

öise lade

Küche
aktuell

Im Zeichen der
Ringe

Mehr zum Thema

Spot an!
*Desserts in Szene
setzen*





DER SOMMER HAT BISS!

Sommerrezepte auf www.chirat.ch



Greif zu!
Zum Picknick, Grillieren
oder Sandwich.



5 Küche aktuell Küchen-Rekorde



- 5 Küche aktuell**
Küchen-Rekorde
- 9 Kochschule**
Saftiger & schärfer
- 12 Weinangebot des Monats**
Eine genussvolle Entdeckung
- 14 Marktplatz**
Jedem Durst sein Bier
- 16 Aktueller Tipp**
Immer dabei: Strom für alle Fälle
- 18 Dorfladen**
Dank Volg im Tal kraftvoll zur Berghütte
- 20 Typisch Schweiz – Typisch Volg**
Qualität aus Gmünden

Feins vom Dorf
«Man kennt Produkte und Hersteller»

39



- 23 Hausmarke**
Ein süsser Sommerspass
- 25 In eigener Sache**
Träume schenken mit Volg-Märkli
- 26 In eigener Sache**
Militärbiscuits dürfen sich zeigen
- 29 Mehr zum Thema**
Spot an! Desserts in Szene setzen

- 37 Wettbewerb**
Entzückende Franzosen mit Pariser Charme
- 39 Feins vom Dorf**
«Man kennt Produkte und Hersteller»
- 41 Aktueller Tipp**
Ein Hoch auf die Schweizer Braugerste
- 42 Novissimo**
Hochglanz aus der Spülmaschine
- 45 Männersache**
Schwingfest aus nächster Nähe
- 47 Freizeit Kochkurs**
Herbstschätze – Frisches aus dem Füllhorn
- 49 NATURENA Rezepte**
Griessauflauf mit Aprikosen
- 51 Freizeit NATURENA**
Die Volg Erlebnishöfe im September
- 53 Volgi & Volgine**
Ein Buch nur für Freunde!
- 55 Saison**
Bohnensalat mit Randen und Feta

Editorial

Die Olympischen Spiele in Brasilien stehen vor der Tür. Besonders in den klassischen Disziplinen heisst es dann wieder «schneller – höher – weiter». Es geht um Medaillen und Rekorde.

Rekorde wollen auch wir brechen: Küchenrekorde. – In der Küche muss es auch schon

Schneller. mal schneller zu und her
Höher. Weiter. gehen: Was lässt sich also

schnellstens zubereiten?
Oder wie hoch lassen sich Sandwiches stapeln? Und wie weit kann man beim Würzen gehen?

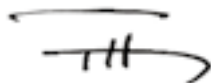
Schneller, höher, weiter heisst es auch an unserer kulinarischen Olympiade. Aber lassen Sie sich ebenso von neuen Disziplinen überraschen: von kräftiger und knuspriger bis luftiger und lustiger. Machen Sie mit.

Ich wünsche Ihnen viel Spass – und eine Siegerehrung Ihrer Kochkünste von Seiten der Familie und Freunde.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



18

Dorfladen
Dank Volg im
Tal kraftvoll
zur Berghütte

29

Das Themenheft
mehr zum
thema

Spot an! Dessert in Szene setzen



Die absolute Erfrischung!

JETZT PROFITIEREN
AKTION VOM 1.8.-6.8.2016

AKTION
auf 6*1.5l
Lipton Ice Tea



LEMON FÜR CHF 8.⁶⁰
STATT CHF 12.⁹⁰

PEACH FÜR CHF 8.⁶⁰
STATT CHF 12.⁹⁰

GREEN FÜR CHF 9.⁶⁰
STATT CHF 14.⁴⁰*

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Schneller



Schüsselsalat:
Dieser Salat ist schneller zubereitet als der langsamste Schwimmer schwimmt.

Küchen-Rekorde

Wie bei den Olympischen Spielen in Rio de Janeiro orientiert sich auch die Schweizer Küche in diesem Sommer an kulinarischen Höchstleistungen und Rekorden.

Diesen Sommer geht es heiss zu und her. Das Feuer ist entfacht – nicht nur bei den Olympischen Spielen in Brasilien, auch in den heimischen Küchen wird ordentlich eingeheizt. Fehlt die Zeit, stehen spontan Gäste vor der Tür oder ist ein geselliges Fest geplant, sind Küchenprofis gefordert und müssen Höchstleistungen vollbringen. Denn jetzt sollen Ihre Kreationen schneller zubereitet, höher aufgeschichtet, bunter angerichtet, knuspriger frittiert oder luftiger gebacken sein. Zeit, bestehende Küchenrekorde zu brechen und Grenzen mit kulinarischen Meisterleistungen zu überschreiten.

Bagel mit Truten-Piccata:
Hoch, höher, am höchsten aufgeschichtet sind die feinen Bagels ein maximaler Gaumenschmaus.



Höhen

TIPP

Der **La Côte AOC Lumière du Soleil** ist ein verspielter Chasselas mit Noten von Pfirsich, Honig und reifen Quitten. Ein frischer Begleiter zum Bagel oder auch als Aperitif.

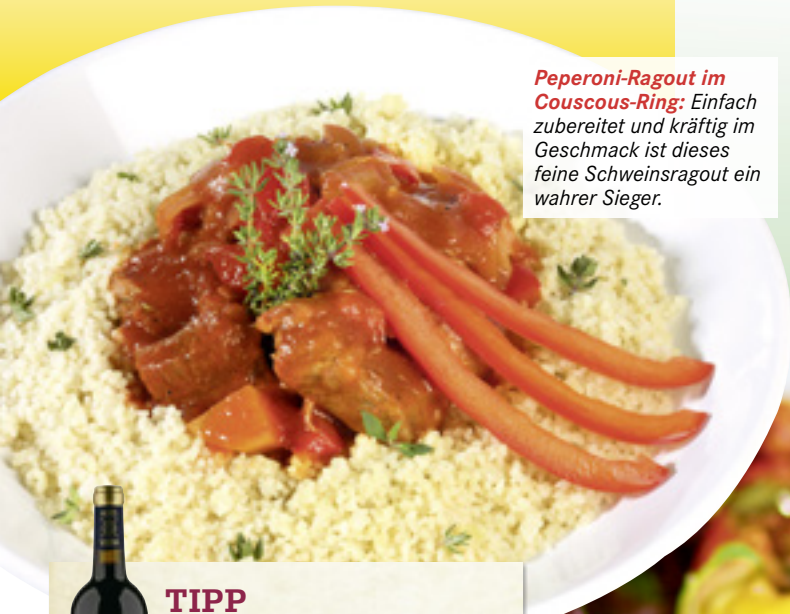
Fitter

Kein Fest ohne Festessen. Die Olympischen Spiele waren schon damals nicht nur eine Sportveranstaltung, sondern ein eigentliches Volksfest. Aus dem ganzen Land kamen Sportler und Besucher zusammen und es wurde gegessen, getrunken und Rekorde gefeiert. Bei den Feierlichkeiten zur Ehrung der Göttin Hera und Zeus waren nicht nur junge Männer bestrebt, sich gegenseitig zu übertrumpfen und als Sieger auf dem Podest zu stehen. Auch Köche und Gastronomen kämpften mit allerlei auf die Spitze getriebenen Köstlichkeiten um die Gunst der Gäste.



Powerdrink: Nach schweisstreibenden Wettkämpfen verleiht die exotisch-fruchtige Erfrischung Köchen und Sportlern neue Energie.

Knäftiger



Peperoni-Ragout im Couscous-Ring: Einfach zubereitet und kräftig im Geschmack ist dieses feine Schweinsragout ein wahrer Sieger.



TIPP

Eine feine Zitrusnote und Aromen von Grapefruit und Zitronengras zeichnen den eleganten **Alves Vieira Vinho Branco** aus. Passt ausgezeichnet zu Fisch, Meeresfrüchten oder als Aperitif.

Bunter



TIPP

Der **Alves Vieira Reserva Vinho Tinto** ist ein kräftiger Rotwein – rubinrot, mit Aromen von reifen Beeren und feinen Noten von Kakao und Eukalyptus. Passt zu kräftigem Fleisch, Spareribs oder Pata Negra.

Sommerquiche: Damit Sportler gut zu unterscheiden sind, geht es an Wettkämpfen bunt zu und her. Wir treiben die kulinarischen Rekordversuche auf die Spitze und machen dieses Gericht noch bunter.

UNGEWÖHNLICHE OLYMPISCHE REKORDE

Der grossgewachsene und ausgesprochen schwere Ricardo Blas von der kleinen Insel Guam in Mikronesien stellte 2008 einen Olympischen Rekord der ungewöhnlichen Art auf. Dank seiner Grösse eignete sich Ricardo hervorragend, um als Judokämpfer bei den Spielen teilzunehmen und trat 2008 in Peking gegen andere Judokas an. Ricardo Blas hatte aber keine Chance. Denn mit seinen 210 Kilo war er viel zu schwer und konnte sich kaum bewegen. Der Judoka aus Guam ging nicht als bester, aber als schwerster Sportler in die Geschichte der Olympischen Spiele ein.

Zwiebelringe auf Rindfleischsalat: Nicht nur Olympioniken jagen Rekorde. Auch in der Küche sind Höchstleistungen gefragt. Nicht knusprig, sondern knuspriger müssen die gebacken sein.

Knuspriger



Wie schon damals geht es auch heute neben den Stadien heiss zu und her. Auch bei der Küchenolympiade laufen ambitionierte Küchenprofis zu kulinarischen Spitzenleistung auf, steigern ihr Talent auf ein Maximum und zeigen siegesgewiss, wie man gekonnt und spielerisch bestehende Küchenrekorde bricht.



TIPP

Eine feine Perlung, eine helle zitronenbis goldgelbe Farbe und eine typische Moscato-Aromatik machen den **Besitos Moscato D.O. Valencia** zu einem harmonischen und frischen Weinerlebnis. Ein idealer Aperowein oder zu Fisch, Käse oder Desserts.

Lustiger

Zündhölzer müssen so schnell wie möglich auf einen Flaschenkopf gestapelt werden. Welche Gruppe schafft es am schnellsten? Welcher Turm ist der Höchste? Das Zündhölzer-auf-Flaschenkopf-stapeln ist ein lustiger Zeitvertreib für die ganze Familie.



Volg-Kochkurs im September Wilder Herbst

Wie Sie aus sagenhaften Herbstschätzen märchenhafte Gerichte zaubern, erfahren Sie bei uns im Kurs. **Infos dazu finden Sie auf Seite 45.**

granini[®] & ich

so beginnt
der tag!



*

* in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

graniniundich.ch



Saftiger

Savarin: Getränk in Likör oder Sirup ist er ein ausgesprochen saftiger Kuchen und wird oft als König der Nachspeisen bezeichnet. Mit frischem Fruchtsalat angeordnet, ist der Savarin der unangefochtene Sieger unter den Desserts.

SCHRITT für SCHRITT
Savarin



①

Formen mit Butter ausstreichen und mit Mehl bestäuben. Teig in die Formen geben und zugedeckt aufs Doppelte aufgehen lassen. Savarins in der unteren Ofenhälfte 15–20 Min. backen und auskühlen lassen.



②

Für den Sirup alle Zutaten verrühren. Savarins in die Formen zurücklegen und noch warm mit dem Sirup übergossen, bis alles aufgesogen ist. Auf Teller stürzen und nach Belieben mit Fruchtsalat füllen.



Schärfer

Kreolisches Huhn: Ein würzig-scharfes Gericht, das ganz nach Lust und Laune noch schärfer zubereitet werden kann. Wie die Olympiade verbindet auch die Kreolische Küche Völker. Einst von europäischen Einwanderern geprägt und mit afrikanischen Zutaten ergänzt, sind Kreolische Gerichte besonders schmackhaft und vielfältig.

SCHRITT für SCHRITT
Kreolisches Huhn



①

Tomaten grob hacken, mit den übrigen Zutaten gut vermischen und mit Chili abschmecken. Pouletfilets mit der Sauce übergossen und im Ofen 20 Min. garen.



②

Poulet aus der Sauce nehmen, mit Sesam bestreuen und rundum kurz anbraten. Sauce in einem Reisring anrichten und die Pouletbrüste auf die Sauce geben.



TIPP

Ein vielschichtiges Bouquet von Beeren, Würze und Holzaromen machen den granatroten **Rendola Rosso Toscana** zu einem harmonischen Weinerlebnis. Ideal zu leichten Gerichten oder Käse.





Das Gute teilen.

GRATIS

Frühstücksbrettchen erhalten

So einfach geht's:

1. zwei Hero Delicia mit Anhänger kaufen
2. zwei Bestell-Codes im Anhänger freirubbeln
3. Codes auf der Internetseite eingeben
und Brettli erhalten



Sagenhaft gut
mit Butterzopf
von

Hiestand 

hero.ch



Birnenroulade:
Ein rekordverdächtig
luftiger Genuss!

Luftiger

Die Siegerehrung ist der wohlverdiente Abschluss jeder kulinarischen und auch sportlichen Olympiade. Mit feinen Zutaten luftig und leicht zubereitet, ist die Birnenroulade die Goldmedaille nach zahlreichen Wettkämpfen und unzähligen Rekordversuchen. Ob in der Küche oder auf dem Sportplatz – die Teilnehmer haben sich nicht nur einen Podestplatz, sondern auch ein süsses Stück Dessert der Extraklasse verdient.



TIPPS & TRICKS

von Jonas Schönberger

- Die fertig eingerollte Roulade mit dem «überlappenden Ende» nach unten kühl stellen, damit sie sich nicht wieder ausrollt.
- Das Bestreuen vom gebackenen Biscuit mit Kristallzucker verhindert das Klebenbleiben der obersten Schicht.
- Beim Bestreichen mit Füllung rundum einen Rand frei lassen, damit es beim Rollen nicht ausquillt.
- Um das Aufweichen des Biscuits durch feuchte Füllungen zu verhindern, bestreicht man es vorgängig mit einer dünnen Schicht Konfitüre.
- Biscuitrouladen eignen sich hervorragend zum Einfrieren.



Alle Zutaten für rekordverdächtige Kuchen und Rouladen finden Sie in Ihrem Volg!



Für feurige Momente – Dschingis-Spiess

Würzige Specktranchen, knackige rote und gelbe Peperoni und zarte Pouletbrust machen Dschingis-Spiessli zu einem einzigartigen kulinarischen Erlebnis und sorgen diesen Monat für feurige Momente auf Ihrem Grill. Während des Volg-Spiessli-Festivals finden Sie jeden Monat eine neue und schmackhafte Spiessli-Variation. En Guete!



Weinangebot des Monats

Geniessen Sie ein kulinarisches Abenteuer – der kräftige Alves Vieira Reserva und der pikante Gorgonzola versprechen Genuss pur.

