alphornblasen, Fahنشwingen, sich im Jodeln versuchen oder Jassen – alles kann auf den naturnahen Höfen in geselliger Runde ausprobiert werden. Darunter befinden sich auch unbekanntere Traditionen wie Glöggeln und Löffeln; Schweizer Sagen werden erzählt und lüpfige Handörgeli-Töne erklingen. Was Sie wo erwartet, sehen Sie auf Seite 53.

Ausschwärmen und geniessen

Einem kleinen phänomenalen Wesen auf der Spur sind Sie bei unserem «activo»-Kurs. Dabei schwirren Sie mit Experten aus in die faszinierende Welt der Wildbienen. Mit

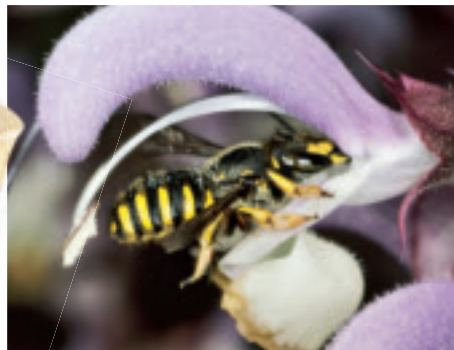
grosser Kelle respektive Fleischgabel wird im Volg-Kochkurs angerührt: Grosse Fleischstücke wie Steaks und Racks spielen im Juni die genussvolle Hauptrolle. Ein grossartiges Erlebnis ist der «Wyträff» der VOLG Weinkellereien Winterthur. Die Besichtigung der grössten Weinkellerei der Deutschschweiz mit vielen Attraktionen ist ein Fest, das Weininteressierte nicht verpassen dürfen. Wir freuen uns auf Sie!

An den Volg Erlebnistagen «Öisi Brüüch» im Seebachtal (TG) erzählt Spielkarten-Experte Ruedi Manser Spannendes über Herkunft und Geschichte der Jasskarten.



Wyträff

Fest der VOLG Weinkellereien. Seite 49



Activo-Kurs

Wildbienen entdecken. Seite 51



Kochkurs

Grossartiges für Fleischtiger. Seite 57

L'amorino verbindet das italienische Dolce Vita mit edelster Ausstattung. Der modern vinifizierte Weisswein schmeckt fruchtig, leicht und frisch, im Gaumen harmonisch-füllig. L'amorino Bianco ist der ideale Sommerwein – und ein perfektes Geschenk für besondere Gelegenheiten.

NEU



L'amorino *Bianco di Chieti IGT*



**Knusprige
Pretzel,
hauchdünn
wie Chips!**

*Gebacken,
nicht frittiert!*



NEU



Serviervorschlag

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Freizeit Wyträff

Ein Fest für die VOLG Weine

25. Mai 2014
Wyträff



Die Kellerei im Stadtteil Veltheim in Winterthur macht Eindruck: Rund 500 Behälter vom 300-Liter-Edelstahltank bis zum 72'300-Liter-«Eifamilie-hüsli» aus Beton, sorgfältig ausgerichtete Barrique-Batterien und eine neue, ausgeklügelte Abfüllanlage mit 50 Programmen für 1500 verschiedene Etiketten gibt es in den VOLG Weinkellereien Winterthur, der grössten Weinkellerei der Deutschschweiz, unter anderem zu bestaunen.

Erleben und geniessen

Am «Wyträff» der VOLG Weinkellereien kann man dies und viel mehr erleben. Trauben von 27 Rebsorten finden den Weg hierher. Von der Annahme des Rohstoffs bis zur Verkostung der edlen Tropfen begeht man an diesem Sonntag genüsslich den Weg der VOLG Weine. Dazu gibt es in der Festwirtschaft regionale Köstlichkeiten. Ein grosses Fest rund um grossartige Weine. Willkommen, wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Am 25. Mai öffnen die VOLG Weinkellereien Winterthur am «Wyträff» ihre Tore und Flaschen. Ein Erlebnis für alle Weininteressierten.



Sonntag, 25.5.14, 11 – 17 Uhr

Was: Festwirtschaft, Rundgang, Degustationen, Winzer/Produzenten vor Ort, Besichtigung der Traubenannahme, Marktstände, Musik und vieles mehr

Wo: VOLG Weinkellereien, Feldstr. 16/18, 8400 Winterthur. Eingang via Agrola Tankstelle/Pneu Egger, Wülfingerstr. 32, Bus Nr. 2 bis Haltestelle «Hinterwisli», 50 m retour laufen.

GOLDKENN
THE PRECIOUS SWISS CHOCOLATE



KÖSTLICHE SCHWEIZER SCHOKOLADE UND INTENSIVEM LIKÖR

Der zuckersüße Unterschied.

Im praktischen Spender*



Unverschämt gut!

NEU



In Zuckerform: SteviaSweet Crystal*

Zum kalorienfreien Süßen von Getränken oder zum Kochen und Backen: Das neue SteviaSweet Crystal sieht aus wie Zucker, lässt sich genauso einfach dosieren und ist erst noch doppelt so ergiebig. Probieren Sie es aus und versüßen Sie Ihren Tag ohne Kalorien. Die in SteviaSweet enthaltenen Süsstoffe Steviolglykoside werden in einem aufwändigen Verfahren aus den Blättern der Stevia-Pflanze gewonnen. SteviaSweet enthält keine unverarbeiteten Teile der Stevia-Pflanze.

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

NESCAFÉ®

Neue Rezeptur!
Ein noch cremigerer Schaum!



So gut wie im Café und ohne Kaffeemaschine

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich!

Überaus aktiv ist die fleissige Biene. Nur einer von vielen Gründen, sie bei unserem «activo»-Kurs näher kennen zu lernen.

Ausschwärmen zu den Bienen

Wer an die Biene denkt, riecht ihn förmlich, den süssen Honig auf dem Sonntagszopf ... Nebst der Honigbiene schwirren aber auch andere fleissige Bienchen durch die Lüfte und leisten einen unschätzbaren Beitrag an die Natur. Wild- und Honigbienen sorgen durch das Bestäuben von Blüten für ein buntes Landschaftsbild, den Erhalt der Biodiversität und dafür, dass Pflanzen später Früchte tragen.

