

# Öise lade

Meisterlich  
aufgetragen

Themenheft Seite 29

Mehr zum  
**Thema**

NARREN ABC

Bunte  
Fasnachtsbräuche



# Cailler<sup>®</sup>

of Switzerland

## Für die, die man liebt

AKTION VOM  
8. BIS 14. FEBRUAR 2016



CAILLER  
FEMINA, 250 G

**13.80**  
STATT 19.80



CAILLER  
PERLEN MILCH, 180 G

**8.95**  
STATT 9.95

IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL  
NICHT ERHÄLTICH





## Editorial

Die Narren sind wieder los! Obwohl die Narrenzeit schon am 11.11. eingeläutet wurde, beginnen nun die eigentlichen Fasnachtswochen. Überall wird – bunt verkleidet – gefeiert. Ein grosses Fest vor dem eigentlichen Fasten. Viele sehen es aber auch als Brauch, um den Winter zu vertreiben. Mit dem gewaltigen Lärm werden die winterlichen Dämonen, welche die Sonne in Schach halten, verscheucht. Und mit den Masken werden die bösen Wintergeister in die Flucht geschlagen. Wir sind dem Ursprung der Fasnacht auf den Grund gegangen und versuchen, den Nicht-Fasnächtlern diesen Spass näherzubringen.

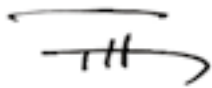
### Das Wintertief vertreiben

In der Rubrik Küche aktuell präsentieren wir Ihnen bekannte und beliebte Gerichte, die Sie mit dem Spritzbeutel und mit schönen Ornamenten und Mustern «gluschtig» aufbereiten können. Dabei gestalten wir Kreationen wie herzhaft gefüllte Brandteigschwäne oder Roquefortcreme im Hüppencornet. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und Ihre Liebsten werden es zu schätzen wissen. Viel Spass beim Probieren!

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig  
Vorsitzender der  
Geschäftsleitung



### Freizeit Männersache Fullhouse mit Freunden 43

- 5 **Küche aktuell**  
Aufgespritzt...
- 8 **Kochschule**  
Das 1x1 des Dressierens
- 11 **Warenkunde**  
Praktisch, fein und schön
- 13 **Marktplatz**  
Saucengenuss – statt Teeaufguss
- 16 **Weinangebot des Monats**  
Gönnen Sie sich diese Abendsonne!
- 19 **Hausmarke**  
Zwei feine Italiener
- 20 **Aktueller Tipp**  
Rustig macht glustig
- 22 **Typisch Schweiz –  
Typisch Volg**  
Weisse Pracht aus Stettfurt
- 24 **Dorfladen**  
Die Musik im Herzen,  
den Einkauf im Dorf.
- 27 **Besuchstage**  
Täglich frisch,  
wir zeigen, wie's geht!
- 29 **Mehr zum Thema**  
Narren ABC
- 37 **Wettbewerb**  
Schweizer Guetzli-Klassiker aus  
dem Emmental
- 39 **Feins vom Dorf**  
«Diesen Tee trinke ich einfach  
so zum Genuss»
- 40 **Novissimo**  
Erstklassiger Schokoladengenuss  
aus der Schweiz
- 43 **Freizeit Männersache**  
Fullhouse mit Freunden
- 45 **Naturena Rezepte**  
Kartoffelgratin mit Speck und Lauch
- 47 **Freizeit Naturena**  
Gehen Sie im Frühling auf!
- 49 **Freizeit Kochkurs**  
Schnell gekocht – aber richtig
- 51 **Freizeit teens**  
Witzige Minimeringues im Fasnachtslook
- 53 **Volgi & Volgine**  
Lustiger Fasnachtsumzug zum Essen
- 55 **Saison**  
C'est Chic, dieser Chicorée



### Küche aktuell Aufgespritzt... 05



### Freizeit Teens 51 **Witzige Minimeringues im Fasnachtslook**



# Buitoni®



\*\*

\* Aktion gültig vom 15.02. bis 21.02.2016

\*\* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

JETZT  
PROFITIEREN!

**25%**

4.20 Fr. statt 5.65 Fr.\*







## Küche aktuell



Der **Brandteigswan** herzhafte gefüllt bringt, hübsch auf dem Teller aufgemacht, Ihre Gäste zum Staunen und ist ein wahrer Hingucker.



### TIPP

Der **Féchy AOC La Côte Soir Soleil** ist ein dynamisch-temperamentvoller und süssfruchtiger Waadtländer. Der elegant vinifizierte Schweizer Klassiker ist der richtige Tropfen zu Aperitif, Süsswasserfisch, Raclette oder Fondue.

# Süßespritz

**Spritz- und Dressierbeutel sind nicht nur für Cupcakes und Pralinen zu gebrauchen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie damit dekorative Gerichte auf die Teller bringen.**



An einem Aperito sind die **Hüppen-Cornets mit Roquefortcreme** nicht nur schön anzuschauen, sondern auch einfach zu essen.



### TIPP

Der anmutige **Dôle Blanche Valais AOC Fleur d'Amour** gilt zwar als Weisswein, aber seine rostrote Farbe lässt ihn wie einen Rosé erscheinen. Er passt gut zu Aperitif, Hors d'œuvre, weissem Fleisch und pikanten Gerichten.



**Apero-Zwiebeln** sind der Aperito-Hit: So köstlich hatten Sie noch nie Zwiebeln zum Aperito.

**W**er Spritzbeutel hört, denkt zuerst an einen Confiseur, der Torten und Patisserie präzise dekoriert und sorgfältig anrichtet. Ein Werkzeug für die Profis also? Mitnichten. Auch Sie haben dies im Handumdrehen im Griff. Sie können den Spritzbeutel nicht nur für Süßes wie Cupcakes oder Torten

benützen, sondern auch für die ganze Speisepalette: Aperito-Häppli, Vorspeisen, Beilagen und aufwändige Festessen. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Denn mit dem Beutel lässt sich sowohl «grob» als auch sehr fein arbeiten.

### Mit der Aufmachung «bekehren»

Ganz einfach lässt sich ein bevorzugtes Gericht mal anders auf den Teller bringen. Gerade bei Kindern kann die spezielle Aufmachung dazu führen, dass sie ihr verschmähtes Gemüse trotzdem einmal probieren und es vielleicht sogar gerne bekommen.





**K**inder und Gemüse, wie oft heisst es da: «Wäh, Rüebli» oder «Igit, Erbsli!». Wieso folgen Sie da nicht einfach mal dem Grundsatz «Das Auge isst mit»? Kochen Sie die Rüebli und Erbsli, pürieren Sie diese und bringen Sie mit einem Dressierbeutel gleich zweifarbig auf den Teller. Einem Kunstwerk wie diesem können Kinder nicht widerstehen.

### Komplimente garantiert

Sind Sie es leid, den Kartoffelstock immer auf die gleiche Weise zu servieren? Mit einem Dressierbeutel können Sie Abhilfe schaffen. Wenn Sie den Stocki dann noch mit Sellerie aufpeppen, sind Ihnen Komplimente garantiert. Mit mehligkochenden Kartoffeln lassen sich aber auch leckere Pastetli machen. Wenn Sie sich etwas mehr Kochzeit für Freunde und Bekannte gönnen, werden Sie mit dem Dressierbeutel noch sehr viel mehr «fürs Auge» herausholen. Wagen Sie sich an die Kunst des Hochdressierens.

**Das «andere» Püree:**  
Zu Hackfleischkugeln passt ein Gelberbsenpüree hervorragend.

### TIPP

Ein warmes Feuer entfacht der **Salvagnin Vaudois AOC Feu Sacré** als umgänglicher Wein zur täglichen Mahlzeit – ein runder Tropfen mit weicher Struktur und fruchtigem Abgang.



Mit den **Safran-Spinat-Pastetli** wird aus diesem wunderbaren Kartoffelgericht ein wahrer Kartoffelschmaus.



### Volg-Kochkurs im März Kochen in Eile, geniessen mit Weile

Es muss nicht immer Fast-Food sein, wenn es mal wieder schnell gehen muss. Nach diesem Kochkurs sind Ausreden nicht mehr gedeutet.  
**Alle Infos finden Sie auf Seite 49.**



**Erbсен und Rüebli-spitz:**  
Auch Kinder können bei dieser verführerischen Farbenpracht zum gesunden Gemüse nicht Nein sagen.





### TIPP

Zum **Merlot Ticino DOC Selezione d'Autore** sind herzhaftere Fleischgerichte eine gute Wahl. Sein intensiver Duft nach frischen Waldbeeren und die gute Struktur passen bestens zu Polenta und kräftigem Käse.

**Kartoffel-Selleriestocki** mit Schweinsvoren mal anders: Verhelfen Sie Ihrem feinen Essen zu einem fulminanten Auftritt.

...und hochdressiert



**Schweinsschnitzeli** mit Sauce béarnaise und Pommes duchesse auf die edle französische Art: Mit den Herzoginnenkartoffeln (franz. Pommes duchesse) bieten Sie zur Gaumenfreude zusätzlich auch viel für's Auge.

### TIPP

An besten Lagen der Bündner Herrschaft wächst der **Fläsch Gemswälder Pinot Noir AOC Graubünden**. Zu Wild und edlen Fleischstücken ein genauso tiefgründiger Tropfen wie zu Risotto oder Bündner Spezialitäten und Käse.







## SCHRITT für SCHRITT Brandteigschwan



Brandteigmasse S-förmig für Schwankopf und -hals und als rund 10 cm grosses Oval auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech dressieren. Bei 200 ° Grad Umluft im Backofen 20 Min. backen.



«Kopf» und «Körper» des Schwans goldbraun backen. Das Brandteig-Oval mit einem Brotmesser horizontal, danach das obere Stück nochmals der Länge nach teilen.



Schlagrahm- oder Frischkäse-Füllung mit einem Spritzbeutel grosszügig ins Bodenstück dressieren. S-Stück vorne, die anderen Teighälften als Flügel an den Seiten hineinstecken.



### TIPPS & TRICKS

von Jonas Schönberger

→ Aus Backpapier lässt sich schnell ein Spritzsäcklein drehen, das sich – mit Spritzglasur gefüllt – zum Schreiben auf Torten eignet. Ein Dreieck mit einer längeren Kante vom Backpapier wegschneiden. Wichtig: Von der Mitte dieser langen Kante aus das Spritzsäcklein drehen, überstehende Ecken ins Säcklein hineinfalten.



Die Kunst des Dressierens ist nicht etwas, das auf die Schnelle gemacht werden kann. Wer richtig und schön gestalten möchte, braucht Geduld. Und es gilt: «Übung macht den Meister» und «Aus Fehlern kann man lernen». Hilfreich dabei sind Trockenübungen. Mit einem Royal Icing – hergestellt aus Eiweiss und Puderzucker – können Sie gut erste Testläufe machen. Alternativ können Sie es auch mal mit aufgewärmter Nutella versuchen. Ein Nachteil ist einfach, dass dieses im Unterschied zu Royal Icing nicht trocknet. Wir zeigen Ihnen die wichtigsten Grundlagen und klassischen Ornamente.

*Wundersame Wandlung:  
In wenigen Schritten wird  
aus einem einfachen Teig  
ein wunderschöner Brand-  
teigschwan.*



### Arabeske

Wie es der Name schon sagt, sind Arabeske Rankenornamente, die der islamischen Kunst entstammen oder sich daran orientieren. Sie fallen durch ihre eingerollten Abschlüsse auf.



### Knoten

Knotenverzierungen sind eins der häufigsten Muster bei Torten. Sie sind auch einfach umzusetzen. Ganz klassisch werden einfach Schlaufen gezogen, die sich beliebig oft auch überlappen.



### Labyrinth

Labyrinth-Muster sind in sich geschlossene Kreise oder Ellipsen. In diese werden – wie bei einem Labyrinth üblich – Verzweigungen und Wege eingezeichnet.



### Fondant

Damit Ornamente und Verzierungen noch mehr herausstechen, sind Fondants ein passender Tortenüberzug. Ein Rollfondant lässt sich einfach über die Torte legen.

### Haselnuss-Krokant

Das goldgelb geröstete Haselnuss-Krokant eignet sich sehr gut zum

Dekorieren und Verfeinern von Glaces, Desserts und Gebäck. Einfach mit einer Winkelpalette gut aufstreichen.

### Dekorstreusel

Wer es gerne bunt mag, der kann seine Torte oder Cupcakes ganz einfach mit verschiedenen Streuseln bestreuen. Im Volg-Laden werden verschiedene Streu-Mixe angeboten. Einfacher geht Dekorieren nicht.

### Dekor-Schokospäne

Gerade auf einer Schwarzwäldertorte dürfen natürlich Schokospäne nicht fehlen. Diese kann man bereits fertig kaufen oder aber mit einer Röstireibe selber herstellen.

### Fleuron

Fleuron entstammt aus dem alt-französischen Wort «floron» für Blume. Dementsprechend orientieren sich Fleuron-Muster auch an Blumen und Blättern. Die Enden sind meistens Tropfen.

### Tüllen-Wahl

Bei Eistorten sehr beliebt sind gezogene Linien. Ein Muschelmuster bringen Sie mit einer Tülle mit gezacktem Halbmond hin. Für ein elegantes Wellenmuster sorgt eine Segelvogeltülle (Rüschentülle). Eine Schlange auf die Torte zaubern Sie mit einer länglichen Tropfentülle (Rosentülle).

### Schlagrahm mit Spritzflasche

Ein Klassiker auf Kuchen und Torten ist Schlagrahm. Einfach und gleichmässig lässt sich dieser mit der Spritzflasche auftragen. Schlagrahm in eine Spritzflasche einfüllen und nach Belieben dekorieren.

### Spritzglasur

Mit dem sogenannten Royal Icing lässt sich gut auf Kuchen schreiben. Dazu braucht es Eiweiss und Puderzucker. Als Faustregel gilt: 1 zu 5, 1 Teil Eiweiss 5 Teile Puderzucker. Mit selbst gemachtem Spritzsäcklein (siehe Tipp) hochdressieren.

### Buttercreme als Rosette

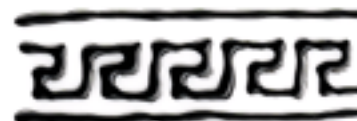
200 g weiche Butter, 130 g Puderzucker und 2 Eigelb vermischen. Mit dieser Buttercreme in einem Spritzbeutel und einer grösseren Rosettentülle lassen sich einfache Rosetten auf die Torte oder den Cupcake dressieren.

### Mäander

Mäander ist auch ein Ornament. Der Name entstand in Anlehnung an die Flussschlingen. Oft zu sehen gibt es dieses Muster auf Ringen. Es passt aber auch sehr gut auf die Torte.

### Palmette

Unter Palmette versteht man ein Motiv, das eine symmetrische Aufreibung der Fächerpalmenblätter darstellt. Seit der Antike fand dieses Ornament Verwendung in der Architektur. Klassisch ist es auch auf Torten zu sehen.







