

öise lade

Themenheft Seite 33

Mehr zum
Thema

SAUER MACHT GLUSCHTIG

Zitrusfrüchte –
die Alleskönner!

Wild
auf Herbst

Coca-Cola
life

NATÜRLICH SCHMECKT'S.

36 % WENIGER KALORIEN
MIT SÜSSE AUS PFLANZLICHEM URSPRUNG*



* aufgrund von 36% weniger Zucker als die Mehrheit der gezuckerten Colas in der Schweiz, dank der Süßkraft von Steviolglycosiden (Stevia)



22

Aktueller Tipp
Salate für
Weltenbummler



Editorial

Vielleicht haben Sie den Grill nach einem herrlichen Sommer nun zur Seite gestellt.

Schmackhaft
herbstlich

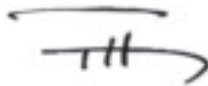
Für Fleischliebhaber ist jedoch immer Saison. Ich freue mich beispielsweise

auf saftige Rehschnitzel oder herzhaften Hirschkäse – richtig, die Zeit für Wildgerichte hat begonnen. Doch nicht nur Fleisch alleine macht uns den Herbst – ganz wörtlich – schmackhaft. So bunt wie ein Herbstwald präsentiert sich auch das reiche Angebot an herbstlichem Frischgemüse. Es bringt uns nochmals die wärmende Sonne auf den Teller und verwöhnt als herrliche Beilagen oder ausgezeichnete vegetarische Gerichte unseren Gaumen. Zahlreiche Inspirationen für einen schmackhaften Herbst finden Sie auf den folgenden Seiten und bei Ihrem nächsten Einkauf im Volg in Ihrer Nähe.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



63

Saison
Der Trick
mit dem
Stick



5 Küche aktuell
«Halali!», ruft's aus dem Wald

9 Kochschule
Routine mit der Terrine

14 Marktplatz
Viel Gutes macht Lust auf mehr

16 Weinerlebnis
Zwei Originale für echten Genuss

19 Hausmarke
Da sind Schweizer Dörrbohnen drin

20 Typisch Schweiz –
Typisch Volg
Feine Räucherware aus dem Emmental

22 Aktueller Tipp
Salate für Weltenbummler

25 Dorfladen
Teamgeist und Selbstvertrauen

27 In eigener Sache
Glänzende Aussichten für treue Kundinnen und Kunden

29 In eigener Sache
Erfolgsstory «Öise Lade»

33 Mehr zum Thema
Sauer macht gluschtig

41 Wettbewerb
Gewinnen mit Melitta

43 Feins vom Dorf
Herrschaftliches Bündner Obst aus Malans

45 Marktplatz
Eine Grösse, die immer passt

46 Novissimo
Neu im Volg

49 Männersache
Der Wein öffnet die Herzen

50 Freizeit Weinreisen
Guter Wein ist eine Reise wert

53 Naturena Rezepte
Mostsuppe von Barbara Dürr

55 Freizeit Naturena
Die neuen Kurse im November

57 Freizeit Kochkurs
Mein Wine & Dine

59 Freizeit Teens
Easy Kleiderständer

61 Volgi & Volgine
Mandarindli-Sirup selber gemacht!

63 Saison
Der Trick mit dem Stick

5

Küche
«Halali!»,
ruft's aus dem
Wald



Wettbewerb
Gewinnen
mit Melitta
41

33



Das Themenheft

mehr zum **thema**
Sauer macht gluschtig



Unser bestes Stück Natur.

So oder so das bessere Gefühl im Bauch.



www.agrinatura.ch



Schweinsnierstück
Zart und mager mit dünner, aromatischer Fettschicht. Ein Klassiker für viele Gelegenheiten.








Saucisson vaudois
Es ist wieder kalt genug für einen Rahmlauch mit Kartoffeln und einer rauchig-würzigen Waadtländer Wurst!



Landrauchschinken
Bester geräucherter Rohschinken mit kräftigem und würzigem Aroma. Passend als Beilage zum Apéro oder auf einem Wintersalat.

Hand aufs Herz.

Dafür steht AGRI NATURA mit seinem guten Namen:

-  **Glückliche Tiere**
Artgerechte Tierhaltung mit Auslauf, natürliche Fütterung und schonende, kurze Transporte.
-  **Bauern mit klaren Idealen**
Aus Überzeugung umwelt- und tiergerechte Produktion.
-  **Garantierte Schweizer Herkunft**
Schweizer Tiere von der Bauernfamilie aus Ihrer Nähe.
-  **Sicherheit durch Kontrolle**
Regelmässige Kontrolle durch unabhängige Institute.
-  **Verantwortungsvoller Genuss**
Guten Geschmack mit gutem Gewissen genießen.

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



AGRI NATURA beruht auf den Richtlinien von IP-Suisse



Crêpes mit Pilzen und Hirsch:
dünn in der Pfanne gebacken mit
einer köstlichen Füllung voll
herbstlicher Wald- und Wildaromen.



TIPP
Der **Fläsch Gmswändler Pinot Noir**
in kräftigem Rubinrot besticht durch
frischfruchtige Aromen von roten
Beeren, Brombeeren, Kirschen sowie
würzige Nuancen. Er passt ideal zu
Wild, Risotto, Pilzgerichten, Bündner
Spezialitäten und Käse.

«Halali!» ruft's aus dem Wald

**«Öise Lade» ist für Sie auf
die Pirsch gegangen und
hat schmackhafte Trophäen
in herbstlichen Farben
gesammelt.**

Wenn die Tage kürzer werden, das Grün der Bäume den Rot- und Gelbtönen weicht sowie Äpfel und Kastanien zum Sammeln auf dem Boden liegen, ist der Herbst angebrochen. Jetzt wächst die Lust auf bunte Herbstgerichte, die die kühlen Tage freundlicher machen. Wir zeigen die passende Hausmannskost dazu. Den Anfang machen herrliche Crêpes mit Wildfüllung. Laden Sie dazu Ihre Liebsten ein und begrüßen Sie sie, wie es die Jäger in ihrer eigenen Sprache tun: mit einem herzlichen «Halali» oder «Waidmannsheil». Kommunizieren tun Jäger übrigens auch über Signale aus dem Jagdhorn sowie Federn oder Embleme am Hut.



Kürbis im Sesammantel mit Rotkraut und Serviettenknödeln: Die Zubereitungsart gibt Letzteren den Namen – damit die Knödel später nicht zerfallen, werden sie in einer Stoffserviette eingewickelt.



TIPP

Herrlich, wie der duftet: Der **Goldbeere G Cuvée Prestige** riecht nach roten und schwarzen Beeren, Kirschen und Vanille. Er ist geschmeidig, warm mit schöner Kirscharomatik und pfeffriger Würze – einmalig.

So wie der Jäger das Wild belauert, nehmen wir feine Zutaten wie Kürbis, Rotkraut, Marroni, Rosenkohl, herzhaft gutes Fleisch und weitere Köstlichkeiten aus den Volg-Läden ins Visier und zaubern daraus tolle Herbstgerichte in den typischen Herbstfarben Orange, Violett, Grün, Braun und Rot. Bevor der Schnee kommt, soll es nämlich nochmals richtig farbig werden. Ein bunter Teller ist übrigens nicht nur schön fürs Auge – auch der Körper freut sich über farbenfrohe Kost. Viel Farbe zaubern auch feine Tees, besonders aus Hibiskusblüten und Hagebutte. Während dieser Jahreszeit dürfen die Gerichte auch wieder pikant und richtig wärmend sein.



Geschmortes Rotkraut mit Würstli: Das besondere Aroma bekommt das Gericht vom Gewürzsäcklein, gefüllt mit Wacholderbeeren, Nelken, Zimt, Lorbeer und Sternanis.



Marroni und Rosenkohl mit Kürbisgnocchi:
Da läuft selbst einem Fleischtiger das Wasser im Mund zusammen.

FARBEN-LEHRE IN DER KÜCHE

Rotes Gemüse und Obst enthalten einen Pflanzenstoff, der die Gefässe schützt. Blaues Obst hingegen einen, der Gehirn, Herz und Kreislauf fit hält. Grüne Gemüsesorten enthalten viel Folsäure, was gut für die Nerven und das Gedächtnis ist.

Jagd auf gute Herbstgerichte

Volg-Kochkurs im November Mein Wine & Dine

Die Krönung eines stimmigen Mehrgängers ist der zu jedem Teller passende Tropfen. Welcher Wein zu welchem Gericht gehört, erfahren Sie in geselliger Runde bei uns im Kurs. **Infos dazu finden Sie auf Seite 57.**



Pouletburger mit Rosenkohl und Preiselbeersauce:
für grosse Feinschmecker und Burger-Fans ein Muss.

Entdecke den erfrischend neuen Geschmack

6 x 50 cl

CHF 9.30 statt 11.70

Angebot gültig vom 19. – 24. Oktober 2015
(solange Vorrat)

Mit Verantwortung
genossen.



Feldschlösschen Braufrisch

Weitere Infos unter www.feldschloesschen.ch



Seit 1876 gebraut in der Schweiz





TIPPS & TRICKS

von Jonas Schönberger

- Die Zutaten abgemessen bereitstellen sowie alle Küchengeräte und Hilfsmittel griffbereit zurechtlegen.
- Form mit Alufolie auskleiden und einfetten. Bei Klarsichtfolie Form erst mit Wasser ausspülen, dann mit Folie auskleiden und andrücken. Bei Backpapier Form erst ausbuttern, dann mit Papier auslegen.
- Masse nach Belieben bis an den Rand in die Form füllen und gut klopfen, damit Luftpockets entweichen.
- Für lange Haltbarkeit Sulzdecke über die Terrinenmasse geben.
- Zum Garen die Form auf einen sauberen Lappen in ein ofenfestes Geschirr stellen.
- Terrine im Kühlschrank mindestens 24 Std. ruhen lassen.

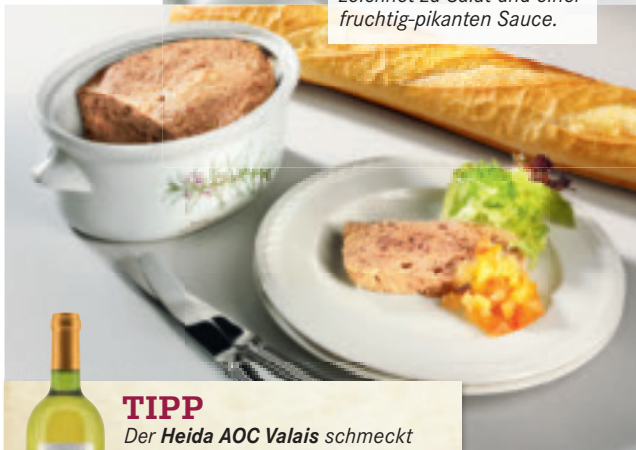
Routine mit der Terrine Das sagt sich leicht und ist es auch. Terrinen machen jeden Anlass zum Fest. Schon das Aufschneiden sorgt für Oh- und Ah-Rufe. Spätestens nach dem ersten Bissen regnet es Komplimente für den Koch. Nicht einmal, sondern immer wieder. Denn Terrinen zeigen sich in ihrem Inhalt sehr vielfältig. Ihre Füllungen beinhalten allerhand, von Fleisch, Fisch, Gemüse, Früchten, Getreide, Pilzen bis zu Milchprodukten, kombiniert und lagenweise am Stück eingefüllt. Diese Lagen sorgen dann für interessante Schnittflächen und Aromen. In der Zubereitung gegart, gebacken und meist gekühlt angerichtet, kommen sie als herzhaftes Vorspeise oder zum Dessert auf den Tisch. Das Handwerk erfordert zwar etwas Übung. Doch hat man einmal den Dreh raus, lassen sich unzählige Varianten zubereiten.



SCHRITT für SCHRITT Wildterrine

- ① Das angefrorene Fleisch mit Rahm und Zwiebeln pürieren. Für eine einwandfreie Bindung der Masse sind die Zutaten konsequent eiskalt oder angefroren zu verwenden. →

Wildterrine: passt ausgezeichnet zu Salat und einer fruchtig-pikanten Sauce.



TIPP

Der **Heida AOC Valais** schmeckt intensiv nach reifen und exotischen Früchten und verfügt über einen körperreichen Charakter mit lebhafter Frische. Er passt gut zu hellem Fleisch, Fondue, Raclette, Käseplatten und zum Aperó.



→ Feste, schneidbare, rohe, vorgekochte oder gebratene Zutaten (hier angebratenes Fleisch) auf die Farce in die Form legen und mit dem Rest überdecken.



Farce in einer Form im heissen Wasserbad im Ofen garen. Ein Fleischthermometer hilft, die erforderliche Kerntemperatur der Terrine zu gewährleisten.

Ob gross oder klein:
einfach superfein.

NEU auch im Kleinformat erhältlich.

UrDinkel
Holzofenbrot

UrDinkelbrötli



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



www.hiestand.ch

Hiestand 
OFENFRISCH GENIESSEN



SCHRITT für SCHRITT Glasierte Marroni



Gekochte Marroni zum caramellisierten Zucker geben und in 0.5 l Wasser auf dem Feuer glasig werden lassen.



Glasierte Marroni und Apfelkonfit: zwei ideale Begleiter für gebratenes Wildfleisch, Terrine oder Pastete.



SCHRITT für SCHRITT Apfelkonfit



Zutaten vorgängig in Butter andünsten, Zucker und Zitronensaft beimengen und ungefähr 15 Min. leicht köcheln lassen, bis die eingekochte Masse eine dicke Konsistenz aufweist.

WAS IST KONFIT?

Konfit ist Einkochtes beispielsweise aus Zwiebeln, Äpfeln oder Tomaten ähnlich einer Konfitüre. Das Einkochen mit Zucker, um Essen länger haltbar zu machen, hat seinen Ursprung im Mittelalter und hiess Lateinisch «conficere» – übrigens auch Namensgeber für das Konfekt. In der französischen Küche kennt man «Confit» (von französisch confire, «einlegen, einkochen»). Das ist jedoch in Fett gekochtes, für mehrere Monate haltbar gemachtes Fleisch. Heute bezeichnet Konfit generell das Einkochen oder Schmoren in Zucker oder Essig – das Fett fällt weg – und es verleiht der Speise eine süssliche Note.

SCHRITT für SCHRITT Herbstlicher Dekozauber



Aus gefalztem Papier in verschiedenen Farben unterschiedliche Blätterformen ausschneiden und auf dem Tisch verteilen.






Zeig's mit LEISI.

Schweizer Backerfolg seit 1938.



De Teig no sälber rolle,
nei Sie, nämäd Sie dä
Quick vom Leisi!



 Feine Wähenrezepte und vieles mehr finden Sie auf www.LEISI.ch



In Ihrem Dorfladen finden Sie gluschtige Zutaten für x-beliebige Eintöpfe.



TIPP

Dieser hellblonde **Féchy La Côte AOC** verströmt blumige und fruchtige Noten, verfügt über einen feinfruchtigen Auftakt mit mittlerem Körper, der auf feiner Fruchtaromatik endet – wunderbar auch zu währschaften Suppen.



Kartoffel-Kürbis-Suppe mit Landjäger: Ob traditionell oder feurig im Aroma, Suppen und Eintöpfe sind günstig im Preis und einfach gemacht.

Kaum eine Jahreszeit ist für den Fleischliebhaber so facettenreich wie der Herbst. Aber von Fleisch allein lebt er nicht. Reich ausfallende Eintöpfe und Suppen mit Gemüse, Getreide oder Hülsenfrüchten nähren, machen satt und wärmen die Seele. Ideal für den Eintopf mit Fleisch sind Rezepte mit Kürbis, Kartoffeln, Rüebl, Tomaten, Wurzelgemüse oder Kohl. Aroma liefert besonders das Suppengrün, etwa aus Lauch, Sellerie und gerösteter Zwiebel. Wer es sich einfach machen will, wirft alle Suppenzutaten gleichzeitig in den Topf. Mag man alles bissfest, muss der Koch die jeweils unterschiedlichen Garzeiten der Zutaten beachten.

Extra-Pep aus fremden Ländern

Besonders mediterran wird die wärmende Speise mit der Beigabe von getrockneten Tomaten und Muscheln. Curry, Koriander und Kokosmilch verleihen hingegen Exotik, während Kichererbsen, Kreuzkümmel und Chili den Orient in die Küche holen.

Suppen für jede
Gelegenheit

neu



Hamburger des Monats Oktober: Buure Burger

Ausgezeichnet, würzig und leicht ... Diesen Buure Burger aus feinem Schweinefleisch mit Lauch und Rüebl finden Sie in jedem Volg-Kühlregal. Monatlich gibt es während des Burger-Festivals im Volg eine andere Burger-Kreation. Lassen Sie sich überraschen!