Unterwegs mit Experten

Welche herausragende Rolle die faszinierende Tierart in der Natur einnimmt, erfahren Sie an unserem «activo»-Kurs. Mit ausgewiesenen Experten begeben Sie sich im Botanischen Garten Zürich, Basel oder Bern sowie auf dem «Erlebnisweg Honigbienen» zwischen dem Dorfkern von Rehetobel/AR und Moosbach auf die Spuren der Bienen und lernen die kleinen, phänomenalen Wesen von verschiedensten Seiten kennen. Und das alles in guter Gesellschaft inmitten der schönen Natur.



Foto: ETH Bibliothek-Zürich, Bildarchiv, Albert Krelo

Kosten: Fr. 85.– pro Person inkl. Getränke und Kursunterlagen

Sa, 31.5.14, 13–17 Uhr

Ort: 8008 Zürich, Botanischer Garten, Zollikerstrasse 107, Treffpunkt: Eingang

Kursleitung: Dr. Claudio Sedivy, Wildbiene + Partner

Durchführung: nur bei schönem (nicht regnerischem) Wetter

Sa, 14.6.14, 13–17 Uhr

Ort: 4056 Basel, Botanischer Garten, Schönbeinstrasse 6, Treffpunkt: Haupteingang

Kursleitung: Dr. Claudio Sedivy, Wildbiene + Partner

Durchführung: nur bei schönem (nicht regnerischem) Wetter

Sa, 14.6.14, 13.30–17.30 Uhr

Ort: 9038 Rehetobel, Erlebnisweg Honigbienen. Treffpunkt: Rehetobel Post

Kursleitung: Emanuel Hörler, WWF Regiobüro AR/Al-SG-TG

Durchführung: nur bei schönem (nicht regnerischem) Wetter

Kleidung: der Witterung angepasste Kleidung, gutes Schuhwerk

Sa, 21.6.14, 13–17 Uhr

Ort: 3013 Bern, Botanischer Garten, Altenbergrain 21, Treffpunkt: Haupteingang

Kursleitung: Dr. Claudio Sedivy, Wildbiene + Partner

Durchführung: nur bei schönem (nicht regnerischem) Wetter

Anmeldungen für die Kurse «Wildbienen»

- Ja, ich/wir reserviere/n _____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Wildbienen» in Zürich.
- Ja, ich/wir reserviere/n _____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Wildbienen» in Basel.
- Ja, ich/wir reserviere/n _____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Wildbienen» in Rehetobel/AR.
- Ja, ich/wir reserviere/n _____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Wildbienen» in Bern.

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

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

Anmeldeschluss: 28. Mai 2014



Mich 😊❤️

»» GIBT'S NEU ««

IM KÜHLREGAL!

.....



FÜR BESSERES.

Neue,
VERBESSERTE
REZEPTUR!



hilcona

Alplermakronen

mit Speckstreifen, zarten Kartoffeln
und würziger Rahmsauce

FÜR BESSERES





Die Volg Erlebnistage *im Sommer*

Fahnschwinger, Alphornblasen, Jodeln und gut Kirschen essen: Auch bei den Volg Erlebnistagen im Sommer dreht sich alles ums Schweizer Brauchtum.



«Öisi Brüüch»

Von Jassen bis Glöggeln

Infos für alle Volg Erlebnistage

Programmzeit: 9–15.30 Uhr

Anzahl Teilnehmende: Max. 50 Personen ab 13 Jahren

Durchführung: Die Anlässe finden bei jeder Witterung und teilweise im Freien statt

Kleidung: Dem Programm angepasst (Regenbekleidung), gutes Schuhwerk

Kosten: Fr. 50.– pro Person, Mittagessen und alkoholfreie Getränke inklusive

Kinderbetreuung: Für Kinder ab 5 bis 12 Jahre, die in Begleitung Erwachsener kommen, gibt es ein separates Betreuungsangebot. Kosten Fr. 20.– pro Kind und Tag, Mittagessen und Getränke inklusive. Die Platzzahl ist begrenzt; bitte bei der Anmeldung das Alter der zu betreuenden Kinder angeben.

Weitere Informationen unter www.naturena.ch und im NATURENA-Veranstaltungsprogramm 2014, erhältlich in allen Volg-Läden.



Fricktal:
Chrisifäscht

Samstag, 28. Juni 2014

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

Programm: Mit der Bauernfamilie Schmid begeben Sie sich in die **Kirschen**, erfahren alles vom **Anbau bis zur Verarbeitung** der süssen Früchte und stellen nach uraltem Rezept eine Konfitüre her. Die Profis der Nordwestschweizerischen Alphorn- und Fahnschwingervereingung zeigen Tricks und Kniffe beim **Alphornblasen** und **Fahnschwinger**. Auf

den Nebenschauplätzen präsentiert Künstlerin Lila Schaad, wie Kirschenmotive und Rosen auf **Porzellan** gemalt werden, und **Korbmacher** Werner Turtschi lässt sich beim Flechten eines Kirschenkorbes über die Schultern blicken.

Anmeldeschluss: 5. Juni 2014



Seebachtal:
Jassturnier

Samstag, 12. Juli 2014

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

Programm: In der Schweiz wird seit Jahrhunderten gejasst. Am 12. Juli lassen wir diese Tradition auch auf dem Hof der Familie Jäger aufleben. Gespielt wird ein **Schieber** – einfach, ohne Wyys – die Spielleitung übernimmt Köbi Früh. Kein Turnier ohne Preise – an diesem Tag können Erzeugnisse vom Bauernhof gewonnen werden.

Spielkarten-Experte Ruedi Manser erzählt Spannendes über Herkunft und Geschichte der Spielkarten. In der Musigstube lernen Sie unter Leitung von Franz das **Löffeln und Glöggeln**, begleitet von Heini Bertschi auf dem **Handörgeli**.

Anmeldeschluss: 15. Juni 2014



Werdenberg:
Zwei, die zusammengehören

Samstag, 14. Juni 2014

Ort: Volg Erlebnishof, Karmaad, 9473 Gams

Programm: Diese beiden Schweizer Ur-Traditionen muss man einfach zusammen ausüben, **Alphornblasen** und **Fahnschwinger**. Was liegt Ihnen eher? Finden Sie es mit Experten des Nordostschweizerischen Jodlerverbandes heraus. Beim Schweizer Nationalsport, dem **Schwinger**, lernen Sie vom Schwingklub Mels wirkungs-

volle Schwünge und Griffe kennen. Einblicke in traditionelles Handwerk vermittelt die Handstickerin Verena Schiegg mit **Appenzeller Stickereien**, und Josef Looser demonstriert alte **Holzschneider-Traditionen**.