CAFFÈ  
**CHICCO D'ORO**

[www.chiccodoro.com](http://www.chiccodoro.com)

*Passion & Tradition*

\* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich





## Praktisch, fein und schön

Es muss nicht immer aufwändig sein: Praktisch im Handumdrehen bringen Sie feine Kunststücke auf die Löffel. Bereits dressierte oder geeignete Massen lassen sich bequem dekorieren oder eben dressieren. Die Produktpalette von Volg macht es möglich, dass Sie drei Richtungen einschlagen können: süß, salzig und quasi selbst gemacht. Immer gut auf einem schönen Fleischstück machen sich Kräuterbutter-Rosetten. Ein Renner als Dessert ist auch die Eistorte Viennetta Vanille. Selber zum Dressierbeutel greifen können Sie mit dem Mousse au Chocolat von Dr. Oetker.



**Salzig:** Machen sich immer gut auf dem Teller – McCain 123 Duchesses. Auch schön anzusehen sind Zibu Zigerbutter- und Kräuterbutter-Rosetten. Praktisch zum Dressieren sind Cantadou Kräuter oder Le Parfait Leberpaste.



**Selbst gemacht:** Vollrahm kurz aufgeschlagen lässt sich einfach und schön dressieren. Auch praktisch sind der Knorr Stocki oder Mousse au Chocolat.



**Süß:** Bei den Emmi Coupe Chantilly schlagen nicht nur Kinderherzen höher. Immer gut sind Halbrahmdosen gesüsst/ungesüsst, die Stracciatella/Chocolat-Cornet von Frisco, Merinques oder die Volg Schümlli.

**neu**

## Hamburger des Monats Februar: Hirten Burger

Burger müssen nicht immer rund sein... Diesen Hirten Burger aus Lamm- und Rindfleisch mit Peperoni finden Sie in jedem Volg-Kühlregal. Monatlich gibt es während des Burger-Festivals im Volg eine andere Burger-Kreation. Lassen Sie sich überraschen!







# EINFACH AUFWÄRMEN UND GENIESSEN: DIE NEUEN FEINEN SUPPEN

**JETZT  
PROBIEREN!**



**NATÜRLICH VOLLER GESCHMACK.**

\* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.





**In der kalten Jahreszeit stehen sie wieder ganz oben auf der Getränke-Hitliste: Kräutertees und Aufgüsse. Für Abwechslung sorgen vier Teesorten in BIO-Qualität von Volg.**

**A**ufgüsse aus Blüten, Blättern und Früchten machen sich die Menschen, seit sie den ersten, einfachen Tontopf mit Wasser auf ein Feuer gesetzt haben. Für rituelle Zwecke, als Heilmittel und wohl schon damals einfach zum Genuss sind Kräutertees und Aufgüsse die ältesten Getränke gleich nach dem Wasser. Noch heute schätzen wir ihre wohltuende Wirkung auf Körper und Geist. Denn Tee kann mehr, wie unsere Hagebuttentee-Sauce beweist.



## Saucengenuss – statt Teeaufguss

### Tee in Bioqualität

Natürlich genießen und sich etwas Gutes tun. Herkunft, Herstellung und Qualität von Kräuter- und Früchtetees gewinnen laufend an Bedeutung. Die Volg-Teemischungen kommen diesem Trend entgegen. Sie sind allesamt 100 Prozent natürlich aus biologischem Anbau und garantieren beste Qualität in jedem der 20 Beutel.



### Hagebuttenteesauce

Zutaten für 4 Portionen:  
2 dl **Fleischbouillon** mit 1 **Rosmarinzweig** und der 1 fein gehackten **Zwiebel** in einem Pfännchen aufkochen. Hitze reduzieren, 2 **Hagebuttenebeutel** begeben, zugedeckt bei kleinster Hitze ca. 3 Min. ziehen lassen, die Teebeutel herausnehmen. 1 dl **Portwein** dazugießen, aufkochen. Die Sauce durch ein Sieb zurück ins Pfännchen geben, 1 EL **Hagebuttenkonfitüre** unterrühren, aufkochen lassen. 2 EL **Bratensauce s'Wunder** aus der Tube in die siedende Sauce einrühren, ca. 2 Minuten köcheln

lassen, bis die Sauce leicht bindet. Die Pfanne von der Platte nehmen, die 20 g **Butter** portionsweise unter Rühren mit dem Schwingbesen begeben, dabei das Pfännchen hin und wieder kurz auf die Platte stellen, um die Sauce nur leicht zu erwärmen, sie darf nicht mehr kochen. Rühren, bis die Sauce cremig ist. Mit **Pfeffer** und **Salz** abschmecken.  
**Zubereitung: 30 Min.**

**Tipp:** Passt perfekt zu kurz gebratenem Rindfleisch.

*Ein feiner Volg BIO-Hagebuttentee ist ein Genuss. Doch nicht nur als Getränk kann er überzeugen, er verleiht auch unserer Sauce sein unverkennbares Aroma.*



# MEINE SCHWEIZ

## FRANCINE JORDI IN KONOLFINGEN



SI-MEINESCHWEIZ.CH

JEDEN FREITAG NEU.

**SCHWEIZER  
ILLUSTRIERTE**





**Z**u einem der weltweit beliebtesten Getränke hat die Legende bereits im Jahre 2737 v. Chr. begonnen. So soll sich der chinesische Kaiser Shen Nung an einem Frühlingsabend nach einer langen Reise Wasser unter einem Baum abgekocht haben. Ein Windstoss soll ihm ein paar Blätter eines nahen, wildwachsenden Teestrauchs ins Wasser geweht haben. Das Wasser verfärbte sich darauf hellgrün und ein angenehmer Duft stieg aus dem dampfenden Kessel auf. Als der Kaiser eine Tasse davon probierte, fand er es köstlich und fühlte sich erfrischt und belebt von dieser fremdartigen Mischung. Der Tee ward geboren.



Eine feine Sauce zu einem herzhaften Stück Fleisch mit zwei Beuteln Volg BIO-Hagebuttentee.

## Der Weg des Tees



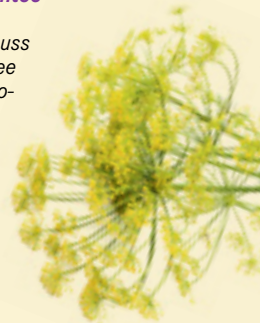
**Volg BIO 9-Kräutertee**  
9 Kräuter sorgen für Genuss und Wohlbefinden: Pfefferminze, Zitronengras, Rooibos, Fenchel, Kamille, Melisse, Brombeerblätter, Lindenblüte und Zitronenverbenakraut.



**Volg BIO Zitronenmelissentee\***  
Einfach zurücklehnen und sich etwas Gutes gönnen: Genussvolle Frische und Entspannung verspricht eine Tasse Volg BIO Zitronenmelissentee.



**Volg BIO Hagebuttentee mit Hibiskus**  
Ein fruchtiger Tee genuss ist der Hagebuttentee mit Hibiscus aus biologischem Anbau.



**Volg BIO Fencheltee**  
Besonders zur feucht-kalten Schnupfen- und Erkältungszeit ein wohltuender Genuss ist der Volg BIO Fencheltee.

\* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich





## Gönnen Sie sich diese Abendsonne!

Er glänzt wie die letzten Sonnenstrahlen eines Winterabends: Der Féchy AOC La Côte Soir Soleil bringt Ihnen dieses zauberhafte Leuchten ins Glas. Perfekt zu dieser Abendstimmung passt der in Gold gehüllte Thurgauer Rahmkäse.

**A**uffällig in goldene Folie gehüllt präsentiert sich der Thurgauer Rahmkäse. Der Inhalt wird dem edlen Äusseren mehr als gerecht: Sämig mild glänzt der halbharte Thurgauer mit seinen feinen, dezenten Noten. Goldgelb ist auch die Farbe des Féchy AOC La Côte Soir Soleil. So gefällig wie der Waadtländer Weisswein im Glas leuchtet, so zeigt er sich auch am Gaumen.

### Von der Sonnenseite

Der Féchy AOC La Côte Soir Soleil macht es einem leicht, sich den einmaligen Blick auf die untergehende Sonne über dem Genfersee vorzustellen. Der klassische Chasselas ist ein gelungener Begleiter zum Feierabend-Apero, zu einem leichten Znacht oder einem winterlichen Fondue. Unsere Empfehlung: Geniessen Sie den süss-fruchtigen, elegant vinifizierten Tropfen zu einem Stück Thurgauer Rahmkäse.

### Glänzender Käse aus dem Thurgau

Sie sind stolz auf ihren Thurgauer Rahmkäse, die Käser der Käserei Strähli aus Siegershausen (TG), darum gönnen sie ihm seine goldene Erscheinung. Der milde Halbhartkäse ist ein Klassiker aus der wachsenden Palette von Spezialitäten des seit 1935 bestehenden Milchverarbeiters. Hier werden Traditionen gepflegt und das grosse Know-how genutzt, um mit neuen Innovationen stets am Puls der Zeit zu bleiben – damit der Thurgau weiterhin glänzt auf der Schweizer Käseplatte.



**Käse**  
des Monats  
Thurgauer Rahmkäse  
100 g, statt Fr. 2.10  
Fr. **1.75**

**Wein**  
des Monats  
Féchy AOC La Côte Soir  
Soleil 2014, Schweiz  
75cl, statt Fr. 10.95  
Fr. **7.95**  
-27%

Diese Aktion gilt vom 1. bis 27. Februar 2016, solange Vorrat.

Bewertungen stammen aus dem «Weinseller 2016» von Chandra Kurt.  
\*- Speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis, Jahrgangsänderungen vorbehalten





**Féchy AOC  
La Côte Soir Soleil  
2014, Schweiz**

**Charakter** Goldgelb. Dynamisch temperamentvoll, süsfruchtig. Frische Säure. Viel aromatischer Schmelz. Elegant vinifizierter Schweizer Klassiker.  
**Trinken** Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C  
**Passt zu** Aperitif, Süsswasserfisch, Raclette, Fondue  
**Punkte** 17



**Dôle Blanche AOC  
Valais Fleur d'Amour  
2014, Schweiz**

**Charakter** Helles Rostrosa. Aromen von frischen Früchten mit Himbeernote. Am Gaumen reich, elegant und frisch.  
**Trinken** Jung trinken, bis 2 Jahre, bei 8–10 °C  
**Passt zu** Aperitif, Hors d'oeuvre, Spargel, Geflügel, asiatischer Küche  
**Punkte** 17\*



**Goldbeere Pinot  
Noir 2014  
Schweiz**

**Charakter** Rubinrot. Aromen von reifen Zwetschgen. Schmelz und viel Frucht. Mittlerer Körper. Fruchtbetonter Abgang.  
**Trinken** Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 14–16 °C  
**Passt zu** Charcuterie, Wurstgrilladen, Asiatischen Gerichten, Wildpfeffer  
**Punkte** 16.75\*



**Fläsch Gemswälder  
Pinot Noir 2014 AOC  
Graubünden, Schweiz**

**Charakter** Granatrot. Aromen von roten Beeren und Kirsche. Komplex und tiefgründig. Am Gaumen reife Frucht, samtiger Abgang.  
**Trinken** Bis 4 Jahre, bei 14–16 °C  
**Passt zu** Wild, Lamm, Kaninchen, Risotto, Pilzgerichten, Bündner Spezialitäten und Käse  
**Punkte** 16.75



**Salvagnin Vaudois  
AOC Feu Sacré 2014  
Schweiz**

**Charakter** Helles Rubinrot. Aromen von roten Früchten. Weiche Struktur. Ausgewogen mit fruchtigem Abgang.  
**Trinken** Jetzt trinken, bis 4 Jahre, bei 14–16 °C  
**Passt zu** Aperitif, kalter Platte, Terrinen, Salami, Schweinebraten, Suppen  
**Punkte** 16.75\*

# Fruchtiger Deutschschweizer

**Goldbeere Riesling-Silvaner 2014  
Schweiz**

**Charakter** Helles Gelb mit grünen Reflexen. Elegant, feinfruchtig, angenehmes Säurespiel.  
**Trinkreife** Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C  
**Passt zu** Aperitif, Süsswasserfisch, Crèmesuppen, Chnoblibrot  
**Punkte** 17\*

75 cl, statt Fr. 10.50  
Fr. 8.40



**Dôle AOC Valais  
Nuit d'Amour 2014  
Schweiz**

**Charakter** Kräftiges Rubinrot. Frische Note von schwarzen Kirschen und Brombeeren. Am Gaumen rund. Ausgewogen mit fruchtigem Abgang.  
**Trinken** Bis 4 Jahre, bei 13–15 °C  
**Passt zu** Fleischpastete, Trockenfleisch, gebratenem Rindfleisch, Rindsfilet mit Pfeffersauce, Lamm, Käseplatte  
**Punkte** 17



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

**Charakter** Leuchtendes Rubinrot. Duft von frischen Waldbeeren mit leichten Gewürznoten. Kräftige Struktur mit feinen Tanninen. Gehaltvoller Abgang.  
**Trinken** Jetzt trinken, bis 4 Jahre, bei 16–18 °C  
**Passt zu** Sonntagsbraten von Rind, Schwein oder Lamm, Pilzgerichten mit Polenta, Hartkäse  
**Punkte** 16.75\*

## Wein PickApp

Zusätzlich zum nebenstehenden Bestell-Coupon können Sie die Volg-Aktionsweine per kostenloser Volg Wein PickApp oder unter [www.wein.volg.ch](http://www.wein.volg.ch) im 6er-Karton bestellen. Die Volg Wein PickApp gibt es für iPhone, Android und Windows-Phone. Der kostenlose Wein-Newsletter informiert zudem jeden Monat über die aktuelle Kampagne. Download unter: [www.wein.volg.ch](http://www.wein.volg.ch)



### Meine Bestellung

- |  Anzahl 6er-Karton GOLDBEERE RIESLING-SILVANER, 75 cl statt Fr. 63.– nur Fr. 50.40
- |  Anzahl 6er-Karton FÉCHY AOC LA CÔTE SOIR SOLEIL, 75 cl statt Fr. 65.70 nur Fr. 47.70
- |  Anzahl 6er-Karton DÔLE BLANCHE AOC VALAIS FLEUR D'AMOUR, 75 cl statt Fr. 67.20 nur Fr. 51.00
- |  Anzahl 6er-Karton GOLDBEERE PINOT NOIR, 75 cl statt Fr. 69.00 nur Fr. 57.00
- |  Anzahl 6er-Karton FLÄSCH GEMSWÄLDER PINOT NOIR, 75 cl statt Fr. 107.40 nur Fr. 89.40
- |  Anzahl 6er-Karton SALVAGNIN VAUDOIS AOC FEU SACRÉ, 75 cl statt Fr. 55.20 nur Fr. 43.20
- |  Anzahl 6er-Karton DÔLE AOC VALAIS NUIT D'AMOUR, 75 cl statt Fr. 71.70 nur Fr. 57.00
- |  Anzahl 6er-Karton MERLOT TICINO DOC SELEZIONE D'AUTORE, 75 cl statt Fr. 83.70 nur Fr. 69.60

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Coupon im Volg-Laden Ihrer Wahl abgeben. Nach rund 14 Tagen ist Ihr Wein im Laden abholbereit. Jahrgangsänderungen vorbehalten. Diese Aktion gilt vom 1. bis 27. Februar 2016, solange Vorrat.