*Genuss hat keine Grenzen:
Adelya Don Bosko und
Tino Zaugg kennen den Volg
vom Einkaufen in Stetten AG.
Während der Fotoaufnahmen
hatten sie viel Spass
und durften reichlich feine
Backwaren aus dem
Volg-Sortiment naschen.*

Das kennen viele: Jeder Kuchen, den man erblickt, soll sofort auf den Desserteller. Bevor die Beine das Buffet erreichen, schaltet sich jedoch das imaginäre Englein auf der rechten Schulter ein und rät, auf die Linie zu achten. «Soll ich nun nach Herzenslust oder mit Bedacht naschen?», lautet die grosse Frage. Volg meint: Gegen alle Regeln muss ab und zu eine extra Genussportion einfach drinliegen. Es müssen ja nicht riesengrosse Stücke sein, sondern nur kleine Häppchen von allem, hübsch auf dem Teller arrangiert.

Genuss muss sein

Das Backwarenangebot von Volg lässt diesbezüglich keine Wünsche offen: Cakes, Rouladen, Torten und haufenweise feine Zutaten sowie verschiedene Kuchenböden, um nach Lust und Laune den momentanen Wunschkuchen hervorzuzaubern. Soll es eine Schwarzwäldertorte, ein süsser Käsekuchen oder eine tolle Marzipanglocke sein? Mit Wienerboden, Pudding und Rahm gefüllt oder eher leicht mit Früchten und Jogurt? Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt, bestimmt haben Sie Ihren eigenen Lieblingskuchen. Mit Backzutaten von Volg gelingt garantiert jeder Versuch. Lassen Sie Ihrer Naschlust für einmal freien Lauf. Soll es eher schnell gehen, stehen Ihnen verschiedene Kuchen aus dem Volg-Sortiment täglich zur Auswahl.

Das Backwarenangebot von Volg ist sehr umfangreich und macht alle jederzeit glücklich. Es hält für jeden Gluscht das richtige Dessert bereit.

**Viel Gutes
macht Lust auf mehr**





Schoggicake

300 g: Er ist oft der Liebling von allen, der «Schoggichueche». Mit Rahm oder einer lauwarmen Früchtesauce garniert, zu einer Kugel Vanilleglace oder mit Smarties beklebt, reisst er die Gäste vom Stuhl.

Danke-Kuchen

450 g: Der Danke-Kuchen – zu einer Hälfte Zitrone, zur anderen Schokolade – trifft jeden Geschmack. Ausserdem ist er ein feines Geschenk, besonders mit einem Post-it und netten Worten darauf.



Tirolercake

300 g: Er ist ein Hit, der immer zieht – feine, versteckte Schokostückchen und Haselnussgeschmack vereint in einem Gebäck. Das ist Genuss-Vielfalt zum Träumen.



Dunkler Wienerboden

Mit fertigen Kuchenböden zaubern Sie in wenigen Schritten eine feine Schwarzwäldertorte. Das praktische Rezept finden Sie auf dieser Doppelseite, die Zutaten im Volg in Ihrer Nähe.

Auch als heller Wienerboden erhältlich, z. B. für Erdbeertorten oder Obstkuchen.

Himbeer Roulade

300 g: Haben Sie eine Schwäche für Rouladen? Entdecken Sie die vielen verführerisch-leckeren Füllungen im zarten Biscuit-Teig und erleben Sie Passion in Beige und Rosa.



Linzertorte

450 g: Sie gilt als eine der ältesten Torten der Welt. Aus Linz (Österreich) stammend, begeistert sie mit ihrer süssen Marmelade-Füllung seit über 300 Jahren Klein und Gross.



Schwarzwälder

Zutaten für 1 Kuchen à Ø 24 cm:
2–3 Pack Rahmhalter und 1 Pr. Vanillezucker zu 7 dl Vollrahm geben, steif schlagen. Mit dem Messer 1 dunklen Biscuitboden horizontal in drei Scheiben schneiden. Untersten Boden mit 75 g Johannisbeergelee bestreichen, gut einen Drittel des Schlagrahms darauf streichen, mit der Hälfte einer Dose Kirschen belegen. Mittleren Boden aufsetzen. Mit 6 EL Kirsche beträufeln und dem zweiten Drittel des Rahms bestreichen, mit den restlichen Kirschen belegen. Biscuitdeckel mit 75 g Johannisbeergelee bestreichen, umgekehrt auflegen, Torte mit restlichem Rahm bestreichen, mit Schokoladespänen und nach Belieben mit Kirschen garnieren. Zubereitung: 30 Min.



**Der Merlot Ticino DOC
Selezione d'Autore und
der Emmentaler Surchoix
sind echte Schweizer
Genuss-Klassiker.**

Zwei Originale für echten Genuss

Wein aus dem Tessin? Wem kommt da nicht zuerst der Merlot in den Sinn? Und Käse aus der Schweiz? Genau – Emmentaler! Für einmal wenden wir unsere Aufmerksamkeit diesen uns bestens bekannten Köstlichkeiten zu und geniessen zwei echte Originale ohne Umwege, direkt im Glas und frisch aufgeschnitten von der Käseplatte.

Grosse Tessiner

Merlot ist die mit Abstand wichtigste Rebsorte des Tessins. Grösster Winzer im Tessin ist die Cantina sociale Mendrisio. Die Genossenschaft verschiedener Weinbauern keltert unseren Merlot Ticino DOC Selezione d'Autore. Der Tropfen, mit Noten von Waldbeeren, Kaffee oder Schokolade, besticht mit seiner eleganten, delikaten Ausgewogenheit am Gaumen und bringt viel Tessiner Merlot-Charakter ins Boccolino.

Das, was Emmentaler ausmacht

Anderswo schlicht als «Schweizerkäse» bekannt, braucht der Emmentaler kaum noch vorgestellt zu werden. Wer aber wissen will, warum diese Käsesorte denn auch international so beliebt ist, sollte ein Stück Emmentaler Surchoix selber kosten. Der Käse liefert die Erklärung gleich selber. Der Emmentaler

Surchoix für den Volg reift mindestens zwölf Monate im Keller. Hier erhält er nicht nur seine Löcher, sondern auch seinen Biss und sein feines Aroma.



**Käse
des Monats**
Emmentaler Surchoix
100 g, statt Fr. 2.20
Fr. 1.75

**1. Fêchy AOC La Côte 2014
Schweiz**

**2. Heida AOC Valais 2013
Schweiz**

**3. Dôle Blanche AOC Valais
Fleur d'Amour
2014
Schweiz**

**4. Goldbeere G Cuvée Prestige
2013
Schweiz**

**5. Fläsch Gemswändler Pinot Noir
AOC Graubünden
2014
Schweiz**

**6. Salvagnin Vaudois AOC
Feu Sacré
2013
Schweiz**

**7. Dôle AOC Valais Nuit d'Amour
2013/2014
Schweiz**

**8. Merlot Ticino DOC
Selezione d'Autore
2014
Schweiz**

**Wein
des Monats**
Merlot Ticino DOC
Selezione d'Autore
75cl, statt Fr. 13.95
Fr. 11.60

Oft kopiert – nie erreicht Emmentaler Surchoix ist das Original, so wie der Emmentaler von Käsermeister Markus Hengartner aus der Dorfkäserei Illighausen. Zusammen mit Käse aus 13 weiteren lokalen Käsereien reift er, nach drei Monaten Reifezeit in der Käserei, im Feuchtlager der Gourmino in Langnau i.E. zum Emmentaler Surchoix weiter. Von hier gelangt er nach 12 Monaten exklusiv zu Volg. Mehr dazu unter www.gourmino.ch.



Wein Service

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	
Klares, mittleres Gelb. Intensive Aromen von 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
Helles Rostrosa. In der Nase Aromen von Quitten, Mandarinen und Aprikosen. Am Gaumen kräftig, füllig, elegant und frisch.	Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C	Aperitif, Hors d'Œuvre, Spargel, Geflügel, asiatischer Küche	
Kräftiges Rubinrot. Duft nach roten und schwarzen Beeren, Kirschen und Vanille. Geschmeidig, warm mit schöner Kirscharomatik und pfeffriger Würze. Lang anhaltender Abgang.	Bis 4 Jahre, bei 14–16 °C	Filet im Teig, Grilladen, Bündner Spezialitäten, Wild und Lamm	17,25
Kräftiges Rubinrot. Frischfruchtige Aromen von 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	
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 von schwarzen Kirschen und Brombeeren.	Bis 4 Jahre, bei 13–15 °C	Fleischpastete, Trockenfleisch, gebratenem Rindfleisch, Rindsfilet an Pfeffersauce, Lamm, Käseplatte	16,75 (Jg. 13)
Leuchtendes Rubinrot. Intensiver Duft von 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	

<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 DÔLE BLANCHE AOC VALAIS FLEUR D'AMOUR, 75 cl, statt Fr. 67.20 nur Fr. 51.–
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton GOLDBEERE G CUVÉE PRESTIGE, 75 cl, statt Fr. 89.40 nur Fr. 71.40
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton FLÄSCH GEMSWÄNDLER PINOT NOIR AOC Graubünden, 75 cl, statt Fr. 107.40 nur Fr. 89.40
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton SALVAGNIN VAUDOIS AOC FEU SACRÉ, 75 cl, statt Fr. 55.20 nur Fr. 43.20
<input type="checkbox"/> Anzahl 6er-Karton DÔLE AOC VALAIS NUIT D'AMOUR, 75 cl, statt Fr. 65.40 nur Fr. 53.40
<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 28. September bis 31. Oktober 2015, solange Vorrat.

Diese Aktion gilt vom 28. September bis 31. Oktober 2015, solange Vorrat.

Bewertungen stammen aus dem «Weinseller 2015» von Chandra Kurt. * = speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis.



Buitoni

40%

Aktion gültig vom
5.-11.10.2015



mit
knusper-
dünnem
Boden

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Good Food, Good Life

Dörrbohnen gehören zur traditionellen Schweizer Küche. Ihre Zubereitung lässt sich aber fast unendlich variieren.

Das Rezept dazu finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch/rezepte.

Dörrbohnen einmal anders: Fleischvögel mit Dörrbohnen-Chnolibrot-Füllung

Da sind Schweizer
Dörrbohnen drin

Dörrbohnen kennen wir hierzulande besonders als Salat oder Beilage zur Metzgete. Dabei gehörten sie früher als sichere Quelle für pflanzliches Eiweiss zu den Grundnahrungsmitteln. Die nahrhafte Hülsenfrucht passt aber auch hervorragend in die moderne Küche. Dörrbohnen peppen beispielsweise die Pizza, den Auflauf, die Quiche, das Gratin sowie Suppen oder Pastagerichte auf – besonders dann, wenn in der Küche Spontanität gefragt ist, weil der Kühlschrank nichts Besonderes hergibt. Schweizer Dörrbohnen sind nämlich nach nur einer Stunde im lauwarmen Wasser bereit zur Verarbeitung.

Volg setzt auf inländische Qualität

Die Volg Dörrbohnen wachsen und gedeihen hauptsächlich auf Feldern im Aargau auf einer Fläche von etwa sieben Fussballfeldern. Nicht nur ihre Herkunft, auch die sehr kurze Einweichzeit, ihr unverkennbarer Biss und die augenfällige grüne Farbe machen die Schweizer Dörrbohnen so besonders. Denn anders als die getrockneten asiatischen Bohnen bleiben diese auch nach dem Trocknungsprozess grünlich.

100 g
Fr. 4.95

Schweizer Dörrbohnen: vielseitig einsetzbar, sehr lange haltbar und platzsparend.





Es gibt in der Schweiz Regionen, die sich gut verkaufen lassen. So eine ist auch das Emmental. Die Firma Reber in Langnau stellt dort täglich Frischfleisch, Fleischwarenprodukte und Fleischspezialitäten her. So auch die Emmentaler Rauchwürste, die dem weltbekannten Käse aus der Region in Sachen Charakter in nichts nachstehen. «Regionale Produkte zu fördern, liegt uns am Herzen», sagt Geschäftsbereichsleiter Stefan Gächter.


Regionalität als Gegenbewegung zur Globalisierung

Die Nachfrage nach regionalen Produkten hat in den letzten Jahren zugenommen. Konsumenten wünschen immer mehr, die Herkunft ihrer Lebensmittel zu kennen.



Feine Räucherware aus dem Emmental

Manchen Menschen mag es «Wurst» sein, woher ihre Lebensmittel stammen. Immer bedeutender wird aber die Zahl derer, denen regionale Produkte am Herzen liegen – zum Beispiel die Emmentaler Rauchwurst von der Reber AG aus Langnau im Emmental.



Emmentaler Rauchwürste 15 Minuten im heissen Wasser siedeln lassen, abtropfen und heiss geniessen.

Doch was definiert ein regionales Produkt? «Eine Regionalmarke trägt nur jenes Produkt, das auch hier produziert und abgepackt wurde», antwortet Stefan Gächter. Regionalität ist ein vielversprechendes Konsum- und Produktionsmodell. Für Produkte aus der Gegend spricht aus Konsumentensicht besonders die grössere Transparenz in Bezug auf die Qualitätssicherung. Die sei laut Stefan Gächter für alle Produkte garantiert, unabhängig ihrer Herkunft. Der Qualitätsbegriff beinhaltet hingegen auch ökologische, nachhaltige und ethische Aspekte, vor allem in Bezug auf Tier und Umwelt.

Sauberkeit als oberstes Gebot

Ein weiterer Garant für die Qualitätssicherung der Firma Reber ist der hohe Hygieneanspruch. Beim Rundgang in der Fleischverarbeitungsfabrik wird schnell klar: Hygiene ist hier das oberste Gebot. Dem strengen Sauberkeitsritual kann sich niemand entziehen. Ohne täglich frische Arbeitskleidung, garantiert bakteriologisch sauber, und weiteren Hygienemassnahmen gelangt niemand in die Arbeitsräume.



«Volg ist ein ganz wichtiger Absatzkanal, den wir sehr sympathisch finden und der bestens zu uns passt. Man hat Gemeinsamkeiten, beispielsweise sind wir beide regional gut verankert», sagt Stefan Gächter, der die Reber AG erfolgreich führt.

Emmentaler Fleischprodukte nach geheimer Rezeptur

Die Firma Reber stellt mit 190 Mitarbeitenden täglich Frischfleisch, Fleischwarenprodukte und Fleischspezialitäten her. Sie gilt als wichtiger Partner und ist gleichzeitig der wichtigste Arbeitgeber im Emmental. Die über die Region hinaus bekannten Emmentaler Rauchwürste stellt das Unternehmen nach überliefertem Rezept her.



1. Nachdem das Rohmaterial für die Emmentaler Rauchwürste im Cutter verarbeitet wurde, kommt die Masse in die Wursthülle. Jetzt noch die Wurst wiegen, Anfang und Ende klipsen und als Paar aufreihen.



2. Nach der Verarbeitung der Würste im Cutter verarbeitet wurde, kommt die Masse in die Wursthülle. Jetzt noch die Wurst wiegen, Anfang und Ende klipsen und als Paar aufreihen.



3. Im Arbeitsraum mit den strengsten Hygienevorschriften verpacken Mitarbeiterinnen die einzelnen Würste von Hand, ehe sie in die Vakuumiermaschine gelangen.



4. Hat die Mitarbeiterin die Auszeichnungsmaschine eingestellt, kommen die luftdicht verpackten Würste mit Etikette und TSTV-Siegel versehen in die Transportkisten.

Typisch
Schweiz
Typisch
Volg
typiquement
suisse

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.



Die Ferienzeit ist längst vorbei, wehmütig erinnern wir uns an den warmen Sommer. Wie wäre es darum mit einer Reise für den Gaumen? Eine gute Gelegenheit dazu bieten die vier neuen Salate von Hero. Das braucht keine lange Vorbereitung, alle Hero Salate sind mit passenden Dressings fein abgeschmeckt. So kann die kulinarische Reise jederzeit losgehen!

Schnell den richtigen Salat parat

Hero Salate passen zu vielen Gelegenheiten. Besonders wenn die Zeit knapp ist, bietet das umfangreiche Sortiment der fixfertig zubereiteten Hero Salate eine willkommene, gesunde Mahlzeit oder die passende Beilage zu einem feinen Essen. Ein begeisterndes Salatbuffet für Ihre Gäste zaubern Sie so in Minutenschnelle.

Vom Osten inspiriert

Adzuki-Bohnen sind in Südostasien weit verbreitet. Mit Karotten, Lauch, Soja-sauce und speziellen Gewürzen mit leicht rauchiger Note ist sie ein wahrer Genuss im Hero Adzuki-Bohnen Salat. Der von Indien inspirierte Chana Dal Salat trägt seinen Namen nach den speziellen geschälten und gespaltenen Kichererbsen. Er besticht durch seine kräftige Würze mit leichter, typisch indischer Schärfe.

Kichererbsen und ein Klassiker

Wer es süß-sauer mag, liegt mit dem veganen Kichererbsen Salat genau richtig. Hier sorgen die Kichererbsen zusammen mit Karotten, Süßmais und Soja-Bohnen für viel knackigen Biss. Ein Klassiker, der trotz seines Namens in ganz Europa geliebt wird, ist der Russische Salat. Von Hero wird er vegan mit Karotten, Kartoffeln, Bohnen und Erbsen zubereitet und zeigt seine feinen Noten durch sein mildes, leichtes Dressing. Wer's gern klassisch mag, fügt noch etwas Mayonnaise hinzu. Alle vier Hero Salate sind ungekühlt haltbar.