Eine genussvolle Entdeckung

Portugal ist ein Land der Abenteurer und Entdecker. Zahlreiche portugiesische Seefahrer machten sich einst auf, um neue Handelsrouten nach Indien, Asien oder Amerika zu erforschen. Das kleine Land am Westzipfel Europas ist ein ehemaliges Weltreich mit einer reichen Geschichte. Seine Kultur ist geprägt von abenteuerlichen Legenden, melancholischer Musik und ausgezeichneten Weinen. Das eigenwillige portugiesische Klima erlaubt den Anbau ganz unterschiedlicher Rebsorten. Im kühlen Norden an der Atlantikküste werden leichte, im Landesinneren schwere, tanninreiche Rotweine wie der Alves Vieira Reserva produziert. Für diesen harmonischen Rotwein werden die Trauben von Hand gelesen und für 24 Stunden kühl gelagert, bevor sie gekeltert werden. Der rubinrote Alves Vieira Reserva verströmt ein angenehmes Aroma von reifen Beeren und besticht mit feinen Noten von Kakao und Eukalyptus. Ein eleganter Wein, der die Lust nach Abenteuern zu wecken vermag.

Eine legendäre Verführung



Auch die Geschichte des Gorgonzolas ist geprägt von Legenden über Abenteurer. In einer der Geschichten wird erzählt, dass ein Melker während des Abendmelkens und während der darauffolgenden Nacht von einer verführerischen Magd von der Arbeit abgehalten wurde. Am nächsten Morgen schüttete der

verzückte junge Mann die frische Milch in die geronnene des Vorabends. Daraus sei ein cremig-würziger Blauschimmel-Weichkäse entstanden. Der pikante Gorgonzola, geschaffen aus Sehnsucht und Abenteurer, ist ein würdiger Begleiter zum anmutigen Alves Vieira Reserva.

**Wein
des Monats**
Alves Vieira Reserva,
2013/14
75 cl, statt 12.50
Fr. **9.90**

Ein sagenhaftes Paar – der elegante Alves Vieira Reserva und der würzig-cremige Gorgonzola

**Käse
des Monats**
Gorgonzola
100 g, statt Fr. 2.50
Fr. **1.90**
Portion 200 g, statt Fr. 4.50
Fr. **3.80**

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

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



Alves Vieira Vinho Branco, 2015, Portugal
Charakter Mit Aromen von Grapefruit, Zitronengras und feinen Zitrusnoten. Elegant am Gaumen mit schönem Säurespiel im Abgang.
Trinken Jung trinken, bis 2 Jahre, bei 8–10 °C
Passt zu Meeresfrüchten, portugiesischem Stockfisch oder als Aperitif
Punkte 16.5 (2014)



Marqués de Riscal Rueda DO, 2015, Spanien
Charakter Duftnoten nach tropischen Früchten zeichnen diesen besonders aromatischen Wein aus. Umhüllend am Gaumen mit elegantem Abgang.
Trinken Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C
Passt zu Fisch, kaltem Fleisch und Pasta
Punkte 17* (2014)



Besitos Moscato D.O. Valencia, 2015, Spanien
Charakter Eine feine Perlung charakterisiert diesen hellen, von zitronen- bis goldgelben Wein. Am Gaumen ist er frisch und mit satten Geschmacksnoten.
Trinken Jung trinken, bei 8–10 °C
Passt zu Fisch, asiatischen Gerichten, Frucht-desserts oder als Aperitif
Punkte 16 (2014)



La Côte AOC Lumière du Soleil, 2014, Schweiz
Charakter Ein lebendiger, verspielter Wein mit typischen Chasselasaromen sowie einer frischen Säure am Gaumen.
Trinken Jetzt geniessen, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C
Passt zu Eglifilets, Fondue oder als Aperitif
Punkte 17



Alves Vieira Reserva, Vinho Tinto, 2013/14, Portugal
Charakter Ein rubinroter Wein mit Aromen von reifen Beeren und feinen Noten von Kakao und Eukalyptus.
Trinken Bis 5 Jahre, bei 15–17 °C
Passt zu Lambraten, Spareribs, kräftigen Saucen, Reisgerichten und Hartkäse
Punkte 16.5 (2013)



Marqués de Riscal Rioja DOCA Reserva, 2011, Spanien
Charakter Ein kirschfarbener und würziger Wein mit balsamischen Aromanoten und Nuancen von reifem Obst. Am Gaumen frisch mit sanften Tanninen und leichtem Biss.
Trinken Bis 7 Jahre, bei 16–18 °C
Passt zu rotem und gegrilltem Fleisch, Geflügel und Eintöpfen
Punkte 17.75



Rendola Rosso Toscano IGT, 2009, Italien
Charakter Granatrot mit Aromen von roten und schwarzen Beeren. Ein harmonischer Wein mit feinen Tanninen, dezenter Säure und angenehmer Fruchtsüsse.
Trinken Bis 9 Jahre, bei 15–17 °C
Passt zu Grilladen, Lasagne, Burger oder Crostini mit Ziegenkäse
Punkte 16

Sieger im K-Tipp Nr. 7/2016

Ein sizilianischer Genuss



Nero d'Avola Terre Siciliane IGT, Allegro, 2015, Italien

Charakter Ein dichter, rubinroter Wein mit lieblichem Auftakt und Aromen von Beeren und Gewürzen. Am Gaumen vollmundig und geschmeidig mit noblen Tanninen.
Trinken Bis 3 Jahre, bei 18 °C
Passt zu rotem Fleisch, Wild und reifem Käse
Punkte 16.5 (2014)

-25%

75 cl, statt 9.30
Fr. 6.90

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 LA CÔTE AOC LUMIERE DU SOLEIL, 75 cl, statt Fr. 59.70 nur Fr. 47.40
- ___ Anzahl 6er-Karton MARQUES DE RISCAL RUEDA, 75 cl, statt Fr. 75.- nur Fr. 59.40
- ___ Anzahl 6er-Karton BESITOS MOSCATO D.O. VALENCIA, 75 cl, statt Fr. 53.40 nur Fr. 41.70
- ___ Anzahl 6er-Karton ALVES VIEIRA VINHO BRANCO, 75 cl, statt Fr. 57.- nur Fr. 45.-
- ___ Anzahl 6er-Karton NERO D'AVOLA TERRE SICILIANE ALLEGRO, 75 cl, statt Fr. 55.80 nur Fr. 41.40
- ___ Anzahl 6er-Karton RENDOLA ROSSO TOSCANO IGT, 75 cl, statt Fr. 69.- nur Fr. 53.40
- ___ Anzahl 6er-Karton MARQUES DE RISCAL RIOJA DOCA RESERVA, 75 cl, statt Fr. 123.- nur Fr. 95.40
- ___ Anzahl 6er-Karton ALVES VIEIRA RESERVA VINHO TINTO, 75 cl, statt Fr. 75.- nur Fr. 59.40

Name: _____ Vorname: _____

Telefon: _____

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





Marktplatz

Im Sommer ist ein kühles Bier der Durstlöscher schlechthin sowie der Inbegriff für Geselligkeit und Genuss. Bier ist aber nicht nur ein erfrischendes und unter Schweizerinnen und Schweizern äusserst beliebtes Getränk, Bier ist auch ein Stück Kulturgeschichte. Erste Biersorten wurden bereits vor ca. 4000 Jahren an den Ufern des Euphrat und Tigris gebraut und erfreuten sich schon damals schnell grosser Beliebtheit.

Ein Bier für alle Fälle. Kühl, erfrischend und allseits beliebt. Eine grosse Auswahl an verschiedenen Biersorten, ob kräftig oder leicht, finden Sie im Volg.

Jedem Durst sein Bier



Eine grosse Auswahl an Schweizer Biersorten finden Sie in Ihrem Volg.



Wurst-Käsesalat an Bierdressing

Für 4 Personen:

6 **Cervelas** schälen, in feine Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. 200 g **Emmentaler** in Würfel oder dünne Scheiben schneiden. 2 in Ringe geschnittene **Zwiebeln**, 200 g in Würfel geschnittene **Cornichons** und den Emmentaler zu den Cervelas geben. 0,5 dl helles **Bier** mit 0,5 dl **Gemüsebouillon** in einer Schüssel verrühren. Mit **Salz**, **Pfeffer**, 1 TL **Zucker** und 1 Pr. **Cayennepfeffer** pikant abschmecken. 1 dl **Olivöl** einrühren. Wurstsalat mit dem Dressing anmachen, ca. 20 Min. ziehen lassen. Nochmals abschmecken und mit 1 Bd. gehackter **Petersilie** bestreuen und servieren.

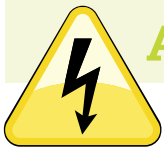
Zubereitung: 40 Min.



Dank den praktischen Multipacks transportieren Sie Ihr Bier einfach nach Hause.

Das grosse Bierfestival

Neben den bekannten Biersorten wie das typische, helle Lager, Weizen- oder Premiumbier tüfteln Schweizer Bierbrauer unentwegt an neuen Rezepturen. In den letzten Jahren sind zahlreiche lokale Brauereien entstanden, die mit ihren Spezialitäten die Schweizer Biervielfalt bereichern. Ob ein Helles, Dunkles oder ein Alkoholfreies - die reiche Schweizer Bierauswahl bietet für jeden Geschmack das Passende.



Aktueller Tipp

Die leistungsstarken
Energizer EcoAdvanced sind
ein zuverlässiger Partner.



Immer dabei:

Energizer EcoAdvanced sind leistungsstarke und dank neuer Technologien auch nachhaltige Alkali-Batterien für alle elektronischen Geräte. Energizer EcoAdvanced finden Sie in Ihrem Volg.



10 Jahre haltbar und garantiert auslaufsicher. Dank neuem Anti-Auslaufsystem Energizer MAX gibt Energizer 2 Jahre Garantie gegen Auslaufen für alle Energizer Ultra+ Zellen.



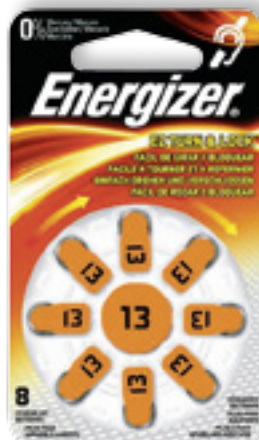
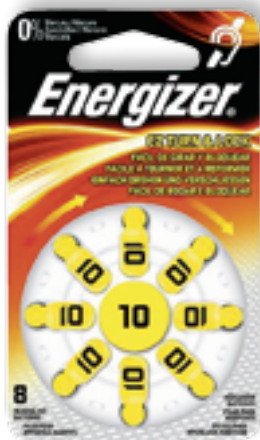
Der Umwelt zuliebe – Energizer EcoAdvanced werden ohne Quecksilber und Cadmium hergestellt.

Ohne Batterien kommt so gut wie kein Haushalt aus. Ob für Spielsachen, Taschenlampen, die Fernbedienung des Fernsehers oder für kabellose Computertastaturen – die kleinen Stromspender sind aus dem Alltag kaum mehr wegzudenken. Batterien haben, je nach Qualität und Anspruch, eine ganz unterschiedliche Lebensdauer. Energizer EcoAdvanced sind ausgesprochen leistungsstarke Alkali-Batterien, die auch für die Anwendung in High-tech-Geräten geeignet sind.

Bahnbrechende Technologie

Bei Energizer stehen Leistung und Verantwortung gleichermaßen im Vordergrund.

Die drei wichtigsten
Hörgerätebatterien
gibt es in Ihrem Volg.



Der Anspruch ist, die Natur und Umwelt für kommende Generationen zu erhalten und einen positiven Beitrag zur Gesellschaft zu leisten. Daher werden alle Energizer Produkte ohne Quecksilber und ohne Cadmium produziert. Zudem werden ausschliesslich 100% recyclingfähige Verpackungen mit Farben ohne Schwermetalle verwendet. Dank einer zukunftsweisenden Technologie ist es mit Energizer EcoAdvanced gelungen, eine gleichermassen nachhaltige wie leistungsstarke Batterie zu entwickeln. Das Ziel ist, mehr recycelte Materialien zu verwenden. Energizer ist seit jeher Vorreiter für neue Produkte und Technologien, die sich durch fortschrittliche Leistung und optimale Umwelteigenschaften auszeichnen.

Batterien fürs Hörgerät, damit Sie nichts verpassen

Rund 900'000 Personen sind in der Schweiz hörgeschädigt und tragen ein Hörgerät. Die Versorgung geschieht hauptsächlich über ein Fachgeschäft. Wenn es aber schnell gehen muss, gibt es jetzt eine

Lösung für frische Batterien gleich in Ihrem Dorfladen. Seit einiger Zeit führt auch Volg die drei wichtigsten Hörgerät-Batterientypen im Sortiment: HA 3, HA 13 und HA 312. So können Sie unbesorgt, bequem und ganz in Ihrer Nähe Ihre Energizer Hörgerät-Batterien ersetzen.

Strom für alle Fälle

Damit Sie auch beim
nächsten Konzert auf
keinen Ton verzichten
müssen.

that's positivenergy™

Volg. Im Dorf daheim.

Dank Volg im Tal kraftvoll zur Berghütte

«Die Lagerung von Frischprodukten ist in der Hütte etwas schwierig. Deshalb sind wir sehr froh über den Volg im Tal.»

Hüttenwartin Gabi Aschwanden,
Kundin im Volg Linthal (GL)



Seit 25 Jahren arbeitet Gabi Aschwanden dort, wo andere ihre Freizeit verbringen: in luftiger Höhe auf 2111 Meter über Meer in den Glarner Alpen. Am Fusse des Tödis bewirte sie in der Fridolins-hütte pro Saison bis zu 2000 Wanderer, Bergsteiger und Skitourenfahrer. In einem kleinen See vor der Hütte können sich die Gäste im Sommer abkühlen.

«Ohne den Dorfladen im Tal wäre unser Leben auf dem Berg einiges komplizierter.»

Hüttenwartin Gabi Aschwanden,
Kundin im Volg Linthal (GL)

Die frischen Produkte in ihrer Hütte kauft Gabi Aschwanden hauptsächlich im Volg in Linthal. «Die Lagerung von Frischprodukten ist in der Hütte etwas schwierig. Deshalb sind wir sehr froh über den Volg im Tal. So können wir auch mal schnell etwas besorgen, wenn unerwartet Gäste kommen.» Mit schnell meint die Hüttenwartin übrigens rund 1,5 Stunden Abstieg und rund 2 Stunden Aufstieg.



Hinter dem kleinen See vor der Hütte ist der Bifertenfirn zu sehen, über den die Bergsteiger auf den Tödi gelangen.

Anfang Saison transportiert Gabi Aschwanden jeweils auch ihre beiden Katzen den Berg hinauf. Mäuse gibt's danach keine mehr in der Fridolinshütte.



Der 3614 Meter hohe Tödi – der Hausberg der Glarner und Ziel vieler Bergsteiger und Skitourenfahrer

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.



Regionaler Honig aus dem Dorfladen vom Linthaler Imker Stefan Manser finden Sie im Volg Linthal.



