

öise lade



Geniessen wie ein
Traumpaar

Themenheft Seite 33
Mehr zum
Thema
SALZ & PFEFFER

•••••
Salz und Pfeffer
auf der Spur

Michel – fruchtige Vielfalt bei Volg.



Guten Morgen, Michel.



mehr zum thema

Salz & Pfeffer

Das Themenheft

33

Editorial

Ich gebe es zu: Für die grossen Einkäufe in unserem Haushalt ist meine Frau zuständig.

«Merci» für Ihre Treue

Nicht zuletzt wegen meiner beruflichen Tätigkeit trifft man aber auch mich regelmässig in den Läden an. Dabei kaufe ich oft etwas ein. Als Kunde bin ich gerne dort, wo man sich offensichtlich freut, dass ich hier bin. Auch auf eine sympathische Begrüssung, ein «Merci» für Ihren Einkauf oder ein aufmerksam geführtes Gespräch lege ich wert. Kurzum: Ich muss mich in einem Laden wohl fühlen.

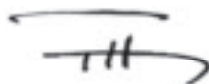
Dass Sie sich in Ihrem Volg wohl fühlen und Sie unseren Leitspruch «frisch und freundlich» beim Einkaufen auch wirklich spüren, dafür geben wir täglich unser Bestes. Ich hoffe, es gelingt uns, Sie auch weiterhin mit unseren Leistungen zu überzeugen.

Ihre nicht selbstverständliche Einkaufstreue möchten wir einmal im Jahr mit einer besonderen Treueaktion belohnen. In diesem Jahr dreht sich alles um den grossen Back-Späss mit Dr. Oetker. Punkten Sie vom 29. September bis Ende Januar genussvoll und sparen Sie bis zu 54 Prozent. Mehr über die Treueaktion im Volg lesen Sie auf Seite 29.

frisch und freundlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



Teens **59**
Jass ist jung und mobil

Feins vom Dorf
Äpfel aus Lupfig (AG)

27



- 5 Küche aktuell**
Mahlzweit
- 9 Kochschule**
Kochen lernen von Profis
- 12 Einfach & bequem**
Hänsel & Gretel: märchenhaft schnell
- 14 Weinerlebnis**
Zwei Bündner machen Bock auf mehr
- 17 Aktueller Tipp**
Ei, Ei, Ei, ein treuer Begleiter
- 18 Typisch Schweiz – Typisch Volg**
Urschweizer Beilage aus Schweizer Bohnen
- 20 Novissimo**
Neu im Volg
- 23 Hausmarke**
Caquelonfertiges Chäserei-Fondue
- 24 Volg. Im Dorf daheim.**
Dorfporträt Le Landeron
- 27 Feins vom Dorf**
Äpfel aus Lupfig (AG)
- 29 Treueaktion**
Back-Späss mit Dr. Oetker
- 31 Saison**
Im Herbst ist alles Wurst!
- 33 Mehr zum Thema**
Salz & Pfeffer
- 41 Wettbewerb**
Gewinnen mit Lipton
- 44 Freizeit Weinreisen**
VOLG Weinreisen 2015
- 47 Freizeit Activo**
Home Barista-Kurs
- 49 Naturena Rezepte**
Barbara Dürrs Händöpfelgratin
- 51 Freizeit Naturena**
Die neuen Kurse im November
- 53 Freizeit Outdoor**
Machen Sie den Garten winterfit
- 57 Freizeit Kochkurs**
Backe, backe Brote
- 59 Teens**
Jass ist jung und mobil
- 61 Volgi & Volgine**
Rätselhafter Regen
- 63 Saison**
Herbstäpfel: frisch vom Baum



Hausmarke
Caquelon-
fertiges
Chäserei-
Fondue

23



5
Küche aktuell
Mahlzweit



FrISChe Milch aus den Schwyzer Bergen



Das erfrischende Naturprodukt ist neu auch als 1/4-Liter erhältlich und eignet sich damit perfekt als Durstlöscher zuhause und unterwegs.

Schwyzer Milchhuus AG, Schützenstrasse 7, CH-6430 Schwyz, www.milchhuus.ch, info@milchhuus.ch
In kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich.





Ob verliebt wie Caesar & Kleopatra oder dick befreundet wie Asterix & Obelix: Laden Sie zum stimmungsvollen «Dinner for two» und genießen Sie wie ein Traumpaar.

Mahlzweit

Kulinarisches Tête-à-Tête

Zu zweit ist alles doppelt so schön. Das gilt auch fürs Essen. Wie ein sagenhaftes Traumpaar genießt man den Abend mit einem stimmungsvollen Themenmenü. Exotisch essen wie Tarzan & Jane oder schlemmen wie Asterix & Obelix? Auf den nächsten Seiten finden Sie paarweise passende Ideen für jeweils zwei Gänge. Die ganze Familie isst mit oder es steht ein Solo-Abend an? Dann werden die Zutaten ganz einfach verdoppelt oder halbiert. Den Anfang machen der römische Feldherr Caesar und Kleopatra, die Schönheit vom Nil.



Kleopatras Schönheitspudding
Mandeln gehören zu den Schönheitsgeheimnissen Kleopatras. Der Mandelpudding macht nicht schöner, aber glücklich.

CAESAR & KLEOPATRA

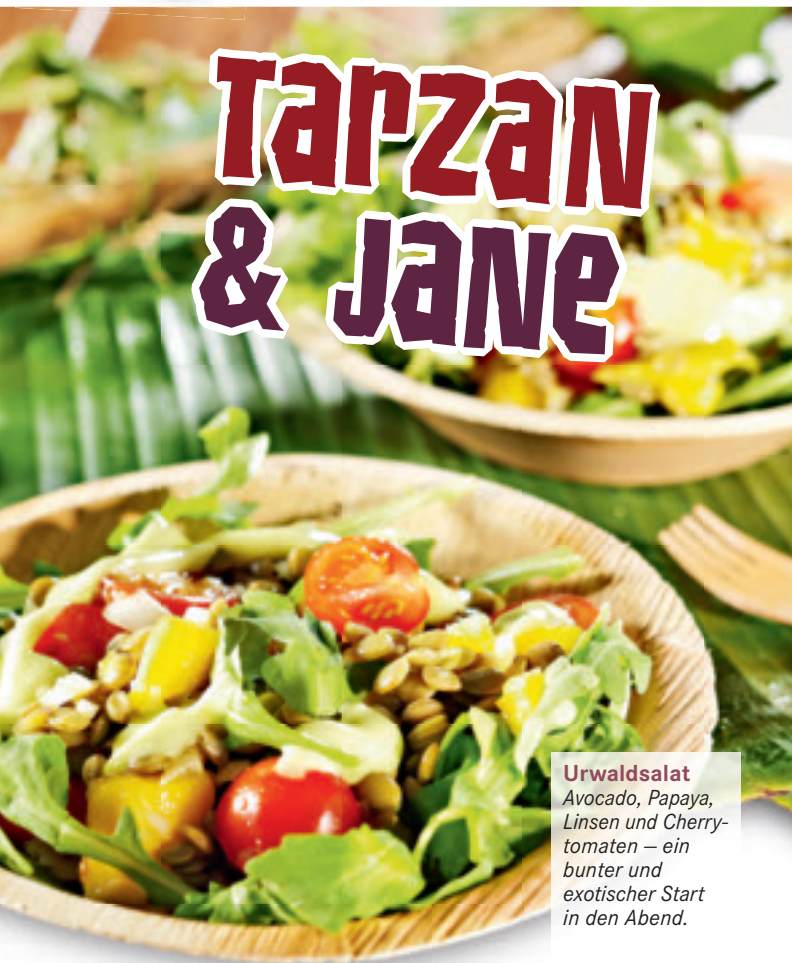


Volg-Kochkurs im November
Backe, backe Brote
Zum Tête-à-Tête hausgemachtes Brot servieren? Rezepte, Tipps und Tricks zu selbstgemachten Broten jeglicher Art gibt's im neuen Volg-Kochkurs. Alle Infos auf Seite 57.

Caesars Jagdsalat
Wie der Original-«Caesar Salad» mit Lattich (Römersalat) zubereitet. Gebratene Champignons verfeinern ihn herbstlich.



Tarzan & Jane



Urwaldsalat
Avocado, Papaya, Linsen und Cherrytomaten – ein bunter und exotischer Start in den Abend.

Welche Frau schmachtete nicht dahin, als sich Johnny Weissmüller als berühmtester Film-Tarzan von Liane zu Liane schwang, Jane rettete und mit ihr durch die Lüfte sauste, als wäre sie leicht wie ein Salatblatt? Einen leichten Einstieg in den Abend bildet der Urwaldsalat. Und beim Bananen-Curry mit Kokospoulet zum Hauptgang hätte Tarzan gewiss seinen Urwaldschrei abgelassen.



ÖISE LADE TIPP

Bananen-Curry mit Kokospoulet
Süsse und Schärfe vereinen sich in diesem Gericht gekonnt. Wetten, dass es dieses Gericht fortan öfters gibt?

Ein Traumpaar mit Pep und Würze sind Salz & Pfeffer. Im Themenheft ab Seite 33 stehen die wichtigsten Küchengewürze im Mittelpunkt.

Paarweise zwei Gänge für zwei

Apfel-Chicorée-Salat
Ein Volltreffer: Knackig, bitter, erfrischend und cremig zugleich ist diese Vorspeise.



Apfelschale: www.dawanda.ch

Ein gezielter Schuss von Vater Tell auf Walterlis Kopf reichte, um Schweizer Geschichte zu schreiben. Mit dem Apfel macht man auch als Gastgeber von sich reden. Im Salat verleiht er dem herben Chicorée die nötige Süsse und auf der Tellsplatte ist er der ideale Gegenspieler zum Sauerkraut.

Tell & Walterli

Tellsplatte
Eine deftige Fürstenländer-Platte erhält mit Apfelstückchen Frucht und Biss.



Kräutersalat mit Schabzigermousse

Satt grün, würzig duftend mit Zibu-Mousse-Nocken – ein feiner Menü-Auftakt.

Mit einem guten Freund kann man Pferde stehlen. Oder wie Heidi mit Peter Geissen hüten. Aus deren Milch entsteht feiner Geisskäse, mit dem ein Gemüsekrapfen die besondere Note erhält. Frisch wie auf der Alp duftet es in der Salatschüssel. Zigerbutter, kurz Zibu, und verschiedene Kräuter sorgen für das gute Aroma. Wenn da nicht die Lust aufkommt, wieder einmal einen Ausflug in die Berge zu unternehmen...

Heidi & Peter

TIPP

Das Bündnerland hat Heidi; das Wallis den **Heida AOC Valais**. Er passt mit seiner lebhaften Frische perfekt zum Gemüsekrapfen mit Geisskäse.

Gemüsekrapfen mit Geisskäse

Mediterranes Gemüse wie Peperoni und Zucchini trifft auf Schweizer Geisskäse.



Biene Maja & Willi

Honigbrot

Mit Weichkäse zum Dessert serviert – ein krönender Abschluss, bei dem man ins Schwärmen gerät.

Wenn sich zwei umschwärmen wollen oder sich wie Biene Maja und ihr bester Freund Willi einfach nur gut mögen, ist goldener Honig die richtige Zutat für einen vielversprechenden Abend. Beim Hauptgang brilliert das Bienenprodukt als Fleischglasur, zum Dessert im Honigbrot.

TIPP

Fleisch wie das Schweinsnierstück mit Honigglasur und der **G Cuvée** mit schöner Kirscharomatik sind ein kulinarisches Traumpaar.

Schweinsnierstück mit Honigglasur

Für den spannenden Kontrast zum süssen Honig sorgen Zwiebeln und Senf in der Marinade.





OFENFRISCH GENIESSEN
ORIGINAL
OFENFRISCH GENIESSEN

Sehen gut aus und schmecken auch so:

knusprige Gipfel.



Für unsere Gipfel gilt: In der Schweiz hergestellt, mit IP-SUISSE-Getreide aus nachhaltigem und natürlichem Anbau, Eiern aus Schweizer Freilandhaltung und echter Schweizer Butter.

In kleineren Filialen
eventuell nicht erhältlich.

www.hiestand.ch

Hiestand[®]
OFENFRISCH GENIESSEN

Für magische Gemüsecreme-Suppen-Momente: Zaubersuppe mit Zauberstab aus Pizzateig, Sesam und Paprika.

ASTERIX & OBELIX



Wilder Raviolo: Dank fertigem Wildpfeffer in der Zubereitung halb so wild, wie es aussieht!



TIPPS & TRICKS von Jonas Schönberger

- Schneller geht es mit fertigem Pastateig
- Vegetarier füllen den Raviolo anstelle von Wildpfeffer mit Wintergemüse wie Rotkraut oder Rosenkohl
- Die Ravioli können zubereitet und ungekocht tiefgekühlt werden. Zum Genuss gefroren ins Kochwasser geben; die Kochzeit verlängert sich um einige Minuten
- Den Raviolo mit klassischen Wildpfeffer-Garnituren wie Speck, Silberzwiebeln und Croûtons anrichten
- Für den Zauberstab eignet sich auch Blätterteig. Er sieht auch mit Mohn oder Kümmel bestreut zauberhaft aus



Pfannenfertiger Wildpfeffer und bereits ausgewallter Pizzateig machen dieses Tête-à-Tête unkompliziert und raffiniert zugleich.

Wild und zauberhaft geht es bei Asterix & Obelix zu und her. Zu einem richtigen Festessen gehört für beide Comichelden Wildschwein – das ist fix wie Hund Idefix als treuer Begleiter. Unsere Zaubersuppe verleiht einem zwar keine übermenschlichen Kräfte wie der berühmte Zaubertrank von Miraculix, dafür verzaubert sie Gaumen und Auge. Ravioli sind ursprünglich ein Restegericht. Der Raviolo schmeckt daher gut mit einer Füllung aus Wildpfeffer vom Vortag. Oder man greift auf das Convenience-Produkt aus dem Volg zurück.

SCHRITT für SCHRITT Raviolo



1 Pastateig mit einem Wallholz quadratisch auswallen. In 4 Quadrate schneiden, Ränder mit Wasser bepinseln.



2 Den durch den Fleischwolf gedrehten oder sehr klein geschnittenen Pfeffer auf zwei Quadraten verteilen. Dabei einen Rand frei lassen.



3 Mit den anderen beiden Teigquadraten bedecken. Ränder mit einer Gabel gut andrücken und in leicht siedendem Salzwasser kochen.



Fein & einfach – und immer eine Kochidee!

Da kommt „Meine Kochidee“ von
KNORR gerade recht.

Mit ein paar frischen Zutaten wird
daraus ganz schnell und einfach etwas
sehr Feines.

Es gelingt immer und schmeckt der
ganzen Familie. Und Abwechslung bringt
es ebenfalls auf den Tisch.

Bei KNORR „Meine Kochidee“ können
Sie nach Herzenslust zwischen verschie-
denen Fleischspeisen, Gemüse- oder
Nudelgerichten wählen.

Dabei können Sie immer darauf
vertrauen, dass KNORR „Meine
Kochidee“ ausgewählte Zutaten in
ausgewogenen Rezepturen enthält.
So lässt sich „frisch kochen“ ganz
einfach mit „wenig Aufwand“ verbinden.

Mit dem neuen Packungsdesign geht es
schon ganz entspannt am Regal los.
Die grossen Abbildungen der Gerichte
inspirieren das Auge bereits im Vorbei-
laufen und wecken die Lust auf das eine
oder andere Gericht.



Der neue Farbbalken betont die Sorte und Sie finden Ihre Lieblings-
gerichte jetzt noch schneller. Kein mühsames Suchen oder auf und ab
laufen am Regal mehr.

Wenn Sie sich dann für eine oder mehrere „Kochideen“ entschieden
haben, geht es ganz locker weiter. Auf der Packung ist unverkennbar
ein Einkaufszettel abgebildet. Darauf steht, was Sie noch an frischen
Zutaten für dieses Gericht benötigen. Je nach Gericht können das eine
oder mehrere frische Zutaten sein, wie zum Beispiel Gemüse, Rahm
oder Fleisch. Für unser abgebildetes Voressen Ragoût benötigt man
nur 500 g Voressen und schon steht einem feinen Essen nichts mehr
im Wege.



**Gleicher Inhalt
In neuer Verpackung!**



Kochschule



Die perfekte Portion für zwei?

Die gibt es im Dorfladen mit einem einzigen Griff ins Regal. Vom rassigen Schweinswürstli über das knusprige Pizza-Baguette bis zum cremigen Schokoladen-Dessert steckt in den Zwillingsspackungen alles für ein unkompliziertes Tête-à-Tête. Und mit einer peppigen Idee zaubert man daraus ein schnelles Znacht, das jedem Gourmet Freude macht. So macht nicht nur das Geniessen, sondern schon das Einkaufen doppelt Spass.

