

öise 1ade

Küche
aktuell

Fussballfest à la
française

**ANFEUERN &
ABFEIERN**

negroamar
del
salento

JETZT FÜR DIE UEFA EURO 2016™ BIERVORRAT SICHERN!



Mit Verantwortung
genießen.



Feldschlösschen
Original 6 x 50 cl
Dosen-Pack

CHF 8.95
statt 11.70

Aktion gültig vom 13. bis 18. Juni 2016

Feldschlösschen verbindet Fussballfreunde



FELDSCHLÖSSCHEN



Seit 1876 gebraut in der Schweiz



Editorial

Allez, les Suisses – vom 11. bis 15. Juni kommt es Schuss auf Schuss: fünf Tage, die vorentscheidend für ein Weiterkommen unserer Schweizer Nati sind. Da heisst es Daumen drücken. Nach Albanien und Rumänien steht dann einzig noch das Spiel gegen Frankreich, EM-Favorit mit Heimvorteil, auf dem Plan. Wie es auch ausgehen mag – Frankreich lässt sich auch zu uns nach Hause holen.

Wir widmen uns **Allez, les Suisses**

kulinarisch unseren Nachbarn und präsentieren Ihnen ebenso typische wie schmackhafte Bistro-Spezialitäten aus den neun EM-Austragungsorten zum Nachkochen. Allez, les Gourmets – an die Pfannen.

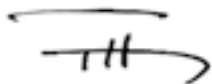
Unter Freunden hält der Grill natürlich weiter seinen Stamplatz auf dem Rasen. Taktisch und technisch wird ja schon seit letztem Monat damit trainiert. In dieser Ausgabe zeigen wir Ihnen ausserdem, welche Nationen bei den Weinen ganz vorne mitspielen: von einem vitalen Schweizer mit sicherem Stamplatz bei Vorspeisen, Fisch oder als Aperitif bis hin zu wuchtigen Franzosen.

Ich wünsche Ihnen bon appétit – und unserer Fussballelf bonne chance.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



5

Küche
9 x
Bon Appétit



49

Öisi Brüuch
Der Volg
Jass 2016
kommt ins
Fricktal

5 Küche aktuell

9 x Bon Appétit

9 Kochschule

«Cassoulet» – taktische Musts gepaart mit Fantasie

14 Weinangebot des Monats

Ein harmonisches Paar

16 Typisch Schweiz – Typisch Volg

Natürliche Frische aus Zollikofen

18 Dorfladen

Im Volg ist man immer in guter Gesellschaft

20 Aktueller Tipp

Eine Party feiern wie Lord Somersby

23 Hausmarke

Sommerzeit – Glacezeit

25 Wettbewerb

Red Band – leckere Überraschungen für Gross und Klein

27 Fussball-Europa-Meisterschaft

Vive la France – Fussballfieber im Volg

33 Mehr zum Thema

Anfeuern – abfeiern

41 Wettbewerb

Tofffee und Knoppers – immer ein Volltreffer!

43 Feins vom Dorf

Rafzer Spargeln – frisch und geschmackvoll

44 Novissimo

100% Natur – die neuen Saucen von THOMY

47 Aktueller Tipp

Hero Salate – ein einzigartiges Geschmackserlebnis

49 Öisi Brüuch

Der Volg Jass 2016 kommt ins Fricktal

51 Männersache

Der Kicker-Knigge für feuchtfröhliche Fans

53 NATURENA

NATURENA ist wieder komplett – Eröffnung Volg Erlebnishof Werdenberg

55 NATURENA Rezepte

Delikatesse: Kalbsnierstück niedergegart

57 Freizeit NATURENA

Die Volg Erlebnishöfe im Juli

59 Freizeit Kochkurs

Sommerbuffet der Ferienträume

61 Volgi & Volgine

Eine Tour de Suisse zum Spielen

63 Saison

Kirschen – rot, prall und unwiderstehlich



Aktueller Tipp
Hero Salate – ein einzigartiges Geschmackserlebnis

47



33 Das Themenheft
mehr zum Thema
Grill und Wein

AKTION
vom 30.05.-04.06.2016



Die Kraft der Natur

RAMSEIER steht für
✓ Schweizer Obst
✓ 100% natürlich
✓ ohne Zuckerzusatz



natürlich Ramseier



«Gâteau au chocolat» (Schokoladenkuchen)

Seit dem 3. Jh. v. Chr. gebe es Fussball.
Schokolade aber seit über 3000 Jahren:
«xocolatl» («schokolatl») aus-
gesprochen). Ist Fussball die schönste
Nebensache der Welt, muss Essen
also die schönste Hauptsache sein.



Doppelpässe und Bouillabaisse. Goals und Gâteaux. Frankreich lädt nicht nur zu einem grossen Fussballfest ein, sondern gleich auch zu neun grossartigen Festessen.

Fussball mag die schönste Nebensache der Welt sein. Die schönste Hauptsache bleibt das Essen. Deshalb stehen während der Fussball-EM nicht nur Steilpässe, Dribblings, Tore im Mittelpunkt des Geschehens. Sondern auch Frankreichs Küche. Küchen gibt es im EM-Gastgeberland aber mindestens so viele wie Provinzen. Reisen Sie mit uns also nicht nur zu Austragungsorten und Stadien dieses grossen Fussballfests – sondern auch zu den kulinarischen Bistro-Klassikern der jeweiligen Stadt.



TIPP
Spielt bei jeder Neue-Welt-Auswahl ganz vorne mit: Der kalifornische **Chardonnay Caswell**, der mit Geflügelgerichten, Fisch, Grilladen oder als Aperitif genauso brilliert.



«Soupe à l'oignon gratinée»
(Überbackene Zwiebelsuppe)
In den Strassen herrscht König Fussball. In den Bistros Essvergnügen – zum Beispiel bei einer Pariser Zwiebelsuppe.

 Rumänien  Schweiz
Mittwoch 15.6., 18.00 Uhr
Paris – Parc des Princes
Hoffentlich nicht das einzige Spiel der Schweizer in Paris. Im Parc des Princes findet am 25.6. ein Achtelfinale statt. Im Stade de France Saint-Denis am 1.7. ein Viertelfinale – und am 10.7. das Finale. In diesem Sinne: au revoir, Paris.



Küche aktuell



«*Bouchée à la reine*» (Königinpastete)
Sie eignet sich besonders gut, die fiebernde Fankurve auf dem heimischen Sofa oder in der Gartenlaube bei kulinarischer Laune zu halten: die Königinpastete, die traditionell in der Gegend von Lyon zu Hause ist.

Wir sind unterwegs zu den EM-Austragungsorten. Insbesondere zu deren Bistros, den eigentlich wahren Stadien französischer Bonvivants und Gourmands – mit ihren typischen Lokalgerichten. Holen Sie sich ein Stück Frankreich nach Hause, indem Sie gewisse Rezepte nachkochen. Damit Sie während der EM und insbesondere der Spiele unserer Schweizer Nati mit Familie und Freunden essen wie Fussballgötter in Frankreich.



TIPP

Der **Pinot Grigio Terre di Chieti IGP** führt im Zusammenspiel mit Antipasti, Fisch-, Fleisch- und Gemüsegerichten, aber auch als Aperitif sein ganzes reichhaltiges Repertoire vor.



«*Bouillabaisse*» (Fischsuppe):
Fussballfieber und Mittelmeer-Feeling.
Lust auf Doppelpässe und auf Bouillabaisse, das wohl einfachste Zwei-Gänge-Menü der Welt: erst die Suppe geniessen, danach den Fisch in etwas Sud.



TIPP

Bei Fisch hat er einen Stammpplatz auf sicher: der vitale **Fendant AOC Valais Blanc d'Amour** mit fruchtigem Aroma. Auch mit Käseschnitten oder als Aperitif einsetzbar.



TIPP

Topgesetzt zu Vorspeisen und Hauptgerichten jeder Machart: der portugiesische **Animus Douro DOC** mit weichem Auftakt von dezenten Holzaromen und beerengeprägtem Abgang.



«Carbonade flamande»
(Flämische Karbonade)
Den Charme der französischen
Flamen spürt man am besten in
ihren Lokalen, den Estaminets: etwa
bei einer Karbonade, die ihren
Geschmack aus der verspielten
Kombination von kräftigem Bier und
süssen Zutaten erhält.



Albanien | Schweiz

Samstag 11.6., 15.00 Uhr
Lens – Stade Bollaert-Delelis
Die Schweizer Nati könnte noch-
mals in Lens zu Gast sein. Im
Stade Bollaert-Delelis findet am
25.6. ein Achtelfinal statt.



TIPP

Nicht nur mit einem Gericht auf
Biersaucen-Basis ein idealer
Mitspieler: Der elegante **Rioja
DOCa La Tonada 3 Bandas**
harmoniert mit vielerlei Geflügel,
Braten, Kartoffelgerichten.

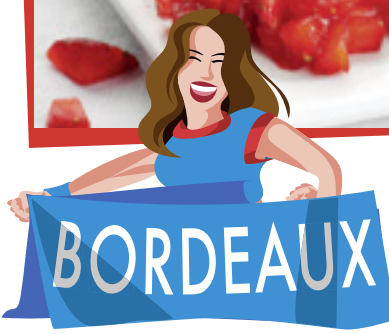


Schweiz | Frankreich

Sonntag 19.6., 21.00 Uhr
Lille – Stade Pierre Mauroy
Schönes Lille, hoffentlich sehen
wir uns wieder. Im Stade Pierre
Mauroy findet am 26.6. ein Ach-
telfinal statt und am 1.7. ein
Viertelfinal.



«Cannelés Bordelais»
(Gerippte Bordeaux-Küchlein)
Hier kommt nie Langeweile auf.
Die Sonne scheint auch 350
Stunden länger als etwa in Paris.
Darum Terrassen überall,
angesagte Bars und Neo-
Bistros. Aber auch Traditionen,
wie diese grossartigen kleinen
Küchlein.



«Gratin d'endives au jambon»
(Chicorée mit Schinken gratiniert)
Chicorée hält fit – weit über die EM
hinaus. Bitterstoffe regen unseren
Magen an. Wer bitter isst, verdaut Fett
besser. Eine Chicorée-Vorspeise –
und Sie werden die weiteren Gänge
beschwingter in Angriff nehmen.



Volg-Kochkurs im Juli
Sommerbuffet der
Ferienträume

Sonne, Meer und der verführerische Duft
würziger Speisen: Kommen Sie mit auf
Entdeckungsreise türkisch-griechischer
Genüsse – in unserem Kurs.
Infos dazu finden Sie auf Seite 59.

ÖISE LADE. MAL BESSER.



Jetzt probieren!
Die neue Salmischnitte*



Feinstes Schweizer Fleisch, nach original Familienrezept gewürzt und mit Geduld verfeinert.

Malbuner[®]

Mal besser. Malbuner.

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

**TIPP**

Unser Topfavorit unter den Franzosen: der elegante **Beaurepant Grande Réserve Pays d'Oc** mit Aromen von Schwarzkirsche und Heidelbeere harmoniert vortrefflich mit Eintöpfen jeglicher Façon.



«Cassoulet» (Bohneneintopf)
Dieses Toulouser Gericht spornt zu Eigenkreationen an – ohne Eigentore zu riskieren.

«Cassoulet» – taktische Musts gepaart mit Fantasie

Der Bohneneintopf, ein typisches Gericht der rosaroten Stadt Toulouse, besteht aus Zutaten, die partout in den Topf gehören: natürlich Schweinefleisch wie etwa Schweinsvoressen und Specktranchen sowie Wurst, zum Beispiel Schweinsbratwürste. Ein Cassoulet, das diesen Namen verdient, beinhaltet aber jeweils auch Ingredienzien, die jede Köchin und jeder Koch als persönliche Note dazugibt. Überraschen Sie Ihre Hausmannschaft mit Ihrer ganz eigenen Création.

**TIPPS & TRICKS**

von Jonas Schönberger

- Hülsenfrüchte weicht man am besten über Nacht in kaltem Wasser ein, um die Kochzeit zu verkürzen.
- Hülsenfrüchte immer zuerst im Wasser kochen lassen und erst salzen, wenn sie gar sind.
- Die Schweinsbratwürste können durch andere Rohwürste ersetzt werden.



Sämtliche Rezepte finden Sie ab Seite 65 oder unter www.volg.ch/rezepte/

• Solange Vorrat



IN AKTION*
CHF 5.70
STATT 7.50

20.-25.06.2016



DAMIT'S GELINGT.

Jetzt neu verpackt und würzig wie immer.



NEUE
VERPACKUNG



Den würzigsten Käse der Schweiz in den drei Reife-graden Mild-, Kräftig- und Extra-Würzig gibt's ab sofort neu verpackt in Ihrem Käseregal.

Appenzeller[®]
SWITZERLAND



«Salade niçoise»
(Nizza-Salat)
Erobert Familie und
Freunde im Sturm.



TIPP

Der *XVI Syrah Pay d'Oc* ist der perfekte Begleiter zur Fussball-EM. Mit seiner schönen Frucht und samtiger Eleganz passt er ausgezeichnet zu einem ausgelassenen Fussballabend.

«Salade niçoise», bloss keine Regeln befolgen

«Salade niçoise»: Allein schon im Namen schwingt Ferienstimmung mit – und mediterrane Fantasie und Freiheit. Ein Originalrezept für den renommierten Salat, der allgemein der provenzalischen Küche und der Region um Nizza zugerechnet wird, konnte nie ermittelt werden. Was man jedoch weiss: Früher nahmen Hausfrauen, was gerade verfügbar war in der Stadt Nizza. Einmal Tomaten, ein andermal Fenchel. Einmal Kartoffeln, ein andermal Artischocken. Stimmt die Qualität der Zutaten, schmeckt jede Variation.



TIPPS&TRICKS

→ Mit Bohnen aus der Dose oder Tiefkühlbohnen geht es schneller. Dazu Baguette oder Parisette servieren.

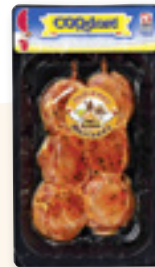
Lassen Sie den Grill warmlaufen.



Schweins-Cognac-Steak mariniert



Grillissimo Schweins-Knoblauch-Steak mariniert



Coqdoré Poulet-Partyspiess mariniert



Rinds-Grilltranche mariniert



Schweins-Megaspiess Fortaleza

Anzündhilfen: schnell und sicher



Ohne Stress grillieren – mit den richtigen Anzündhilfen ist Feuer machen ein Kinderspiel. Holz, Holzkohle oder Briketts sind nicht leicht entzündlich und müssen über einen längeren Zeitraum stark erhitzt werden. Gebräuchliche Brandbeschleuniger können verpuffen und hohe Stichflammen entstehen lassen. Wenn der Magen schon knurrt und es zügig gehen soll, helfen Anzündhilfen wie Anzündholz, Anzündwolle sowie ein geeignetes Feuerzeug schnell und sicher.



ENTDECKE DIE PROVENCE IN DIR FÜR EINEN PERFECTEN GRILLABEND



CHAMPIGNONS VOM GRILL MIT CANTADOU-FÜLLUNG

REZEPT FÜR 4 PERSONEN | DAUER: 10 - 20 MINUTEN

ZUTATEN: 8x braune Champignons, 1x Cantadou Knoblauch & Kräuter der Provence

ZUBEREITUNG: Champignons vorsichtig putzen und Stiele herausschneiden.
Die Pilze mit Cantadou Knoblauch & Kräuter füllen. Die gefüllten
Champignons auf dem Grill während 10 Minuten grillen
und sofort geniessen.

Sommerliche Rezepte finden Sie auf
www.cantadou.ch





THOMY Sauce Knobli
Verfeinert mit Pepp und Würze und verführt durch ihre mediterrane Leichtigkeit

Raffinierte Marinaden, frische Kräuterbutter und würzige Saucen machen jede Grillparty zu einem kulinarischen Erlebnis.



Stedy Marinaden und Stedy Fleisch Gwürz
Verführen und verfeinern mit feinen Zutaten

Das Marinieren diente ursprünglich der Konservierung von Proviant für lange Seereisen. Neben dem eigentlichen Zweck der Konservierung wurden Marinaden auch oft wegen ihrer zartmachenden Wirkung angewendet. Heute ist das Marinieren von Fleisch oder Fisch besonders bei Grillgerichten sehr beliebt. Marinaden ziehen tiefer als trockene Gewürze in das Fleisch oder den Fisch ein. Das Grillgut wird zart und saftig und erhält ein intensives Aroma.