Anmeldeschluss: 1. Juni 2014



Zugerland: strohflechtereien & Jodeln mit Silvia Rymann

Samstag, 21. Juni 2014

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

Programm: Die Jodlerin Silvia Rymann ist die Tochter des unvergessenen Ruedi Rymann («Schacher Seppli»). Sie wird unseren **Jodel-Workshop** leiten und Ihnen die urchige Zungenakrobatik lehren. Mit der **Strohflechterin** Claudia Künzi gestalten Sie einen traditionellen, blumigen Sommerschmuck. Die Sagen- und Märchen-

erzählerin Gisela Eng erzählt **Schweizer Sagen**, und passend dazu verarbeitet Handspinnerin Sonja Weichelt Wolle am **Spinnrad**.

Anmeldeschluss: 31. Mai 2014

Anmeldung für Volg Erlebnistage «Öisi Brüüch»

Internet: 1. www.naturena.ch

2. Rubrik «Öisi Brüüch»

Telefon: 058 433 55 35, Mo bis Fr, 8–12 und 13–17 Uhr

Adresse: Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Öisi Brüüch», 8404 Winterthur

Rosière

Sag: Merci!

*Genuss, der den
Muttertag verschönert*

Mit einem Glas Rosière in der Hand kann man sich von den ebenso kräftigen wie leicht trinkbaren, lieblichen, süffigen Tropfen verzaubern lassen, kann eine Auszeit von der Hektik und vom Stress des Lebens nehmen und den entspannenden Duft und die weichen Aromen genießen.



Rosé in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich

villiger

THE WORLD OF CIGAR
ESTABLISHED 1888 IN SWITZERLAND



Original
Krumme & Junior

Original wie das Leben

Produkte in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Freizeit *Die Volg Erlebnishöfe im Juni*

**Neue Wege, neuer Look, neuer Lichtblick:
Bei den NATURENA-Kursen wird einiges
verwandelt, gepflastert und verlegt.**

Mit Stein, Stuhl und Laterne



Fricktal:
Garten- und Tischlaterne

- ① Sa, 14.06.14, 8.30–13 Uhr*
② Sa, 14.06.14, 13.30–18 Uhr*

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof,
5064 Wittnau

Programm: Wenn die Abende lauer werden und nach draussen locken, dann erobern stimmungsvolle Laternen Gärten und Terrassen. In diesem Workshop verwandeln Sie mittels Sandstrahlen zwei einfache Laternen in kunstvolle Unikate; es stehen verschiedene Vorlagen und Techniken zur Auswahl. Durch das Bearbeiten mit Sand entstehen oberflächliche Mattierungen im Glas und bringen so die von Ihnen gewählten Motive zum Vorschein.

Teilnehmer: 20 Personen ab 14 Jahren

Kleidung: Warme, der Witterung angepasste Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer gedeckten Remise statt

Leitung: Ruth Meier, Auw,
www.glas-inspirations.ch

Preis: Fr. 190.– pro Person, Mahlzeit und Getränke sowie das Material im Wert von Fr. 120.– für 2 Laternen inklusive

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



Seebachtal:
Verlegen von Natursteinplatten

- ① Fr, 13.06.14, 8–17 Uhr
② Sa, 14.06.14, 8–17 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof,
8536 Hüttwilen

Programm: Natursteinböden machen einen besonders edlen Eindruck und fügen sich wunderbar in jede Umgebung ein. Sie lernen, wie ein Natursteinplattenbelag in ungebundener Bauweise erstellt wird, um eine harmonische Platzgestaltung zu realisieren, und erfahren die Grundregeln des Unterbaus. Ihre Kenntnisse können Sie gleich in der Praxis anwenden, indem Sie unter Anleitung eines Naturstein-Profis auch selber einige Steinplatten versetzen.

Teilnehmer: 12 Personen ab 18 Jahren

Kleidung: Warme, der Witterung angepasste Arbeitskleidung und gutes Schuhwerk, der Kurs findet teilweise draussen statt

Leitung: Urs Lippert, Evilard,
www.stoneworks.ch

Preis: Fr. 290.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie Material für die praktischen Übungsbeispiele inklusive



Werdenberg:
Möbel restaurieren

- ① Fr/Sa, 20./21.06.14,
10–18 Uhr
② Mo/Di, 23./24.06.14,
10–18 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Karmaad,
9473 Gams

Programm: Haben Sie ein Möbelstück, dem Sie gerne neuen Glanz verleihen möchten? Dann sind Sie in diesem Workshop richtig. Spezialisten zeigen Ihnen anhand eines Stuhls (z.B. Horgen-Glarus), wie Sie ein Möbel zerlegen und in verschiedenen Arbeitsschritten vom Verleimen über Kitteln, Abbeizen, Schleifen bis zum Bemalen ein Schmuckstück herausarbeiten. Der fertige Stuhl gehört Ihnen, und Sie können ihn mitnehmen.

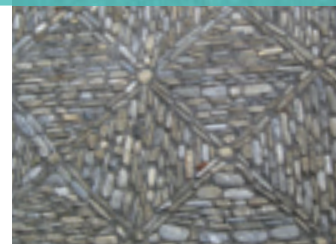
Teilnehmer: 10 Personen ab 18 Jahren

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

Mitbringen: Acryl-Farbe nach Wunsch, Pinsel und Roller, Malbecken, Kohlenfiltermaske (sofern vorhanden), Brennsprit, Schutzbrille, Küchenschwamm, Gummihandschuhe, Schleifpapier 120

Leitung: Maria Helena Wassenberg,
Chur, www.moebelrestorationen-wassenberg.ch; Silvio Cazorzi,
St. Gallen, www.retrovare.ch

Preis: Fr. 360.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material und Ihr restaurierter Stuhl inklusive



Zugerland:
Mosaikpflasterung

- ① Fr, 06.06.14, 8–17 Uhr
② Sa, 07.06.14, 8–17 Uhr

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

Programm: Bei der Mosaikpflasterung kommt die Schönheit von Natursteinen in verschiedenen Grössen und Farben besonders zur Geltung. Unter Anleitung eines Fachmanns lernen Sie die richtige Technik, wie Sie mit den individuellen Steinen eine Mosaikpflasterung mit aparten Mustern oder Ornamenten herstellen können. Ihr Werkstück können Sie in einem Rahmen mit nach Hause nehmen und nachträglich an einem geeigneten Platz in den Boden versetzen.