Einmal rund um die Welt und wieder zurück? Mit einem fixfertigen Salat von Hero ist das kein Problem. Dabei kommt eine reichliche Portion Exotik nicht zu kurz.

Salate für Weltenbummler



ÖSE LADE TIPP

Die fixfertigen Salate von Hero jetzt zum Vorzugspreis auf Seite 46.

Das grosse Sortiment von Hero Salaten hat Zuwachs erhalten: Fixfertig zubereitet sind der Adzuki-Bohnen Salat, der Chana Dal Salat, der Kichererbsen Salat oder der Russische Salat.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich





Eine kulinarische Reise für den Gaumen: Die vier neuen Hero Salate bieten dank orientalischer Gewürzen wie Curry, Zitronengras oder Sojasauce ein einzigartiges Geschmackserlebnis.

Fruchtiges Vergnügen.



Guten Morgen, Michel.

Ein freundlicher Schwatz wie mit Hauswirtschaftslehrerin Marianne Schweizer gehört dazu.



Rosmarie Kropf, Therese Weltner und ganz neu, die Auszubildende Michelle Lüthi, sind Teil des 6-köpfigen Teams im Volg Zäziwil. Das gute Arbeitsklima zeigt sich im hervorragenden Teamgeist.



Bemerkenswerte Karriere: Im Juli 2015 durfte Therese Weltner das Volg-interne Ladenleiterinnen-Diplom in Empfang nehmen.

Vor neun Jahren war sie noch «Schnupperstiftin», heute feiert sie ihr fünftes Jahr als Ladenleiterin des Volg in Zäziwil. Die bemerkenswerte Karriere von Therese Weltner.



Teamgeist und Selbstvertrauen

«Ich bin sehr froh, die Herausforderung angenommen zu haben. Sie hat mein Selbstvertrauen gestärkt und das bringt mich beruflich wie privat weiter», sagt Weltner zu ihrer Funktion als Ladenleiterin und Berufsbildnerin.

Ladenleiterin Therese Weltner ist gerade dabei, die Lernende Michelle Lüthi an ihrem ersten Arbeitstag einzuführen, als «Öise Lade» sie im Volg in Zäziwil besucht. Wie das sich anfühlt, der erste Arbeitstag, ist Weltner noch in guter Erinnerung: Er liegt noch gar nicht so lange zurück.

Begeistert nach der Schnupperlehre

Im Februar 2006 machte Weltner erste Bekanntschaft mit ihrem heutigen Beruf und zwar in einer Schnupperlehre im Volg Oberhofen. Dies hat ihr so gut gefallen, dass sie anschliessend auch die dreijährige Ausbildung zur Detailhandels-

fachfrau in diesem Volg-Laden absolvierte und 2009 erfolgreich abschloss. Nach bestandener Lehre ging es für die damals 21-Jährige in rasantem Tempo weiter. Bereits 2010 übernahm sie die Leitung des neu eröffneten Laden in Zäziwil.

Glänzende Resultate

Täglich frische Produkte, ein attraktives Sortiment, freundliche Bedienung, ein gepflegtes Erscheinungsbild und nicht zuletzt auch steigende Umsätze – Therese Weltner weiss, wieso ihr Volg-Laden in jederlei Hinsicht glänzt: «Wir sind ein tolles Team. Alle denken mit und sehen die Arbeiten. Dank einem neuen Laden war es mir zudem möglich,

eine Teamstruktur nach meinen Vorstellungen zu gestalten.»

Ziele gemeinsam erreichen

Umsichtig und gut organisiert fördert Weltner die individuellen Stärken ihrer Mitarbeitenden und begleitet angehende Detailhandelsangestellte und -fachleute durch die Ausbildungszeit. «Es ist gut, sich an die eigene Lehrzeit zu erinnern. Ich weiss genau, wo die Knackpunkte liegen und wie ich die Lernenden mitreissen und motivieren kann.» Zudem bildet Weltner seit einiger Zeit auch ihresgleichen aus: Ihr Laden ist Ausbildungsstandort für angehende Ladenleiter und Ladenleiterinnen.

20% RABATT
auf ausgesuchte Marken vom 28.09. – 03.10.2015



WE  
WELT TIER TAG



Treue Aktion

Ab 5. Oktober heisst es Punkte sammeln und Geld sparen mit wunderschönen Glaswaren von Leonardo.



Wassergläser
36 cl, 4er-Set



Longdrinkgläser
40 cl, 4er-Set



Glaskrug
1 Liter



Glasschälchen
Ø 12,5 cm, 4er-Set



Glasschale
Ø 24 cm

Glänzende Aussichten für treue Kundinnen und Kunden



Glasvase
24 cm



Sektgläser
23 cl, 4er-Set

Wenn die Abende länger werden, wächst die Anzahl der Einladungen für feine Essen oder geselliges Beisammensein. Falls Sie sich dazu oder auch sonst neue Gläser, Glasschalen, Tischlichter und andere Glaswaren wünschen, können Sie Punkte sammeln und sich wunderschöne Treueartikel sichern. Bis zum 23. Januar 2016 erhalten Sie im Volg für jeden 10-Franken-Einkauf einen Treuepunkt. Schon ab 10 Punkten gibt es für Sie zu Schnäppchenpreisen wunderschöne Wasserglas-, Wein- oder Sektgläser-Sets, Windlichter, Glasschalen und -vasen von Leonardo – alles um bis zu 69 Prozent günstiger. eingelöst werden können die gesammelten Punkte bis zum 13. Februar 2016.



Windlicht
20 cm



Tischlichter
9 cm, 2er-Set



Rotweingläser
45 cl, 4er-Set



Weissweingläser
35 cl, 4er-Set

Besondere Treueprodukte

Die treuesten Kunden können sich auf die Goldprämien dieser Sammelaktion freuen: Ab 30 Punkte gibt es für sie eine hochwertige Glasglocke mit Käsemesser und Schieferplatte oder einen multifunktionalen AEG-Standmixer mit Glaskrug für nur Fr. 59.90. Dabei sparen Sie über 50 Prozent gegenüber dem offiziellen Ladenpreis.



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



Goldprämie: Ergosense Standmixer/Ice Crusher 4 Geschwindigkeitsstufen, Impulse-Taste für Ice-Crush, LED-Geschwindigkeitsanzeige, 4 Edelstahlmesser, 1 l-Glaskrug, Mini-Zerkleinerer

Goldprämie: Glasglocke Ø 25 cm mit Käsemesser und Schieferplatte Ø 32 cm



Ragusa

- FRIENDS -



NEW!



*** Ragusa**
- FRIENDS -
Noir
 PERLINEN AUS DUNKLER SCHOKOLADE MIT
 UND GANZEN HAZELNÜSSEN
 CONFISERIE AU CHOCOLAT NOIR FOURNÉE
 NOISETTES ENTIERES
 DARK CHOCOLATE CONFECTIONERY WITH
 WHOLE HAZELNUTS
 12x11g - 132g e


Ragusa
- FRIENDS -
Classique
 PERLINEN AUS SCHOKOLADE
 UND GANZEN HAZELNÜSSEN
 CONFISERIE AU CHOCOLAT
 NOISETTES ENTIERES
 CHOCOLATE CONFECTIONERY
 FILLING AND WHOLE HAZELNUTS
 12x11g - 132g e

Ragusa
- FRIENDS -
Blond Caramelise
 PERLINEN AUS WEISSE SCHOKOLADE MIT
 MELNHAUT, PERLINE-FÜLLUNG UND GANZEN HAZELNÜSSEN
 CONFISERIE AU CHOCOLAT BLANC AU LAIT EN POUDRE
 CARAMELISE FOURNEE PERLINE ET NOISETTES ENTIERES
 WHITE CHOCOLATE CONFECTIONERY WITH
 MILK POWDER TRUFFLE FILLING AND WHOLE HAZELNUTS
 12x11g - 132g e NET WT 4.65 OZ



100% NATUREL



 **Charaktersache.**

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

f /RAGUSA.ORIGINAL

In eigener Sache Jubiläum

Für Volg-Chef Ferdinand Hirsig, hier mit der Erstaussgabe von «Öise Lade», ist das Magazin in 25 Jahren ein wichtiges Aushängeschild für den Volg geworden.



«Öise Lade» feiert dieses Jahr seinen 25. Geburtstag. Sehr zur Freude von Volg-Chef Ferdinand Hirsig, der überzeugt ist: «Gäbe es das «Öise Lade» noch nicht, dann müsste man es erfinden.»

Erfolgsstory «Öise Lade»

Ein Gespräch mit Ferdinand Hirsig

ÖL: Ferdinand Hirsig, «Öise Lade» feiert dieses Jahr sein 25-jähriges Bestehen. Welche Idee steckte dahinter, als Volg 1991 das Magazin lancierte?

Ferdinand Hirsig: 1991 war ich zwar noch nicht dabei, aber ich kann mir gut vorstellen, dass man damals mit dem Heft die gleichen Ziele verfolgte, wie wir es auch heute noch tun: Man wollte den Lesern mit spannenden Geschichten, praktischen Tipps und feinen Rezepten einen Mehrwert bieten, der über simple Werbung hinausgeht. Man wollte aufzeigen, dass Volg mehr bietet, als einfach nur Hörnli zu verkaufen.

In der Anfangsphase des Hefts gab es drei Ausgaben pro Jahr. Mittlerweile erscheint es monatlich und ist doppelt so umfangreich. Sie schreiben mit dem «Öise Lade» eine Erfolgsgeschichte!

Ja, absolut! Das «Öise Lade» ist eine Erfolgs-story! Und sogar noch mehr: Das Heft ist mittlerweile zu einem echten Aushängeschild für den Volg geworden. Ich erhalte auf kaum etwas anderes so viel Resonanz wie aufs «Öise Lade». Die Akzeptanz bei den Lesern ist riesig. Mittlerweile beträgt die Auflage rund 800'000 Exemplare. Das entspricht laut Umfragen auch dem Umfang unserer Leserschaft. Ein grossartiger Wert wenn man bedenkt, dass «Öise Lade» gratis ist und nur dort erscheint, wo es auch Volg-Läden gibt.



Cailler[®]
of Switzerland



PERLE
LAIT



PERLE
CARMEL

EINFÜHRUNGSPREIS
8.95

Mit Milch aus der Region.

Mit feinstem Caramel.

**DIE PERLE UNTER
DEN SCHOKOLADEKUGELN.**

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

WWW.CAILLER.CH



Maison Cailler depuis 1819

In eigener Sache Jubiläum



«Identifikation ist uns wichtig. Unsere Kunden wissen: Volg ist Ihr Laden und «Öise Lade» ist Ihr Heft.»

Öise Lade 25

Wo liegen die Gründe für den Erfolg?

Das hohe redaktionelle Niveau zahlt sich aus. «Öise Lade» trifft mit seinem bunten inhaltlichen Mix den Geschmack der Leser. Die Rezepte, die spannenden Geschichten aus dem Dorf – das alles kommt bei den Lesern sehr gut an.

Beim «Öise Lade» wird nicht mit professionellen Fotomodels gearbeitet. Es sind immer Volg-Kundinnen und -Kunden, Volg-Mitarbeitende, Lieferanten oder Leute aus dem Dorf, die abgebildet werden. Warum ist das so?

Das ist ein ganz bewusster Entscheid, den wir auch in unserer Werbung konsequent durchziehen. Unsere Leser sollen sich im

«Öise Lade» wiedererkennen. Wir wollen aufzeigen: Im Volg arbeiten Menschen wie du und ich. Diese Identifikation ist uns wichtig. Unsere Kunden wissen: Volg ist Ihr Laden und «Öise Lade» ist Ihr Magazin.

Wie liest Ferdinand Hirsig persönlich das «Öise Lade»? Welches sind Ihre Lieblingsrubriken?

Ich persönlich mag vor allem die etwas spezielleren Geschichten. Etwa die Rubrik «Typisch Schweiz – typisch Volg», wo ich vieles über kleinere und mittlere Schweizer Betriebe erfahre, die uns beliefern. Interessant ist auch die Rubrik «Dorfäden», in der wir (meistens) einen Volg-Laden oder einen Volg-Mitarbeitenden vorstellen. In

besonderer Erinnerung geblieben ist mir etwa der im April-Heft erschienene Beitrag über den Volg Feldis. Dieser kleine Laden wird per Luftseilbahn beliefert. Bei Volg gibt es in der Logistik eben nichts, was es nicht gibt.

Wagen wir zum Schluss einen Blick in die Zukunft. Die Medienlandschaft befindet sich in einem rasanten Wandel. Gibt es das «Öise Lade» auch in Zukunft noch auf Papier?

Was die nächsten 10 bis 20 Jahre betrifft: mit Sicherheit ja! Natürlich ist es so, dass sich in der Medienbranche momentan vieles in den Online-Bereich verschiebt. Aber jeder Trend erzeugt immer auch einen Gegentrend. Viele Leser lieben es nach wie vor, unser Magazin von A bis Z durchzublättern und zum Beispiel die Rezepte herauszutrennen. Unsere Auflage- und Leserzahlen sind der beste Beweis dafür.

Mitmachen & Gewinnen!



Frage: Welcher Volg-Laden wird per Luftseilbahn beliefert?

- A) Malans
- B) Feldis

Gewinnen Sie eine von **25 Überraschungen** aus der Glasi Hergiswil im Wert von je Fr. 200.–. Beantworten Sie unsere Frage und schicken Sie uns die Lösung bis zum 23. Oktober 2015 mit einer Postkarte mit Ihrem Absender an Volg Konsumwaren AG, «Öise Lade», Postfach 344, 8401 Winterthur.



Roberto Niederauer



Volg



JETZT AKTUELL!

**LIPTON ICE TEA
6×1.5L**



**LIPTON ICE TEA
LEMON, PEACH & GREEN**

mehr zum thema

Sauer macht gluschtig

Zitrone, Orange, Mandarine und Grapefruit überzeugen als Vitaminbombe und sorgen für Abwechslung in der Küche. Als Schönmacher können sie aber noch viel mehr.

Vielschichtige Früchtchen

Zitrusfrüchte sind hierzulande beliebt, besonders Orangen: Ungefähr acht Kilogramm beträgt der jährliche Konsum pro Kopf in der Schweiz. Auf Platz zwei stehen die Mandarinen, gefolgt von Zitronen und Grapefruits. Diese Früchtchen schmecken uns nicht nur, ihr Saft, Fruchtfleisch und ihre Schale lassen sich zuhause vielseitig einsetzen: Mit ihren zahlreichen gesundheitsfördernden Eigenschaften sind Zitrusfrüchte ideal für die Herstellung verschiedenster Kosmetika und eignen sich ebenso als Putzmittel und für Dekorationen.

Was können Zitrusfrüchte?

Zitrusfrüchte sind natürliche, antibakterielle Helden. Der hohe Säuregehalt vernichtet Bakterien und Schimmel, entfernt aber auch Flecken auf Glas, Chromstahl und Kacheln. So lässt eine Zitronenrinde im Geschirrspülmittel Glas- und Silberware neuer aussehen. Zitrusfrüchte tun aber auch unserem Innenleben gut, ihr Duft ist stimmungserhellend, weitere Bestandteile reinigen und klären den Organismus sowie die Haut.

Zitrusfrüchte sind fein und können allerhand: Sie reinigen, straffen, erfrischen und mehr.



Schmeckt restlos gut. Vom Orangenmousse werden Ihre Gäste kaum je einen Rest zurücklassen.



Orangenmousse

Zutaten für 1 Schüssel:

200 g weisse Schokolade mit Nougat-Krokant über dem Wasserbad schmelzen (nicht zu heiss). 3 Eier trennen, Eigelb und 0,5 dl Orangensaft schaumig rühren. 3 Blätter Gelatine und weitere 0,5 dl Orangensaft in eine Suppenkelle geben und diese kurz ins Wasserbad halten, bis sich die Gelatine aufgelöst hat. Die Mischung zum Eigelb geben und nochmals schaumig rühren. Schokolade untermischen. Das Eiweiss zu Schnee schlagen, unter die Schokoladenmasse heben. 3 dl Vollrahm schlagen, daruntermischen und mit 5 cl Grand Marnier parfümieren. In eine Schüssel füllen und 4–5 Std. kalt stellen.

Zubereitung: 30 Min. + 4–5 Std. kalt stellen

Gibt den Flöckli einen saftigen Boden: mit Orangenscheiben unterlegter Crumble.



Crumble mit Flöckli

Zutaten für 4 Personen:

4 Orangen schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. 4 Ofenformen (ø 10 cm) ausbuttern und die Orangen darin verteilen, Ofen auf 185 °C vorheizen. 80 g Müesli, 50 g Mehl und 60 g Zucker vermischen, 150 g kalte Butter in Würfel schneiden, dazugeben und mit den Händen rasch zu Streuseln verreiben. Orangen für 10 Min. in den Ofen schieben. Streusel darauf verteilen und weitere 20 Min. backen. Mit 1 EL Puderzucker bestäuben und servieren.