Verfeinern und verführen

An der Sauce erkennt man den Koch!

Kräuterbutter oder eine feine Sauce – eine Vielzahl an aromatischen Variationen laden zu einer Entdeckungsreise in die Welt der frischen Kräuter und Gewürze ein. Kräuterbutter ist ein regelrechtes Muss beim Grillieren. Sie schmilzt verführerisch dahin und veredelt jedes Fleisch, jeden Fisch oder jedes Gemüse. Raffinierte Saucen unterstreichen nicht nur den charakteristischen Geschmack des Grillguts, sie sind die passende Ergänzung und geben einem liebevoll zubereiteten Gericht – im wahrsten Sinne des Wortes – die richtige Würze.



HIRZ Kräuterbutter und HIRZ Café de Paris
Verfeinern und verführen mit frischen Kräutern und kräftigen Gewürzen



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Weinangebot des Monats

Der eine ist fruchtig, die anderen würzig. Zusammen sind der elegante Negroamaro del Salento und die kecken Schweizer Bries ein herzhaftes Gespann.

Ein harmonisches Paar!

Die Halbinsel Salento im Süden Apuliens bildet den Absatz des «italienischen Stiefels». Durch ihre Lage und dem durchwegs sonnigen Klima sind die hügeligen Ebenen schon seit den Phöniziern als Stätten des Weinbaus bekannt. Der Negroamaro wird in dieser Region schon seit Jahrtausenden angebaut und ist nicht nur eine der ältesten, sondern auch die am meisten kultivierte apulische Rebsorte. Für den Negroamaro del Salento IGP werden die Trauben von Hand gelesen und traditionell an der Maische vergoren. Dieser Wein beeindruckt mit einem vollmundigen Körper und Aromen von frischer Minze, Cassis und Himbeeren. In der Nase ist er dicht und duftet üppig. Der Negroamaro überrascht durch einen weichen Auftakt und einem langen, aromatischen Abgang. Ein rubinroter Wein, der nicht nur im Rebberg, sondern auch im Weinkeller entstanden ist. Geniessen Sie zu diesem herrlich fruchtigen Rotwein ein Stück würzigen Schweizer Käse. Denn zusammen sind sie ein aussergewöhnlich verführerisches Paar.

Würzige Gefährten



Käse des Monats
Brie mit Chili
Feuerwehr
100 g, statt Fr. 4.10
Fr. 3.-

Käse des Monats
Chilino Kloster-Brie
150 g, statt Fr. 5.60
Fr. 4.50

Wein des Monats
Negroamaro del
Salento IGP, Italien
75 cl, statt Fr. 9.90
Fr. 7.30
-26%

Wie der Wein im apulischen Süden hat auch Schweizer Käse eine lange Geschichte, die sogar bis nach Italien reicht. Denn unsere südlichen Nachbarn wussten schon damals die Kombination von kräftigem italienischen Wein und würzigem Schweizer Käse zu schätzen. Der traditionelle Mini Kloster-Brie wird in der Zentralschweiz am Fusse des Titlis von der Schaukäserei Kloster Engelberg mit viel Umsicht und Sorgfalt von Hand hergestellt. Die zarte Frisch-

käsefüllung wird mit pikantem Chili veredelt und nach gehütetem Rezept vorsichtig in den aufgeschnittenen Brie eingestrichen. Der cremige Feuerwehr-Brie aus der Ostschweizer Käsekonfektorei Eberle hat ebenfalls eine würzig-feurige Frischkäsefüllung und ist von zartem, weissen Edelschimmel umgeben. Dieser milde und feinschnittige Brie hat keinen säuerlichen Kern und lässt dem Duft der pikanten Frischkäsefüllung genügend Raum, sich voll zu entfalten.

Diese Aktion gilt vom 30. Mai bis 2. Juli 2016, solange Vorrat.



75 cl, statt Fr. 10.20
Fr. 7.90

**Fendant AOC Valais
– Blanc d'Amour,
2014, Schweiz**

Charakter Feinfruchtiges Aroma mit Noten von Jasmin, Honig und Rosen. Fruchtbetont am Gaumen, harmonisch und mit schöner Vitalität.

Trinken Jetzt geniessen, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C

Passt zu Süsswasserfisch, Sushi, Käseschnitten oder als Aperitif

Punkte 17*



75 cl, statt Fr. 9.90
Fr. 7.30
-26%

**Pinot Grigio Terre
di Chieti IGP,
2015, Italien**

Charakter Strohgelbe Farbe mit grünlichen Reflexen. Fruchtig frisches Bouquet. Weich, voll und harmonisch am Gaumen.

Trinken Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C

Passt zu hellem Fleisch, Fisch, gegrilltem Gemüse, Antipasti oder als Aperitif



75 cl, statt Fr. 7.90
Fr. 5.50
-30%

**Chardonnay
Caswell,
2014/15, Kalifornien**

Charakter Noten von exotischen Früchten. Ein klassischer Neue-Welt-Chardonnay. Im Abgang anhaltend mit spürbaren Noten von Vanille und Passionsfrucht.

Trinken Jung trinken, bis 2 Jahre, bei 8–10 °C

Passt zu Geflügelgerichten, Fisch, Grilladen oder als Aperitif

**Der üppige
Franzose**



**Beaurepart Grande
Réserve Pays d'Oc,
2014, Frankreich**

Charakter Elegante und füllige Aromen von Schwarzkirsche und Heidelbeeren und feine Würze von Holz, Caramel, Vanille und mediterranen Gewürzen. Am Gaumen dicht und in guter Balance und Struktur.

Trinken Bis 3 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu dunklem Fleisch, Hartkäse

Punkte 17.5*

75 cl, statt Fr. 9.80
Fr. 7.80



75 cl, statt Fr. 9.95
Fr. 7.50

**Negroamaro
del Salento IGP,
2014, Italien**

Charakter Von rubinroter Farbe mit Aromen von frischer Minze, Cassis und Himbeere. Weicher Auftakt, elegant und fruchtig am Gaumen.

Trinken Jetzt schön zu trinken, bis 4 Jahre, bei 15–16 °C

Passt zu Grilladen, Wildgeflügel, Schweinebraten und typisch italienischen Gerichten

Punkte 17.25*



75 cl, statt Fr. 8.70
Fr. 7.20

**Animus Douro DOC,
2013, Portugal**

Charakter Intensives Granatrot. Aromen von schwarzen Beeren, Lakritze, Eukalyptus, Früchten und Caramell. Weicher Auftakt und ein beerengeprägter Abgang.

Trinken Bis 6 Jahre, bei 15–17 °C

Passt zu Grilladen, Wild, Nudelgerichten

Punkte 16.5*



75 cl, statt Fr. 7.90
Fr. 5.50
-30%

**Cabernet Sauvignon
Caswell,
2013, Kalifornien**

Charakter Dunkles Granatrot. Feine Aromen nach Kirschen und schwarzen Beeren. Fruchtbetonter Auftakt, erfrischend und saftig am Gaumen.

Trinken Bis 4 Jahre, bei 14–16 °C

Passt zu Hamburger, Spareribs, Grilladen und Käse

Punkte 16

**Rioja DOCA
La Tonada 3 Bandas,
2013, Spanien**

Charakter Helles, leuchtendes Rubinrot. Modern, fruchtig und weich mit feiner Eleganz. Mittelschwerer Roja für den unbeschwertem Genuss.

Trinken Bis 5 Jahre, bei 16–17 °C

Passt zu Geflügel, Braten und Kartoffelgerichten

Punkte 16.5

Wein-Service

Zusätzlich zum nebenstehenden Bestell-Coupon können Sie die Volg-Aktionsweine per kostenloser Volg Wein PickApp oder unter 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



Meine Bestellung

- Anzahl 6er-Karton FENDANT AOC VALAIS, 75 cl, statt Fr. 61.20 nur Fr. 47.40
- Anzahl 6er-Karton PINOT GRIGIO TERRE DI CHIETI IGP, 75 cl, statt Fr. 59.40 nur Fr. 43.80
- Anzahl 6er-Karton CHARDONNAY CASWELL, 75 cl, statt Fr. 47.40 nur Fr. 33.–
- Anzahl 6er-Karton NEGROAMARO DEL SALENTO IGP, 75 cl, statt Fr. 59.40 nur Fr. 43.80
- Anzahl 6er-Karton BEAUREPART GRAND RÉSERVE PAYS D'OC, 75 cl, statt Fr. 58.80 nur Fr. 46.80
- Anzahl 6er-Karton RIOJA DOCA LA TONADA 3 BANDAS, 75 cl, statt Fr. 59.70 nur Fr. 45.–
- Anzahl 6er-Karton ANIMUS DOURO DOC, 75 cl, statt Fr. 52.20 nur Fr. 43.20
- Anzahl 6er-Karton CABERNET SAUVIGNON CASWELL, 75 cl, statt Fr. 47.40 nur Fr. 33.–

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 30. Mai bis 2. Juli 2016, solange Vorrat.



Typisch Schweiz – Typisch Volg



Daniel Schaub, gelernter Koch und eidg. dipl. Technischer Kaufmann, arbeitete 23 Jahre in der Gastronomie, bevor er 2000 bei der frigemo AG Produktion Zollikofen zunächst als Produktionsleiter einstieg und seit 2005 als Betriebsleiter agiert.

Vier Fragen

an Daniel Schaub, Betriebsleiter der frigemo AG Produktion Zollikofen

Herr Schaub, was ist die frigemo AG?

«Die frigemo AG produziert und vermarktet hauptsächlich Tiefgekühltes und Frisches wie Kartoffel-, Gemüse-, Früchte-, Pastaproducte, Eier, küchenfertige Artikel, Fingerfood und Fertigsalate. Die frigemo AG Produktion Zollikofen ist eine von drei spezialisierten Produktionsstätten. Unser Betrieb – ich nenne ihn eine Riesenküche – veredelt Obst und Gemüse, soweit möglich von Schweizer Bauern, zu Fertigprodukten. Unsere rund 60 Mitarbeitenden fertigen grösstenteils in Handarbeit im Jahr zwischen 3000 und 4000 Tonnen frische Fertig- und Fruchtsalate sowie küchenfertige Produkte – und das bei einem Breiten- und Tiefensortiment von über 600 Artikeln.»

Was sind die Stärken Ihres Unternehmens?

«Der Variantenreichtum an fixfertig servierbereiten Salaten – unter Verwendung hochwertiger Rohstoffe und schonender Verarbeitung, vorwiegend durch Handarbeit. Und unsere Flexibilität – naturgegeben, bei saisonal wechselnden Sortimenten. Selbst eine ausserordentliche Bestellung innert Stundenfrist bringt uns nicht aus der Fassung: Wir haben in der Zeit auch schon unplanmässig 200 kg Kartoffelsalat bereitgestellt.»

Was verbindet Sie mit Volg?

«Vier Jahre intensive Zusammenarbeit: Wir liefern Volg täglich über 1000 Salatportionen unter der Marke «saladises». Uns verbindet stark auch das Wort «frisch»: Volg spricht von «frisch und fründlich», frigemo AG tritt als «natürlich frischer» auf.»

Was ist das Besondere an Ihren Fertigsalaten?

«Die Frische. Sie kommt auch beim Genuss geschmacklich zum Ausdruck: wie selbst gemacht. Auch weil wir keine chemischen, haltbarkeitsverlängernden Zusatzstoffe verwenden.»



Handarbeit, Handarbeit, Handarbeit – vorwiegend im ganzen Betrieb: Rojana Bucher und Evelyn Nyarko beim Rüsten von Gemüse.

Mitarbeiter Alexander Tabinas packt an. Die Zutaten für den Maissalat müssen rezeptiert werden.



Harte Muskelarbeit: Camil Pehlic beim Mischen der Salate.



Die speziell für den Volg konzipierten Verpackungen: Alle Behälter sind von Schweizer Produzenten.



Maschinist Tenzin Thinley mit soeben – hier für einmal maschinell – geschnittenen und geschleuderten Rüebl-Juliennes.



Camil Pehlic mischt täglich verschiedenste Salatvariationen – hier den beliebten Coleslaw-Salat.



Natürliche Frische aus Zollikofen

Die frigemo AG Produktion Zollikofen fertigt frische Fertig- und Fruchtsalate. Allein für Volg über 1000 Salatportionen täglich. Besonders auffällig dabei: Handarbeit so weit das Auge reicht.

Kungsin Python nimmt den Salat entgegen, füllt und wägt die Schalen ab, die sie aufs Förderband zur Folienverschweissung und Etikettierung legt.



Drei der insgesamt neun frigemo Fertigsalate der Marke «saladises» für den Volg: die absoluten Renner Kartoffelsalat, Hörnli Salat und Wurst-Käse-Salat.



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.



Volg. Im Dorf daheim.

Im Volg ist man immer in guter Gesellschaft



«Der Volg hat einen hohen Stellenwert bei uns im Dorf. Die Auswahl an Produkten ist gross – eigentlich fehlt nur Hornusser-Zubehör.»

Hornusser Samuel Krebs, Kunde im Volg
Rechterswil (SO)

Samuel Krebs hornusst schon seit er laufen kann. Und genauso lange kauft er auch schon im Volg ein. Damals noch in Begleitung seines Mamis, heute ist natürlich die Partnerin dabei, die ebenfalls hornusst. Kennengelernt haben sich die beiden, wie könnte es anders sein, an einem Hornusserfest.

«Ein Sport mit über hundert-jähriger Tradition»

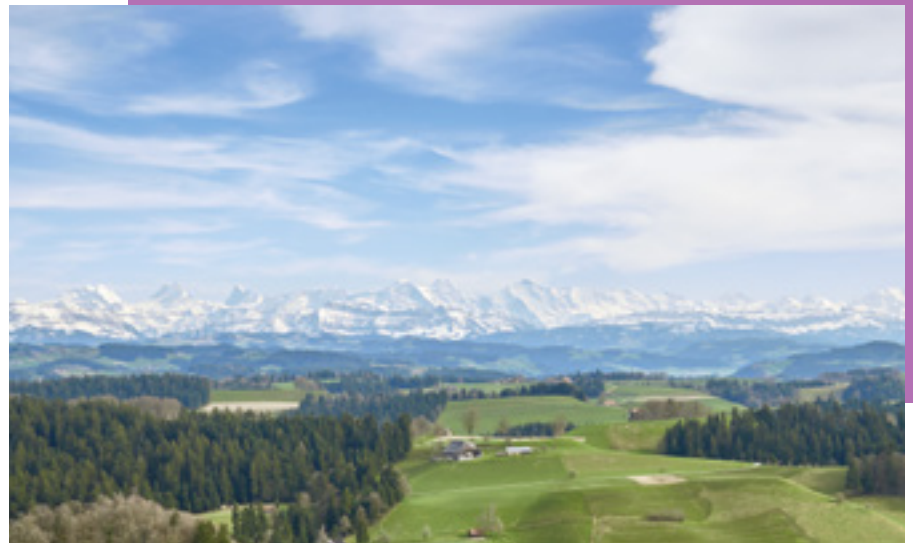
Hornusser Samuel Krebs, Kunde im Volg Recherswil (SO)

Wie der Volg ist auch das Hornussen typisch schweizerisch und hat einen grossen Stellenwert in der Region. «Es gibt sogar Dörfer, da sind fast alle Hornusser», erklärt Samuel Krebs. Das Hornussen ist ein einfaches, aber spannendes Spiel. Grundsätzlich geht es darum, dass die schlagende Mannschaft den Nouss so weit wie möglich in das gegnerische Spielfeld hinein treibt. Die abschlagende Mannschaft muss den fliegenden Nouss so früh wie möglich mit den Schindeln stoppen, spätestens jedoch vor dem Aufprallen im Spielfeld. Die Mannschaft, bei welcher weniger Hornusse ungestoppt im Spielfeld zu Boden gegangen sind, gewinnt. In seinem Wohnort Recherswil ist die Freude jeweils riesig, wenn Samuel Krebs und seine Mannen von der Hornussergesellschaft Recherswil-Kriegstetten siegreich von einem Eidgenössischen Fest zurückkehren.