Teilnehmer: 14 Personen ab 12 Jahren

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

Leitung: Urs Lippert, Evilard,
www.stoneworks.ch

Preis: Fr. 230.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihr Werkstück 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. Mai 2014

Ab sofort gibt es willkommene Abwechslung im Snackregal!



Natürlich
und frisch!



Lust auf den echten
Geschmack?

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

Holzofen Wild & Ruch
Holzofen Mehrkornbrot
Holzofen Huusbrot

In kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.

www.fredys.ch

fredy's
THE FINE ART OF BREAD

VORSCHAU

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

KOCHEN IST MÄNNERSACHE

«Yes, man can!» lautet das Motto dieses Kochkurses. Für einmal ist Kochen reine Männersache. In geselliger Männerrunde zaubern Sie als «Mann-schaft» ein unkompliziertes Feinschmecker-Menü von Vorspeise bis Dessert. Dabei wird Mann unter anderem feststellen, dass Bier nicht nur aus dem Glas schmeckt, sondern auch eine wunderbare Kochzutat ist. Ein starker Abend für jeder Mann!

3. SEPTEMBER IN OERLIKON

4. SEPTEMBER IN GOSSAU
16. SEPTEMBER IN WANGEN AN DER AARE
17. SEPTEMBER IN AARAU

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



Ein Kurs, viel Fleisch am Knochen

Kleiner Aufwand für grosse Fleischküche: einfach anmelden und sich sofort einen Platz sichern, denn die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

«Grossartiges für Fleischtiger» bei...



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

3. Juni, 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



CULINEA IN OERLIKON MIT JONAS SCHÖNBERGER:

10. Juni, 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:

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



PETER'S KOCHSCHULE IN GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:

17. Juni, 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



GEWINNE DEIN ZUR FIFA WM™ TICKET  **TICKETS**
ODER EIN TREFFEN MIT XHERDAN SHAQIRI*
GIB DEINEN WIN-CODE AUF COKE.CH EIN!



OFFICIAL PARTNER

*Promodauer: 1.4. bis 13. 7. 2014 Teilnahmecode auf jeder Coca-Cola 0,5L PET. Kein Kaufzwang. Gratisteilnahme unter 0848 808 000. Teilnahmebedingungen auf www.coke.ch
© 2014 The Coca-Cola Company. Coca-Cola, the Contour Bottle and the Dynamic Ribbon are registered trademarks of The Coca-Cola Company.

Der Sonntag, 11. Mai, gehört ganz dem Mami. Mit diesem Kuchen sagst du ihr am Muttertag besonders süß: «I han di gärn!»

Mit Liebe gebacken – das trifft bei diesem Kuchen voll ins Schwarze! Mit Marzipan oder Kuchenglasur kann man nämlich ganz schön viel Liebes auf die süßen Würfel schreiben und dem Mami zum Muttertag gleichzeitig etwas Selbstgebackenes und ein paar nette Worte schenken.

Ein Mami für alle Fälle

Das hat sich das Mami mehr als verdient: Sie schmeisst den Haushalt, hilft bei den «Ufzgi», bringt mit ihren Putztricks jeden Fleck aus dem Lieblings-Shirt und ist für einen da, wenn man sie braucht. Natürlich machen Mamis noch viel mehr Tolles. Wieviel das ist, das vergisst man gerne immer wieder einmal. Der Muttertag ist eine gute Gelegenheit, sich dessen wieder einmal bewusst zu werden und «Merci» zu sagen. Seinen Ursprung hat der Muttertag übrigens in Amerika. Heute wird er in vielen Ländern gefeiert – nicht immer am selben Tag, meistens aber wie in der Schweiz am zweiten Sonntag im Mai.

Sag's durch den Kuchen

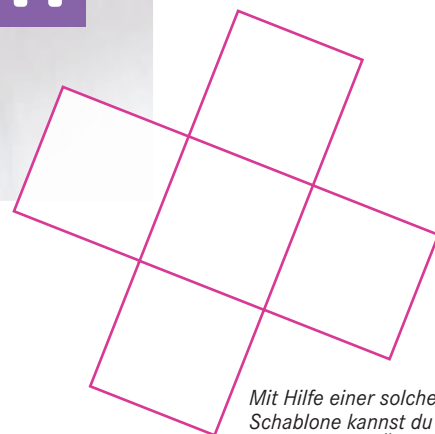
I han di gärn-Chueche

Für 1 Backblech:
Backofen auf 175 °C vorheizen.
300 g Mehl, 4 TL Backpulver und 300 g Zucker mischen, 1 TL Zitronenschale und 1 EL Zitronensaft dazugeben, mit 4 Eier, 1,5 dl Sonnenblumenöl und 1,5 dl Mineralwasser zu einer festen Masse verrühren. Backblech mit etwas Butter einfetten, leicht mit Mehl bestäuben, Teig auf das Backblech giessen, glatt

streichen, im Ofen ca. 20 Min. backen. Kuchen in kleine Quadrate schneiden, auf ein Gitter stellen. 300 g weisses Marzipan auf 3 EL Puderzucker auswallen, mit Hilfe einer Schablone so zuschneiden, dass jeder Würfel rundum (ohne Boden) damit überzogen werden kann. Restliches Marzipan mit ein paar Tropfen roter Lebensmittelfarbe einfärben, auf Puderzucker

auswallen, Buchstaben ausstechen. Unterseite der Buchstaben mit wenig Wasser bepinseln, auf die Marzipanwürfel legen. Restliche Würfel mit Herzen verzieren.

Tipp: für die Buchstaben einen Teil des Marzipans durch farbiges Marzipan ersetzen. Die Würfel können auch mit dunkler Kuchenglasur beschriftet werden.



Mit Hilfe einer solchen Schablone kannst du das Marzipan zum Überziehen der Kuchenwürfel optimal zuschneiden.



ICE TEA

Jetzt gewinnen!

30 000 coole Sofortpreise



Wecke die Sonne!

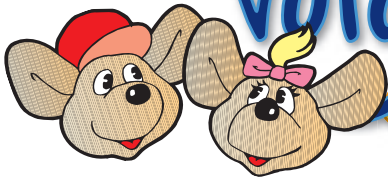
Hol dir deinen Lipton Ice Tea, gib den **Code** auf liptonicetea.ch/win ein und **gewinne tolle Reisen und coole Sofortpreise!**

In Kürze erhältlich bei Volg.