Typisch Schweiz – Typisch Volg



Kurt Ulmann war langjähriger Direktor der Strafanstalt Gmünden und wird in diesem Jahr pensioniert. Im Mai hatte Alexandra Horvath seine Nachfolge angetreten.



Betreuung durch Fachleute: Werkstattbetreuer Werner Giger hat das Papier in die Maschine eingerollt.

Im Gespräch mit

Kurt Ulmann und Alexandra Horvath

Herr Ulmann, was sind die Werkstätten der Strafanstalt Gmünden?

«In den Werkstätten der Strafanstalt Gmünden gehen bis zu 50 Insassen einer täglichen Arbeit nach. Sie fertigen unter anderem die Rolli Tex Kleiderroller an, die im Volg verkauft werden.»

Was sind die Stärken der Werkstätten?

«Die Kleiderroller werden nach der ISO-Norm 9001 2008 hergestellt. Das heisst, alle Schritte der Produktion können jederzeit zurückverfolgt werden. Auch Termin- und Liefertreue sind uns ausserordentlich wichtig. Wir bieten einen eigenen Transportservice und Lagermöglichkeiten.»

Was verbindet Sie mit Volg?

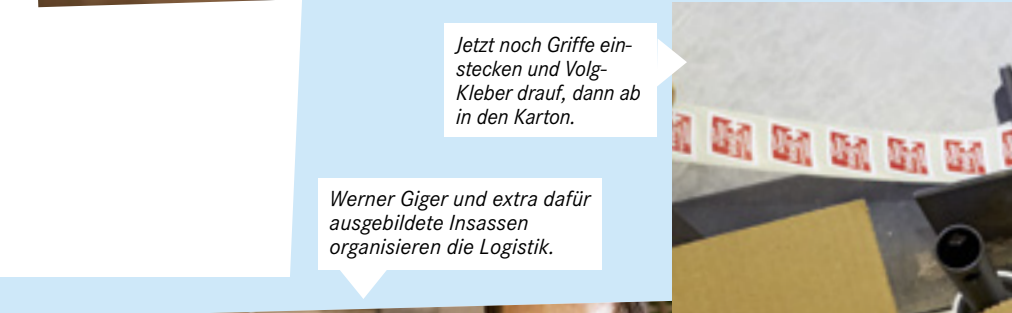
«Volg ist mit einem Anteil von 80 % der grösste Abnehmer unserer Rolli Tex Kleiderroller. Mit Volg verbindet uns auch der Auftrag der regionalen Wertschöpfung: Die Bestandteile für unsere Produkte erhalten wir von Schweizer Firmen.»

Was ist das Besondere an den Kleiderrollen, die in Ihren Werkstätten angefertigt werden?

«Bei uns ist alles besonders! Die Kleiderrollen werden von Menschen hergestellt, die nicht freiwillig an diesem Ort sind. Die tägliche Arbeit verleiht ihnen eine geregelte Tagesstruktur und begünstigt den beruflichen und gesellschaftlichen Wiedereinstieg. Für die Arbeit erhalten sie nicht nur Lohn, sondern auch Anerkennung und Lob – etwas, dass viele Insassen vorher noch nicht gekannt haben. Über die Arbeit lässt sich eine Beziehung zu ihnen herstellen, was die Betreuung und Förderung erleichtert. Die Rolli Tex Kleiderroller sind ein gutes Zeugnis unseres sozialen Leistungsauftrags.»



Die Schutzfolie wird von Hand angebracht.



Jetzt noch Griffe einstecken und Volg-Kleber drauf, dann ab in den Karton.

Werner Giger und extra dafür ausgebildete Insassen organisieren die Logistik.



Vor allem bei Haustierbesitzern beliebt: Die Klebrollen entfernen Fusseln und Haare von Kleidern.

In der offenen Vollzugsanstalt in Gmünden fertigen Insassen die Rolli Tex Kleiderroller an. Die Arbeit ist Teil des sozialen Leistungsauftrags der Anstalt.

Qualität aus Gmünden

Die Rolli Tex Kleiderroller sind mit Griff oder als Ersatzrolle ohne Griff erhältlich.

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.



Schwyz Milch. Der natürliche Antrieb.



**Schwyz Milch und
der Sommer ist schön.**

Schwyz Milchhaus
CH-6430 Schwyz · 041 819 80 00
www.milchhuus.ch



**SCHWYZER
MILCHHUUS**
TRADITIONSKÄSEREI SEIT 1899



Hausmarke

Ein süsser Knabberspess für heisse Tage: die feinen Volg-Guetzli

Ob als knuspriger Snack oder feines Dessert – die gluschtig-zarten Volg-Guetzli sind an heissen Sommertagen die ideale, süsse Ergänzung in Ihrem Picknickkorb.

Ein süsser Sommerspess

Endlich Sommer, endlich Badi-Wetter. Zeit für einen Tag an der Sonne. Das Picknick ist gepackt und es kann losgehen. Ein süsser Snack darf auf keinen Fall fehlen und muss unbedingt mit. Doch bei warmen Temperaturen muss klug gewählt werden, denn nicht alle Naschereien sind für einen Tag an der Sonne geeignet. Ideal ist ein knusprig-zartes Gebäck wie die Spitzbuben, Vogelnestli oder Wienerwaffeln von Volg. Sommer, Sonne und eine süsse Knabberei für zwischendurch sind pures Vergnügen für die ganze Familie.

Knusprig, fruchtig, süss

Ein zarter Mürbeteig, luftige Haselnuss-Makaronen-Masse, ein duftender Sabléteig oder eine feine Mandelmasse, teilweise mit einer süssen Puderzuckerschicht überzogen und stets mit einem Klecks fruchtiger Konfitüre – die Spitzbuben, Vogelnestli oder Wienerwaffeln von Volg sind zum Anbeissen süss und darüber hinaus ein unvergessliches Dessert-Erlebnis. Die drei Kreationen sind mit ausschliesslich Schweizer Zutaten hergestellt und haben ausser dem süssen Herzen noch mehr gemeinsam: Sie sind die perfekten, kleinen und feinen Begleiter bei Ihrem Sommerausflug.

200 g
Fr. 3.20



Beliebt und begehrt und für jeden Spess zu haben – die Spitzbuben, Vogelnestli und Wienerwaffeln von Volg

200 g
Fr. 3.50

Lipton
ICE TEA

Die absolute Erfrischung!

NEU

SPARKLING ICE TEA*
Natürlich erfrischender Tee mit leichter Kohlensäure.

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

The advertisement features a vibrant yellow background with a pattern of light-colored circles. On the left, a woman with curly blonde hair and yellow sunglasses is smiling broadly, wearing a floral-patterned top. Behind her, another woman is partially visible. In the center, two cans of Lipton Sparkling Ice Tea are shown: one labeled 'LEMON' and the other 'PEACH'. To the right, three plastic bottles of Lipton Sparkling Ice Tea are displayed: two in shades of brown/orange and one in green. The bottles are surrounded by fresh fruit slices, including a peach and an orange, and a splash of water. The Lipton logo is prominently displayed on all product packaging.

Hol dir dein Energie-Frühstück!

find us on www.facebook.com/ovomaltine

Ovomaltine
crunchy cereal

Ovomaltine
crunchy cream

Ovomaltine

The advertisement has a warm orange background. On the left, a breakfast scene is depicted on a wooden table, featuring a glass of orange juice, a loaf of bread, a plate with a slice of bread topped with Ovomaltine cereal and cream, and some green grapes. In the center, a jar of Ovomaltine 'crunchy cream' is shown. To the right, two bags of Ovomaltine 'crunchy cereal' are displayed. The Ovomaltine logo is present in the top right and bottom right corners. Small, stylized line drawings of people are scattered throughout the scene: one person riding a bicycle, one person sitting at a table, and one person sitting under an umbrella.

In eigener Sache *Sternschnuppe*

Träume schenken mit Volg-Märkli

Spenden Sie zwischen dem 8. August und dem 17. September Ihre Volg-Märkli und helfen Sie mit, Kindern mit einer Krankheit oder Behinderung einen Herzenswunsch zu erfüllen.



Helfen Sie mit. Sammeln Sie Märkli und unterstützen auch Sie die Kinderhilfe Sternschnuppe.



Dank Ihrer Unterstützung unvergessliche Momente erleben

Stiftung Kinderhilfe Sternschnuppe

Die Stiftung Kinderhilfe Sternschnuppe ist eine schweizweit tätige Non-Profit-Organisation und erfüllt seit 1993 Kindern mit einer Krankheit oder Behinderung Herzenswünsche. Zudem offeriert die Stiftung Freizeitangebote für Familien mit betroffenen Kindern sowie für Institutionen, welche sich für die Interessen dieser Kinder einsetzen.

www.sternschnuppe.ch



Die Erfüllung eines Herzenswunsches hilft kranken Kindern in einer schwierigen Zeit, Kraft, Zuversicht und neuen Mut zu gewinnen. So individuell wie die Kinder sind auch ihre Wünsche. Sei es Hand in Hand mit einem Fussballidol ins Stadion einlaufen oder als Zirkusartist in der Manege das Publikum verzaubern – jeder Wunsch ist einzigartig. Mit viel Feingefühl und Sorgfalt erfüllt die Stiftung Kinderhilfe Sternschnuppe Träume, bringt Freude und Abwechslung und versucht, den oft belastenden Alltag betroffener Kinder und ihrer Angehörigen zu bereichern.

Mitmachen und Wünsche erfüllen

Sammeln Sie unter dem Motto «Volg-Kunden spenden für die Erfüllung von Herzenswünschen» fleissig Märkli und helfen Sie mit, die Stiftung Kinderhilfe Sternschnuppe finanziell zu unterstützen. Legen Sie einfach Ihre Volg-Märkli oder Ihr Märkli-Heft in die vorgegebene Spendenbox in Ihrem Volg-Laden. Volg rundet anschliessend den gespendeten Betrag grosszügig auf. Ihr Beitrag hilft, Kindern mit einer Krankheit, einer Behinderung oder einer schweren Verletzung unvergessliche Momente zu ermöglichen.



In eigener Sache *Militärbiscuits/-schoggi*

Wer Militärdienst geleistet hat, weiss es: Zwischenverpflegungen nennt man im Soldatenjargon «Zwipf». Wer keinen Militärdienst leistet, wird es bald auch wissen: wie gut die typischen Pausensnacks der Armee schmecken. Pünktlich zum Nationalfeiertag werden die originalen Militärbiscuits und -schoggi exklusiv in Volg-Läden zum Kauf angeboten. Allen – auch Zivilisten.

Salzig? Süss? – Am besten gleich beides

Das 1959 vom traditionsreichen Schweizer Feingebäckspezialisten Kambly kreierte Militärbiscuit spiegelt auf verblüffende Weise das Neutralitätsprinzip unseres Landes wider: Das «Guetzli der Nation» schmeckt sowohl süss als auch salzig. Eine nicht alltägliche Spezialität, die sich geschmacklich auch ausserhalb von Kasernenarealen mehr als nur zeigen kann und vermutlich sogar ungeahnte neue Fans erobern wird. Ursprünglich als Brotersatz gedacht, ist es

Pünktlich zum 1. August sind auch dieses Jahr Militärbiscuits und -schoggi exklusiv in Volg-Läden erhältlich. Auch für Zivilisten.

Diesen Geheimitipp können wir lüften: das Rezept für Früchte-Crumble «à la Military»



Militärgeheimnis

ist jetzt Zivilisten zugänglich

Zwetschgen-Streusel

Zutaten für ein Backblech mit 24 cm Ø:

100 g fein zerbröselte **Militärbiscuits**, 1 EL **Mehl** und 100 g **Zucker** vermischen, 100 g **Butter** dazugeben, rasch zu einem Teig kneten, in Folie einpacken und kühl stellen. Gefettetes Backblech mit 1 Pack rundem und ausgewaltem **Kuchenteig** auslegen, mit einer Gabel einstechen, mit 3 EL gemahlene **Haselnüssen** bedecken und 250 g halbierte und entsteinte **Zwetschgen** darauf verteilen. Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C 10 Min. backen. Für den Guss 2 **Eier**, 2 dl **Rahm**, 1 EL **Mehl**, 2 EL **Zucker** und 1 TL **Vanillezucker** mit dem Stabmixer vermischen. 1 Pack grob gehackte **Militärschoggi** dazugeben und über die Zwetschgen verteilen und weitere 15 Min. backen. Teig an einer Röstiraffel zu Streuseln raffeln, über dem Kuchen verteilen und fertig backen, bis die Streusel goldgelb sind.

Zubereitung: 20 Min. + 40-50 Min. backen

sehr nahrhaft und über ein Jahr haltbar. Wer jetzt vom zeitlich befristeten Volg-Angebot profitiert, kann sich also bis mindestens 1. August des kommenden Jahrs an den Militärbiscuits erfreuen. Und nicht nur daran: Mit diesen speziellen Biscuits lassen sich eine ganze Reihe überraschender Gerichte zubereiten.

Militärs machen kein Geheimnis daraus

Die Zwischenverpflegungen unserer Soldaten sind kein Militärgeheimnis. Soldaten verteilen sie traditionell auch unters Volk, insbesondere an Kinder. Nur die Kambly-Rezeptur des Militärbiscuit-Teigs ist streng geheim. Ein offenes Geheimnis ist hingegen die Beliebtheit der Militärschoggi unter Soldaten: ideal für den Hunger oder den Gluscht zwischendurch – nicht nur von Soldaten. Also Abmarsch in den nächsten Volg: Militärbiscuits und -schoggi sind für alle da – aber nur solange es hat.

Weiterhin streng geheim:
die Militärbiscuit-Rezeptur
aus dem Jahr 1959
von Oscar J. Kambly

Ein Geheimfavorit unter
Soldaten: die Militärschoggi,
auch «Off-Schoggi» genannt



**Genuss für unterwegs und zu Hause.
Roland bewegt.**



Belinda Bencic

BELINDA BENCIC

TEAM ROLAND

Mehr Informationen unter www.roland.ch

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

mehr zum thema

Spot an! Desserts in Szene setzen

Die knusprige Blitz-creme zeigt sich in kleinen Gläsern in ihrer vollen Pracht. Farbige Löffel sorgen für noch mehr Glanz.



Blitz-Creme im Glas

Zutaten für 8 Gläser:

8 Mini-Meringues in kleine Gläser bröseln.
8 EL gemischte Beeren darüber verteilen.
1 dl Schlagrahm unter 1 Dose Vanille-Creme mischen, z.B. Stalder, über die Beeren verteilen. Löffel aufstecken und servieren.
Zubereitung: 5 Min.

Eingefüllt und

aufgespiesst

Kreieren Sie praktische und einladende Desserts für Ihren Anlass!
Zum Beispiel am Spiess, als Lolli oder im Glas.