Frische Eier direkt vom Lobärghof, erhältlich sind sie und weitere «Feins vom Dorf»-Produkte im Volg Recherswil.



Das Kavallerie-Denkmal auf dem rund 900 Meter hohen Hügel «Lueg» erinnert an die Soldaten, welche 1918 während des Aktivdienstes an der Spanischen Grippe gestorben sind.



Vom «Lueg» eröffnet sich dem Betrachter eine traumhafte Aussicht auf die Berner Alpen und das Emmental.

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.



Aktueller Tipp



Somersby Apple Original - ein erfrischend anderer Apfel-Drink ohne künstliche Zutaten! Die fruchtig-spritzige Erfrischung für entspannende Momente gibt's in Ihrem Volg.

Somersby Apple Original erfrischend und fruchtig

Sind Sie offen für Neues? Dann überraschen Sie Ihre Freunde mit einem Somersby Apple Original – dem erfrischend anderen Apfel-Drink. Erfunden wurde die fruchtig-spritzige Kombination aus Apfelsaft

und Fruchtwein mit 4,5% vol. Alkohol von Lord Somersby persönlich, der für seine berühmten Parties unter dem Motto «Partys like a Lord» bekannt ist – so sagt man. Auf seinen Festen treffen Sie nebst Berühmtheiten wie Napoleon

MIT **4,5%** ALKOHOH

- Somersby - erfrischend anders**
- ohne künstliche Süsstoffe, Farben und Geschmackszutaten
 - eine fruchtige Alternative zu Bier
 - der perfekte Drink für Picknicks am See, Grillieren im Garten oder auf Dachterrassen
 - Serviertipp: am besten eisgekühlt im Glas



Aktion
6. - 11. Juni
statt Fr. 9.50,
Fr. 7.50

Somersby Apple Original kommt ganz ohne künstliche Süsstoffe, Farben und Geschmackszutaten aus.

und Kleopatra auch viele andere Gäste aus verschiedensten Epochen. Zu seinen berühmtesten Entdeckungen gehörte zudem das Eis, mit welchem er nicht nur seine Freunde erfrischte, sondern es auch gleich zum geheimen Serviertipp ernannte: Somersby Apple Original, welches laut Lord Somersby am besten auf Eis serviert wird, war damals wie auch heute das perfekte Getränk, um mit Freunden zu geniessen.

Entdecken Sie die Welt von Somersby

Somersby Apple Original passt perfekt, um einen langen Arbeitstag ausklingen zu lassen oder mit einem Aperol in eine aufregende Nacht zu starten. Machen Sie es wie Lord Somersby und geniessen Sie den erfrischenden Apfel-Drink bei einem Picknick am See, im Garten von Ihren Nachbarn oder auf der Dachterrasse von Kollegen – einfach überall dort, wo Sie gerne Zeit mit Ihren Freunden verbringen. Denn mit einem eisgekühlten Somersby Apple Original in der Hand bleiben Sie offen für Neues – so sagt man.

Der beste Zeitpunkt für Somersby ist immer – so sagt man jedenfalls.



Gewinne dein Stand Up Paddle Board Infos auf nesteas.ch



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

NESTEA® is a registered trademark of Société des Produits Nestlé S.A. licensed to Beverage Partners Worldwide (Europe) AG. © 2016 Beverage Partners Worldwide (Europe) AG. All rights reserved.



Hausmarke

Sommerzeit Glacézeit



Die Volg Cornet und Volg Almond-Glacedes sind cremig und erfrischend zugleich. Eine eiskalte Verführung in heissen Zeiten.

6 x 100 ml
Fr. 7.30



6 Cornet
Fr. 6.95

Endlich ist es Sommer – draussen ist es warm und die Jacken bleiben im Schrank. An heissen Sommertagen gibt es nichts Schöneres, als im Schatten zu entspannen und eine eiskalte Erfrischung zu geniessen. Cool, frisch und mit zartem Biss sind sowohl die Volg Cornet als auch die Almond-Glacedes. Ob mit knuspriger Wafel oder umhüllt von knackiger, mit grossen Mandelstücken durchzogener Milchsokolade – Volg Glacedes sind immer ein voller Erfolg.

Aus Schweizer Rahm

Je drei Cornet Vanille und Erdbeer enthält das Multipack von Volg. Ein zartschmelzender Pralinspitz ist der Gipfel des Glacé-Genusses beim Vanille-Cornet, das Erdbeer-Cornet besticht mit einer fruchtigen Mitte. Beim Volg Almond-Glace sorgt Vanille-Rahmeis für die cremige Füllung. Frischer Schweizer Rahm und natürliche Aromen bilden die Grundlage für die cremigen Rahmglaces von Volg und sorgen für besonders viel Geschmack. Da ist wirklich für jeden etwas dabei.

Glacé-Genuss aus der Schweiz:
Volg Cornet Vanille und Erdbeer
sowie Volg Almond

GEWINNE



1 von 5 Reisen

à CHF 10'000

& 1'000 weitere Preise!



Infos und
Gratis-Teilnahme auf

WWW.TRIDENT.CH



Wettbewerb

Zu gewinnen:
Reka-Geld für Ihren
unbeschwertem
Reisespass

Farbenfroh und unverwechselbar im Geschmack. Die Red Band Fruchtgummis sind für alle Naschkatzen ein pures Vergnügen. Jetzt mitspielen und Reka-Geld gewinnen und den Spass verlängern.



Gewinnen Sie Spass pur mit Red Band

Ob kleine, süsse Schaumzucker-Pilze in weiss-rosa, die allseits beliebten Schnüre mit leckerem Erdbeergeschmack oder die klassischen sauren Zungen. Wer kennt sie nicht? Die bunten Fruchtgummis von Red Band – ob süss oder sauer – sie begeistern und verführen kleine und grosse Naschkatzen gleichermaßen. Doch wie viele der süssen Pilze sind in einer Packung drin? Machen Sie mit am grossen Red Band Wettbewerb und gewinnen Sie Spass pur!

Süss – sauer – Red Band

Die Geschichte von Red Band beginnt 1928 mit T.J. Overwater. Er hat eine Idee

und kauft ein leerstehendes Gebäude in Roosendaal/Holland. Schon bald beginnt er mit der Produktion von Fruchtgummi-, Lakritz- und Pfefferminzprodukten. Die süssen Naschereien erfreuten sich rasch grosser Beliebtheit. Noch heute sind die Red Band Fruchtgummis bei Gross und Klein so populär wie einst und noch heute ein toller Freizeitspass.

www.redband.ch



WETTBEWERB

Wie viele Pilze hat es in einer 100 g Packung süsser Pilze?

- A: 30
B: 40
C: 50

1. Preis im Wert

von je **Fr. 1000.–**
Reka-Geld für unbeschwertem
Freizeitaktivitäten

2.–5. Preis im Wert

von je **Fr. 500.–**
Reka-Geld für unbeschwertem
Freizeitaktivitäten

6.–90. Preis im Wert

von je ca. **Fr. 80.–**
Je eine Red Band Einkaufstasche gefüllt mit
Red Band Produkten



91.–100. Preis im Wert

von je **Fr. 53.50**
Je eine Tageskarte Erwachsene für Europa's
grössten Wasser- und Funpark «Alpamare»
in Pfäffikon

→ Mitmachen & Gewinnen

Teilnahme Wettbewerb vom 26. Mai bis
24. Juni möglich

Online: unter www.volg.ch/volg-magazine

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

Anruf, Festnetzstarif. Sprechen Sie den
Lösungsbuchstaben, Name und Adresse auf
das Band.

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

Per Post: Lösung bis 20. Juni 2016 auf
Postkarte (keine Briefe) an Volg
Konsumwaren AG, «Red Band»,
Postfach 344, 8401 Winterthur



Helfer am Grill

Bei einer Grillparty dürfen sie nicht fehlen: die Haushalts-
helfer von Toppits® – für ein perfektes Grillvergnügen.



NEUE Abreisstechnik:
stressfrei und
kinderleicht



www.toppits.ch

® Registrierte Marke eines Unternehmens der Melitta Gruppe



Aussen Toppits® – Innen Geschmack

DON PASCUAL

Pure Eleganz
aus den Weinregionen
Navarra und Rioja,
erhältlich
in Ihrem Volg.*

www.schuler.ch

Aktion gültig vom 06.06.2016 bis am 11.06.2016.

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

CHF 12.40 / 75cl
statt 15.50

CHF 14.40 / 75cl
statt 16.95



Über 300 Jahre Weinkultur

SCHULER
ST. JAKOBSKELLEREI 1694



Vive la France

Fussballfieber im Volg

Kulinarisch gut vorbereitet, macht die EM doppelt Spass. Probieren Sie unsere speziellen EM-Angebote und feuern Sie nicht nur Ihren Grill, sondern auch unsere Nati an.

Geteilte Freude

Das Fan Brot von Hiestand ist ein hervorragender Begleiter zu einer gegrillten Wurst. Ein perfektes Brot für ein Fussballfest – währschaft, knusprig und ideal zum Teilen.



Fussballrund

Rund, luftig und weich. Das Fussballbrötli ist bei grossen und kleinen Fans beliebt. Das Fussballbrötchen passt ausgezeichnet zu einer knackigen EM-Wurst.



Zwei Hälften

Das Fussballbrötli ist das passende für ein währschaftes Sandwich. In zwei Hälften geschnitten und gluschtig belegt, ist es ein idealer Snack für Fussballmeister.

Sicherer Treffer

Der feine Donut, überzogen mit einem rot-weissen Zuckerguss, steht ganz im Zeichen der Schweizer EM-Nati – ein luftig-süsser Dessert-Treffer.



Hopp Schwüiz!

Kein Schweizer Fussballspiel auf dem Rasen ohne eine Schweizer Spezialität auf dem Teller. Zu einem knusprigen Stück Schweizer Brot passt eine knackige EM-Wurst. Um den Spielspass abzurunden, gibt's bei Volg eigens von Hiestand kreierte Fussball-Desserts. Jetzt kann es losgehen. Spieler und Fans stellen sich auf. Wie die Spiele für die Schweizer Nationalmannschaft auch ausgehen: Gut vorbereitet wird die EM nicht nur für unsere Fussball Nati ein voller Erfolg.

Volg Hopp Schwüiz Bowle

Zutaten für ca. 2 Liter:
5 dl **Orangensaft** in eine grosse Schüssel leeren. 1 Dose **Frucht-Cocktail** abtropfen lassen und Früchte dazugeben. Inhalt von 3 Dosen **Ananasscheiben** in kleine Stücke schneiden. Saft auffangen und durch ein Sieb abschütten. Ananasstücke mit zwei Dritteln des Ananassaftes (je mehr Saft, umso süsser die Bowle) in die Schüssel geben. 5 dl **Passoä** dazugiessen. Kurz vor dem Servieren 7,5 dl gekühlten **Volgaz** beigeben und gut durchrühren.
Zubereitung: 10 Min.



FÜRS PUBLIC VIEWING ZUHAUSE.



**FAN
BROT**

AKTION
13.6. - 19.6.2016
CHF 2.85

STATT CHF 3.20
(100 G = CHF 1.02)

Hiestand 
OFENFRISCHE - UNSER HANDWERK.

IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH.

Otis Spunkmeyer

AKTION
20.6. - 26.6.2016
CHF 2.20
STATT 2.70



“SWISS DONUT DUOPACK”

WWW.OTISSPUNKMEYER.CH

IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH.



Fussball-Wein

Zu einem ausgelassenen Fussballabend passt ein leichter und süffiger Wein. Der Syrah Pays d'Oc IGP ist der ideale Begleiter. Der Fussball-Wein kann auch über die kostenlose Volg Wein PickApp bestellt werden, solange Vorrat.



Einige Spiele an der EM 2016 werden aus Schweizer Sicht besonders spannend. Aufregend wird es, wenn es am 19. Juni heisst: Schweiz gegen Frankreich. Aber nicht nur auf dem Fussballplatz geht's um die Wurst. Passend zum schweizerisch-französischen Fussball-Höhepunkt finden Sie bei Volg die gluschtigen Grillspezialitäten «Vive la France». Wie der Abend aus fussballerischer Sicht auch ausgeht, haben Sie viel Spass und Genuss!

Wein-Service

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



Allez les bleus



Aufwärmen

Nicht nur beim Fussball, sondern auch beim Grillieren ist eine sorgfältige Aufwärmphase das A und O. Bestehend aus je 3 x Brat-, Curry-, Käse-Würstli sowie 2 x Gallusschüblig sind die EM-Würste L'équipe meisterhafte Appetizer vor jedem Anpfiff.
11 Stück à 60 g

Einheizen

Man muss nicht nur dem Grill, sondern auch dem Gegner von Anfang an Feuer machen. Wird es richtig heiss, ist es Zeit für die Saucisses Tricolore. Die knackigen Würste enthalten ausschliesslich natürliche Farbstoffe.
3 Stück à ca. 100 g

Halbzeit

Die Nerven liegen blank, die Stimme ist strapaziert. Zeit für eine kurze Pause. Die Brochettes de poulet Côte d'Azur sind ein idealer Pausensnack für grosse und kleine Fans.
2 Stück à 150 g

Endspurt

Auf dem Spielfeld sowie auf dem Grill geht es jetzt heiss zu und her. Auch der Grillmeister nutzt die letzte Phase und heizt den Grill nochmals richtig ein – für die zarten Poulet à l'Orange.
2 Stück à ca. 120 g

Schlusspfiff

Jetzt geht es rund – auf dem Rasen und auf dem Grill. Zeit, die saftigen Tranches de porc à l'ail aufzulegen, damit nach dem Schlusspfiff für die hungrigen Fussballfans rechtzeitig aufgetischt ist.
2 Stück à ca. 150 g



Hopp Schwiiz! Auch Volg ist während der Europa-Meisterschaft im Fussballfieber. In Ihrem Dorf-laden finden Sie alles, was es für eine gelungene Fussballparty braucht: erfrischende Getränke, kleine, feine Knabbe-reien, Gutes für den Grill und alle Zutaten für unkomplizierte, schnelle Mahlzeiten und Häppchen. Der Sieg als Gastgeber ist Ihnen sicher.

Einkaufen und mitmachen

Gewinnen Sie bei Ihrem Einkauf aber noch mehr! In allen rund 570 Volg-Läden werden an den ersten drei EM-Spieltagen der Schweiz mit feinen Köstlichkeiten gefüllte Volg-Taschen im Gesamtwert von 250 000 Franken verlost. Um diesen Sieg regelrecht in der Tasche zu haben, müs-

**Einkaufen.
Und mit dem**



Gut vorbereitet – die Zutaten für Ihre Fussballparty finden Sie im Volg!

frisch und fründlich **Volg**

Ihr Glücksbon
So machen Sie mit

Schreiben Sie an den Spieltagen der Schweiz Ihren Namen und Ihre Telefonnummer auf die Rückseite Ihres Kassabons und werfen Sie diesen in die Sammelbox im Volg. Mit etwas Glück gewinnen Sie eine gefüllte Volg-Tragtasche.

Spiel- und Verlosungstage

Samstag, 11. Juni
Spiel: Albanien-Schweiz, 15 Uhr in Lens

Mittwoch, 15. Juni
Spiel: Rumänien-Schweiz, 18 Uhr in Paris

Sonntag, 19. Juni*
Spiel: Schweiz-Frankreich, 21 Uhr in Lille

* Da nicht alle Volg-Läden sonntags geöffnet haben, nehmen Kassabons vom Samstag, 18. Juni, auch an der Verlosung teil. Die Verlosung findet am Montag, 13. bzw. 20. Juni, statt.

An den ersten drei EM-Spieltagen der Schweizer Nati gibt es auch im Volg Sieger! Machen Sie mit und gewinnen Sie eine von vielen gefüllten Volg-Tragtaschen im Gesamtwert von **250 000 Franken.**

Hopp Schwiiz!

France



Mitmachen. Kassabon gewinnen.

sen Sie kein Profi-Kicker sein. Als gewöhnlicher «Poschter» sind Sie schon dabei. Alles, was Sie brauchen, ist der Kassabon von Ihren an den Spieltagen getätigten Einkäufen. Wie und wann Sie mitmachen können, lesen Sie in der Box «Ihr Glücksbon». Viel Glück und Hopp Schwiiz!