* 0.5l und 1.5l PET Lemon und Peach. Gratisteilnahme auf www.liptonicetea.ch/win.

Freizeit

volgi & volgine



Mach mit beim grossen Wettbewerb!

Volgi & Volgine haben's eilig. Sie düsen zum Volg und holen das neue HEY. Dort steht alles drin über einen galaktischen Wettbewerb mit super Preisen!

Traumtag

Gestalte

Conny-Land!

eine

im

Papier-Tasche

gewinne

einen

und



Hol dir das neue HEY!

Was, wann, wo? Hol auch du dir ab dem **5. Mai** kostenlos das neue HEY und erfahre alles haargenau über den grossen Wettbewerb.

Es ist wieder Panini-Zeit

Mach dich startklar für die Fussball-WM in Brasilien! Sammle die coolen Sticker von Shaqiri, Messi und Co. und klebe sie in dein Panini-Album. Wo du beides kaufen kannst? In deinem Volg natürlich!



Sabo

OLEIFICIO DAL 1845

Die Marke für Schweizer Speiseöle

TESTA • CUORE



NEU

REINES PFLANZENÖL
Neutraler Geschmack,
ideal für: Mayonnaise,
Saucen, Salate,
warme Küche

“in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich”

Oleificio SABO · Via Cantonale 8 - CH - 6928 Manno · Seestrasse 125 - CH - 9326 Horn
Tel: +41 916107050 - Fax +41 916107069 - www.sabo-oil.com



Bunt gemischte Salate sind der knackige Frühlings- und Sommergenuss Nummer 1. Den raffinierten Auftritt verschafft ihnen allerdings erst das Dressing.



Eiersalat auf Brot

Für 4 Personen:

4 gekochte Eier fein hacken, die Hälfte davon in eine Schüssel geben. 1 dl französische Salatsauce dazugießen, mit einer Gabel gut zerdrücken. Restliche Eier und 1 EL gehackte Peterli dazugeben, nach Belieben mit Salz, Pfeffer und Paprika nachwürzen. Eimasse auf 4 leicht geröstete Scheiben Brot verteilen, mit frischen Kräutern garnieren.

Bei der Wahl der Salatsauce gibt es grundsätzlich zwei Typen: die Fans der leichten italienischen und die Anhänger der cremigen französischen Sauce. Essig, Öl, Salz und Pfeffer bilden die Basis beider Mixturen. Eine falsche Wahl kann man bei einem Blattsalat nicht treffen – das ist Geschmackssache. Sowohl das mit Olivenöl, Rotweinessig, Salz und Pfeffer angerührte italienische Dressing wie die französische Saucenmischung auf Basis einer klaren Vinaigrette, die mit Jogurt, Crème fraîche oder Rahm sämig gebunden wird, passen dazu. Einige Salat-Berühmtheiten verlangen hingegen nach einer ganz bestimmten Sauce: Ein amerikanischer Caesar

Salat enthält originalgetreu klein geschnittene Sardellenfilets in der Sauce, die italienische Insalata Caprese mit Tomaten, Mozzarella und Basilikum wird ursprünglich nur mit Olivenöl angemacht, obwohl wir Schweizer gerne noch Balsamico-Essig darüberträufeln.

Salat-Originale und ihre Saucen

Ebenfalls ohne Säure kommt der griechische Bauernsalat mit Feta, Gurken und Oliven aus; Olivenöl und Oregano sind dafür ein Muss. Und: Herbere Salate wie Rucola, Chicorée, Frisée oder Endivie vertragen sich mit kräftigen, gehaltvollen Saucen besonders gut.



Fixfertig für zu Hause oder zum Mitnehmen an den Arbeitsplatz: Im Volg stehen diverse Salatsaucen zur Auswahl.

NEUER
LOOK!



Chrusper-
Mischung
MÉLANGE
CROQUANT



Chrusper-
Gluscht



Frischkäse-Kugeln

Zutaten für 24 Stück:

- 2 EL Oliven, fein gehackt
- 1 TL Kapern, fein gehackt
- 2 Sardellen, fein gehackt
- 1 EL Oregano, gehackt
- 200 g Frischkäse
- 1 EL Butter, flüssig, lauwarm
- Salz, Pfeffer
- Sesam; gehackte geröstete Nüsse;
fein gehackter Schnittlauch

Zubereitung:

1. Oliven, Kapern und Sardellen in eine Schüssel geben.
2. Oregano und Butter dazugeben, gut mischen, Frischkäse daruntertermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, 30 Min. kalt stellen.
3. Mit Hilfe von 2 Teelöffeln Nocken abstechen, zu Kugeln formen und in Sesam, Nüssen oder Schnittlauch wenden. Nochmals 30 Min. kalt stellen, anrichten.

Zubereitung: 40 Min. + 1 Std. kalt stellen.

Tipp: auf Crackern, Pumpernickel oder Salatgurkenscheiben anrichten. Die Frischkäse-Kugeln können am Vortag zubereitet werden; bis zum Anrichten im Kühlschrank aufbewahren.



Gefüllte Kartoffel-Chüechli

Zutaten für 4 Personen:

- 400 g Kartoffeln, festkochend, geschält
- 125 g Cantadou Meerrettich
- 150 g Erbsen, tiefgekühlt
- 100 g Mostbröckli,
fein gewürfelt
- 2 EL Erdnussöl
- 1 EL Butter, in Flocken
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Kartoffeln fein reiben, mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der ganzen Masse 12 Kartoffelhäufchen auf einem Blech auslegen
2. Je 1 TL Cantadou in die Mitte jedes Häufchens legen, leicht in die Masse drücken. Erbsen und Mostbröckli ebenfalls auf die 12 Mulden verteilen, mit Kartoffelmasse umschliessen.
3. Öl in der Bratpfanne erhitzen, Kartoffel-Chüechli portionenweise beidseitig goldgelb braten. Je eine Butterflocke darauf verteilen und im Ofen bei 170 °C 30 Min. fertig garen, heiss servieren.

Zubereitung: 50 Min.

Tipp: Die fertigen Kartoffel-Chüechli im Ofen bei 60 °C warm halten.