Würstli im Mantel einmal anders: innen Rüebli und Basilikum, aussen Blätterteig und mittendrin das Schweinswürstli.



Das doppelte Lottchen



Mit Bärentatzen, Cocktail-Kirschen, Rahm und Schoggi-spänen wird das Schokoladen-Dessert im Handumdrehen zum Schwarzwaldbecher.

Pizza per due

Zwei knusprige Baguettes mit Tomaten oder Champignons stecken in jeder Bistro-Packung.



Znacht-Doppel

Genuss-Paarung für den Hauptgang: zwei Portionen Stocki, zwei Hälften Chili-Raclette-Scheiben oder zwei Schweinswürstli.

Nascherei hoch zwei

Ein Einkauf, Dessert für beide: Nussstangen, Crème brûlée oder Chantilly Chocolat.



Kantons-Cordonbleu des Monats Oktober: Appenzeller-Art

Das Appenzell steht Pate für das Cordonbleu des Monats im Volg. Es enthält **Brät** mit **zerkleinertem Appenzeller-Käse** und **Mostbröckli** und ist von einer Panade aus rosa Paniermehl umhüllt. Das Kantons-Cordonbleu wechselt jeden Monat. Lassen Sie sich überraschen!





Einfach & bequem

Hänsel & Gretel Märchenhaft schnell

Brotkrumen und Lebkuchengebäck spielen bei «Hänsel und Gretel» eine tragende Rolle und sind ein Geheimtipp für zwei verhext schnelle Gerichte.

Käsespätzli mit «Brösmeli»

Für 2 Personen:

1 TL **Sonnenblumenöl** in einer Bratpfanne erhitzen, ½ EL **Butter** dazugeben. **Spätzli** darin goldgelb braten. Mit 150 g grob geraffeltem **Säntis-Bergkäse** vermischen, in eine Gratinform füllen, bei 200 °C unter dem Backofengrill 5–7 Min. gratinieren. 2 harte **Brotscheiben** mit dem Wallholz grob zerdrücken, ½ EL **Butter** in der Bratpfanne erhitzen, Brot-«**Brösmeli**» dazugeben, kurz durchschwenken und über den Spätzli verteilen.

Tipp: mit Schweinsplätzli «Hänsel und Gretel» oder Koteletts servieren.





Läckerli-Dip

Für 2 Personen:

300 g **Basler Läckerli** längs halbieren, in eine Schüssel füllen. 1 Bt. **Vanillecreme** gemäss Packungsangabe zubereiten; anstelle von Milch jedoch 2 dl **Süssmost** verwenden. ½ dl **Vollrahm** steif schlagen, mit 1 Pr. **Zimt** vermischen, unter die Creme ziehen. Läckerli in den Rahm dippen und geniessen.

Es war einmal und es kommt immer wieder einmal ein Tag, an dem man wie Hänsel und Gretel in Not gerät. Wie das Geschwisterpaar im gleichnamigen Märchen durch den Wald irrt, spurtet man von hier nach da, achtet nicht auf die Zeit – und plötzlich müsste man hexen können, will man noch rechtzeitig ein Essen auftischen. Hält man sich an Hänsels Einfall, Brotkrumen zu streuen, ist die märchenhafte Kochidee für den Hauptgang fast schon gegeben.

Geröstete «Brösmeli» geben den Käsespätzli Pfiff und Biss. Dafür muss das Brot nicht einmal frisch gekauft werden, sondern darf respektive soll bereits hart sein. Butter aus dem Kühlschrank, Spätzli aus dem Vorrat und schon ist ein Gericht zubereitet, das allen schmeckt.

Rasch was zum Naschen

Knusper, knusper, Knäuschen – wer Lust hat macht ein süsses Päschen! Mit dem

Läckerli-Dip zaubert man im Nu ein Stück Hexenhaus-Glück auf den Tisch. Die Nascherei mit dem berühmten Basler Lebkuchengebäck und einer Süssmost-Vanille-Creme passt besonders gut zum Nachmittagskaffee. Und wie schnell dieses kleine Dessert gezaubert ist! Da würde sogar die ungeduldige Hexe aus dem Märchen staunen.



TIPPS&TRICKS

- Als «Brösmeli» eignen sich auch goldbraun geröstetes Paniermehl oder mit dem Wallholz zerkleinerte, in Butter geschwenkte Aperogebäck-Reste (z.B. Grissini)
- Das Gericht schmeckt auch mit Pasta vom Vortag
- Spätzli mit Speck- oder Schinkenstreifen anreichern; bei grossem Hunger zusätzlich zum Reibkäse ein aufgeschlagenes Ei untermischen
- Käsespätzli können bei 70 Grad im Ofen warm gehalten werden; «Brösmeli» erst kurz vor dem Servieren darübergeben
- Zu den Käsespätzli Apfelmus servieren
- Den Süssmost im Dessert durch Suuser oder Traubensaft ersetzen



Für eine Nascherei ganz ohne zu kochen: Basler Läckerli und Crème Fix vanille.

Spätzli, Butter und als Beilage nach Belieben ein würziges Schweinschnitzel «Hänsel und Gretel» mit einer feinen Marinade mit Pilzen.*

* Saisonspezialität Herbst



Viva la Grisca! Ein herrlicher «Herrschaftler» und ein Engadiner Käse aus der höchsten Molkerei Europas sind das perfekte Bündnis für Geniesser.

Zwei Bündner machen Bock auf mehr

Schweizer Weine haben im Volg einen hohen Stellenwert. Ein Tessiner Merlot, ein Walliser Heida oder ein Waadtländer Féchy – Trouvaillen aus allen Ecken unseres Landes finden sich im Sortiment. Jetzt ist eine Auswahl davon in Aktion und lädt zum Ausprobieren, Kennenlernen und Auffüllen des Weinkellers ein. Eine Entdeckung aus dem Bündnerland ist der Fläsch Gemswändler Pinot Noir AOC Graubünden. Er gefällt mit seinem samtigen Auftakt und den frischfruchtigen Aromen wie eine Bergwanderung mit herrlicher Aussicht. «Finesse, Eleganz und Charme zeichnen diesen Weinklassiker aus», schreibt Chandra Kurt im Weinseller 2014. Die Pinot Noir-Trauben wachsen im Weinbaudorf Fläsch in der Bündner Herrschaft. Guter Freund der lokalen Winzer ist der Föhn, welcher im Herbst die maritime Wärme ersetzt und die Trauben zur Vollreife bringt. Mit diesem speziellen Klima gehört Fläsch zu den Spitzenlagen in der Deutschschweiz.

Ein Traum aus den Bergen

Spitze ist auch die Lage der Lalaria Engadin-naisa: In Bever auf 1706 Meter über Meer ist sie die höchstgelegene Molkerei Europas. Hier, in den Bündner Bergen, dem Himmel etwas näher, wird aus würziger Engadiner Milch ein Käse mit dem vielversprechenden Namen «Bergtraum» gekäst. Ein gehaltvoller Käse mit weichem Teig, abgerundet und rein. Mit seinem kräftigen Aroma passt er gut zu Gschwelli, schmeckt zum Zmorge, auf einer Käseplatte, eignet sich als Bratkäse und passt nicht zuletzt zu einem Bündner Wein.



Wein des Monats
Fläsch Gemswändler Pinot Noir AOC Graubünden
75 cl, statt Fr. 17.90
Fr. 14.90

- 1. Féchy AOC La Côte 2013**
Schweiz
- 2. Heida AOC Valais 2012**
Schweiz
- 3. Cèil-de-Perdrix AOC Valais Nid d'Amour 2013**
Schweiz
- 4. G Cuvée 2013**
Schweiz
- 5. Fläsch Gemswändler Pinot Noir 2012**
Schweiz
- 6. Salvagnin Vaudois AOC Feu Sacré 2012**
Schweiz
- 7. Dôle AOC Valais Nuit d'Amour 2013**
Schweiz
- 8. Merlot Ticino DOC Selezione d'Autore 2012**
Schweiz

Käse des Monats
Bergtraum
100 g, statt Fr. 2.25
Fr. 1.85

Aus Engadiner Bergmilch

Ziel der Lataria Engiadinaisa SA (LESA) in Bever ist es, möglichst alle Milch der Engadiner Bauern vor Ort zu verwerten. Aus der geschmackvollen Milch – die Kühe ernähren sich hauptsächlich von dem würzigen Futter der Engadiner Alpweiden – werden Käse, Rahm, Jogurt und Pastmilch hergestellt. Eines der feinen Ergebnisse ist der im Volg erhältliche «Bergtraum». Frisch ab Presse transportiert ihn Betriebsleiter und Käsermeister Sepp Nicca (Foto) zum Salzbad. Nach einer Reifezeit von 3 bis 4 Monaten ist er genussbereit.



Weinnotizen

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



Charakter

Trinken

Passt zu

Pkt.

Meine Bestellung

Klares, helles Strohgelb. In der Nase blumige und fruchtige Noten. Feinfruchtiger Auftakt, mittlerer Körper. Leicht trockener Abgang, endend auf feiner Fruchtaromatik	Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C	Fisch, Fondue, Raclette, Aperitif	16,75 Jg.12
Klares, mittleres Gelb. Intensive Aromen nach reifen und exotischen Früchten. Körperreicher Charakter mit lebhafter Frische	Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–12 °C	Hellem Fleisch, Fondue, Raclette, Käseplatten, Aperitif	17
Lachsrosa. In der Nase fruchtig, frisch und aromareich. Am Gaumen lebendig, fruchtig, feurig. Nobler Rosé mit Feinheit und vollem Körper	Jung trinken, bis 2 Jahre, bei 8–10 °C	Champignons an Rahmsauce, Kalbfleisch, kaltem Fleisch, gegrilltem Poulet, Fisch und leichten Gerichten	17,25* Jg. 12
Kräftiges Rubinrot. Duft nach roten und schwarzen Beeren, Kirschen und Vanille. Geschmeidig, warm, mit schöner Kirscharomatik und pfeffriger Würze. Langanhaltender Abgang	Bis 4 Jahre, bei 14–16 °C	Filet im Teig, Grilladen, Bündner Spezialitäten, Wild und Lamm	17 Jg.12
Kräftiges Rubinrot. Frischfruchtige Aromen nach roten Beeren, Brombeeren, Kirsche, mit würzigen Nuancen. Samtiger Auftakt, aromaintensiver Abgang	Bis 4 Jahre, bei 13–15 °C	Wild, Lamm, Kaninchen, Pfeffer, Risotto, Pilzgerichten, Bündner Spezialitäten und Käse	17,25*
Helles Rubinrot. Aromen von roten Früchten. Am Gaumen rund, weiche Struktur, ausgewogen. Fruchtiger Abgang	Bis 4 Jahre, bei 14–16 °C	Alltagsgerichten, vor allem an warmen Tagen sehr angenehm, da er frisch serviert werden kann	17*
Kräftiges Rubinrot. Fruchtig mit frischer Note nach schwarzen Kirschen und Brombeeren	Bis 4 Jahre, bei 13–15 °C	Fleischpastete, Trockenfleisch, gebratenem Rindfleisch, Rindsfilet an Pfeffersauce, Lamm, Käseplatte	16,25 Jg. 12
Leuchtendes Rubinrot. Intensiver Duft nach Waldbeeren, feine Gewürznoten. Kräftige Struktur, elegante Tannine. Voller und ausgewogener Wein mit schönem Rückgrat	Bis 4 Jahre, bei 16–18 °C	Sonntagsbraten, Pilzgerichten mit Polenta, Kaninchenragout, Hartkäse	17*

<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton FÉCHY AOC LA CÔTE, 75 cl, statt Fr. 65.70 nur Fr. 52.20
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton HEIDA AOC VALAIS, 75 cl, statt Fr. 101.40 nur Fr. 83.40
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton CIEL-DE-PERDRIX AOC VALAIS NID D'AMOUR, 75 cl, statt Fr. 63.– nur Fr. 47.40
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton G CUVÉE, 75 cl, statt Fr. 89.40 nur Fr. 71.40
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton SALVAGNIN VAUDOIS AOC FEU SACRÉ, 75 cl, statt Fr. 51.– nur Fr. 41.40
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton DÔLE AOC VALAIS NUIT D'AMOUR, 75 cl, statt Fr. 65.40 nur Fr. 51.–
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton MERLOT TICINO DOC SELEZIONE D'AUTORE, 75 cl, statt Fr. 83.70 nur Fr. 69.60

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 29. September bis zum 1. November 2014, solange Vorrat.

Diese Aktion gilt vom 29. September bis zum 1. November 2014, solange Vorrat.

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



ECHT BERGFRISCH



Elmer®

AKTION

Aktion gültig vom 20. Oktober –
25. Oktober 2014 in Ihrer Volg Filiale



**1 WOCHEN FERIEN
IM MÄRCHENHOTEL
IN BRAUNWALD ZU
GEWINNEN.**



**Wir verlosen eine Woche für 2 Erwachsene und
2 Kinder im Märchenhotel Bellevue in Braunwald.**
Teilnehmen: E-Mail bis am 17. Oktober 2014 mit
Vermerk Märchenhotel, mit Adresse und
Telefonnummer an info@ramseier.ch.

Teilnahmebedingungen: Teilnahmeschluss ist der 17.10.2014. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Mitarbeiter der 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.

Ei, Ei, Ei, ein treuer Begleiter

Als Frühstücksei, Pausensnack, zum Picknick oder als klassische Sauceneier zum Znacht: Das ovale Ei schmeckt rund um die Uhr.



Sauceneier

Für 4 Personen:
8 frische Eier an der dicken, runden Seite mit einer Nadel einstechen, in leicht kochendem Wasser 8 Min. garen. 1 Bt. Knorr **Currysauce** (Pulver) in 3 dl kalte **Milch** und 1 dl **Rahm** geben, mit dem Schwingbesen durchmischen, unter ständigem Rühren aufkochen. Eier aus dem Topf nehmen, schälen, halbieren. Mit Currysauce übergiessen.
Tipp: Als Beilage passen Reis oder Hädöpfelstock. Currysauce nach Belieben mit Pfirsichschnitzen oder in Butter gerösteten Mandelstäbchen verfeinern.

Das Ei gehört zu den wertvollsten Nahrungsmitteln schlechthin. Es enthält lebenswichtige Baustoffe, zum Beispiel in Form von hochwertigem Eiweiss und Mineralstoffen. Es versorgt uns mit allen Vitaminen, ausser Vitamin C. In einem einzigen Ei steckt rund ein Achtel des Tagesbedarfs an Vitamin A und B2, welche unter anderem eine Bedeutung für unser Sehvermögen haben. Vitamin D wiederum wird unter anderem für den Knochenaufbau benötigt. Und mit lediglich 0,2 Gramm Kohlenhydraten erfreuen sich Eier stetiger Beliebtheit in der modernen Ernährung.

Pause mit Würze

Die ernährungsphysiologischen Vorteile der Eier sind bekannt. In der kompakten 2er-Verpackung mit der beliebten Streuwürze Aromat sind Picknickeier der gesunde und praktische Snack für jede Pause!



Ihr Partner rund ums Ei • Le pro de l'œuf

EiCO bringt allerhand Eier in den Volg. Von «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Eiern über Agri Natura-Eier bis Picknickeier mit Aromat.





Typisch Schweiz – Typisch Volg

Dörrbohnen kamen in Philipp Käppelis Kindheit regelmässig auf den Tisch. Damals stammten die im Handel erhältlichen getrockneten Bohnen allerdings noch aus dem fernen China. Seit 2011 sorgt sein Unternehmen agrofrucht-Inn dafür, dass Schinkli oder Berner Platte von Dörrbohnen begleitet werden, die auf einheimischen Feldern geerntet werden. Die Beilage wird also nun auch da produziert, wo sie Tradition

hat: in der Schweiz. Typisch Schweiz ist bei den im Volg erhältlichen Dörrbohnen die gesamte Wertschöpfungskette – vom Ernten der frischen Bohne bis zum Verpacken der getrockneten.

Unsere Bohnen sind anders

Die Bohnen wachsen und gedeihen hauptsächlich auf Feldern im Aargau. Eine Fläche von etwa sieben Fussballfeldern benötigen

allein die Dörrbohnen für Volg. Die agrofrucht-Inn setzt auf die Buschbohnen-sorten Cadillac. Anders als die getrockneten chinesischen Stangenbohnen bleiben diese auch nach dem Trocknen grünlich. Im Biss sind sie ebenfalls anders. Daran musste sich ein Teil der Konsumenten erst gewöhnen. Mittlerweile liegen die Schweizer Dörrbohnen hoch im Kurs. Beliebte machen sie sich durch einen weiteren Vorteil. Denn das Schweizer

Urschweizer Beilage aus Schweizer Bohnen

Die agrofrucht-Inn in Merenschwand (AG) interessiert sich für die Bohne. Und zwar für die einheimische. Daraus produziert sie ganz natürlich Schweizer Dörrbohnen für Volg.