Zubereitung: 45 Min.

Für ein Glas voller Wärme und Licht sorgt die Orangenkerze mit Kerzengel – auch ein tolles Geschenk zum Mitbringen.



Orangenkerzen

Zutaten für 1 Glas à 3 dl:

Die passende Dochtlänge für die Kerze zurechtschneiden, ein Ende des Dochtes* an einer Mutter festbinden, das andere an einem Holzspieß. Den Spieß über das Glas legen und so den Docht mittig hineinhängen lassen. 3–4 getrocknete Orangenscheiben im Glas anrichten, in mind. 1 cm Entfernung vom Docht. 330 g Kerzengel in einen Metalltopf geben, langsam im Wasserbad erhitzen (nicht zu heiss). Flüssiges Kerzengel ins Glas füllen, Orangenscheiben ganz überdecken, auskühlen lassen. Kalte Gelreste mit den Fingern wegmachen. Docht auf gewünschte Länge kürzen.

Zubereitung: 10 Min.

Orangene Lippenpomade

Zutaten für 1 Tiegel à 30 ml:

7 g Bienenwachs und 17 ml pflanzliches Öl in einem kleinen Topf im Wasserbad schmelzen. Topf vom Wasserbad entfernen, kurz warten und bevor die Masse wieder hart wird, 3 ml Orangenöl* oder andere Ölessenzen zufügen. Kräftig verrühren, in ein sauberes, verschliessbares Gefäss füllen und etikettieren.

Tipp: Menge verdreifachen und aus demselben Rezept einen Raumduft-Balsam herstellen. Für gute Raumluft einfach den Deckel weglassen.

Kosmetik mit Geschmack: Tun Sie Ihren Lippen Gutes und stellen Sie aus Orangenöl und Bienenwachs einen pflegenden Lippenbalsam her.



Frische für den Teint und Pflege für Ihre Haut aus natürlichen Rohstoffen. Orangen-Kosmetika selber machen geht einfacher als erwartet und kostet nicht die Welt.



Der Duft von Orangen entspannt und beruhigt, denn Geschmacks- und Duftinformationen gelangen – wie Musik – im Hirn direkt ins Gefühlszentrum. So erstaunt es nicht, dass sich Orangenschalen hervorragend als Badezusatz eignen. Diese können Sie einfach dem Badewasser zugeben. Manche Menschen mögen sie frei im Wasser. Wer nicht, kann sie in Teefilter füllen. Aus Orangen zaubert man allgemein herrlich duftende Kosmetika, aber auch wohlriechende Balsame und Anzündhilfen fürs Kamin sowie schöne Herbstdekorationen. Ein paar Tropfen Orangenöl aufs Schlafkissen sorgen ausserdem für einen angenehmen Schlaf und schöne Träume. Für schöne, kulinarische Momente sorgen auch unsere feinen Orangenrezepte.

Ungebetene Gäste

So gerne Menschen Orangen mögen, so abgeneigt sind Katzen gegenüber der Zitrusfrucht. Erhalten Sie im Garten von den Vierpföttern unerwünscht Besuch, hält sie dieser Trick fern: Mischen Sie frische Orangenschalen mit Kaffeesatz und verteilen Sie den Brei an den Örtchen, wo sich die Tiere gerne aufhalten (evtl. mehrfach wiederholen).

Orangenkonfitüre

Zutaten für 2 Gläser à 3 dl:

500 g **Orangen** gut waschen, mit einem Zestenmesser Orangenzesten ohne weisses Fruchtfleisch abziehen. Zesten kurz in 4 cl **braunen Rum** einlegen. Die Orangen mit dem Messer schälen und filetieren. Orangenseiten mit 750 g **Zucker** vermischen, 1 dl **Wasser** und den Rum mit den Zesten dazugeben. Alles gut einkochen, bis eine dickflüssige Masse entsteht. In heiss ausgespülte Gläser füllen und gut verschliessen. **Zubereitung: 1 Std.**



Orangenkonfitüre versüsst den Zmorge. Auf frischem Butterzopf ist sie ein Gedicht.

Das Öl in Orangenschalen entfacht schnell Feuer, duftet und verbreitet behagliche Stimmung. Die Anzündhilfen als Basismaterial finden Sie saisonal im Volg oder in der Landi.

Orangen für Wohlfühlmomente

Anzündhilfe fürs Kamin

Zutaten für 1 Stück:

Aus frischen **Orangenschalen** mit dem Julienne-messer feine Streifen schneiden. Diese in die **Anzündhilfen** aus Holz einarbeiten, eine Woche lang trocknen lassen.





Cremig fein und «zitronig» gut: Ein Lemon Pie versüsst Ihre Kaffeepause und sorgt mit der «Kraft der Zitrone» für Genuss auch bei der Hausarbeit.

Lemon Pie

Zutaten für 1 Kuchen à ø 28 cm:

Aus 125 g Butter, 100 g Puderzucker, 1 Pr. Salz, 250 g Mehl, 2 Eigelb und 2 EL Wasser rasch einen Mürbeteig kneten, eine Form damit auslegen und für 20 Min. kühl stellen. Anschliessend bei 180 °C 12 Min. vorbacken.

Für die Creme 170 g Zucker und 4 Eier schaumig rühren, 1,75 dl Rahm und den Saft von 5 Zitronen dazugeben und von 2 Zitronen noch etwas Schale dazureiben. Auf den vorgebackenen Boden verteilen, 40–45 Min. fertig backen.

Zubereitung: 1,5 Std.



Wecken Sie die Kraft der Zitrone: Als natürliches Reinigungsmittel ist sie eine wertvolle Haushaltshilfe.

Zitrus-Kalkentferner

Zutaten für 1 Sprühflasche à 500 ml:

Zitronenschalen dicht in ein Gefäss füllen. Mit Essig aufgiessen, bis die Schalen vollständig bedeckt sind. Für 2–3 Wochen stehen lassen, ab und an Essig nachgiessen (die Schalen müssen immer vollkommen bedeckt sein). Flüssigkeit durch ein Sieb giessen, in eine Plastikflasche mit Sprühaufsatz einfüllen, verschliessen, beschriften. Unverdünn oder mit Flüssigseife anwenden. Achtung: Weder auf Marmor oder anderen Kalkstein-Oberflächen noch auf empfindlichen Kunststoffoberflächen anwenden.

Zitrus-Allesreiniger

Zutaten für 1 Sprühflasche à 500 ml:

450 ml Zitronensaft, 3 EL Spiritus und zehn Spritzer Spülmittel in eine leere Sprühflasche füllen, verschliessen, schütteln, beschriften. Vor dem Gebrauch kurz schütteln.

Sauberkeit und Ambiente aus der Natur

Zitronat

Zutaten für 1 Glas:

3 Zitronen gut waschen und abtrocknen. Schale ohne weisses Fruchtfleisch in eine Schüssel reiben. Mit 200 g Birnel Birnendicksaft vermischen und in ein sauberes Glas füllen.

Zubereitung: 1,5 Std.



Aus nicht benötigten Zitronenschalen wird in fünf Minuten eine hervorragende Backzutat.

Zitrusfrüchte sind wahre Küchenhilfen, sie verfeinern Gerichte, Saucen, Salate und Desserts, dekorieren Speis und Trank, machen Fisch und Fleisch zart, konservieren und verhindern das Braunwerden von aufgeschnittenen Früchten und Gemüse. Doch die Kraft der Zitrone zeigt sich auch im Haushalt: Mit ihrer Säure und der desinfizierenden Wirkung ist die Zitrone ein gutes Mittel gegen diversen Schmutz und Kalkflecken.

Haushaltstipps

Sind grössere Zitronenreste im Besteckkorb des Geschirrspülers, kann man sich den Klarspüler fast sparen. In der Waschmaschine im kleinen Stoffbeutel ersetzen sie den Weichspüler. Im heissen Backofen verschwinden mit Mandarinschalen unangenehme Gerüche.

Getrocknete Mandarinschalen dienen als Dekoration und vertreiben Motten. Schalen grossflächig ablösen, mit Guetzliform ausstechen, auf einem Gitter ausbreiten und trocknen lassen. Grössere Stücke etwas beschweren.



Das gleiche schaffen Zitrone und Mandarine mit Plastikschüsseln, die den Geruch von Lebensmitteln angenommen haben. Um den zu entfernen, reibt man die Schüssel mit der Schale ab. Auch Motten wird man damit los. Hängen Sie dazu ein paar getrocknete Zitronen- oder Mandarinschalen in den Schrank, dann suchen die Tiere das Weite.

Tonerde entzieht der Haut überschüssigen Talg, Zitrusensaft desinfiziert. Das Ergebnis ist ein strahlender Teint und gereinigte Haut.



Reinigungsmaske mit Zitrone

Zutaten für 1 Anwendung:

½ TL Zitronensaft, 25 ml Orangenblütenwasser* und 5 ml pflanzliches Glycerin* mit 2 gehäuften EL grüner Tonerde* gut vermengen. Mit einem Pinsel auftragen, 10–20 Min. einwirken lassen, mit lauwarmem Wasser und Schwämmchen abwaschen.

Tipp: Zum leichter Auftragen, Maske mit etwas Wasser verdünnen. Anstatt Zitronensaft kann auch Mandarinsaft verwendet werden, dabei aber Dosis auf 1 TL erhöhen.

Für eine Zitrone ein Kompliment – ihre Vielseitigkeit erhält die typischste aller Zitrussfrüchte besonders durch ihre Haupteigenschaft: so richtig sauer zu sein!



Selbstgemachter Likör sorgt für Genuss zuhause, gibt aber in hübsche Flaschen gefüllt auch als Geschenk was her.



Mandarinen-Likör

Zutaten für 7,5 dl:

500 g Mandarinschnitze aus der Dose abtropfen lassen, Zesten von 2 Mandarinen dazugeben und mit 250 g Rohrzucker bestreuen. Mark von 1 Vanilleschote und 1 TL frisch gemahlene Kaffee dazugeben. Alles mit einem Stampfer zu Mus verarbeiten. Die Mischung mit Klarsichtfolie abdecken und für etwa 24 Std., bis sich der Zucker vollkommen aufgelöst hat, stehen lassen. Fruchtmus in eine grosse, bauchige Flasche füllen sowie mit 70 cl Wodka übergossen und auffüllen. Dicht verschlossen an einem dunklen Ort für 2 Monate reifen lassen. Währenddessen immer wieder kräftig durchschütteln. Den fertigen Likör durch ein feinmaschiges Sieb filtern und in Flaschen abfüllen.

Zubereitung: 30 Min. + 2 Mt. Reifezeit

Delikates sorgt für Wohlgefühl im Magen: Unserem delikatsämigen Mandarinen-Sorbet kann niemand so leicht widerstehen.



Mandarinen-Sorbet

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Mandarinen schälen, die weissen Häutchen vollständig entfernen. Mandarinen in einen Massbecher geben, mit dem Pürierstab pürieren. Das Püree durch ein Sieb streichen, mit 100 g Zucker und 3 EL Zitronensaft 5 Min. bei milder Hitze kochen lassen. 1 Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und in der heissen Flüssigkeit auflösen. Abkühlen lassen. In die Glacemaschine geben und zu einem sämigen Sorbet gefrieren.

Zubereitung: 45 Min.

4ER-PACK
AKTION
GÜLTIG VOM
26.10 - 31.10.2015



Die Kraft der Natur

RAMSEIER steht für
✓ 100% natürlich
✓ ohne Zuckerzusatz



natürlicher Energiedrink



Mimosa

Zutaten für 4 Personen:
In jedes Sektglas 1 dl **Grapefruitsaft** geben. Mit **Volgaz** auffüllen und sofort geniessen.
Zubereitung: 5 Min.

Dieser fruchtige Drink mögen besonders Frauen, schmeckt aber auch echten Kerlen.

Grapefruit erfrischt, verschönert und belebt

Die Natur beschert uns für Heim und Küche viel Inspiration. Aus Grapefruits lässt sich mit ein paar Handgriffen beispielsweise rassiges Geschirr für gluschtige Rezepte herstellen, und die Wäsche wird im Wäschetrockner mit Grapefruitschalen samtig weich. Eine wichtige positive Eigenschaft der Grapefruit ist allerdings ihre klärende Wirkung für Körper und Geist. Erfrischende Körper- oder Raumsprays bele-

ben beides. Eine weitere gute Idee ist, aus Grapefruit ein fein duftendes Haargel zu machen. Zum Verschenken füllen Sie das selbstgemachte Haargel in eine hübsche Dose mit handgeschriebener Etikette darauf. Nun fehlt noch ein schönes Dekorationsband im Vintagelook rund herum – fertig. Auch Männer werden vom DIY-Gel begeistert sein, denn der Duft der Frucht sorgt für einen klaren Kopf.

Kokosquark mit Grapefruit

Zutaten für 4 Personen:
2 **Grapefruits** halbieren, Fruchtfleisch aus den Schalen lösen. Schale beiseite stellen. Fruchtfleisch in Würfel schneiden, ebenfalls beiseite stellen. 3 EL **Kokosraspeln** in einer trockenen Pfanne rösten, 4 EL **Zucker** dazugeben und leicht mitrösten. Bevor alles stark Farbe annimmt, mit 2 dl **Milch** ablöschen und etwas einkochen lassen. Auskühlen, anschliessend unter 500 g **Rahmquark** mischen. Kokoscreme auf die vier Grapefruitschalen verteilen und mit den Grapefruitwürfeln garnieren.
Zubereitung: 20 Min. + 30 Min. abkühlen lassen



Kokosquark mit Grapefruit weckt den Geist und schmeckt ausserdem nach Ferien in der Karibik.



Top gestylte und wohlriechende Haare mit dem Grapefruit-Haargel.

Grapefruit-Haargel

Zutaten für 100 ml:
100 ml abgekochtes, kaltes **Wasser** und 5 Tropfen **Grapefruit-Ölessenz*** in eine Schüssel geben, mit einem elektrischen Mixer vermengen. Während des Mixvorgangs 12 g **Xanthan-Gummi*** nach und nach vorsichtig in die Masse einstreuen und weitermischen. Masse durch ein sauberes Stofftuch oder engmaschiges Sieb streifen und nach Bedarf mit Wasser verdünnen. Gel in ein Döschen füllen, verschliessen, beschriften.



Body- und Raumspray «Orangenbrise»: versüsst nicht nur den Raum.

Body- und Raumspray «Orangenbrise»

Zutaten für 70 ml:
5 Tropfen **Grapefruit-Ölessenz***, 3 Tropfen **Bergamotte-Ölessenz***, 2 Tropfen **Ylang-Ylang-Ölessenz*** mischen, 20 Tropfen **Leinsamenöl*** und 70 ml abgekochtes, kaltes **Wasser** hinzufügen. In ein sauberes Gefäss mit Sprühkopf füllen. Raumspray vor Gebrauch immer schütteln, da sich Öl über Wasser absetzt.

Die Grapefruit macht morgens nicht nur müde Männer wieder munter, sie verleiht auch Ihrer Raumluft neue Frische – besonders in der kalten Jahreszeit.



**EINFACH ZU
HALBIEREN.**



**PERFEKT ZU
DOSIEREN.**



Entdecken Sie unseren neuen Würfelzucker

Versüßen Sie Ihr Lieblingsgetränk jetzt optimal
mit Würfelzucker. Dank der Kerbe in der Stückmitte
machen Sie aus einem Stück ganz einfach zwei.

www.zucker.ch



**NEU
NOUVEAU
NUOVO**

**ZUM HALBIEREN
À COUPER EN DEUX
PER DIMEZZARE**



**Sucre
Zucchero**

Der Kaffeefullautomat Melitta Caffeo Varianza CSP aus Edelstahl macht nicht nur Kaffee, sondern auch diverse Kaffeespezialitäten.

Kaffee und Kuchen mit Kaffee im Kuchen

WETTBEWERB

Welche Eigenschaft macht das Papier der Toppits Back-Bögen besonders einzigartig?

- A: Reissfestigkeit
- B: 3-D-Struktur
- C: Hitzebeständigkeit

1. Preis im Wert von Fr. 1500.–

Ein Kaffeefullautomat Melitta Caffeo Varianza CSP aus Edelstahl, aus dem Sie im Handumdrehen einfach guten Kaffee und beliebte Kaffeevariationen machen können.

2.–3. Preis im Wert von je Fr. 1200.–

Je ein vielseitiger Kaffeefullautomat Melitta Caffeo CI in weisser Farbe für exquisite Kaffeegetränke.

4.–9. Preis im Wert von je Fr. 600.–

Je ein Kaffeefullautomat Melitta Caffeo Solo&Milk in schwarzer Farbe. Erleben Sie Kaffeevielfalt in kompakter Form.

10.–30. Preis im Wert von je Fr. 25.–

Je ein Cappuccino-Set von Melitta und Kaffeekekuchen-Rezepte für feine Kaffeemomente.