Schinkensalat

Zutaten für 4 Personen:

- 250 g Hinterschinken,
in Streifen geschnitten
- 1 D. Maiskörner, abgespült,
abgetropft
- 2 EL Kräuter, gehackt
- 1 Zwiebel, gehackt
- 3 Essiggurken, feingewürfelt
- 1 Peperoni, rot, feingewürfelt
- 1 EL Senf
- 1 EL Zitronensaft
- 2 EL Milch
- 1 EL Mayonnaise
- 2 EL Nussöl
- 100 g Brunnenkresse, gewaschen
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Alle Zutaten bis und mit Peperoni in eine Schüssel geben.
2. Senf, Zitronensaft, Milch, Mayonnaise und Öl in einem Massbecher gut verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Sauce und Brunnenkresse über den Salat geben, gut mischen, portionenweise in saubere Gläser füllen oder in einer Schüssel aufs Buffet stellen.

Zubereitung: 30 Min.

Tipp: Anstelle von Brunnenkresse Kresse oder Rucola verwenden. Am besten am Vortag zubereiten, damit er schön durchziehen kann.



Frühlings-Gemüse Kuchen

Zutaten für 1 Blech à 34 x 40 cm:

- 10 Spargeln, grün
- 1 Bd. Bundzwiebeln
- 3 Rüebl
- 1 Zucchetti
- 4 Eier
- 1,5 dl Milch
- 180 g Sauerrahm
- 1 Safranbriefchen
- 1 Blätterteig, rechteckig,
ausgewallt
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Gemüse rüsten, kleinschneiden und kurz in Salzwasser blanchieren, abschütten, abschrecken, auf einem sauberen Küchentuch etwas abtrocknen lassen.
2. Eier, Milch, Sauerrahm und Safran verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, Gemüse dazugeben und gut mischen.
3. Teig auf einem Blech auslegen, rundum einen kleinen Rand hochziehen, mit einer Gabel einstechen. Gemüse darauf verteilen, bei 200 °C 25 Min. backen.

Zubereitung: 25 Min. + 25 Min. backen.

Tipp: schmeckt warm und kalt.



AKTION
vom 12.05. – 18.05.2014

23 JAHRE
MAGNUM
GENUSS



NEU

MIT MARC DE CHAMPAGNE

MAGNUM

**JETZT PROFITIEREN
UND MITFEIERN!**

28% auf die
abgebildeten
Multipackungen



Classic x6



Silver25 x4



Almond x6

www.magnum.ch

Bratäpfel mit Wunderkern

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Äpfel, gewaschen
- 1 TL Butter
- 3 EL Haselnüsse, gemahlen
- 3 EL Rohrzucker
- 100 g Marzipan, gekühlt, fein geraffelt
- 1 Zitrone, Saft und abgeriebene Schale
- 2 EL Calvados
- 0,5 dl Apfelwein
- 1 Eiweiss



Zubereitung:

1. Kerngehäuse der Äpfel ausstechen, etwas weiter aushöhlen. Eine Gratinform ausbuttern, Äpfel hineinstellen.
2. Übrige Zutaten in einer Schüssel gut vermischen, in die Äpfel füllen, im Ofen bei 190 °C 20 Min. backen, warm servieren.

Zubereitung: 40 Min.

Tipp: Die Äpfel am Vortag ausstechen und füllen, im Kühlschrank aufbewahren; am nächsten Tag nur noch backen.

Käse-Quark

Zutaten für 1 Schale:

- 125 g Camembert
- 80 g Butter, weich
- 150 g Rahmquark
- 50 g Gruyère, gerieben
- Salz, Pfeffer, Paprika



Zubereitung:

1. Camembert in eine Schüssel geben, mit einer Gabel zerdrücken, Butter dazugeben, gut vermischen.
2. Quark und Reibkäse dazugeben, abschmecken, in eine saubere Schüssel füllen, mind. 30 Min. kühl stellen, erst kurz vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen.

Zubereitung: 10 Min. + 30 Min. kühl stellen.

Rotwein-Zwiebel-Butter

Zutaten für 1 Schale:

- 1 TL Bratbutter
- 2 Zwiebeln, gehackt
- 1 EL Zucker
- 1,5 dl Rotwein
- 150 g Butter, weich
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Bratbutter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin glasig dünsten.
2. Zucker dazugeben, leicht caramellisieren lassen, mit Rotwein ablöschen, fast vollständig einkochen, auskühlen lassen.
3. Butter schaumig rühren, Zwiebelmasse unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Butter zu einer Stange formen oder als Block 30 Min. kühl stellen.

Zubereitung: 20 Min. + 30 Min. auskühlen + 30 Min. kühl stellen.

Tipp: passt besonders gut zu kaltem Braten und Roastbeef sowie zu Fleisch vom Grill.

Müesli im Glas

Zutaten für 4 Personen:

- 8 EL Knuspermüesli
- 4 Aprikosen, fein gewürfelt
- 100 g Himbeeren
- 240 g Schafmilchjogurt, nature
- 3 EL Honig, flüssig



Zubereitung:

1. Knuspermüesli auf 4 Gläser verteilen, Himbeeren und Aprikosen darüber verteilen
2. Schafmilchjogurt in eine Schüssel geben, mit 2 EL Honig verrühren, über den Früchten verteilen.
3. Mit restlichem Honig garnieren.

Zubereitung: 30 Min.

Hüttenkäse-Thon-Aufstrich

Zutaten für 1 Schale:

- 1 D. Thon
- 200 g Hüttenkäse, nature
- 50 g Feta
- ½ Zwiebel, fein gehackt
- 1 TL Dill, gehackt
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Thon, Hüttenkäse und Feta durch ein grobes Sieb streichen, in eine Schüssel geben.
 2. Zwiebeln und Dill daruntertermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, in eine saubere Schüssel füllen, mind. 30 Min. kühl stellen, erst kurz vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen.
- Zubereitung: 10 Min. + 30 Min. kühl stellen.**



extrême

GENUSS-
GARANTIE*
PLAISIR

*Wir sind uns ganz sicher,
dass jedes Extrême ein Genuss
ist. Garantiert knusprig,
garantierter Genuss.
Erfahren Sie mehr zu unserer
Geld-zurück-Garantie
unter www.frisco.ch



GENUSS-
GARANTIE*
PLAISIR

extrême Swirl





Mediterranes Ringbrot

Zutaten für 1 Laib:

500 g Vollkornmehl
10 g Hefe
10 g Salz
1,5 dl Wasser, lauwarm
1,5 dl Bier

Füllung:

150 g Mozzarella
10 Tomaten, getrocknet, aus dem Öl, gehackt
3 EL Oliven, gehackt
5 Sardellenfilets, gehackt
2 EL Kapern, gehackt
3 EL Reibkäse
3 Tomaten, entkernt, klein gewürfelt
½ Zwiebel, gehackt
2 Knoblauchzehen, gehackt
½ TL Thymian, getrocknet
½ TL Oregano, getrocknet
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Mehl in eine Schüssel geben, Hefe dazubröseln, Wasser, Bier und Salz dazugeben. 10 Min. kräftig zu einem geschmeidigen Teig kneten. Mit einem feuchten Tuch bedecken, bei Zimmertemperatur auf das Doppelte aufgehen lassen.
2. Mozzarella mit der Röstiraffel in eine grosse Schüssel raffeln, übrige Zutaten dazugeben und gut vermischen.
3. Teig rechteckig auswallen, Füllung auf einer Längsseite verteilen, mit Teig bedecken und einrollen, Teigrolle zu einem Ring zusammenfügen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit feuchtem Tuch bedecken, 30 Min. gehen lassen.
4. Ringbrot im vorgeheizten Ofen bei 180 °C 45 Min. backen, Temperatur auf 200 °C erhöhen, Brot 15 Min. fertigbacken.

Zubereitung: 40 Min. + 1,5 Std. ruhen lassen.

Tipp: Teig und Füllung am Vortag zubereiten.

Schinken mit Ei aus der Muffin-Form

Zutaten für 12 Stück:

1 Flammkuchenteig, rechteckig, ausgewallt
12 Rohschinkenranchen
12 Eier
Salz, Pfeffer, Salatkräuter, getrocknet

Zubereitung:

1. Teig mit Rohschinken belegen, in 12 gleichgrosse Quadrate schneiden.
2. Backkapseln in Muffin-Form legen, Teig mit dem Schinken nach oben in die Kapseln drücken.
3. Je ein aufgeschlagenes Ei in die Mulde geben, würzen, im Ofen bei 175 °C 25 Min. backen, heiss servieren.

Zubereitung: 35 Min.

Tipp: statt Flammkuchenteig Kuchen- oder Pizzateig verwenden und etwas dünner auswallen.



Kakao-Spezial

Zutaten für 4 Tassen:

3 EL Rohzucker
1 Zimtstange
1 Orange, Saft und abgeriebene Schale
8 dl Milch
3 EL Kakaopulver

Zubereitung:

1. Zucker zu leichtem Caramel kochen, Zimtstange und Orangenschale dazugeben.
2. Mit Orangensaft ablöschen, etwas einkochen.
3. Milch aufgiessen und Kakao dazugeben, rühren, bis sich der Zucker gelöst hat, durch ein Sieb in einen Krug giessen, in Tassen füllen und servieren.

Zubereitung: 20 Min.

Probier jetzt die
beiden neuen Sorten!

Himbeer

Kokos

Erdbeer



Munz+
Summer-Edition



In solid rumantsch

Scha la duonna pensa vi dal grigliar, pensa ella vi da l'hom chi griglia. Scha l'hom pensa vi dal grigliar, as vezza el a perseguittar üna scossa da mammut, el cuorra tras la flora per chatschar giò pel grip la bes-cha o tilla mazzar cun balaister e frizza, lura stira'l cun sai üna muntogna charn, avant il cuvel spetta sia marusa cul kindel, in man il dessert (pomma), tuots applaudeschan a l'eroe chi piglia o impizza il fö e brassa ad ün brassar filets, e scha la charn es davent, lura parta'l per bainbod dar- cheu pudair far quai ch'el fa il plü gugent: fö.



L'hom e'lfö,
ün'amicizcha
eterna

L'hom e'l fö. Ün amicizcha proposta da l'evoluziun chi as renovescha minch'on sün terrazza, in üert o ils 1. avuost.

Meis bap anituschinunz d'eira ün da quists rais dal grigl. Cun paschiun grigliaiva el al lö plü sumbrivaint per dar amo daplü pais a sia actività exclusiva. Schi's interrumpaiva per üna secunda las lodavaglias d'ürant il past deira'l sparmalà. O quella festa da students a Turich sün têt cha ün nu d'eira bun da far ir il grigl, e cha tuot la cumpagnia d'eira sforzada da mangiar fondue in stüva, adonata las temperaturas tropicas. Basta cha l'ha pudü far fö. O quel vaschin chi nun ha vuglü gnir a grigliar, our d'invilgia, perche ch'el nu d'eira equippà. Til vain lura vis in ün affar d'economia davant ün grigl. La larma aint il ögl varaja inventà.

Romana Ganzoni

Romana Ganzoni

Herausgepickt

Wussten Sie, dass ...



● ● ● Sie das Kochbuch «Schweizer Bäuerinnen kochen»

jetzt 10 Franken günstiger erhalten? Überlieferte Familienrezepte, traditionelle Schweizer Köche und neue Kreationen: Das Kochbuch, welches in Zusammenarbeit von «UFA-Revue» und AT-Verlag herausgegeben wurde, enthält insgesamt 120 einfach-raffinierte Rezepte, die sich wunderbar nachkochen lassen und in jeden Haushalt passen. Bis Ende Mai erhalten «Öise Lade»-Leserinnen und -Leser das Kochbuch für nur Fr. 25.- statt Fr. 35.- (inkl. MwSt., Porto und Verpackung). Übrigens: Am 11. Mai ist Muttertag. Verschenken Sie doch dieses Jahr echten Schweizer Genuss und gute Koch-Ideen!



Bestellungen mit dem Vermerk «Volg Leseringebot» an:
AT Verlag AG, Gabi Carvalho, Bahnhofstr. 41, 5000 Aarau oder per Mail (Betreff: Volg Leseringebot) an gabi.carvalho@azmedien.ch,
Tel. 058 200 44 11, Fax 058 200 44 01.

*Erinnerungen an Dorfladen-Zeiten von
1978: Manuela Hohl-Schmid aus
Herznach (AG), heute 38, als 3-jährige
mit ihrem Grossonkel Alfred aus Amerika.*

Manuela Hohl-Schmid's Volg-Geschichte ...