Cremig und fruchtig ist die Blitz-Creme. In kleinen Gläsern aufgetischt, zeigt sie Schicht für Schicht, was in ihr steckt. Die Vanille-Creme und die gemischten Beeren sorgen für eine fruchtige Süsse und die Meringue-Brösel für eine knusprige Überraschung am Gaumen. Mit kleinen, aufgesteckten Löffelchen kann der Partygast die Süssspeise sofort geniessen.

Die beliebte, aus Frankreich stammende Eierspeise Crêpe macht auch in praktischer Häppchenform eine gute Figur. Zusammengerollt, in Streifen geschnitten und auf Stäbchen gesteckt, zaubern diese süssen Spiesse Festlaune aufs Dessert-Parkett.

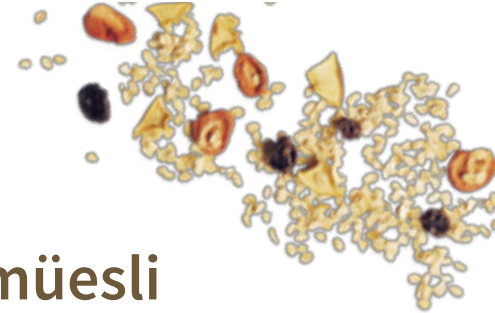

Crêpe am Spiessli

Zutaten für 20 Spiessli:

30 g Butter schmelzen und auskühlen lassen.
100 g Mehl, 2 Pr. Salz, 3 Eier und 2,5 dl Milch in einer Schüssel zu einem glatten Teig vermischen und dann ca. 30 Min. ruhen lassen.
In einer Bratpfanne goldgelbe Crêpes ausbacken und auf einem Gitter auskühlen lassen.
150 g Mascarpone und 150 g Nutella auf die Crêpes streichen. Crêpes satt aufrollen und in Rädli schneiden. Die Rädli an die Spiesse stecken und servieren.
Zubereitung: ca. 1 Std.



Für einmal nicht gefaltet, sondern gerollt, geschnitten und aufgespiesst: herrlich süsse Crêpes am Spiessli



MORGA Birchermüesli und die Sache mit den Ballaststoffen ist gegessen.

Für einmal ist Ballast nicht schwer, bringt dafür aber viele Nebeneffekte: Mit Fini geniessen Sie einen unbeschwerten Tag dank hochwertigen Getreidesorten und getrockneten Früchten.



Natürlicher Genuss aus der Schweiz.
MORGA AG, CH-9642 Ebnet-Kappel, www.morga.ch

ZAUBERN SIE IM HANDUMDREHEN EIN FEINES
DESSERT, MIT UNSEREN VOLG GLACES

*Exotischer
Schokoladentraum*



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

4 Kugeln Vanille Glace
240g Schokoladencrème
200g frische Mango

ZUBEREITUNG: Mango schälen und in 1,5 cm dicke Würfel schneiden. Die Schokoladencrème 3-4 Min. auf niedriger Stufe aufwärmen. 2 doppelwandige Gläser auf 4 Tellern nebeneinander anrichten. In ein Glas die aufgewärmte Schokoladencrème geben, in das andere die Mangowürfel mit je einer Kugel Vanille Glace.

TIPP: Die Mango kann durch saisonale Früchte ersetzt werden (z.B. pochierte Birnen).



Frucht-Sticks

Zutaten für ca. 18 Sticks:

300 g **Früchte** in grobe Würfel schneiden, z.B. Ananas, Pfirsich, Birnen. Je ein Fruchtstück an einen Spieß stecken. 1 Pack **Kuchenglasur** gemäss Packung zubereiten. Fruchtstücke in die Glasur eintauchen, aber nicht ganz, so dass die Frucht noch erkennbar ist. 2-3 EL **bunte Zuckerhügeli** in eine Schale geben. Die Schokospitze in die Zuckerhügeli tauchen und trocknen lassen.
Zubereitung: 20 Min.

Es muss nicht immer ein Fruchtsalat sein. Überraschen Sie Ihre Gäste mit Frucht-Sticks! An Holzgäbelchen gesteckt und mit Glasur versüsst.

Aufgegabelt und eingetaucht

Caramellisierte Apfelkugeln

Zutaten für 20 Stück:

200 g **Zucker** auf kleiner Hitze caramellisieren. Unter ständigem Rühren 3 EL **Wasser** dazugeben und zu einer dicken Melasse einkochen. 2 **Äpfel** schälen und mit dem Pariserlöffel 20 Kugeln ausstechen. Die Kugeln in 30 g **Maizena** drehen und **Zahnstocher** einstecken. Dann die Kugeln durch den Caramel ziehen, auf ein umgedrehtes Lochsieb oder eine halbierte Orange stecken und auskühlen lassen.

Zubereitung: 30 Min.

Tipp: Die Apfelkugeln sollte man sofort geniessen.

Ein Obst-Bouquet der speziellen Art: Verschiedene Früchte in Häppchengrösse auf Holzgäbelchen gesteckt und mit Kuchenglasur überzogen, ergeben ein praktisches Frucht-dessert. Farbige Zuckerkügelchen geben Banane, Apfel, Ananas und Co. das festliche Antlitz. Ein Gäbelchen schnappen und weitertanzen...

Caramel und Apfel sind Bonny und Clyde der Dessertwelt. Sie passen zusammen wie die Faust aufs Auge und der Geschmack ist kriminell gut. Kandierte Äpfel, auch Paradiesäpfel genannt, werden vor allem an Chilbis feilgeboten. Kleine, caramellierte Apfelkugeln verleihen aber auch bescheidenen Anlässen Jahrmartstimmung. Die Mini-Paradiesäpfel können noch mit Zuckerstreusel verziert und dann beispielsweise auf einer Melonen- oder Orangenhälfte eingesteckt praktisch serviert werden.

Paradiesisch gut: Verzierte und aufgesteckte Mini-Paradiesäpfel machen Ihren Anlass zum Garten Eden.

Bühne frei für die Glace-Lollis im Schokomantel! Die kleinen Discokugeln auf Lollistängeln sehen auf dem Eis mindestens so gut aus wie Stéphane Lambiel. Vanille und Schokolade passen wunderbar zusammen. Ein Eisblock als Spiesshalter ist ein schmucker Blickfang an jedem heissen Sommerfest.

Als Party-Dessert mit vielen Ecken und Kanten zeigen auch die Florentiner-Stängel Charakter. Mit geschlagenem Rahm aneinander geklebt und dann durch Tiefkühlung gefestigt. Stängel an den kühlen Party-Kekschen laden die Gäste zum praktischen und fidelen Naschen ein.

Knusprig feine Florentiner-Guetzli am Stängel. Die italienischen Kult-Guetzli mal anders.



Glace-Lolli mit Schoko und Chügeli

Zutaten für 24 Lollis:

Aus 1 P. **Vanille-Glace** baumnussgrosse Kugeln ausstechen und diese auf eine gekühlte Platte legen. In jede Kugel einen **Lolli-Stängel** stecken und mind. 2 Std. zurück in den Tiefkühler stellen. **Kuchenglasur** gemäss Packungsangabe zubereiten, gefrorene Glacekugeln in die warme Glasur tauchen und bis zum Servieren wieder in den Tiefkühler stellen.

Zubereitung: 15 Min. + 2-3 Std. gefrieren

Tipp: Glace-Sorte nach Belieben ändern. Die noch warme Glasur kann mit Zuckerstreuseln oder -blumen dekoriert werden.



Glace-Genuss am Spiess. Vanille und Schokolade passen wunderbar zusammen.



Florentiner-Stängel

Zutaten für 20 Stängel:

20 **Florentiner-Guetzli** mit der Vorderseite nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. 1 dl **Rahm** schlagen. Auf alle 20 Guetzli einen Tupfen geschlagenen **Halbrahm** geben und einen **Lollistängel** einsetzen. Mit 20 weiteren Guetzli bedecken. Gut andrücken und für 1 Std. in den Tiefkühler stellen.

Zubereitung: 5 Min. und 1 Std. tiefkühlen

Tipp: Servierteller/-platte vorkühlen



*Aufgesteckt
und eingefroren*



Mit selbst gemachtem Glace auf zerkleinertem Eis der Sommerhitze trotzen



Aprikosen-Becherlignace am Stiel

Zutaten für 12 Becher mit je 1 dl Inhalt:
 6 **Aprikosen** entsteinen, in grobe Würfel schneiden, mit 2 EL **Zucker** und 1 EL **Zitronensaft** vermischen und pürieren. Püree auf die Becher verteilen. 2 **Aprikosenjogurt** in eine Schüssel geben, mit 3 dl **Schlagrahm** vermischen. Über das Püree in die Becher bis 1 cm unter den Rand füllen. Im Tiefkühler anfrischen lassen. Nach 30 Min. Stäbchen einstecken, weitere 2-3 Std. tiefkühlen, dann aus dem Becher lösen.
Zubereitung: 15 Min. + 3,5 Std. gefrieren

Bastelecke:

Bunte, verspielte und kreative Akzente an Süßspeisen dürfen nicht fehlen. Wir empfehlen, eine Auswahl an Kuchendekor, Spiesse, Stängel und Co. bereit zu haben. Für Schnörkeleien oder Beschriftungen mit beispielsweise Schokoladenglasur nehmen Sie ein Spritzsäcklein. Solche können aus Backpapier selber gemacht werden. Einfach ein Dreieck mit einer längeren Kante schneiden. Das Dreieck von der Mitte der langen Kante aus drehen und dann überstehende Ecken ins Säcklein hineinfalten. Fingerfood-Spiesse gibt es in den verschiedensten Ausführungen. Erhältlich sind sie bei Grosshändlern oder bei Fachgeschäften für Partyzubehör.



Ausgeschnitten und angesteckt

Schokoladenherzen sind wohlbekannt und allseits beliebt. Für besondere Anlässe wie zum Beispiel ein Hochzeitsjubiläum darf es durchaus die selbst gemachte Deluxe-Variante sein. Mit Schokoladenglasur und Holzstängel zaubern Sie aus einer Scheibe Tiroler-Cake praktische, kleine Liebesgrüsse am Stiel. Je nach Thema des Anlasses können Sie natürlich auch andere Formen ausstechen oder ausschneiden.



Choco-Cakepop

Zutaten für 20 Lollis:
 1 Stk. **Tiroler-Cake** in Scheiben schneiden. Aus den Scheiben Herzen herausstechen und diese auf Holzspiesse stecken.
 1 P. **Schokoladenglasur** gemäss Packungsangabe zubereiten und die Herzen hineintauchen. Nach Belieben mit **Streusel** garnieren. Ein Salatsieb mit der Öffnung nach unten auf ein Blech stellen, die Lollis zum Trocknen in die Sieblöcher stecken.
Zubereitung: 40 Min.



Schokoladenherzen am Spiess sind ein Blickfang und wissen Ihre Gäste zu bezirzen.

DAS BESTE AUS DER SCHWEIZ



Tipps:

Oft müssen Desserts für Anlässe noch dorthin transportiert werden. Fragile Spiesse können beispielsweise auf eine Styroporbox gesteckt werden. Sind die Boxen farbig oder werden noch dekoriert, können sie auch gleich für die Präsentation verwendet werden. Für tiefgekühlte Desserts wie Glace oder die Florentiner-Stängel ist eine Kühlbox mit Kühlelementen nötig. Einige Party-Desserts können auch erst am Zielort für die Präsentation aufbereitet werden. Zum Beispiel bleibt Fruchtsalat länger frisch, wenn er erst kurz vor dem Verzehr in Gläser abgefüllt wird. Mehr Frische – mehr Genuss.

FRAGILE**Schoko-Crunch-Bananen**

Zutaten für 20 Stück:
4 **Bananen** in je 5 Stücke schneiden. Stücke in 2 EL **Puderzucker** wenden und an **Stängel** stecken. 2 P. **Kuchenglasur** gemäss Packungsangaben zubereiten. Bananen-Stängel durch die Schokolade ziehen. In 4 EL gehackter **Erdnüsse** abdrehen und zum Auskühlen in ein standfestes Glas stellen.
Zubereitung: 30 Min.



Ein Klassiker in Häppchenform: Bananenstücke mit Schoko-Überzug, festlich serviert, erfreuen Gross und Klein.

Cheesecake-Würfel

Zutaten für 20 Würfel à 5 cm:
50 g gehackte **Baumüsse**, 10 zerbröselte **Löffelbiscuits**, 2 EL **Zucker** und 50 g flüssige **Butter** gut vermischen. Ein hohes Blech mit Backpapier auslegen. Mischung auf den Boden geben und gut andrücken. 400 g Quark verrühren und 3 **Eier**, 120 g **Zucker** und 1 EL **Zitronensaft** dazugeben. Alles gut vermischen und auf den

vorbereiteten Boden geben. Bei 160 °C 45 Min. backen. Mit einem scharfen Messer von der Form lösen und 20 Würfel schneiden. Über Nacht kühl stellen. Vor dem Servieren Gabeln in die Würfel stecken und mit Kakaopulver bestreuen.
Zubereitung: 1 Std. + 12–15 Std. kühl stellen



Auf bunte Stängel gesteckt und in einem Glas präsentiert, fordern mit Schokolade überzogene Bananen zum Zugreifen auf. Auch Cheesecake, auf Deutsch Käsekuchen, überzeugt im Kleinformat: Nehmen Sie die Würfel in die eigene Hand und überraschen Sie die Gäste mit aufgegabelten Cheesecake-Würfeln! Der herrlich saftige Kuchenklassiker zum bequemen Naschen garantiert frivoles Dessertvergnügen.

*Einst in Griechenland erfunden, von den Römern kultiviert und nun an Ihrem Anlass in Würfelform ein Genussgarant: Alea iacta est!**

*lat.: Die Würfel sind gefallen!

Thomy und die glücklichen Hühner



Wofür steht eigentlich der Ausdruck «glückliche Hühner»? Thomy hat sich eingehend mit dem Thema beschäftigt und stellte ab 1. Mai 2016 die gesamte Saucenproduktion um, sodass nicht mehr Eier aus Bodenhaltung, sondern Eier aus Freilandhaltung in der gesamten Produktion verwendet werden.

Freilandhaltung im grossen Stil ist noch keine Selbstverständlichkeit. Thomy beispielsweise benötigt für seine gesamte Produktion jährlich 34 Millionen Eier, welche von ca. 140'000 Hühnern gelegt werden. Für die Freilandhaltung dieser Hühner wird eine Grünfläche von etwa 56 Fussballfeldern benötigt – da musste Thomy zuerst genügend Lieferanten finden, die diese Standards erfüllen.



Was ist der Unterschied?

Um den Unterschied der Haltungsarten am besten ersichtlich zu machen, gibt es einen einfachen Trick: Googeln Sie den Begriff «Bodenhaltung» und dann den Begriff «Freilandhaltung». Sie werden erkennen, dass der Unterschied im Wohl der Tiere liegt. Die kompromisslose Umstellung von Eiern aus Bodenhaltung auf Eier aus Freilandhaltung ist für Thomy ein wichtiger Meilenstein und ein klares Bekenntnis zum Thema Tierwohl und Nachhaltigkeit.