→ Mitmachen & Gewinnen

Teilnahme am Wettbewerb vom 25. September bis 24. Oktober möglich.
Online: unter www.volg.ch/volg-magazine
Per Telefon: 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf, Festnetzstarif. Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Name und Adresse auf das Band.
Per SMS: SMS mit dem Keyword VOLGW und Lösungsbuchstabe an 4636, für 90 Rp./SMS.
Per Post: Lösung bis 20. Oktober 2015 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Melitta», Postfach 344, 8401 Winterthur.



Eine Tasse herrlich frischer Kaffee ist kaum zu überbieten. Zurzeit bekommt man den Espresso vielerorts aber auch gebacken, und zwar als Muffin. Die Backhelfer von Toppits bieten dabei wertvolle Unterstützung.

Eine Tasse Kaffee zum Kuchen ist die perfekte Kombination. Backfans haben jedoch den Espresso längst zum Aufpeppen von Muffin- und Kuchenrezepten entdeckt! Wählen Sie zum Backen am besten starke Bohnen, damit der vollmundige Geschmack vom Kaffee im Kuchen auch zur Geltung kommt. Mit den Muffinformen von Toppits gelingt das Trendgebäck schnell und einfach – ohne Extrablech und in zwei unterschiedlichen Grössen.

Gute Backhilfen

Backrezepte gibt es von süss bis herzhaft und schlicht bis raffiniert. Doch das Backgut vom Blech zu nehmen, ist immer ein Nervenkitzel. Hier schaffen die Backpapierbögen von Toppits mit ihrer neuartigen 3-D-Papierstruktur Abhilfe: Die Struktur reduziert den Kontakt des Backguts zum Papier und schmälert so deutlich das Anbackrisiko. Frische Teige oder Produkte,

die kurz aufgebacken werden, schweben damit wie auf einem heissen Luftpolster. Die beidseitige Antihafbeschichtung aus Silikon sorgt zusätzlich dafür, dass nichts festklebt. Somit lassen sich feinste Leckerbissen noch einfacher und unkomplizierter aus dem Backofen zaubern.



Mit den Backbögen und den formstabilen, hübsch bedruckten Muffinformen von Toppits löst sich das Gebäck einfach vom Papier.

Der Tessinener Grappa

In kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.



Vollendetes Aroma – vollendeter Genuss!



www.lateltin.com

Verantwortungsvoll konsumieren.



Feins vom Dorf



«Man kennt sich im Dorf und die meisten sind Kunden im Laden», sagt Ladenleiterin Ursula Nebiker. «Meine älteste Kundin ist 100-jährig. Hier treffen sich Jung und Alt!»

Wir schreiten durch den grossen Obstgarten gleich neben dem Dorf. «Mein Grossvater hat den ersten Golden-Delicious-Baum in der Schweiz gepflanzt. Er steht hier noch immer, seit 1933», sagt Andrea Lauber direkt unter diesem. Leicht erhöht erkennt man das charakteristische Haus mit dem Zwiebelturm, das auch auf den Weinetiketten des Guts «Plandaditsch» zu sehen ist. Der Name bedeutet übrigens etwa so viel wie: «Pflanzplatz, der Ort, wo etwas angebaut wird». Seit 1929 wachsen hier Obstbäume – seit Grossvater Lauber 1929 aus den USA zurückgekehrt war, um den ehemaligen Milchbetrieb auf Wein- und Obstbau umzustellen.

16 Apfelsorten, 5 Birnensorten

Moden und Trends gibt's auch bei Tafelobst. Beliebte ist aktuell die Apfelsorte «Empire». Sie macht rund 30 Prozent von Laubers Volumen aus. Der Volg erhält je nach Verfügbarkeit auch Gravensteiner, Gala oder Topaz. Dank der haus-eigenen Kühllager und der Sortieranlage bringt Lauber sein Obst frisch und verkaufsfertig in den Laden. Das malerische Dorf Malans hat seinen ursprünglichen Charakter erhalten und der Volg ist hier ein Treffpunkt. Auch deswegen schwingt sich Andrea Lauber kurzerhand auf sein altes, gepflegtes Mofa, um bei Ladenleiterin Ursula Nebiker im Volg-Laden noch rasch den aktuellen Bedarf an seinem Obst abzuklären.



Andrea Lauber pflegt sein Obst mit grosser Hingabe. Dasselbe Klima, das auf Gut «Plandaditsch» grosse Weine gedeihen lässt, kommt auch dem knackig frischen Obst zugute.

Herrschaftliches Bündner Obst aus Malans

Was dem Wein guttut, kann auch dem Obst nicht schaden. So wachsen auf dem Gut «Plandaditsch» nebst Wein über 16 verschiedene Apfelsorten.



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.

Neben Obst gibt es im Volg Malans den ausgezeichneten Wein vom Weingut «Plandaditsch» der Familie Lauber. Dazu kommen weitere erlesene Tropfen aus dem Weinbaudorf. Von der Metzgerei Möhr aus Maienfeld gibt es dazu eine feine Hauswurst und typisch bündnerischen Salsiz, darunter auch einen mit Hirschfleisch.





Cremige Mini-Kartoffeln mit Philadelphia Kräuter

Portionen: 4

Zubereitungszeit: 15 Minuten + 50 Minuten Backzeit

500 g	kleine Kartoffeln
1 EL	Olivensöl
2	Frühlingszwiebeln
150 g	Philadelphia Kräuter
75 g	Salat (gemischt)

1. Backofen auf 190 °C vorheizen. Kartoffeln waschen, einstechen und mit Öl einreiben oder bepinseln. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und 45-50 Minuten backen, bis die Kartoffeln gar sind.
2. Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Unter den Philadelphia rühren, nach Belieben einige Ringe zur Deko beiseitelegen.
3. Fertig gegarte Backkartoffeln der Länge nach einschneiden und jeweils mit 1 TL Philadelphia krönen. Mit dem Salat anrichten, mit schwarzem Pfeffer bestreuen und geniessen.

Erfahren Sie mehr unter: www.philadelphia.ch



Naturerlebnis mit echtem Mehrwert



Wilder Genuss.

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

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

In kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.

fredy's
THE FINE ART OF BREAD



Marktplatz

Der Kartoffelsack im Volg wiegt neu 1,5 kg und ersetzt ab sofort die Kartoffelsack-Grössen von 2,5 kg und 1 kg. Er lässt sich leicht nach Hause tragen, passt bestens in die Gemüseschublade des Kühlschranks und berücksichtigt die immer kleiner werdenden Haushaltsgrössen in der Schweiz. Zu dieser Gelegenheit haben die Kartoffelsäcke zudem ein neues Erscheinungsbild

erhalten und verraten nun auf den ersten Blick mehr zu ihrem Inhalt.

Grün, Blau oder Rot?

Die neuen 1,5-Kilo-Kartoffelsäcke sind in verschiedenen Farben erhältlich, passend zum jeweiligen Verwendungszweck. Grün steht für festkochende Kartoffeln für die Zubereitung von Kartoffelsalat, Salzkartoffeln, Schalenkartoffeln oder

Gschwellti, wofür es Knollen mit schnittfestem und feuchtem Fruchtfleisch braucht. Blau bezeichnet Kartoffeln für die Zubereitung von Kartoffelstock sowie Gratin, Gnocchi oder Suppen. Und im roten Sack finden Sie die idealen, bei 8 Grad gelagerten Kartoffeln zum Frittieren und Braten bei hohen Temperaturen, also für Rösti, Pommes frites und Bratkartoffeln.

Die Zahl der Kleinhaushalte nimmt zu, die durchschnittliche Haushaltsgrösse schrumpft seit Jahren – dem trägt Volg Rechnung mit einer neuen Grösse der Kartoffelsäcke.

Eine Grösse, die immer passt

Kartoffeln mit Meerrettichsenkruste
Bodenständig und dennoch äusserst raffiniert.

Beide Rezepte finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch/rezepte.

Pommes gaufrettes:
Mit drei bis vier Kartoffeln zaubern Sie einen feinen Snack für mehrere Personen oder eine Beilage für zwei.

Neu gibt es die Kartoffeln im Volg im praktischen 1,5-Kilo-Sack.



neu Novissimo

neu

**ÖISE
LADE
TIPP**



statt Fr. 5.50
Fr. 4.95

Hero Chana Dal Salat*,
Beutel, 220 g

statt Fr. 5.50
Fr. 4.95

Hero Kichererbsen
Salat*, Beutel, 220 g

statt Fr. 5.30
Fr. 4.75

Hero Adzuki-Bohnen
Salat, Beutel, 220 g

*Drei Mal neue
Hero Fertigsalate.
Für die schnelle,
feine Küche.*

Bringen die Kinder unangekündigt ihre Gspänli zum Mittagessen nach Hause oder bleiben die Freundinnen nach der Teerunde unerwartet zum Abendessen, können Sie mit den Fertigsalaten von Hero aufatmen: Als Vorspeise, Beilage oder als reichhaltiger Hauptgang sind sie genussfertig. Effektiv serviert, treffen sie jeden Geschmack. Da sie nicht viel Arbeit machen, können Sie die kochfreie Zeit geniessen und sich um die Gäste kümmern. So wird eine spontane Einladung zum kleinen Fest. Die Fertigsalate kommen übrigens ohne Geschmacksverstärker aus und sind im Vorratsschrank lange haltbar.

Ideal für unterwegs

Ist das Wetter überraschend schön und die Familie wünscht sich unvorbereitet ein Picknick, machen die Hero Fertigsalate alle glücklich. Platzsparend im Rucksack oder Picknickkorb verstaut, trotzen diese Salate ausserdem hohen Temperaturen. Überall und jederzeit frisch aus dem Pack serviert, bieten besonders die neuen Salate mit Kichererbsen oder Adzuki-Bohnen langanhaltende Energie.

Spontan-Salate für Unerwartetes

Sie haben überraschend Gäste und möchten schnell ein feines Mittag- oder Abendessen auf den Tisch zaubern, dann sind diese Fertigsalate von Hero perfekt für Sie.



statt Fr. 4.95
Fr. 4.40

Neuer Klassiker der Fertigmüch:
Top's Lasagne Bolognese*, 350 g



statt Fr. 9.95
Fr. 8.95

Für besonders süsse Momente:
Cailler Perlen Milch, 180 g
Cailler Perlen Caramel, 180 g

Kinderschreck	▼	süd-deutsch: Kahn	engl. Männerkurzname	Satzgegenstand	Ort westl. von Chur	▼	kurz für: an dem	▼	Titelfigur bei Gotthelf	▼	Berg der Albiskette	Moment	Vater und Mutter	weniger	▼	▼	häufig	junger Pflanzentrieb
ungewöhnlich, unüblich	▶								größte kanarische Insel	▶						5		
Schweiz. Augenarzt, † 1931	▶				Schweiz. Aktienindex (Abk.)	▶			üppig	▶							Mixbecher	
	▶			1	Säugtier mit dichtem Fell	▶					West-schweizer		freier Verteidiger beim Fußball			Initialen der Loren		
Schiffskoch			Lebenshauch		Fangarm													
Autor v. Via Mala (John) † 1970		Ablageordner										japanisches Längenmaß			Gartenzaun		2	
	▶											US-Rundfunksender		8		Staat in Südamerika		
Walliser Kurort	Umsatz	Gefühl		int. Kfz-Z. Neuseeland								Schweiz. Hauptstädter	Selbstsucht		mittels, durch			
	▶																	englisches Hohlmaß
Ort bei Glarus			Männername									altjapanisches Brettspiel			enge Treppe		ital., lateinisch: Straße	
	▶			Gattin des Gottes Zeus								Schw. Künstlerin (Pippilotti)			Schw. Unfallvers.-anstalt Luzern			
Vorn. d. Mathem. Bernoulli † 1782			hin und ...											6		Eingang		
	▶											Krankenhaus						
chem. Zeichen Quecksilber			Exfrau von Prinz Charles (Lady ...)		spanischer Artikel		Ziffernkennung (engl.)	Elan, Schwung				Fremdwortteil: auf	Fremdwortteil: zwei		Tonbezeichnung			chem. Zeichen für Lithium
Schweiz. Botaniker, † 1932		Nachn. d. Schw. Schriftst. (Erich v.)										Kleidung plätten				3		
	▶			Berg im Unterengadin					Konditorei	▶								

IHR GEWINN

12 Küchenwäsche-Sets im Wert von je Fr. 170.-.



Gewinnen Sie je ein Set bestehend aus vier Küchentüchern, einer Küchenschürze, zwei Spültüchern und zwei Topfhandschuhen. Angesagt sind Küchentücher mit Streifen und Karos in trendigen Farben, flächigen Mustern oder mit eingewobenen Sujets. Die Küchentücher der Weberei Meyer-Mayor im Toggenburg genügen höchsten Ansprüchen und sind bis 95 Grad waschbar. www.meyer-mayor.ch. Weitere Preise sind fünf Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und zehn à Fr. 20.-.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

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



statt Fr. 4.40
Fr. 3.95



statt Fr. 9.90
Fr. 7.90



Fr. 21.90



Mehr Schoggi, mehr Genuss:
Cailler Crémant Haselnuss, 200 g

Edler Tropfen in idealer Grösse:
Zeni Valpolicella Ripasso DOC, 37,5 cl

Jägermeister, 70 cl

Mitmachen & Gewinnen

Teilnahme am Wettbewerb vom 25. September bis 24. Oktober 2015 möglich.

Online: www.volg.ch/volg-magazine

Per Telefon: 0901 260 360, für 90 Rp./Anruf, Festnetzstarif. Sprechen Sie das Lösungswort, Name und Adresse auf das Band.

Per SMS: SMS mit dem Keyword **VOLGK** und Lösungsbuchstabe an **4636**, für 90 Rp./SMS.

Per Post: Lösung bis **20. Oktober 2015** auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Meyer-Mayor», Postfach 344, 8401 Winterthur.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich





Jägermeister

**ICE
COLD
SHOT**



Enjoy Responsibly
www.diwisa.ch

www.jagermeister.com

Die Weinsprache beschreibt jegliche Art von Wein. Doch wie hilft sie, den richtigen Wein zu finden? Wir erheben etwas (Wein-)Sprachkenntnis zur «Männersache».

WEIN-TIPPS

von Weinexperte
Heinz Blöchliger
(VOLG Weinkellereien)



Weine finden und degustieren: Heinz Blöchliger von den VOLG Weinkellereien organisiert regelmässig Degustationen und Weinkurse und beschreibt sich selber als Geniesser. Als unser Experte hat er für Sie einige Tipps zusammengefasst:

- **Wein degustieren bedeutet**, eine sensorische Analyse der Weinqualität machen.
- **Bewusst konsumieren** ist das Beste Training für Nase und Gaumen und es braucht dazu keine technischen Hilfsmittel.
- Der Mensch ist **visuell** gesteuert. Eine **Blinddegustation kommt Vorurteilen bei**, denn sie beruht nur auf Eindrücken von Auge, Nase und Gaumen. Das birgt viel Überraschungspotential.
- **Reihenfolge einer Degustation:** Von Weiss zu Rot, von Leicht zu Schwer (z.B. Pinot Noir/ Cabernet Sauvignon) von Trocken zu Süss (Barolo/ Amarone), am Schluss Süssweine.
- **Wein degustieren in geselliger Runde** mit Freunden macht mehr Freude und vertieft im Gespräch Ihr Weinwissen.
- Für Ihre Wein-Auswahl ist Folgendes gut zu **wissen: welche Gäste, Jahreszeit und Art des Anlasses.**
- Komplexe, gehaltvolle Weine eignen sich besonders **als Essensbegleiter.**

Der Wein öffnet die Herzen



Weinaromen lassen sich mit Vergleichen am besten beschreiben. Dazu bedienen sich Weinkenner einer breiten Palette charakteristischer Düfte.

Auge, Nase und Gaumen geben uns den Gesamteindruck des Weines. Je harmonischer die Komponenten, desto besser der Wein. Ob er passt, entscheidet dessen Charakter (leicht, spritzig, frisch, lieblich oder schwer, komplex usw.) und der eigene Geschmack! Das Auge erkennt Klarheit, Schaumbildung, Fliessverhalten, Oberfläche und Farbe. Ihm folgt die Nase. Sie kann hochkomplexe Eindrücke wahrnehmen und mit etwas Schulung auch unterscheiden. Es sind Gerüche, die mit Vergleichen beschrieben werden. Gaumen und Zunge befinden über Süsse, Säure, Gerbstoffe und Tannine, die Salzigkeit und den Alkoholgehalt. Das «Weinbild» wird dichter. Beim Schlucken – in einer umfangreicheren Degustation nach dem Ausspucken – wird dazu der Abgang oder Nachgeschmack deutlich.