# Casa di Mama. Pizza so frisch wie bei Mama.

Ein einmaliges  
Teigerlebnis:  
Luftig und frisch  
aus dem Ofen!



 im Tiefkühlregal erhältlich



## Hausmarke

Im Schlager «Zwei kleine Italiener» von Conny Froboess heisst es: «Eine Reise in den Süden, die ist schick und fein.» Aber so weit müssen Sie nicht gehen. Ganz nah in Ihrem Volg-Laden gibt es zwei «feine Italiener», die Ihnen die lebensfrohe italienische Mentalität und gute italienische Küche nach Hause bringen: die Hausmarken Volg Pasta Sauce Basilico und Pasta Sauce Napoli.

### Echt italienisch

Erstere sorgt mit der dezenten Note von Basilikum für einen geschmacklich vorzüglichen Spaghetti-Plausch. Zweitere – die neben der klassischen Tomatensauce, feine Kräuter, Zwiebeln, Rüebl, Sellerie und Weisswein enthält – verfeinert Ihr mediterranes Meeresfisch-Gericht oder macht sich hervorragend in der Lasagne oder auf der selbstgemachten Pizza. Noch etwas garantiert Ihnen, dass Sie Italien zu sich nach Hause auf den Teller bringen: Die Volg Pasta Saucen werden mit aller Sorgfalt in Italien hergestellt.

**Die Volg Pasta Saucen Basilico und Napoli sind die perfekten Begleiter für Ihre Spaghetti oder Ihren Fisch. Die beiden feinen Italiener bringen Ihnen den Süden auf den Teller.**

*Wo die Musik spielt: Die Volg Pasta Saucen sind nach Originalrezept in Italien hergestellt.*

**Zwei feine  
Italiener**

400 ml  
Fr. **2.20**

400 ml  
Fr. **1.95**

*Super-Duo für die Pasta-Gerichte: die Volg Pasta Sauce Basilico und Napoli.*





## Aktueller Tipp

**Das verführerische Knacken und Knuspern beim ersten Bissen sind wahre Sinneserlebnisse: Das neue Volg Rustigs Brot und das Volg Holzofen Landbrot von Hiestand sind stets ofenfrisch, denn sie werden im Laden gebacken.**

# Rustig macht glustig

**H**iestands Motivation ist seit 1967 die Verzückerung der Sinne mit frischen Backwaren. Der Duft und der leichte Dampf, der von einer goldgelben Kruste aufsteigt, das verführerische Knuspern und Knacken beim ersten Bissen sind ein Sinneserlebnis nicht nur für ausgesprochene Brotliebhaber. Das Besondere daran ist: Dank Hiestand ist von morgens früh bis Ladenschluss frisches, duftendes Brot in Ihrem Volg erhältlich, denn es wird direkt im Laden gebacken.

### **Rustigs Meisterwerk der Backkunst**

Aromatischer Geschmack und lange Frischhaltung zeichnen das neue Volg Rustigs Brot aus. Wie man es von Hiestand erwarten darf, stellen seine Bäckermeister

auch die neuste Brotkreation mit viel Zeit, Geduld und grossem handwerklichem Können exklusiv für Volg her. Dazu verwenden sie nur allerbeste, streng geprüfte Zutaten. Schweizer IP-Weizen und -Roggen garantieren dabei höchste Qualität und vollen Geschmack.

### **Aromatisch aus dem Holzofen**

Was passt besser zu herzhaften Speisen als ein knuspriges Brot? Wie alle Hiestand Brote, wird das Holzofen Landbrot mit viel Leidenschaft handwerklich hergestellt. Es enthält 100 Prozent IP-SUISSE-Mehl – denn wo Schweiz draufsteht, ist bei der Bäckerei Hiestand auch Schweiz drin. Das Extra an Aroma und Knusprigkeit bekommt die Brotspezialität dank dem Vorbacken im traditionellen Holzofen.



*Für eine noch knusprigere Kruste: Das beliebte Landbrot wird neu im Holzofen vorgebacken.*





*Rustigs Brot gibt es im Volg von morgens bis abends. Stets ofenfrisch gebacken überzeugt es durch seinen aromatischen Geschmack und die lange Frischhaltung.*



*Volg Rustigs Brot: Rustikal in der Erscheinung lässt sich das neue Brot von Hiestand leicht teilen. Das Weizen-Roggenmischbrot wird aus IP-SUISSE-Mehl hergestellt.*



**Hiestand** 

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK





# Typisch Schweiz – Typisch Volg



Simon Forster, Tochter Michaela Gamper und Vater Erwin Gamper führen die Gamper Chicorée AG. Erwin Gamper hat 1978 versuchsweise den ersten Chicorée gezogen, heute ist seine Firma eine der wichtigsten Chicorée-Produzentinnen in der Schweiz und beschäftigt rund 40 Festangestellte und je nach Saison ebenso viele Kurzaufenthalter.

## Vier Fragen

### Erwin Gamper, Geschäftsinhaber und Betriebsleiter der Gamper Chicorée AG

#### Herr Gamper, was ist die Gamper Chicorée AG?

Erwin Gamper: «Die Gamper Chicorée AG ist ein Tochterunternehmen der Gamper Gemüskulturen. Bald nach der Übernahme des elterlichen Hofes habe ich nach einem Produkt gesucht, das nicht kontingentiert war – wie Chicorée, der fast ausschliesslich importiert wurde. Erste Versuche starteten 1978. 1979 lag die Produktion bei 130 Tonnen Chicorée, dessen Wurzeln wir selber auf 10 Hektaren angebaut hatten. Heute sind es rund 1300 Tonnen Chicorée jährlich.»

#### Was sind die Stärken Ihres Unternehmens?

«Chicorée ist als Wegwarte bekannt. Der Anbau der Wurzeln – von der Aussaat bis zur Ernte – benötigt besondere Maschinen und viel Know-how. Das bieten wir unseren Partnerbetrieben. Wir beraten auch während des Wachstums. Den Chicorée ziehen wir danach aber selber. Dafür braucht es eine spezifische Infrastruktur.»

#### Was verbindet Sie mit Volg?

«Volg ist ein verlässlicher Partner. Dies wird auch von uns erwartet. Dank unserer Grösse sind wir jederzeit in der Lage, die gewünschten Produkte frisch zu liefern. Wir führen beispielsweise eine eigene Verpackungsstrasse nur für den Chicorée. Dieser kommt fertig verpackt zum Volg. Und als Einzige bieten wir Chicorée rund ums Jahr in konstanter Qualität an.»

#### Chicorée, was macht ihn denn so besonders?

«Chicorée ist oft nur als Salat bekannt. Er schmeckt aber auch als Gemüse ganz hervorragend. Im «Zapfen» wie wir ihn nennen, steckt die ganze Kraft der Wurzel. Das Wachstum in der Dunkelkammer mag erstaunen. Doch die Wurzel hat zuvor draussen auf dem Feld alles Gute aus der Natur aufnehmen können. Zudem begleiten wir die Gemüsebauern von der ersten Bodenprobe über die Aussaat bis zur Ernte – beste Voraussetzungen für ein erstklassiges, hochwertiges Produkt.»

Produktionsmitarbeiterin Iwona Kracyla sortiert erntefrische Wurzeln und steckt sie in Wannen, die später in die Dunkelkammern wandern. Nur genügend grosse Wurzeln mit intaktem Wachstumsbereich lassen den Chicorée richtig spriessen.



Inhaber Erwin Gamper auf Kontrolle in der Treibkammer. Richtig temperiertes Wasser bestimmt das Wachstum. Das Wasser zirkuliert während den 21 Tagen Aufenthalt in der Dunkelkammer kontinuierlich.

Er ist beliebt als Salat und man mag ihn wegen seinem herb-bitteren Geschmack und knackigen Biss. Aber auch als Gemüse macht er sich gut, der Volg Chicorée aus dem Thurgauischen Stettfurt.



### ÖISE LADE TIPP

Chicorée eignet sich auch als Gemüse. Ein feines Rezept mit im Ofen gebratenem Chicorée finden Sie auf Seite 55.



Bald erntereif: Produktionsleiter Teun Nijkamp mit einer Chicoréewurzel in der Dunkelkammer. Die Wurzel hat einen neuen Trieb gebildet. Wegen des fehlenden Lichts ist der Chicorée hell geblieben.



## Weisse Pracht aus Stettfurt

Der Chicorée wird von der Wurzel getrennt. Die Wurzeln dienen als Tierfutter, der Chicorée wird schnellstmöglich verpackt, um so frisch wie möglich zum Kunden zu gelangen.



Flinke Hände sortieren und rüsten den Chicorée. Dann wandert er in den Beutel und in die geschlossene Kiste, denn was dem Chicorée nicht bekommt, sind Wärme und Licht.

Weiss muss er sein, der klassische Chicorée. Für den Volg produziert ihn die Gamper Chicorée AG in Stettfurt TG, einer der grössten Produzenten des einzigartigen Gewächses.



### 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.

Typisch  
Schweiz  
Typisch  
Volg +  
typiquement  
suisse



Volg. Im Dorf daheim.

# Die Musik im Herzen, Den Einkauf im Dorf.

*«Zither spielen im Gartenhaus  
und posten gehen im Volg, das  
macht meinen Alltag aus.»*

Zither-Spielerin Silvia Hutterli,  
Kundin im Volg Bürglen (TG)





**S**ilvia Hutterli kauft schon seit den 50er-Jahren im Volg ein. «Damals war der Volg der erste Selbstbedienungsladen bei uns in der Gegend», erzählt die musikalische Thurgauerin. Wenn sie nicht im Volg in Bürglen einkauft oder mit den Verkäuferinnen plaudert, spielt sie Zither und unterrichtet derzeit rund 80 Personen darin.

### «Mit Volg verbinde ich viele Kindheitserinnerungen.»

Zither-Spielerin Silvia Hutterli,  
Kundin im Volg Bürglen (TG)

Immer am Mittwoch- und Donnerstagnachmittag ist Silvia Hutterli in ihrem extra dafür ausgebauten Gartenhäuschen mit ihren Zither-Schülerinnen und -Schülern am Üben. Über 200 Stunden Unterricht hat sie bislang gegeben. Von Montag bis Freitag üben 80 aktive Zitherspieler/innen in Gruppen für Auftritte und Konzerte. Das Instrument ist relativ einfach zu erlernen, man muss dafür nicht Noten lesen können, doch die Notenwerte sollte man kennen. «Es braucht aber eine gute Rechts-Links-Koordination», erklärt Silvia Hutterli. Deshalb bezeichnet sie das Zither spielen auch gerne als Gehirnjogging.



*Nur wenige Schritte vom Dorfzentrum entfernt erstreckt sich ein Natur-Erholungsgebiet mit weiten Feldern, grünen Wiesen und Wäldern.*



*Das Schloss Bürglen wurde einst für die Freiherren von Bürglen errichtet. Heute befindet sich darin die Primarschule.*

*Eine der lokalen «Feins vom Dorf»-Spezialitäten im Volg Bürglen sind Ruch's Apfelringli – dank der schonenden Trocknung sind sie naturbelassen ein Genuss für Gaumen. Die feinen Äpfel werden schonend von Hand verarbeitet.*



## Volg-werBekampagne 2016

Volg ist seit Jahrzehnten im Dorf daheim. Auch Schweizer Werte zu pflegen, gehört seit jeher zur Volg-Philosophie. Die Volg-Werbekampagne 2016 vereint beides: Sie stellt Dorfbewohner in den Mittelpunkt, die eine Schweizer Tradition oder ein besonderes Hobby pflegen. In jeder zweiten Ausgabe von «Öise Lade» stellen wir Ihnen solche Persönlichkeiten aus verschiedensten Ecken der Schweiz vor.



**DEXTRO  
ENERGY**



Sorry liebe Banane.  
Aber der direkte Weg ins  
Hirn ist niemals eine Kurve.

**Einfach schneller im Kopf.**







## Volg Besuchstage



Oberbipp



Landquart



Winterthur

**Es ist wieder so weit: Immer am ersten Montag im Monat geben wir Einblick in unsere Verteilzentrale Winterthur und die Frischdienste Landquart und Oberbipp. Besuchen Sie uns!**

### Anmeldungen für die Volg-Rundgänge

Internet: 1. [www.volg.ch](http://www.volg.ch)  
 2. Rubrik «Aktuell»  
 3. Volg-Rundgänge  
 Telefon: 058 433 55 24 (Mo bis Do)  
 E-Mail: [corinne.hofmaenner@volg.ch](mailto:corinne.hofmaenner@volg.ch)  
 Adresse: Volg Konsumwaren AG,  
 z.Hd. Frau Corinne Hofmänner,  
 Sekretariat Frontservice,  
 Deltastr. 2, 8401 Winterthur

**Täglich frisch,  
wir zeigen, wie's geht!**

**W**ie funktioniert es, dass alle rund 560 Volg-Läden täglich frisch beliefert werden können? Egal, ob im Dorf nahe der Autobahn oder zuhinterst im engen Bergtal gelegen: Sobald sich frühmorgens die Türen des Dorfladens öffnen, sind die Gestelle voll – so wie es unsere Kunden erwarten dürfen. Der Grund dafür liegt in Winterthur, Landquart und Oberbipp. Was hier geschieht, ist kein Geheimnis, im Gegenteil: Wir zeigen es Ihnen gerne an einem unserer Besuchstage.

### Kurzfilm und feiner Imbiss

In der Volg-Verteilzentrale Winterthur, im Frischdienst Oberbipp oder im Frischdienst Landquart begrüßen wir Sie zu einem Kurzfilm über das Unternehmen. Im Anschluss beginnt unser rund einstündiger, spannender Rundgang. Vor der Verabschiedung gibt's einen feinen Imbiss. Sie sind herzlich eingeladen zu einem Besuch allein, zu zweit, mit der ganzen Familie oder Ihrem Verein. Wir freuen uns, Sie demnächst willkommen zu heissen!

### Volg-Rundgänge 2016

Die Besichtigungen der Verteilzentrale Winterthur sowie der Frischdienste Landquart und Oberbipp finden an folgenden Daten jeweils um **16 Uhr** und **17.30 Uhr** statt; in Winterthur zusätzlich um **19 Uhr**. Dauer ca. 2 Std. (inkl. Verpflegung):

Montag, 7. März  
 Montag, 4. April  
 Montag, 2. Mai  
 Montag, 6. Juni  
 Montag, 4. Juli

Montag, 8. August\*  
 Montag, 5. September  
 Montag, 3. Oktober  
 Montag, 7. November  
 Montag, 5. Dezember

\*im August wegen dem Nationalfeiertag am zweiten Montag des Monats



# CHRütli Schwur



DER SCHWEIZER

# CHRÜTER

## LIQUEUR





# mehr zum thema

## Narren-ABC

Alte Traditionen, ausgelassenes Treiben, bunte Fröhlichkeit und reichhaltige Genüsse – für Fasnachtsstimmung gibt es immer eine passende Tageszeit.

Mit der **Würstlifackel** gibt es Brot und Wurst gleich in einem. Das ist handlich und stillt den kleinen Hunger, wenn der Tag noch bis weit in die Nacht geht.