Schweizer lieben Eier

Pro Jahr geniesst jede Schweizerin und jeder Schweizer im Schnitt 170 Eier (International Egg Commission, 2015). Diese knapp 1,4 Milliarden Eier werden gekocht, gebacken, gebraten oder in verschiedensten Nahrungsmitteln weiterverarbeitet. So auch in Thomy-Produkten, von denen jeder Schweizer Haushalt im Schnitt jährlich neun konsumiert. Dazu gehören Mayonnaise sowie verschiedene Salatsaucen und kalte Saucen, welche besonders gerne zu Grilladen, Dips oder Fondue Chinoise gereicht werden.



Drei Fakten zu glücklichen Hühnern und ihren Eiern

1. Die Farbe der Eier (weiss oder braun) hat nichts mit der Qualität zu tun, sondern hängt von der Hühnerrasse ab. Hühner mit roten «Ohrläppchen» legen braune Eier und solche mit weissen legen weisse Eier. Die Farbe der Federn spielt also keine Rolle.
2. Bodenhaltung oder Freilandhaltung? Der Stempel zeigt an, woher das Ei stammt: Die erste Ziffer verrät, wie das Huhn, das das Ei legte, gehalten wurde: 0 steht für Bioeier, 1 für Eier aus Freilandhaltung, 2 für Eier aus Bodenhaltung und 3 für Eier aus Käfighaltung.
3. Das Ei als Nährstofflieferant: Das Ei enthält vor allem sehr hochwertige und lebenswichtige Eiweissbausteine. Ein einziges Ei deckt rund 10% des täglichen Protein- und Vitamin D-Bedarfs und über 20% des Bedarfs an Vitamin A eines Erwachsenen ab.

Wettbewerb

Die natürlichen Schaumweine von Café de Paris werden aus sechs verschiedenen Rebsorten aus der Bordeaux-Region gekeltert und mit natürlichen Aromen reifer exotischer Früchte wie Litchi verfeinert. Für diejenigen, die es lieber frisch und spritzig mögen, gibt es die Cocktailvariante Hugo oder den klassischen Rosato. Café de Paris ist ein entzückend leichter Franzose, der mit seinem einzigartigen Geschmack seine Liebhaber zu ver-

führen weiss. Spielen Sie mit und gewinnen Sie ein traumhaftes Wochenende in Paris.

Ein prickelndes Erlebnis

Ob zu einem Geburtstag, zu einem fröhlichen Frauenabend oder zu einem Grillfest – die Variationen von Café de Paris sind ein prickelndes und einzigartiges Geschmackserlebnis. Mit Café de Paris zaubern Sie einfach und schnell raffinierte Aperitifs. Garnieren Sie die Variante Hugo ganz nach

Ihrem Geschmack mit Pfefferminze und einem Limettenschnitt oder peppen Sie den spritzigen Rosato mit Basilikum und frischen Himbeeren auf. Oder lieber eine aromatische Bowle? Kein Problem. Lassen Sie einfach frische Beeren oder andere saisonale Früchte für mindestens eine Stunde in Café de Paris Rosato ziehen, geben Sie Eiswürfel hinzu – fertig! Café de Paris enthält 7,5% Vol. und ist mit Bedacht zu geniessen.



*Paris mon amour
– spielen Sie mit
und entdecken Sie
Paris zu zweit.*

Machen Sie mit und gewinnen Sie Paris – mit Café de Paris. Mit etwas Glück verführen die leichten französischen Schaumweine Sie zu einem romantischen Wochenende zu zweit.

Entzückende Franzosen mit Pariser Charme

WETTBEWERB

Was ist Café de Paris?

- A:** Rotwein aus Merlottrauben
B: natürlicher Schaumwein aus der Bordeaux-Region
C: Weisswein aus der Provence

1. Preis im Wert von Fr. 1500.–
1 Wochenende in Paris für 2 Personen

2.–4. Preis im Wert von je Fr. 400.–
je ein romantisches Dinner bei Ihnen zu Hause mit privatem Koch

5.–50. Preis im Wert von je Fr. 64.–
Kinoabend für 2 Personen (2 Kinotickets und 2 Flaschen Café de Paris)

51.–100. Preis im Wert von je Fr. 48.–
Café de Paris-Probierset

→ Mitmachen & Gewinnen

Teilnahme Wettbewerb vom 28. Juli bis 24. August möglich
Online: unter www.volg.ch/volg-magazine
Per Telefon: 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf, Festnetztarif, 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. August 2016 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Café de Paris», Postfach 344, 8401 Winterthur

**28%
RABATT**
02. - 07.08.2016

Der Käse aus der mildesten Ecke der Schweiz.

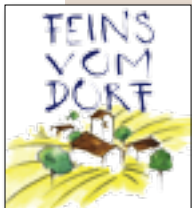
PERFEKT
FÜR DIE GANZE
FAMILIE



Aus bester Innerschweizer Milch gemacht
und mit Rahm verfeinert: Luzerner Rahmkäse.

Feine Rezepte auf www.emmi-luzerner.ch

Der Cremig-Milde.



Feins vom Dorf

Die im Volg Herznach erhältlichen «Feins vom Dorf»-Produkte aus dem Willihof kennen alle im Dorf. Und sie kennen auch Familie Ackle, die den Bauernhof in Herznach betreibt.

Einfach ein paar Hundert Meter zu Fuss gehen und alles einkaufen können – das weiss Annie Deiss, Notrufgeräte-Betreuerin beim regionalen Schweizerischen Roten Kreuz und Hobbymalerin, zu schätzen: «keine Selbstverständlichkeit» für ein 1400-Seelen-Dorf wie Herznach. «Darum mache ich für den Volg im Dorf unermüdlich Werbung», fügt sie unumwunden an.

Für Dorf und Region ebenso wichtig findet Annie Deiss die «Feins vom Dorf»-Produkte im Volg: «Die lebendige Landwirtschaft, die wir hier haben, wird auch dadurch gefördert und erhalten.» Sie gibt lokalen Produkten aber nicht nur deswegen den Vorzug, sondern auch weil sie «aromatischer» schmecken. Wie etwa die Konfitüren und Sirups,

Claire Ackle überreicht
Volg-Ladenleiterin
Claudia Amsler Sirups und
Konfitüren von ihrem
Bauernhof in Herznach.



Sirups und Konfitüren
von Familie Ackle
aus Herznach (AG)



Annie Deiss hat doppelt Grund
zur Freude: Erstens gibt es
einen Volg-Laden im Dorf und
zweitens sind da «Feins vom
Dorf»-Produkte erhältlich.

«Man kennt Produkte
und Hersteller»

Volg-Kundin
Annie Deiss



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 Sirups, Konfitüren und Eier-Teigwaren vom Willihof der Familie Ackle gibt es im Volg Herznach auch Linzertörtli vom Ditterehof und Bier von der Brauerei Schoggi in Herznach, Öpfelringli und Öpfelschümli vom Birchhof der Familie Treier in Wölfinswil sowie Herznacher und Fricktaler Weine von Fehr & Engeli Weinbau in Ueken zu kaufen.

die Claire Ackle vom Willihof liefert. Annie Deiss erwähnt weitere Produkte des hiesigen Bauernhofs. Beim Brot kommt sie ins Schwärmen: «Freitags sind Volg-Besuche deswegen Pflicht für mich.» Und natürlich kennt sie Claire Ackle – wie alle hier im Dorf. Und ebenso die anderen lokalen Lieferanten.

Sirup und Konfitüre vom Bauernhof

Claire Ackle vom Willihof, einem landwirtschaftlichen Familienbetrieb in Herznach, ist eine lokale Volg-Lieferantin von vielen. Sie zeigt stolz auf ihre Produkte in den Volg-Regalen – insbesondere auf ihre drei Siruparomen und sechs Konfitüresorten. «Die Konfitüren verkaufen sich besonders gut», kommentiert Volg-Ladenleiterin Claudia Amsler. – Wie alles, was besonders ist, wäre man geneigt zu ergänzen.

NEU

**Verlängern wir den Sommer:
Draussen chillen und Frizzler grillen!**

Frizzler

Überzeugen Sie sich selbst und probieren Sie die Neuheit!

Der leckere Genuss aus Geflügel hat weniger Fett als herkömmliche Bratwürste und wird in der Schweiz hergestellt.

Die etwas kleinere Bratwurst (80 g) hat die ideale Grösse für Kinder oder als Ergänzung bei Apéros.



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Aktueller Tipp

Die Gerste, aus der das «Quöllfrisch hell» gebraut wird, stammt auch aus den Feldern von Schweizer Bergbauern auf 1200 bis 1700 m ü. M. – den höchstgelegenen Braugerstenfeldern Europas. Es hat sich nämlich gezeigt, dass der Anbau in hohen Lagen die Erntequalität spürbar steigert. Das Bergwetter zögert die Reifezeit der Gerste hinaus, lässt sie bei hohem Sonnenstand wachsen und intensiveres Sonnenlicht aufnehmen. Widrige Höhenbedingungen wie etwa starke Kälteeinbrüche kräftigen und vitalisieren sie zudem.

Auf bis zu 1700 m ü. M. bauen Schweizer Bergbauern ihre Gerstenfelder an. Das verleiht der Braugerste ausserordentliche Qualitäten – und dem «Quöllfrisch hell» seinen besonderen Geschmack.

Ein Hoch auf die Schweizer Braugerste



Ein Hochgenuss: «Quöllfrisch hell» mit dem besonderen Aroma der in Berglage angebauten Gerste

Die Gerste wird exklusiv für die Brauerei Locher auf 1200 bis 1700 m ü. M. angebaut.

Mehrwert für Bauern, Brauer, Bierliebhaber

Der Anbau in Höhenlage kommt nicht nur der Gerste zugute. Er trägt auch zur Erhaltung des Lebensraums alpiner Bauern bei, nachdem der Bergackerbau jahrzehntelang aus der Schweiz verbannt war. Wer den Gerstenanbau ins Land zurückbrachte, profitiert auch davon: Die Appenzeller Brauerei Locher AG festigt damit Schweizer Herkunft und konstante Qualität ihrer Produkte. Doch vor allem kommen Liebhaber des im Volg erhältlichen «Quöllfrisch hell» in den Genuss eines ganz besonderen Biers, dessen erfrischende Milde, leichte Fruchtigkeit und heftiger Charakter Schluck für Schluck den Gaumen erfreuen.

neu



Quöllfrisch Hell
Dose 6 x 50 cl
Fr. 11.70

Fr. 1.95

«Quöllfrisch hell» – das Schweizer Bier mit Gerste aus Schweizer Bergackerbau, das ab sofort in allen Volg-Läden der Schweiz erhältlich ist.

neu Novissimo

Hochglanz aus der Spülmaschine

Eine saubere Sache für rundum glänzendes Geschirr

Geschirrspülmittel müssen auch hartnäckige Verschmutzungen und eingetrocknete Speisereste zuverlässig entfernen. Teller, Besteck und Gläser müssen streifenfrei glänzen. Eine Geschirrspülmaschine allein reicht aber nicht aus, damit das Geschirr auch richtig sauber wird, es braucht auch ein verlässliches Spülmittel.

Von Ihrem Geschirr empfohlen

Die praktischen Volg Tabs für Geschirrspüler All in 1 sind einzeln verpackt und einfach zu dosieren. Tabs einfach mit der Folie direkt in das Dosierfach geben, das gewünschte Programm wählen und die Maschine starten. Die Folie löst sich während des Spülgangs vollständig auf. Dank hochaktiven Wirkstoffen entfernen die Volg Geschirrspültabs auch hartnäckige Verschmutzungen. Salz und Klarspüler schützen zusätzlich vor Kalkablagerungen und sorgen für strahlenden, streifenfreien Glanz. Darüber hinaus schützt die ausgeklügelte Formulierung Gläser und Dekor und verzögert sichtbar die Korrosion. Die Tabs für Geschirrspüler All in 1 sind phosphatfrei und entwickeln ihre volle Reinigungskraft schon bei 40 °C. Das schont nicht nur die Umwelt, sondern spart auch Energie.

Teller, Gläser und Besteck müssen sauber und blitzblank aus dem Geschirrspüler kommen. Kein Problem – mit den praktischen Volg Tabs für Geschirrspüler All in 1.

neu



Zuverlässig und preiswert – Volg Tabs für Geschirrspüler All in 1

Fr. 2.80

Fr. 1.95



Erfrischend beerig

Nestlé LC1 Drink Erdbeer-Himbeere, 190 ml



Besonders cremig

* Nestlé Joghurt nach griechischer Art, ohne Zucker, 400 g

Das aktuelle Wochenaktionsangebot finden Sie unter www.volg.ch
Alle Einführungspreise sind ab 1. August – 27. August gültig.

norwegischer Polarforscher	schweiz. Liedermacher († 1972)	Beginn			eine Tonart	natürliche Erdabtragung		Kosename e. span. Königin	an jenem Ort	schweiz. Wetterdienst (Abk.)		Besitzergreifung			Vorname Lagerfelds	Arzneiextrakt
								bestimmend						2		
einer der 'Beatles' (Ringo)	ital. Rahm-Frischkäse			9						schweiz. Maler des 18. Jh. Johann L.		4				
					Vorname des Sängers Presley							französisch: er			Himmelsrichtung	
schweiz. Rocksänger (Toni)	Ältestenrat				Roman von King							Furcht		Zustimmung (Abk.)		
				7											1	
					Pfingstvogel							Schiffszubehör		alte japan. Kaiserstadt		
Kniff, Trick (ugs.)	Exempel				persönl. Geheimzahl (Abk.)										12	
militärischer Stützpunkt				5								Wacholderschnaps				Vorfahren
					eh. franz. Staatsmann							rohes geschabtes Rindfleisch	schweiz. Ort am Bodensee		Finken-vogel	
Satz beim Tennis (engl.)	französisch: Küste															
gewitzt, pffiffig												'Rom' in der Landessprache				
schweiz. Gartenmesse	schwiit-scher Heiliger				Abk.: Obergeschoss							deutsche Vorsilbe		Abk.: Man hour		8
israelitischer König					Chipkarte für Mobiltelefone										Fremdwortteil: wieder	
schweiz. Fussballspieler (Stephan)															Fluss im Engadin	
																11

IHR GEWINN

10 Mal ein PizzaGrill «for8» von Stöckli im Wert von je Fr. 219.-



STÖCKLI

Lust auf eine feine Pizza oder möchten Sie wieder einmal Gäste einladen und etwas ganz Besonderes bieten? Mit diesem Pizza-Grill bereiten Sie nicht nur knusprige Mini-Pizzas zu, sondern auch würziges Raclette oder leckere Grilladen. Überraschen Sie Gäste und Familie mit einer besonderen Mini-Pizza-Party. 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
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