... ist ein süsser amerikanischer Traum

Der Bruder meines Grossvaters wanderte in jungen Jahren in die USA aus. Alle paar Jahre besuchte er uns in seiner alten Heimat Herznach. Meine Familie und meine Grosseltern wohnten im elterlichen Bauernhaus und so musste ich mein Zimmer jeweils räumen, wir putzten es durch und richteten es für Onkel Alfred hübsch her. Keiner von uns wird das Bild vergessen, wie er mit Köfferchen und Turnschuhen den Weg entlang gelaufen kam. Ja, es sah immer ein bisschen so aus, als tänzelte er. Er war kaum 24 Stunden bei uns, da flüsterte er mir stets (mit amerikanischem Akzent, als hätte er immer einen Kaugummi im Mund) ins Ohr: «Gönd mer id Gnossi go Schoggi chaufe?» Mit ihm in die «Gnossi», wie wir das Volg-Lädeli nannten, zu gehen, war wie das Schlaraffenland zu besuchen, denn er kaufte mir alles, was mein Herz begehrte, und sich selber deckte er mit jeder Menge Nuss-, Milch- und Pralinen-schoggi ein. Das erste Reiheli wurde schon vor dem Laden zu Gemüte geführt. «Mmmmm», brummte er dann genüsslich. Zurück zu Hause, setzten wir uns auf die Holzbank vor dem Bauernhaus, ich kuschelte mich an ihn, wir kauten unsere Errungenschaften und die Welt war in Ordnung.

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 Bräter «Rustico»-Sets von Römertopf im Wert von je Fr. 84.80 gewannen Leserinnen und Leser aus Fällanden, Netstal, Burgdorf, Samstagern, Trin, Endingen, Uetikon am See, Mettau, Goldach, Linden, Bad Ragaz, Kleindöttingen, Hünenberg, Rapperswil, Metten, Dietlikon, Oberdorf, Itingen, Weinfeldern und Schüpfheim. Fünf Leser erhalten einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 50.-; zehn weitere Leser gewinnen je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 20.-.

Lösungswort 03/14: «Fruehlingsputz»

Auflösung des Lindt-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 02/14: Antwort B, Valentinstag

Gewinnen mit Lindt

Den 1. Preis, einen funkelnden Herzanhänger an einem Collier von Christ sowie einen Gutschein für 2 Personen für die Chocolateria, die Chocolate-Erlebniswelt von Lindt in Kilchberg im Wert von Fr. 329.-, gewinnt Liliane Anon aus Brunnadern. 24 «Öise-Lade»-Leserinnen und -Leser gewinnen einen Herzanhänger mit Collier von Christ sowie ein Lindor Cornet gefüllt mit feinsten Lindor-Kugeln im Wert von je Fr. 198.-. 25 weitere Leser dürfen sich über einen Gutschein für 2 Personen für die Chocolateria von Lindt im Wert von je Fr. 140.- freuen und 9 Leser erhalten ein Verwöhnpaket gefüllt mit feinsten Lindor Chocolate im Wert von je Fr. 50.-.



Gewinnerin Liliane Anon hatte frohe Botschaft im Briefkasten. Sie darf sich über den Hauptpreis freuen.



Vorschau →

Das nächste
«Öise Lade» 06/14
erscheint am
28. Mai 2014



Mit Spiesen zu Fussballwissen

Passend zu fröhlichen Fussball-happenings mit Freunden während der WM in Brasilien kreieren wir handliche Pickereien am Spieß, die Bissen für Bissen zu Fussballwissen führen.

Buchverlosung «Fülscher»

im «Öise Lade» 01/14 haben wir 20 Mal ein «Fülscher-Kochbuch 2013» im Wert von je Fr. 79.- verlost. Gewonnen haben: Lilly Heeb, Dietlikon; Rosmarie Oberhänli, Zug; Thomas Laubacher, Schongau; Marlise Bannier, Wölfinwil; Cécile Christen, Zürich; Hanspeter Hess, Uhwiesen; Ursula Kurmann, Altbüron; Margrit Tritten, Lenk; Lilly Dütsch, Ricketwil; Oswald Niederhauser, Eriswil; Brigitte Leimgruber, Mellstorf; Rosmarie Kreuzer, Raron; Sibylle Eberle, Ottikon; Franz Schuhmacher, Rümikon; Melanie Etzweiler, Uesslingen; Adriano Maucieri, Steinmaur; Ruth Reitnauer, Huttwil; Pascale Emmenegger, Hettenschwil; Alice Arnold, Reiden; Bernadette Peter, Schötz.

De grünen Duume



Bild: fotolia.com

Wird Ihr Garten als Katzenklo benutzt? Ein Trick von Katzenbesitzern ist die gute alte Wasserpistole. Katzen, die regelmässig einen Wasserstrahl abbekommen, meiden das Grundstück. Manche schwören auch auf Kaffeesatz, der auf die «stillen Örtchen» gestreut wird. Setzen Sie zudem auf Pflanzen: Durch dornige Sträucher schlüpfen Stubentiger nicht gern. Und ihr empfindliches Näschen reagiert auf manches Kraut. Während

Katzenminze und Baldrian anziehend wirken, schrecken Weinraute, Zitronenmelisse oder Zitronen-Thymian ab. Ganz vermeiden lässt sich Katzenbesuch allerdings nie. Decken Sie deshalb neuralgische Punkte wie Sandkasten bei Nichtgebrauch ab – und üben Sie sich in Gelassenheit.



Der Jutz ist das Ziel

Anfang Juli ist das Eidgenössische Jodlerfest in Davos-Klosters Treffpunkt zahlreicher Jodlerinnen und Jodler. Grund, das Prättigau zu besuchen und seine kulinarischen Seiten zu entdecken.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz

Volg

Lindt



LINDOR

250 Rosensträuße zu gewinnen

7.95



Aktionspreis:

8.55

statt 9.55



Aktionspreis:

9.30

statt 10.95



12.95

Aktionspreis:

5.95

statt 7.05



Aktion gültig vom 28.4. – 3.5.2014

Gewinnen Sie einen von 250 Rosensträußen oder eines von 50 LINDOR Verwöhnpaketen. Kein Kaufzwang. Die detaillierten Teilnahmebedingungen und Angaben zu unentgeltlichen Teilnahmecodes finden Sie auf unserer Homepage www.LINDOR.ch. Geben Sie bis zum 31. August 2014 Ihren Gewinncode unter www.LINDOR.ch ein oder schicken Sie den Code nach Durchsicht der Teilnahmebedingungen per SMS an 9889 (30 Rappen/SMS).