# BUNTE FASNACHTSBRÄUCHE VON MORGENS BIS ABENDS

In kleine Stücke geteilt ist die **Fasnachtsschnittä** eine süsse Begleiterin zum weckenden Morgenkaffee. So verpasst niemand den Moment, wenn's losgeht mit der Fasnacht.

Fein-feiner! Kurz in Schokolade getaucht sind die **Rosechüechli** eine köstliche Süssigkeit und zur Fasnachtszeit ein hübsches Mitbringsel – auch für Nichtfasnachtler.

Vor der Fastenzeit lärmen und den Winter austreiben: Mit Spiel, Tanz und Festfreuden bot in früherer Zeit die Fasnacht die Gelegenheit für ausgelassene Lebensfreude, um den Winter zu vertreiben und dem Frühling den Weg zu öffnen. Eine Lebensfreude, die sich auch in vielen kulinarischen Köstlichkeiten zeigt. Wir gönnen uns viel Fasnächtliches zum Zmorge, zum Zmittag und zum Znacht.

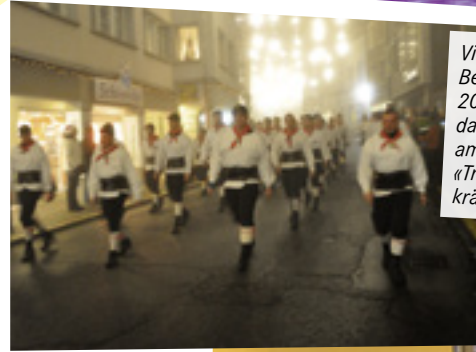
**Fasnacht rund um die Uhr**  
Ganz gleich, ob wir früh aufstehen zur Tagwache, den ganzen Tag ausgelassen durch die Gassen ziehen, bis spät in die Nacht feiern oder den Vorträgen der Schnitzelbänke lauschen – gehörig Fasnacht feiern braucht Stehvermögen. Wir stellen passende Spezialitäten und Stärkungen dazu vor. Damit echten Fasnächtlern von morgens früh bis abends spät nicht der Schwung ausgeht.



### Geniessen vor dem grossen Knall

Typisches Merkmal vieler Fasnachtsbräuche ist ein fulminantes Eröffnungsritual zu früher Morgenstunde. So werden nicht nur eingefleischte Fasnächtler auf die ausgelassenen Tage eingestimmt, sondern auch alle anderen – zwangsläufig. Ob Tagwache, Chesslete, Itrichle oder Urknall – lautstark muss es sein. Wer früh aus den Federn steigt und sich in die nächtliche Kälte begibt, braucht zuvor eine kräftige Stärkung.

© Goldmäuler Einsiedeln



Viel Arbeit gibt es für die Trichler von **Einsiedeln**: Bereits am Dreikönigstag, zum letzten Glockenschlag um 20 Uhr, war hier Fasnachtsbeginn. Itrichle heisst es dann am Schmutzigen Donnerstag und gleich nochmals am Gudelmontag. Zwischen 15 und 20 Kilo wiegen die «Trichle», welche – um den Bauch gebunden – von kräftigen Männern auf dem Rücken getragen werden.

© Bürgerwehr Einsiedeln



# FRÜH AUS DEN FEDERN ZUM FULMINANTEN AUFTAKT

Fasnächtler sind Frühaufsteher. Logisch, denn die knappe Zeit soll genutzt werden. Wenn also mitten in der Nacht verkleidete Gestalten unterwegs sind, kann dies nur eines bedeuten: Die Fasnacht fängt an!

### Gugge-Weggä

Zutaten für 8 Stück: 600 g Weissmehl, 20 g Frischhefe und 2 TL Zucker vermischen, nach und nach 2,5 dl Milch begeben. 1 TL Salz und 150 g in Würfel geschnittenes Marzipan hinzufügen. Alles zu einem Teig kneten und diesen auf das Doppelte aufgehen lassen. Zu Weggen formen, mit Eigelb bestreichen, Zacken einschneiden und nochmals 30 Min. gehen lassen. Bei 200 °C 10 Min. backen, Hitze auf 180 °C reduzieren und Weggä weitere 15 Min. fertigbacken.  
Zubereitung: 1,5 Std.

**Tipp:** Ein heisser, grosser Milchkaffee, ein Tee oder Punsch zum Gugge-Weggä wärmt und vertreibt die letzte Müdigkeit. Wem es beliebt, dem liefert ein in den Gugge-Weggä gestecktes Schoggistängeli zusätzliche Energie.

Ein herzhafter Bissen für Frühaufsteher ist der Gugge-Weggä. In die Tasche gesteckt dient er als willkommene Wegzehrung inmitten des fasnächtlichen Treibens.





## Fasnachts-Schnittä

Zutaten für 4 Personen:

2 Eier aufschlagen, 4 Zopfscheiben durchs Ei ziehen und in ½ EL Bratbutter ausbraten. 2 EL Zucker und 1 TL Zimt vermischen, Zopfscheiben darin wenden und noch lauwarm servieren.

Zubereitung: 20 Min.

**Tipp:** Die Variation als Fingerfood finden Sie auf der Auftaktseite.

Ein Stück Zopf mit Extra: Die Fasnachts-Schnittä schmeckt besonders gut, wenn sie lauwarm gegessen wird.



## Fertig mit der Ruhe

In Domat Ems geht's um 6 Uhr los mit dem Morgestraich am «Gievgia Grassa», dem schmutzigen Donnerstag. Es ist hier der letzte Fasnachtstag, der «Bagordas». Er steht ganz im Zeichen der Fasnachtsgruppen. Am Nachmittag marschiert jeweils der Umzug mit Schülern und Vereinen durchs Dorf und erst in tiefen Nachtstunden ziehen die letzten Fasnächtler schliesslich von dannen. In Einsiedeln weckt das rhythmische Geläut der Treicheln die schlafende Bevölkerung. Am Schmutzigen Donnerstag wie auch am Gudelmontag marschieren ab 4 Uhr in der Früh Mitglieder der «Goldmäuder» und der «Bürgerwehr» los. Gemeinsam organisieren die beiden Gruppen die Einsiedler Fasnacht. Der Brauch macht auch dem letzten Tiefschläfer klar, dass «die fünfte Jahreszeit» begonnen hat. Doch nicht alle müssen extra geweckt werden. Richtige Fasnächtler sind nämlich schon längst wach, wenn die tollen Tage endlich beginnen.

## Konfetti-Kafi

Zutaten für 4 Personen:

Frisch gebrauten Kaffee in 4 Kaffeegläser füllen, je 1 TL Zwetschgenbrand einrühren. Mit einer Rahmhäube (Menge für alle 4 Gläser 1,5 dl) und farbiger Zuckerdécoration garnieren.

Zubereitung: 5 Min.

«Kafi-Schnaps» gehört an vielen Fasnachtsveranstaltungen dazu. Gediegener Kaffeegenuss à la Kaffeehaus bietet unser Konfetti-Kafi: frischgebrauter Kaffee mit Zwetschgenbrand und Rahmhäubchen.



Viel Lärm: Mit Ratschen wecken die Fasnächtler das schlafende Volk zur Tagwache oder zur «Chesslete» wie der Fasnachtsauftakt im Kanton Solothurn heisst.



Gievgia Grassa heisst in Domat/Ems der Schmutzige Donnerstag. Hier ist er der letzte Fasnachtstag am 4. Februar. Wenn die Jugend sich ab sechs Uhr zum «Morgestraich» trifft, bleibt im Dorf kein Auge zu. Am Nachmittag gibt es den grossen Umzug durchs Dorf.

© Gemeinde Domat/Ems



## MEHR ZUM THEMA: NARREN-ABC

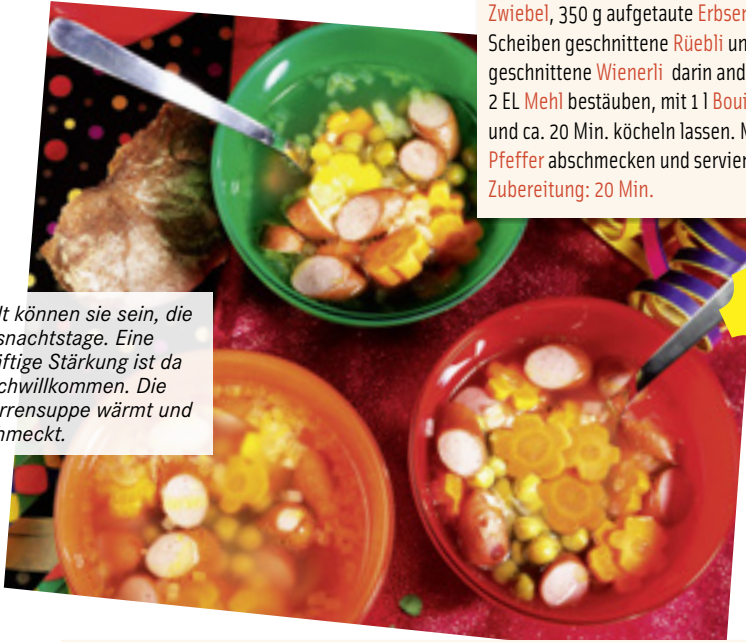
### Narren-Suppe

Zutaten für 4 Personen:

1 EL **Butter** in einem Topf erhitzen, 1 gehackte **Zwiebel**, 350 g aufgetaute **Erbsen**, 2 in Scheiben geschnittene **Rüebli** und 4 in Räder geschnittene **Wienerli** darin andünsten. Mit 2 EL **Mehl** bestäuben, mit 1 l **Bouillon** ablöschen und ca. 20 Min. köcheln lassen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und servieren.

**Zubereitung: 20 Min.**

*Kalt können sie sein, die Fasnachtstage. Eine kräftige Stärkung ist da hochwillkommen. Die Narrensuppe wärmt und schmeckt.*



*Brot und Wurst in einem «Dreh». Die Würstlifackel ist eine ganze Mahlzeit und erst noch sehr handlich. Sie passt ideal für die Jungmannschaft, wenn es gilt, sich nach einer Verpflegungspause rasch wieder ins Getümmel zu begeben.*



### Chiacchiere

Zutaten für 40 Stück:

50 g **Zucker** und 2 **Eier** schaumig rühren, 300 g **Mehl**, 100 g **Butter**, 1 Pr. **Salz** und 0,5 dl **Weisswein** dazugeben und mit einem Handrührgerät einen glatten und elastischen Teig kneten. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit den Händen kneten, bis er keine Blasen mehr bildet, dann dünn ausrollen (2–3 mm). Mit einem Teigroller kleine Streifen ausschneiden (Grösse: ca. 10–12 cm lang und 3 cm breit) und etwa 1 Std. ruhen lassen. Die Chiac-

chiere in heissem **Öl** goldgelb frittieren, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Ausgekühlt mit **Puder-** oder **Vanillezucker** bestäuben.

**Zubereitung: 45 Min. + 1 Std. ruhen lassen**

**Tipp:** Der Teigroller gibt den Rändern des Gebäcks ihre typisch gewellte Form. Nicht mehr als 5–6 Chiacchiere auf einmal frittieren.

*Chiacchiere ist eigentlich das Wort für Geschwätz auf Italienisch. Die Spezialität findet sich im Tessin zur Fasnachtszeit in vielen Bäckereien.*



**Wer lieber genießt, statt selber aktiv zu sein, dem bieten die Fasnachtsumzüge reichliche Fussnoten zum Schmunzeln und Lachen. Ereignisse der besonderen Art sind dabei die zahlreichen Fasnachtsumzüge auf dem Land.**

**NACH DEM MITTAGGESSEN ZUM FASNACHTSUMZUG**



## Würstlifackel

Zutaten für 8 Stück:

4 in Räder geschnittene **Würstli** und 4 in Scheiben geschnittene **Essiggurken** abwechselnd auf 8 **Spießli** stecken. Rechteckig-ausgerollter **Blätterteig** in 3 cm breite Streifen schneiden, mit 1 **Eigelb** bestreichen und mit 2 EL **Sesam** bestreuen. Die Spiesse mit den Blätterteigstreifen umwickeln. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und im Ofen bei 180 °C 15 Min. backen.

**Zubereitung: 45 Min.**

**Tipp:** Die Variation als Fingerfood finden Sie auf der Auftaktseite.



**M**an braucht kein Fasnächtler zu sein, um einem Umzug beizuwohnen. Was ein Dorf oder eine Stadt durchs Jahr bewegt hat, wird Thema der bunten Fasnachtswagen. Oft sind es gerade die lokalen, kleineren Umzüge, die mit viel Witz und Originalität, auch mit beissen-dem Spott das Zuschauerspalier links und rechts vom Strassenrand zu begeistern wissen. Ein fester Bestandteil sind dabei natürlich auch die Guggenmusiken, die für schaurig schöne Klänge sorgen. Vor oder nach dem Umzug gilt es, die kalten Füsse und Hände und tauben Ohren wieder auf Vordermann zu bringen. Das gelingt am besten mit währschafter Kost – wer eine ruhige Pause mag – gemütlich am heimischen Mittagstisch.

*Krach machen: Nochmals ausgelassen feiern vor der enthaltsamen Fastenzeit und lautstark die Wintergeister vertreiben – Fasnacht ist meistens alles andere als geräuscharm.*

## Fasnachtsumzüge klein und fein

Herzhaft und unverblümt, so präsentieren sich viele Sujets an kleineren Fasnachtsumzügen landauf und landab. So führen am Sonntag vor dem Güdismontag viele Gemeinden im Mittelland ihren eigenen Umzug durch. Auch weiter entfernt von den Fasnachts-Brennpunkten weiss man sich nährisch zu präsentieren, so etwa im Solothurnischen Wolfwil oder in Willisau im Luzerner Hinterland.



*Eine traditionelle Fasnachtsfigur aus dem Städtchen Willisau: Das Stadttier, ein Geisterhund, erinnert an einen bestrafte(n) Stadtbaumeister, der gegen die Bauverordnung sein Haus unter Missachtung der Baulinie nach vorne gebaut hat.*

© Andreas Praefcke



*Mag der Ort nicht der grösste in der Region sein, der Fasnachtsumzug ist es alleweil. In Wolfwil treffen sich nicht nur die Fasnächtler aus dem Solothurner Gäu, wenn der Fasnachtsumzug alle zwei Jahre, heuer am 7. Februar, durch das Dorf marschiert.*

© dk, Wolfwil



© Appenzeller Volksfreund

*«Botzerössli» sind ein einzigartiger Bestandteil der Appenzeller Fasnacht und werden ab dem Nachmittag vor dem Schmutzigen Donnerstag losgelassen. Knaben und Mädchen in alten Feuerwehruniformen «reiten» einfache, hölzerne Pferdeatruppen, während sie von den «Trömmelibuebe ond Trömmelmedle» begleitet werden.*



# Schwyz Milch. Der natürliche Antrieb.



**Schwyz Milch und  
der Winter ist cool.**

Schwyz Milchhaus  
CH-6430 Schwyz · 041 819 80 00  
[www.milchhuus.ch](http://www.milchhuus.ch)



**SCHWYZER  
MILCHHUUS**  
TRADITIONSKÄSEREI SEIT 1899



# FEURIGE NÄCHTE

Wenn es dunkel wird, kommt vielerorts die Fasnacht erst richtig in Fahrt, es beginnt ihr ausgelassenster Teil. Ein buntes Treiben herrscht in den Gassen. Guggenmusiken, Gruppen und «Einzelmasken» dominieren das Bild. Anderorts ziehen sich die Fasnächtler in die Beizen zurück, wo sich die Schnitzelbänke ein Stelldichein geben. Im Dunkel der Nacht wird aber auch altes, uriges und feuriges Brauchtum zelebriert. Wo Feuer ist, ist dann meistens eine warme Wurst nicht weit. In der heimeligen Wärme der Beiz aber sind Sitzplätze meist rar und die Müdigkeit beschleicht einem umso deutlicher. Da ist es gut, etwas für zwischendurch dabei zu haben – besonders fasnächtlich passt da natürlich etwas in Öl Gebackenes.