WEINAROMEN

- Blumen:** Akazie, Veilchen, Iris, Rose, Lindenblüte
- Beeren:** Kirsche, Pflaume, Aprikose, Quitte, Birne usw.
- Obst:** grüner Apfel, reifer Apfel usw.
- Zitrusfrüchte:** Zitrone, Grapefruit, Mandarine
- Tropische Früchte:** Ananas, Banane, Mango
- Getrocknete Früchte:** Rosine, Erdbeerkonfitüre, Feige, Dörrpflaume
- Vegitable Aromen:** Minze, Menthol, Eukalyptus
- Grasig:** Gras, Efeu
- Gemüse:** Kohl, Meerrettich, Zwiebel
- Erdig:** Unterholz, Moos, feuchte Erde, Pilz
- Trocken:** Tee, Heu
- Gewürze:** Vanille, Lakritze, Süssholz, Anis, Ingwer, Zimt, Nelke, Trüffel, Lorbeer, Muskatnuss
- Holz:** Eiche, Zeder, Kastanie, feuchtes oder trockenes Holz
- Röstaromen:** Rauch, Tabak, Kaffee, Kakao, Caramel, Torf, Toastbrot
- Balsamische Noten:** Russ, Petrol, Teer, Harz, Fichte, Kiefer, Wachs, Honig
- Tierische Noten:** Leder, Moschus, Wild
- Chemische Noten:** saure Zeltli, Butter, Schwefel, Jod, Ammoniak, Zapfen



Gewinnen Sie «Weinwissen für Angeber»

Volg verlost fünf ironisch-unterhaltsame Bücher für Wein-Kenner und -Banausen.

Schicken Sie uns bis am **20. Oktober 2015** eine Postkarte mit Ihrem Absender an:
Volg Konsumwaren AG, «Weinwissen», Postfach 344, 8401 Winterthur.



ITALIEN *Sardinien* 22.–28. Mai 2016

7 Tage **Fr. 2590.–**
pro Person im Doppelzimmer

Unsere Ausgangspunkte für das Entdecken dieser wunderschönen Insel sind Olbia, Alghero und Cagliari. Von hier aus besuchen wir Winzergenossenschaften sowie kleinere renommierte Weingüter. Während unseres Aufenthaltes lernen wir aber nicht nur Wissenswertes über den sardischen Weinbau kennen, sondern lassen uns auch von der Schönheit der Landschaft und der geschichtsträchtigen Kultur berauschen.

FRANKREICH *Provence* 12.–19. Juni 2016

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

Über das Rhône-tal fahren wir nach Aix-en-Provence ins Herzen der Provence, die uns in dieser Jahreszeit mit den blühenden Lavendelfeldern verwöhnt. Von hier aus erkunden wir die schönen Weinbaugebiete, die für ihre frischen und fruchtigen Roséweine bekannt sind, aber auch Weiss- und Rotweine erlangen nach und nach Bekanntheit. Entdecken Sie mit uns verträumte Dörfer, interessante Weingüter, typische provenzalische Gerichte und die pulsierende Hafenstadt Nizza.



DEUTSCHLAND *Mosel* 29. Juni–2. Juli 2016

4 Tage **Fr. 1580.–**
pro Person im Doppelzimmer

Ob die schroffe Mosellandschaft das schönste deutsche Anbauggebiet sei, ist Ansichtssache. Eine der faszinierendsten Weinbauregionen der Welt ist sie mit Sicherheit. An den Hängen des engen Flusstales der Mosel wird in schwindelerregenden Höhen Terrassenweinbau betrieben. Heute dominiert die Traubensorte Riesling das Weingeschehen, es werden aber auch Sorten wie Müller-Thurgau, Elbling, Kerner, Dornfelder und Spätburgunder kultiviert. Auf der Reise von Koblenz nach Trier erwarten Sie vielfältige und spannende Degustationen von Weinen mit Weltformat.

SPANIEN *Mallorca* 20.–24. September 2016

5 Tage **Fr. 2250.–**
pro Person im Doppelzimmer

Wunderbare Landschaften, das mediterrane Klima und eine Vielfalt an kulinarischen Spezialitäten machen Mallorca zu einer beliebten Reisedestination. Aber auch die Weine zeichnen sich durch Eigenständigkeit und gute Qualität immer mehr an internationalen Weinmessen aus. Auf unserem Streifzug durch die Insel und deren Bodegas lernen wir die uns noch wenig vertrauten autochthonen Rebsorten Prensal Blanc, Callet und Manto Negro kennen. Während unserer Reise lassen wir uns in auserwählten Restaurants mit mallorquinischen Spezialitäten verwöhnen. Wir logieren im Herzen von Palma de Mallorca.





PORTUGAL
Douroval & Porto
2.-7. Oktober 2016

6 Tage **Fr. 2350.-**
pro Person im Doppelzimmer

Erleben Sie die spektakuläre Landschaft am Douro im Norden Portugals, eine der schönsten Weinlandschaften der Welt. Bei einer Stadtrundfahrt und Schifffahrt lernen Sie die Sehenswürdigkeiten der geschichtsträchtigen Stadt Porto kennen. In Pinhão, direkt am Douro, übernachten wir im traumhaft gelegenen Vintage House Hotel, einer ehemaligen Portweilodge. Besuche bei renommierten Winzern und Degustationen bei bekannten Portweinhäusern sowie eine Besichtigung des Korkbetriebes Amorim machen diese Weinreise zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Guter Wein ist eine Reise wert

Weine erleben am Ort, wo sie herkommen. Die VOLG Weinreisen 2016 führen durch spannende Weinbaugebiete und bieten die Möglichkeit, Land, Leute und ihren Wein kennen zu lernen.

Die Welt der Weine ist unermesslich. Die VOLG Weinreisen 2016 bieten so selbst eingefleischten Weinken- nern stets neue Entdeckungen. Dieses Jahr zum Beispiel mit der als Weinbau-Gebiet wenig bekannten Ferieninsel Mallorca und ihren autochthonen Rebsorten. Wir besuchen das weltweit älteste, definierte Weinbaugebiet am portugiesischen Rio Douro, an dessen Mündung der Portwein reift, und sehen, wo die meisten Weinkorken produziert werden. Auf unserer Reise von Koblenz nach Trier erleben wir

eine einzigartige (Weinbau-)Kulturland- schaft mit Wurzeln bis in die Antike. Duftenden Lavendel und fruchtige Weine finden wir in der Provence, gekrönt von der Eleganz der Côte d'Azur. Antike Kultur, mediterrane Düfte und Weine zum Trä- umen bietet auch Sardinien im Überfluss, unsere ersten Destination der Weinreise- Saison 2016. In der Tat, da fällt die Wahl nicht leicht, wohin die Reise gehen soll!

Weinreisen mit Kurt Feser von den VOLG Weinkellereien sind routiniert geplant und gespickt mit Hintergrundwissen, ein- maligen Erlebnissen und zahl- reichen Genussmomenten.



Weinreisen 2016 Sind Sie dabei?

Anmeldung

- Ja, ich/wir möchte(n) mehr Informationen
- Ja, ich/wir reserviere(n) folgende(n) Platz/Plätze
- Weinreise Italien, Sardinien, 22.-28. Mai 2016
- Weinreise Frankreich, Provence, 12.-19. Juni 2016
- Weinreise Deutschland, Mosel, 29. Juni-2. Juli 2016
- Weinreise Spanien, Mallorca, 20.-24. Sept. 2016
- Weinreise Portugal, Douroval & Porto, 2.-7. Oktober 2016

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.



... ist wunderbar zum Braten,
Kochen und Backen geeignet!



15%
auf alle
Rama-Produkte*

* 27.10. bis 01.11.2015, manche Rama-Produkte sind in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Jetzt backen und gewinnen!

1. Knopf-Guetzli backen

Backt Knopf-Guetzli und dekoriert nach Belieben.

2. Knopf-Guetzli fotografieren

Fotografiert eure Knopf-Guetzli und ladet euer Foto auf www.rama.ch mit wenigen Klicks hoch.

3. Eine von 50 Moulinex gewinnen

Wir freuen uns auf eure Einsendungen im Aktionszeitraum vom 01.10. bis 06.12.2015. Rezept, Teilnahmebedingungen und Gratisteilnahmemöglichkeit, siehe www.rama.ch




Volg

Barbara Dürr,

NATURENA Erlebnishof Werdenberg

«Schmeckt immer allen»



Mostsuppe: ein Garant für leere Teller.

Rezepte der NATURENA-Bäuerinnen

Jeden Monat stellt eine Bäuerin der vier Volg NATURENA-Erlebnisswelten 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

Die Mostsuppe aus dem Thurgauer Bäuerinnen-Kochbuch habe ich an einer vergangenen Olma am Stand «Bäuerinnen kochen» jeden Tag mit Erfolg gekocht. Sie kam sehr gut an und daraus schliesse ich, dass sie neugierig macht und den Geschmack ganz vieler Menschen trifft. Für 6 Portionen brate ich 100 g **Speckwürfeli** an (ohne Bratbutter). Dann gebe ich 1 fein gehackte **Zwiebel** bei und lasse sie mitdünsten. Das lösche ich mit 5 dl **Apfelwein** und 5 dl **Bouillon** ab. Nachdem die Suppe 5 Min. köchelte, rühre ich 2 EL **Maizena** mit etwas **Wasser** an, gebe das der Suppe zu und koche sie kurz auf. Jetzt rühre ich ½ Becher **Sauerrahm** unter, gebe frisch gehackten **Thymian** bei, schmecke alles mit **Pfeffer** ab und verteile vor dem Servieren über die Suppe noch geröstete **Toastwürfeli**.

En Guete!

Barbara

NATURENA Quiz

Frage des Monats Oktober

Welches ist das beliebteste Haustier der Schweizerinnen und Schweizer?

- a) Katze
- b) Hund
- c) Meerschweinchen

Tipp: Die richtige Antwort finden Sie im Oktober in Ihrem Volg-Laden bei der Tiernahrung.

Mitmachen und gewinnen! Jeden Monat verlosen wir unter den richtigen Antworten 50 x 1 Volg-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 50.-. Teilnahme online vom 1. bis 31.10. unter www.naturena.ch und auf Facebook unter www.facebook.com/naturena.erlebnisswelten.

50 x

Geschenk Gutschein
Bon Cadeau
50.-

**JETZT
PROFITIEREN!**
VOM 05.10. -- 11.10.2015

15.⁹⁵

statt 23.40
SUN Tabs Classic
Lemon* & Regular
Duo, 2 x 36 Tabs



10.⁹⁰

statt 13.90
SUN Pulver Classic
Regular
Duo, 2 x 1kg Beutel



10.⁹⁰

statt 15.40
SUN Pulver Classic
Lemon*
Duo, 2 x 1kg Beutel

Classic System



Kombiniert mit **Sun Spülglanz** und Regeneriersalz bieten die **Sun Classic Produkte** auch mit hartem Wasser aussergewöhnliche Reinigungsergebnisse und schonen durch den Verzicht auf Phosphate die Umwelt.

9.⁴⁰

statt 11.80
SUN Spülglanz
Classic Duo,
2 x 500ml Flasche



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Wärme von innen und aussen

Viel Wärme bei nasskaltem Wetter: ein Bad, eine Schoggiverführung, ein Accessoire und ein Licht für lange Abende. Die NATURENA-Kurse lassen im November viel Wärme aufkommen.



Fricktal:
Ledergürtel

- ① Fr, 6.11.15, 9–16 Uhr
- ② Sa, 7.11.15, 9–16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau.

Programm: Die Feintäschneri bezeichnet das Herstellen von Kleinlederwaren und gehört zum Beruf des Sattlers. In diesem Workshop zeigt Ihnen ein Fachmann die Herstellung eines Gurtes mit dickem Leder. Sie machen sich handwerklich und gestalterisch mit der Kunst des Handnäehens vertraut und lernen dabei Kantenbearbeitung und den Sattlerstich. Je nach Arbeitstempo kann der Gürtel verziert werden. Ihr selbstgemachter Ledergürtel wird mit der passenden Gürtelschnalle von rockig bis elegant (eine Auswahl liegt bereit) bestimmt zu Ihrem Lieblingsaccessoire.

Teilnehmer: 10 Personen ab 12 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt.

Mitbringen: Eigene Gürtelschnalle, wenn vorhanden.

Leitung: Beat von Deschwanden, Konolfingen, www.schuhkurse.ch

Preis: Fr. 190.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie Material für Ihren Ledergürtel mit Schnalle inklusive.



Seebachtal:
Lichtobjekte aus Filz

- ① Fr, 20.11.15, 9–16 Uhr
- ② Sa, 21.11.15, 9–16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

Programm: Passend zur Adventszeit verbreiten Lichtobjekte aus Filz einen ganz besonderen Zauber in Ihren Wohnräumen. Mit einem Hauch von Wolle filzen Sie transparente, warm leuchtende Hüllen für Kerzengläser oder Lampen. Dabei zeigt Ihnen die Kursleiterin das Nassfilzen und Arbeiten mit der Hohlformtechnik. Durch Einfilzen von Gräsern, Garnen oder Pailletten entstehen interessante Einschlüsse, die vor einer Lichtquelle wunderbar zur Geltung kommen und spezielle Lichteffekte erzeugen.

Teilnehmer: 12 Personen ab 14 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt.

Mitbringen: Zwei alte Frottee-/Handtücher, Schreibzeug und Papier, Schere und Nähzeug.

Leitung: Susanne Bachmann Stauffer, Wald ZH, www.filz-art.ch

Preis: Fr. 120.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für 2 Kerzengläser und 1 Lampe inklusive.



Werdenberg:
Körperbutter und Badeperlen

- ① Sa, 7.11.15, 9–13 Uhr*
- ② Sa, 7.11.15, 14–18 Uhr*

Ort: Volg Erlebnishof, Karmaad, 9473 Gams

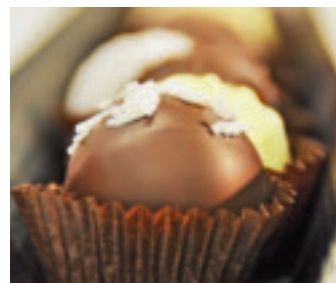
Programm: Eintauchen in die faszinierende Welt der Düfte und selber Körperpflege für sinnliche Momente kreieren: Sie erhalten ein Grundwissen über die Wirkungsweise und Anwendung von naturreinen ätherischen Ölen und nativen Pflanzenölen in der Hautpflege. Mit diesen Kenntnissen stellen Sie aus Kakaobutter, Sheabutter, Mandelöl und der Zugabe ausgewählter Düfte Körperbutter-Konfekt oder Massage-/Badeperlen her. In kleinen, selbst verzierten Metalldosen ideal aufbewahrt, sind sie hübsche Geschenke oder Mitbringsel.

Teilnehmer: 10 Personen ab 16 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt.

Mitbringen: Kühlflasche oder kleine Kühlbox, wenn vorhanden.

Leitung: Melanie Haltner, Frümsern

Preis: Fr. 130.– pro Person, Mahlzeit und Getränke sowie 100 g (ca. 10 Stück) Körperkonfekt oder Bade-/Massageperlen inklusive.



Zugerland:
Schoggi-Träume

- ① Sa, 14.11.15, 9–13 Uhr*
- ② Sa, 14.11.15, 14–18 Uhr*

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

Programm: Ob als Geschenkidee zu Weihnachten oder einfach zum Selberraschen, in diesem Workshop lernen Sie Schritt für Schritt vom talentierten Konditor-Confiseur, wie Sie aus feinsten Schokolade leckere Pralinen herstellen und sie raffiniert dekorieren und verzieren können. Sie werden staunen, mit welcher Leichtigkeit es Ihnen gelingen wird, unter Anleitung des Pralinenmeisters wahre Schoggi-Träume zu realisieren.

Teilnehmer: 24 Personen ab 16 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt.

Leitung: Martin Isler, Maison Truffe, Stäfa, www.maisontruffe.ch

Preis: Fr. 110.– pro Person, Mahlzeit und Getränke sowie das Material für Ihre Schoggi-Kreationen inklusive.

* in den Kurszeiten ist eine Stunde für die Mahlzeiten eingerechnet.



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: 16. Oktober 2015

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



Vom 12.10.–18.10.
Aktionsangebot
sichern!

Entdecke
den Zauber
von **JACOBS**

FÜR NESPRESSO®*
MASCHINEN



Aktionsangebot
12.10.–18.10.

3.15 CHF

statt ~~3.95 CHF~~

Sparen Sie 0.80 CHF!



**

**In kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich

Weitere Informationen unter www.jacobszauber.com

*Nespresso® ist die Marke einer Drittpartei, die mit Jacobs Douwe Egberts CH GmbH nicht in Verbindung steht.

Die Krönung eines stimmigen mehrgängigen Menüs ist der zu jedem Gang perfekte edle Tropfen. Doch welcher Wein oder Schaumwein passt wozu? Nicht verzagen: An diesem Gourmet-Abend wird gekocht, degustiert und gefachsimpelt, damit Sie als Gastgeber brillieren. Weinexperten erklären, worauf bei der Auswahl des Weins zu achten ist, und präsentieren die geeigneten Weine aus dem Volg-Sortiment. Ihrem persönlichen Anlass zuhause steht dann nichts mehr im Weg. Ihre Gäste werden auch von Ihren Ausführungen begeistert sein. Probieren Sie es aus!