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

statt Fr. 2.95
Fr. 2.65



statt Fr. 3.90
Fr. 3.50

Gepökelt und gekocht
* Hero Corned Beef, 115 g

statt Fr. 3.95
Fr. 3.55



Praktisch und gut
* Hero Hackbraten, 115 g

statt Fr. 3.95
Fr. 3.55



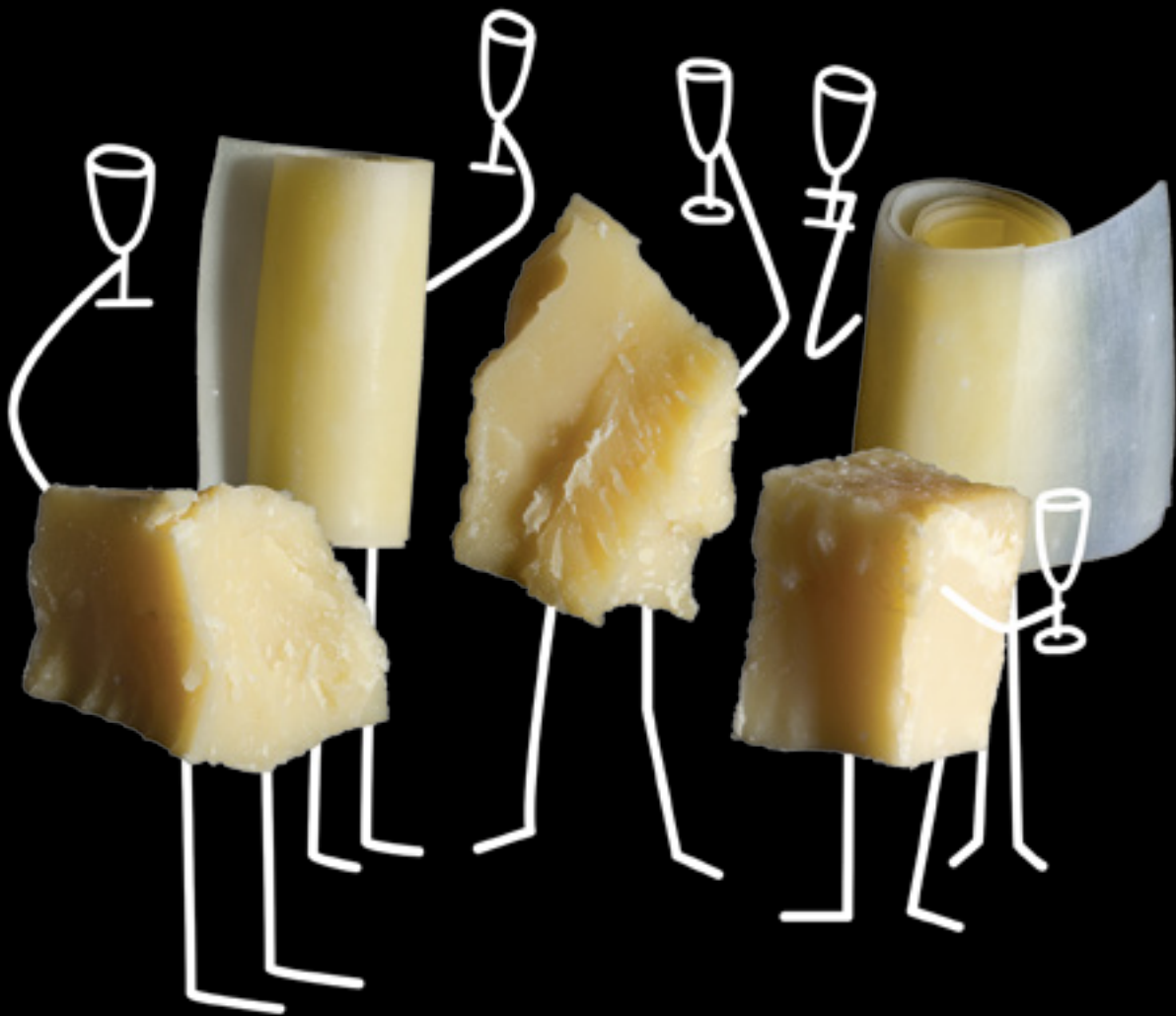
Typisch amerikanisch
* Hero Pulled Pork, 100 g



neu

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

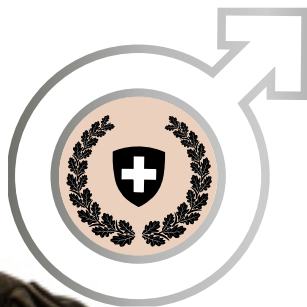
Die Lösung finden Sie ab 25. August 2016 online unter www.volg.ch/volg-magazine im Archiv.



apero sbrinz



Josef Broch, ehemaliger
Kampfrichterausbildner
des Eidg. Schwinger-
verbands ESV, im
traditionellen Mutz



Schwingfest aus nächster Nähe

Holen
Sie sich die
Schwinger-Bildli
und
das Sammelheft
«Der Schwingerkönig»
jetzt in
Ihrem Volg!



Mit Volg bestens
ausgerüstet für jedes
Schwingfest

**Endlich prallen die «Bösen» wieder
am grossen Schwing- und Älplerfest
aufeinander! Insider Josef Broch weiss,
wie das Fest der Feste zu feiern ist.**



FEST-TIPPS von Josef Broch

→ **Keine Highlights verpassen:** Rechnen Sie genug Zeit ein fürs Durchkommen im Festrummel und das Auffinden Ihres Platzes in der grössten temporären Sportarena der Welt. Rechtzeitig ankommen lohnt sich: Bereits im ersten Gang prallen in vorbestimmten Spitzenpaarungen illustre Böse aufeinander. Bestaunen Sie in den Pausen den üppigen Gabentempel oder verfolgen Sie die spannenden Hornussen- und Steinstoss-Wettkämpfe.

→ **Was kommt in den Rucksack?**
Spitzenpaarungen schwingen abwechselnd in allen

sieben Sägemehlingen. Um jeden Briener und Wyberhaagge Ihrer Favoriten bejubeln zu können, empfiehlt es sich, einen Feldstecher dabeizuhaben. Schwingerfans, die nichts verpassen wollen, bringen währschafte Zwischenmahlzeiten mit. Wenn je nach Wetter auch Sonnencreme oder Regenzug nicht fehlen, sind Sie für einen langen Schwingfesttag bestens ausgerüstet!

→ **Schwingfest-Knigge:** Jubeln und applaudieren Sie! Fan-Gesänge und anderes störendes Verhalten werden jedoch nicht gerne gesehen. Überhaupt wird am Schwing- und Älplerfest traditionell ein respektvoller Umgang untereinander gepflegt. Deshalb

braucht es gerade mal vier Polizisten, die in der grossen Arena für Recht und Ordnung sorgen.

→ **Die Krönung des Fests:** Am zweiten Tag dürfen Sie sich auf die Krönung der Bösesten freuen. Ein Festakt der Superlative, bei dem man nicht nur wegen der Ansprache des Bundespräsidenten dabei sein sollte! Feiern Sie mit und bejubeln Sie den frischen Schwingerkönig, wenn er seinen hart erkämpften Sieger-Muni entgegennimmt. Bewundern Sie auch die anderen siegreichen Champions, wenn sie bei der Rangverlesung von den Ehrendamen den ersehnten Kranz aufgesetzt bekommen.



TASTE THE FEELING™



© 2016 The Coca-Cola Company. Coca-Cola, the Contour Bottle and the slogan TASTE THE FEELING are trademarks of The Coca-Cola Company.



BACARDÍ®

DER ORIGINAL
MOJITO

BACARDÍ CARTA BLANCA

LIMETTE, WEISSER ROHRZUCKER,
FRISCHE MINZEBLÄTTER, MINERALWASSER,
CRUSHED ICE



DRINK RESPONSIBLY.

BACARDÍ, ITS TRADE DRESS AND THE BAT DEVICE ARE TRADEMARKS OF BACARDÍ & COMPANY LIMITED.

**Es hat noch freie Plätze im Kurs
Sizilien Insel der Genüsse
6. September, in Oerlikon**

VORSCHAU

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 IN OERLIKON

19. OKTOBER IN AARAU

24. OKTOBER IN GOSSAU

25. OKTOBER IN WANGEN AN DER AARE

HEISSE SCHNITTCHEN – COOL GEBACKEN

Ob Süßes oder Salziges, ob Hefengebäck, Strudel, Brandteig oder Stollen, Brote oder Stückchen, geknetet oder gerieben, gefüllt oder belegt, auf alle Fälle muss es gebacken sein. Wir stellen uns ganz und gar aufs Backen ein.

2. NOVEMBER IN GOSSAU

2. NOVEMBER IN OERLIKON

9. NOVEMBER IN AARAU

15. NOVEMBER IN WANGEN AN DER AARE

REICH BESCHENKT UND GUT BEKOCHT ZU WEIHNACHTEN

Stress an den Festtagen? Nicht mit uns! Wir bereiten für unsere Gäste einen gediegenen 5-Gänger zu und geniessen die Festvorbereitung. Mit der richtigen Planung, einer guten Vorbereitung und dem passenden Menu geht das glattweg rund. So werden diese Festtage ein rundum freudiges Ereignis.

29. NOVEMBER IN WANGEN A.D.A.

1. DEZEMBER IN GOSSAU

7. DEZEMBER IN OERLIKON

7. DEZEMBER IN AARAU

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

**Sichern
Sie sich heute
noch Ihren
Platz!**

Köstliche Gerichte mit Schätzen aus der goldenen Jahreszeit



**PETER'S KOCHSCHULE IN
GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:**

1. September, 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



**COOKUK IN AARAU
MIT SUSANNE VÖGELI:**

7. September, 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



**CULINEA IN OERLIKON
MIT JONAS SCHÖNBERGER:**

13. September, 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



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

13. September, 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



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.

Herbstschätze – Frisches aus dem Füllhorn

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

BORN TO BE SWEET



NEW
PIÑA COLADA



SWEETS
FILTER
CONSTELLATION
PIÑA COLADA

Rauchen fügt Ihnen und den Menschen in Ihrer Umgebung erheblichen Schaden zu.
Fumer nuit gravement à votre santé et à celle de votre entourage.
Il fumo danneggia gravemente te e chi ti sta intorno.



SWEETS
FILTER
CONSTELLATION
CALIFORNIA

Rauchen fügt Ihnen und den Menschen in Ihrer Umgebung erheblichen Schaden zu.
Fumer nuit gravement à votre santé et à celle de votre entourage.
Il fumo danneggia gravemente te e chi ti sta intorno.

villiger

THE WORLD OF CIGARS
ESTABLISHED 1888 IN SWITZERLAND

Produkte in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

NIETZGER ROTTMANN BURGE

August, 2016

Griessauflauf mit Aprikosen

Wir haben diverse Obstbäume. Wenn ich schnell genug bin, kann ich mir auch einige dieser feinen Früchte für einen Griessauflauf ergattern, bevor sie zu feinem Schnaps weiterverarbeitet werden. Den Griessauflauf kann man mit Aprikosen-, Zwetschgen- oder Kirschenhälften machen. Für 4 Personen nehme ich 1 l **Milch**, den ich in einem grossen Topf aufkoche. Dann riesle ich 150 g **Weizengriess** hinein und koche das Ganze bei schwacher Hitze unter häufigem Rühren breiartig ein. 150 g **Butter** und 150 g **Zucker** schlage ich zu einer luftigen Masse, gebe abgeriebene Schale von einer **Zitrone** und 5 **Eigelb** bei und schlage das kurz weiter. Mit der ganzen Masse vermische ich 4 EL **Rahm** und 150 g geriebene **Haselnüsse**. Dann 5 **Eiweiss** mit einer Prise **Salz** mischen und steif schlagen. Jetzt ziehe ich die Buttermasse mit dem Eischnee abwechslungsweise unter den Griessbrei. Ganz am Schluss 1 Kilo **Früchte** halbieren und entsteinen und unter die Masse rühren. Alles in einer eingefetteten Gratinform verteilen. Das Ganze backe ich in der Mitte des vorgeheizten Ofens 30 bis 40 Minuten bei 180 °C.



Karin Gabathuler
Erlebnishof Oberschan (SG)

Volg

Jeden Monat stellt eine Bäuerin der vier Volg NATURENA-Erlebnisswelten im Fricktal (AG), Seebachtal (TG), Werdenberg (SG) und Zugerland (ZG) im «Öise Lade» ein Rezept mit einer persönlichen Geschichte vor. Auf dem Erlebnishof in Oberschan auf 680 m Höhe laden Karin und Markus Gabathuler Sie gerne zu einem Rundgang ein, auf dem Sie zahlreiche Nutz- und Kleintiere antreffen, Hochstamm-Obstbäume bestaunen und allerlei Wissenswertes zu Weinbau und -kelterung erfahren können.

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

«An Givata wünscht»
Eure Karin



Aktion
vom 1.8.-6.8.2016

PALMOLIVE

Tauche ein
in den Duft der Natur



*in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Scotch-Brite™

Bringt auch Ihre Küche zum Strahlen.

Scotch-Brite®
Reinigungsschwamm
Universal

- Reinigung ohne kratzen
- Kraftvoll für alle Oberflächen
- Saugstark



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

www.scotch-brite.ch

3M

REGIELE UND PARTNER

Das Ende des grünen Sommers naht.
Rüsten Sie sich für den mystischen
Herbst mit den September-Kursen auf
den Volg Erlebnishöfen!

Für den Herbst gewappnet



Fricktal:
Naturmedizin aus Heilpflanzen

- ① Fr, 9.9.16, 9.30 – 16.30 Uhr
- ② Sa, 17.9.16, 9.30 – 16.30 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof,
5064 Wittnau

Programm: In der Natur wachsen so einige Kräuter gegen Erkältungen. Heilpflanzen können Schnupfen, Husten oder Halsweh effektiv und sanft lindern und unterstützen gleichzeitig das Immunsystem gegen die Krankheitserreger. Unter Anleitung einer erfahrenen Kräuterexpertin stellen Sie aus gesammelten Pflanzen eine Hustentinktur her, die den Organismus stärkt, und mischen aus einem Harz-Öl-Auszug eine wohltuende Salbe für die Bronchien.

Teilnehmer: 20 Personen ab 16 Jahren

Kleidung: Der Witterung entsprechende Arbeitskleidung, der Kurs findet teilweise im Freien statt.

Leitung: Lisetta Loretz Cramer, Brunegg, www.lisetta-loretz.ch

Preis: Fr. 140.- pro Person, inkl. Mittagessen und Getränke sowie das Material für diverse Heilprodukte



Seebachtal:
Krug und Gläser sandstrahlen

- ① Sa, 17.9.16, 9 – 13 Uhr*
- ② Sa, 17.9.16, 13.30 – 16.30 Uhr*

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof,
8536 Hüttwilen

Programm: Verarbeiten Sie langweilige oder unscheinbare Glaswaren zu Ihren persönlichen Lieblingsstücken. Mit Klebeband, Folie, Aufkleber und Schriften verzieren Sie vier Trinkgläser und eine Wasserkaraffe, die dann sandgestrahlt werden. Durch das verschiedene intensive Strahlen kann bei Motiven eine Tiefenwirkung erzeugt werden. So entstehen ganz spezielle Unikate, die auf jeden Tisch Glanzpunkte zaubern.