© Spanischbrödlzunft Baden



*Dramatisch beginnt die Fasnacht in Baden: Dem Füdlibürger wird der Prozess gemacht. Das Urteil lautet jedes Jahr gleich. Er soll auf dem Scheiterhaufen sein Leben lassen. Denn nur dann heisst es: «Scharfrichter zünd a, d'Fasnacht fohd aa».*



**Wenig Schlaf und viel Festfreude, die Fasnacht trägt es bereits im Namen. Wer aber bis zum Morgengrauen durchhalten will, braucht dazu den richtigen Energieschub.**

## Schlüferli

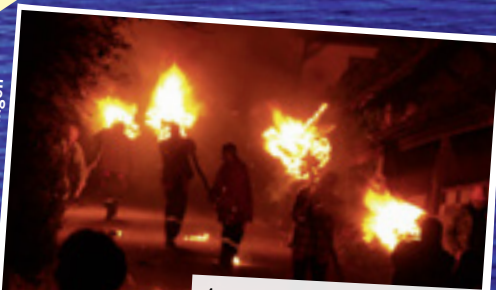
Zutaten für 40 Stück:

Für den Teig 100 g weiche **Butter** schaumig rühren, bis sich Spitzchen bilden. 180 g **Zucker** und ¼ TL **Salz** beimengen. 3 **Eier** hinzufügen und rühren, bis die Masse hell ist. Abgeriebene Schale von 1½ **Zitronen** und 2 EL **Milch** daruntersuchen. 400 g **Mehl** mit 1 TL **Backpulver** vermengen, dazusieben und zu einem weichen Teig zusammenfügen. Mit Folie bedecken und 1 Std. kühl stellen. Aus dem Teig auf wenig

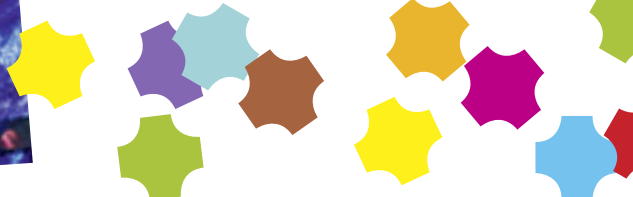
Mehl fingerdicke Rollen formen, schräg in ca. 6 cm lange Stücke schneiden. Beidseitig mit den Fingern zuspitzen. In der Mitte einen Schnitt machen und das eine Ende durch den Schnitt ziehen. Öl auf ca. 160 °C erhitzen und Schlüferli portionenweise darin ausbacken. Herausnehmen, auf einem mit Haushaltspapier belegten Gitter abtropfen lassen und mit **Puderzucker** bestäuben. **Zubereitung: 1 Std. + 1 Std. ruhen lassen**

«Schmötz» ist ein altes Wort für Schmalz oder Fett. Vor der Fastenzeit, am Schmutzigen, also fettreichen Donnerstag galt es, die Vorräte aufzubrechen. Unsere Schlüferli, in Fett gebacken, tragen dieser Tradition Rechnung.

© Dorfadenverei in Rudolfingen



*Am Fasnachtsfeuer entfacht tragen kräftige Buben und Mädchen die bis zu 25 Chästöcke, wie die harzigen Wurzelstöcke von Föhren heissen, am Fasnachtssonntag durch die Rebberge hinunter ins Zürcher Dorf Rudolfingen.*





# Mein Wohlfühlbrot



\*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Vertrieb durch TOGA FOOD SA · CH-3380 Wangen an der Aare · www.togafood.ch



**Energizer**  
max POWERSEAL  
TECHNOLOGY

**Kein Auslaufen.  
Garantiert.\***

Schützt Ihre Geräte und speichert Power auf Dauer – bis zu 10 Jahre einsatzbereit.\*\*

Mehr Leistung, mehr Verantwortung\*\*\*  
**that's positiv:energy**

\* Bei vollständig entladenen Batterien bis zu 2 Jahre lang kein Auslaufen in Ihrem Gerät. \*\* Lagerfähigkeit  
\*\*\* Im Vergleich zu Standard Alkali; gilt für Energizer Max, Energizer EcoAdvanced, Energizer Lithium.  
Verbrauchen Sie weniger Batterien, verursachen Sie weniger Abfall.



# Wettbewerb

**Vor 110 Jahren reiste Oscar Kambly I. durchs Land. Im Koffer seine Bretzeli und einen Traum: Bald sollte die ganze Schweiz seine Bretzeli kennen.**



*Ein Rezept der Grossmutter: Das Bretzeli von Kambly ist eines der beliebtesten Guetzli der Schweiz.*

## Schweizer Guetzli-Klassiker aus dem Emmental

**E**s war die Liebe, die Oscar Kambly I. ins Emmental zog. Hier fand er seine neue Heimat. Bis heute zu 100 Prozent in Familienbesitz produziert das Unternehmen in Trubschachen aus Überzeugung erstklassige Feinbackwaren. Beliebtestes Kambly-Produkt ist seit Anbeginn das Bretzeli. Das Rezept der Grossmutter bildete die Grundlage dieses Erfolgs.

*Von der Familie Invernizzi in der 6. Generation geführt, besticht das traditionsreiche und heimelige Hotel Kemmeriboden Bad mit seiner gepflegten Gastlichkeit inmitten einer intakten Natur und mit seiner Ruhe und Abgeschlossenheit.*

### Qualität ist Teil des Erfolgsrezepts

Der weltweite Erfolg von Kambly kommt nicht von ungefähr: Qualität steht bei Kambly an oberster Stelle. Nur was in allen Punkten den höchsten Anforderungen entspricht, darf später als qualitativ hochwertiges Premium-Produkt den Namen Kambly tragen. Und weil man in Trubschachen stets vorwärts blickt, wird die Palette exquisiter Guetzligenüsse von Kambly laufend erweitert.

### WETTBEWERB

**Aus welchen Zutaten wird das Bretzeli heute noch hergestellt?**

**A:** aus frischer Emmentaler Butter, Eiern und Mehl aus der Dorfmühle

**B:** mit erlesenen, sorgfältig gerösteten Pistazien

#### 1. Preis im Gesamtwert

von je **Fr. 4000.-**

eine Woche Ferien im Hotel Kemmeriboden Bad im Emmental

#### 2. – 9. Preis im Wert

von je **Fr. 500.-**

ein Wochenende im Hotel Kemmeriboden Bad im Emmental

#### → Mitmachen & gewinnen

Teilnahme Wettbewerb vom 28. Januar bis 24. Februar möglich

Online: [www.volg.ch/volg-magazine](http://www.volg.ch/volg-magazine)

Per Telefon: 0901 240 340, für 90 Rp./

Anruf. 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. Februar 2016 auf

Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Kambly», Postfach 344, 8401 Winterthur



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







Wochenaktion

**2.95** statt 3.75

Montag, 22. Februar bis Sonntag,  
28. Februar 2016

LASS UNS  
"SPARGELN"!

**THOMY**

Hollandaise

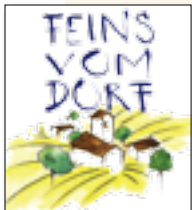
Zu Spargeln und Fisch  
Pour asperges et poissons

**1 TESTSIEGER**  
Beim Kasselerhutz  
Sauce Hollandaise Test\*  
17. Mai 2015

**THOMY**

**THOMY** macht mehr draus





## Feins vom Dorf

**Kundin Gaby Halter mag die anregend-natürlichen Tees von Esther Schnider. Als «Feins vom Dorf» Produkt sind sie bei Einheimischen und Gästen beliebt.**

Volg-Ladenleiterin Manuela Stucki nimmt von Esther Schnider die feinen Kräutertees entgegen. Der Volg Affeier in Obersaxen ist ein beliebter Treffpunkt.



«Diesen Tee trinke ich einfach so zum Genuss.»

Volg-Kundin Gaby Halter



### 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 den Kräutertees von Esther Schnider gibt es im Volg Obersaxen auch Goldmelissensirup. Den Pfefferminzsirup und die Holunderblütenkonfi von Monika Schnider. Die Bäckerei Simmen liefert Backwaren und die traditionelle Bündner Nusstorte.

**G**aby Halter führt einen Haushalt, unterstützt ihren Sohn Nils und angehenden Skirennfahrer beim Schneesport Team Surselva und widmet daneben auch ihren Ziegen viel Pflege und Aufmerksamkeit. Da wartet auf Mutter und «Familienmanagerin» Gaby oft ein reiches Tagesprogramm: Sohn und Material zum Training fahren, Stallarbeiten, Einkauf, kochen und mehr. Kein Wunder, braucht sie ab und zu eine Pause. Einfach so als Genuss tue ihr der Tee von Kollegin Esther Schnider dann besonders gut, sagt Gaby Halter.

### Eher aus Zufall

Eher zufällig für einen Markt habe sie damit angefangen, sagt die Bäuerin und gelernte

*Das Angebot in ihrem Volg erspart Gaby Halter manchen Kilometer Autofahrt. Besonders angetan haben es ihr die «Feins vom Dorf»-Tees von Esther Schnider.*

Gärtnerin Esther Schnider. Bald aber habe der Volg gefragt, ob sie auch bei ihm ihren Tee verkaufen möchte. So sind immer mehr Teesorten dazugekommen. Kräuter und alte Nutzpflanzen wachsen in Esther Schniders Schaugarten auf ihrem Hof Valata. Im Sommer ist er montags offen für Besucher – nicht nur Einheimische, sondern auch mancher Feriengast erfährt so, wo «Feins vom Dorf» für den Volg Obersaxen wächst.



Zartschmelzender, erstklassiger Schokoladengenuss bieten die drei «Munz Swiss Premium» Tafelschokoladen jetzt neu im Volg.



**W**er kennt sie nicht, die Munz Prügeli? Nun gibt es für wahre Geniesser im Volg auch Tafelschokoladen aus dem Traditionshaus in Flawil. Ihr Name «Munz Swiss Premium» verrät den hohen Qualitätsanspruch, mit dem sie entstehen. Die Leidenschaft bei der Herstellung wird mit jedem zarten Täfelchen deutlich, das langsam im Mund zergeht. «Munz Swiss Premium» Milchschokolade ist ein perfektes Beispiel dafür, wieso Schweizer Schokolade in der ganzen Welt bekannt ist.

**Zartschmelzend oder edelbitter mit knackigen Nüssen**

Die «Munz Swiss Premium Nuss» begeistert Liebhaber frisch gerösteter, ganzer Haselnüsse in Kombination mit zarter Milkschokolade. Immer mehr Schokoladengeniesser schätzen zudem dunkle, edelbittere Schokolade. Mit 60 Prozent Kakaoanteil verwöhnt die «Munz Swiss Premium dunkel/Nuss». Sie ist eine wahre Entdeckung. Für Gäste oder als kleine Verführungen zwischendurch sind die «Munz Swiss Premium» Schokoladen als attraktive Napolitaines genau das Richtige.



**Drei erstklassige Genussmomente zum Einstecken**

**Sie heissen so und sind es auch: Die «Munz Swiss Premium» Tafelschokoladen werden mit Leidenschaft hergestellt und stehen für besten Schweizer Schokoladengenuss.**

Munz Swiss Premium Napolitains, 400g\*

statt Fr. 9.95  
**Fr. 8.95**



Munz Swiss Premium: Milch/Nuss, 60% Kakao Nuss, Milch, 100g

statt Fr. 1.95  
**Fr. 1.75**



statt Fr. 4.95  
**Fr. 4.45**

**Kühle Bergfrische**  
Ricola Gletscherminze ohne Zucker









# Wir halten den Regionen die Stange!

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

**Im Volg. Ist doch naheliegend.**

*Nicht jedes Bier ist in jeder Verkaufsstelle erhältlich.*

**Volg**  
frisch und fründlich



Zum Pokerabend muss etwas Handliches auf den Tisch: leckere Sandwiches.

# Fullhouse mit Freunden



**POKER-TIPPS**  
von  
Sepp Manser

Für Poker-Lehrer Sepp Manser gibt es nichts Geselligeres als Pokern. Für Firmen und Private bietet er Pokeranlässe an. [www.pspoker.ch](http://www.pspoker.ch)

→ **Nicht nur mit den eigenen Karten spielen:** Wichtig beim Pokern ist es, zu erahnen, was die Mitspieler in der Hand haben. Was verrät deren Handeln? Nur mit den beiden Karten vor sich zu spielen, bringt einen auf die Verliererstrecke.

→ **Beim Pokern braucht es Geduld:** Auch wenn nie gute Karten kommen, nicht unvorsichtig werden und mit schlechten Karten spielen. Fehler passieren aus Ungeduld. Tipp zum Verweilen: Sich ein Sandwich gönnen.

→ **Seine Chips verwalten:** Wer blindlings einfach jede Runde mitspielt, steht bald ohne Pokerchips da. Gewinnmöglichkeit mit dem Einsatz und der Stärke des Blattes abschätzen.

→ **Zu viel bluffen kann gefährlich sein:** Abwechslung bringt Erfolg. Einseitiges Spielen nutzen Köhner gezielt aus. Immer mit schlechten Karten aggressiv zu spielen, kann also ins Auge gehen.

→ **Die Praxis macht's:** Nur wer immer wieder spielt, kann Fortschritte beim Pokern machen. Und mit Freunden ist es doch immer gesellig und unterhaltsam.

**Ein Pokerabend zu Hause? Ein richtiger Männeranlass! Spielkarten, Pokerchips, Zigarren, Whisky und Snacks dürfen da natürlich nicht fehlen. Wir geben Ihnen Tipps zu Spiel und Essen.**

**N**icht erst seit gestern ist Pokern in aller Munde. Wer bislang im Freundeskreis regelmässig unterhaltsame Jassabende verbracht hat, sollte eine Abwechslung mit Poker zumindest versuchen. Anders als beim Jassen, das mit einem klaren System gespielt wird, kann beim Pokern alles richtig sein, sagt Poker-Experte Sepp Manser. Obwohl das Spiel verschiedene

Aspekte wie Geschicklichkeit, Mathematik, Menschenkenntnis, Taktik und Glück vereint, sei es in einer Stunde gelernt. Die bekannteste Pokervariante ist Texas Hold'em, bei dem mit zwei Karten in der Hand und fünf auf dem Tisch das bestmögliche Fünf-Blatt zu erspielen ist. Die Spielregeln finden sich einfach im Internet, können aber bequem auch an einem Pokerschulungsanlass gelernt werden.