Mein Wine & Dine

VORSCHAU

WEIHNACHTEN:

FEINE IDEEN FÜRS FESTMAHL

Machen Sie sich diese Weihnachten (oder wie viele treue Weihnachtskochkurs-Besucher alle Jahre wieder) selbst ein Geschenk und überlassen Sie die Suche nach neuen guten Ideen für ein feines Festtagsmenü unseren Koch-Profis. Gerichte, die sich gut vorbereiten lassen, und eine Checkliste für die perfekte Planung gehören dazu wie ein gutes Glas Wein in stimmungsvoller Vorweihnachts-Atmosphäre.

1. DEZEMBER IN GOSSAU

2. DEZEMBER IN AARAU

8. DEZEMBER IN WANGEN AN DER AARE

8. DEZEMBER IN OERLIKON

Alle Kurslokale sind bequem mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und in wenigen Minuten vom Bahnhof aus zu Fuss erreichbar. Die Kurskosten inklusive Apero, Essen, Getränken und Wein betragen pauschal Fr. 130.- pro Person; Kurs Wine & Dine Fr. 150.-. 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

Mein Wine & Dine



PETER'S KOCHSCHULE IN GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:

2. November, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.peters-kochschule.ch
oder Telefon 071 383 27 17
Peter's Kochschule
Tellstrasse 4b
9200 Gossau SG
E-Mail:
info@peters-kochschule.ch



CULINEA IN OERLIKON MIT JONAS SCHÖNBERGER:

3. November, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.culinea-kochstudio.ch
oder Telefon 044 388 44 66
Culinea Kochstudio
Affolternstrasse 52
8050 Zürich-Oerlikon
E-Mail:
info@culinea-kochstudio.ch



COOKUK IN AARAU MIT SUSANNE VÖGELI:

3. November, 18.00–22.00 Uhr
Anmeldung:
www.volg.ch oder
Telefon 062 823 52 92
Cookuk
Schachenallee 29
5000 Aarau
E-Mail:
mail@cookuk.ch



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

17. November, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.tatort-kochschule.ch
oder Telefon 032 682 00 08
Tatort-Kochschule
Vorstadt 13
3380 Wangen an der Aare
E-Mail:
info@tatort-kochschule.ch

**Melden
Sie sich jetzt
für das
Wine & Dine an,
die Platzzahl ist
begrenzt!**



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



*Jetzt länger
knusprig durch
Wiederverschluss!*



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

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



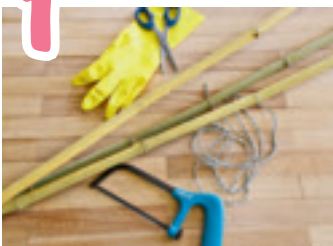
Wir kennen das, da liegen sie: Jacke, Hosen, Sportkleider oder alles, was man so trägt oder eben gerade nicht trägt. Klar gibt's den Schrank, klar gäbe es die Garderobe beim Eingang, aber im eigenen Zimmer sind die wichtigsten Klamotten eben am besten aufgehoben. Besonders dann, wenn man sich einen Ständer dafür selber gebaut hat. Ohne Werkzeug, nur mit Stangen und Schnur geht das ganz leicht und weil simpel gemacht, lässt sich unser Ständer auch auf vielfältige Art verzieren.

Easy Kleiderständer

Des «Ghettos» im Zimmer überdrüssig und sowieso mal etwas Neues für die eigenen vier Wände nötig? Dann bau dir einen Kleiderständer – fast umsonst!

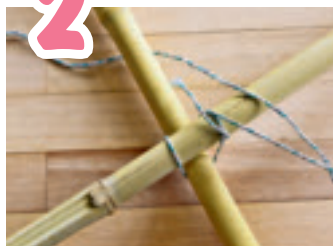


1



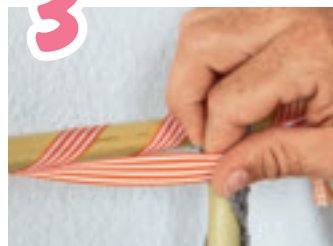
Benötigt werden 5 Stangen aus Holz, gerade Holzstecken oder Bambus, zum Beispiel von der Landi, starke Schnur, eine Schere und ein Paar Gummihandschuhe. Zum Kürzen der Stangen eventuell eine Bastelsäge verwenden.

2



Wir machen einen Kreuzbund. Mit Schnur um die beiden Stangen Schlaufe um Schlaufe legen. Dann den Schnurrest zwischen den Stangen um den Bund wickeln. In der Schnur eine Schlaufe aufnehmen und mit dem Ende verknoten.

3



So, das hält! Nun lässt sich der Kleiderständer mit farbigem Stoffband und allerlei Krimskrams verzieren. Zum Befestigen das Band am Ende längs einreißen und um die Stangen knoten. Lasse deiner Kreativität freien Lauf.

4



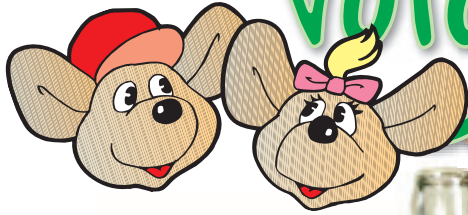
Als Rutschschutz dienen uns zwei Finger eines Haushaltshandschuhs, die wir davon einfach abschneiden und auf das Ende der Stangen aufrollen. Da rutscht nichts mehr weg, denn unser Kleiderständer wird einfach an die Wand gelehnt.

3x MEHR SCHOKOLADE



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

**Nur für
kurze Zeit**



volgi & volgine

Mandarindli-Sirup:

- 7 Mandarinen
- 30 g Zitronensäure
- 1 kg Zucker
- 1 l Wasser
- Kleine Bügelflaschen, oder Glasflaschen mit Schraubverschluss



Mandarindli-Ssssirup selber gemacht!

Mandarindli-saft gibt die orange Farbe und den feinen Geschmack in Volgi & Volgines Lieblingsgetränk: Sirup! Den haben sie selber gemacht. Das ist gar nicht schwer!

1 Mandarinen auspressen, es sollten rund 5 dl Mandarinsaft entstehen. Wer will, kann den Saft sieben.

2 Mandarinsaft, Zitronensäure, Zucker und Wasser in eine Pfanne mit Deckel geben und aufkochen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat.

3 Flaschen im kochenden Wasser «sterilisieren»* – Deckel nicht vergessen! Wir haben sie mit dem Kellenstiel aus dem kochenden Wasser gefischt und mit dem Backhandschuh ausgeleert denn: heiss!

4 Noch heißen Sirup in die heißen Flaschen füllen – auch hier mit Backhandschuh. Danach sofort verschliessen.

5 Abkühlen lassen. Hast du die Flasche richtig sterilisiert und den Sirup heiss abgefüllt, hält er so eine ganze Weile und ist sogar ein prima Geschenk! Mmh, fein!



Der kann was, dieser Zucker!

Sirup schmeckt nicht nur fein, er ist auch eine tolle Erfindung. Denn der sehr süsse Saft sorgt dafür, dass wir feine Früchte, die leicht verderben, lange geniessen können. Der Grund dafür ist der Zucker.

Wir wissen, er macht Löcher in die Zähne und zu viel davon ist ungesund. Aber auch Bakterien und Schimmelpilze mögen ihn nicht besonders – zum Glück! Denn Zucker entzieht ihnen Wasser. Sie trocknen aus und gehen ein und können so die Früchte nicht faulen oder schimmeln lassen. Weil wir nicht alles, was frisch geerntet wird, sofort verputzen können, kochen wir es mit Zucker ein, zuhause oder auch in der Fabrik. Daraus entsteht Konfitüre oder eben Sirup. Beides ist lange haltbar, während Früchte schnell verderben würden. Der Sirup löscht uns sogar den Durst. Schlau genutzt ist der Zucker eine tolle Sache. Nur übertreiben sollte man es nicht mit ihm – und Zahnputzen danach nicht vergessen! OK?

*Sterilisieren heisst: keimfrei machen (Keime sind z.B. Bakterien oder Pilzsporen). Die Hitze von über 100 Grad tötet diese beim Kochen ab.



**JETZT
AKTUELL**



*Veredeln Sie Ihre Gschwelkti:
mit flüssigem Gold.*



**Raclette Classique in
AKTION
vom 7. - 11.10.2015**

Emmi Raclette

Viel mehr als nur eine Beilage: Unser naturgereifter Raclette aus bester Schweizer Milch verwandelt einfache Kartoffeln in kleine Kostbarkeiten.

Entdecken Sie jetzt den vollmundigen, zartschmelzenden Genuss.



Diese Spiessli-Idee peppt jede Fondue-Party auf und macht Lust auf mehr.

Was mag man in der Schweiz am liebsten? Ein Fondue. Gewöhnlich essen wir es in der warmen Stube mit Brotwürfel, Kartoffeln oder blanchem Gemüse. Dabei geht es auch ganz anders: Eine spassige Alternative und ein wahrer Blickfang für jede Fondue-Party bilden die toll arrangierten Sticks aus Fleisch, Brot, Gemüse und Früchten. Besonders passende Stickzutaten sind dabei saure und nicht saure Lebensmittel wie Kartoffeln und Essiggurken, Aprikosen und Brot oder Birnen und Baumnüsse. Etwas exotisches Flair verleiht der Fondue-Party die Kombination aus Ananas und Schinken; mediterraner wird's mit Oliven, Tomaten und Salami auf dem Spiess. Aber auch Süsses und Saures lässt sich gut verbinden. Solange es schmeckt, sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.



Machen Partylaune: praktische und feine Fondue-Sticks.

Spiessli für die Fondue-Party

- Zutaten für je 1 Stück:
- 1 Brotwürfel mit ein paar Zwiebelstreifen belegen, mit ½ Roh-Essspeck-Tranche fixieren und an ein Spiessli stecken.
 - 1 Birnenspalte mit 1 Stückchen Baumnuss belegen, ebenfalls mit Spiessli fixieren.
 - ½ Raclette-Kartoffel mit 1 Essiggurkenscheibe respektive 1 Pumpernickelstück mit 1 Stück Dörraprikose belegen und mit Spiess fixieren.
 - Mit dem Sparschäler feine Streifen vom Rüebl schneiden, diese um 1 Ruchbrotwürfel wickeln, mit Spiessli befestigen.
 - Entsteinte Oliven halbieren, eingelegte Tomaten mit einem Küchenpapier etwas abtupfen, zusammen in 1 Salamischeibe wickeln und mit Spiessli befestigen.
 - Ebenso 1 Ananasstückchen mit 1 Schinkenstreifen umwickeln.
 - Blumenkohl in kleine Röschen teilen, kurz im Salzwasser, mit 2 Msp. Kurkuma kochen. Im kalten Wasser abschrecken und auf einem Blech trocknen lassen. Röschen an Spiessli stecken.

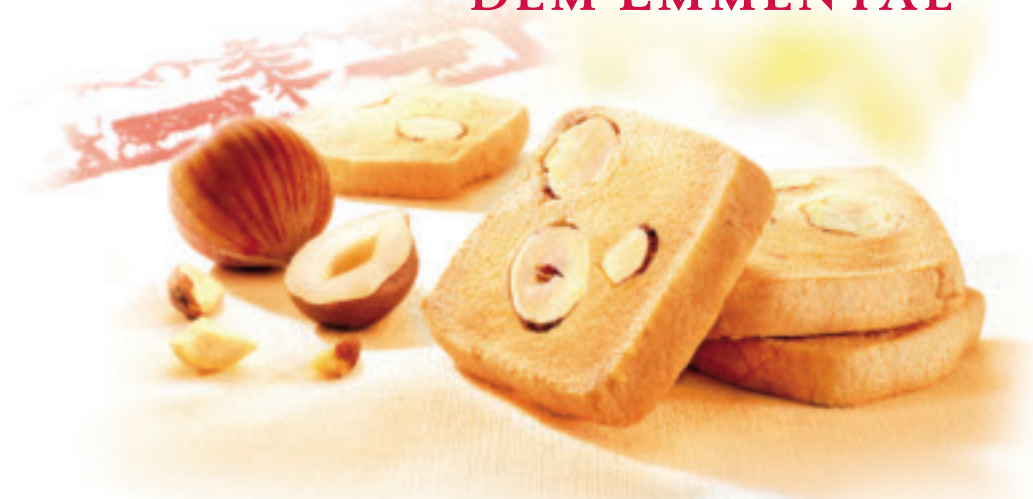


Im Volg in Ihrer Nähe finden Sie im Kühlregal feine Fondue-Mischungen.





HAUSSPEZIALITÄTEN AUS DEM EMMENTAL



Mit frischer Butter, Eiern und Mehl aus dem Emmental

FÜR KURZE ZEIT IM VOLG ERHÄLTICH*

*In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



natürlicher Herbstgenuss



planet-luzern.ch

Crêpes mit Pilzen und Hirsch gefüllt

Zutaten für 4 Personen:

Für die Crêpes:

- 100 g Mehl
- 2 dl Milch
- 2 Eier
- 1 Pr. Salz
- 20 g Butter
- Butter zum Braten

Für die Füllung:

- 390 g Hirschschnitzel
- 1 EL Erdnussöl
- 1 TL Butter
- ½ Zwiebel, gehackt
- 200 g Pilzmischung
- 1 EL Mehl
- 1 dl Rotwein
- 1 dl Rahm
- 50 g Glarner Grüessli (Aufstrich)



Zubereitung:

1. Mehl in Schüssel geben, Milch hinzufügen und gut vermengen. Ei, Salz und flüssige Butter beimengen. In einer kleinen Teflonpfanne 8 Crêpes in Butter ausbacken und beiseite legen.
2. Hirschschnitzel in Streifen schneiden. Öl in einer Bratpfanne erhitzen, Fleischstreifen scharf anbraten, auf einen Teller geben und beiseitestellen.
3. Butter in die Pfanne geben, Zwiebel andünsten, Pilzmischung dazugeben. Mit Mehl bestäuben, mit Wein ablöschen, etwas einköcheln. Den Rahm dazugeben und kurz erhitzen, Fleisch begeben und ziehen lassen, bis es schön rosa ist. Glarner Grüessli darunterheben.
4. Füllung auf die Crêpes verteilen, einrollen und anrichten.

Zubereitung: 1 Std.

Tipp: Anstelle von Hirsch Rindsplätzli à la minute verwenden.

Geschmortes Rotkraut mit Würstli

Zutaten für 4 Personen:

- 600 g Rotkabis
- 1 Apfel
- 160 g Zwiebeln, in Streifen geschnitten
- 2 dl Rotwein
- 1 dl Rotwein-Essig
- 1 Lorbeerblatt
- 5 Wacholderbeeren
- 2 Nelken
- 2 cm Zimtstange
- 1 Sternanis
- 2 TL Butter
- 2 EL Risottoreis
- 3 dl Gemüsebrühe
- 1 EL Zucker
- 100 g Johannisbeergelee
- Salz, Pfeffer
- 2 Pack Emmentaler Rauchwürstli



Zubereitung:

1. Rotkabis rüsten, vierteln, den Strunk entfernen und fein hobeln. Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in feine Scheiben schneiden. Rotkabis, Zwiebeln, Apfel, Rotwein und Essig vermischen. Gewürze im Gewürzsäcklein dazugeben, während einiger Stunden marinieren.
2. In ein Sieb abschütten, die Flüssigkeit in einer Schüssel auffangen.
3. Butter in einem Topf erhitzen. Das Rotkraut darin anschwitzen. Die aufgefangene Flüssigkeit und das Gewürzsäcklein wieder dazugeben. Risottoreis, Gemüsebrühe, Zucker und Johannisbeergelee daruntermischen und ca. 1,5 Std. schmoren lassen. In den letzten 20 Min. Würstli dazugeben.

Zubereitung: 30 Min. + 1,5 Std. schmoren lassen.

Kürbis im Sesammantel mit Rotkraut und Serviettenknödeln

Zutaten für 4 Personen:

- 600 g Kürbis (1 grosser Schnitz)
- 1 EL Butter
- 2 TL Meersalz
- 8 EL Sesam, geröstet
- 2,5 dl Milch
- 2 Eier
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 250 g Brot (Semmeln) hart, gewürfelt
- 1 Zwiebel, gehackt
- 1 EL Butter
- 2 EL Peterli, gehackt
- 500 g Rotkraut
- Gewürze (z.B. 1 Lorbeerblatt, 2 Wacholderbeeren, 1 Nelke, ¼ Zimtstange, 1 Sternanis)
- 1 EL Butter



Zubereitung:

1. Vom Kürbis die Schale mit einem grossen Messer wegschneiden. Kürbisfleisch in etwa gleich grosse Spalten schneiden, mit Butter bepinseln, mit Meersalz bestreuen und mit etwas Pfeffer aus der Mühle würzen. Auf einem mit Backpapier belegten Blech bei 175 °C 40 Min. backen. Nach 20 Min. wenden.
2. Anschliessend nochmals mit etwas Butter bepinseln, im Sesam wenden und warm stellen.
3. Milch, Ei und Gewürze gut verrühren, über die Semmelwürfel giessen, vermischen, ca. 20 Min. ziehen lassen. Zwiebel fein hacken und in Butter glasig dünsten, leicht abkühlen lassen und über die Semmelmasse geben. Peterli dazugeben und alles gut vermengen.
4. Masse auf eine Stoffserviette geben, zu einer Rolle formen, dabei gut und satt einwickeln und die Enden zuschnüren. Die Rolle ca. 45 Min. im heissen Dampf garen. Anschliessend auf einem Gitter etwas auskühlen lassen.
5. Dem Rotkraut nach Belieben 1 Lorbeerblatt, 2 Wacholderbeeren, 1 Nelke, 2 cm Zimtstange, 1 Sternanis zugeben und erhitzen. Zugedeckt ziehen lassen.
6. Serviettenknödel auspacken, in Scheiben schneiden und diese in Butter anbraten.
7. Kürbis, Rotkraut und Serviettenknödel auf eine vorgewärmte Platte oder auf Teller anrichten und servieren.