Produkt muss nicht zwingend über Nacht eingeweicht werden. «Es reicht vollkommen aus, die Bohnen eine Stunde in lauwarmes Wasser zu legen», gibt Philipp Käppeli einen Tipp. Er selbst isst Dörrbohnen auch heute noch regelmässig. Wie er sie am liebsten mag? Das verrät das Rezept auf der Rückseite der Verpackung.



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.



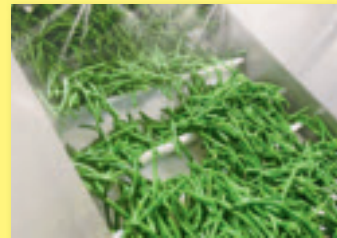
Aus 1 Kilogramm frischen Bohnen entstehen 100 Gramm Dörrbohnen. Diese vermeintlich kleine Menge macht 4 Personen satt.



Philipp Käppeli, Geschäftsführer agrofrucht-Inn: «Klein, aber sehr flexibel und professionell – das haben wir mit Volg gemeinsam. Wie Volg auf das nahe Einkaufen im Dorf setzt, setzen wir auf die Rohstoffe in unserer Nähe.»

Nur Schweizer Rohstoffe

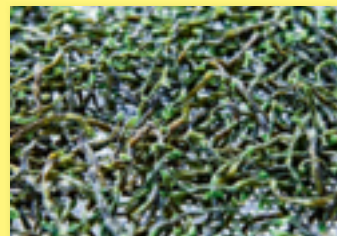
Wie lange müssen die Schweizer Bohnen trocknen? Welches ist die ideale Ofentemperatur? Lange hat man bei der agrofrucht-Inn im aargauischen Merenschwand getüftelt, bis man mit den Schweizer Dörrbohnen rundum zufrieden war. «Umso wichtiger ist uns, das erarbeitete Wissen unserer 37 Mitarbeitenden zu behalten. Ein klar definiertes Ziel unserer Firma ist daher eine langjährige Zusammenarbeit – das gilt auch hinsichtlich unserer Geschäftspartner wie Volg», hält Philipp Käppeli fest. Die 2008 gegründete agrofrucht-Inn veredelt und trocknet Früchte und Gemüse. Dabei werden ausschliesslich Schweizer Rohstoffe erntefrisch und schonend verarbeitet.



1. Die Bohnen kommen gerüstet und blanchiert auf das Band. Vor dem Trocknen werden sie nochmals gründlich gewaschen.



2. Die Bohnen werden von Hand auf Bleche verteilt. Die erfahrenen Mitarbeitenden haben das Fingerspitzengefühl für die richtige Menge.



3. Die Trocknungsphase im Ofen bei schonenden 45–65 Grad beträgt 10 Stunden; rund 3 weitere Stunden dauert das Auskühlen und Verpacken der Produkte.



4. Eine Mitarbeiterin führt im Labor die Probe durch. Sie schneidet die Dörrbohnen in Stücke und testet danach maschinell, ob der Trocknungsgrad stimmt.

neu Novissimo

Beim Naschen Blond bevorzugt

Torino ist seit jeher in aller Munde. Neu ist Torino, im Herzen ein Praliné, nicht nur zärtlich verliebt, sondern total verknallt in Blond.

Unverschämt gut:
Torino Blond, 100 g

statt Fr. 2.70
Fr. 2.40

Torino Blond,
4 x 34 g

statt Fr. 4.50
Fr. 3.95



Wie kann man Zärtlichkeit in Schokolade fassen? Diese Frage stand am Anfang von Torino. Mit Torino brachte Firmengründer Camille Bloch 1948 als einer der ersten Chocolatiers eine gefüllte Tafelschokolade auf den Markt. Das zärtlich schweizerische Schokoladenergebnis überzeugt noch heute mit hochwertigen Zutaten und durch eine leidenschaftlich sorgfältige Herstellung. Jetzt startet Torino mit Blond durch, auch eine echte Innovation, die wieder von sich reden

macht. Denn so versteht man bei Camille Bloch den Begriff der Tradition: als ständige Erneuerung.

Caramellig blonde Kuvertüre

Das neue Torino Blond ist intensiver, noch betörender und ein kleines bisschen frech. Zartschmelzende Haselnuss- und Mandelcremefüllung mit einer caramelligen «blonden» Kuvertüre – im Volg erhältlich als Branche im praktischen Multipack und Tafel. Ein unvergleichlicher Genuss zum Verlieben.

neu



statt Fr. 4.90
Fr. 4.40

Blond, klein und fein:

Mini Ragusa Blond,
5 x 25 g



statt Fr. 2.65
Fr. 2.35

Mit neuem Biss:

Toblerone Crushed Corn,
100 g



Fr. 1.-

Fruchtig, wie ein Apfel:

Andros Compotes
Pocket Apfel Nature, gekühlt
100 g



statt Fr. 10.95
Fr. 9.85

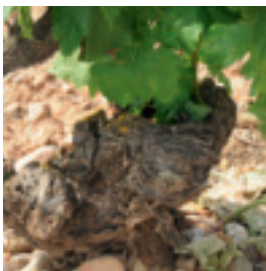
Für den Extra-Knusperspass:

Felix Sensations Crunchy Crumbles,
10 x 100 g + 1 x 40 g

75 cl Qualität in der 50 cl Flasche!

NEU

Der Kleine aus dem Rioja.



RIOJA DOCA CRIANZA SANCHO GARCÉS 50CL

Intensive Aromen von roten und schwarzen Beeren, süssen Gewürzen, Nelken und Zedernholz. Am Gaumen weicher Auftakt, mittelgewichtige, gute Balance von Frucht-, Würze- und Barriquearomen. Passt zu: Wildgerichten, Paella, Grilladen, Tapas, Kalbsleber mit Rösti, Mistkratzerli mit Polenta, Manchego Käse.

Dieser Wein ist evtl. in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich.

Das Haus der Weinkultur.



VOLG WEINKELLEREIEN


Hausmarke

Caquelonfertiges Chäserei-Fondue

Caquelon, fertig, los! Das fixfertige Volg Chäserei-Fondue aus Schweizer Bergkäse zaubert innert Kürze Hüttenromantik in die Stube.

Das Volg Chäserei-Fondue macht jetzt wieder «gueti Luune»! Direkt aus einer kleinen Schweizer Käserei im Appenzell gelangt es in die Dorfläden. Für die hochwertige Mischung wird ausschliesslich Schweizer Bergkäse verwendet. Weisswein, Stärke und Knoblauch sind bereits im perfekten Verhältnis in der Mischung enthalten, so dass man das Fondue nur noch unter stetigem Rühren langsam aufkochen muss.

Restlos glücklich geniessen

Erwärmt man den geschlossenen Beutel vorher eine Minute in warmem Wasser, bekommt man die Mischung auf einfache Weise restlos aus dem Beutel. Denn von diesem traumhaft mild-würzigen Fondue gibt man freiwillig nicht das kleinste bisschen davon her!

Caquelon und Rechaud: www.schwarzkitchen.com



Anders aufpiessen

Das Volg Chäserei-Fondue schmeckt wie jedes Fondue mit knusprigen Brotwürfeln. Wer Abwechslung auf der Fondue-Gabel sucht, serviert kleine, nicht zu weich gekochte Kartoffeln, Ananas- oder Birnenstücke oder vorgegartes Gemüse dazu.



Enthält alles, was ein feines Fondue braucht: das Volg Chäserei-Fondue, welches eine kleine Schweizer Käserei eigens für Volg herstellt.

600 ml
Fr. 13.90

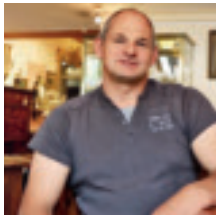


Volg. Im Dorf daheim.

Le Landeron



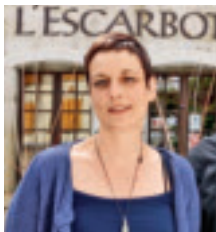
Historisches findet man in Le Landeron das ganze Jahr über. Die Altstadt des mittelalterlichen Dorfs im Kanton Neuenburg ist weitgehend erhalten geblieben und steht unter Schutz der Eidgenossenschaft. Das alte Rathaus aus dem 15. Jahrhundert mit der Kapelle der Zehntausend Ritter, das



«Dieses Jahr organisieren wir bereits die 40. Brocante.»

Etienne Muttner,
vom OK der Brocante

Schloss gleich neben dem Stadttor oder die vielen geschmückten Brunnen sind nur einige von vielen Sehenswürdigkeiten mit einer langen Geschichte. Einmal im Jahr kommen auf dem grössten Schweizer Freiluftmarkt seiner Art mit rund 200 Ständen zahlreiche Kunstschätze hinzu. Die Brocante Le Landeron ist jedoch mehr als ein Antiquitätenmarkt. Es werden verschiedene künstlerische und musikalische Darbietungen geboten und lokale Vereine sorgen an Verpflegungsständen für das leibliche Wohl.



«Die spannenden Weine aus der Region kann man bei uns probieren.»

Claire Vieira,
Restaurant L'Escarbot

Dieses Jahr findet die Brocante, die Besucher weit über die Landesgrenzen hinaus anzieht, vom 26. bis 28. September statt – und feiert mit der 40. Durchführung erst



«Den (Feins vom Dorf)-Wein Cuvée Mathilde habe ich nach meiner Tochter benannt.»

Jean-Daniel Giaque,
Winzer und «Feins vom Dorf»-Produzent

noch ein Jubiläum. Ein kleiner Tipp: Wer ein Schnäppchen sucht, sollte die Brocante gleich am Freitag ab 14 Uhr besuchen, wenn die Händler ihre Stände aufbauen.

Etwas jünger ist die Geschichte des Volg im Dorf. Seit 2012 ist er in Le Landeron zuhause. Lokale Spezialitäten haben natürlich auch hier bereits Tradition. Im «Feins vom Dorf»-Sortiment (auf Französisch mit «Délices du village» gekennzeichnet) sind zum



«Am schulfreien Nachmittag offerieren wir den Kindern ein Zvieri. Was wir dafür brauchen, kaufen wir im Volg.»

Yves Scheidegger,
Animateur bei Le CAP

Beispiel Weine von Jean-Daniel Giaque von der Domaine du Signolet. Und wer einen lokalen Tropfen zu einem guten Essen geniessen möchte, kehrt ins Restaurant L'Escarbot in der Altstadt ein, wo die Weine der Region einen hohen Stellenwert einnehmen.

Eindrücke von der historischen Altstadt und was jungen Menschen in Le Landeron geboten wird, sehen Sie im französischsprachigen Film unter www.volg.ch.



üse See

Der Zihlkanal gestalten unser Landschaftsbild. Weitum bekannt ist

Brocante

akt der Schweiz. Ein Ort, wo man gerne einkauft, ist

üse Volg

s Motto «frisch und fründlich» täglich gelebt wird.



Volg-Werbekampagne 2014

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

Wieder mit Film

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



Der Cuvée Mathilde von Jean-Daniel Giauque wird aus Pinot blanc, Pinot gris, Riesling und Gewürztraminer vinifiziert und ist im Volg Le Landeron «Feins vom Dorf»-Sortiment.



Der Tessinener Grappa



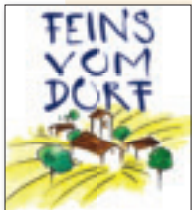
* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Im Solera-
Verfahren
gereift.



www.latelтин.com



Feins vom Dorf

In der Freizeit Feuerwehrmann und beruflich Obstbauer ist Andreas Suter aus Lupfig (AG). Tatütata! Jetzt sind seine erntefrischen Äpfel da.

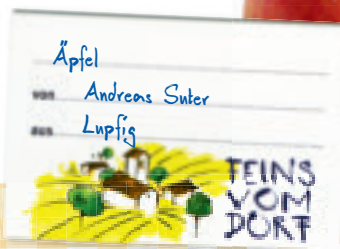
Die Hebebühne vereinfacht Andreas Suter die Arbeit; zum Beispiel bei der Ertragsregulierung im Sommer. Er belässt dabei nur so viele Äpfel, dass er später die optimale Menge und Früchte in der idealen Grösse ernten kann.



Äpfel aus Lupfig

**ÖISE
LADE
TIPP**

Jetzt haben Herbstäpfel Saison. Mehr über die erntefrischen Sorten auf Seite 63.



Produkte mit Lokalcharakter

In allen Volg-Läden sind unter der Bezeichnung «Feins vom Dorf» lokale Spezialitäten erhältlich, die 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 Äpfeln vom Loorhof sind im Volg Lupfig lokale Weine wie das Aargauerli der Weinbaugenossenschaft Schinznach-Dorf, Eigenämterhoney von Richard Anderegg, Lupfig, und Fleischspezialitäten wie die Rauchwurst der Metzgerei Suter, Oberflachs, im «Feins vom Dorf»-Sortiment.



Im Volg Lupfig von Ladenleiter Jeton Dushaj erfreut sich nebst Gala besonders der saftige Pinova von Andreas Suter grosser Nachfrage.

Im Oktober herrscht Hochbetrieb zwischen den Niederstamm-Äpfelbäumen auf dem Loorhof im aargauischen Lupfig. Die Äpfel sind reif! Und das auf gut fünf Hektaren. Alleine könnten der 26-jährige Obstbauer Andreas Suter und seine Eltern Christoph und Yvonne die Ernte nicht bewältigen. Helfende Hände kommen aus nächster Nähe. Etwa sechs bis acht Frauen aus dem Dorf unterstützen die Familie beim Pflücken. Unter den rund 15 verschiedenen Sorten sind Herbstäpfel wie Elstar oder Cox Orange ebenso wie Lagersorten mit den Apfel-Lieblingen Gala oder Braeburn. Dank dem modernen Kühlraum sind Äpfel vom Loorhof das ganze Jahr über im Volg Lupfig erhältlich.

Das Handwerk verstehen

Was vor einem Vierteljahrhundert mit den ersten Niederstamm-Kulturen des Grossvaters begann, setzt Familie Suter als Generationengemeinschaft fort. Hüten die Suters ein besonderes Apfel-Geheimnis für ihre schönen Früchte? «Wichtig ist, das Handwerk zu verstehen – vom Schneiden der Bäume im Winter bis zum Pflanzenschutz zum perfekten Zeitpunkt», sagt Andreas Suter.





Kleine Gebäcke, grosser Genuss!

Die Muffins mit feinen Schokoladenstücken gehören zu den beliebten Klassikern aus der Backstube. Die Backmischung von Dr. Oetker ist nach dem feinen Originalrezept verarbeitet – so gelingen Ihre Muffins ganz sicher.



Qualität ist das beste Rezept.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Treue Kundschaft kriegt alles gebacken

Ab 29. September punkten Sie im Volg genussvoll und günstig: mit den Premium Emaille Backformen «Back-Spass» von Dr. Oetker.



Siemens Handrührer MQ 955 PE

bamix Stabmixer SL 200 mit Zubehör (Messerset, Fleischmesser, Processormühle, Becher mit Deckel, Krug, Ständer)



An kalten Tagen ist die Lust zu backen besonders gross. Cakes, Torten, Kuchen und natürlich zur Weihnachtszeit allerlei Guetzli ... Mit unserer Treueaktion und den Dr. Oetker Premium Emaille Backformen «Back-Spass» sowie weiterem Backzubehör teigen Sie jedes Backwerk an. Vom 29. September 2014 bis zum 31. Januar 2015 erhalten Sie im Volg für jeden vollen 10-Franken-Einkauf einen Treuepunkt. Bereits mit 10 Punkten können Sie Backformen, Rühr- und Küchenschüsseln, ein Herdbackblech oder eine Backwaage zum Sonderpreis erstehen.



Springform Ø 26 cm



Herdbackblech verstellbar, 22 x 41-53 cm

Rühr- und Küchenschüsseln Ø 20 cm oder 24 cm, Edelstahl



Gugelhupform Ø 24 cm



Kastenform 30 cm



Rechteck-Springform 28 x 18 cm

Digitale Backwaage mit Sicherheits-Glasteller



Brat-/Auflaufform 27 x 33 cm



Bis zu 54 Prozent sparen

Für einen perfekten Mix sorgen die Goldangebote: Ab 20 Punkten profitieren besonders treue Kunden von einem kraftvollen und leisen Handrührer von Siemens sowie vom multifunktionalen Stabmixer von bamix. Bei den Angeboten der Treueaktion gibt es bis zu 54 Prozent Ermässigung auf den Normalpreis. eingelöst werden können die gesammelten Punkte bis zum 14. Februar 2015.

CURRY-WURST

Schon probiert?