## «Ein Brot wie Sandwich!»

*Einen passenderen Snack als Sandwiches zum Pokern gibt es nicht. Denn der Legende nach wurde der Imbiss beim Kartenspielen erfunden. So soll John Montagu, der vierte Earl of Sandwich, 1762 während eines stundenlangen Kartenspiels einen Bediensteten damit beauftragt haben, das Essen – in zwei Brotscheiben gelegt – zu servieren. Daraufhin habe ein Mitspieler ebenfalls ein «Brot wie Sandwich!» bestellt.*



**AKTION**  
03.02. – 07.02.2016



Bestes aus Schweizer Milch

# Veredeln Sie Ihre Gschwelltti: mit flüssigem Gold.



## 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.





Februar, 2016

## Kartoffelgratin mit Speck und Lauch

Bis ins 18. Jahrhundert wurden Kartoffeln an Schweine verfüttert. Erst durch die grosse Hungersnot 1770 fanden die Erdäpfel den Weg auf die Teller der Schweizer. Heute wird die Kartoffel sogar die «Königin der Küche» genannt. Ich schneide 100 g **Speck** in feine Würfel und halbiere 1 **Lauchstange** der Länge nach, wasche sie und schneide sie in Streifen. In einer Pfanne lasse ich 1 EL **Butter** zergehen, füge den Speck bei und brate ihn glasig. Danach gebe ich den Lauch dazu und dünste ihn mit. Die Speck-Lauch-Mischung lege ich in einer Gratinform aus. Ich wasche 5 grosse **Kartoffeln** (ca. 600 g), schäle sie, schneide sie in Scheiben und richte sie auf dem Lauch-Speckgemisch an. Dann bestreue ich alles mit **Salz** und **Pfeffer** aus der Mühle. Ich erwärme 2 dl **Gemüsebovillon** und 2 dl **Vollrahm**, übergiesse die Kartoffeln damit und bestreue sie mit 50 g geriebenem **Greyerzer**, gebe den Gratin in den vorgeheizten Ofen und backe ihn bei 200 °C ca. 45 Minuten. Mit einem Salat entsteht für uns eine vollwertige, beliebte Mahlzeit, passend für die kalten Februartage.

**Edith Jäger**  
Erlebnishof Seebachtal (TG)

«En Grvätä wünscht Ihnen»  
Edith



**Volg**

Jeden Monat stellt eine Bäuerin der vier Volg NATURENA-Erlebnishofen im Fricktal (AG), Seebachtal (TG), Werdenberg (SG) und Zugerland (ZG) im «Öise Lade» ein Rezept mit einer persönlichen Geschichte vor. Der Erlebnishof Hüttwilen von Edith und Christian Jäger ist auf Reb- und Ackerbau ausgerichtet und wird nach den Richtlinien des ökologischen Leistungsnachweises (ÖLN) bewirtschaftet.

**NATURENA**  
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

\*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



feine Körnchen  
Geruch absorbierend

extrem saugstark  
mit Zitrusduft

Comfort Deo\*  
Nicht klumpendes  
Katzenstreu.

White Hygiene  
Ultra compact  
Feinklumpendes  
Katzenstreu.

# Natürlich hygienisch.

## Qualitäts-Katzenstreu von Sivocat.



sicher • frisch  
*always*

## Bis zu 100% Schutz und Geruchsneutralisierung.

### Binden - für die Periode

Vorteilspack Always Ultra Binde  
Normal mit Flügeln, 26 Stück oder  
Ultra Night mit Flügeln, 18 Stück



\*erhältlich solange Vorrat.

Always Ultra Binden verfügen über einen  
**besonderen Saugkern mit Flüssigkeit einschliessendem Gel**: Flüssigkeiten werden in Gel  
umgewandelt - und **Gel kann nicht auslaufen!**

### Sliepeinlagen - für die tägliche Hygiene

Vorteilspack Always Sliepeinlagen  
Fresh&Protect Normal,  
52 Stück



**Bis zu 100 % Auslaufschutz**  
Verbesserte Technologie auf always Sliepeinlagen  
durch Erhöhung der ActiPearls für eine bessere und  
**länger anhaltende Geruchsneutralisierung.**



# Gehen Sie im Frühling auf

Obwohl in gewissen Lagen immer noch viel Schnee liegt, können Sie sich den Frühling bereits ins Haus holen. Volg NATURENA bietet Ihnen Kurse an, damit Sie die wärmeren Tage dann so richtig geniessen können.



**Fricktal:**  
Das eigene Parfum

- ① Sa, 19.3.16, 9 – 13 Uhr\*  
② Sa, 19.3.16, 13.30 – 17.30 Uhr\*

**Ort:** Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

**Programm:** Im Parfumworkshop kreieren Sie aus verschiedenen Duftrohstoffen Ihren ganz persönlichen Wunschuft. Die Parfumeurin und Kursleiterin erklärt Ihnen die Grundlagen der Parfumerstellung und wie Sie für sich die optimale Duftkomposition finden. 50 ml Ihres neuen Lieblingsdufts nehmen Sie zusammen mit der entsprechenden Rezeptformel und ausführlichen Kursunterlagen mit nach Hause.

**Teilnehmer:** 24 Personen ab 10 Jahren

**Mitbringen:** Schreibutensilien und Papier

**Leitung:** Bibi Bigler, Parfum Bar, Aathal-Seegraben

**Preis:** Fr. 160.– pro Person, Mahlzeit und Getränke sowie das Material für Ihre Parfumkreation inklusive

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



**Seebachtal:**  
Osterhühner

- ① Fr, 4.3.16, 10 – 15 Uhr  
② Sa, 5.3.16, 10 – 15 Uhr

**Ort:** Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

**Programm:** Diese witzigen Osterhühner lassen jeden Osterhasen im Regen stehen. Zuerst stellen Sie die Grundformen her, welche Sie in eine originelle Pose bringen. Dann werden diese mit Kleister und Papier überzogen, nach dem Trocknen bemalt und mit verrückten Accessoires verziert. Damit die Osterhühner auch einen festen Stand haben, werden sie auf einen Stein oder ein Holzstück montiert.

**Teilnehmer:** 12 Personen ab 14 Jahren

**Mitbringen:** kleines Zängli, Föhn, Stein oder Holzstück für den Sockel, nach Wunsch eigenes Dekomaterial für Osterhühner

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

**Leitung:** Regula Wolfensberger, Zumikon

**Preis:** Fr. 140.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihre zwei Osterhühner inklusive



**Werdenberg:**  
Vogelnest aus Gras

- ① Fr, 11.3.16, 9 – 17 Uhr  
② Sa, 12.3.16, 9 – 17 Uhr

**Ort:** Volg Erlebnishof, Winkelstrasse 20, 9479 Oberschan

**Programm:** Mit den wärmeren Tagen sind sie wieder zu hören, die vielfältigsten Vogelstimmen, die den Frühling ankündigen. Als Nisthilfe für die Singvögel in Ihrem Garten flechten Sie unter Anleitung eines versierten Korbmachers aus langen, getrockneten Grashalmen zwei bis drei tropfenförmige Vogelnester in der Hohlformtechnik. Die hübschen Nistplätze aus natürlichen Materialien tragen zur Verbesserung der Lebensbedingungen unserer Vögel bei und erhöhen auch die Attraktivität Ihres Gartens.

**Teilnehmer:** 17 Personen ab 12 Jahren

**Mitbringen:** Baumschere und kleiner Ball mit Durchmesser von 10-15 Zentimeter, sofern vorhanden

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

**Leitung:** Peter Streiff, Untervaz, [www.vazerzaina.ch](http://www.vazerzaina.ch)

**Preis:** Fr. 150.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für 2 – 3 Vogelnester inklusive



**Zugerland:**  
Filigrane Drahtobjekte

- ① Fr, 18.3.16, 9.30 – 16 Uhr  
② Sa, 19.3.16, 9.30 – 16 Uhr

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

**Programm:** Draht und Metallbänder stehen ganz oben auf der Trendliste der Wohnaccessoires. Die Kursleiterin zeigt Ihnen die Technik, wie Sie Ihre Räume mit dem Metalldraht-Look verschönern. Hübsche Vasen, Schalen, Körbe oder Kerzenhalter entstehen, indem Sie Stahlbänder und Metalldrähte verweben, verstricken, verbiegen oder zusammenknüllen. Die speziellen Materialeigenschaften erzeugen dabei tolle Effekte und Wirkungen.

**Teilnehmer:** 16 Personen ab 10 Jahren

**Mitbringen:** Flachzange, Spitzzange und Arbeitshandschuhe

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

**Leitung:** Ruth Thut, Thal

**Preis:** Fr. 210.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie Material im Wert von Fr. 60.– für Ihre Drahtobjekte inklusive



[www.facebook.com/naturena.erlebnisswelten](http://www.facebook.com/naturena.erlebnisswelten)

**NATURENA**  
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

## Anmeldungen für Kurse und Workshops

**Internet:** 1. [www.naturena.ch](http://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:** 18. Februar 2016

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





# GLETSCHERMINZE BEFREIT DIE ATEMWEGE

Jetzt neu auch im Volg.

Neuheit  
Nouveauté

4.45

4.95



**Ricola**

Chrüterkraft ist das Geheimnis

# CHRÜTERCHRAFT HILFT\* DOPPELT.

\*bei Husten und Heiserkeit.

**DUO  
AKTION**

Diese drei Ricola Beutel  
im Duo-Pack zum  
Aktionspreis:  
01.02. – 06.02.16



**Ricola**

Chrüterkraft ist das Geheimnis



## VORSCHAU

### SCHWEIZER GENÜSSE VON BERG UND TAL

Eine Tour de Suisse durch Schweizer Kochtöpfe: Wir punkten mit Feinem von Berg und Tal, vom Bündnerland (in Gossau) bis in die Romandie (in Wangen a. A.) und über das Tessin (in Oerlikon) bis in den Jura (in Aarau). Dabei heben wir uns vom Gewohnten ab.

4. APRIL IN GOSSAU

5. APRIL IN OERLIKON

24. APRIL IN AARAU

24. APRIL IN WANGEN AN DER AARE

### HAUPTSACHE VORSPEISE

Vorspeisen machen Lust auf mehr, das ist kein Geheimnis. Die Zahl der Entdeckungen in der unbegrenzten Vielfalt der Vorspeisen wie Salate, Pasta, Terrinen, Mousse und – und – und ist gross. Lernen Sie Vorspeisen kennen, die ansprechen, anregen und unseren Appetit wecken. Tauchen Sie mit uns ein in diese kulinarische Vorfreude, die wir in diesem Kochkurs hauptsächlich erklären. Anspruchsvoll oder einfach? Auf jeden Fall perfekt!

10. MAI IN GOSSAU

10. MAI IN WANGEN AN DER AARE

24. MAI IN OERLIKON

25. MAI IN AARAU

### DAS Å UND Ø DER NORDISCHEN KÜCHE

Steht der Elch auf Ihrem Fuss und das Smørrebrød will Ihnen nicht mehr aus dem Kopf? Dann herzlich willkommen in der nordischen Küche! Genau richtig zur Sommersonnenwende rollen wir Köttbullar und entdecken den Graved Lax. Luftig frisch sind auch die verführerischen Beerendesserts. Natürlich gibt es Elchfleisch und weitere spannende skandinavische Gerichte.

2. JUNI IN GOSSAU

7. JUNI IN WANGEN AN DER AARE

7. JUNI IN OERLIKON

8. JUNI IN AARAU

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

Aktualisierte Infos auf [www.volg.ch](http://www.volg.ch)

## «Blitzküche – Kochen in Eile, geniessen mit Weile» bei:



PETER'S KOCHSCHULE IN GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:

2. März, 18.30 – 22.30 Uhr  
Anmeldung:  
[www.peters-kochschule.ch](http://www.peters-kochschule.ch)  
oder Telefon 071 383 27 17  
Peter's Kochschule  
Tellstrasse 4b  
9200 Gossau SG  
E-Mail:  
[info@peters-kochschule.ch](mailto:info@peters-kochschule.ch)



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

15. März, 18.30 – 22.30 Uhr  
Anmeldung:  
[www.tatort-kochschule.ch](http://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](mailto:info@tatort-kochschule.ch)



CULINEA IN OERLIKON MIT JONAS SCHÖNBERGER:

15. März, 18.30 – 22.30 Uhr  
Anmeldung:  
[www.culinea-kochstudio.ch](http://www.culinea-kochstudio.ch)  
oder Telefon 044 388 44 66  
Culinea Kochstudio  
Affolternstrasse 52  
8050 Zürich-Oerlikon  
E-Mail:  
[info@culinea-kochstudio.ch](mailto:info@culinea-kochstudio.ch)



COOKUK IN AARAU MIT SUSANNE VÖGELI:

23. März, 18.00 – 22.00 Uhr  
Anmeldung:  
[www.volg.ch](http://www.volg.ch) oder  
Telefon 062 823 52 92  
Cookuk  
Schachenallee 29  
5000 Aarau  
E-Mail:  
[mail@cookuk.ch](mailto:mail@cookuk.ch)



Unsere Kurse sind begehrt. Melden Sie sich jetzt für den Blitzküche-Kochabend an.

## Schnell gekocht – aber richtig

Es muss nicht immer Fast Food sein, wenn es mal wieder schnell gehen muss. Nach diesem Kochkurs sind Ausreden nicht mehr geduldet. Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit wenigen Zutaten, raffinierten Garmethoden und einfachen Ideen schnelle

Gerichte frisch zubereiten. Das geht erstens weniger ins Haushaltsgeld, verblüfft zweitens jeden Gast und lässt drittens kein schlechtes Gewissen aufkommen. Kochen Sie schnell, aber richtig und Sie werden lange daran Freude haben.

Valentinstag:

# Celebrate your love!

14.2.



**Celebrations**



**Celebrations**

– immer ein Grund zum Feiern!

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.





# Witzige Minimeringues im Fasnachtslook

Das Wort **Konfetti** stammt tatsächlich von **Konfekt** – also von kleinen **Zuckerbäckereien**. Eine solche sind auch unsere **witzigen Minimeringues im farbigen Fasnachtslook**.

**F**asnacht und Freunde gehören untrennbar zusammen. Ob an einem Ball, bei der Strassenfasnacht oder gar selber aktiv in einer Guggenmusik: Freunde gehören dazu. Für jene und solche, die es vielleicht noch werden sollen, haben wir unsere ganz besonderen Konfettis dabei. Statt sich zu bewerben, darf man sie sich auch gegenseitig in den Mund stecken. Das Zauberwort unserer Minimeringues heisst **Lebensmittelfarbe**. Mit ihr lassen sich die normalerweise weissen Meringues perfekt einfärben. Kunterbunt durcheinander in farbige Tüten verpackt, sind sie Dein besonderes Konfetti – Konfetti zum Essen. Denn zum Werfen sind sie viel zu schade!

Sie sind klein und farbig wie bunte Konfettis und leicht zu machen: unsere bunten Minimeringues im Fasnachtslook.