Zubereitung: 1,5 Std.

HEISS UND ALKOHOLFREI



DER PUNSCH MIT TRADITION
IN NEUER VERPACKUNG
www.lacobi.ch



HERGESTELLT IN DER
SCHWEIZ

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



NEU

Wernli





Marroni und Rosenkohl mit Kürbisgnocchi

Zutaten für 4 Personen:

- 350 g Kürbisschnitz, mit viel Stärke, z.B. Butternuss
- 200 g Kartoffeln, mehlig
- 1 Ei
- Salz und Pfeffer
- Muskat
- 150 g Mehl
- ½ Zwiebel, gehackt
- 2 EL Butter
- 300 g Rosenkohl, aufgetaut
- 150 g Marroni, glasiert
- 2 dl Rahm
- 5 Salbeiblätter, in Streifen geschnitten

Zubereitung:

1. Kürbisschnitz und Kartoffeln mit der Schale im Ofen weichgaren, schälen und mit dem Passevite 2 Mal pürieren. Kartoffel-Kürbis-Masse mit Ei mischen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Masse erkalten lassen (wichtig).

2. Mit dem Mehl zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Aus der Kartoffelmasse Rollen formen. Mit einem Teigschaber gleichmässige Nocken abstechen. Nuss-grosse Kugeln formen und diese über eine Gabel abrollen, um die typische Gnocchiform zu geben. Gnocchi in reichlich Salzwasser für ca. 5 Min. leicht köcheln lassen, bis sie aufsteigen, dann abtropfen lassen.

3. Rosenkohl halbieren, Zwiebel in Butter andünsten, Rosenkohl und Marroni dazugeben, mitdünsten. Rahm, Gnocchi und Salbei darunter mischen, abschmecken und anrichten.

Zubereitung: 1 Std. + 45 Min. auskühlen lassen.

Pouletburger mit Rosenkohl und Preiselbeersauce

Zutaten für 4 Personen:

- 100 g Crevetten, tiefgekühlt
- 350 g Poulet, gehackt
- ½ Bd. Peterli, gehackt
- 1 TL Kreuzkümmel
- 2 Pr. Zimtpulver
- 2 Pr. Chilipulver
- 300 g Rosenkohl, tiefgekühlt
- 1 EL Bratbutter
- 1 dl Weisswein
- Salz, Pfeffer
- 1 TL Butter
- 30 g Zwiebeln, gehackt
- 2 EL Aceto Balsamico
- 4 EL Preiselbeerkonfit

Zubereitung:

1. Für die Burger die aufgetauten Crevetten fein hacken, in eine Schüssel geben. Pouletfleisch, Peterli und die Gewürze vermischen. Vier flache, runde Tätschli formen, in einen gelochten Dämpf-Einsatz legen und bei 90 °C für 6–8 Min. dämpfen.

2. Den aufgetauten Rosenkohl grob hacken, in Bratbutter kurz sautieren. Mit dem Wein ablöschen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. In einem Pfännchen Zwiebeln in Butter andünsten, mit Aceto Balsamico ablöschen. Preiselbeerkonfit dazugeben, vom Feuer nehmen und etwas auskühlen lassen.

4. Rosenkohl auf vier Teller verteilen, Burger dazugeben, mit Preiselbeerkonfit garnieren und servieren.

Zubereitung: 45 Min.



Wildterriner

Zutaten für 1 Form à 0,75 l Inhalt:

- 300 g Hirschschmitzel
- 150 g Kochspeck
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Öl
- 2,5 dl Rahm
- 100 g Zwiebeln
- Nelkenpulver
- Zimt
- Cayennepfeffer



Zubereitung:

1. Fleisch und Speck in Würfel schneiden. Speck und ⅓ vom Fleisch im Tiefkühlfach anfrieren lassen, das restliche Fleisch im heissen Öl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und auskühlen lassen.

2. Das angefrorene Fleisch mit Rahm und Zwiebeln pürieren. Die Masse herzhaft würzen.

3. Eine Terrinenform à 0,75 l mit Alufolie auskleiden, einfetten und die Hälfte der Wildfarce in die Form streichen. Das angebratene Fleisch längs in der Mitte auf der Masse verteilen. Mit der restlichen Masse bedecken. Die Form gut klopfen, damit Luft einschüsse entweichen.

4. Mit Alufolie bedecken, auf einem sauberen Lappen in ein ofenfestes Geschirr stellen. Siedendes Wasser bis ⅔ Höhe der Form einfüllen. Ca. 30–40 Min. in der unteren Ofenhälfte bei 160 °C garen. Überschüssiges Fett abgiessen.

5. Terrine in der Form auskühlen. Im Kühlschrank mindestens 24 Std. ruhen lassen.

Zubereitung: 45 Min. + 30–40 Min. garen + 24 Std. auskühlen und ruhen lassen.

Tipp: Wildterriner mit Waldorfsalat und einer fruchtig-pikanten Sauce servieren, z. B. Apfel-, Hagebutten-, Preiselbeerkonfit oder -gelee oder Cumberlandsauce.

Egal ob in der Küche, im Bad oder woanders im Haushalt –

**Plenty ist vielseitig einsetzbar
und kann mehr als man denkt.**



CHF **3.-**
BON

Auf jeder Packung
Sivocat White Hygiene.

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

Natürlich hygienisch.

Qualitäts-Katzenstreu
von Sivocat.

SIVOCAT



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

feine Körnchen
Geruch absorbierend

White Hygiene Ultra compact
Feinklumpende Katzenstreu.

extrem saugstark
mit Zitrusduft

Comfort Deo*
Nicht klumpende
Katzenstreu.

Apfelkonfit

Zutaten für 1 Glas à 3 dl:

- 150 g Apfelwürfel
- 1 Zwiebel, gehackt
- ½ Zimtstange
- 120 g Zucker
- 30 g Butter
- 3 EL Zitronensaft

Zubereitung:

1. Apfelwürfel, Zwiebel und Zimtstange in Butter farblos andünsten, Zucker und Zitronensaft dazugeben. Ca. 15 Min. leicht köcheln lassen. Vom Feuer nehmen und auskühlen lassen.

Zubereitung: 30 Min.

Tipp: Passt zu Käse oder gebratenem Wildfleisch sowie zu Wildterrinen.



Glasierte Marroni

Zutaten für 4 Personen:

- 300 g Marroni, tiefgekühlt
- 150 g Zucker
- ½ dl Wasser

Zubereitung:

1. Zucker in einer Pfanne caramellisieren, Marroni dazugeben, rühren.

2. Mit Wasser ablöschen (Vorsicht, es zischt!), Deckel aufsetzen und auf kleinem Feuer köcheln lassen bis sich der Zucker gelöst hat. Deckel abnehmen und etwas einkochen lassen.

Zubereitung: 20 Min.

Tipp: Marroni schmecken noch stärker, wenn sie anschliessend im Caramelsirup erkalten und später wieder erwärmt werden. In kaltem Zustand püriert, gibt dies die Basis für Vermicelles.



Kartoffel-Kürbis-Suppe mit Landjäger

Zutaten für 4 Personen:

- 350 g Kürbis, oranger Knirps
- 150 g Kartoffeln, mehlig, geschält
- 30 g Zwiebeln
- 10 g Knollensellerie
- 20 g Lauch, grün
- 1 EL Butter
- Salz
- 1 EL Weissmehl
- 4 dl Gemüsefond
- 1 dl Orangensaft
- 1 Paar Landjäger, geschält
- 1 dl Vollrahm
- Salz, Pfeffer weiss, Muskat

Zubereitung:

1. Kürbis, Kartoffeln, Zwiebeln, Knollensellerie und Lauch klein schneiden, in Butter langsam andünsten, leicht salzen, mit Mehl bestäuben.

2. Gemüsefond, Orangensaft und Landjäger dazugeben und ca. 30 Min. sieden.

3. Die Würste aus der Suppe nehmen. Die Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Rahm verfeinern und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Landjäger längs halbieren und die Hälften je in schräge Streifen schneiden. In die Suppe geben und servieren.

Zubereitung: 1 Std.

Tipp: Kürbis aushöhlen und als Schüssel für die Suppe verwenden.

GOLDKENN
THE PRECIOUS SWISS CHOCOLATE



KÖSTLICHE SCHWEIZER SCHOKOLADE MIT INTENSIVEM LIKÖR

In solid rumantsch

En il rom dad ina scolaziun che jau hai fatg essan nus stads la primavaira per insaquants dis en l'Italia, pli precis en las Dolomitas a visitar noss parents linguistics, ils Ladins. Nus avain visità la Rai Ladinia e l'Institut Ladin, essan stads en il museum, ad ina prelecziun a l'universitad, avain tadlà referats ed in concert, etc. Per pudair sa far in'idea d'ina cultura tutga per mai dentant era tiers l'aspect culinaric. Durant noss viadi è quel vegnì in pau a la curta. Sur mezdi avain nus savens gì stress per arrivà ad uras al proxim termin ed uschia restavan magari mo paucas minutas per in paunin. Ma almain essan nus ids mintgamai la saira en in'ustaria a tschaina.



A tschaina tar parents

La segunda saira avain nus tschanà a Parsenon. Sin la carta da menu hai jau spert chattà insatge che ma facheva quaidas: risot cun grepfrut e crevettas. Ok, forsa betg in tipic recept ladin, ma almain talian. E delizius! Il risot maschadà cun la pulpa dal grepfrut era decorà cun quatter u tschintg crevettas. La cumbinaziun dal risot fritgus ed ils giomberets in pau pli picants era precis tenor mes gust. Uschia ma resta il viadi tar ils Ladins tuttina en buna memoria quai che pertutga la culinarica, schebain che jau na sai anc adina betg, tge che vegn sin il taglier tar ils Ladins. Forsa vegn jau a savair quai la proxima giada.

Marina Wyss

Marina Wyss

Wussten Sie, dass . . .

● ● ● im August 167 Lernende ihre Ausbildung bei Volg begonnen haben?

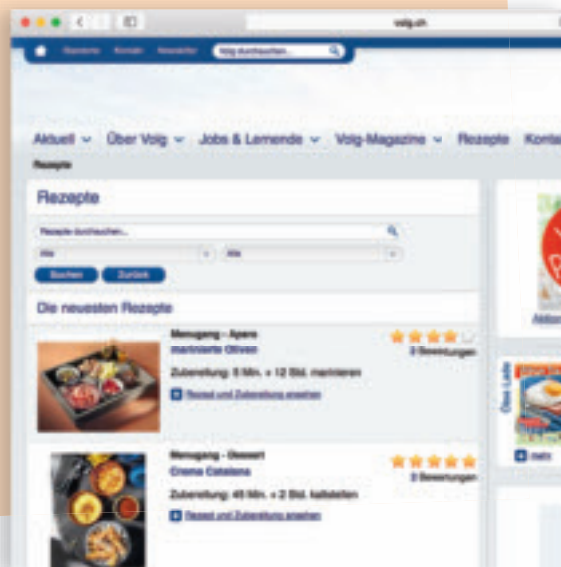
Informativ und jugendlich frisch, so könnte man die beiden Lehrlings-Begrüssungstage vom 18. und 19. August beschreiben. Neugierige und aufgeregte junge Erwachsene kamen mit ihren Eltern und Berufsbildnern zum Begrüssungsapero in die Volg-Zentrale nach Winterthur. Nach dem Begrüssungsapero wurden den neuen Lernenden alle wichtigen Unterlagen überreicht, die sie durch die Ausbildung begleiten werden. Anschliessend besprachen die künftigen Verkaufsprofis und die Berufsbildnerinnen gemeinsam die Lernziele. Es wurde aufmerksam zugehört und rege diskutiert. In der Zwischenzeit lernten die Eltern auf dem spannenden Betriebsrundgang die Verteilzentrale kennen. Knapp zwei Stunden später wurden



die Teenager in die Parkarena begleitet, wo sie wieder auf ihre Eltern trafen. Dort hielt der Vorsitzende der Geschäftsleitung von Volg, Ferdinand Hirsig, eine Ansprache. Im Anschluss an diesen informativen Teil genossen alle Teilnehmenden gemeinsam ein feines Abendessen in gemütlicher Runde. Als krönender Abschluss gab es viel zu lachen mit der Comedy-Gruppe Konterschwing.

● ● ● die Volg-Rezeptdatenbank gluschtige Rezepte für Sie bereithält?

Suchen Sie ein bestimmtes Rezept oder etwas Inspiration für den Küchenalltag oder für einen besonderen Anlass? Auf der Volg-Rezeptdatenbank unter www.volg.ch werden Sie sicherlich fündig. Lassen Sie uns anschliessend bitte wissen, wie es Ihnen geschmeckt hat. Über die Funktion Rezeptbewertung können Sie dem Gericht 1 bis 5 Sterne vergeben. Ihre Meinung interessiert uns sehr, Sie können auch einen Kommentar absetzen oder eine Anregung posten. Wir sind gespannt!



Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Je ein Kraftmixer von Kisag im Wert von je Fr. 289.- gehen an Christina Wolf aus St. Antönien, Roger Thoma aus Wädenswil, Esther Poli aus Männedorf, Jürgen Wirtz aus Hombrechtikon, Christine Leuenberger aus Seeberg, Erna Fries aus Embrach und Tony Kobler aus Gossau. Weitere fünf Personen gewinnen je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 50.- und 10 weitere einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.-.

Lösungswort 8/15: «Confederation»

Auflösung des Chiquita-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 7/15:
Antwort C, Chiquita-Bananen.



Gewinnen mit Chiquita

Der Gewinner des Hauptpreises, Raphael Hofer aus Gunzgen, bei seiner Preisübergabe mit Volg-Produktmanager Massimo Porri (l.) und Fred Verborg von Chiquita Brands International Sàrl.

Der 1. Preis, ein Aufenthalt mit drei Übernachtungen für vier Personen (zwei Erwachsene und zwei Kinder) in New York im Wert von Fr. 10'000.-, geht an Raphael Hofer aus Gunzgen. Weitere 25 Personen dürfen sich über ein Chiquita-Strandtuch im Wert von je Fr. 25.- freuen. Die Redaktion gratuliert den vielen Gewinnern herzlichst.

De grünen Duume

Jetzt können Sie abgeerntete Beete auf den Winter beziehungsweise auf das Frühjahr vorbereiten. Pflanzenreste und Unkraut werden entfernt, der Boden aufgelockert. Danach wird Mist oder Kompost auf den Beeten verteilt. So können die Nährstoffe bis zum Frühjahr optimal in den Boden eindringen. Wer in milden Regionen wohnt, kann Anfang Oktober noch Nüssli Salat und Winterspinat für die Frühjahrsernte aussäen. Auch bei den Stauden und Blumen gibt es noch zu tun: Anfang Monat ist der ideale Zeitpunkt, um Stauden zu teilen und neu einzupflanzen und Blumenzwiebeln zu setzen. Um Letztere vor Wühlmäusen zu schützen, setzen Sie diese in eine mit Draht abgedeckte Pflanzschale in die Erde. Ausserdem kann der Rasen gedüngt werden und zum Schutz vor Frost deckt der Gärtner in dieser Jahreszeit Rosen und andere empfindliche Pflanzen mit Reisig ab.



Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 11/15 erscheint am 29. Oktober 2015



Welt der Omeletten

Ob salzig oder süss, gefüllt oder ohne Schnickschnack, aus der Omelette entsteht immer ruckzuck eine Raffinesse. «Öise Lade» präsentiert sie in all ihrer Vielfalt und stellt auch die internationalen Verwandten wie Crêpes, Pancakes und Blinis vor.

Mein Wine & Dine



Wieder einmal Lust auf gutes Essen, edle Weine und Gesellschaft? «Öise Lade» hilft Ihnen, geschmackvoll einzuladen, und erklärt anhand eines Wein-Einmaleins, wie Sie das Menü inklusive der stimmigen Weine intelligent aufbauen und geschickt organisieren.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz





Mit Volldampf bringt üsi Loki äs
Lächle in alli Egge vo dr Schwiiz!



Just Smile!