5.95 CHF

**MIT SCHWEIZER
QUALITÄTSWURST!**

Schnelle und einfache Zubereitung in
der Mikrowelle oder im Wasserbad.

FIX-FERTIG
Mit dabei „Piekser und
Currypulver“



Jetzt
im Kühlregal





Für Wurstliebhaber ist der Herbst die schönste Zeit des Jahres. Zu Klassikern wie Cervelas gesellen sich raffinierte Saisonspezialitäten.



Im Herbst ist alles Wurst!

Wie im Herbst draussen gern ein Lüftchen weht, kommt drinnen im Dorfladen frischer Wind ins Wurstsortiment. Dem rauen Wetter entsprechend sind die Saisonspezialitäten nahrhaft und währschaft. So trumpft zum Beispiel der Emmentaler Käse-Schüblig mit Schmelzkäse im Brät auf. Die Emmentaler Rauchwürstli hingegen erhalten in der Räucherammer ihre Extraportion Würze.

Aus West, Ost und Nord

Im Westen der Schweiz ist an kühlen Tagen Zeit für eine saftige Saucisson, eine Waadtländer Spezialität, die den Röstigraben längst

hinter sich gelassen hat. Im Osten des Landes wiederum beisst man jetzt in die wohl beste Bratwurst des Jahres: An der Herbstmesse Olma vom 9. bis 19. Oktober hat die Olma Bratwurst ihren grossen Auftritt. Dabei handelt es sich um die grössere Ausgabe der traditionsreichen St. Galler Bratwurst. Und wer es gerne riesig und geschmackstark hat, entscheidet sich für den Olma Schüblig. Und nördlich der Schweiz? Hier bestellt man zu «Bretz'n» und Weissbier eine Weisswurst. Die bayrische Wurstspezialität erfreut sich, wie die Tradition, Oktoberfeste zu feiern, längst auch bei uns grosser Beliebtheit.

Mit den Stichworten Schüblig, Weisswürste, Rauchwürstli, Saucisson oder Bratwurst finden Sie auf der Rezeptdatenbank unter www.volg.ch viele gute Koch-Ideen.

Sorgen für Abwechslung im Wurstsortiment: beliebte Wurstspezialitäten für kalte Tage.

St. Galler Bratwurst



Weisswürste



Olma Bratwurst



Emmentaler Käse-Schüblig



Saucisson



Emmentaler Rauchwürstli



**WEIL HEUTE ABEND
SIE DRAN SIND
MIT KOCHEN.**



ES GIT IMMER EN GRUND.

mehr zum thema

Salz & Pfeffer

Pfeffer und Salz. Kaum ein herzhaftes Rezept kommt ohne die beiden Küchenstars aus. Entdecken Sie die Gewürzklassiker Korn für Korn.

SALZ UND PFEFFER AUF DER SPUR

Pfeffer und Salz sind die wichtigsten Gewürze unserer Küche. Meist treten sie zu zweit auf – weil sie einfach zusammengehören. Wir gehen thematisch dahin, wo der Pfeffer wächst, und sorgen für das Salz (nicht nur) in der Suppe – mit Wissens-Körnern zu Salz und Pfeffer und pfiifigen Koch-Ideen. Pfeffer-Mix in der Mühle, Meersalz, Fleur de Sel oder Sel des Alpes? Die feinen würzigen Unterschiede deckt unser Pfeffer- & Salzion auf.

**ÖISE
LADE
TIPP**

Wie Yin & Yang in der chinesischen Philosophie einander verstärken und immer gemeinsam auftreten, gehören Salz und Pfeffer in der Küche zusammen.

Marokkanische Salzzitronen

Für 2 Einmachgläser:

1 EL schwarze Pfefferkörner im Mörser leicht zerdrücken, 8 Zitronen waschen und vierteln. Zitronenstücke abwechselnd mit 200 g grobem Meersalz, 6 Lorbeerblättern und Pfeffer in 2 Einmachgläser schichten. Alles gut andrücken und 12 Std. ziehen lassen, damit sich das Salz auflöst. 4 weitere Zitronen auspressen, Saft zu den eingelegten Zitronen im Glas giessen. Mit 6 EL Olivenöl bedecken und verschliessen. Mindestens 3 Wochen an einem kühlen dunklen Ort durchziehen lassen, perfekt werden sie nach gut 6 Monaten.

Tipp: vor der Verwendung Zitronen aus dem Glas nehmen, mit kaltem Wasser abspülen, aufklappen und Fruchtfleisch entfernen. Die weiche Schale klein schneiden und Gerichte damit verfeinern. Salzzitronen passen zur nordafrikanischen Küche wie Couscous, zu gebratenem Fleisch oder Fisch sowie zu Hülsenfrüchten.

Schweizer Salz

Seit über 450 Jahren wird durch die Schweizer Salinen Salz in unserem Land abgebaut. Darunter sind die bekannte Produktlinie Jura-Sel, welche in der Region Basel gefördert wird, und das in Bex gewonnene Sel des Alpes. Schweizer Salz kann man auch erleben. Wo und wie? Infos unter www.salz.ch.

MEHR ALS DAS SALZ IN DER SUPPE

Jod und Fluor

Speisesalz ist teilweise mit Jod und manchmal zusätzlich mit Fluor versehen. Beides sind Spurenelemente, welche die Gesundheit unterstützen. Jod ist für die normale Funktion der Schilddrüse unerlässlich; Fluor stärkt als Kariesprophylaxe den Zahnschmelz.



Salz macht saftig

Ein Mantel aus Salz um zarte Stücke macht nicht salzig, sondern saftig. Poulet, ganze Fische, Lachsfilets, aber auch ein Braten garen in der Salzkruste besonders schonend, weil die Hitze nur indirekt einwirkt. Durch die Kruste kann zudem kein Saft entweichen, das volle Aroma bleibt erhalten und das Fleisch wird schön zart.

Poulet in Salzkruste

Für 4 Personen:

1 Poulet mit Pfeffer aus der Mühle würzen, mit 1 TL Olivenöl bepinseln. 1 Eiweiss leicht anschlagen, mit 500 g grobem Meersalz vermischen. Ist der «Salzteig» zu trocken, 1–2 EL Wasser dazugeben. Aus dem «Salzteig» einen Sockel auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, Poulet darauf platzieren, mit Salzteig bedecken und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C 45 Min. backen. Zum Geniessen aus der Salzkruste nehmen.

Aroma-Salz

Für 100 g:

75 g grobes Meersalz, 7 g getrockneter Liebstöckel, 5 g getrockneter Kerbel, 4 g getrockneter Dill, 7 g getrockneter Schnittlauch und 3 g getrockneter Estragon in einen grossen Mörser oder eine Küchenmaschine geben. Mörsern oder durchhacken, bis ein gleichmässig durchmisches Kräutersalz entsteht. In ein gut verschliessbares Glas füllen und trocken aufbewahren.

Tipp: sehr gut geeignet zum Würzen von Suppen und Eintöpfen.

Salz als Glücksbringer

«Brot und Salz – Gott erhalt's», besagt ein altes Sprichwort. Das stärkende, überlebenswichtige Brot und das kräftigende, konservierende Salz sollen gemeinsam vor dem Verfall schützen. Ehepaaren oder Neubürgern eines Eigenheims wird symbolisch daher gerne Salz und Brot für anhaltendes Glück geschenkt. Auch heisst es, soll es ihnen so nie an Nahrung mangeln.



Ein Gewürz, das Gold wert ist

Als Ursprungsland des Pfeffers gilt Indien. Während das Gewürz heute in jeder Küche fleissig zum Einsatz kommt, war es früher so kostbar, dass es mit Gold aufgewogen wurde. Man schenkte es zur Mitgift oder beglich Steuern damit.

Pfeffernüsse

Für 30 Stk.:

200 g **Zucker** und 2 **Eier** schaumig schlagen, bis eine helle weisse Masse entsteht. Abgeriebene, fein gehackte Schale von 1 **Zitrone** daruntermischen. 250 g **Mehl**, 1 TL **Backpulver**, 2 Pr. gemahlene **weissen Pfeffer**, 1 Pr. **Nelkenpulver**, 1 Pr. gemahlene **Muskat** dazusieben. Alles zu einem Teig verarbeiten. Teig zu nussgrossen Kugeln formen, auf ein gut gefettetes Backblech legen und bei 180 °C 5–10 Min. backen. 3 EL **Puderzucker** mit wenig Wasser verrühren, ausgekühlte Pfeffernüsse damit bepinseln.

Lammnierstück mit Pfefferkruste

Für 4 Personen:

2 **Lammnierstücke** mit **Salz** würzen. 1 EL **Bratbutter** in einer Pfanne erhitzen, Lamm darin rundum anbraten. 50 g **Butter**, 1 EL grob gehackte **Baumnüsse**, 2 EL **Paniermehl** und 1 EL grob gemörserte schwarze **Pfefferkörner** gut vermischen, über dem Lammfleisch verteilen. Unter dem Backofengrill bei 220 °C goldbraun überbacken, halbieren und auf Tellern anrichten.

Tipp: mit Kürbisgemüse an Pfefferbutter servieren.

Geh dahin, wo der Pfeffer wächst

Wer jemanden sprichwörtlich ins Pfefferland schickt, wünscht ihn sich ganz weit weg. Ursprung der Redewendung sind die früher sehr langen, weit entfernten Transportwege von Malaysia, Indien und Indonesien nach Europa.

Falsche Pfeffer-Spur

Wo Pfeffer draufsteht, ist nicht immer Pfeffer drin. Rosa Pfeffer stammt vom Brasilianischen Pfefferbaum, dessen Beeren lediglich pfefferähnlich schmecken. Der scharfe Cayennepfeffer (spanischer Pfeffer) ist ein Paprikagewächs.

Mahlen und streuen

Sein volles Aroma behält Pfeffer auf Dauer nur als ganzes Korn. Deshalb ist er frisch gemahlen wesentlich aromatischer als bereits gemahlen im Streuer. Einmal gemahlen, verliert er sein Aroma rasch. Man würzt mit Pfeffer daher am besten erst kurz vor Ende der Kochzeit.

Der Scharfmacher

Für den feurigen Geschmack des Pfeffers sorgt die Substanz Piperin. Sie kommt besonders stark im schwarzen Pfeffer vor und ist auch für die Verdauung gut.

Kürbisgemüse an Pfefferbutter

Für 4 Personen:

400 g in Würfel geschnittenen **Kürbis** in 1 EL **Olivenöl** andünsten, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen, mit 1 dl **Weisswein** ablöschen und zugedeckt weich dünsten. 50 g **Butter**, 5 gehackte **Salbeiblätter**, 1 EL bunte, gemörserte **Pfefferkörner** und Saft sowie abgeriebene Schale von $\frac{1}{2}$ **Zitrone** gut vermischen, eine Rolle formen und kurz kühlstellen. Butterrolle in vier Stücke teilen, Kürbisgemüse auf Tellern anrichten, Butter daraufgeben, servieren.

MIT PFIFF DURCHS

PFEFFERLAND

Das würzigste Fonduespiel der Schweiz: Brot verloren? Karte ziehen!

Aktionspreis vom 15.–18. Oktober 2014



JETZT 3 SAMMELKARTEN
UND GEWINNCODE IN
JEDER FONDUE-PACKUNG.



Appenzeller® Fondue ist in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

www.appenzeller.ch

Sauce Grüner Pfeffer

Grüner Pfeffer schmeckt angenehm frisch und ist weniger scharf. Die unreifen grünen Beeren werden oft in Salzlake eingelegt. Mit ihnen verfeinert man gern Saucen.



Weisser Pfeffer gemahlen

Sind die Beeren reif und rot, wird durch Einlegen in Wasser, Abreiben der Haut und Trocknen weisser Pfeffer gewonnen. Er hat die volle Schärfe, ist aber dezent im Aroma, ideal zum Würzen von Fisch und hellen Saucen.



Sel des Alpes

Sel fin mit Jod und Fluor aus der Saline von Bex. Durch Verdampfung kristallisiert, sodass es seine natürliche Reinheit bewahrt, ist es besonders fein.

PFEFFER- & SALZIKON DIE WÜRZIGEN UNTERSCHIEDE

JuraSel Speisesalz mit Jod und Fluor

Ein Naturprodukt aus der Schweiz, das aus unterirdischen Salzschieben, welche das Meer vor über 200 Millionen Jahren hinterlassen hat, gewonnen wird



Sauce Rosa Pfeffer

Rosa Pfeffer – botanisch kein «echter Pfeffer» – ist am zartesten im Geschmack und eher aromatisch als scharf. Daher passt er gut zu Fisch, Spargeln oder Poulet. Mit Rahm und Kräutern gibt er dieser Sauce die besondere Note.



Pfeffer-Mix-Mühle

Trocknet man die unreifen grünen Beeren vom Pfefferstrauch und lässt sie kurz gären, schrumpfen sie, werden hart und schwarz. Schwarzer Pfeffer hat viel Aroma und Schärfe. Zum schwarzen Pfeffer im Pfeffer-Mix gesellen sich Korianderkörner, Kardamom und grüne Paprikaschoten.



Meersalz-Mühle

Meersalz ist aus Meerwasser – oft in Salzgärten (Salinen) – gewonnenes Salz. In der Meersalz-Mühle steckt unjodiertes Meersalz aus dem Mittelmeer mit einer leichten Note von Kardamom.



**Bis zu 100%
Schutz und Geruchs-
neutralisierung.**



always



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

**CHF 5.-
BON** Auf jeder Packung
Sivocat White Hygiene.

Bon von der Packung ausschneiden
und einsenden an Promena AG,
Rheinstrasse 81, 4133 Pratteln



feine Körnchen
Geruch absorbierend

extrem saugstark
mit Zitrusduft

White Hygiene
Ultra compact
Feinklumpendes
Katzenstreu.

Comfort Deo*
Nicht klumpendes
Katzenstreu.

**Natürlich
hygienisch.**

Qualitäts-Katzenstreu
von Sivocat.



Wettbewerb

Traumferien im Schnee oder lieber am Strand? Jeder Gewinner entscheidet selbst, wie er seine Ferien zum Träumen und Geniessen verbringen möchte.



Tee trinken und von Ferien träumen

Mit einer Tasse Lipton-Tee auf dem Sofa in die Decke gekuschelt das ungemütliche Wetter und den Alltagsstress hinter sich lassen. Was gibt es an kalten Tagen Schöneres? Oder einfach einen Tee-Moment mit Freunden und Familie teilen? Beim gemeinsamen Tee-plausch schmeckt ein heisser Lipton-Tee gleich noch viel besser.

Teevielfalt mit Tradition

Neben dem weltweit beliebten Yellow Label Schwarztee bietet Lipton mit zahlreichen weiteren Sorten Grüntee, Kräuter- und Früchtetee für jeden das richtige Geschmackserlebnis. Einfach auswählen, heisses Wasser aufgiessen, ziehen lassen und geniessen. Die über 100-jährige Erfahrung in Teeanbau und Teeverarbeitung steckt in jedem Produkt und wird mit Liebe zu Innovation und fachlicher Kompetenz bis heute fortgeführt. So überrascht es nicht, dass Lipton weltweit Nummer 1 unter den Teeherstellern ist.

Einen feinen Lipton-Tee trinken und einen von zehn Gutscheinen für Ferien zum Entspannen gewinnen: Das macht die kalte Jahreszeit gemütlich.



Nebst dem beliebten Yellow Label Schwarztee sind weitere feine Sorten wie erfrischender Minz- oder fruchtiger Hagebuttentee (Rosehip) im Volg erhältlich.



WETTBEWERB

Wie heisst der weltweit beliebte Schwarztee von Lipton?

- A: Yellow Label
- B: Black Label
- C: Green Label

1. Preis im Wert von Fr. 2000.-
ein Kuoni-Reisegutschein für Ferien zum Entspannen und Geniessen

2. Preis im Wert von Fr. 1500.-
ein Kuoni-Reisegutschein für Ferien zum Entspannen und Geniessen

3. Preis im Wert von Fr. 1000.-
ein Kuoni-Reisegutschein für Ferien zum Entspannen und Geniessen

4. – 10. Preis im Wert von je Fr. 500.-
ein Kuoni-Reisegutschein für Ferien zum Entspannen und Geniessen

→ Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 24. Oktober 2014 unter www.volg.ch/volg-magazine
Per Telefon: bis 24. Oktober 2014 unter 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf, Festnetztarif. Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Name und Adresse auf das Band.
Per SMS: Senden Sie bis 24. Oktober 2014 eine SMS mit dem Keyword VOLGW und Lösungsbuchstabe an 4636, für 90 Rp./SMS.
Per Post: Lösung bis 20. Oktober 2014 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Lipton», Postfach 344, 8401 Winterthur.