## Minimeringues im Fasnachtslook

Zutaten für ca 50 Stück:  
Backpapier für das Blech  
2 Eiweiss 100 g  
60 g Zucker  
50 g Puderzucker  
¾ EL Maisstärke



1 Das Eiweiss steif schlagen. Nur die Hälfte des Zuckers beigegeben.

*Tipp: Eiweiss von etwas älteren Eiern ergibt einen festeren Eischnee. Beim Aufschlagen muss das Eiweiss gut gekühlt sein.*



2 Weiterschlagen, bis die Masse glänzt. Restlichen Zucker zufügen, nur kurz weiterschlagen. Puderzucker und Maisstärke mischen, dazusieben und sorgfältig unter die Masse ziehen. Masse entsprechend den verschiedenen Farben aufteilen und mit je einem anderen Spritzer Lebensmittelfarbe einfärben.



3 Die gefärbte Masse in einen Spritzsack mit Lochtülle füllen und viele kleine Spitzen von der Grösse eines Zweifränklers auf das mit Backpapier belegte Blech spritzen. In der Mitte des auf 100 °C vorgeheizten Ofens ca. 1 ¼ Stunden backen, im leicht geöffneten Ofen auskühlen lassen. Konfetti in farbige Tütchen abfüllen – die süsse Fasnacht kann kommen!



# Ragusa <sup>+</sup>

## - FRIENDS -



NEW!



**Ragusa**  
- FRIENDS -  
*Noir*

PRALINEN AUS DUNKLER SCHOKOLADE MIT PRALINE- FÜLLUNG UND GANZEN HASELNÜSSEN  
CONFISERIE AU CHOCOLAT NOIR FOURÉE NOISETTES ENTIERES  
DARK CHOCOLATE CONFECTIONERY WITH TRUFFLE FILLING AND WHOLE HAZELNUTS

12x11g=132g e

**Ragusa**  
- FRIENDS -  
*Classique*

PRALINEN AUS SCHOKOLADE MIT PRALINE- FÜLLUNG UND GANZEN HASELNÜSSEN  
CONFISERIE AU CHOCOLAT NOIR FOURÉE NOISETTES ENTIERES  
CHOCOLATE CONFECTIONERY WITH TRUFFLE FILLING AND WHOLE HAZELNUTS

12x11g=132g e

**Ragusa**  
- FRIENDS -  
*Blond Caramelisé*

PRALINEN AUS WEISSER SCHOKOLADE MIT KARAMELLISIERTEM MILCHPUWER, PRALINE-FÜLLUNG UND GANZEN HASELNÜSSEN  
CONFISERIE AU CHOCOLAT BLANC AU LAIT EN POWDER CARAMÉLISÉ FOURÉE PRALINE ET NOISETTES ENTIERES  
WHITE CHOCOLATE CONFECTIONERY WITH CARAMELISED MILK POWDER TRUFFLE FILLING AND WHOLE HAZELNUTS

12x11g=132g e NET WT 4.65 OZ

100% NATUREL



# Charaktersache.

f /RAGUSA.ORIGINAL

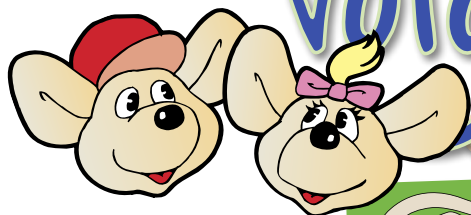
\*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Freizeit

# volgi & volgine

Sie sind da...



## ...die neuen Spielpläne und Holzfigürli vom Volg!

Komm mit Volgi & Volgine an den Rheinfall oder pflanze mit ihnen feines Gemüse im Gemüsegarten. Oder freut ihr euch bereits auf den Sommer? Dann ist der Besuch auf dem Campingplatz ein besonderes Erlebnis. Drei neue Spielpläne und viele neue Holzfigürli gibt's jetzt gratis beim Einkauf in deinem Volg.



# LUSTIGER FASNACHTSUMZUG

## zum Essen

1

Teig auf wenig Mehl 3 mm dick auswallen. Rondellen von 5 cm Durchmesser ausstechen. Bei der Hälfte der Guetzli mit kleinen Förmli Augen, Nasen und Mund ausstechen oder mit einem Messer ausschneiden. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. In der Ofenmitte ca. 10 Min. bei 220 °C goldgelb backen.



2

Zuckerglasur mit Zitronensaft anrühren und mit einigen Tropfen Lebensmittelfarbe färben. Mit einem Pinsel die Zuckerguss-Farbe auf die Guetzli «aufmalen».



3

Himbeerkonfitüre aufrühren und die Guetzliböden damit gleichmässig bestreichen. Vorsichtig die Guetzlioberteile mit den dekorierten Fasnachtsgesichtern aufsetzen – fertig!



## Zutaten für ca. 14 Fasnachtsgesichter

- ★ 1 Spitzbuben-Teig
- ★ Mehl zum Auswallen
- ★ 1 Glas Himbeerkonfitüre
- Für die Zuckerglasur:
  - ★ 100 g Puderzucker
  - ★ 25 g Zitronensaftkonzentrat oder Wasser
  - Lebensmittelfarbe

- ★ verschiedene Guetzliformen, Backpapier, Küchenpinsel

Nun gehen sie wieder durch die Strassen: die Narren, Bööggen, Butzen oder Göggeln, wie die Fasnächtler in verschiedenen Teilen der Schweiz genannt werden. Wir aber backen uns unseren ganz eigenen Fasnachtsumzug. Das Beste daran: Nach der Fasnacht essen wir ihn einfach auf!





UNSER LIEBLING

# FÜR IHRE LIEBSTEN



L'Amorino verbindet das Dolce Vita mit edelster Ausstattung. Der modern vinifizierte Wein schmeckt intensiv nach roten Beeren mit einer würzigen Note. Im Gaumen zeigt sich der Wein vollmundig und harmonisch fruchtig.

Ein süsslicher Wein mit einem herrlich langen Abgang – ebenso elegant wie trendig. L'Amorino ist ein auserlesenes Geschenk für jede besondere Gelegenheit.

## 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.







*Ein edles Gewächs, dieser Chicorée. Nicht nur im Salat fällt er auf. Sein knackig-herber Geschmack passt auch als Gemüse zu vielen Rezepten aus der Pfanne und dem Ofen.*



**Typisch weiss leuchtet er aus dem Grün eines Salates, der Chicorée. Doch auch als Gemüse zeigt er sich stets von seiner besten Seite.**

### Im Ofen gebratener Chicorée mit würziger Salsa

Zutaten für 4 Personen:  
3 Stück **Chicorée** in Viertel schneiden, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. 50 g **Paniermehl** und ½ EL **Mehl** vermischen, Chicorée darin wenden. 50 g **Butter** schmelzen. Ein mit Backpapier belegtes Blech mit flüssiger Butter bepinseln, Chicorée draufgeben und mit restlicher Butter bestreichen. Im Ofen bei 200 °C 20 Min. braten, nach halber Garzeit wenden. Für die Salsa 1 **Zwiebel** in Streifen und 1 rote **Peperoni** in Würfel schneiden, in 1 EL **Butter** andünsten. 1 EL **Tomatenpüree** und 1 TL **Zucker** dazugeben, etwas mitdünsten. Mit 0,5 dl **Essig** ablöschen, zugedeckt auf kleiner Stufe weich dünsten. Die Hälfte der Salsa pürieren und mit der übrigen Hälfte vermischen, abschmecken und zum Chicorée servieren.  
**Zubereitung: 45 Min.**

**D**ie Wegwarte ist eine unscheinbare, einjährige Pflanze. Weniger dezent zeigt sich da der Chicorée: Meistens fällt er schon im Teller auf. Und charakteristisch ist auch sein leicht herb-bitterer Geschmack. Doch Chicorée ist nichts weiter als der zweite Trieb aus der Wurzel der Wegwarte. Im Dunkeln gezogen bleibt ihm die helle Farbe erhalten. Das sorgt auch für weniger Bitterstoffe.

**Ein gutes Gemüse, dieser Salat**  
Als Salat oder essbare Garnitur, so trifft man den Chicorée am häufigsten an. Aber als Gemüse ist er eine echte Entdeckung: Er eignet sich bestens zum Überbacken oder einfach in der Pfanne gebraten. Damit kann er warm zu Fleisch gereicht werden oder ist eine tolle Basis für ein Vegi-Gericht. Besonders chic präsentiert sich unser Chicorée im Ofen gebraten mit einer würzigen Salsa.

*Chicorée aus der Schweiz gibt es das ganze Jahr über erntefrisch im Volg. Dunkel und kühl gelagert ist er einige Tage haltbar.*



**ÖISE LADE TIPP**



NEUES  
DESIGN



## BIO ALPENKRÄUTERTEE



[www.swissalpineherbs.ch](http://www.swissalpineherbs.ch)

Angebaut von  
Bergbauern;  
von Hand geerntet

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

## JETZT MAXI FÜR MINI – UNSERE BERLINER

MAXI  
BERLINER

AKTION  
8. - 21.2.2016  
CHF 1.10

STATT CHF 1.40  
(100 G = CHF 1.37)



Hiestand 

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK.

IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH.



## Brandteigschwäne herzhafte gefüllt

Zutaten für 12 Stück:

- 1 dl Wasser
- 1 dl Milch
- 80 g Butter
- 5 g Zucker
- 5 g Salz
- 140 g Mehl
- 3 Eier
- 200 g Frischkäse Philadelphia
- 100 g Glarner Grüssli

Zubereitung:

1. Wasser, Milch, Butter, Zucker und Salz aufkochen. Mehl im Sturz beigegeben, mit ei-

ner Kelle rühren, bis sich der Teig am Stück vom Pfannenboden löst und sich am Boden ein feiner Belag bildet.

2. Teig in eine Schüssel geben, abkühlen lassen. Wenn er lauwarm ist, Eier nacheinander darunter rühren, bis er weich, glänzend und geschmeidig ist.

3. Brandteig in einen Dressiersack mit Lochtülle füllen, auf Backpapier dressieren (siehe Anleitung S. 8 – 9).

4. Frischkäse mit Glarner Grüssli vermischen und in die Schwäne füllen.

Zubereitung: 30 Min.



ZUM SAMMELN



## Hüppen-Cornet mit Roquefortcreme

Zutaten für 24 Stück:

- 100 g Puderzucker
- 50 g Butter, flüssig
- 1 TL Salz
- ½ TL Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen
- 2 Eiweiss
- 50 g Mehl
- 40 g Roquefort
- 100 g saurer Halbrahm
- 0,5 dl Vollrahm
- 50 g Eiweiss
- Salz
- 50 g Rucola oder Nüsslisalat

Zubereitung:

1. Zucker und Butter schaumig schlagen, Salz und Pfeffer dazugeben. Eiweiss verrühren und ebenfalls dazugeben. Mehl sieben, unter die Masse mischen und 1 Std. kalt stellen.

2. Kleine Häufchen auf ein gebuttertes Backblech geben und mit dem Löffel so fein wie möglich zu einer Rondelle verteilen.

3. Im Ofen bei 160 – 180 °C 3 Min. backen. Sofort mit dem Spachtel ablösen und zu Cornets formen.

4. Roquefort, saurer Halbrahm, Vollrahm und das Eiweiss zusammen mixen, mit Salz abschmecken und durch ein kleines Küchensieb streichen. In einen Rahmbläser einfüllen und den mit Gaspatrone laden. Bläser gut schütteln, in die ausgekühlten Cornets befüllen, mit Rucola oder Nüsslisalat garnieren.

Zubereitung: 1 Std. + 1 Std. ruhen lassen

Tipp: Anstelle von Rucola Nüsslisalat verwenden.

## Apero-Zwiebeln

Zutaten für 16 Stück:

- 8 Zwiebeln, klein
- 2 dl Weisswein
- 1 D. Weiße Bohnen
- 1 TL Olivenöl
- 1 TL Tomatenpüree
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Backofen auf 180 °C vorheizen. Zwiebeln halbieren, mit der Schnittfläche nach oben in eine ofenfeste Form legen und mit 2 dl Wein umgiessen. Zwiebeln in der Ofenmitte 40 Min. backen. Herausnehmen, noch heisses Zwiebelinneres mit

einem Pariserlöffel aus den Zwiebelhälften herauslösen und fein hacken.

2. Bohnen in ein Sieb geben, gut abspülen, gehacktes Zwiebelfleisch, Tomatenpüree und Olivenöl dazugeben und mit dem Mixstab fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in den Dressiersack mit Sterntülle geben.

3. Zwiebelhälften damit füllen und in der Ofenmitte ca. 15 Min. fertig backen.

Zubereitung: 15 Min. + 1 Std. backen

Tipp: Mit Oliven, Tomaten und Kräutern garnieren.







Seine  Kartoffeln für Ihre  
McCain Frites 1.2.3 Original

z. B. Produzent: Andreas Gäumann, Erlach



Gönnen Sie sich ein  
feines Frappé

# „Frappé Dänemark“



ZUTATEN FÜR  
1 FRAPPÉ:  
1 Kugel Schokolade  
Rahmglace  
1 Kugel Vanille  
Rahmglace  
5g Vanillezucker  
95g Milch

ZUBEREITUNG: Je eine Kugel Vanille  
und Schokolade mit 5g Vanillezucker  
und 95g Milch in den Frappémixer oder  
Milchschaumer geben und die Mischung  
bis sie schaumig ist schlagen.  
Anschließend die geschlagene Masse in  
ein hohes Glas füllen und mit einem  
Strohalm servieren.





## Erbsen- und Rüeblispitz

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Rüebl
- 2 dl Vollrahm
- 2 TL Maizena
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel
- 500 g Erbsen, TK-aufgetaut
- Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

1. Für das Rüeblipüree die Rüebl schälen, in Würfel schneiden und im Salzwasser weich kochen. Mit 1 TL Maizena vermischen, mit dem Mixstab fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

2. Für das Erbsenpüree die Zwiebeln kleinhacken, in Butter anschwitzen, die Erbsen dazugeben und gar werden lassen. Mit 1 TL Maizena bestäuben, Rahm dazugeben und mit dem Mixstab fein pürieren.

3. Beide Pürees in je einen Dressiersack füllen, beide Säcke in einen weiteren mit Sterntülle geben. Zweifarbige Kegel auf Teller dressieren.

Zubereitung: 45 Min.

**Tip:** Wird das Rüeblipüree zu flüssig, mit etwas Stocki-Flocken «abbinden». Zu Rahmschnitzeli servieren.



## Schweinsvossen mit Kartoffel-Selleriestock

Zutaten für 4 Personen:

- 1 EL Erdnussöl
- 800 g Schweinsvossen
- 1 Zwiebel, in kleine Würfel geschnitten
- 2 Rüebl, in kleine Würfel geschnitten
- 2 EL Tomatenpüree
- 1 EL Mehl
- 3 dl Weisswein
- 1 dl Bouillon
- ½ Lauchstange, gewaschen, in Ringe geschnitten
- 300 g Knollensellerie
- 600 g Kartoffeln, mehlig, geschält
- 75 g Butter

Zubereitung:

1. Kartoffeln durch das Passevite drehen, Eigelb, Mehl, Muskat und Salz dazugeben, alles gut mischen und in einen Dressiersack füllen.

2. Aus der Masse Pastetenböden auf ein mit Backpapier belegtes Blech spritzen, dann den Rand auf dem jeweiligen Boden hochziehen. Mit Eigelb bepinseln und bei 170 °C 10–12 Min. backen.