Volga

frisch und fründlich

GENIESSE DEINEN SOMMERAPÉRO

MIT



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

mehr zum thema

Grill und Wein

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



Endlich ist es wieder so weit. Jetzt heisst es: «Raus in den Garten und ran an den Grill. Der Sommer ist da!»

Schlangenbrote eignen sich auch hervorragend zum Brötle über dem offenen Feuer.



ANFEUERN & ABFEIERN



Der Goldbeere G Cuvée de Blancs Prestige ist ein eleganter, fruchtiger und frischer Wein. Passt ausgezeichnet als Aperitif, zu Kalbfleisch oder Gemüse. Er ist das weisse Pendant zum roten G Cuvée Goldbeere Prestige und zusammen sind sie das perfekte Duo für einen geselligen Abend.



Schweinssteak mit Hüttenkäse
4 Steaks über der heissen Glut beidseitig anbraten. Anschliessend am Grillrand durchziehen lassen. Für die Sauce 200 g Hüttenkäse mit 1 EL «Zibu» vermischen, 1 EL gehackter Peterli und 1 gepresste Knoblauchzehe dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu den Steaks servieren.
Zubereitung: 5 Min. + 15 Min. grillieren

Ein feiner Duft nach roten und schwarzen Beeren, Kirschen und Vanille machen den rubinroten G Cuvée Goldbeere Prestige zu einem ganz besonderen Erlebnis. Wunderbar zu Grilladen, Wild oder Lamm.

Kaum werden die Tage länger und die Nächte wärmer, lockt das Feuer. Grillieren ist weltweit eine der liebsten Freizeitbeschäftigungen. Gegrillt wird ringsherum – in Gärten, auf Balkonen, in Parks oder am Strand. Neben den allseits beliebten Würsten kommt allerlei Köstliches auf den Grill. Fleisch, Fisch oder Gemüse – den Möglichkeiten sind kaum Grenzen gesetzt. Dabei sind die aufgetischten Spezialitäten so vielfältig wie Land und Leute. Ein passender Wein sollte dabei nicht fehlen. Ein schöner Tropfen gibt jedem Grillfest den letzten Schliff. Denn gibt es etwas Schöneres, als mit Freunden oder der Familie bei einem Glas Wein draussen zu sitzen, Fleisch oder Gemüse zu braten und bis in alle Nacht hinein zu plaudern?



Grillierte Champignons mit Kalbsschnitzel

Zutaten für 4 Personen: 50 g flüssige Butter, 1 EL Aceto Balsamico und 1 gehackte Knoblauchzehe vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. 250 g Champignons mit der Marinade in eine Schale geben, gut einziehen lassen. Champignons auf Spiesse stecken. 600 g Kalbsschnitzel mit Olivenöl und 1 EL gehackter Rosmarin oder Salbei marinieren. Spiesse auf den Grill legen und rundum schön grillieren. Marinade von den Kalbsschnitzeln abstreifen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem heissen Grill beidseitig kurz und scharf anbraten. Schnitzel und Champignons heiss servieren. Zubereitung: 45 Min.



Sortentypisch, ausgewogen und angenehm weich am Gaumen präsentiert sich der rubinrote SALICE SALENTO DOC. Dieser mittelschwere Wein passt ausgezeichnet zu italienischen Spezialitäten.

GRILLIEREN ALL' ITALIANA

Der Sonntag ist Grilltag – nicht nur in der Schweiz, auch in Italien. An warmen Tagen zieht der typische Bratgeruch durch Städte und Dörfer. Fisch, Meeresfrüchte oder mit frischen Kräutern marinierte Fleischgerichte sind bei unseren südlichen Nachbarn besonders beliebt. Natürlich gehört, wie könnte es auch anders sein, ein gutes Glas Wein zu einer italienischen Grill-Tavolata unbedingt dazu.



Saltimbocca vom Grill

Zutaten für 4 Personen: 8 Kalbs- oder Schweinsplätzli flachklopfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in der Mitte durchschneiden. Jedes Plätzli mit 1 Salbeiblatt und 1 Tranche Rohschinken belegen, gut andrücken. Die Plätzli einrollen, so dass Schinken und Salbei eingerollt werden. Je 4 Rollen auf einen Grillspieß stecken. Über der heissen Glut rundum 3–4 Min. grillieren, bei kleiner Wärme kurz abstehen lassen und servieren. Zubereitung: 45 Min.

Der STELLA D'ARGENTO

Primitivo di Manduria DOC beeindruckt mit kräftigen Frucht- und dezenten Röstaromen sowie durch eine komplette, weiche und füllige Struktur. Die Lagerung im Barrique gibt dem Wein die besonderen Aromen des Holzes. Ideal zu Risotto, Pasta, kräftigen Fleischgerichten oder Käse.





Ajillo asado (Knoblauch gegrillt), dazu ein Stück Fleisch
 Zutaten für 4 Personen:
 8 **Knoblauchknollen** über der
 Glut auf den Grillrost legen und
 unter Wenden grillieren, bis die
 äussere Schale fast verkohlt und
 das Innere weich ist. Die Zehen
 herausdrücken und auf 8 **Weiss-**
brotscheiben streichen. Die
 Knoblauchbrote und ein schö-
 nes Stück Fleisch grillieren und
 zusammen geniessen.
Zubereitung: 30 Min. grillieren

🇪🇸 Gekeltert aus Tempranillo,
 Mazuelo und Garnacha und 16
 Monate im Eichenfass gereift und
 weitere 12 Monate in der Flasche –
 der **RIOJA DOCa RESERVA URSA**
MAIOR ist ein rustikaler Wein mit
 Noten von Mandarinen, Holunder
 und Zedernholz. Passt ausgezeich-
 net zu gegrilltem Fleisch.



SPANISCHER STEIN STATT SCHWEIZER ROST

Auf der Iberischen Halbinsel grillt man statt auf einem Rost traditionell «a la Plancha» – auf einer Steinplatte, die bis auf 300 Grad erhitzt wird. Neben Fleisch wird in Spanien auch gerne frisches Gemüse gebraten. Eine beliebte Spezialität ist gerösteter Knoblauch, bekannt als «Ajillo asado». Die praktischen Grillschalen ersetzen den heissen Stein. So gelingen auf einem klassischen Schweizer Grill auch problemlos typisch spanische Rezepte.



Peperoni gefüllt

Zutaten für 4 Personen:

Bei 4 **Peperoni** den «Deckel» knapp unterhalb des Stiels abscheiden, Kernen entfernen. Die Peperoni und Deckel auf eine Grillschale geben und beiseite stellen. 2 EL **Olivöl** in einer Pfanne erhitzen, 2 gehackte **Zwiebeln**, 2 gepresste **Knoblauchzehen** und 500 g **Hackfleisch** darin andünsten und in eine Schüssel geben. 2 gewürfelte **Tomaten**, 2 EL gehackte **Oliven** und 2 EL **Kräuteressig** dazugeben, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und alles gut vermischen. Die Peperoni mit dem Hackfleisch füllen, mit Manchego bestreuen und für ca. 30 Min. zusammen mit den Deckeln grillieren. Zum Servieren die Deckel auf die Peperoni legen.

Zubereitung: 50 Min.

Tipp: Manchego durch Gruyère Surchoix ersetzen.



🇪🇸 Der **LOBETIA Tempranillo-Petit Verdot** ist Garant für einen temperamentvollen Wein. Nach bio-dynamischen Richtlinien kultiviert ist der Lobetia dicht in der Farbe und im Geschmack. Hervorragend zu Fleischgerichten oder reifem Käse.

Lammierstück provençale

Zutaten für 4 Personen:

3 Lammierstücke trocken tupfen. 1 Bd. **Thymian** zupfen und mit 1 dl **Weisswein**, 1 TL **Senf**, 1 gehackten **Knoblauchzehe** und 1 EL **Olivenöl** vermischen. Lammierstücke gut damit einreiben und für 1–2 Std. in die übrige Marinade legen. Kurz vor dem Braten die Marinade etwas abstreifen. Das Fleisch kräftig mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und auf dem heissen Grill rundum kurz anbraten, anschliessend am Grillrand ziehen lassen, bis es schön rosa ist. In der Zwischenzeit die Marinade aufkochen und reduzieren, bis sie eindickt. Das Lamm tranchieren und mit der Sauce servieren.

Zubereitung: 30 Min. + 1–2 Std. ziehen lassen.



Der **XVI Syrah Pays d'Oc** ist der perfekte Begleiter zur Fussball-EM. Weich und samtig passt er ausgezeichnet zu einem ausgelassenen Fussballabend oder zum Grillfest.



GRILLIEREN WIE GOTT IN FRANKREICH

Schmackhafte Fleischstücke vom Grill werden auch in Frankreich gerne gegessen. Besonders beliebt ist ein feines Stück vom Lamm – kräftig im Geschmack und zart im Biss. Damit das Fleisch beim Grillieren weich und saftig bleibt, sollte es unbedingt für einige Stunden mariniert werden. Dabei darf die Marinade durchaus etwas kräftiger sein. Ein passender Wein rundet dieses Festmahl vortrefflich ab.

Pfeffersteak flambiert

Zutaten für 4 Personen: Eine geschlossene Grillschale auf dem Grill erhitzen. 2 EL **Öl**, 1 gehackte **Zwiebel** und 1 EL **Butter** zufügen und dünsten. 4 **Rindshuft-Steaks** mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und rundum gut anbraten, beiseite legen. 1 EL grüne **Pfefferkörner** in Schale geben, kurz dünsten. Steaks dazugeben, 5 cl **Cognac** darüber giessen, erhitzen und entzünden. Vorsicht! Kopf beiseite halten. Steaks rausnehmen, warm stellen. 1 dl **Weisswein** begeben und etwas einkochen lassen. 2 dl **Rahm** dazugeben, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und weiterköcheln lassen, bis die Sauce eindickt. Steaks zurück in die Sauce geben und servieren. **Zubereitung:** 30 Min.



Elegante Aromen von Schwarzkirschen und Heidelbeeren und eine Würze von Holz, Caramel, Vanille und mediterranen Kräutern charakterisieren den **BEAUREMPART**. Eine Wucht von Wein. Hervorragend zu Fleisch, Eintöpfen oder Hartkäse.



Raum für Begegnungen – Gartenjahr 2016



Mit der Kampagne «Gartenjahr 2016 – Raum für Begegnungen» setzt sich Bundesrat Alain Berset für den Erhalt und die Entwicklung von Gärten

und Freiräumen ein. Volg und «Öise Lade» nehmen diesen Steilpass an und ermuntern Sie, Ihren Freunden und Nachbarn zu begegnen und miteinander zu feiern. Im Garten, im Park, in der Siedlung oder bei einem lauschigen Strassenfest im Quartier – Grillieren, Essen, Trinken, Schwatzen und Genuss sind die wichtigsten Zutaten für ein gelungenes Sommerfest.

RAUCHZEICHEN AUS PORTUGAL

In Portugal ziehen Sommer für Sommer Rauchschwaden übers Land. Ob im Garten, am Strand oder auf dem Trottoir. Die Portugiesen sind wahrhaftige Grillmeister und lassen sich kaum eine Gelegenheit entgehen, um das Feuer zu entfachen. Köstliche Spareribs – innen saftig und aussen knusprig: In Portugal sind die fabelhaften Rippen eine beliebte Spezialität und dürfen auf keiner Grillparty fehlen.

Der rubinrote **ALVES VIEIRA RESERVA** verströmt Aromen von reifen Beeren, Kakao und Eukalyptus. Intensiv am Gaumen mit eleganten Tanninen und ausgewogener Frische. Passt perfekt zu Spareribs, Pata Negra oder Lamm.

Spareribs nach portugiesischer Art

Zutaten für 4 Personen: 2 P. **Spareribs**, mariniert aus dem Grillsortiment, auspacken. Die Marinade mit einem Küchenpapier gut abstreifen. 1 **Orange**, in Scheiben geschnitten, 2 dl **Orangensaft**, 1 gehackte **Knoblauchzehe**, 1 EL gehackter **Rosmarin** und 1 gehackter **Peperoncino** in eine tiefe Schale geben und die Spareribs-Stücke darin ½ Tag ziehen lassen. Die Spareribs aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen, mit **Salz** würzen und auf dem Grill knusprig braten. Nach dem Grillieren die Spareribs in kleinere Stücke teilen – jeweils mitten im Fleisch einschneiden, sodass an beiden Knochenstücken Fleisch bleibt. **Zubereitung: 15 Min. + ½ Tag ziehen lassen + ca. 45 Min. grillieren**



Vive la France Grill-Sortiment



Tranches à l'ail

Ein extravaganter Geschmack -
für alle Liebhaber von Knoblauch.
2 x ca. 150g



Tricolore Bratwurst

Ein Hingucker auf jeder
Grillparty - mit natürlichen
Farbstoffen gefärbt.
3 x 100g



Poulet à l'orange

Die Kombination aus zartem Fleisch
und der Frische von Orangen.
2 x ca. 120g



Côte d'Azur Poulet-Spiess

Die Thymian-Zitrone Marinade verleiht
dem Spiess eine mediterrane Note.
2 x ca. 150g

L'équipe Grillmix

Für Abwechslung ist gesorgt -
bei Gross und Klein. 3 x Brat-,
Curry-, Käse-Würstli sowie
2 x Gallusschüblig.
11 x 60g



**Holen Sie sich Frankreich mit dem Vive la France Grill-Sortiment
an Ihren Tisch und tauchen Sie in die kulinarische Welt der
französischen Küche ein.**

**Nehmen Sie ausserdem am Wettbewerb teil und gewinnen Sie
einen Reisegutschein von Hotelplan im Wert von CHF 3'500.-.**



Der **CHARDONNAY Caswell** stammt aus dem Herzen des Weingartens Central Valley. Ein Wein mit einem Bouquet von Limonen und reifen Pfirsichen. Ideal zu hellem Fleisch oder gegrilltem Fisch.



Der helle, kirschfarbene **WHITE ZINFANDEL Caswell** duftet intensiv nach Himbeeren und Hagenbutten. Eine pure Aroma-Bombe. Ausgezeichnet als Aperitif, zu Grilladen oder asiatischen Gerichten.



Dunkles Granatrot, verspielt und fruchtbetont präsentiert sich der **ZINFANDEL Caswell**. Ein süffiger und beliebter Gute-Laune-Wein. Passt tadellos zu BBQ, Braten, Burger und Pizzen.

Weintemperatur warm oder kalt?

Die Weintemperatur beeinflusst unsere Empfindlichkeit am Gaumen und in der Nase. Geruchs- und Geschmacksmerkmale entfalten sich bei verschiedenen Temperaturen ganz unterschiedlich.

Weissweine: Weissweine, Roséweine und Schaumweine aller Art werden grundsätzlich gut gekühlt getrunken – aber nicht zu kalt. Da Wein sich beim Einschenken schnell erwärmt, sollte er etwa 2 °C unter der gewünschten Trinktemperatur serviert werden.

Schaumweine 6–8 °C

Weiss- und Roséweine 8–11 °C

Rotweine: Die richtige Trinktemperatur variiert von Wein zu Wein. Rotweine trinkt man aber etwas wärmer. Aromastoffe werden bei höherer Trinktemperatur besser flüchtig. Je wärmer der Wein, desto stärker treten seine Geruchsnoten in den Vordergrund.

Leichte Rotweine 12–14 °C

Mittelschwere Rotweine 14–16 °C

Schwere Rotweine 15–18 °C

Die Amerikaner bezeichnen sich gerne als grösste Grillnation der Welt und veranstalten bei jeder Gelegenheit ein Barbecue (BBQ). Beim typischen Barbecue werden Fleischstücke in einer Grube oder in einem speziellen Smoker langsam bei mässiger Temperatur in der heissen Abluft des Holzfeuers gegart. Neben den klassischen Steaks sind Burger aller Art besonders beliebt.

AMERICAN BARBECUE



Pulled Pork ist ein klassisches, nordamerikanisches Barbecue-Gericht. Überraschen Sie Ihre Familie und Gäste mit einem saftigen Burger der anderen Art.