*Nicht in allen Volg-Läden erhältlich

Die Mitarbeitenden von Unilever Schweiz und der Volg Konsumwaren AG sind nicht teilnahmeberechtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Gutscheine sind übertragbar und 3 Jahre einlösbar. Es wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Cailler[®] of Switzerland

-20%



auf ausgewählte Cailler Tafeln
(vom 27.10 bis 02.11.2014 in Ihrem Volg Laden)*



*erhältlich in Multipacks

**in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

PUR CHOCOLAT, PURE EMOTION.

WWW.CAILLER.CH



Maison Cailler depuis 1819



Aus Kaffee wird Kunst

Kaffee, Brot und Wein aktiv erleben und von einer neuen Seite kennenlernen? Unsere Freizeit-Ideen machen's möglich.

Keiner zaubert den Kaffee so perfekt in die Tasse wie ein gelernter Barista. Kaffeeliebhaberinnen und -liebhaber, die sich von der hohen Kaffee-Kunst ein Stückchen – und nicht zuletzt viele, viele Schlückchen besten Kaffees – einverleiben möchten, sollten sich den «activo»-Kurs «Home Barista» nicht entgehen lassen. Wo Sie mahlen, brühen und schäumen wie ein Profi, sehen Sie auf Seite 47.

Teigen, backen, reisen

Beim «activo»-Kurs duftet es unwiderstehlich nach Kaffee, beim Volg-Kochkurs herr-

lich nach frisch gebackenem Brot. An diesem Brotback-Kurs wird so einiges angeteigt und eine regelrechte Parade an Brot und Brötchen fabriziert. Und weil aller guten Dinge drei sind, kommen Geniesser gleich nochmals auf ihre Kosten: Die VOLG Weinreisen 2015 laden wieder ein, gute Tropfen in spannenden Regionen im In- und Ausland auf besondere Art zu entdecken.



Weinreisen

VOLG Weinreisen 2015. Seite 44



Outdoor

Den Garten winterfit machen. Seite 53



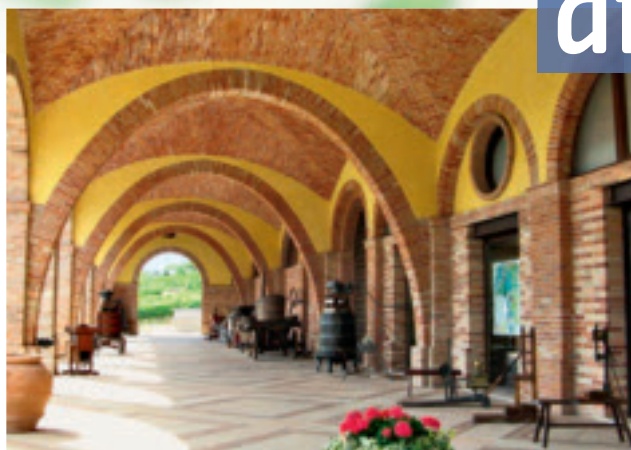
Kochkurs

Backe, backe Brote. Seite 57

Wein ist nicht gleich Wein. Und so unterschiedlich sich ein Tropfen trinkt, so abwechslungsreich kann man die Welt der Weine bereisen. Die Weinreisen 2015 der VOLG Weinkellereien haben diesbezüglich wieder für jeden Geschmack etwas zu bieten. Das eher unbekanntes Weinbaugebiet Bulgarien und seine reichen Kulturschätze stehen ebenso auf dem Programm, wie die traditionelle Champagne und das Veneto. Das unberührte Kampanien lockt nebst seinen Rebbergen auch mit der Stadt Neapel und der atemberaubenden Amalfi-Küste. Wer nur wenige Tage Zeit hat, kommt in der Schweiz auf seine Kosten. Im Hinterland von Genf zeigen Chasselas und Gamay neue Seiten und die Bündner Herrschaft wird an einer 2-tägigen Reise nur für weibliche Weinfans zur «Frauschaft». Das gemeinsame Entdecken, Geniessen, Degustieren und Spasshaben stehen bei allen Reisen auf dem Programm.



Bereisen Sie die Welt der Weine



Weine entdeckt man am besten dort, wo sie herkommen. Die Weinreisen 2015 der VOLG Weinkellereien bieten die Möglichkeit, spannende Weinbaugebiete kennenzulernen.

Kurt Feser von den VOLG Weinkellereien hat erneut Weinreisen zusammengestellt, bei denen zahlreiche Höhepunkte auf dem Programm stehen.





Weinreise
SCHWEIZ
Genf

28.–30. Mai 2015

Im Hinterland der kosmopolitischen Stadt Genf verbergen sich rund 1300 Hektaren Rebland, womit der Kanton der drittgrösste Weinkanton der Schweiz ist. Wir entdecken die Weine aus der Gamay- und Chasselas-Traube in einem neuen Auftritt und lassen uns von Chardonnay, Sauvignon Blanc, Aligoté, Gamaret und Garanoir überraschen!

3 Tage **Fr. 1130.–**
pro Person im Doppelzimmer

Weinreise
FRANKREICH
Champagne

2.–5. September 2015

Wir logieren in den Städten Troyes und Reims. Von hier aus besuchen wir die bekannten Champagner-Häuser. Nach den Visiten bei Gremillet, Nicolas Feuillatte, Goutorbe und Pannier ist die Besichtigung von Moët & Chandon das Highlight! Das exquisite Galadiner in der Orangerie des Hauses rundet die Reise ab.

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



Weinreise
BULGARIEN

5.–14. Juni 2015

Das Land verspricht einen immensen Schatz an Kultur. So steht nebst den Besuchen bei verschiedenen Weingütern auch das Entdecken kultureller Höhepunkte auf dem Programm. Wir besuchen unter anderem die historischen Orte Arbanasi und Veliko Tarnova, lassen uns vom Duft der Rosen im «Tal der Rosen» betören und folgen der Ruhe im Kloster Batschkovo.

10 Tage **Fr. 2480.–**
pro Person im Doppelzimmer



Weinreise
ITALIEN
Kampanien

7.–14. Oktober 2015

In allen italienischen Regionen hat der Weinbau Tradition, doch an kaum einem Ort lässt er sich so weit zurückverfolgen wie in Kampanien. Die Region hat noch mehr zu bieten: Büffelfarmen, die Ausgrabungsstätte Pompeji, die Amalfiküste, die Stadt Neapel mit dem nahen Vulkan Vesuv. Entdecken Sie diese zaubernde Gegend!

8 Tage **Fr. 2560.–**
pro Person im Doppelzimmer



Weinreise
ITALIEN
Veneto

24.–28. Juni 2015

Die Region Veneto besticht durch ihre hervorragenden Weine und grossen Prosecco! Wir lernen beim Besuch einer Riseria die Kultivierung des Reises kennen, logieren in der schönen Stadt Verona und haben die Möglichkeit, in der bekannten Arena die Opern Nabucco, Tosca oder Aida zu besuchen.

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



Von Frau zu Frau
SCHWEIZ
Bündner Herrschaft

28.–29. August 2015

Ein zweitägiger Ausflug, bei dem Frauen unter sich sind und wir das Handwerk verschiedener Winzerinnen und ihre Weine kennenlernen.

2 Tage **Fr. 790.–**
pro Person im Doppelzimmer

Weinreise 2015

Wir sind dabei!

Anmeldung

- Ja, ich/wir möchte(n) mehr Informationen
- Ja, ich/wir reserviere(n) folgende(n) Platz/Plätze
- Weinreise Schweiz, Genf, 28.5.–30.5.2015
- Weinreise Bulgarien, 5.6.–14.6.2015
- Weinreise Italien, Veneto, 24.6.–28.6.2015
- Weinreise Frankreich, Champagne, 2.9.–5.9.2015
- Weinreise Italien, Kampanien, 7.10.–14.10.2015
- Von Frau zu Frau, Schweiz, Bündner Herrschaft, 28.8.–29.8.2015

Name/Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

E-Mail

Telefon

Anzahl Personen

Datum, Unterschrift

Coupon einsenden an:

VOLG Weinkellereien, Weinreisen, Feldstrasse 16/18, Postfach, 8401 Winterthur

Auskunft / Info: Kurt Feser, VOLG Weinkellereien, Telefon 058 433 71 11, Fax 058 433 71 09 oder Mail an: kurt.feser@volgweine.ch
www.volgweine.ch

Die Teilnehmerzahl ist auf 32 Personen beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

**DU BIST NICHT DU
WENN DU HUNGRIG BIST.®**



SNICKERS

UND DER HUNGER IST GEGESSEN



Kaffee kochen wie ein Profi

Wie ein Barkeeper für Cocktails zuständig ist, ist der Barista in einem Café oder einer Espresso-Bar der Profi für den perfekten Kaffee. Die Grundkenntnisse der Kunst, zuhause einen Kaffee wie ein echter Barista zuzubereiten, erlernen Sie in unserem «activo»-Kurs «Home Barista».

Kurs in duftem Ambiente

Sie erfahren allerhand Wissenswertes zu Kaffee und seiner Geschichte, legen aber auch tatkräftig an der Kaffeemaschine Hand an: Kaffee brühen, die Crema werten, mit dem Siebträger gekonnt umgehen, die Milch schäumen und – die Krönung der Kaffee-Kunst – ein kleiner Einblick in die hohe Kunst der «Latte Art», des Verzierens mit cremigem Milchschaum. Und das alles inmitten des feinen Dufts von bestem Kaffee, der natürlich auch getrunken wird.

Kosten: Fr. 165.– pro Person inkl. Getränke und Kursunterlagen

Sonntag, 2. 11. 14, 18–22 Uhr

Ort: 3011 Bern, Adriano's Meetingroom, Theaterplatz 2, 3. OG

Kursleitung: Sascha Müller, Adriano's Bar und Kaffee

Dienstag, 4. 11. 14, 18–22 Uhr

Ort: 9014 St. Gallen, Zürcherstr. 204e

Kursleitung: Bruno Trepp, Kaffeewelt

Samstag, 8. 11. 14, 14–18 Uhr

Ort: 8181 Höri, Henauer Kaffee, Kaffeerösterei, Hofstr. 9

Kursleitung: Nina Rimpl, Giovanni Meola

Mitbringen: private Siebträgermaschine mit Kaffeemühle und Tamper, falls vorhanden

Donnerstag, 13. 11. 14, 14–18 Uhr

Ort: 6031 Ebikon, Rast Kaffee, Zugerstr. 9

Kursleitung: Evelyne Rast

Vom Kaffee-Liebhaber zum Kenner. Alles über Kaffee und die perfekte Zubereitung lernen Sie im «activo»-Kurs «Home Barista».

Anmeldungen für die Kurse «Home Barista»

- Ja, ich/wir reserviere/-n ____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Home Barista» in Bern.
- Ja, ich/wir reserviere/-n ____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Home Barista» in St. Gallen.
- Ja, ich/wir reserviere/-n ____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Home Barista» in Höri.
- Ja, ich/wir reserviere/-n ____ (Anzahl) Plätze für den Kurs «Home Barista» in Ebikon.

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

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

Anmeldeschluss: 24. Oktober 2014



MODERNSTE KAFFEEKUNST IM TOP ANGEBOT

Sie bezahlen **79.-** CHF

GUTSCHEIN FÜR KAPSELN im Wert von **20.-** CHF



Das neueste Model von NESCAFÉ® Dolce Gusto® für nur CHF 79.- statt 129.-*
Sie erhalten zusätzlich einen Gutschein im Wert von 20.- einzulösen auf unserem Onlineshop www.dolce-gusto.ch

*Basispreis auf www.dolce-gusto.ch ersichtlich
Der Gutschein ist nicht mit anderen Angeboten kumulierbar

Folgende Kapseln finden Sie bei Volg*:



*In kleineren Verkaufsstellen evtl. reduziertes Sortiment

SO BESTELLEN SIE: www.mycoffeepromotion.ch → Code: **N28dGvLG**
oder mit dem folgenden Bestellschein

BESTELLSCHHEIN

Senden Sie den ausgefüllten Bestellschein an die untenstehende Adresse. Sie erhalten dann Ihre NESCAFÉ® Dolce Gusto® Kaffeemaschine(n) und den Gutschein mit **Gratislieferung** in wenigen Arbeitstagen. Die Rechnung folgt separat.
NESTLÉ Suisse SA • NESCAFÉ Dolce Gusto • Promotion N28dGvLG • Postfach 352 • 1800 Vevey



Name/Vorname:

Strasse/Nr:

PLZ/Ort:

Tel: E-mail:
(damit Sie die Bestell- und Lieferbestätigung erhalten)

Datum und Unterschrift:



Wählen Sie Ihre Farbe und kennzeichnen Sie, wie viele Maschinen Sie möchten.

Das Angebot ist nicht kumulierbar und gilt solange der Vorrat reicht. Das Angebot ist bis zum 24.11.2014 gültig. Lieferungen sind ausschliesslich in die Schweiz und Liechtenstein möglich. Unsere Preise verstehen sich inkl. MwSt. Das Angebot ist auf 4 Maschinen und Fr. 650.- pro Lieferadresse limitiert. Vor Entgegennahme Ihrer Bestellung behält sich SWISSBILLING SA das Recht vor, Ihre Bonität über die Datenbank der CRIF in Zürich zu überprüfen. Die Rechnung gilt als 2-Jahres Garantie für die Maschine.

OBLO® ROT
 79.- CHF
statt 129.- CHF

OBLO® WEISS
 79.- CHF
statt 129.- CHF


Volg

Barbara Dürr,

NATURENA Erlebnishof Werdenberg

«Rustikal und
ideal für
den Herbst»



Kompakt und viel Geschmack: Härdöpfelgratin
von Barbara Dürr.

Rezepte der NATURENA-Bäuerinnen

Jeden Monat stellt eine Bäuerin der vier Volg NATURENA-Erlebnisswelten im Fricktal (AG), Seebachtal (TG), Werdenberg (SG) und Zugerland (ZG) im «Öise Lade» ein Rezept mit einer persönlichen Geschichte vor. Barbara Dürr verwöhnt auf ihrem nach biologischen Richtlinien geführten Hof in Gams oft Gäste mit Aperos und organisiert Familienfeste und Firmenanlässe.

Meine Rezept-Geschichte

Bevor ich die Bäuerinnenschule besuchte, hatte ich vom Kochen keine Ahnung. Mein Bruder hingegen absolvierte eine Kochlehre in einem Gourmet-Restaurant und begeisterte uns zuhause immer wieder mit Gerichten. Als er eines Tages einen Härdöpfelgratin servierte, musste ich wissen, wie man so etwas Gutes macht! Er verriet mir das Rezept und seither ist das «unser» Härdöpfelgratin. Für 4 Personen schneide ich **800 g mehlig kochende, geschälte Kartoffeln** in dünne Scheiben und lege sie in eine gefettete Gratinform. **5 dl Vollrahm** erwärme ich in einer Pfanne, würze ihn mit **Salz, Pfeffer und Muskatnuss**. Beim Würzen darf man sich verliebt zeigen! Denn der Rahm sollte leicht versalzen schmecken. Diesen giesse ich über die Kartoffeln, dass sie knapp bedeckt sind. Darüber kommen **200 g rezepter Reibkäse**, z.B. Sbrinz oder ein reifer Alpkäse. Danach backe ich den Gratin im vorgeheizten Ofen bei 210 °C ca. 90 Minuten. Das Geheimnis liegt im Vollrahm. Er macht den Gratin geschmack- und gehaltvoll; durch die lange Backzeit wird er zudem schön kompakt. Richtig rustikal und ideal für kühle Herbsttage. Dazu Fleischvögel, Rotkraut oder Marroni – ein Herbstgericht, wie wir es lieben! Einen guten Herbst wünscht

Barbara

NATURENA Quiz

Frage des Monats Oktober

Welches Gemüse essen die
Volg-Kunden am liebsten?

- a) Kartoffeln
- b) Rüebli
- c) Zwiebeln

Tipp: Die richtige Antwort finden Sie in Ihrem Volg-Laden im Monat Oktober beim Früchte- und Gemüse-Regal.

Mitmachen und gewinnen! Jeden Monat verlosen wir unter den richtigen Antworten 100 x 1 Volg-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 10.-. Mit der Teilnahme haben Sie zudem die Chance, den Jahres-Hauptpreis, einen Volg-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 1000.-, zu gewinnen. Teilnahme unter www.naturena.ch

Geschenk Gutschein
Bon Cadeau

100x 10.-

WE ♥ PAW WELT TIER TAG

JETZT ZUGREIFEN UND PROFITIEREN!

Bis zu **20%** auf ausgewählte Artikel vom 29.9.2014 bis 4.10.2014



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Ob kleine Nanas oder grossartige Ytong-Säule: Der November auf den NATURENA-Höfen steht wieder ganz im Sinne der Originalität.