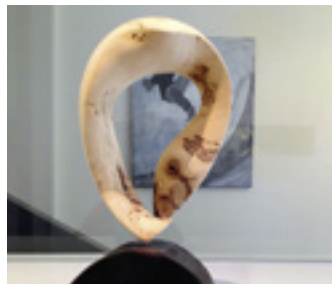
Teilnehmer: 12 Personen ab 10 Jahren

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

Leitung: Elisabeth Fuchs, Suhr,
www.ausaltglas.ch

Preis: Fr. 110.- pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränke sowie das Material für Ihre Glaswerke

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



Werdenberg:
Holzplastik aus Fundholz

- ① Fr, 23.9.16, 9 – 17 Uhr
- ② Sa, 24.9.16, 9 – 17 Uhr

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

Programm: Vielfach verwachsene Äste und Wurzeln geben Fundholzstücken ein einzigartiges Aussehen. Aus einer Auswahl an Arven-Fundhölzern, die der Kursleiter und Holzbildhauer zur Verfügung stellt, wählen Sie Ihr Wunschteil und gestalten es nach einer Einführung in die Schnitztechnik mit Handschnitzmessern, Raspeln und Schleifpapier zu einer wunderschönen Holzplastik. Das feinfaserige und weiche Rohmaterial ist gut zu bearbeiten und lässt die Kreativität fließen.

Teilnehmer: 12 Personen ab 8 Jahren

Mitbringen: Sackmesser und, wer möchte, kann eigene, kleinere Fundholzstücke mitnehmen.

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

Preis: Fr. 220.- pro Person, inkl. Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihre Holzplastik (Höhe mit Sockel ca. 20–35 cm)



Zugerland:
Heimische Pilze

- ① Sa, 3.9.16, 9 – 16 Uhr
- ② Mo, 5.9.16, 9 – 16 Uhr

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

Programm: Die Pilzfachfrau Pamela Roesch vom Pilzverein Zug nimmt Sie nach einer theoretischen Einführung mit auf eine spannende Exkursion in die nahe Umgebung und zeigt Ihnen die Lieblingsplätze heimischer Pilze. Sie lernen die Merkmale verschiedener Gattungen, Pilzgifte und Giftpilze sowie die Heilwirkung einiger Pilze kennen. Gefundene Pilze werden auf dieser Exkursion aber nicht gesammelt, sondern lediglich besprochen und bestimmt.

Teilnehmer: 30 Personen ab 10 Jahren

Mitbringen: Schreibzeug, Lupe, falls vorhanden Pilzbuch und Kamera, um gefundene Pilze zu fotografieren. Wer möchte: ein bis zwei Pilzarten aus Ihrer Region zum Bestimmen (jeweils ein junges, ein mittleres und ein ausgereiftes Exemplar).

Kleidung: Der Witterung entsprechende Kleidung, der Kurs findet teilweise im Freien statt.

Leitung: Pamela Roesch, Jonen

Preis: Fr. 70.- pro Person, inkl. Mittagessen und Getränke



www.facebook.com/naturena.erlebnisswelten

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

Anmeldungen für Kurse und Workshops

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

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

Adresse: Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Naturena», 8404 Winterthur
Anmeldeschluss: 19. August 2016

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



FANTA SELFIE POSTEN & GEWINNEN!



/fanta



@fanta_ch



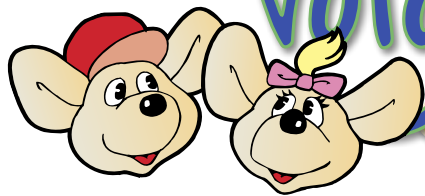
fanta_ch



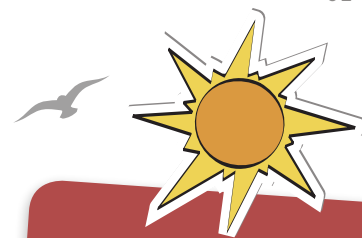
#CHFANTASELFIE

WWW.FANTASELFIE.CH





volgi & volgine



Im August ist Schulanfang. Überrasche deine alten und neuen Klassenkameraden mit einem schönen selbst gemachten Freundebuch! Wenn du es selber bastelst, entscheidest du ganz alleine, wie dein Buch aussehen soll und was du deine Freunde fragst.

FÜR EIN FREUNDE- BUCH BRAUCHST DU:

- leeres Heft oder Buch
- farbige Klebestreifen
- farbiges Papier
- Stifte, Pinsel, Farbe
- Schere
- Leim

Ein Buch nur für Freunde!

Lass auf einer Seite genug Platz, damit deine Freunde etwas darauf zeichnen oder einkleben können.

BEISPIELE FÜR FRAGEN IN DEINEM FREUNDEBUCH

Mein Name: _____

Mein Lieblingsessen: _____

Meine Hobbys: _____

Das will ich mal werden: _____

Mein schönstes Erlebnis: _____

Schreibe Fragen in das Buch. Du kannst sie auch auf ein Papier schreiben, ausschneiden und dann mit Klebern oder Leim ins Buch kleben.

Verschönere dein Buch an den Seitenrändern mit kleinen Stickers, Zeichnungen und Stempeln.

Gestalte den Buchumschlag mit Stiften, Pinseln, Stickers, Klebern oder Fotos.

**Schweizerischer
geht's nicht -
Darauf
schwören wir!**

BSCHÜSSIG

Schweizer Teigwaren seit 1876

**Seit jeher
ein Stück Heimat!**



Swiss Premium
Quality

* in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

*



Mit Randen und Feta wird ein frischer grüner Bohnensalat zu einem wahrhaftigen Ferientraum.



Bohnensalat mit Randen und Feta

Zutaten für 4 Personen:

300 g **Bohnen** in kochendem Salzwasser blanchieren. Abgiessen und unter kaltem Wasser abspülen. 200 g gekochte **Randen** schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. 1 **Knoblauchzehe** schälen und pressen, 2 EL **Kapern** abtropfen lassen und fein hacken. Beides mit 2 EL **Rotweinessig** und 5 EL **Olivenöl** gut verrühren, mit **Pfeffer** und **Salz** würzen. Randen und Bohnen mit der Sauce mischen. Auf 100 g gerüstetem **Blattsalat** anrichten, Bohnen-Randen-Mischung darüber verteilen. 200 g **Fetakäse** zerbröckeln und Salat damit garnieren.

Zubereitung: 45 Min.

Grüne Bohnen sind gesund und vielseitig. Ob als frischer Salat, als herzhafter Eintopf oder im Speckmantel – knackige Bohnen sind das ganze Jahr ein herrlicher Genuss.

In Dosen konserviert finden Sie grüne Bohnen während des ganzen Jahres in Ihrem Dorfladen.



Frische grüne Bohnen erkennt man an der satten und kräftigen Farbe. Sind sie frisch, sind sie knackig und brechen schnell, wenn man sie biegt. Grüne Bohnen sind schnell und ohne grossen Aufwand zubereitet. Einfach auf beiden Seiten die Enden abschneiden und, falls nötig, die der Naht entlanglaufenden Fäden entfernen. Gerne werden grüne Bohnen in Speck gewickelt oder mit Zwiebeln kurz angebraten. Aber gerade im Sommer sind zarte grüne Bohnen auch eine knackige Ergänzung in einem frischen Salat sowie eine verlockende Beilage zu Fisch oder Fleisch.

Das ganze Jahr Saison

Grüne Bohnen sind ein kalorienarmes Sommergemüse, reich an Vitaminen und Mineralstoffen und haben von Mitte Mai bis Ende Oktober Saison. Sie eignen sich aber auch hervorragend zum Einfrieren und sorgen somit gerade im Winter für eine farbenfrohe Abwechslung auf Ihrem Menüplan. Die Bohnen einfach in siedendem Wasser kurz blanchieren und anschliessend mit kaltem Wasser abschrecken. Wird etwas Natron oder Backpulver ins Kochwasser gegeben, bleibt die satte Farbe auch nach dem Auftauen erhalten. Grüne Bohnen sind ein gesunder und vielseitiger Genuss!

DER BASIS VERPFLICHTET

Leibundgut - Müesli und mehr....



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Feiern Sie mit
den einzig wahren
**GURKEN VON TANTE
ANITA & SCHWEIZER
CORNICHONS!**



Diese Produkte sind in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

WWW.HUGOREITZEL.CH



Schüsselsalat (schnell)

Zutaten für 4 Personen:

- 2 D. weisse Bohnen an Tomatensauce
- 4 Tomaten, in grobe Würfel geschnitten
- 180 g Hinterschinken
- 3 EL Oliven, gehackt
- 1 dl French-Dressing
- 1 Eisbergsalat
- 1 P. Kambly Mini Twist

Zubereitung:

1. Bohnen in ein Sieb schütten und Tomatensauce gut abspülen. Zusammen mit den Tomaten in eine grosse Schüssel geben. Schinken in Streifen schneiden und dazugeben. Die gehackten Oliven beigegeben und alles gut mit dem Dressing vermischen.
2. Eisbergsalat in Streifen schneiden, wa-

schen und gut schleudern. Mini-Twist-Stangen halbieren und zusammen mit den Eisbergstreifen unter den vorbereiteten Salat mischen.

3. In vier Portionenschüsseln abfüllen und sofort servieren.

Zubereitung: 10 Min.

Sommerquiche (bunter)

Zutaten für 1 Blech von 26 cm Ø:

- ½ TL Bratbutter
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 1 Peperoni grün, fein gewürfelt
- 1 Peperoni gelb, fein gewürfelt
- 1 D. Pelati, abgetropft und gehackt
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Tabasco
- Butter für die Form
- 1 Kuchenteig, rund ausgewallt
- 3 EL Paniermehl
- 4 Wienerli
- 120 g Sbrinz-Rollen, geschnitten
- 2 Oregano- oder Thymianzweige



Zubereitung:

1. Bratbutter in beschichteter Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Peperoni darin andünsten. Pelati beigegeben und pikant mit Salz, Pfeffer und Tabasco würzen und ca. 5 Min. dünsten lassen.
2. Ofen auf 230 °C vorheizen. Inzwischen Blech einfetten. Kuchenteig ohne Backpapier hineinlegen, Teigboden mit Gabel einstechen. Mit Paniermehl bestreuen und die

Gemüsemischung darauf verteilen. In der unteren Ofenhälfte ca. 15 Min. backen.

3. Wienerli in Rädli schneiden und mit dem Käse auf dem Kuchen verteilen. Ca. 10 Min. fertig backen und mit Oregano- oder Thymianblättern bestreuen.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: Mit Salat servieren

Zubereitung:

1. Kokosraspeln in einer beschichteten Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten, herausnehmen. Banane schälen und mit Zitronensaft beträufeln. Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und grob würfeln. Kiwis schälen und ebenfalls grob würfeln.
2. Vorbereitete Früchte in einem Mixer oder mit dem Schneidstab des Handrührgeräts fein pürieren.
3. Vier Gläser mit den gerösteten Kokosraspeln garnieren. Fruchtpüree in die Gläser füllen und mit Mineralwasser auffüllen.

Zubereitung: 10 Min.

Fruchtiger Powerdrink (fitter)

Zutaten für 4 Gläser:

- 1 EL Kokosraspeln
- 1 Banane
- 1 EL Zitronensaft
- 1 Mango
- 2 Kiwi
- Mineralwasser, gut gekühlt

Bagel mit Truten-Piccata (höher)

Zutaten für 4 Personen:

- | | |
|------------------|----------------------|
| 4 Truten-Piccata | 1 EL Mayonnaise |
| ½ EL Bratbutter | 2 TL Senf |
| 8 Specktranchen | 2 TL Meerrettich |
| 2 Eier, gekocht | 4 Bagels (Rezept DB) |
| ¼ Eisbergsalat | |



Zubereitung:

1. Truten-Piccata in Bratbutter beidseitig kurz und scharf anbraten. Im Ofen bei 80 °C warm stellen. Specktranchen im übrigen Fett braten und ebenfalls warm stellen.
2. Eier schälen und in Scheiben schneiden. Die Salatblätter möglichst gross lassen, aber gründlich waschen. Mayonnaise, Senf und Meerrettich zu einer Sauce verrühren.
3. Bagels quer halbieren und mit Salat belegen. Truten-Piccata, Speck und Eier darauflegen und die Sauce darüber verteilen. Deckel aufsetzen und servieren.

Zubereitung: 25 Min.

Tipp: Das Rezept für Bagels ist in unserer Rezeptdatenbank. Anstelle von Bagels Semmeln verwenden.



Probieren
Sie jetzt



URSA MAIOR

RIOJA DOCA RESERVA



Ein Rioja Reserva wie aus dem Bilderbuch

«Vielschichtige Aromen in Nase und Gaumen von reifen Beeren wunderbar vermählt mit den Röstnoten des Holzfassausbaus, weich und füllig im Gaumen mit lang anhaltendem Abgang.»

Ein Klassewein zu einem unschlagbaren Preis.

„SO PRODUZIERT MAN UMWELTFREUNDLICH.“

WAS HAT DIE PRODUKTION VON HAKLE® MIT GEMÜSE ZU TUN?

Hakle® legt in der gesamten Wertschöpfungskette grossen Wert auf Nachhaltigkeit. So liefern wir den überschüssigen Dampf, der bei der umweltfreundlichen Produktion entsteht, an einen benachbarten Gemüseproduzenten, der damit seine Gewächshäuser heizen kann. Weitere Pluspunkte für die Umwelt sind z.B. die kurzen Transportwege, die moderne Altpapieraufbereitungsanlage, niedriger Wasserverbrauch sowie die FSC®-Zertifizierung* sämtlicher Produkte. Weitere Informationen zur Nachhaltigkeit von Hakle® gibt es auf unserer Website. *FSC® CO13545



WWW.MISSION-OBERHOLZER.CH



Dein Hakle® aus der Schweiz.

Peperoni-Ragout im Couscous-Ring (kräftiger)

Zutaten für 4 Personen:

- 400 g Schweinsvossen
- 2 Peperoni rot, in Würfel geschnitten
- 2 Zwiebeln, in Streifen geschnitten
- 2 Kartoffeln, mehlig
- 2 EL Bratbutter
- 2 EL Tomatenpüree
- 1 TL Paprikapulver
- 3 dl Weisswein
- 250 g Couscous
- ½ Zwiebel, gehackt
- 1 EL Olivenöl
- 4,5 dl Hühnerbouillon
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Schweinsvossen in etwas kleinere Würfel schneiden. Bratbutter erhitzen und Fleisch gut andünsten. Peperoni, in Streifen geschnittenen Zwiebeln und Kartoffeln dazugeben und gut mitdünsten.
2. Tomatenpüree und Paprika dazugeben. Noch kurz weiterdünsten und anschliessend mit Wein ablöschen. Auf kleiner Hitze ca. 45 Min. schmoren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Gehackte Zwiebeln im Olivenöl andünsten. Couscous dazugeben, mit Bouillon ablöschen und zugedeckt 10-15 Min. bei schwacher Hitze quellen lassen. Couscous mit einer Fleischgabel auflockern und als Ring auf Teller anrichten. Peperoni-Ragout in den Couscous-Ring geben und servieren.