3. Butter und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Zwiebeln anschwitzen, Spinat zufügen und mitdünsten. Rahm dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Blumenkohl in kleine Röschen teilen, 5 dl Wasser aufkochen, ½ Safranbriefchen und etwas Salz dazugeben. Blumenkohl im Safranwasser knapp weich kochen, abschütten. Die Hälfte der Kochflüssigkeit auffangen. Mehl mit Rahm verrühren, aufgefangene Flüssigkeit beimengen und in der Pfanne etwa 15 Min. köcheln lassen. Abschmecken, Blumenkohl in die Sauce geben.

Zubereitung:

1. In einem Schmortopf Öl erhitzen, Schweinsvossen darin scharf anbraten, Zwiebeln und Rüebl beimengen. Tomatenpüree hinzufügen und mitrösten.

2. Mit Mehl bestäuben, mit Wein ablöschen und etwas einkochen. Bouillon und Lauch begeben und den Inhalt auf kleinem Feuer weich garen.

3. Sellerie schälen, im Salzwasser weich kochen und abtropfen. Kartoffeln separat im Salzwasser weich kochen. Beides gemeinsam durch das Passevite treiben, mit Butter verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einen Dressiersack füllen und auf Teller dressieren. Das Schweinsvossen dazu anrichten.

Zubereitung: 1,5 Std.

## Safran-Spinat-Pastetli

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg Kartoffeln, mehligkochend (geschält, gekocht und abgekühlt)
- 2 Eigelb
- 3 EL Mehl
- 1 Pr. Muskat
- Salz
- 1 Eigelb

Für die Füllungen:

- ½ EL Butter
- ½ EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- ½ Zwiebel, gehackt
- 250 g Spinat, TK-aufgetaut
- 1 dl Rahm
- ½ Blumenkohl
- 1 Safranbriefchen
- 2 TL Mehl
- 1 dl Rahm

Pastetchen anrichten und mit Spinat sowie Blumenkohl füllen und die restliche Füllung dekorativ auf den Teller geben.

Zubereitung: 1,5 Std.





Lindt  
LINDOR

# Schenken Sie MOMENTE DER LIEBE

mydays<sup>®</sup>

Gewinnen Sie ein romantisches  
Wochenende und viele weitere  
Erlebnisse mit LINDOR & mydays.

Jetzt Foto hochladen:  
[www.lindor.ch/momente](http://www.lindor.ch/momente)

Aktionspreis:

**8.65**  
statt 10.20



**NEU**  
LINDOR Erdbeere

**9.95**



**5.95**



**16.95**



Die Aktion dauert von Montag, 01.02. bis Sonntag, 07.02.2016.

Kein Kaufzwang für die Teilnahme am LINDOR Foto-Wettbewerb. Infos zu den Teilnahmebedingungen finden Sie unter

[www.lindor.ch/momente](http://www.lindor.ch/momente).



## Hackfleischkugeln mit Gelberbsenpüree

Zutaten für 4 Personen:

- 250 g Gelberbsen
- 1 EL Butter
- ½ Zwiebel, gehackt
- 1 TL Kreuzkümmel, gemahlen
- 200 g Hackfleisch
- 100 g Fleischkäsebrät\*
- ½ Zwiebel, gehackt
- 1 EL Peterli, gehackt
- 1 EL Kräuternessig
- 1 EL Erdnussöl
- 2 dl Rotwein
- 2 TL Braune Bratensauce aus der Tube
- 1 dl Portwein
- 1 TL Butter
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

**1.** Gelberbsen über Nacht einweichen. Anschliessend unter fliessendem Wasser gut abspülen. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Gelberbsen und Kreuzkümmel dazugeben und gut andünsten. 5 dl Wasser dazugeben. Aufkochen und auf kleinem Feuer einkochen lassen, bis die Flüssigkeit verkocht ist und die Erbsen ganz weich sind. Gelegentlich umrühren.

**2.** Mit dem Mixstab fein pürieren und erst jetzt mit Salz und Pfeffer abschmecken, da sonst die Erbsen hart bleiben.

**3.** Hackfleisch und Brät vermischen, Peterli, Zwiebeln und Essig dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, gut vermischen und baumnussgrosse Kugeln formen. Im Öl rundum anbraten, mit Rotwein ablöschen, Bratensauce dazugeben und etwas einkochen lassen. Portwein dazugliessen und mit

Salz und Pfeffer abschmecken.

**4.** Gelberbsenpüree in einen Dressiersack füllen, auf einer tiefen Servierplatte rundum einen ca. 4 – 6 cm hohen Rand dressieren. Hackfleischkugeln auf der Plattenmitte anrichten.

**Zubereitung: 45 Min. + über Nacht einweichen**

\*In grösseren Volg-Läden erhältlich.



## Schweinsschnitzeli mit Sauce béarnaise und Pommes duchesse

Zutaten für 4 Personen:

- 600 g Kartoffeln, geschält, gewürfelt
- 2 Eier
- 10 g Butter
- 1 Pr. Muskat
- ½ TL Salz
- 8 – 10 Schweins-Minischnitzel
- 1 EL Senf
- 1 EL Erdnussöl

Für die Sauce:

- 1 dl Weisswein
- 0,5 dl Kräuternessig
- ½ TL Estragon, getrocknet
- ½ Lorbeerblatt
- ½ Zwiebel, in Streifen geschnitten
- 1 Pr. Salz
- 10 Pfefferkörner, weiss
- 1 Pr. Zucker
- 2 Eigelb
- 140 g Butter, flüssig (lauwarm)

Zubereitung:

- 1.** Kartoffeln im Salzwasser weich kochen, heiss passieren. Eier und Butter unter das Kartoffelpüree mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
- 2.** Die Masse in einen Dressiersack füllen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech kleine Kegel spritzen. Mit Eigelb bestreichen und im Ofen bei 185 °C während 15 Min. hellbraun backen. Anschliessend bei 80 °C warm halten.
- 3.** Schnitzeli mit Senf einreiben, mit Salz und Pfeffer würzen und im heissen Öl scharf anbraten. Anschliessend in den Ofen zu den Duchesse-Kartoffeln geben.
- 4.** Estragon mit Weisswein, Essig, Zwiebelstreifen, Lorbeerblatt, Pfefferkörnern, Salz und Zucker auf die Hälfte einkochen.
- 5.** Flüssigkeit durch ein feines Sieb passieren, mit Eigelb mischen und im Wasserbad schaumig aufschlagen. Butter in feinem Strahl unterrühren, bis die Sauce bindet. Zum Schluss 1 Pr. Estragon dazugeben.

**Zubereitung: 2 Std.**



## In solid rumantsch

Jau hai ina gronda passiu e quai è il far pettinias. Gia da pitschna hai jau adina cuschinà gugent cun mia tatta, ma far pettas, pettinias, turtas e biscuits è propi mes mund. Per mai èn pettinias bain ornadas pitschnas ovras d'art ed jau sun adina a la tschertga da novas furmas, novs gusts e novas decoraziuns.

Crema,  
cors e cocos

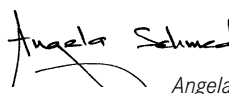


Ilis muffins sco tals èn cler er impurtants ed jau emprov adina puspè or autras variantas, saja quai cun uzuas, cocos, cognac d'ovs u schizunt pro-secco. Il pli grond plaschair hai jau dentant d'als decorar. Per mai èsi in daletg da pudair far or d'in toc marzipan ina fluretta u furar or d'in fondant colorà rudels, cors u stailinas per silsuenter plazzar quels sin la crema cun paintg d'in tun lev rosa sprizzada sin la pettina.

Per approfunar mia savida hai jau fatg avant in temp in curs. Ed era sche quel ha durà mo quatter lecziuns hai jau emprendì da far bleras chaussas a moda pli simpla e cunzunt pli professiunala che fin qua. Quantas giadas hai jau quasi pers la gnerva d'emplenir il satg da garnir, ed ussa – grazia ad in pèr trics dal profi – va quai sco unshi.

Ed il meglier: ussa ristg jau schizunt era da far bellas turetts cun la buglia da tartuffels u il puré da carottas.

Stai bainin e bler plaschair da decorar Vossas tratgas dultschas e saladas!

  
Angela Schmed

## Wussten Sie, dass • • •



• • • Sie auf dem Volg Erlebnishof den Bau einer Trockensteinmauer erlernen können?

Trockensteinmauern haben Tradition und sind auch heute noch ein wichtiges Landschaftselement für Fauna und Flora. Ein erfahrener Kursleiter und Steinhauer zeigt Ihnen den Bau des Fundamentes, den Aufbau der Mauer, Mauerabschluss und statische sowie ökologische Aspekte zum Thema.

### Kursort

Volg Erlebnishof in Baar  
Datum: 22. oder 23. April 2016, 9 – 17 Uhr  
Preis: Fr. 140.– pro Person, Mittagessen auf dem Hof inklusive. Mehr Informationen und Anmeldung auf [www.naturena.ch](http://www.naturena.ch) oder Tel. 058 433 54 09.

[www.facebook.com/naturena.erlebniswelten](http://www.facebook.com/naturena.erlebniswelten) 



Ursula Furrer-Heim  
«Cake – Genial einfach und schnell»  
AT-Verlag, 144 Seiten  
ISBN 978-3-03800-743-2

## Ein ausgezeichnetes Cake-Buch

Im wahrsten Sinn des Wortes ein ausgezeichnetes Kochbuch ist das Buch «Cake – genial einfach und schnell» von Ursula Furrer-Heim. Die Freiämterin hat am Kochbuchwettbewerb in Frankfurt Silber gewonnen. Die Bücher wurden unter dem Aspekt «Gesundes Geniessen» bewertet. Ursula Furrer-Heim durfte die Auszeich-

nung und die Medaille zusammen mit dem Fotografen des Buches, Patrick Zemp, vor Ort in Empfang nehmen und freute sich sehr darüber. Im Buch verrät die Rezeptautorin ihre 65 Lieblingsrezepte für schnelle und originelle Cakes – mit Früchten, Schokolade, Karamell, typische Wintercakes, süsse Gemüsekuchen und pikante Varianten sowie geeiste Cakes. Erhältlich ist das Buch im Buchhandel, in der Chäsi Muri (AG) oder im Internet unter: [www.cakeundkuchen.ch](http://www.cakeundkuchen.ch).



## Rückschau ←

### Novissimo

#### S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Je ein Käsefondue-Set im Wert von je Fr. 239.- geht an Rita Meier aus Thörigen, Heinz Schmocker aus Bönigen, Beatrice Setz aus Birr, Marcel Hirschi aus Oerlingen, Angelika Künzli aus Laufenburg, Othmar Buchmann aus Münchwilen, Lydia Kohler aus Embrach, Beatrice Marolf aus Islikon, Elfriede Scacchi aus Seuzach und Ernst Gyger aus Kaufdorf. Je ein Volg-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 50.- geht nach Jonen, Hindelbank, Suhr, Mellingen und Arlesheim. Weitere zehn Personen gewinnen je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.-.

Lösungswort 12/15: «Glühweinduft»

### Auflösung des Hiestand-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 11/15: Antwort B, Pain Cailler Milch-Nuss

*Der Gewinner des Hauptpreises, Herbert Thomann mit seiner Frau Margrit aus Schwarzenbach, bei seiner Preisübergabe mit Volg-Produktmanager Frische Erich Weidmann (l) und Beatrice Häuseler, Key Account Manager von Hiestand.*



## Gewinnen mit Hiestand

Der 1. Preis, eine Nacht für zwei Personen im Hotel Cailler in Charmey im Wert von Fr. 1380.-, geht an Herbert Thomann aus Schwarzenbach. Auf den 2. Preis, eine weitere Nacht für zwei Personen im Wert von Fr. 1094.-, freut sich Manuela Felder aus Entlebuch. Der 3. Preis, eine Nacht für zwei Personen im Hotel Cailler im Wert von Fr. 680.-, beglückt Roman Dietrich aus Tavanasa. Je einen Passeport La Gruyère im Wert von Fr. 550.- erhalten Brigitte Häfeli aus Boniswil, Irene Gadiant aus Churwalden und Sonja Krummenacher aus Schachen als 4. bis 6. Preis. Der 7. und 8. Preis, je ein Passeport im Wert von Fr. 430.-, gehen an Kurt Hiltbrunner aus Kappeln und Stefanie Marty aus Birrhard. Einen Passeport La Gruyère im Wert von Fr. 350.- gewinnen Frida Zinsli aus Wallisellen, Erika Lang aus Wetzikon und Marianna Schär aus Hörhausen als 9. bis 11. Preis und je einen Passeport La Gruyère für Fr. 290.- dürfen Rosmarie Lustenberger aus Effretikon und Erna Güntert aus Hellikon als 12. und 13. Preis entgegennehmen. Eine Überraschung von Cailler im Wert von Fr. 18.95.- erhalten weitere 39 Personen.

## De grünen Duume

Streusalz dient als einfaches und billiges Taumittel. Schmilzt aber der Schnee oder das Eis, läuft das salzhaltige Wasser in den Boden. Dort schadet es den Pflanzen, was sich mit braunen Stellen und im teilweise völligen Absterben der grünen Pracht zeigt. Salz entzieht den Pflanzen Wasser. Besonders gefährdet sind dabei die Hecken und Sträucher an Grundstücksgrenzen mit Trottoirs und Strassen. Zu dem reagieren die oft verwendeten Koniferen wie die Thuja sehr empfindlich auf das Salz. Einige schützen ihre Pflanzen darum mit Planen. Auf dem eigenen Grundstück empfiehlt sich zudem die Verwendung von Split oder Sand statt Salz. Aber auch durch reichliches Wässern des aufgetauten Bodens gleich nach dem ersten Tauwetter halten Sie Salzsäden in Grenzen.



Alle Standorte und Öffnungszeiten der Volg-Läden finden Sie unter [www.volg.ch](http://www.volg.ch).

## Vorschau →

### Das nächste «Öise Lade» 03/16 erscheint am 25. Februar 2016



## Auf den Spuren des Osterhasen

Wie ist Ostern eigentlich zu seinem Hasen gekommen? Legt doch Meister Lampe bekanntlich keine Eier. «Öise Lade» hat sich mit Luna und Jim Hefti auf die Spur des Osterhasen begeben.

## Family on Tour



Die Schweiz hat viel Spannendes, was es als Familie zu entdecken gilt. An jeder Ecke gibt es viel zu erleben, Nützliches zu lernen und Neues zu erfahren. Wir zeigen Ihnen, wo Sie Natur, Spass und Sportmöglichkeiten für Gross und Klein finden.

Mehr Informationen zu BEA unter [www.bea-verlag.ch](http://www.bea-verlag.ch) oder Tel. 056 444 22 22



**öise lade**  
gedruckt in der  
Schweiz







Unser bestes Stück Natur.

# Qualität kommt nicht von irgendwo.



[www.agrinatura.ch](http://www.agrinatura.ch)



#### Rinds-Entrecôte

Das feine, saftige Stück vom Rind lässt das Herz eines jeden Fleischliebhabers höher schlagen.



#### Schweinswürstli

Die aromatischen Würstli passen hervorragend zu Sauerkraut, einer Suppe oder zu Brot.



#### Landrauchschinken

Beste 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