Von bunt bis praktisch



Fricktal:
Mini-Nanas

- ① Sa, 08. 11. 14, 9–17 Uhr
- ② Do, 13. 11. 14, 9–17 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

Programm: Die üppigen und farbigen Frauenfiguren von Niki de Saint Phalle sind ein trendiger Blickfang und verbreiten eine ansteckende Fröhlichkeit. Frei nach Art der Künstlerin gestalten Sie aus Modelliermasse 2 bis 3 kleine Figürchen, die nach dem Trocknen im Backofen in bunten Farben bemalt werden können. Die Mini-Nanas lassen sich als Halsschmuck, Broschen oder Kühlschrank-Magnete verwenden.

Teilnehmer: 14 Personen ab 16 Jahren

Kleidung: Bequeme Arbeitskleidung

Mitbringen: 1 Föhn, 3 Konfitüregläser mit Deckel, 1 Zange zum Schmuckbiegen (sofern vorhanden)

Leitung: Daniela Häbig, Freiburg (D)

Preis: Fr. 130.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für 2 bis 3 Mini-Nanas inklusive



Seebachtal:
Rollcontainer

- ① Fr, 21. 11. 14, 9–17 Uhr
- ② Sa, 22. 11. 14, 9–17 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

Programm: Dieser praktische Rollcontainer wird zum unverzichtbaren Teil in Ihrem Haushalt. Aus Holz, Holzstäben und Rollen wird das Grundgerüst erstellt. Danach werden die Stäbe mit bunten Plastiksäcken, Schnüren oder Bändern verziert. Im funktionalen und originellen Utensil können Altpapier oder PET-Flaschen gesammelt werden oder es kommt ins Kinderzimmer und findet dort für die Aufbewahrung von Spielsachen und Kuscheltieren Verwendung.

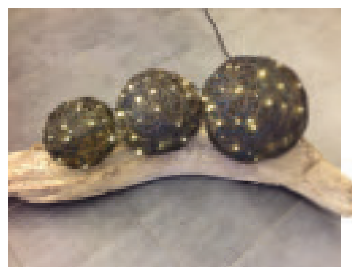
Teilnehmer: 14 Personen ab 14 Jahren

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

Mitbringen: 30–40 Plastiksäcke, Schnüre oder Bänder zum Verzieren, Akkubohrer mit 10-mm-Holzbohrer (sofern vorhanden)

Leitung: Monika Schorr, Zum blaue Chnopf, Winterthur, www.zumblauechnopf.ch

Preis: Fr. 150.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihren Rollcontainer (40 x 40 x 40 cm / B x H x T) inklusive



Werdenberg: Kugellampen für drinnen und draussen

- ① Fr, 28. 11. 14, 9–17 Uhr
- ② Sa, 29. 11. 14, 9–17 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Karmaad, 9473 Gams

Programm: Ein wunderbar stimmungsvolles Licht verbreiten die drei Kugellampen, die augenfällig auf einem Schwemmholz montiert sind. Aus geglähtem Draht, der im Freien rostet, formen Sie 3 unterschiedlich grosse Kugeln (ca. 35 cm, 28 cm und 20 cm), die Sie dann mit einer witterungsbeständigen Lichterkette (80 Lämpchen) ausschmücken und miteinander verbinden. Die einzigartigen Drahtkugellampen kommen sowohl in Wohnräumen als auch in Aussenbereichen wunderschön zur Geltung.

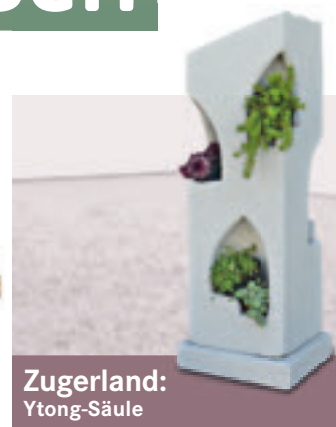
Teilnehmer: 20 Personen ab 18 Jahren

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

Mitbringen: 1 Stück Schwemmholz für die Befestigung der drei Kugellampen (ca. 1 m x 35 cm / L x B), Seitenschneider, Flachzange, Gartenhandschuhe

Leitung: Käthi Baumgartner, Betschwanden, www.bastelatelier.ch

Preis: Fr. 195.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihre Kugellampen inklusive



Zugerland:
Ytong-Säule

- ① Fr, 14. 11. 14, 9–17 Uhr
- ② Sa, 15. 11. 14, 9–17 Uhr

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

Programm: Ytong oder Porenbeton wird meist nur als Baustoff benutzt. Da der künstlich hergestellte Stein aber recht weich und dennoch stabil genug ist, lassen sich daraus auch schöne Deko-Objekte formen. Sie bearbeiten einen Block (62,5 x 30 x 25 cm) durch Sägen, Raspeln, Schnitzen und Feilen zu einer aparten Säule mit Einbuchtungen, in die Sie entweder Kerzen/Teelichter stellen oder die Sie mit Hauswurz bepflanzen. Wer mag, kann die fertige Säule mit Glasnuggets, Kieseln, Mosaikteilen und anderem Dekomaterial ausschmücken.

Teilnehmer: 10 Personen ab 16 Jahren

Kleidung: Warme, staubunempfindliche Arbeitskleidung und robuste Schuhe, der Kurs findet in einer Remise statt

Mitbringen: Verpackungsmaterial für den Heimtransport der Säule

Leitung: Sandy Mathis, Oberlunkhofen, www.kreativum.ch

Preis: Fr. 205.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihre Ytong-Säule inklusive



www.facebook.com/naturena.erlebnisswelten

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

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: 17. Oktober 2014

Bei Abmeldungen nach Anmeldeschluss werden 50% des Kursgeldes in Rechnung gestellt; bei Nichterscheinen am Veranstaltungstag ohne Abmeldung wird das Kursgeld zu 100% verrechnet.



NEW

Lindt 

HELLO

NICE TO
SWEET YOU



we are the new
LINDT CHOCOLATES

* IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTICH

Vor dem grossen Frost gibt es im Garten noch einiges zu tun, will man im Frühling Freude und nicht Frust im Pflanzenreich erleben.

Wenn man sich vielleicht gerade in diesem Moment an wärmender Herbstsonne erfreut und das Lesen dieser «Öise Lade»-Ausgabe womöglich ein letztes Mal in den Garten verlegt – dann mag man gewiss nicht an Frost und Schnee denken. Doch genau im Hinblick auf die kalten Tage sollte man Garten und Pflanzen jetzt nochmals etwas Aufmerksamkeit schenken. Eine typische Tätigkeit im Herbst ist das unliebsame Laubrechen. Doch rechnen Sie bloss nicht alles restlos weg (siehe Box)! Sieben weitere verflixt gute Tipps, um den Garten winterfit zu machen, finden Sie auf Seite 55.

Machen Sie den Garten winterfit

Laub: nützlich statt lästig

Auf dem Rasen oder Gehweg hat Laub nichts zu suchen. Auf abgeernteten Beeten, in Blumenrabatten, rund um Stauden oder frostempfindliche Pflanzen darf Laub aber durchaus liegen gelassen oder angehäuft werden. Es ist ein natürlicher Dünger, bewahrt den Boden vor Austrocknung und schützt vor Kälte.



Gibt es
3- und 4-lagig

Das extradicke Tempo mit
einzigartiger Volumenstruktur.



3-lagig

4-lagig, extra lange Blätter

Für das sichere Gefühl von Sauberkeit.

Freizeit Outdoor

LUST AUF NEUES?

Wer noch in Pflanzlaune ist, kommt durchaus auf seine Kosten. Zum Beispiel mit Himbeeren, die bis November an einem halbschattigen Standort gesetzt werden. Nächstes Jahr erfreuen Sie sich ab ca. Juni an reifen, süssen Beeren.



KRÄUTER BEI KÄLTE

Peterli, Minze oder Thymian sind winterharte Kräuter, denen Temperaturen bis -20 Grad nichts ausmachen. Kräuter in Kübeln sind an der Hauswand, evtl. unter dem Vordach auf einer Styroporplatte, gut aufgehoben. Nur bedingt winterhart ist Rosmarin, dem es ab -4 Grad zu kalt wird.

WERKZEUG-PUTZETE

Bei Schaufeln, Hacken und Rechen Erdreste trocken abbürsten. Flugrost mit einer Drahtbürste oder Stahlwolle entfernen und die Metallteile gut einölen, z.B. mit einem Pflanzen- oder handelsüblichen Pflegeöl. Garten-, Ast- oder Heckenscheren gründlich reinigen und mit Reinigungsalkohol desinfizieren.



GIESSEN NICHT VERGESSEN

Nicht Kälte, sondern Trockenheit ist die häufigste «Todesursache» von immergrünen Kübelpflanzen wie Buchs, Bambus oder Kirschlorbeer. Giessen Sie diese auch im Winter, aber nur bei Temperaturen über 0 Grad. Immergrüne Stauden und Gehölze, welche direkt im Garten wachsen, holen sich das nötige Wasser aus dem Boden.



MEDITERRANES AN DIE WÄRME

Mediterrane Pflanzen wie Oliven- oder Zitrusbäume benötigen ein möglichst helles und reaktiv warmes Winterquartier von 8-15 Grad. Ein lichtdurchflutetes Treppenhaus, ein heller Keller oder Wintergarten eignen sich gut.



7 verflixt gute Tipps für kalte Gartentage



DAS RICHTIGE WINTERKLEID

Besonders immergrüne Pflanzen werden durch das Einpacken in Vlies vor Austrocknung und eisigem Wind geschützt. Die Pflanze selbst nie mit luftundurchlässigem Material umwickeln. Gegen Bodenkälte sind Styroporplatten wirksam, da sie gut isolieren. Um Töpfe gewickelte Winterschutzmatten schützen den Wurzelraum optimal. Winterschutzmatten, Vlies und weitere nützliche Hilfsmittel gibt es in der Landi.



WINTERPAUSE AUCH DRINNEN

Auch Zimmerpflanzen legen im Winter eine Ruhepause ein und sollten nicht gedüngt werden. Gegen Schäden durch trockene Heizungsluft die Pflanzenblätter gelegentlich feucht abwischen und mit Wasser aus der Sprühflasche benetzen. Winterblühende Pflanzen wie Kamelien oder Azaleen hingegen brauchen regelmässig Wasser, Dünger und viel Licht.

6 x 1,5 L

9.80 CHF

statt 14.70 CHF

Angebot gültig vom 29.09. - 04.10.2014, solange Vorrat

© 2014 The Coca-Cola Company. Coca-Cola, the Contour Bottle and the Dynamic Ribbon Device are registered trademarks of The Coca-Cola Company.

OSRAM **LED**
CREATING TOMORROW



Licht mit LED erfüllt all Ihre Bedürfnisse

Energiesparend, langlebig, stylisch, wirtschaftlich: Innovative LED-Lampen von OSRAM bieten optimalen Ersatz für herkömmliche Glüh- oder Halogenlampen. Profitieren auch Sie vom LED-Trend und vom breit gefächerten OSRAM-Sortiment.

Licht ist OSRAM




CAFFÈ
**CHICCO
D'ORO**[®]

CAFFÈ
CHICCO
D'ORO
TRADITION

Passion & Tradition

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Mmmh, wie das duftet! Wie in einer Bäckerei, nur besser – denn für einmal stehen Sie mittendrin in der Backstube. Von Klein bis Gross backen Sie sich mit unseren Koch-Profis durch die Welt der Brote. Mit verschiedenen Mehlen, in unterschiedlichsten Formen und so manchen Spezialitäten entsteht eine regelrechte Brot-Parade. Dazu gibt es wertvolle Tipps fürs gute Gelingen beim Brotbacken und Teig machen. Zum Schluss geniessen Sie eine reichhaltige Brotzeit mit allem Drum und Dran.



Wie warme
Weggli gehen die
Kursplätze meist
weg. Melden Sie sich
daher rasch an.

Backkurs Brote aus aller Welt. Backen Sie mit!

«Backe, backe Brote» bei ...



CULINEA IN OERLIKON
MIT JONAS SCHÖNBERGER:

5. November, 18.30–22.30 Uhr
www.culinea-kochstudio.ch
Telefon 044 388 44 66
Culinea Kochstudio,
Affolternstrasse 52
8050 Zürich-Oerlikon



PETER'S KOCHSCHULE IN
GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:

5. November, 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



COOKUK IN AARAU
MIT SUSANNE VÖGELI:

14. Januar 2015, 18.30–22.30 Uhr
www.volg.ch
Telefon 062 823 52 92
Cookuk, Schachenallee 29
5000 Aarau
mail@cookuk.ch



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

18. November, 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

VORSCHAU

WEIHNACHTEN:

ENTSPANNT ZUM FESTMENÜ

An einem geselligen Abend lernen Sie himmlische Gerichte für Ihr Festmahl kennen. Vorspeisen, Suppe, Hauptgang, Dessert: Unsere Kochprofis haben sich wieder einiges einfallen lassen, was vorzüglich schmeckt und gut vorzubereiten ist, sodass auch Sie als Gastgeber den Abend voll und ganz geniessen können.

- 2. DEZEMBER IN GOSSAU
- 3. DEZEMBER IN OERLIKON
- 3. DEZEMBER IN WANGEN AN DER AARE
- 9. DEZEMBER IN AARAU

DIE GEWÜRZKÜCHE MAROKKOS

Honig, Mandeln, Zimt, Kreuzkümmel, Harissa und nicht zuletzt die typische Gewürzmischung «Ras el Hanout» – die marokkanische Küche ist ein Traum an Düften und Aromen. Unternehmen Sie eine kulinarische Reise und entdecken Sie Marokko in all seiner Geschmacksvielfalt. Dabei kommt natürlich auch der traditionelle nordafrikanische Schmortopf, die Tajine, zum Einsatz.

- 13. JANUAR IN GOSSAU
- 13. JANUAR IN WANGEN AN DER AARE
- 13. JANUAR IN OERLIKON
- 21. JANUAR IN AARAU

WINTERZAUBER AUS DEM OFEN

Ein wertvoller Helfer ist er zweifelsohne, der gute alte Backofen. Denn während Feines im Rohr vor sich hinbäckt, hat man Zeit für anderes. Wie zeitgemäss und raffiniert, vielseitig und überraschend Ofengerichte sind, erleben Sie an diesem Kochkurs, wo allerhand aus der Form oder vom Blech, salzig und süss, von Gemüse über Fleisch bis Fisch wohligh warm auf die Tische kommt.

- 4. FEBRUAR IN GOSSAU
- 10. FEBRUAR IN OERLIKON
- 18. FEBRUAR IN AARAU
- 24. FEBRUAR IN WANGEN AN DER AARE

Alle Kurslokale sind bequem mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und in wenigen Minuten vom Bahnhof aus zu Fuss erreichbar. Die Kurskosten inklusive Apero, Essen, Getränken und Wein betragen pauschal Fr. 130.– pro Person. Anmeldungen über die Volg-Homepage oder direkt beim jeweiligen Kochstudio – via Internet oder Telefon. Die Rezepte werden den Kursteilnehmenden schriftlich abgegeben.

Aktualisierte Infos auf www.volg.ch

Anmelden: www.volg.ch/aktuell/volg-kochkurse/

Munz+

...macht einfach Freude.



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

www.munz.ch



Freizeit Teens



Samschtig-Jass

Differenzler, Schieber, Coiffeur spielen wie bei der gleichnamigen Sendung auf SRF. Das Kartenset (deutsch / französisch) kann gewählt werden.
Für iOS, gratis.



SwissJass free

Es können Schieber und Coiffeur gespielt werden. Kartenset kann gewählt werden.
Für Android, gratis.



Coiffeurjass

Für begeisterte Coiffeurjasser inkl. spezieller Coiffeur-Schreibtafel.
Für iOS, Fr. 1.-.



Jass-Tafel/Jasstafel

Ein Muss für jeden Jasser. Die Jass-Tafel und Kreide hat man immer im Hosensack oder der Handtasche dabei.
Für iOS, Fr. 1.-; für Android, gratis.

Echt smarte Jass-Apps



Jass-Punktezhler

Einfache App zum Zählen der Punkte beim Schieber.
Für Windows Phone, gratis.

Jass ist jung und mobil

Gejast wird längst nicht nur am Stammtisch. Auch bei Teens wie Jasmin Stutz ist Jassen Trumpf – mit der Familie, Freunden und auf dem Smartphone.

Jasmin Stutz aus Schongau (LU) absolviert eine Lehre als Fachfrau Gesundheit in einem Altersheim. Dort klopfen die Bewohnerinnen und Bewohner öfters mal einen Jass. Und die 18-jährige Jasmin spielt gerne einmal mit. Gelernt hat sie das Jassen aber nicht extra wegen ihrer Lehre. Bereits im Kindergartenalter führten sie ihre Eltern in das Schweizer Kartenspiel ein.