Zubereitung: 15 Min. + 45 Min. schmoren

Zwiebelringe auf Rindfleischsalat (knuspriger)

Zutaten für 4 Personen:

- | | |
|----------------------------------|--|
| 2 P. Rindsplätzli à la minute | 1 EL Senf |
| 3 Zwiebeln, in Ringe geschnitten | ½ dl Essig |
| 6 EL Mehl | Salz, Pfeffer |
| 100 g Blattsalat, gerüstet | 2 dl Raps- oder Frittieröl, zum Frittieren |



Zubereitung:

1. Rindsplätzli à la minute in Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer tiefen Bratpfanne erhitzen. Fleischstreifen im heissen Öl kurz braten, herausnehmen und im Ofen bei 70 °C warm stellen.
2. Zwiebelringe im Mehl wenden und portionenweise im heissen Öl frittieren. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.
3. Senf, Essig und den Saft, der sich beim warm gestellten Fleisch gebildet hat, in einer Schüssel verrühren. Mit dem Blattsalat vermischen und auf Tellern anrichten. Zum Schluss Fleischstreifen und Zwiebelringe auf dem Blattsalat anrichten und servieren.

Zubereitung: 45 Min.

Kreolisches Huhn im Reisring (schärfer)

Zutaten für 4 Personen:

- 200 g Tomaten, geschält-entkernt oder Pelati abgetropft
- 2 EL Öl
- 1 Peperoni rot, in Würfel geschnitten
- 1 Stängel Stangensellerie, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 2 TL Senf
- 3 EL Sojasauce
- 3 TL Honig
- 3 EL Pimento
- 4 Pouletbrüste
- 2 EL Sesam

Zubereitung:

1. Tomaten grob hacken, 1 EL Öl mit den übrigen Zutaten bis und mit Pimento gut vermischen.
2. Backofen auf 200 °C vorheizen. Eine Auflaufform mit ½ EL Öl ausstreichen. Pouletbrüste nebeneinander in die Form legen, mit der Sauce übergießen und im Ofen 20 Min. garen.
3. Poulet aus der Sauce nehmen und mit Sesam bestreuen. Restliches Öl in der Bratpfanne erhitzen. Pouletbrüste rundum kurz anbraten.
4. Die Sauce in einem Reisring anrichten. Die Pouletbrüste auf die Sauce geben und servieren.

Zubereitung: 25 Min. + 20 Min. garen

Tipp: Geht auch ohne Stangensellerie



Saubere Angebote

Gültig vom 8. bis 13. August 2016



27%
19.90
statt 27.40

Maga Compact, Duo
2 x 1.17 kg (2 x 18WG)



34%
18.50
statt 28.30

Persil Universal Pulver,
2.86 kg (44 WG)

33%
15.90
statt 23.80



Perwoll Wool & Delicates, Duo
2 x 1.5 L



23%
6.40
statt 8.40

WC FRISCH Kraft-Aktiv Lemon, Duo
2 x 50 g



40%
17.95
statt 30.20

Persil Color Gel,
3.212 L (44 WG)



40%
17.95
statt 30.20

Persil Universal Gel,
3.212 L (44 WG)

Birnenroulade (weiter)

Zutaten für 1 Stück:

3 Birnen, entkernt, in kleine Stücke geschnitten	500 g Mascarpone
70 g Sultaninen	125 g Eigelb, ca. 6-7 Eier
80 g Zucker	125 g Eiweiss, ca. 3 Eier
1 dl Süssmost	125 g Zucker
1 Zitrone, abgeriebene Schale	100 g Mehl
1 dl Zitrone, Saft	50 g Butter, flüssig
	Zucker zum Bestreuen

Zubereitung:

1. Füllung: Birnen, Sultaninen, Zucker, Süssmost, Zitronensaft und -schale in eine Pfanne geben, aufkochen. Auf kleiner Hitze einkochen, bis kaum noch Flüssigkeit vorhanden ist. Erkalten lassen, sorgfältig unter den Mascarpone mischen, kalt stellen.

2. Biscuit: Eigelb und 75 g Zucker schaumig rühren, Eiweiss mit 25 g Zucker steif schlagen und zum Schluss den restlichen Zucker dazugeben. Beide Massen zusammenfügen, das Mehl sorgfältig unterheben, danach die Butter unterziehen. Masse auf ein Backpapier streichen, sofort im vorgeheizten Ofen bei 200 °C backen.

3. Biscuit mit etwas Zucker bestreuen. Umgekehrt auf ein Backpapier stürzen, sofort mit einem Backblech bedecken, erkalten lassen. Backpapier entfernen, mit Füllung bestreichen, satt einrollen, in Küchenfolie einwickeln und bis zum Servieren kühl stellen.

Zubereitung: 1 ½ Std.



Savarin (saftiger)

Zutaten für 6 Ringformen von 8 cm ø:

Teig:

130 g Mehl
1 EL Zucker
3 Pr. Salz
10 g Hefe
1 dl Milch, lauwarm
10 g Butter, flüssig
Butter und Mehl für die Form

Fruchtsirup:

1 dl Orangensirup
1,5 dl Wasser
2 EL Zitronensaft



Zubereitung:

1. Mehl, Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. Hefe mit Milch auflösen und mit der flüssigen Butter zum Mehl geben. Alles mit einer Kelle von der Mitte aus anrühren und den Teig gut klopfen. Zugedeckt in der Schüssel aufs Doppelte aufgehen lassen.

2. In der Zwischenzeit Formen mit Butter ausstreichen und mit Mehl bestäuben. Ofen auf 200 °C vorheizen.

3. Aus dem Teig Würste rollen (ca. 10 cm lang, ø ca. 3 cm) und in die Formen drücken. Nochmals 10 Min. ruhen lassen.

4. Savarins in der unteren Ofenhälfte 15-20 Min. backen, herausnehmen und auskühlen lassen. Zutaten für den Sirup verrühren und in ein tiefes Geschirr füllen. Savarins noch warm in den Sirup legen und vollsaugen lassen. Herausnehmen und umgedreht auf ein Küchengitter legen.

5. Savarins auf Teller anrichten und servieren.

Zubereitung: 1 Std.

Tipp: Nach Belieben mit Fruchtsalat oder Glacekugeln füllen

Wernli

Reim dich auf die Wernli-Packung!

wernli.ch

Das wenn du denkst es geht nicht mehr, kommt was das an Wernli her.

In solid rumantsch

Suenter il campinadi europeic da ballape il zercladur e fanadur en Frantscha ha lieu questa stad cun ils gieus olimpics en Brasilia ina segunda occurrenza da sport d'impurtanza mundiala. Ils atlets – ch'ins sa dumonda mintgatant, sch'els èn umans u maschinas – portan prestaziuns nunditgas che fan surstar nus. Mintgatant ma sent jau era sco ina pitschna Mujinga Kambudji. Numnadamain lura, cura che jau prend mias chautschas da sport e mes libli da ballape da l'equipa naziunala tudestga (geabain, da l'equipa tudestga, jau dun tiers) ord stgaffa e tir



Senza
nauscha
conscienza

en mes chalzers da sport. Jau vom alura sin noss crosstrainer e cur per mia vita – sco Mujinga Kambudji. Mo il blier vegn jau gia suenter paucas minutas conscienza che jau hai anc adina num Marina e betg Mujinga. Ed il pli tard cura che jau ves mes chau sco ina tomata en il spiegel, ves jau era definitivamain la differenza tranter nus duas.

E tuttina ma sent jau bain – suenter che jau sun currida ed hai fatg la duscha. Ussa poss jau mangiar in toc tschigulatta, u ussa la stad in bun glatsch cun groma e sosa da tschigulatta, senza avair nauscha conscienza. Tgi sa, sche Mujinga Kambudji sa permetta era mintgantant ina retscha tschigulatta? Tenor mai avess ella era merità in'entira tschigulatta, uschia ina gronda da 400 grams.

Marina Wyss
Marina Wyss

Herausgepickt

Wussten Sie, dass . . .

● ● ● es bis Ende Jahr nur noch wenige freie Termine für einen Rundgang in unserem Verteilzentrum Landquart hat?

Die Besichtigungen unserer Verteilzentren, die jeweils ca. 2 Stunden (inkl. Verpflegung) dauern, erfreuen sich grosser Beliebtheit und sind lange im Voraus ausgebucht. Bis Ende Jahr sind nur noch fürs Verteilzentrum Landquart freie Plätze an folgenden Daten (alle jeweils montags) verfügbar:

Montag, 8. August
17.30 Uhr

Montag, 5. September
16.00 und 17.30 Uhr

Montag, 3. Oktober
16.00 Uhr

Montag, 7. November
16.00 und 17.30 Uhr

Montag, 5. Dezember
16.00 und 17.30 Uhr

Sichern Sie sich jetzt Ihren Besichtigungstermin fürs Verteilzentrum Landquart

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.

● ● ● es noch freie Plätze für den Morgenjass vom 8. Oktober auf dem Volg Erlebnishof Werdenberg hat?

Der Volg-Jass 2016 ist auf Tournee. Und bereits weitgehend ausgebucht. Freie Plätze hat es nur noch für den Morgenjass vom 8. Oktober auf dem Volg Erlebnishof Werdenberg in Oberschan SG. Von 9.00 bis 13.00 Uhr wird ein Einzelschieber über 4 Runden gespielt. Es wird einfach gezählt, ohne «Stöck und Wyys». Die drei Teilnehmer mit der höchsten Punktzahl gewinnen Gluschtiges vom Bauernhof. Die Erst- und Zweitplatzierten reisen zudem am 5. November zum Finale nach Hüttwilen, wo ihnen Feriengutscheine im Gesamtwert von über Fr. 2000.– winken.

www.facebook.com/naturena.erlebniselten



Melden Sie sich jetzt an

Telefon: 058 433 55 35
Internet: www.naturena.ch
Mindestalter: 16 Jahre
Kosten: Fr. 50.– inkl. feinem Essen

● ● ● pünktlich zum Eidgenössischen Schwingfest ein Bestseller mit dem Titel «Schwingfest – Verliebt in einen Bauern» erschienen ist?

Die Geschichte erzählt von einer Journalistin, die für ein Frauenmagazin einen Bauern porträtieren soll – und sich in ihn verliebt. Der Mann ist schön, liebenswert, charmant. Doch er weiss auch, was er nicht will: eine Journalistin in Stöckelschuhen. Also versucht sie, übers Schwingen an ihn heranzukommen, und lernt alles über den Kampfsport im Sägemehl. Dieses heitere Buch, das von Schwingen, Landleben und Liebe handelt, steht seit Wochen auf der Bestsellerliste.



Bianca Imboden
«Schwingfest – Verliebt in einen Bauern»

Wörterseh Verlag, 224 Seiten
ISBN 978-3-03763-067-9

Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gewinnspiel vom Volg

Der 1. bis 10. Preis, je ein «Hotpan Starter Set» im Wert von je Fr. 179.-, geht an glückliche Gewinnerinnen und Gewinner aus Wagen, Ermensee, Vals, Therwil, Oberschan, Ersigen, Löhningen, Meienberg, Stregelbach und Wädenswil. 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 06/16: «Grillzangenbowle»

Auflösung des Kägi-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 05/16: Antwort B, Kägi Hazelnut

Gewinnen mit Kägi fret



Joana Tollas aus Walzenhausen, die Gewinnerin des Hauptpreises, bei der Preisübergabe mit Martin Sohm, Junior Key Account Manager Switzerland der Kägi Söhne AG (l.) und Volg-Produktmanagerin Gabi Fehr (r.).

Der 1. Preis, 7 Übernachtungen für 4 Personen inkl. Frühstück im Hotel Stump's Alpenrose in Wildhaus im Wert von Fr. 4340.-, geht an Joana Tollas aus Walzenhausen. Über den 2. Preis, 4 Übernachtungen für 2 Personen inkl. Halbpension im Wellnesshotel Hof Weissbad im Wert von Fr. 2175.-, darf sich Lilo Gualeni aus Stäfa freuen. Den 3. und 4. Preis, je 1 Übernachtung für 2 Personen inkl. Halbpension im Hotel Sämtis auf der Schwägalp im Wert von Fr. 320.-, gewinnen Martin Jordan aus Luzern und Elisabeth Lüthi aus Gachnang. An weitere fünf Personen geht je eine Berg- und Talfahrt für 2 Personen mit der Sämtis-Schwebbahn im Wert von Fr. 90.-. Und nochmals 26 Personen haben je ein Probierpaket Kägi Hazelnut im Wert von Fr. 17.50 gewonnen.

De grünen Duume

Im August scheint die Sonne heftig und lange – das zumindest hoffen wohl die meisten von uns. Für die Gärtner unter uns heisst es dann: regelmässig ausgiebig giessen, damit nichts vertrocknet. Und zurückschneiden: etwa die Hecken oder den Lavendel. Aber auch verwelkte Blüten sollten regelmässig abgeschnitten werden, damit die Blumenstauden länger blühen. Ebenfalls entfernt werden sollten Tomatenblüten, die sich noch an den Tomatenpflanzen befinden, damit den Tomaten nicht unnötig Kraft zur Ausbildung geraubt wird. Ernten steht im Gartenkalender unter August an erster Stelle: Bohnen, Salate, Zucchini, Salatgurken, Broccoli, Erbsen, Lauch, Zwiebeln, Rettich, Champignons, Kartoffeln, Pfirsiche, Aprikosen, Mirabellen. Und wer nächstes Jahr auch noch leckere Erdbeeren ernten will, muss sie noch vor Mitte August pflanzen.



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

Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 09/16 erscheint am 25. August 2016

Rohes ganz zart
und raffiniert



Tolles toll zubereiten, ohne zu kochen. Da bleiben die Nährwerte erhalten. Selbst ohne Herd lassen sich aussergewöhnliche Köstlichkeiten auf den Tisch zaubern. Wir präsentieren frische Gemüsekreationen, Aufstriche und mehr für den Sommer.



In unserem Land gibt es verschiedene Regionen, um die sich Sagen und Mythen weben. Wir begeben uns auf die Spuren der Schweizer Sagenwelt. Das alles mit Ausflugstipps und den entsprechenden kulinarischen Leckereien garniert.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz



**OB BRIENZER ODER WYBERHAKEN -
UNSER BROT HAT DEN DREH RAUS.**

AKTION

15. - 28.8.2016

CHF 3.95

STATT CHF 4.40 (100G = CHF 1.01)

SCHWINGER
BROT



IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTlich.

Hiestand 

OFENFRISCHE - UNSER HANDWERK.