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

Weinwissen ganz einfach – jetzt zu gewinnen

Ergänzend zum bekannten «Weinseller» hat Chandra Kurt das neue Weinmagazin «Weinseller Journal» lanciert. Das Magazin erscheint vier Mal pro Jahr und entführt einfach und verständlich in die komplexe Welt des Weins. Das «Weinseller Journal» ist eine perfekte Lektüre über das 1x1 des einfachen Umgangs mit Wein oder das ABC der Weinsprache – für alle, die gerne ein gutes Glas Wein trinken. Weitere Infos finden Sie unter: www.chandrakurt.com



5 Jahresabonnemente (4 Ausgaben) im Wert von je Fr. 48.- zu gewinnen

So nehmen Sie an der Verlosung teil: Schicken Sie bis zum 20. Juni 2016 eine Postkarte mit Stichwort «Weinseller Journal» an Volg Konsumwaren AG, «Weinseller», Postfach 344, 8401 Winterthur.

NUR FÜR
KURZE ZEIT:

Limited Edition *Vive la France*



Fussball-EM 2016 – Zweifel fiebert mit!

Die European Champion Chips 2016 sind da: Die würzig frischen Chips **Härdöpfelsalat** stehen für die Schweiz, die elegant-aromatischen Chips **Café de Paris** für das Gastgeberland Frankreich. Unwiderstehlicher Chips-Genuss für spannende 90 Minuten voller Freude und Emotionen!

GEWINNE
tolle **Frankreich-Preise.**

Mehr Infos auf www.zweifel.ch

Wir tun alles für die besten Chips.

Z
ZWEIFEL

DIE CHIPS-
EXPERTEN



zweifelchips

zweifel.ch

Wettbewerb



Toffifee und Knoppers – immer ein Volltreffer!

WETTBEWERB

Welche leckere Zutat steckt in Toffifee und Knoppers?

- A: eine knackige Haselnuss
- B: eine rote Kirsche
- C: ein frischer Brokkoli

1.–10. Preis im Wert von je **Fr. 459.–**
Hudora Tischkicker Lyon

11.–40. Preis im Wert von je **Fr. 100.–**
Ochsner-Sport-Gutschein

41.–60. Preis im Wert von je **Fr. 25.–**
Toffifee- und Knoppers-Package mit einem Toffifee-Flaschenöffner im Fussball-Design

→ Mitmachen & Gewinnen

Teilnahme Wettbewerb vom 26. Mai bis 24. Juni möglich

Online: unter www.volg.ch/volg-magazine

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

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

Per Post: Lösung bis 20. Juni 2016 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Storck», Postfach 344, 8401 Winterthur

Spass und Spannung – bald ist es so weit, die Fussball-EM steht vor der Tür. Toffifee und Knoppers versüssen nicht nur ungeduldigen Fans das Warten bis zum Anpfiff.

Spiele und gewinnen

Am 10. Juni geht es endlich los. Die Fussballmannschaften der qualifizierten europäischen Länder treten in Frankreich gegeneinander an. Hat Sie das Fussballfieber auch schon gepackt? Dann können Sie vielleicht mit etwas Glück auch zu Hause schon bald Ihr eigenes kleines Turnier starten. Verfolgen Sie mit Toffifee und Knoppers die spannenden EM-Spiele und gewinnen Sie einen von 10 Hudora Tischkickern.

Schicken Sie Ihre Lösung ein und nehmen Sie am grossen Storck Toffifee- und Knoppers-Wettbewerb teil. Packen Sie die Chance und spielen Sie mit Freunden und der Familie Ihr persönliches Tischkicker-Turnier. Nebst den tollen Tischkickern warten weitere attraktive Gewinne auf Sie, wie Gutscheine von Ochsner-Sport für ein Fussball-Outfit oder ein leckeres Toffifee- und Knoppers-Package mit passendem Toffifee-Flaschenöffner im Fussball-Look.



STORCK®

Ein idealer
«Chnusperzünli»

Toffifee –
ein köstlicher Spass,
der jedem schmeckt!



WIE ERFRISCHST DU DEINEN MATCH?

4 X 33 CL FÜR
CHF **7.50**
STATT CHF 9.50

Gültig vom 06.06. – 11.06.2016



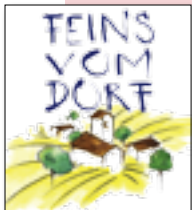
MIT
4,5%
ALKOHOL

**DEN GOALIE
MIT SOMERSBY
ABLENKEN?**

Mit Verantwortung
genießen.



 **SOMERSBY AUF EIS GENIEßEN.** 



Feins vom Dorf

Walter Pfister, Betriebsleiter des Spargelhofs Rafz, überreicht Volg-Ladenleiterin Brigitte Griesser frische Spargeln.



Nelly Grütter kann auch warten – insbesondere, wenn es sich um saisonale «Feins vom Dorf»-Produkte handelt.



Rafzer Spargel
von Walter Pfister
aus Rafz (ZH)

«Mein Motto:
auf die Rafzer warten»

Volg-Kundin Nelly Grütter

Die Erwartungen sind so gross, dass die Leute gerne darauf warten: frische Spargeln aus Rafz, die im Volg Rafz erhältlich sind.



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 Spargeln vom Spargelhof Rafz gibt es im Volg Rafz auch Rafzer Eier von Bäuerin Luzia Schweizer, Rafzer Waldhonig von Imker Jakob Schnyder-Hofmann, Äpfel von Lamprecht Obstbau, Eglisau, sowie Rafzer Riesling-Sylvaner und Äpfel von Familie Graf, Obere Mühle, zu kaufen.

In den Volg Rafz kommt Nelly Grütter immer freitags, wenn sie im Ort arbeitet.

Die Pflegehelferin ist sonst Kundin im Volg Wasterkingen, wo sie wohnt. Sie legt Wert darauf, das zu betonen. Aber ob Rafz oder Wasterkingen: Es muss der Volg sein, weil Volg von existenzieller Bedeutung für die Dörfer ist. Deswegen kauft sie auch gerne «Feins vom Dorf»-Produkte. Die Idee dahinter findet Nelly Grütter einfach super: «Ich bin eine grosse Befürworterin. Ich kaufe die Produkte, auch wenn sie vielleicht etwas teurer sind: etwa Honig, Äpfel, Kirschen – oder Spargeln vom Spargelhof Rafz. Ich warte jeweils, bis die lokalen Produkte im Laden erhältlich sind.»

Rafzer Spargeln – frisch und geschmackvoll

Das weiss auch Volg-Lieferant Walter Pfister vom Spargelhof Rafz: «Unsere Rafzer Spargeln verkaufen sich sehr gut. Ich weiss, dass die Leute sogar darauf warten. Sie bevorzugen bewusst saisonale Produkte. Das lässt sich auch bei Kürbissen und Beeren beobachten, die ich ebenfalls an Volg-Läden liefere. Für uns Lieferanten ist die Partnerschaft mit Volg ein wahrer Segen.» – «Und die Leute hier freut es, weil sie die meisten Produzenten der «Feins vom Dorf»-Spezialitäten persönlich kennen», weiss Volg-Ladenleiterin Brigitte Griesser zu berichten, die selber sowohl ihre lokalen Lieferanten als auch die meisten Kunden kennt.



Die neuen Saucen von THOMY – jetzt im Volg.

Ohne Farb- und Zusatzstoffe soll es sein. Thomy wird diesem Wunsch gerecht und bietet neu vier aromatische Saucen mit ausschliesslich natürlichen Zutaten.

Der Trend zu natürlichen Lebensmitteln nimmt stetig zu. Gerade bei industriell hergestellten Produkten wird vermehrt darauf geachtet, dass möglichst wenige Zusatz- und Farbstoffe oder Geschmacksverstärker auf der Zutatenliste zu finden sind. Dabei dürfen aber weder der Geschmack noch die Qualität darunter leiden. Thomy nimmt sich diesen Kundenwunsch zu Herzen und verwendet für die feinen neuen Saucen ausschliesslich natürliche Zutaten.



THOMY Saucen
Barbecue*, Knobli/Ail, Cocktail, Curry*, 220 ml

statt Fr. 4.40
Fr. 3.70

100% Natur – die neuen Saucen von THOMY

Thomy macht mehr draus

Der Slogan «100% Natur susch nüt» sagt eigentlich schon alles. Vier aussergewöhnliche Saucen, wie hausgemacht – mit Zutaten, wie sie in jedem Küchenschrank zu finden sind. Die köstlichen Thomy Saucen in der praktischen, coolen Squeeze-Flasche gibt's neu in Ihrem Volg.

Zu Fleisch, Würsten oder mit Gemüsestängeli zum Dippen – die Thomy Saucen sind von keiner Grillparty mehr wegzudenken.



Fr. **2.10**

Natürlich authentisch
Zweifel Snacketti Ketchup Fries, 75 g




statt Fr. 7.40
Fr. 6.65

Natürlich kräftig
* Tassimo Caffè Intenso XL, 16 Port.

Vorname Cuches	Küstenstadt in der Türkei	Flugsandhügel		eh. russische Raumstation	span. Fussballclub (... Madrid)	Heu aus dem zweiten Grasschnitt		Abk.: User Interface	Lebensbund		Compuertaste	zähes Erdölprodukt	Zürcher Bühnen-Trio	entzückend, charmant	franz. Name von Genf
				16		schweiz. AKW-Standort				4					
	6			Astwerk		Schonkost					plötzlicher Einfall				
himmelblau				Gesamtarbeitsvertrag (Abk.)							Reizstoff im Tee			3	
Land im Wasser		8				Abgabe an den Staat					Edelmetallgewicht				
				erste Messe e. Geistlichen		chem. Zeichen für Selen					Obst-samen (Mz.)		Fischfanggeräte		
Insel-europäer	waghalsiger Unternehmer	Teil der ungar. Hauptstadt													
Stadt am Sempachersee			2								engl. Kurzform von Edward		10		ersteigen, erklimmen
						reich an Licht					schweiz. Universitätsstadt	gutgläubig		Erwachsenenbildung (Abk.)	
Benzin (ugs.)	aufgebracht			chem. Zeichen für Helium											15
schweiz. Kabarettist (César)											Weinstock				
				Einkaufsbehälter		Initialen der Ulknudel Waalkes					Initialen der Nannini	9		süd-amerikanisches Faultier	
von geringer Länge			Toilette, WC		5	13					elektr. Informations-einheit		lateinisch: damit		
Fremd-wortteil: Luft				Abk.: Nummer		dt. Bundesland (Abk.)		kostbar, selten		Hülsenfrucht				11	
	1					schweiz. Konsumgüter-messe			7				kant. Auto-kennzeichen		
ohne Vergnügen			Fleischware zum Grillieren		12					14		handeln			

IHR GEWINN

10 Mal ein «Hotpan Starter Set» von Kuhn Rikon im Wert von je Fr. 179.-



KUHN RIKON SWITZERLAND

Im Set erhalten Sie einen hochwertigen Swiss Made Hotpan plus passendes Küchenzubehör. Die Hotpan-Schale hat zusammen mit dem Swiss Made Hotpan eine einmalige Thermofunktion. Einfach Zutaten kurz auf dem Herd ankochen und dann im Hotpan weiter garen lassen. Das Hotpan-Sortiment ist für alle Herdarten geeignet. Weitere Preise sind fünf Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und zehn à Fr. 20.-.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----

Mitmachen & Gewinnen: Teilnahme am Wettbewerb vom 26.5.16 - 24.6.16 möglich Online: unter www.volg.ch/volg-magazine
 Per Telefon: 0901 260 360, für 90 Rp./Anruf. Sprechen Sie das Lösungswort, Name und Adresse auf das Band.
 Per SMS: SMS mit dem Keyword **VOLGK** und Lösungswort an 4636, für 90 Rp./SMS
 Per Post: Lösung bis 20. Juni 2016 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Hotpan», Postfach 344, 8401 Winterthur

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



statt Fr. 3.75
Fr. 3.35

Ausgewählt und köstlich
Felix, so gut wie es aussieht, Senior, 4 x 100 g



statt Fr. 4.90
Fr. 4.40

Vielfältig und ausgewogen
* Gourmet Mon Petit, Geflügel, 6 x 50 g
* Gourmet Mon Petit, Wild, 6 x 50 g



Sudoku															
6	2			7	8										4
5	7					1	3								
		9			5		7								
9			1											2	5
				2											
2	1					5									8
		2		1										6	
		8	9											5	3
3				8	6									7	1

Die Lösung finden Sie ab 30. Juni 2016 online unter www.volg.ch/volg-magazine im Archiv.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Energizer[®]
max POWERSEAL
TECHNOLOGY

POWERPLAY!



Die Energizer MAX mit einmaligem Auslaufschutz*
wünscht der Schweizer Nationalmannschaft viel
Erfolg und: Power auf Dauer!



Mehr Leistung, mehr Verantwortung**
that's positivenergy

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

Aktueller Tipp



Stilvoll angerichtet sind die feinen Hero Salate nicht nur ein Gaumen-, sondern auch ein Augenschmaus.

Die Hero Salate Mexican, Chana Dal, Kichererbsen und Adzuki-Bohnen sind eine feine und vollwertige Mahlzeit, geeignet für unterwegs, für zu Hause oder auch im Büro. Wenn es mal schneller gehen muss, sind sie auch eine ideale Beilage für Ihre nächste Grillparty oder der Retter der Vorspeise bei spontanen Gästen. Die Salate werden ohne Geschmacksverstärker hergestellt, brauchen kein zusätzliches Dressing und können direkt serviert werden.

Vielfältig und reichhaltig

Der Mexican Salat ist der Salatklassiker im Hero Sortiment und zeichnet sich durch seinen rassig-raffinierten Mix aus grünen und roten Bohnen, weissen Soissonbohnen und Süssmais aus. Der Adzuki-Bohnen Salat mit Karotten und Lauch hat dank einer ausgewogenen Kombination aus Gewürzen und Sojasauce und den aus Südostasien stammenden Adzuki-Bohnen einen einzigartigen, leicht rauchigen Geschmack. Der Chana Dal Salat, bestehend aus Chana Dal Kichererbsen, Gemüse, getrockneten Weinbeeren und indischen Gewürzen, überrascht mit seiner harmonischen Schärfe. Der vegane Kichererbsen Salat mit Karotten, Süssmais und Sojabohnen wird von einem feinen Sweet & Sour-Dressing begleitet. Die fixfertigen Hero Salate bieten für jeden Geschmack ein einzigartiges Erlebnis. Profitieren Sie während der Hero Probierwochen von einem ganz besonderen Angebot auf die fixfertigen Hero Salate.

Ein einzigartiges Geschmackserlebnis

Gemüse, Kichererbsen, Adzuki-Bohnen und orientalische Gewürze – Hero Salate führen Sie auf eine kulinarische Reise rund um die Genusswelt.

Ausgesuchte Zutaten und exotische Gewürze machen die fixfertigen Salate zu einem unverwechselbaren Geschmackserlebnis.



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



ZEIGEN SIE KARIES DIE ZÄHNE!

Profitieren Sie von der grossen Aktion
auf ausgewählte elmex® Produkte
vom 6.6.–11.6.2016. Solange Vorrat

elmex®. Es gibt nichts Besseres für Ihre Zähne.



AUS FRISCHER MILCH
VON LINDA, FRÄNZI & MONA

Jetzt mitmachen, mit Züger
Produkten Punkte sammeln
und tolle Prämien erhalten.

Sammelcodes für die Lisa-Aktion gibt
es auf vielen Züger Produkten.





Jassturniere «Öisi Brüüch»

Der Volg-Jass ist auf Tournee!
Jetzt anmelden und Ferien-
gutscheine gewinnen.



«Öisi Brüüch»

**VOLG
JASS**



Der Volg Jass 2016 kommt ins Fricktal

Anmeldung, Regeln & Infos

Gespielt wird ein Einzelschieber über 4 Runden. Alles wird einfach gezählt, ohne «Stöck und Wyys». Im Fricktal wird mit französischen Karten gejasst, ansonsten mit deutschen Karten. Die drei Teilnehmer mit der höchsten Punktzahl gewinnen Preise vom Bauernhof. Die Erst- und Zweitplatzierten vom Morgen- sowie vom Nachmittagsjass reisen am 5. November ans Finale nach Hüttwilen.