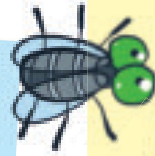
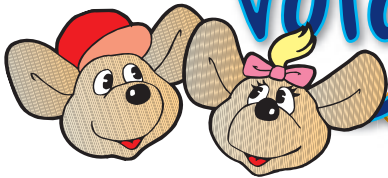
Mit und ohne Gesellschaft

Für einen Schieber oder Differenzler sitzt die Familie heute noch regelmässig zusammen. «Das Zusammensein gefällt mir am Jassen», sagt Jasmin, die auch im Freundeskreis auf begeisterte Jasser zählen kann. Und wenn gerade mal keine Jasspartner verfügbar sind, dann gibt es Apps wie «Samschtig-Jass» mit denen auch alleine jederzeit ein Spiel möglich ist.

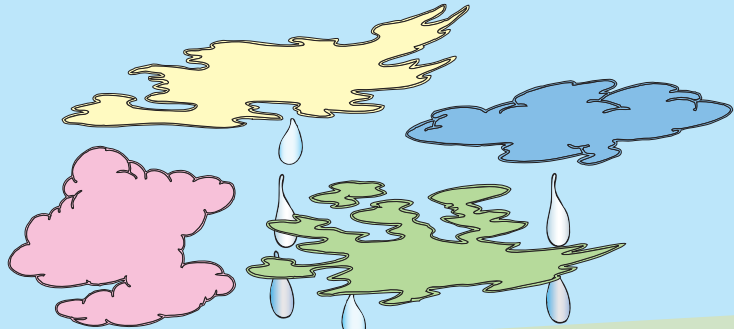


- jeder will sie haben.

volgi & volgine



Welche Wolke landet in Volgines Tasse?



Was machen Insekten wenn es regnet?

Für Insekten kann Regen ganz schön gefährlich sein. Denn ein Regentropfen ist im Vergleich zum kleinen Insekt riesig. Er könnte das Tier erschlagen oder zu Boden drücken. Darum suchen die meisten Insekten Schutz, wenn es regnet. Sie verstecken sich unter Blättern, krabbeln in Blüten, Erdlöcher oder unter Steine.

Bild: Crazybbboy/Fotolia

Lass es regnen!

Für dieses Experiment brauchst du:

- 3 Handvoll Eiswürfel
- 1 Metallschüssel
- 1 grosses Glas



2 Fülle das Glas zur Hälfte mit heissem Wasser.



1 Gib die Eiswürfel in die Schüssel.



4 Und nun: Was geschieht?



3 Stelle die Schüssel aufs Glas.

Es regnet im Glas! Wie ist das möglich? Ein Teil des heissen Wassers im Glas wird zu Dampf und steigt nach oben. Hier trifft der Dampf auf die kalte Luft am Schüsselboden. Der Dampf wird wieder zu flüssigem Wasser: Tropfen entstehen.

Die rosarote Wolke



FÜR
KURZE ZEIT IM
VOLG ERHÄLTlich*



SAISON

planet-luzern.ch

*In kleineren
Verkaufsstellen evtl.
nicht erhältlich.

natürlicher Herbstgenuss



Die Kraft der Natur

ramseier.ch

McCain



knusprig - so oder so!



Guten «Apfeltit»! Herbstäpfel wie Cox Orange, Kidd's Orange, Elstar und Rubinette bereichern jetzt knackig und saftig das Sortiment.



Herbstäpfel? Äpfel gibt es doch wie Bananen das ganze Jahr, weiss der eifrige Apfelesser! Dennoch gilt der Herbst als eigentliche Apfelzeit. Dann kommen zu den immer erhältlichen Lagersorten wie Gala, Braeburn oder Golden Delicious und den Frühsorten wie Summerred oder Gravensteiner knackfrische Herbstäpfel frisch vom Baum in den Volg.

Zum Reinbeissen, Backen, Kochen

Cox Orange, Elstar, Kidd's Orange oder Rubinette heissen die feinen Früchtchen. Sie schmecken roh und frisch, bereichern aber auch die warme Küche. Für ein selbstgemachtes Apfelmus ist der saftige Cox Orange die richtige Wahl, einen Kuchen verfeinert der kräftig aromatische Kidd's Orange und Elstar ist sozusagen der «Allstar» – ein kleiner Alleskönner. Und wer noch nie in den intensiv fruchtigen Rubinette gebissen hat, sollte jetzt zugreifen. Er könnte zum Lieblingsapfel werden!



Apfelkuchen

Für 1 Springform à 24 cm Ø:
Form mit etwas **Butter** einfetten, mit 1 runden, ausgewallten **Kuchenteig** auslegen, mit einer Gabel gut einstechen, mit 2 EL gemahlene **Haselnüssen** bestreuen. 3 **Äpfel** an der Röstiraffel in eine Schüssel reiben, abgeriebene Schale und Saft von ½ **Zitrone**, 180 g **Sauerrahm**, 2 EL **Zucker**, 2 **Eier** und ½ TL **Zimt** dazugeben, gut vermischen. Apfelmasse in die Form füllen und bei 180 °C 45 Min. backen.

ÖISE LADE TIPP

Cox Orange

Wurde von einem Engländer namens Cox gezüchtet. Gelbliches, saftiges Fruchtfleisch. Eignet sich daher perfekt für Kompotte und Mus oder zum Backen.

Elstar

Süss-säuerlich, schmeckt roh, eignet sich auch zum Kochen und Backen. Bissfestes Fleisch, bei Raumtemperatur wird er jedoch schnell weich.

Kidd's Orange

Eine Kreuzung aus Red Delicious und Cox Orange. Knackiger, saftiger Apfel mit kräftigem Aroma und viel Zucker. Schmeckt frisch, eignet sich auch für Kuchen.

Rubinette

Intensiv fruchtig, belegt bei Geschmackstests oft einen Podestplatz. Schmeckt frisch, kann aber auch in der Küche verwendet werden.





WECKE DIE SONNE!



JETZT PROFITIEREN

AKTION VOM 13.10.-18.10.14

33%

auf 6*1.5l Lipton
Ice Tea



LEMON FÜR CHF 9.⁹⁰
STATT CHF 13.⁸⁰

PEACH FÜR CHF 9.⁹⁰
STATT CHF 15.⁰⁰

GREEN FÜR CHF 10.⁴⁰
STATT CHF 15.⁶⁰ *

*in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich

Caesars Jagdsalat



Zutaten für 2 Personen:

- 1 EL Erdnussöl
- 2 Pouletbrüstli
- 4 Specktranchen
- 1 EL Butter
- 1 Brotscheibe, klein gewürfelt
- 100 g Champignons, geviertelt
- 2 EL Rapsöl
- 1 EL Kräuteressig
- 1 TL Senf
- 1 Ei, hartgekocht, gewürfelt
- 2 EL Reibkäse
- 1–2 EL Wasser
- 50 g Parmesan am Stück
- ½ Lattich, gewaschen, in Streifen geschnitten
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Öl in einer Pfanne erhitzen, Pouletbrüstli mit Salz und Pfeffer würzen, rundum anbraten und im Ofen bei 80 °C warm stellen. Specktranchen im übrigen Fett anbraten, ebenfalls warm stellen.
2. Butter in der Bratpfanne erhitzen, Brotwürfel und Champignons dazugeben, andünsten und beiseite stellen.
3. Öl, Essig, Senf, Ei und Reibkäse in eine Schüssel geben und zu einem sämigen Dressing verrühren, mit Wasser auf die gewünschte Konsistenz bringen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Lattich auf zwei Teller verteilen, Poulet und Speck in Streifen schneiden, mit Pilzen und Brotwürfeln über dem Salat verteilen. Sauce darübergießen, mit dem Sparschäler Späne vom Parmesan schneiden, Salat damit garnieren.

Zubereitung: 30 Min.

Tipp: statt Parmesan Sbrinz-Rollen verwenden.

«Kleopatras Schönheits-Pudding» Mandelpudding mit Krokant

Zutaten für
2 Personen:

- 1 dl Milch
- 1 dl Rahm
- 1 EL Zucker
- 50 g Marzipan
- 1 Bl. Gelatine
- 2 EL Zucker
- 2 EL Mandelstäbli

Zubereitung:

1. Milch, Rahm und Zucker in einem Topf aufkochen. Marzipan dazugeben, verrühren, bis er sich aufgelöst hat.
2. Gelatine einweichen, gut ausdrücken, zur Mandelmilch geben. Masse in kalt ausgespülte Förmchen füllen, im Kühlschrank 2–3 Std. fest werden lassen.
3. Zucker in einer beschichteten Pfanne caramellisieren, Mandelstäbli dazugeben, mit dem Caramel vermischen, auf ein Backpapier geben und auskühlen lassen.
4. Pudding auf Dessertteller stürzen, mit Mandelkrokant garnieren.

Zubereitung: 30 Min. + 2–3 Std. kalt stellen

Tipp: mit in Würfel geschnittenen Dosenpfirsichen anrichten.



Bananen-Curry mit Kokospoulet

Zubereitung:

1. Banane samt Schale halbieren, eine Hälfte beiseitelegen, die andere Hälfte schälen, in Scheiben schneiden, zusammen mit den Zwiebeln und dem Currypulver anrösten. Mit Kokosmilch und Gemüsebouillon ablöschen und etwas einkochen.
2. Kartoffelwürfel dazugeben, in der Sauce weichkochen.
3. Pouletbrüstli würzen. Zuerst im Mehl, dann im Ei und danach in den Kokosraspeln wenden. Erdnussöl erhitzen, Poulet beidseitig darin anbraten.
4. Restliche Banane in Scheiben schneiden, mit dem Zitronensaft zum Bananen-Curry geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und zusammen mit den Pouletbrüstli servieren.

Zubereitung: 45 Min.



Zutaten für 2 Personen:

- 1 Banane
- ½ Zwiebel, gehackt
- 2 TL Currypulver, scharf
- 1 dl Kokosmilch
- 1 dl Gemüsebouillon
- 250 g Kartoffeln, festkochend, geschält, klein gewürfelt
- 2 Pouletbrüstli
- 1 EL Erdnussöl
- 2 EL Mehl
- 1 Ei, verquirlt
- 4 EL Kokosraspel
- 2 EL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer

«Urwaldsalat»



Zutaten für 2 Personen:

- 50 g Linsen, eingeweicht
- 5 dl Wasser
- ½ Zwiebel, gehackt
- 1 Papaya, halbiert, entkernt
- 10 Cherrytomaten, halbiert
- ½ Avocado, geschält, klein gewürfelt
- 1 Zitrone, Saft
- ½ dl Essig
- ½ dl Sonnenblumenöl
- 1 TL Senf
- 100 g Rucola
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Linsen in ungesalzenem Wasser weichkochen, abschütten, mit den Zwiebeln in eine Schüssel geben.
2. Papaya in kleine Stücke schneiden, mit den Tomaten unter die Linsen mischen.
3. Avocado in den Mixbecher geben. Zitronensaft, Essig, Öl und Senf dazugeben, gut durchmischen. Nach Bedarf mit etwas Wasser verdünnen, bis eine sämige, aber nicht dicke Sauce entsteht.
4. Sauce zur Linsenmischung geben und pikant mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rucola unter den Salat mischen, in Schalen anrichten und servieren.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: statt Papaya Mango oder Pfirsiche verwenden.

HAPPY HALLOWEEN



© 2014 The Coca-Cola Company. Fanta is a registered trademark of The Coca-Cola Company.

HEISS UND ALKOHOLFREI



PUNSCH MIT TRADITION
www.lacobi.ch



*in kleineren Verkaufseinheiten eventuell nicht erhältlich

Gemüsekrapfen mit Geisskäse

Zutaten für 2 Personen:

- 1 EL Bratbutter
- ½ Zucchini, klein geschnitten
- ½ Peperoni, rot, klein geschnitten
- 1 Zwiebel, in Streifen geschnitten
- 1 Blätterteig, rund
- 1 EL Kräuter, gehackt
- 100 g Geisskäse, gewürfelt

Zubereitung:

1. Bratbutter in einem Topf erhitzen, Gemüse und Zwiebeln darin andünsten, mit Salz und Pfeffer würzen, etwas auskühlen lassen.

2. Gemüse mit Kräutern vermischen. Blätterteig vierteln. Je einen Viertel Gemüsemischung auf der einen Hälfte jedes Blätterteigstücks verteilen, zusammenfallen.

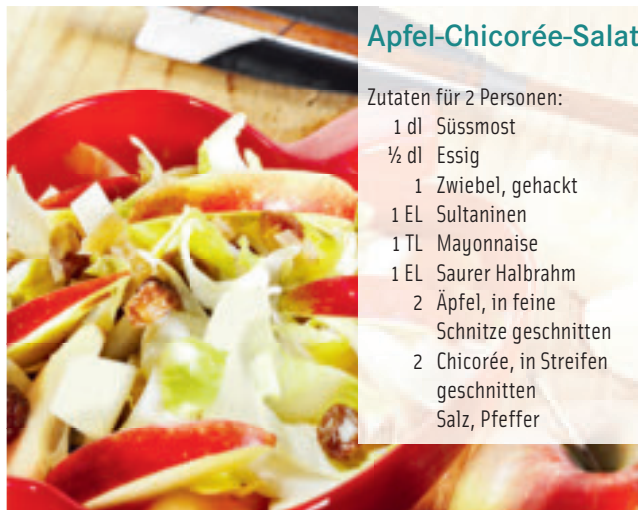
3. Geisskäse auf dem Gemüse verteilen, mit der anderen Blätterteighälfte bedecken, Ränder mit einer Gabel gut andrücken. Bei 185 °C 15–20 Min. backen.

Zubereitung: 45 Min.



Zutaten für 2 Personen:

- 100 g Zibu
- 2 dl Rahm
- 1 P. Rahmhalter
- 2 Handvoll Blattsalat, gerüstet
- 50 g Kräuter, gemischt (z.B. Basilikum, Peterli, Liebstöckel, Kerbel)
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Aceto balsamico, bianco
- Salz, Pfeffer aus der Mühle



Apfel-Chicorée-Salat

Zutaten für 2 Personen:

- 1 dl Süssmost
- ½ dl Essig
- 1 Zwiebel, gehackt
- 1 EL Sultaninen
- 1 TL Mayonnaise
- 1 EL Saurer Halbrahm
- 2 Äpfel, in feine Schnitze geschnitten
- 2 Chicorée, in Streifen geschnitten
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Most und Essig aufkochen, Zwiebeln und Sultaninen dazugeben. Leicht sieden, bis die Zwiebeln und Sultaninen weich sind und die Flüssigkeit fast eingekocht ist. In eine Schüssel geben, auskühlen lassen.

2. Mayonnaise und Sauren Halbrahm dazugeben, gut verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Chicorée und Äpfel dazugeben, alles gut vermischen, in Schalen anrichten und servieren.

Zubereitung: 15 Min. + 20 Min. einkochen

Tellsplatte

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Fürstenländer-Platte
- 1 EL Butter
- 1 Apfel, entkernt, in Stücke geschnitten
- 1 dl Süssmost
- 6 Kartoffeln, festkochend, geschält, halbiert
- 2 EL Senf
- 1 TL Rohrzucker

Zubereitung:

1. Fleisch der Fürstenländer-Platte gemäss Packungsangabe im siedenden Wasser zubereiten. Butter in einem Topf erhitzen, Äpfel darin andünsten, das Sauerkraut der Fürstenländer-Platte dazugeben, mit Most ablöschen, zugedeckt auf mittlerem Feuer erhitzen.

2. Kartoffeln in Salzwasser weich garen. Sauerkraut auf einer Platte anrichten, Kartoffeln am Rand drapieren, Fleisch in Stücke schneiden, in die Mitte legen.

3. Senf mit Zucker vermischen, dazu servieren.

Zubereitung: 20 Min. + 1 Std. garen

Tip: die Fürstenländer-Platte ist eine Saison-Spezialität, die im Herbst erhältlich ist und nebst Fleisch auch Sauerkraut enthält.



Kräutersalat mit Schabzigermousse

Zubereitung:

1. Zibu mit einem Schwingbesen aufrühren. Rahm mit Rahmhalter steif schlagen, unter die Zibu heben, kühl stellen.

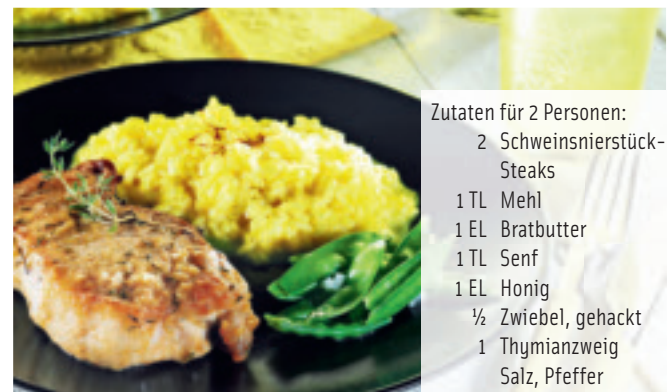
2. Salat in eine Schüssel geben. Kräuter waschen und grob zerpfeifen, zum Blattsalat geben, alles gut mischen und auf Tellern anrichten.

3. Öl und Essig über dem Salat verteilen, mit Salz und Pfeffer würzen.

4. Von der Zigermousse mit Hilfe von 2 Löffeln Nocken abstechen, den Salat damit garnieren.

Zubereitung: 15 Min. + 1 Std. kalt stellen

Tip: mit Toastbrot servieren.



Zutaten für 2 Personen:

- 2 Schweinsnierstück-Steaks
- 1 TL Mehl
- 1 EL Bratbutter
- 1 TL Senf
- 1 EL Honig
- ½ Zwiebel, gehackt
- 1 Thymianzweig
- Salz, Pfeffer

Schweinsnierstück mit Honigglassur

Zubereitung:

1. Schweinssteak mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden. Bratbutter erhitzen, Steaks darin rundum kurz anbraten.

2. Senf, Honig und Zwiebeln gut vermischen. Gebratene Steaks damit gut einreiben und im Ofen bei 175 °C ca. 12 Min. glasieren, gelegentlich mit der Honigmarinade bepinseln.

Zubereitung: 35 Min.

Tip: dazu passen ein Safranrisotto und Kefen oder Bohnen.



Machen meine Schweizer Gerichte unwiderstehlich

Mit Butty Steinpilzen zum perfekten Risotto

Zutaten :

- 3 Schalotten oder 1 Zwiebel • 300g Risottoreis • 2 EL Olivenöl • 1 dl Weisswein • 1L Bouillon
- 1 Beutel Butty Steinpilze • 50g Butter • 150g Käse gerieben (Sbrinz oder Parmesan) • Petersilie, gehackt • Rahm oder Crème Fraîche

Zubereitung :

1. Die Steinpilze 30-40 Min. in warmes Wasser einlegen und anschliessend abtropfen lassen (kein Metallgeschirr verwenden).
2. Die gehackten Schalotten zusammen mit den Steinpilzen im Olivenöl glasig dünsten.
3. Reis hinzufügen und kurz mitdünsten; mit dem Wein ablöschen.
4. Unter ständigem Rühren den Reis 20 Min. kochen lassen. Bouillon löffelweise nachgiessen.
5. Risotto vom Herd nehmen, Butter und Käse hinzufügen, umrühren und 2 Min. stehen lassen.
6. Zum Schluss einen Schuss Rahm hinzugeben und mit der gehackten Petersilie dekorieren.

Tipp : Verwenden Sie auch ein paar Löffel Pilzwasser beim Kochen, dies verleiht dem Risotto einen noch intensiveren Pilzgeschmack.



www.butty.ch



GURKENRÖLLCHEN MIT RAUHLACHS

Zutaten für 24 Stück:

- 0,5 Salatgurke
- 150g Philadelphia Balance
- 300g Rauchlachs
- 1 Bund Dill
- Zahnstocher

TIPP:

Auch mit Philadelphia Nature ein Genuss.

Stück: 24, Zubereitung: 15 Min.

1. Salatgurke längs halbieren, anschließend von der Seite her mit einem Sparschäler in lange Streifen schneiden.
2. Gurkenstreifen mit einem Küchenpapier abtupfen und mit Philadelphia bestreichen.
3. Bestrichene Gurkenstreifen mit Rauchlachs belegen. Jeweils eine Dillspitze ans äussere Ende der Streifen legen und von diesem Ende ausgehend die Gurkenstreifen einrollen, anschliessend mit Zahnstochern fixieren.

Pro Stück: ca. 50,3kJ / 12kcal, E 2g, F 1g, KH 3g

ERFAHREN SIE MEHR UNTER WWW.PHILADELPHIA.CH

Zaubersuppe



Zutaten für 2 Personen:

- ½ Pizzateig, rechteckig, ausgewallt
- 2 TL Sesam
- 1 TL Paprika
- 1 EL Butter
- ½ Zwiebel, gehackt
- ½ Rüebli, klein gewürfelt
- ¼ Knollensellerie, klein gewürfelt
- ½ EL Mehl
- ½ l Hühnerbouillon
- 1 Safranbriefchen
- 1 dl Rahm
- wenig Öl zum Einfetten der China-Stäbchen
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Pizzateig in dünne Streifen schneiden, spiralförmig um geölte China-Stäbchen wickeln, mit Sesam und Paprika bestreuen. Im Ofen bei 180 °C 8–10 Min. backen. Etwas abkühlen lassen, den «Zauberstab» vorsichtig von den Stäbchen ziehen.
2. Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Rüebli und Sellerie darin anziehen, mit Mehl bestäuben, mit Bouillon ablöschen, Safran dazugeben.
3. Gemüse weich sieden. Mit dem Mixstab pürieren, durch ein Sieb passieren, zurück in den Topf leeren.
4. Rahm dazugiessen, Suppe nochmals erwärmen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. In Suppenschalen füllen, mit dem «Zauberstab» garnieren.

Zubereitung: 45 Min.



Zutaten für 2 Personen:

- 200 g Mehl
- 1 Pr. Salz
- 1 Ei
- 1 EL Olivenöl
- 1 Pr. Salz
- 150 g Wildpfeffer, gekocht, ausgekühlt
- 1 EL Butter
- ½ Zwiebel, gehackt
- ½ dl Aceto balsamico, rosso

Wilder Raviolo

Zubereitung:

1. Mehl und Salz in einer Schüssel vermischen. Ei, Öl und nach Bedarf etwas Wasser dazugeben, zu einem glatten Teig kneten, mit Haushaltsfolie einwickeln, kühl stellen, 30 Min. ruhen lassen.
2. Wildpfeffer durch den Fleischwolf drehen oder sehr fein schneiden.
3. Teig dünn quadratisch auswallen, in vier Quadrate schneiden. Wildpfeffer-Masse auf zwei Quadrate verteilen, dabei jeweils einen Rand stehen lassen. Rand mit Wasser bepinseln, mit den beiden anderen Teigquadraten bedecken, Ränder mit einer Gabel gut andrücken. In reichlich leicht siedendem Salzwasser ca. 10 Min. kochen.
4. Die Hälfte der Butter in einem Pfännchen erhitzen, Zwiebeln darin glasig dünsten, mit Balsamico ablöschen und einreduzieren, bis der Balsamico dicklich wird. Übrige Butter flockenweise mit dem Schwingbesen darunter montieren. Raviolo in der Sauce schwenken und auf Tellern anrichten.

Zubereitung: 45 Min. + 30 Min. ruhen lassen

Tip: Für die Füllung sind Wildpfeffer-Reste vom Vortag bestens geeignet.

Honigbrot

Zutaten für 1 Brot:

- 150 g Mehl
- 3 Eier, getrennt
- 50 g Zucker, braun
- 2 Pr. Salz
- 1 dl Olivenöl
- 175 g Waldhonig
- 2 cl Grand Marnier
- 1,5 TL Backpulver
- 1 Pr. Zimt
- 20 g Pinienkerne
- Backpapier und Butter für die Form



Zubereitung:

1. Eigelbe, Zucker und Salz mit der Küchenmaschine cremigweiss aufschlagen. Olivenöl, Honig und Grand Marnier unterrühren.
2. Mehl, Backpulver und Zimt mischen, vorsichtig unter den Teig rühren. Eiweisse steif schlagen, ebenfalls unter den Teig heben.
3. Eine Cake-Form (30 cm) ausfetten, Boden mit Backpapier auslegen. Teig einfüllen und mit Pinienkernen bestreuen.
4. Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C 40–45 Min. backen. Nach 20 Min. mit Alufolie abdecken und fertig backen. In der Form auskühlen lassen.

Zubereitung: 30 Min. + 45 Min. backen

Tip: mit einem Weichkäse zum Dessert servieren.

Schwarzwald-Becher

Zutaten für 2 Personen:

- 4 Bärenatzchen-Guetzli
- ½ D. Cocktail-Kirschen, abgetropft
- 2 Chantilly Chocolat
- 1 dl Vollrahm, steif geschlagen
- 1 TL Schoggispäne

Zubereitung:

1. Bärenatzchen in ein Schälchen bröseln, Kirschen grob hacken, ebenfalls in ein Schälchen geben.
2. Chantilly im Becher leicht vermischen. Die Hälfte von jedem Becher in ein Dessert-Glas füllen. Guetzli-Brösel und Kirschen darüber verteilen, mit der restlichen Creme bedecken. Mit Schlagrahm und Schoggispänen garnieren.

Zubereitung: 15 Min.



Würstli im Mantel

Zubereitung:

1. Würstli mit Senf einreiben, Rüebli mit dem Sparschäler in feine Streifen schneiden, Basilikum waschen und Blätter abzupfen.
2. Teig in vier 3 cm breite Bahnen schneiden, mit Rüebli und Basilikum belegen. Teig um die Würstli wickeln.
3. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, mit Ei bepinseln und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C 15–20 Min. backen.

Zubereitung: 40 Min.

Tip: mit einem bunten Blattsalat servieren.



Zutaten für 2 Personen:

- 4 Schweinswürstli
- 2 TL Senf
- 1 Rüebli
- 1 Bd. Basilikum
- ½ Blätterteig, rechteckig, ausgewallt
- 1 Ei, verquirlt

In solid rumantsch

Las vacanzas, il pli bel temp da l'onni! Era jau sun da quel avis e ma legrel adina danovamain da planisar in viadi: tschertgar bels albierts cun vistas unicas, bunas ustarias che servan spezialitads indigenas, rivas solitarias, nua ch'ins po far lungas spassegiadas e tschertgar conchiglias, crappa ed auters stgazis da la mar.



In souvenir per tut l'onni

Tuttenina è el qua, il di da la partenza e lura va tut fitg svelt – il sgol, ils dis a l'ester, millis d'impressiuns, novas fatschas, gusts savurus e sitgs squisits. Ils dis passan en in hui e gia èn ins puspè a chasa. Bain èn las bursas vidas, ma persuenter èn ins puspè plain novas ideas ed energia positiva. Ma er insatge auter na dastga mai mancar en mia valisch, cura che jau return d'in viadi: in sal dal pajais che jau hai gist visità.

Da las vacanzas en Scozia hai jau per exempel prendi a chasa in sal fimentà che jau dovrel fitg gugent per cundir charn. Da mes viadi a Mallorca hai jau prendi cun mai gist dus differents sals: fleur de sel cun lavandra e citrona e fleur de sel cun oranscha e chili. E vi da mes dis en l'Irlanda ma regordan ils flocs da sal marin che sumeglian pitschnas piramidas. Adina cura che jau dovrel in da quels sals, ma vegnan endament ils bels muments a l'ester, il sulegl sin mia pel u il vent en mes chavels. Ed jau hai bunamain l'impressiun da puspè esser là ... Stai bainin e n'emblidai betg da prender a chasa in sal da l'ester!


Angela Schmed Bass

Herausgepickt

Wussten Sie, dass . . .

● ● ● Sie im Volg jetzt wieder kostenlos unseren Pilz-Flyer zum Mitnehmen finden? Mit diesem kommen Sie in jeder Hinsicht auf den Pilz-Geschmack. Sie erfahren Wissenswertes zu Steinpilz, Eierschwamm und Champignon, erhalten Tipps zur Verarbeitung von Pilzen und nicht zuletzt finden Sie darin drei feine herbstliche Rezepte mit Pilzen inkl. je einer Weinempfehlung.



● ● ● Sie den Danke-Kuchen, den süssesten Botschafter für ein herzliches «Merci», exklusiv bei Volg erhalten? Rund und mit neuer Rezeptur ist das Schweizer Gebäck zurück im Dorfladen. Mit einer zitronig-frischen und schoggigen fründlichen Hälfte stecken im Danke-Kuchen zwei Lieblingskuchen in einem. Die Verpackung kann zudem mit einer persönlichen Botschaft versehen werden – das macht ihn zum perfekten, sympathischen Präsent für verschiedenste Anlässe.



Lesenswert!

Jetzt ist wieder Bastelzeit. Viele originelle Ideen finden sich in diesem Buch. Wiederverwerten statt wegwerfen lautet das Motto. Da wird aus dem leeren Joghurtbecher ein Kräuter-Töpfchen, aus Wäscheklammern ein Untersetzer und die alte Jeans erlebt als Sitzkissen einen neuen Auftritt. Auch was kaputt ist, muss nicht immer weggeworfen werden. In diesem Buch stecken viele Anregungen, die helfen, in unnützen oder abgenutzten Dingen Schönheit und Praktikabilität zu entdecken.



«Aus alten Sachen noch mehr Schönes machen»
TOPP Verlag, 144 Seiten
ISBN: 978-3-77245-928

Rückschau ←

Novissimo 35 Leserinnen und Leser haben eine Regenjacken Rhin von Switcher im Wert von je Fr. 69.– gewonnen. Die Gewinner wurden schriftlich benachrichtigt. Wir wünschen allen viel Freude beim Tragen! Je einen Volg-Einkaufsgutschein über Fr. 50.– erhalten Lydia Huwiler aus Büttikon, Arthur Hochstrasser aus Seon, Hildi Romer aus Baar, Carletto Rigoni aus Luzern und Ursula Hubacher aus Koppigen. Zehn weitere Leser gewinnen einen Volg-Gutschein im Wert von je Fr. 20.–.

Lösungswort 08 / 14: «Schwarzwaldmaedel»

Auflösung des Knoppers & Toffifee-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 07 / 14:
Antwort B, Haselnüsse und Nougatcreme

Gewinnen mit Knoppers & Toffifee



Gewinnerin Sandra Meier (Mitte) und ihre Kinder bei der Preisübergabe mit Petra Aschwanden von Storck Schweiz (l.) und Volg-Produktmanagerin Gabi Fehr (r.).

Den 1.–5. Preis, einen Erlebnisaufenthalt im Europa Park Rust mit 1 Übernachtung und 2 Tagen Parkeintritt für die Familie im Wert je von Fr. 790.–, gewinnen Sandra Meier aus Sarmenstorf, Leonie Oberli aus Eiken, Marlies Kiefer aus Starrkirch, Rahel Bähler aus Langnau und Marion Rechsteiner aus Hörhausen. 20 weitere Leserinnen und Leser erhalten einen Europa-Park-Familieneintritt für 4 Personen im Wert von je Fr. 200.–. Fünf Leser dürfen sich über ein Knoppers- und ein Toffifee-Paket inkl. einer kuscheligen Plüsch-Euromaus im Wert von je Fr. 25.– freuen.

De grünen Duume



Anstatt der üblichen gekauften Chips aus Kartoffeln, Mais oder Reis sind selbstgemachte Gemüsechips eine leckere Überraschung zum Apero oder eine schmackhafte Zierde für Salate und exotische Gerichte. Von Karotten, Rändern oder Sellerie 1 mm dünne Scheiben raffeln und mit etwas Salz überstreuen. Als Variante die bunten Chips mit Knoblauchpulver oder ganz sparsam mit Chilipulver bestäuben. Anschliessend im Backofen oder Dörrapparat trocknen und in Gläsern verschlossen aufbewahren. Damit Sellerie und Karotten nicht verbäuen, die Chips vor der Trocknung mit Zitronensaft übersprühen. Das typische und intensive Aroma dieser Wurzelgemüse bleibt erhalten und ist ein ganz besonderer Genuss.

www.schweizergarten.ch

Foto: Anne Lorch

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

Vorschau →

Das nächste
«Öise Lade» 11/14
erscheint am
29. Oktober 2014



Neue Vögel im Anflug

Grosi urchiger Fleischvogel bekommt Nachwuchs. Wir hauen einige verrückte Vögel in die Pfanne, aus Fleisch, Gemüse und sogar süss. Und jeder überrascht mit seinem Innenleben.

Das grosse Fingerfood-ABC



Amuse-Bouches, Bruschetta, Canapés. Party-Pops, Tramezzini oder Verrines. Fingerfood ist toll und der Party-Hit schlechthin. Doch, was ist was? Wir erklären die grosse Welt der handlichen Häppchen.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz

Volg

Für eine bessere Banane!



Grüsse aus Panama von den Chiquita Wettbewerbsgewinnern

„Sie behandelten uns wie Könige in Panama. Von den wunderschönen Unterkünften bis hin zu den prächtigen Abendessen war alles aufs Genaueste geplant. Die Freilassung der kleinen Baby-Lederschildkröten ins offene Meer und die Kanu-Fahrt durch die Mangroven waren zwei der Highlights, die wir nie vergessen werden. Beim Besuch einer Chiquita-Plantage war es vor allem eindrücklich zu sehen, wie streng die Standards einer Chiquita Banane sind – nur die Besten werden verpackt! Es war eine einmalige und unvergessliche Erfahrung für die ganze Familie.“