Teilnehmende: max. 28 Personen pro Jasshalbtag, ab 16 Jahren
Morgenjass: 09.00 – 13.00 Uhr
Nachmittagsjass: 14.00 – 18.00 Uhr
Kosten: Fr. 50.– pro Jasshalbtag, inkl. feinem Essen
Anmeldung: Telefon: 058 433 55 35 / Volg Konsumwaren AG,
Kundendienst «Öisi Brüüch», 8404 Winterthur
www.naturena.ch, Rubrik «Öisi Brüüch»
Online:



Nach dem Auftakt im Zugerland geht es weiter ins Fricktal. Am 16. Juli macht der Volg Jass Halt in Wittnau AG. Hier wird mit französischen Karten gejasst. Gespielt wird um gluschtige Tagespreise vom Hof und um Ferien-gutscheine. Nach dem Jass verwöhnt Sie die Bauernfamilie bei volkstümlicher Unterhaltung mit einem feinen, regionalen Essen.

Gluschtiges vom Hof und Ferien zu gewinnen

Die drei Teilnehmer mit der höchsten Punktzahl gewinnen Preise vom Bauernhof. Die Erst- und Zweitplatzierten vom Morgen- wie vom Nachmittagsjass reisen am 5. November ans Finale nach Hüttwilen, wo sie um Feriengutscheine im Gesamtwert von über Fr. 2000.– spielen.

Gesellige Gemütlichkeit

Zur Begrüssung auf dem Erlenhof spielt Alphornbläser Franz Keller. Köbi Früh, der bereits 2014 und 2015 die Turniere geleitet hat, steht als kompetenter und sympathischer Turnierleiter im Einsatz. Zur Unterhaltung und zum Tanz spielen d'Wätterhäxe. Auf www.naturena.ch finden Sie alle weiteren Infos und das genaue Programm.

Weitere Turnierdaten:

- 8. Oktober, Oberschan SG/ Erlebnishof Werdenberg
- 5. November, Morgenjass und Finale Hüttwilen TG/ Erlebnishof Seebachtal



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

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben



RED BULL FLUGTAG 2016. SIND SIE BEREIT FÜR DEN TAKE-OFF?



16. JULI, LANDWIESE, ZÜRICH

Gewinnen Sie eine Teilnahme beim Flugtag (ausser Konkurrenz) und viele andere Flugprämien.
Einfach mit dem Code in jedem Flugtag-Pack auf www.redbull.ch/flugtag einloggen
und bei unserem Flugtag-Spiel durchstarten!

RED BULL VERLEIHT FLÜÜÜGEL. 



Gemeinsam Fussball schauen am TV hat eigene Regeln. Auch was das Essen und Trinken anbelangt. Nachzulesen im Kicker-Knigge.



Der Kicker-Knigge für feuchtfrohliche Fans

Wie verhält man sich am besten vor dem TV an der Fussball-EM? Mit Freunden zu Hause. Oder an Public Viewings. Ein Fan gibt Tipps aus seinem Kicker-Knigge.

Die Fussball-EM steht vor den Toren. Der TV läuft bald warm. Wir Männer bewegen uns mehrheitlich in Gruppen. An Public Viewings dichtgedrängt, hinter gedecktem Tisch zu Hause, beim Grillen im Garten – aber immer mit Freunden. Was also zum

Essen und Trinken einkaufen? Und wie viel? Um Speis und Trank und freie Sicht wird bekanntlich gekämpft, gerungen, geschummelt. Wie man sich verhält, um die Oberhand zu gewinnen – das verrät uns ein Fussballfan mit seinem Kicker-Knigge.



VERHALTENS-TIPPS

eines Fussballfans mit ganz eigenem Fan-Knigge

→ **Halte dich nicht an Mass und Regeln.**

«Ein Spiel dauert 90 Minuten.» – Vergiss es. Alles rund ums Spiel am TV fängt früher an, hört später auf, kennt keine Pausen. Das beginnt schon bei der Verpflegungsplanung. Was – ist klar: Bier, alles für den Grill, Beigemüse und Knabberzeugs, das es im Volg zurzeit auch in fussballerischem Outfit gibt. Aber wie viel? Fussballspiele haben Verlängerungen. Gästetische auch. Man weiss nie, wie viele Leute plötzlich da sind zum gemeinsamen Fussballschauen. Also viel einkaufen und vorbereiten – von vielem.

→ **Fussballfans brauchen flinke Hände – nicht Füsse.**

Während der Spiele wird einem nichts geschenkt. Und schon gar nicht eingeschickt. Alles ist schon auf dem Tisch: Gläser, Bierdosen, Weinflaschen, Schampus für den Sieg und feine Häppchen für den Heissunger. Darum Hände immer frei haben. Tröten und Fahnen schwingen: Nebensache.

→ **Geh zum Grill, wenn keine Goals fallen.**

Während den Spielpausen zum Grill? Na dann viel Spass. Da steht eine hungrige Fan-Aufstellung schon zwischen dir und dem leckeren Fleisch und Gemüse – da ist kein Durchkommen. Geh also, wenn das Spiel noch läuft, aber vermutlich keine Tore fallen. Die UEFA führt darüber Statistik: <http://de.uefa.com/uefaeuro/season=2016/statistics/index.html>

→ **Sei nach Schlusspfeiff für den Trikot-**

Tausch gerüstet. An Fussballspielen erscheint man natürlich im Trikot der eigenen Mannschaft. Und zeigt es stolz während der ganzen Hinfahrt. Doch denk dran: Es gibt auch eine Rückfahrt. Was, wenn dein Team kläglich verloren hat? Rundherum Gegröle, Gelächter, schadenfrohe Glotzer – kurz Ärger genannt. Darum unbedingt Shirt zum Wechseln dabei haben. Und natürlich Schampus, Wein und Bier – zum trotzdem Feiern.

**15 %
RABATT**

In Aktion vom 14.06. bis 19.06.2016



Bestes aus Schweizer Milch

Grosser Genuss ohne Kleingedrucktes.



Nur 3 Zutaten – Jogurt, Frucht, Zucker. Sonst nichts.

NATURENA ist wieder komplett

Am 14. April ist der neue Volg Erlebnishof Werdenberg in Oberschan mit einer Feier offiziell eingeweiht worden.



Volg-Chef Ferdinand Hirsig, Karin und Markus Gabathuler sowie Daniela Graf, Gemeinderätin Wartau, freuen sich auf die Zusammenarbeit.



Bauer mit Power – Markus Gabathuler begrüsst die Gäste und erzählt die Geschichte von der Verwandlung des Bühelsteihofes zum Volg Erlebnishof Werdenberg.

Freundschaft auf Augenhöhe – beim Rundgang durch Hof und Ställe entzückten die jungen Kälber nicht nur kleine Besucher. Der grosszügige Laufstall ist BTS-ausgezeichnet (besonders tierfreundliche Stallhaltungssysteme) und bietet den Kühen viel Bewegungsfreiheit.



Zum Toben und Rasten – ein lässiger Spielplatz sowie eine gemütliche Pergola mit Tisch und Sitzbänken laden Besucher zu einer kleinen Pause ein.



Nichts zu meckern – das Herzstück des Hofes sind die neu errichteten, begehbaren Ställe für Federvieh, Kaninchen, Ziegen und die beiden Ponys.

Mit spannenden und auch lustigen Reden begrüsst Markus Gabathuler und Volg-Chef Ferdinand Hirsig die zahlreichen Gäste. Nach einem musikalischen Intermezzo von drei jungen Alhornbläserinnen aus der Region führte Markus Gabathuler über den Hof. Der neue Volg Erlebnishof Werdenberg liegt hoch über dem St. Galler Rheintal. Besucher des neu eröffneten Volg Erlebnishofs Werdenberg haben auch die Möglichkeit, das malerische Dorf Oberschan, umgeben von Obstbäumen und saftigen Weiden, zu besuchen. Mitten in dieser Idylle befindet sich der weitläufige Hof der sympathischen Familie Gabathuler. Neben Spannendem und Wissenswertem rund um die Land- und Milchwirtschaft bietet der Volg Erlebnishof Werdenberg auch die beliebten Volg-Kreativkurse an. Die Region Werdenberg ist mit den Volg Erlebniswelten – dem Erlebnishof in Oberschan, dem Sinnespfad in Buchs sowie dem Schutzwald in Gams – ein sinnliches und unterhaltsames Ausflugsziel für die ganze Familie.



www.facebook.com/naturena.erlebniswelten

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben



JETZT WIEDER ERHÄLTlich: Die erfrischende Limited Edition Chocoly Zitronen!



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Juni, 2016

Delikatesse: Kalbsnierstück niedergegart

Werden Gäste erwartet oder ist viel los, eignet sich das Niedergaren besonders gut. Ist das Fleisch einmal im Ofen, hat man Zeit für anderes. Das **Kalbsnierstück** am Stück samt Fettschicht kaufe ich am Tag zuvor bei unserem Dorfmetzger ein, für 4 Personen 800 g. Die Fettschicht schneide ich rhombenartig ein und spicke sie zudem mit 4 in ca. 24 Stifte geschnittenen **Knoblauchzehen**. Mit Hilfe eines spitzen Messers stecke ich die Stifte 2 cm tief ins Fleisch hinein - bis alle aufgebraucht sind. Anschliessend mit frisch gemahlenem **Pfeffer** und 6 frischen **Rosmarinzweigen** würzen und gut eingepackt kühl lagern. Das Fleisch 2 Stunden vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen und bei Zimmertemperatur liegen lassen. Vor dem Braten entferne ich die Rosmarinzwige und salze das Nierstück mit 1 TL **Salz**. Den Ofen oder den Kugelgrill vorheizen und das Fleisch 15 Minuten anbraten bei ca. 250 °C, so dass eine schöne Kruste entsteht. Danach während 2 Stunden bei ca. 110 °C niedergaren. Zum Schluss das Fleisch noch einmal 10 Minuten bei 250 °C erhitzen und sofort servieren. Eine frische Morchelsauce rundet dieses edle Stück ab.

«En Givätä wünscht Ihnen»

Edith



Edith Jäger
Erlebnishof Seebachtal (TG)



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

Volg

Müde vom **Match** gestern?
**GENIESSEN SIE DIE
VIELFALTT!**



**ENTDECKEN SIE
JETZT UNSERE
10 BESTE*
NESCAFÉ® DOLCE
GUSTO® SPIELER
BEI **Volg****

*in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.

COFFEE IS NOT JUST BLACK



Sommerversnügen

Sommerzeit – Handwerkszeit! Schmieden, spachteln, modellieren, experimentieren – in einem der tollen Kurse von Volg NATURENA. Kreieren und gestalten Sie Praktisches und Nützliches für Haus oder Garten.



Seebachtal:
Grillschale

① **Fr, 01.07.2016, 9–13 Uhr**
② **Sa, 02.07.2016, 9–13 Uhr**

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

Programm: Mit dieser Grillschale (Ø 35–40 cm) zaubern Sie tolle Grilladen für geselliges Beisammensein im Garten oder auf der Terrasse. Die Schale wird aus Ton geformt, kann mit Holz befeuert und so als Grillschale verwendet werden. Als Variante können Sie auch eine kleinere Feuerschale (Ø 25–30 cm) modellieren, die ausschliesslich mit Ethanol befeuert wird. Die Schale wird durch die Kursleiterin im Atelier in Raku-Technik gebrannt und kann anschliessend abgeholt werden.

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

Leitung: Esther Bluzet, Hinwil, www.rakudesign.ch

Hinweis: Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie eine Grillschale oder eine Feuerschale machen möchten. Die Schale kann nach Vereinbarung nach dem Brand auf dem Hof oder bei der Kursleiterin abgeholt werden.

Preis: Fr. 190.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränke sowie Material (exkl. Sockel/Ständer) für Ihre Schale



Werdenberg:
Gertel schmieden

① **Fr, 01.07.2016, 9–16 Uhr**
② **Sa, 02.07.2016, 9–16 Uhr**

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

Programm: Der Gertel ist eine spezielle Handsichel, geeignet zum Aushauen von Niedrigwuchs oder bei der Jungwuchspflege. Angeleitet von einem erfahrenen Schmied formen Sie mit Hammer und Amboss ein Stück Stahl zu einem praktischen Gertel. Während des Schmiedens erfahren Sie viel Interessantes über diese traditionelle Handwerkskunst, die bei der Ausübung auch einiges an Kraft und Ausdauer voraussetzt.

Teilnehmer: 12 Personen ab 16 Jahren
Mitbringen: Arbeitshandschuhe sowie gutes und robustes Schuhwerk (beides aus Leder oder Leder mit Baumwollstoff, keine Synthetikstoffe)
Kleidung: Der Witterung entsprechende Arbeitskleidung ohne synthetische Materialien, der Kurs findet teilweise draussen und in einer Remise statt.

Leitung: Ruedi Blumer, Buchs

Preis: Fr. 130.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränke sowie Material für Ihren Gertel (Länge 36 cm)



Zugerland: Schriftzeichen auf abstraktem Hintergrund

① **Fr, 22.07.2016, 9–16 Uhr**
② **Sa, 23.07.2016, 9–16 Uhr**

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

Programm: Unter der Anleitung der renommierten Kunstmalerin experimentieren Sie mit Acryl, Sand, Asche, Kaffee, Spachtelmasse und Erdpigmenten. Dabei setzen Sie sich mit Hell und Dunkel auseinander und finden so Harmonie und Gleichgewicht auf der Leinwand. Den grafischen Touch verleihen Sie Ihren Kunstwerken mit Schriftfragmenten, die Sie mittels Schablonen und Sprays über Ihre Bilder legen und so eine weitere Dimension schaffen.

Teilnehmer: 10 Personen ab 16 Jahren
Mitbringen: Wasserbecken, altes Frotteehandtuch, flache Wegwerfteller, Gummihandschuhe, Metallspachtel, Schaumstoffröllchen, flacher Bäckerpinsel (ca. 5–10 cm breit), Wassersprühflasche

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

Leitung: Elisabeth Jacob, Hausen am Albis, www.atelier-jacob.ch

Preis: Fr. 240.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränke sowie Material für zwei Bilder in der Grösse 50x50 cm



Fricktal:
Möbel im Shabby-Style

① **Fr, 08.07.2016, 9.30–17 Uhr**
② **Sa, 09.07.2016, 9.30–17 Uhr**

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

Programm: Sie erhalten Einblick in die Technik «Shabby Chic», die es erlaubt, Möbelstücke nach eigenen Vorstellungen aufzupimpen. Ob Hocker, Schranktür, Tischchen oder Schatullen – mit Farben, Zierleisten, Stuckelementen und Möbelknöpfen entstehen tolle Unikate und Hingucker. Auch das Einarbeiten von Gestaltungselementen wie das Übertragen eines schönen Motivs oder eines Schriftzugs auf Ihr mitgebrachtes Wohnaccessoire ist möglich.

Teilnehmer: 17 Personen ab 16 Jahren
Mitbringen: tragbares Wohnaccessoire (Hocker, alte Schranktür etc.) möglichst aus Massivholz sowie, wer hat, Möbelknöpfe, Zierleisten und Holzornamente, Arbeitshandschuhe, Kleiderschutz, Staubmaske (sofern vorhanden)

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

Leitung: Manuela Bossert, Adligenswil, und Marlis Spörri, Buchrain
Preis: Fr. 150.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränke sowie Material (exkl. Zierleisten und Holzverzierungen/Möbelknöpfe) für das Bearbeiten Ihres Möbels im Shabby-Style

Anmeldungen für Kurse und Workshops

Internet: 1. www.naturena.ch
2. Fricktal AG/Seebachtal TG/Werdenberg SG/Zugerland ZG
3. Rubrik «Veranstaltungen»

Telefon: 058 433 54 09, Mo bis Fr, 8–12 und 13–17 Uhr

Adresse: Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Naturena», 8404 Winterthur

Anmeldeschluss: 17. Juni 2016



www.facebook.com/naturena.erlebniswelten

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

Bei Abmeldungen nach Anmeldeschluss werden 50% und bei Nichterscheinen am Veranstaltungstag ohne Abmeldung 100% des Kurspreises in Rechnung gestellt.



Die beliebteste Konfi-Marke: Selbstgemacht.

Jetzt Gratis-
Rezeptbuch
bestellen.



Nichts schmeckt besser als Selbstgemachtes. Und mit dem Aarberg Gelierzucker-Sortiment gelingt jedes Rezept wunderbar gut. Bestellen Sie unser Gratis-Rezeptbuch und probieren Sie es selber: zucker.ch



Weil aus der Schweiz.

Türkisch-griechische Köstlichkeiten – kulinarische Feriengrüsse



PETER'S KOCHSCHULE IN GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:

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



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

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



CULINEA IN OERLIKON MIT JONAS SCHÖNBERGER:

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



COOKUK IN AARAU MIT SUSANNE VÖGELI:

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

Sonne, Meer und der verführerische Duft würziger Speisen: Rund um die Ägäis – und mittendrin – warten kulinarische Schätze darauf, entdeckt zu werden. Honig und Joghurt, Tomate und Aubergine, Fladenbrot und

Gyros zaubern südliche Sonne und Ferienstimmung auf Ihr Sommerbuffet. Machen Sie mehr aus Ihren Ferienerinnerungen und tauchen Sie ein in einen Abend voller türkisch-griechischer Genüsse.

Sommerbuffet der Ferienträume



Sichern Sie sich noch heute Ihren Platz in der Ferienküche und melden sich rasch an: Die Kursplätze sind begrenzt.

VORSCHAU

SIZILIEN, INSEL DER GENÜSSE

Sizilien war ein Schmelztiegel der Kulturen. Völker aus dem Norden und Süden haben ihre Spuren hinterlassen. Das macht sich in der vielfältigen Küche Siziliens bemerkbar: viel frisches Gemüse, Olivenöl, Kräuter, Käse, Fisch, Meeresfrüchte, ausgewählte Fleischstücke. Zum Abschluss geniessen wir Feines aus dem «Gold Siziliens»: Zitrusfrüchte. Wer mediterrane Küche liebt, kommt hier voll auf seine Rechnung.

10. AUGUST 2016 IN AARAU

17. AUGUST 2016 IN GOSSAU

30. AUGUST 2016 IN OERLIKON

30. AUGUST 2016 IN WANGEN AN DER AARE

HERBSTSCHÄTZE

Herbstzeit ist Erntezeit. Ein wahrhaftiges Erntedankfest stellen wir mit den kulinarischen Schätzen zusammen, die im Spätsommer erntefrisch auf unseren Speiseplan kommen: Kürbis, Obst, Nüsse und mehr. Damit die Freude lange anhält, erhalten Sie Tipps, wie sie haltbar gemacht werden. Wer es reichhaltig und farbenfroh wie der Herbst liebt, darf sich auf diese kulinarischen Menüs freuen.

1. SEPTEMBER IN GOSSAU

7. SEPTEMBER IN AARAU

13. SEPTEMBER IN OERLIKON

13. SEPTEMBER IN WANGEN AN DER AARE

GUT GEPEFFERT UND FEIN GEWÜRZT

Man braucht nicht dahin zu gehen, wo der Pfeffer wächst: Würzigen Genuss bieten unsere Gerichte von der Vorspeise bis zum Dessert mit Pfeffer, Chili, Senf und Co. Und in der Kürze liegt die Würze – ein pikantes Kochthema.

4. OKTOBER 2016 IN OERLIKON

19. OKTOBER 2016 IN AARAU

24. OKTOBER 2016 IN GOSSAU

25. OKTOBER 2016 IN WANGEN AN DER AARE

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

Aktualisierte Infos auf www.volg.ch



20%
RABATT

AKTION

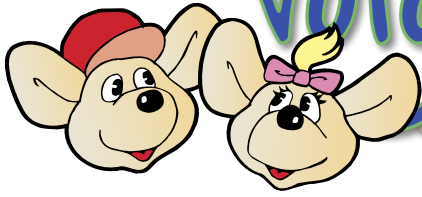


extrême

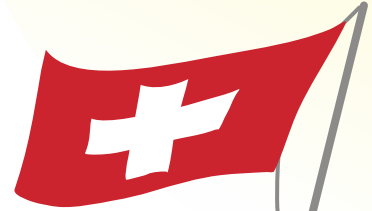


Alle abgebildeten EXTRÊME Multipacks
in Aktion vom 23.05. bis zum 28.05.2016.





volgi & volgine



**Schöne Städte, schöne Natur – Das ist die Schweiz!
Das wissen auch die Radprofis von der Tour de Suisse,
die jedes Jahr durch unser Land radeln. Wir schicken
euch mit Spielen draussen auf eine Tour de Suisse!
Dazu müsst ihr aber nicht mal verreisen.**

Eine Tour de Suisse zum Spielen

Bei wem fällt das Matterhorn?

Sammelt etwa handgrosse Hölzchen und lehnt die mit der Spitze aneinander, so dass ein Berg entsteht – das Matterhorn! Unten breit und oben spitz. Nun zieht jeder Teilnehmer nacheinander im Kreis sorgfältig ein Stäbchen aus dem Berg. Bei wem fällt das Matterhorn zusammen? Derjenige scheidet aus und die anderen spielen weiter, bis nur noch der Sieger mit der ruhigsten Hand übrigbleibt.

Luftsprünge durch die Schweiz

Lost aus, wer anfängt. Der Erste nennt eine Stadt oder ein Dorf in der Schweiz, beispielsweise «Luzern», der Nächste muss jetzt einen Ort nennen, welcher mit dem letzten Buchstaben beginnt, also mit «n» ... «Neuenburg»! Der folgende Ortsname muss also mit «g» anfangen ... Los geht's, so hüpf't ihr durch die ganze Schweiz!

Errätst du das Wildtier?

Stellt euch vor, ihr macht auf eurer Tour de Suisse Halt im Entlebucher Naturpark, wo es besonders viele Wildtiere gibt. Einer von euch ist der Pantomime, er denkt sich ein Tier aus, verrät aber nichts. Es sollte ein Tier sein, das in freier Natur lebt: Fuchs, Käfer, Maus, Uhu ... Ein Pantomime spricht nicht, sondern versucht, mit Körperbewegung und Lauten dieses Tier darzustellen. Wer aus der Gruppe errät es? Wer richtig rät, bekommt einen Punkt und der Pantomime ebenfalls für seine gute Darstellung! Wird das Tier nicht erraten, gibt es für niemanden Punkte.

Was liegt im Bodensee?

Legt verschiedene Gegenstände unter das Laub, eine grosse Rinde oder eine Jacke. Diese Sachen ruhen verhext im Bodensee. Du erlöst sie, wenn du dich an sie erinnerst! Dafür deckt eine Person die Gegenstände für eine Weile auf, ihr merkt euch alles, dann deckt ihr sie wieder zu und jetzt müsst ihr die verhexten Sachen aus eurem Gedächtnis aufzählen. Wer weiss noch die meisten? Was ihr vergesst, bleibt vielleicht für ewig im See verborgen ...





Jetzt profitieren!

Magnum Mini Multipacks **Aktion**
20% günstiger vom 06.06. bis 12.06.2016



*



*




MAGNUM
Geniesser aus Leidenschaft

*In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



Die Kirsche ist ein Steinobst und gehört botanisch zur Familie der Rosenblütler. Schon in der Antike wurden die roten Früchte geschätzt. Der römische Feldherr und Feinschmecker Lucullus soll die ersten Zuchtkirschen bereits im Jahr 64 v. Chr. von Kleinasien nach Rom gebracht haben. Bald hatten Soldaten und Siedler die süsse Frucht in Süd- und Westeuropa bis hin nach Südengland verbreitet und die heimischen Wildkirschen nach und nach verdrängt.

Knackig, gesund und kalorienarm

Kirschen sind ein ganz besonderes Obst: gross im Geschmack, aber klein bei den Kalorien. Rot, prall und unwiderstehlich sind die frisch geernteten Früchte. Während im Frühling die prächtigen Kirschbäume mit ihren rosa Blüten die Landschaft verzauern, sind im Sommer die reifen, saftigen Vitaminbomben überall zu haben. Köstliche Kirschenrezepte sind während der Erntezeit zwischen Juni und August hoch im Kurs. Ob als Konfitüre oder Kompott gekocht, im Kuchen, zu Saft gepresst oder zu Schnaps gebrannt, mit Zucker veredelt oder einfach nur frisch vom Baum gepflückt: Kirschen sind ein herrlicher Sommersnack. Sie schmecken nicht nur köstlich süss, sondern sind auch noch gesund, fettarm sowie voller Vitamine und Mineralstoffe.



Mit einem Dessert aus frischen Kirschen verführen Sie grosse und kleine Geniesser gleichermassen.

Kirschensturm (Kompott mit Bröseln)

Zutaten für 4 Personen:
 1 kg **Kirschen** entsteinen. 20 g **Mehl** mit 20 g **Butter** gut anschwitzen, mit 2 dl **Rahm** ablöschen und glatt rühren. Die Kirschen sowie 80 g **Zucker** hinzugeben, mitkochen, bis die Kirschen platzen und mit 1 Spr. **Zitronensaft** abschmecken. Derweil 200 g **Brotwürfel** in 60 g **Butter** gut anrösten. Auf eine vorgewärmte Platte geben, die heissen Früchte darüber anrichten und sofort servieren.
Zubereitung: 45 Min.

Sommerzeit ist Kirschenzeit! Zwischen Juni und August verführen die knackigen Vitaminbomben unsere Sinne.



Endlich gibt es sie wieder – frische Kirschen. Ob direkt vom Baum oder in einem feinen Dessert: Knackige Kirschen lassen sich vielseitig verwenden.



Michel

Inspired by fruits



ZIP Anzündhilfen
Gehört zu jeder Grillparty!



*In kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

www.zipfires.com

«Cannelés Bordelais» (Gerippte Bordeaux-Küchlein)

Zutaten für 6 Stück:

- 250 g Puderzucker
- 100 g Mehl
- 1 Pr. Salz
- 2 Eier
- 2 Eigelb
- ½ l Milch
- 1 Vanilleschote, ausgekratzt Mark
- 40 g Butter
- 5 cl Rum



Zubereitung:

1. Zucker, Mehl und Salz miteinander vermengen. Die Eier und die Eigelbe mit einer Gabel leicht verrühren und dazugeben.
2. Die Milch mit dem Vanillemark und der Butter aufkochen lassen und langsam zu der Zucker-Mehl-Mischung geben, dabei ständig rühren. Wenn der Teig lauwarm ist, den Rum dazugeben.
3. Den sehr flüssigen Teig für 24 Std. kalt stellen.
4. Förmchen bis 5 mm unter den Rand füllen. Im auf 230 °C vorgeheizten Ofen 10 Min. backen. Danach die Hitze auf 190 °C reduzieren und weitere 30 Min. backen. 10 Min. bei abgeschaltetem Ofen abstehen lassen.

Zubereitung: ca. 15 Min. + 1 Tag ruhen lassen

Tipp: Der Teig kann 2–3 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden.

«Soupe à l'oignon gratinée» (Überbackene Zwiebelsuppe)

Zutaten für 4 Personen:

- 80 g Speckwürfel
- 750 g Zwiebeln, in Ringe geschnitten
- 6 EL Olivenöl
- 1 EL Thymianblättchen
- 1 TL Kümmel
- 1,5 dl Weisswein
- 1,2 l Bouillon
- Salz, Pfeffer
- ½ Baguette
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Thymianstiele
- 80 g Gruyère, gerieben
- 4 ofenfeste Suppentassen à ca. 3 dl

Zubereitung:

1. 2 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Speck darin anbraten. Zwiebeln zugeben und bei mittlerer Hitze 5 Min. dünsten. Mit Weisswein ablöschen, Bouillon dazugeben und aufkochen. 1 EL abgezapfte Thymianblättchen und 1 TL Kümmel untermischen. Die Suppe zugedeckt 15 Min. kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Baguette in 3 cm grosse Würfel schneiden. 4 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Brotwürfel mit 1 halbierten Knoblauchzehe und 2 Stielen Thymian darin goldbraun rösten.
3. Suppe in Tassen füllen. Brotwürfel dazugeben und mit geriebenem Käse bestreuen. Suppe im heissen Ofen bei 230 °C Oberhitze ca. 5 Min. überbacken, bis der Käse geschmolzen ist.

Zubereitung: 45 Min.



«Bouillabaisse» (Fischsuppe)

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Seefischfilets: etwa Lachsmedaillons, Dorschfilets, Goldbuttfilets, Garnelen nach Belieben etc.
- 200 g Kartoffeln
- 2 Rüebli
- ½ Stange Lauch
- 1 Stange Sellerie
- 4 Tomaten
- 3 Zwiebeln, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 1 l Gemüsebouillon
- etwas Safran
- 1 TL getrocknete Kräuter (Provençal)
- 5 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

1. Fisch waschen, in etwa 4 cm grosse Stücke schneiden. Kartoffeln schälen und würfeln. Rüebli, Sellerie und Lauch fein würfeln. Tomaten entkernen und ebenfalls würfeln.
2. Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl andünsten, Bouillon und Safran begeben und aufkochen. Kartoffelwürfel, Rüebli, Sellerie und Lauch dazugeben und ca. 10 Min. köcheln lassen. Nun Meeresfrüchte, Fischstücke, Tomaten und Kräuter begeben und ca. 6 Min. auf kleiner Hitze köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Baguette kurz aufbacken, in dünne Scheiben schneiden und mit der Suppe servieren.

4. Knoblauchzehen schälen, in einen Mörser geben und Pfefferschote hinzufügen. Fein zerstoßen. Eingeweichte Semmelbrösel, Eigelb und 1 Messerspitze Safran mischen. Das Olivenöl unter ständigem Rühren nach und nach zur Paste hinzufügen, bis eine sämige Sauce entsteht.

Zubereitung: ca. 50 Min.

Tipp: Sie können ebenso gut Fische und Muscheln aus dem Tiefkühlsortiment verwenden.

Rouille:

- 2 Knoblauchzehen
- 1 kleine rote Pfefferschote
- 4 EL Semmelbrösel
- 1 Eigelb
- Safran
- 1 dl Olivenöl



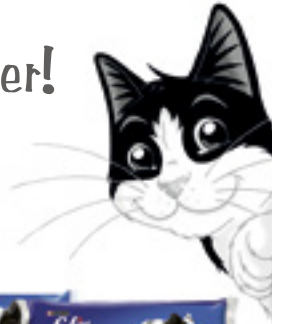
PURINA
GOURMET

NEU
in Ihrem Volk

PURINA
felix
Echt clever!



Für wahre
Feinschmecker



10% Einführungsrabatt

vom 23.05
bis 09.07.2016

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

*solange Vorrat. In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

PURINA
Your Pet, Our Passion.

IN AKTION!
VOM 20.06. – 25.06.2016

6 FÜR 4

ORIGINAL
RESPONSIBLE

Heineken 6 x 25 cl EW*
CHF 6.50
statt CHF 8.10



Heineken 6 x 50 cl DS
CHF 9.60
statt CHF 14.40



JETZT ZUGREIFEN!

*Heineken 6 x 25 cl EW nur regional erhältlich

Heineken
open your world

«Gratin d'endives au jambon» (Chicorée mit Schinken gratiniert)

Zutaten für 4 Personen:

- 8 Chicorée
- 2 Zwiebeln, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL Tomatenpüree
- 800 g Tomaten, geschält und gehackt
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 1 Rosmarinweig
- 1 dl Rotwein oder Wasser
- 240 g Hinterschinken, gekocht, dünn geschnitten
- 100 g Gruyère Surchoix



Zubereitung:

1. Gratinform im Ofen auf 200 °C vorheizen. In einer heissen Pfanne Zwiebeln und Knoblauch im heissen Öl andünsten. Tomatenpüree zufügen und kurz anrösten. Mit Rotwein ablöschen. Tomaten, Rosmarin geben und pikant mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Chicorée mit Schinkenranchen umwickeln. Rosmarinzwige aus der Tomatensauce entfernen. Die Sauce in eine grosse, ofenfeste Form geben. Chicorée darauflegen. Mit geriebenem Käse bestreuen und in der unteren Ofenhälfte während ca. 20 Min. überbacken.

Zubereitung: ca. 30 Min.

Tipp: Legen Sie die halbierten Chicorée über Nacht in Milch ein, um die Bitterstoffe zu beseitigen. Es können auch Tomaten aus der Dose verwendet werden.

«Gâteau au chocolat» (Schokoladenkuchen)

Zutaten für eine Springform à 26 cm:

- 300 g Butter
- 10 Eier, getrennt
- 300 g Zucker
- ½ TL Vanillezucker
- 300 g Schokolade, flüssig

Zubereitung:

1. Butter mit Eigelb, Zucker und etwas Vanillezucker schaumig rühren. Die Schokolade zur Eimasse geben.
2. Eiweiss zu Schnee schlagen, sorgfältig unter die Schokoladenmasse heben.
3. Die Hälfte des Teigs in eine Springform geben und bei 160 °C ca. 40 Min. backen. Der Kuchen muss nicht ganz durch sein.
4. Die andere Hälfte kommt in den Kühlschrank, bis der gebackene Teil ausgekühlt ist. Dann als Creme auf der Torte verteilen und vor dem Servieren noch für einige Stunden in den Kühlschrank stellen. Hat man es eilig, kann die Torte auch direkt serviert werden.

Zubereitung: 20 Min. + 2 ½ Std. backen/ruhen lassen

Tipp: Torte kann auch gut eingefroren werden.



Zubereitung:

1. Die Bohnen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag abgiessen und gut abspülen. Die Bohnen in einen Topf geben und mit frischem Wasser bedecken. Die Zwiebel mit dem Lorbeerblatt und der Nelke bestecken und mit den Knoblauchzehen zu den Bohnen geben. Alles aufkochen und auf kleinem Feuer etwa 45 Min. nicht zu weich garen.

2. Rüebl in kleine Würfel schneiden. Majoran- und Thymianblättchen hacken. Die Tomaten schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Wenn die Bohnen fast gar sind, das Kochwasser in einen Mass-



becher abgiessen und mit Weisswein und Hühnerbouillon auf 8 dl ergänzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und beiseite stellen.

3. Specktranchen ohne Fettzugabe in einer Bratpfanne knusprig braten, dann auf den Boden einer Gratinform (Cassoulet) legen. Die Bratwurst in etwa 3 cm lange Stücke schneiden und im Speckfett hellbraun anbraten. Auf die Specktranchen legen.

4. Das Olivenöl zum Bratwurstfett geben. Das Schweinsvossen mit Salz und Pfeffer würzen, im Topf kräftig anbraten. Rüebl, Kräuter und Tomatenwürfel dazugeben und kurz mitbraten. Nacheinander Fleisch, Gemüse, Bohnen und Bohnenkochwasser in die Form geben, zudecken und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C in der unteren Ofenhälfte 2 Std. garen.

5. 15 Min. vor Ablauf der Garzeit die Ofentemperatur auf 220 °C erhöhen. Form aus dem Ofen nehmen, den Deckel entfernen. Paniermehl über das Cassoulet verteilen und mit reichlich Olivenöl beträufeln. In den Ofen zurückgeben und ungedeckt hellbraun überbacken.

Zubereitung: 45 Min. + 2 Std. schmoren

Tipp: Es können auch Bohnen aus der Dose verwendet werden, um Zeit einzusparen.

«Cassoulet» (Bohneneintopf)

Zutaten 4 Portionen:

- 300 g Bohnen getrocknet, weiss
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Gewürznelke
- 1 Rüebl, geschält
- ½ Bd. Majoran
- ½ Bd. Thymian
- 2 Tomaten
- 2,5 dl Weisswein
- 3 dl Hühnerbouillon
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 100 g Specktranchen
- 200 g Schweinsbratwürste
- 500 g Schweinsvossen
- 1 EL Olivenöl zum Braten
- 4 EL Paniermehl
- Olivenöl zum Beträufeln



JETZT PROFITIEREN

AKTION VOM 30.5.-4.6.2016

40%
auf 6*1.5l
Lipton Ice Tea



LEMON FÜR CHF 7.⁷⁰
STATT CHF 12.⁹⁰

PEACH FÜR CHF 7.⁷⁰
STATT CHF 12.⁹⁰

GREEN FÜR CHF 8.⁶⁰
STATT CHF 14.^{40*}

*in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich



NEU

SPARKLING ICE TEA
Natürlich erfrischender Tee mit
leichter Kohlensäure. Nur in
grossen Verkaufsstellen erhältlich!

«Bouchée à la reine» (Königinpastete)

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Poulet, gekocht
- 40 g Butter
- 40 g Mehl
- ½ l Hühnerbouillon
- 1,5 dl Rahm
- Meersalz, Pfeffer
- 1 Zitronensaft-Spritzer
- 4 Blätterteigpasteten, fertig gekauft
- 200 g Champignons, geviertelt
- 2 EL Schlagrahm
- ½ EL Peterli, gehackt



Zubereitung:

1. Das gekochte Poulet enthäuten, das Fleisch von Brust und Schenkeln lösen und in kleine Würfel schneiden. Butter schmelzen, Mehl einrühren und leicht anschwitzen. Die Bouillon langsam unter Rühren dazugießen und die Sauce köcheln lassen, bis sie eindickt. Dabei immer wieder rühren, damit sie nicht anbrennt. 1 dl Rahm dazugeben und die Sauce mit Meersalz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
2. Den Backofen auf 80 °C (Umluft) vorheizen und die Blätterteigpasteten etwa 10 Min. darin erwärmen. Dabei die Backofentür einen Spalt breit offen lassen.
3. Champignons mit ½ dl Rahm aufkochen, mit Meersalz und wenig Pfeffer würzen und etwa 5 Min. garen. Die Champignons und das Hühnerfleisch in die Sauce rühren und darin erwärmen. Zuletzt den Schlagrahm unterheben und das Ragout in die heißen Pasteten füllen. Mit Peterli bestreuen und sofort servieren.

Zubereitung: 30 Min.

«Carbonade flamande» (Flämische Karbonade)

Zutaten für 4 Personen:

- 800 g Rindsvoressen
- 50 g Speckwürfeli
- 150 g Rüebli, grob gewürfelt
- 3 Zwiebeln, grob gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Bratbutter
- Salz, schwarzer Pfeffer
- 1 Lorbeerblatt
- ½ TL Thymian, getrocknet
- 1 Nelke
- ½ l dunkles Bier (nicht zu bitter)
- 3 Weissbrotscheiben, gewürfelt
- 1 EL scharfer Senf

Zubereitung:

1. Fleisch trocken tupfen. Bratbutter in einem Bräter erhitzen. Fleisch und Speck darin kräftig anbraten. Zwiebeln dazugeben und glasig dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Rüebli, Knoblauch, Lorbeer, Thymian und Nelke begeben, kurz mitdünsten, mit Bier ablöschen und alles aufkochen.
3. Senf und Brotwürfel unterrühren. Alles zugedeckt bei mittlerer Hitze 1½–2 Stunden schmoren. Gulasch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu passen Salzkartoffeln oder Pommes frites.

Zubereitung: 30 Min. + 2 Std. schmoren

Tipp: Bereiten Sie die Karbonade zur Abwechslung auch einmal mit Schweinsvoressen statt Rindsvoressen und hellem statt dunklem Bier zu.



«Salade niçoise» (Nizza-Salat)

Zutaten für 4 Personen:

- 400 g Bohnen
- 6 Tomaten
- 1 Peperoni, gelb
- ½ Salatgurke, klein
- 2 Zwiebeln
- 4 Eier, hart gekocht
- 4 Kartoffeln, in der Schale gekocht
- 1 kleiner Kopfsalat, gerüstet
- 300 g Thon, abgetropft
- 50 g schwarze Oliven, entsteint

Vinaigrette:

- ½ TL Senf
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 5 EL Weissweinessig
- 8 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Peterli, Bohnenkraut



Zubereitung:

1. 4–5 l Wasser aufkochen. Bohnen rüsten. Wasser salzen und Bohnen darin knackig blanchieren. Bohnen kalt abspülen, abtropfen lassen.
2. Tomaten in Schnitze, Peperoni in breite Streifen, Gurke in Scheiben, Zwiebeln in Ringe schneiden. Eier und Kartoffeln schälen und in Schnitze schneiden.
3. Alle vorbereiteten Zutaten zueinander geben. Thon mit Gabel zerzupfen und mit den Oliven zum Salat geben.
4. Senf und Knoblauch mit Essig verrühren, Öl darunter rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter fein schneiden und zur Sauce geben. Die Vinaigrette an den Salat geben, vorsichtig umrühren und ca. 15 Min. ziehen lassen.

Zubereitung: ca. 45 Min.

Tipp: Mit Bohnen aus der Dose oder Tiefkühlbohnen geht es schneller. Dazu Baguette oder Parisette servieren.



Herausgepickt

In solid rumantsch

«Tge èsi pomai capità cun quella? Uschiglio scriva ella bain adina ch'il ballape na l'interessia insumma betg, ed ussa quai?!» Gea, jau m'allegrel sin il campinadi europeic da ballape u meglier ditg sin tut quai enturn il grond eveniment da sport, cunzunt sin ils bels maletgs dals lieus da las partidas. Sin las reportaschas da Nizza sun jau il pli spanegiada. Avant blers onns sun jau numnadain stada ina giada a Nizza ...

Eviva il ballape!



Jau aveva 17 onns, gronds siemis ed in gust nar da viagiar. Nus, mia amia Petra ed jau, avevan decidi da far in segiurn linguistic per meglierar noss franzos. E pertge betg mazzar duas mustgas en in schlop e cumbinar l'empernaivel cun il nizzaivel? Ditg e fatg: nus essan idas a la Cotê d'Azur. Cun nossa famiglia ospitanta avevan nus gi cletgun, la regiun era magnifica ed er il sistem da scola ans pla-scheva ordvart bain: l'avantmezdi avevan nus dad ir al curs da franzos ed il suentermezdi pudevan nus far noss agen program.

Ina da nossas excursiuns ans ha manà a Nizza. Ultra da la vista magnifica davent da la collina dal chastè sin la mar blau turchis e la citad veglia pittoresca, ma regord jau anc exact vi da la salade niçoise uschè variada e colorada sco l'entira Cotê d'Azur. Jau prepar questa stad en mintga cas «une salade de Nice» e m'allegrel da pudair rinfrestgar grazia al ballape las regurdientschas vi da quel bel temp en Frantscha. Stai bainin «et à la prochaine!»

Angela Schmed
Angela Schmed

Wussten Sie, dass ...



in Schönenbuch BL und in Avenches VD je ein neuer Volg-Dorfladen eröffnet wurde?

Die Einwohner von Schönenbuch dürfen sich seit dem 13. April, jene von Avenches seit dem 21. April 2016 über ihren Dorfladen freuen. In beiden Ortschaften konnte Volg eine Versorgungslücke schliessen: mit einem umfassenden Sortiment und attraktiven Öffnungszeiten. Viel Spass beim Ladenbesuch und beim Entdecken des Angebots.

es nur noch wenige freie Termine für einen Rundgang in einem unserer Verteilzentren hat?

Die Besichtigungen, die jeweils ca. 2 Stunden (inkl. Verpflegung) dauern, erfreuen sich grosser Beliebtheit und sind grösstenteils lange im Voraus ausgebucht. Bis Ende Jahr sind noch an folgenden Besuchstagen freie Plätze verfügbar:

Montag, 6. Juni
Winterthur, 16.00 Uhr
Landquart, 17.30 Uhr

Montag, 4. Juli
Landquart, 17.30 Uhr

Montag, 8. August
Landquart, 17.30 Uhr

Montag, 5. September
Landquart, 16.00 und 17.30 Uhr

Montag, 3. Oktober
Landquart, 16.00 Uhr

Montag, 7. November
Landquart, 16.00 und 17.30 Uhr

Montag, 5. Dezember
Winterthur, 17.30 Uhr

Oberbipp, 16.00 Uhr
Landquart, 16.00 und 17.30 Uhr

Sichern Sie sich jetzt Ihren Besichtigungstermin

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

Die Teilnehmerzahl ist auf 30 Personen pro Rundgang beschränkt. Für gehbehinderte Personen ist die Besichtigung leider nicht geeignet.

Volg bereits zum zweiten Mal das Swiss Wheely Open Rollstuhl-Unihockey-Turnier sponsert?

Neun Mannschaften aus sieben Nationen – mit Kanada zum ersten Mal auch eine aus Übersee – kämpften während zwei Tagen um den Titel des Swiss Wheely Open 2016, ein Rollstuhl-Unihockey-Turnier, das seinesgleichen sucht. Die Schweiz konnte mit zwei Siegen aus vier Spielen Platz 7 sichern. Ein totaler Erfolg – auch abseits des Spielfelds: mit Siegerehrung und gemeinsamer Feier, die alle Nationen bunt durchmischte. Alle Mannschaften werden in zwei Jahren wieder zum Swiss Wheely Open 2018 nach Nottwil anreisen. Darauf freuen wir uns jetzt schon sehr.



Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Der 1. bis 12. Preis, je ein Kisag-Bläser im Wert von je Fr. 119.–, geht an glückliche Gewinnerinnen und Gewinner aus Schalunen, Balterswil, Zollikofen, Würenlos, Spiez, Goldach, Rickenbach, Seeberg, Utzendorf, Obergerlafingen, Valbella und Schwanden. Je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 50.– gewinnen weitere fünf Personen. Und weitere zehn Personen dürfen sich über je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.– freuen.

Lösungswort 04/16: «Frühlingserwachen»

**Auflösung des Hiestand-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 03/16:
Antwort B, sie werden im Steinofen gebacken.**

Frau A. Schlapbach aus Gundetswil, die Gewinnerin des Hauptpreises, mit Ehemann (Mitte) bei der Preisübergabe mit Volg-Produktmanager Erich Weidmann (l.) und Beatrice Häusler, Produktmanagerin der Aryzta Food Solutions der Schweiz AG (r.).



Gewinnen mit Hiestand

Der 1. Preis, ein 4-teiliges Messerset KAI Shun Premier «Tim Mälzer» inkl. Messerblock und Brotbrett im Wert von Fr. 1634.–, geht an Frau A. Schlapbach aus Gundetswil. Über den 2. Preis, ein 4-teiliges KAI Shun Messerset inkl. Messerblock und Brotbrett im Wert von Fr. 1474.–, darf sich Martin Rutishauser aus Wittenbach freuen. Den 3. Preis, ein 2-teiliges KAI Shun Messerset inkl. Messerblock und Brotbrett im Wert von Fr. 587.–, gewinnt Patrick Stähelin aus Luzern. An weitere 7 Personen geht je ein KAI Shun Brotmesser im Wert von Fr. 259.–. Und nochmals 30 Personen haben je ein Wasabi Black Brotmesser im Wert von Fr. 89.– gewonnen.

De grünen Duume

Im Juni gibt's im Garten viel zu tun. Es wird gesät, gepflanzt, gepflegt und bereits geerntet. Blumen und manches Gemüse blühen schon, und auch das Unkraut bahnt sich seinen Weg durch den Garten. Besonders lästig sind Brennnesseln, was uns spätestens bei einer Berührung schmerzlich klar wird. Auch Brennnesseln fangen im Juni an zu blühen. Sie sind oft ein Zeichen für gute Bodenverhältnisse, bei grossem Vorkommen im Garten Anzeiger für überdüngten Boden. Doch bevor Sie der brennenden Nessel die Kampfansage machen, wollen wir Ihnen noch die positiven Seiten der Urtica (lat. Brennnessel) anpreisen: Aus Brennnesseln lässt sich guter Dünger herstellen. Mit dieser etwas streng riechenden Naturmittel lassen sich auch gut Blattläuse und andere unerwünschte Eindringlinge vertreiben. Die Brennnessel hilft nicht nur dem Boden, sondern hat auch auf uns Menschen reinigende Wirkung. Brennnesseltee unterstützt die Entschlackung und Ausscheidung von Giften, wirkt blutreinigend und gegen Rheuma.



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

Vorschau →

**Das nächste «Öise Lade» 07/16 erscheint
am 30. Juni 2016**



Buurezmorge

Ein währschafter Buurezmorge ist die vollkommene Glückseligkeit für Frühstücksliebhaber. Wir zeigen einige Geheimnisse der Bauersfrau und verwenden dazu natürlich die herrlichsten Landprodukte.



Backe, backe Brote

Praktisch jede Region hat ihr eigenes Brot. Wir machen eine Tour de Suisse und entdecken dabei nicht nur verschiedenste Brote, sondern auch weitere regionale Eigenheiten.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz

Volg

100% Frucht
100% Natur



Entdecken Sie das vollständige
Sortiment von ANDROS auf www.andros.ch

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich