

öise lade



Themenheft Seite 31

Mehr zum
Thema

KÖRPERPFLEGE

Härtefälle &
saubere Lösungen

Küche aktuell

Spaghetti Connection

**SCHMECKT
NOCH
FRUCHTIGER!**

**New
Bottle**

**Best
Fanta
Ever**



**IN AKTION
VOM 18. BIS 23.
SEPTEMBER
2017***

*Auf alle 6 x 1,5L PET Fanta Orange, Fanta Mango, Fanta Shokata, Sprite. In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

© 2017 The Coca-Cola Company. Fanta is a registered trademark of The Coca-Cola Company.



Editorial

Alle Welt spricht von sozialen Kontakten – und denkt dabei gleich ans Internet. Ich denke dabei an Menschen – und an Italien, vermutlich weil ich auch privat eine Beziehung dazu habe. Zum Beispiel an eine Spaghettata – jenes Plauschessen mit verschiedenen Pastasaucen, das Familien-, Gäste- und Freundeskreis freud- und stimmungsvoll verbindet. Für mich der schnellste und genüsslichste Weg zur sozialen Gemeinschaft.

Spaghettata verbindet

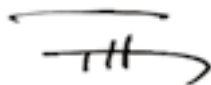
In dieser Ausgabe wird verdeutlicht, dass sich eine Spaghettata nicht um die immer gleichen Spaghetti drehen muss und sich weit mehr als die gewohnten zwei, drei Saucen dafür eignen. Spass muss natürlich sein. Dazu gehören auch Wein und Tipps unserer Weinexperten, um jede Sauce mit dem idealen Tropfen zu kombinieren.

Ich wünsche Ihnen viel südländischen Spass und heiteres Zusammensein bei Tisch – und nicht am Tablet, Laptop oder Smartphone. Buon appetito.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



51

Dorfladen Der Volg daheim

59

Freizeit NATURENA Die Volg Erlebnishöfe im Oktober



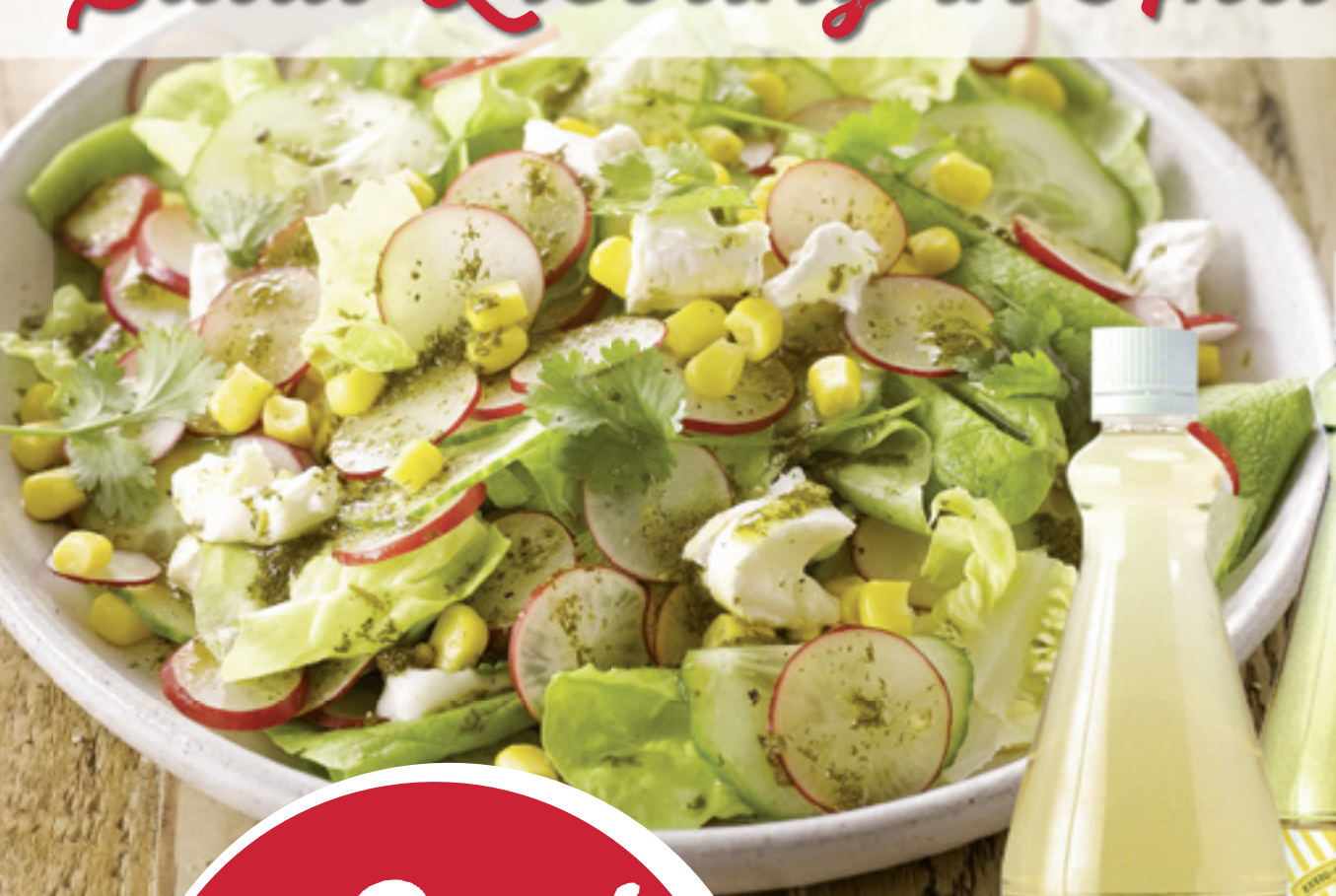
- 5 Küche aktuell**
Der direkte Draht: Spaghetti!
- 12 Marktplatz**
Fit im Saft
- 15 Wein- und Käseangebot des Monats**
Zwei für Gaumen und Herz
- 18 Novissimo**
Der ideale Genuss für Ihre Pause
- 21 Hausmarke**
3, 2, 1 ... weg sind die Häppchen!
- 22 Typisch Schweiz – Typisch Volg**
Ring frei für die Öpfelringli!
- 25 In eigener Sache**
Am 16. September ist «Feins vom Dorf»-Tag
- 27 Mein Wein & Dine**
Welcher Wein zu welchem Gang?
- 28 Einweihung Volg-Güterzug der RhB**
Ein schöner Zug – in jeder Beziehung
- 31 Mehr zum Thema**
Wir sind nicht die Pflegeleichtesten
- 43 Wettbewerb**
Sportlich unterwegs mit exklusivem Saisonbrot
- 45 Feins vom Dorf**
«Stark, eigen und charaktervoll»
- 46 Aktueller Tipp**
Die Holzofen-Reihe der Bäckerei Hiestand
- 49 Öisi Brüüch**
Volg-Jass klopfen im Seebachtal
- 51 Dorfladen**
Der Volg daheim
- 52 Freizeit Sportsponsoring**
«Volg hält zu mir, in guten wie in schlechten Zeiten»
- 55 Freizeit Kochkurs**
Aus dem Vollen fischen
- 57 NATURENA Rezept**
Poulet-Penne-Pfanne von Edith Jäger
- 59 Freizeit NATURENA**
Die Volg Erlebnishöfe im Oktober
- 61 Volgi & Volgine**
Lass den Wind tanzen!
- 63 Saison**
Trauben im Teig

Küche aktuell Der direkte Draht: Spaghetti! 5





Salat-Liebling in Aktion!



20%
Rabatt
vom 18.9.-23.9.2017



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Kleider: www.modifissa.com / www.pkz.ch



*Highlight Familientisch: Jeden Sonntag treffen sich **Edith Sonderer** und **Gustav Wieland** mit ihren drei erwachsenen Kindern zum gemeinsamen Kochen und Essen.*

Der direkte Draht: Spaghetti!

Vernetzung immer und überall, nur immer seltener persönlich. Zelebrieren Sie mit einer feinen Spaghettata geselliges Zusammensein – und das im Real Life.

Ihre Freunde fröhlich vereint am Tisch, Lachen, feines Essen und echte Gespräche. Ein Topf voller dampfender Spaghetti, eine leckere Sauce dazu und vielleicht ein Glas Vino – ein geselliges Highlight braucht so wenig. Und doch werden solche Momente immer rarer. Alle sprechen von sozialen Kontakten und denken dabei oft an Internet und virtuelle Vernetzung. Ganz ohne «Likes» und «Posts» stillt eine unkomplizierte Spaghettata nicht nur den Hunger, sondern nährt auch reale Freundschaften.



TIPP

Zwölf Monate ruht der **Rioja DOCa Crianza Sancho Garcés** in *Barriques* und erreicht so sein intensives Aroma von Beeren, süssen Gewürzen, Nelken und Zedernholz.



Spaghetti Carbonara:

Mit Speck und Rohschinken ist die Carbonara beliebt bei allen Generationen.

Spaghetti Basilikum-Pesto:

Aromatisches Basilikum, mit Pinienkernen verfeinert und mit Knoblauch aufgepeppt, ist auch auf den Spaghetti ein Trend-Kraut.

Bolognese-Sauce:

Zeit für eine liebevolle Bolognese. Spaghetti und der Saucenklassiker verbinden.

Spaghetti aglio, olio & peperoncini:

Knoblauch, Peperoncini und Parmesan treffen raffiniert auf Broccoli und Sardellenfilets.

Die fleischlose Tomatensauce erhält ihren Pfiff mit Zwiebeln, Knoblauch und Rosmarin.

Spaghetti Napoli:



Spaghetti Verdura:

Grillierte Zucchini, Aubergine und Peperoni begeistern die Tischrunde.

Vernetzen Sie sich wieder einmal ganz real mit Ihren Freunden und tischen Sie ihnen eine Spaghettata auf, die nur «Mmhhh» und Smileys als Kommentare provoziert. Da kann kein «Gefällt mir» auf Facebook mithalten und gezwitschert wird live in lobenden Tönen. Die Vielfalt an Saucen und Pastasorten ist beachtlich. Zu einem echten Spaghettiplausch gehört glücklicherweise das Probieren verschiedener Kreationen. Versuchen Sie doch mal ein «Spaghettoodle»: Jeder Gast bringt eine andere Sauce mit – «Toodlen» und Teilen erwünscht.



TIPP

Zu Fisch, hellem Fleisch oder zu Randenspaghetti ist dieser rassige, fruchtbetonte **Chardonnay Billabong Dreaming** mit Aromen von Zitrusfrüchten und Kokos eine gute Wahl.

Randenspaghetti mit Meerrettichsauce:

überraschend in Farbe und Geschmack!

Volg-Kochkurs im Oktober Aus dem Vollen fischen

Fisch macht fit. Sind Sie auch fit für den Fisch? Lernen Sie im Oktober-Kochkurs, wie vielseitig Fisch zubereitet werden kann: dämpfen, pochieren, braten, marinieren.

Infos dazu finden Sie auf Seite 55.





TIPP

Spritzig, süffig und leicht passt der Waadtländer **Felch AOC La Côte** der Rebsorte Chasselas bestens zu einer Fisch-Rahmsauce, als Aperitif oder zu Sommermenüs.

Gefällt mir:

Ein Spaghettiplausch verbindet



Spaghetti Pomodoro mit Thun und Oliven:

Mit dem intensiven Geschmack des Südens ist gut gemeinsam lachen.

Spaghetti an Rauchlachs-Rahmsauce:

cremig fein und mit dem Gout des edlen Fisches eine Pointe des Abends



«Ein Doodle kann vielseitig eingesetzt werden: Zum Beispiel als Übersicht, wer welche Sauce mitbringt.»



Mohn-Spaghetti mit Peperonata:

Spaghetti in Mohn gewendet sind ein Blickfang.

Doodle

Spaghettoodle

Ihre Umfrage bearbeiten | 3 | 0 | vor einer Minute

Wo: In unserer Küche

3 Teilnehmende	Basikum-Pesto	Carbonara	Boolognese	Napoli	Aglio, olio e peperoncino
Gustav					✓
Edith		✓			
Felix	✓				
Ihr Name					
	1	1	0	0	1

Mir passt keine der Optionen

Hiestand
1967 - 2017

50

AUS UNSEREM HOLZOFEN-SAISONKONZEPT.

ERHÄTLICH AB 1. SEPTEMBER - SOLANGE VORRAT

NEU



TRAUBEN
KERN
BROT



Hiestand

OFENFRISCHE - UNSER HANDWERK

IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄTLICH.



SCHRITT für SCHRITT Spaghetti-Muffin



Für einen Muffin schneiden Sie die gekochten Spaghetti klein und mischen sie mit Kräutern, Ei, Käse, Sauce und einer Cherrytomate.

Spaghetti-Muffin:

Kreativ erweitert und knusprig gebacken greifen alle herzhaft ein zweites Mal zu.

Mit Afterparty

verlinkt

Waren die Augen grösser als der finale Hunger? Für Gäste füllen wir die Kochtöpfe lieber genug und so warten am Tag darauf Resten im Kühlschrank auf uns. Aus einer Tomatensauce kann ein Chili con Carne werden, aus den Spaghetti ein knuspriger Auflauf. Probieren Sie Spaghetti-Frittata oder die aussergewöhnlichen Muffins – beides ist mindestens genauso lecker wie ein frischer Spaghettiplausch.



SCHRITT für SCHRITT Spaghetti-Frittata



① Eier aufschlagen, mit Kräutern und Spaghetti gut vermischen, in Pfanne geben



② Braten, bis das Ei stockt, Blasen gibt und fest wird



③ Frittata auf den Deckel kippen und gewendet in die Pfanne zurück gleiten lassen

Spaghetti-Frittata:

und schon sind die Pasta-Resten genüsslich weggeputzt ...

Dieser exzellente Spanier bringt manch grossen Franzosen in Verlegenheit.



Franck Mähler-Besse leitet das erfolgreiche Familienunternehmen, welches seit 1892 für grosses Weinhandwerk steht.

Motiviert durch die grossen Erfolge im Bordeaux hat sich die Familie Mähler-Besse in Spanien-Toro einen 4000ha grossen Rebberg mit alten Rebstöcken der Sorte «Tinta de Toro» angeeignet. Der «Toro Oro» wird mit den gleichen Qualitätsansprüchen – wie im Bordeaux – gepflegt; der Ausbau erfolgt in amerikanischen Eichenfässern. Ein edler, reicher und konzentrierter Wein!

13.50
75cl



SPANIEN

**TORO DO ORO
SELECCION SOLITARIO**

Charakter: Tiefes Dunkelrot, intensive Aromen nach schwarzen Beeren, Eukalyptus und Vanillenoten. Eleganter, weicher Auftakt. Gehaltvoll, konzentriert mit präsenten Gerbstoffen. Lang anhaltender Abgang.

Trinkreife: Jetzt, 6 bis 8 Jahre.

Geniessen bei: 16 – 18° C

Alkoholgehalt: 14.5%

Passt zu: Rindsfilet an Pfeffersauce, Lammrücken und Wildgerichten.

Kochschule



Wenn es mal schnell gehen muss: Im Volg gibt es eine grosse Auswahl an feinen Saucen.



Die Basis Ihrer Spaghettata: Im Volg finden Sie Spaghetti der Volg Marke sowie von Barilla in verschiedenen Dicken.



«Bei Teigwaren gibt es bei uns selten Resten. Wenn doch, dann mische ich ein Ei darunter und brate alles knusprig in der Bratpfanne. Fürs Auge lege ich vor dem Servieren noch ein paar Blätter frischen Basilikum bei.»

Geschwind zur Community

Eine Spaghettata muss schon mal ruckzuck auf den Tisch gezaubert werden, beispielsweise als Belohnung nach einem Umzugstag, um einen Mitternachtshunger zu stillen oder wenn überraschend Gäste auftauchen. Die Convenience-Produkte aus dem Volg sind so praktisch, dass sie mit jeder Spontaneität mithalten. Fast aus dem Nichts stehen der dampfende Topf Spaghetti und herzhaft Saucen auf dem Tisch. Fast so schnell wie mit WLAN geht es auf zum realen Community-Spaghetti-Erlebnis.



Spaghetti Pomodoro mit Salami und Gorgonzola:
rezyent, würziger Hit für alle, die Rasse an den Spaghetti mögen

HINWEIS

Für Schnellentschlossene: Im aktuellen Volg-Kochkurs «Pasta e basta» sind selbst gemachte Teigwaren und Saucen die feinen Stars. Anmelden: www.volg.ch/aktuell/volg-kochkurse





Marktplatz

Fünf bis neun Portionen Früchte und Gemüse sollten wir zu uns nehmen, täglich. Vielen reicht die Zeit nicht, all dies einzukaufen, zusammenzustellen und selbst zu mixen. Biotta hat mit ihren Veggie-Säften und Traktor Bio-Smoothies die fixfertige und praktische Lösung bereit. Trinken Sie sich gesund! Zwischendurch, unterwegs und immer dann, wenn die Vitaminlust Sie heimsucht. Passend dazu liefern wir Ihnen ein leckeres, gesundes Cracker-Rezept.

FIT IM SAFT



Fixfertig gemixt und direkt aus dem Kühlregal sind Biotta Veggie und die Traktor Bio-Smoothies ein gesunder Hit, auch für Veganer.



Curry-Leinsamen-Cracker

Zutaten für 15–20 Stück:

Backofen auf 170 °C Umluft vorheizen. 80 g **Leinsamen** in eine Schüssel geben und in 120 ml **Wasser** für 30 Min. einweichen. 1 EL **Sesam**, 2 EL **Sonnenblumenkerne**, 1 EL **Olivenöl**, 40 g **Mehl**, 1 Msp. **Natron**, ½ TL **Currypulver**, ½ TL gemahlene **Kurkuma** sowie **Meersalz** dazugeben und alles zu einem festen, leicht feuchten Teig verkneten. Wenn nötig etwas **Wasser** dazugeben. Mit einem angefeuchteten Löffel kleine Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen. Die Häufchen mit einer angefeuchteten Gabel flach drücken. Mit **Wasser** bepinseln. Cracker in der Ofenmitte 20 Min. knusprig backen. Auskühlen lassen und genießen.

Zubereitung: 1 Std.



BIOTTA VEGGIE RÜEBLI + MANGO

Schweizer Rüebli sind seit 50 Jahren Zutaten für beste Biotta-Klassiker. Gemischt mit süsser, exotischer Bio-Mango hat dieser neue Veggie die Power zum Saffhit.



BIOTTA VEGGIE SCHWARZE RÜEBLI + HIMBEERE

Das mild-süsse Ur-Rüebli trifft auf intensiven Bio-Himbeeregeschmack: überraschend im Geschmack und ein Saft, der zum Wiederholungstrinker macht.



TRAKTOR BIO-SMOOTHIE HIMBEERE + CRANBERRY

So klein und so wertvoll ist die rote, runde Cranberry – eine echte Powerbeere! Kombiniert mit Waldhimbeeren schmeckt der Smoothie frisch-herb. Tipp: mit Prosecco spritzen.



TRAKTOR BIO-SMOOTHIE MANGO + PASSIONSFRUCHT

Der Liebling der Traktor-Fans: fröhlich gelb und betörend fruchtig schmeckt der Klassiker unter den Bio-Smoothies. Wer ihn noch nicht kennt, findet ihn im Volg-Kühlregal bereit zum Ausprobieren.

Vitamine für ins Handgepäck: Mit Biotta Veggie und Traktor Bio-Smoothies ist der gesunde Energieschub griffbereit.



JETZT PROBIEREN: UNSERE KNORR GOURMET BRATENSAUCE

20%

VOM 11.09. – 15.09.2017



Knorrli empfiehlt:

RIPPLI MIT APFELRINGEN

Zubereitungszeit:
ca. 30 Minuten

Zutaten für 3 Portionen:

- 1 kleine Zwiebel
- 200 g Lauch (Porree)
- 350 g Äpfel
- 1 EL Zitronensaft
- 360 g Rippli (ohne Knochen) in dünnen Scheiben
- Pfeffer
- 1 EL Öl
- 150 ml Apfelsaft
- 1 Beutel KNORR Bratensauce Gourmet**
- 2 EL Rama Cremefine zum Kochen 15 % Fett

Zubereitung:

Zwiebel schälen und in feine Spalten schneiden. Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. Äpfel waschen und das Kerngehäuse ausstechen. Die Äpfel in ½ cm dünne Scheiben schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Rippli mit Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Ripplischeiben darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite 4 Minuten braten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Zwiebeln und Lauch im verbliebenen Bratfett ca. 3 Minuten braten. Apfelringe zugeben und von jeder Seite 1–2 Minuten braten. Apfelsaft und 100 ml Wasser zugießen. Beutelinhalt **KNORR Bratensauce Gourmet** einrühren und 1 Minute kochen. Cremefine zum Kochen einrühren und Sauce mit Pfeffer abschmecken. Rippli mit Apfel-Gemüse servieren.

Wein- und Käseangebot des Monats

Im Spätsommer mag man es wieder etwas herzhafter. Der Gaumen ruft nach süffigem Wein und würzigem Käse. Wir stellen Ihnen zwei Köstlichkeiten vor, welche die Jahreszeit verbinden.

Zwei für Gaumen und Herz

Aus der berühmten Weinregion «La Côte» im Waadtland stammen viele gefragte Weine. Der gesuchteste von allen ist unbestritten der Féchy AOC La Côte. Gekennzeichnet mit der ikonischen Dorfkirche als Wahrzeichen des Örtchens Féchy ist auch dieser spritzige Waadtländer Weisswein in keinem Weinregal zu übersehen. Kernig und bodenständig, süffig und gradlinig – so wird der Féchy AOC La Côte, der nicht nur bei Schweizer Weinliebhabern beliebt ist, beschrieben.

Herbstlich-herber Apéritif

Passend zu Fisch und als Apéritif weiss der begehrte Tropfen auch im Spätsommer und Herbst zu überzeugen. Ebenso wird die Entfaltung des Weins am Gaumen von kräftigem, herzhaftem Käse unterstützt. Herrlich schmeckt der Féchy AOC La Côte zum Beispiel in Kombination mit dem gehaltvollen Kümmel-Bergkäse, der sich mit seinem aussergewöhnlichen, würzigen Geschmack ebenfalls ideal für Apéros eignet.



Wein
des Monats
Féchy AOC La Côte,
Schweiz
50 cl, statt Fr. 8.40
Fr. **6.70**

Käse
des Monats
Kümmelkäse
100 g, statt Fr. 2.-
Fr. **1.60**

Féchy AOC La Côte, Schweiz

Charakter Dieser blass goldgelbe Weisswein überzeugt durch seinen spritzigen, süffigen und leichten Charakter. Mit Aromen von Birnen, Honig und Lindenblüten.

Trinken Jung trinken, bei 7–9 °C

Passt zu Fisch, als Apéritif

Ein Käse mit dem gewissen Etwas

Der Kümmel-Bergkäse der Bergkäserei Gais weiss zu überzeugen. Mit seiner Komposition aus würzigem Käse und feinem Kümmel wurde er an den Swiss Cheese Awards mehrfach mit Diplomen ausgezeichnet. Der

Schweizer Halbhartkäse hat einen reinen, aromatischen Geschmack und eignet sich mit seinem Kümmelgout ausser zum Apéro auch wunderbar zu Gschwellti, als Dessertkäse und für Carpaccio.

Diese Aktion gilt vom 28. August bis 30. September 2017, solange Vorrat.

EINFACH SCHNELL ZUBEREITET...



Aemmalerschnitzel

Brätschnitzel mit Käse, 2 x ca. 150g

Crispy Chicken

Poulet Innenfilet mit Cornflakes-Mantel, ca. 250g

Gourmetspiess

Grobes Schweinebrät mit Speck umwickelt, 2 x ca. 150g

Hornussersteak

Hackfleisch mit Speck umwickelt, 2 x ca. 130g



SUTTERO

Evtl. in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich.



50 cl, statt Fr. 8.40
Fr. 6.70

Féchy AOC La Côte, Schweiz

Charakter Dieser blass goldgelbe Weisswein überzeugt durch seinen spritzigen, süffigen und leichten Charakter. Mit Aromen von Birnen, Honig und Lindenblüten.

Trinken Jung trinken, bei 7–9 °C

Passt zu Fisch, als Apéritif



50 cl, statt Fr. 4.70
Fr. 3.65

Pinot Grigio di Sicilia IGT, Italien

Charakter Ein harmonischer Sizilianer mit grünlichen Lichtreflexen, der mit einem fruchtigen Aroma exotischer Früchte besticht.

Trinken Jung trinken, bei 8–10 °C

Passt zu weissem Fleisch, gegrilltem Gemüse, als Apéritif



50 cl, statt Fr. 4.20
Fr. 3.10

-26%

Chardonnay Billabong Dreaming, Australien

Charakter Dieser rassige, fruchtbetonte und hellgelbe Australier verführt mit Aromen von Zitrusfrüchten und Kokos.

Trinken Jung trinken, bei 8–10 °C

Passt zu Fischgerichten, hellem Fleisch, als Apéritif



50 cl, statt Fr. 7.50
Fr. 5.90

Dôle Blanche AOC Valais, Schweiz

Charakter Ein lachsfarbiger Rosé, der durch seine Jugendlichkeit bezaubert, mit Aromen von frischen Früchten und einer Himbeernote. Kräftig, reich und elegant.

Trinken Jung trinken, bei 8–10 °C

Passt zu Apéritif, Spargeln, Geflügel, asiatischer Küche



50 cl, statt Fr. 8.20
Fr. 6.50

Dôle AOC Valais, Schweiz

Charakter Ein rubinroter Walliser Rotwein, der in der Nase fruchtig, frisch und rein sowie am Gaumen ausgeglichen und körperreich ist.

Trinken Jung trinken, bei 12–14 °C

Passt zu Kalb, Rindsfilet, Fondue Bourguignonne



50 cl, statt Fr. 4.90
Fr. 3.75

Primitivo Salento IGT, Italien

Charakter Dieser intensiv rubinrote Italiener beeindruckt mit fruchtiger Aromatik von schwarzen Beeren, Kirschen und reifen Früchten.

Trinken Jung trinken, bei 16 °C

Passt zu Saucen- und Fleischgerichten, Grilladen, Hartkäse



50 cl, statt Fr. 4.30
Fr. 3.20

-25%

Cabernet Sauvignon Warramba Dreaming, Australien

Charakter Ein kirschröter australischer Wein, der sich durch schöne Aromen von schwarzen Beeren und Eukalyptus auszeichnet.

Trinken Jung trinken, bei 16–18 °C

Passt zu Steaks, Rehpfeffer mit Pilzen, Wild, Grilladen, Käse

Von der spanischen Sonne geweiht



Rioja DOCa Crianza Sancho Garcés, 2014, Spanien

Charakter In intensivem Rubinrot strahlt dieser spanische Rotwein. Aromen von Beeren, süssen Gewürzen, Nelken und Zedernholz zeichnen ihn aus.

Trinken Jung trinken, bei 16–18 °C

Passt zu Wild, Paella, Grilladen, Tapas, Manchego, Käse

Punkte 16.75 ★

50 cl, statt Fr. 7.50
Fr. 5.70

Weinclips

Welche Weine eignen sich zu welchen Speisen? Was bedeutet Cuvée bei uns, was in Frankreich? Wie lagert man am besten welche Weine bis zur Trinkreife und wie lange? Auf diese und weitere oft gestellte Fragen geben 10 neue Kurzfilme über Wein Auskunft. Durch die neue Staffel führt erneut Kurt Feser, Leiter Weinkulturen der VOLG Weinkellereien und branchenweit anerkannter Experte. Auf www.volg.ch/weinwissen oder YouTube abrufen und bequem auf Ihrem PC, Tablet oder Smartphone sehen. Viel Spass.

Meine Bestellung

- | — Anzahl 6er-Karton FÉCHY AOC LA CÔTE, 50 cl, statt Fr. 50.40 nur Fr. 40.20
- | — Anzahl 6er-Karton PINOT GRIGIO DI SICILIA IGT, 50 cl, statt Fr. 28.20 nur Fr. 21.90
- | — Anzahl 6er-Karton CHARDONNAY BILLABONG DREAMING, 50 cl, statt Fr. 25.20 nur Fr. 18.60
- | — Anzahl 6er-Karton DÔLE BLANCHE AOC VALAIS, 50 cl, statt Fr. 45.– nur Fr. 35.40
- | — Anzahl 6er-Karton DÔLE AOC VALAIS, 50 cl, statt Fr. 49.20 nur Fr. 39.–
- | — Anzahl 6er-Karton PRIMITIVO SALENTO IGT, 50 cl, statt Fr. 29.40 nur Fr. 22.50
- | — Anzahl 6er-Karton RIOJA DOCA CRIANZA SANCHO GARCÉS, 50 cl, statt Fr. 45.– nur Fr. 34.20
- | — Anzahl 6er-Karton CABERNET SAUVIGNON WARRAMBA DREAMING, 50 cl, statt Fr. 25.80 nur Fr. 19.20

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 28. Aug. bis 30. Sept. 2017, solange Vorrat.

neu Novissimo

Wer kennt es nicht, das «Frühstückchen» von Knoppers. Aber jetzt gibt es etwas Neues von Knoppers: Schmeckt wie ein Riegel und ist auch wie ein Riegel. Egal ob für zwischendurch, zum Zvieri, für unterwegs, auf der Baustelle oder im Büro – der Knoppers Nussriegel bietet den idealen Genuss. Die bewährten beliebten Knoppers-Zutaten, knusprig gebackene Waffeln, leckere Nougatcrème und viel Milchcrème, wurden mit einer Extraportion an knackigen Haselnüssen, einer cremigen Füllung aus Caramel und einer Hülle aus Vollmilchschokolade verfeinert und stehen nun für das einzigartige Knoppers Nussriegel-Geschmackserlebnis.

Leicht im Geschmack

Auserlesene Zutaten verleihen dem Knoppers Nussriegel den unvergesslichen, leichten Geschmack, der einfach Spass macht, egal wo und wann. In jeder Tasche findet der Riegel seinen Platz. Knusper-Fans und Nussfreunde raten zu einem stetigen Knoppersvorrat, damit das Loch im Bauch keine Chance hat.

Mehr drin, mehr drum: Der neue Knoppers Nussriegel ist da.



Der ideale Genuss für Ihre Pause

Der erste Riegel auf Knoppers Art: Was immer Sie tun und wo Sie auch sind, der neue Knoppers Nussriegel verleiht Ihnen neue Energie.



statt Fr. 3.55
Fr. 3.20

Einzigartig, ungewöhnlich, köstlich
Knoppers Nussriegel, 5 x 40 g



Fr. 1.30

Milder Genuss
*Nestlé Joghurt nach Griechischer Art, nature, ungesüsst



Fr. 3.90


Mild, cremig und vielseitig einsetzbar
* Geisskäs Chavroux Chèvre Tendre Bûche, 150 g



statt Fr. 4.40
Fr. 3.85

Stangengebäck mit nativem Olivenöl
* Gran Pavesi I Grissini con olio extra vergine di oliva, 230 g

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Abendessen	süd-amerikanisches Haustier	Kokosfaser	griech. Ungeheuer (Sage)		dt. Sänger (Über d. Wolken)	Ausruf des Erstaunens			Ort mit Mineralquelle im Kt. GL		schweiz. Feld-mass	int. Kfz-Z.: Georgien	Kosewort für Grossmutter	Türeinfassungen	ugs.: sehr viele	französischer	
									Miss Schweiz 2006 (Christa)								
italienischer Artikel			Geburts-helferin					12			Post per Internet						
	2					Gefängnis-aufseher	<div style="background-color: green; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> IHR GEWINN 2 x Gartenset BALTIC im Wert von je Fr. 1399.- BELIANI.ch </div>  <p>Das romantische Gartenset aus weissem Akazienholz wird Sie begeistern. Es besteht aus einem Tisch, zwei Stühlen und einer Zweierbank. Nur Beliani liefert direkt vom Hersteller zu Ihnen nach Hause und kann Ihnen unglaublich günstige Preise bieten (www.beliani.ch). Weitere Preise sind fünf Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und zehn à Fr. 20.-.</p>					schlecht		11	Bewohner von Hamburg		
TV-Mod-erator (Sven)			Stadt am türk. Mittel-meer		Gewehre (Salopp)							immergrüne Zier-pflanze	Gewichts-verlust		Laich-kraut		
zusammengeklappte Pizza		Adliger im alten Peru															
				10												14	
Würfel-muster	Faser-pflanze	Erd-rutsch im Gebirge			kant. Auto-kenn-zeichen							glätten, planie-ren		Roman von King			
					türkischer Würden-träger												
nutzbare Land-fläche			Frage-wort														
Kletter-tiere				9			schweiz.: National-mann-schaft					englisch: Fleisch				1	unge-trübt
	4		altröm. Längen-mass (30 cm)			Chip-karte für Mobil-telefone						Reim	latei-nisch, span.: Sonne				
englisch, franzö-sisch: Alter		Stadt mit schiefem Turm						häufig		Pas-sions-spielort in Tirol		Abk.: Ihre Hoheit	grosser Raum				
Getränk vor dem Essen										ital. Frisch-käse							6
Schweiz. Konsum-enten-stiftung					schweiz. Flug-pionier (Walter)												
																	13

Mitmachen & Gewinnen: Teilnahme am Wettbewerb vom 24.08.17 – 24.09.17 möglich. Online: unter www.volg.ch/volg-magazine
 Per Telefon: 0901 260 360, für 90 Rp./Anruf. Sprechen Sie das Lösungswort, Name und Adresse nach dem Signalton.
 Per SMS: SMS mit dem Keyword VOLGK und Lösungswort an 4636, für 90 Rp./SMS
 Per Post: Lösung bis 20. September 2017 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Knoppers», Postfach 344, 8401 Winterthur

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

Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf www.volg.ch. Mitarbeitende von Storck (Schweiz) GmbH und Volg sind nicht teilnahmeberechtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.



statt Fr. 3.30
Fr. 2.90

Salziger Cracker-Snack
 *Gran Pavesi I Cracker Salati,
 250 g



statt Fr. 4.90
Fr. 4.40

Intensives Schokoladen-erlebnis
 Kägi Mäx, 4 x 37 g



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

Die Lösung finden Sie ab 28. September 2017 online auf www.volg.ch/volg-magazine im Archiv.



Jetzt profitieren!



In Aktion vom
4. bis 9. September 2017

ERDINGER *Weißbier*
PRIVATBRAUEREI SEIT 1886

☞ DIE PERFEKTE BEGLEITUNG. ☞



Capri-Sun
THE TASTE OF FUN



Hausmarke

Beliebt, schmackhaft, flexibel und schnell zubereitet: die Klassiker aus dem Tiefkühler passen immer.



Schnell zugreifen und geniessen: Die Klassiker aus dem Tiefkühler sind heiss begehrt.

3, 2, 1 ... weg sind die Häppchen!

Drei Geräusche sind einem gelungenen Apéro eigen: das Korken-Plop beim Flaschenöffnen, fröhlicher Small Talk sowie das Knuspern der Schinkengipfeli und Chäschüechli. Wer nicht schnell genug ist, greift schon mal ins Leere. Gipfeli und Chüechli sind der Apéro-Klassiker überhaupt und sie verleihen dem Magen einen angenehmen Boden, sollten die Korken mehrfach ploppen.

Schnell gebacken, immer passend und rassig weg ist auch die Pizza aus dem

Tiefkühler. Probieren Sie etwas Neues aus: Schneiden Sie die Pizza in Streifen und rollen diese zu Schnecken – ein feiner Augenschmaus. Das Trio der Volg Marke findet bei allen Generationen begeisterte Zustimmung – auch als Mitternachts-Snack oder zum Salat für eine schnelle, leichte Sommermahlzeit. Einen Vorrat davon daheim im Tiefkühler zu haben, ist eine gute Idee und die kulinarische Rettung bei Zeitmangel oder überraschendem Besuch. Also: 3, 2, 1 ... schnell zugreifen!



Pizza, Schinkengipfeli und Chäschüechli für den Apéro oder schnellen Sommerznacht gibt es von der Volg Marke.



Typisch Schweiz – Typisch Volg



Roland Kauderer,
ist seit der Gründung
1998 Inhaber der
Öpfelfarm.

Vier Fragen

an Roland Kauderer

Herr Kauderer, was ist die Öpfelfarm?

«Die Öpfelfarm ist ein Familienbetrieb in Steinebrunn TG mit eigenem Hofladen als Herzstück. Ebendort haben wir einst erkannt, wie beliebt unser Trockenobst, speziell die getrockneten Öpfelringli, sind. Heute produzieren bei uns acht Mitarbeiter in einer eigenen Produktionsanlage bis zu 50 000 Öpfelringli pro Tag und wir beliefern Detailhändler in der ganzen Schweiz mit ausgewählten Produkten.»

Was sind die Stärken Ihres Unternehmens?

«Seit jeher haben wir uns «Regionalität» gross auf die Fahne geschrieben. Das garantiert nicht nur die Qualität der Äpfel, es fördert auch die lokale Wirtschaft. Ich habe selber Obstbau gelernt und weiss, wie wichtig ein guter, auf Vertrauen basierender Draht zu Lieferanten und Partnern ist. Auch zu den Kunden pflegen wir die Nähe. Zum Beispiel mit Führungen auf der Öpfelfarm oder mit unserem «Öpfelblatt», einer kleinen Zeitung, in der wir über allerlei Neuigkeiten und Interessantes rund um die Öpfelfarm berichten.»

Was verbindet Sie mit Volg?

«Volg ist unser grösster Kunde. Er passt perfekt zu uns, denn die Volg-Kundschaft schätzt hochwertige Produkte aus der Schweiz. Die Dorfläden sind nahe bei den Kunden, man kennt sich, ist mit der Region verbunden. Dasselbe gilt für unseren Familienbetrieb.»

Was ist das Besondere an den Öpfelringli?

«Unsere Öpfelringli werden ausschliesslich aus lokalen, erstklassigen Jonagold-Äpfeln mit Suisse-Garantie-Qualitätslabel hergestellt. Die Apfelsorte eignet sich mit ihrem gleichzeitig süssen und sauren Geschmack ausgezeichnet für die Ringli-Produktion. Die Äpfel sind gross und enthalten viele wertvolle Inhaltsstoffe wie Enzyme, Mineral- und Nährstoffe, die bei der Verarbeitung erhalten bleiben. Denn: Anders als üblich werden die Ringli bei uns nicht gedörrt, sondern schonend getrocknet. Dadurch wird auch das natürliche Apfelaroma bewahrt.»



1.

Ainaus Krucans überwacht die Äpfel der Sorte Jonagold beim Wasserbad. Nur makellose Früchte sollen verarbeitet werden.

2.

Wurde sauber durchgestochen? Erika Unfried macht den Kontrollblick.



Ring frei für die



3.

Fünf Ringe schneidet die Maschine aus einem Apfel. Bei 8,5 mm Dicke entsteht am Schluss ein guter Biss.



4.

Juana Koch legt die Ringe in sorgfältiger Handarbeit zum Trocknen auf ein Gitter. Zwei Tonnen Äpfel – pro Tag!



6.

In den Stiftungen Egnach und Mansio Münsterlingen übernehmen Menschen mit Beeinträchtigung die Verpackungsarbeit. Hier im Bild ist Pascale Köppel.

5.

Roland Kauderer schaut nach dem Rechten. Während 24 Stunden wird den Öpfelringli im Trockner die Feuchtigkeit entzogen.

In den Öpfelringli von der Öpfelfarm in Steinebrunn steckt die ungetrübte Apelessenz. Erstklassige Äpfel werden schonend getrocknet und bewahren so ihren Nährwert – und Geschmack.

Öpfelringli!



Öpfelringli aus Schweizer Äpfeln: ein gesunder Snack zwischendurch oder als süss-saures Dessert

Was ist «Typisch Schweiz – Typisch Volg»?

Die Etikette «Typisch Schweiz – Typisch Volg» bezeichnet Erzeugnisse, die in der Schweiz hergestellt werden. Darum sind die Transportwege kurz. Die kleinen, mittleren und grossen Betriebe arbeiten sorgfältig und qualitätsbewusst. Die Produkte sind unverwechselbar schweizerisch und der Entscheid für «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Artikel sichert Arbeitsplätze.

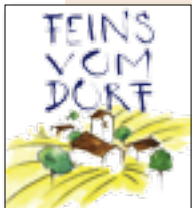
Typisch
Schweiz
Typisch
Volg+
typiquement
suisse



Die feinen Öpfelringli sind in Ihrem Dorfladen erhältlich.



Just Smile!



Feins vom Dorf

«Feins vom Dorf»-Tag

Samstag, 16. September



Feins vom Dorf Produzent

Pierre Arn

Weinich (ZH)

FEINS
VOM
DORF

Aus dem Dorf, sympathisch nah: Lernen Sie die Spezialitäten und deren Produzenten aus Ihrem Ort persönlich kennen.

Sprechen Sie persönlich mit dem Hersteller der Beerenkonfitüre aus Ihrer Nachbarschaft, dem lokalen Weinanbauer oder dem Teigwarenproduzenten aus Ihrem Dorf. Volg lädt Sie am 16. September herzlich ein zum «Feins vom Dorf»-Tag in Ihrem Dorfladen. Nutzen Sie die Gelegenheit, entdecken Sie lokale Spezialitäten, treffen

Sie Ihren Nachbarn oder Produzenten persönlich. «Feins vom Dorf» ist Ausdruck der intensiven lokalen Verwurzelung von Volg – und das wird gefeiert mit einem Wettbewerb, Talon ausfüllen genügt. Zu gewinnen gibt es fünf Mal 3 Minuten Grateiseinkauf in Ihrem Volg und 580 Mal gefüllte Volg-Einkaufstaschen im Wert von 40 Franken.

«Feins vom Dorf» – was ist das?

Hinter jedem «Feins vom Dorf»-Produkt steht ein Produzent aus dem Dorf oder einem Nachbardorf. Ziel des Konzepts «Feins vom Dorf» ist es, den kleinen Produzenten aus dem Dorf die Möglichkeit zu geben, ihre mit grösster Sorgfalt hergestellten Produkte in «ihrem» Dorfladen zu verkaufen. Das «Feins vom Dorf»-Konzept von Volg mit seinen über 3000 Lieferanten ist schweizweit einzigartig.

Wettbewerb Mitmachen und gewinnen!

«Feins vom Dorf»-Tag-Flyer im Laden holen,
Talon ausfüllen und in die gelbe Sammelbox legen.
Teilnahmeschluss: 20. September 2017

HAUPTPREIS:

5x 3 Minuten
Grateiseinkauf
in Ihrem Volg!

580x Volg-Einkaufstaschen
im Wert von Fr. 40.–



Volg

DON PASCUAL

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

www.schuler.ch

Aktion gültig vom 04.09.2017 bis am 09.09.2017.

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

CHF 12.40 / 75cl
statt 15.50

CHF 14.40 / 75cl
statt 16.95



Über 300 Jahre Weinkultur

SCHULER
ST. JAKOBSKELLEREI 1694

FÜR GENUSSVOLLE FREUNDSCHAFTEN.

**JETZT
PROBIEREN!**

* IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTICH





Welcher Wein oder Schaumwein passt am besten zu welcher Speise? Die harmonische Kombination der einzelnen Gerichte mit dem jeweils idealen Tropfen stellt die Krönung jedes mehrgängigen Menüs dar – ist jedoch kein einfaches Unterfangen. Weil Wein allein anders schmeckt, als wenn man ihn zum Essen geniesst: Bei Speis und Trank beeinflussen sich die Aromen gegenseitig. Essen und Wein sollten gleichermaßen ihren Beitrag zu einer runden Genussverbindung leisten – ohne einander zu dominieren. Was es hierfür zu beachten gilt, ist lernbar.

Welcher Wein zu welchem Gang?

Besuchen Sie den Kurs Mein Wine & Dine. Danach wissen Sie bestens Bescheid, welcher Wein zu welchen Speisen passt. Und machen vor Ihren Gästen garantiert stets eine gute Figur.

An diesem Kursabend wird deshalb gekocht und degustiert – aber auch ausgiebig gefachsimpelt: mit Heinz Blöchlinger, Key Account Manager der VOLG Weinkellereien und branchenweit anerkannter Weinexperte. Es wird Ihnen erklärt, welche Gerichte im Zusammenspiel mit welchen Weinen alle Geruchs- und Geschmackssinne optimal ansprechen und den Genuss perfekt abrunden. Dazu werden Ihnen geeignete Tropfen aus dem Volg-Sortiment präsentiert.



Melden Sie sich heute noch an.

Heinz Blöchlinger, Key Account Manager der VOLG Weinkellereien, von der Fachwelt als Weinexperte geschätzt, wird an allen vier Kursaustragungsorten sein Wissen mit Ihnen teilen.



**COOKUK IN AARAU
MIT SUSANNE VÖGELI:**

19. Oktober, 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:**

24. Oktober, 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



**MARXERS KOCHWELT IN BUCHS SG
MIT DARIO & MARCUS MARXER:**

26. Oktober, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.marxers.ch
oder Telefon 081 756 11 22
Marxers Kochwelt
Fallengässli 10
9470 Buchs SG
E-Mail:
geniessen@marxers.ch



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

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

Alle Kurslokale sind bequem mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und in wenigen Minuten vom Bahnhof aus zu Fuss erreichbar. Die Kurskosten inklusive Apéro, Essen, Getränken und Wein betragen pauschal Fr. 150.– pro Person. Anmeldungen über die Volg-Webseite oder direkt beim jeweiligen Kochstudio – via Internet oder Telefon. Die Rezepte werden den Kursteilnehmenden schriftlich abgegeben.

Aktualisierte Infos auf www.volg.ch



In eigener Sache Volg-Güterzug der RhB



V.l.n.r.: Contardo Blumenthal (Produktmanager RhB), Peter Knaus (Leiter Güterverkehr RhB), Dr. Renato Fasciati (Direktor der Rhätischen Bahn AG), Ferdinand Hirsig (Vorsitzender der Volg-Geschäftsleitung), Otti Häfliger (Vorsitzender der Traveco-Geschäftsleitung), Stefan Näf (Logistik/Informatik, Mitglied der Volg-Geschäftsleitung), Markus Barth (Leiter Produktion RhB)

Der schönste Zug der Rhätischen Bahn»: So tönte es unisono am Tisch von Dr. Renato Fasciati, Direktor der Rhätischen Bahn AG, und seinem Mitarbeiter-Team anlässlich der Einweihungsfeier vom 12. Juni in Landquart. Die Rede war vom Güterzug, der für Volg unterwegs ist und auf dessen Waggonen neuerdings acht Bündner Dörfer abgebildet sind.

Beachtliche Worte, wenn man bedenkt, dass die RhB aktuell insgesamt 1120 Roll-einheiten zählt und den Güterverkehr auf Graubündens Schienen mit jährlich 10 000 Zügen abwickelt. Das Spezielle am Güterzug sind die attraktiven Abbildungen der Ortschaften Ardez, Fläsch, Landquart, Lavin, Mathon, Sent, Vella und Vrin: acht idyllische Bündner Dörfer, in denen Volg daheim ist – stellvertretend für die 120 Verkaufsstellen im Kanton, die von der Volg Verteilzentrale Landquart aus beliefert werden. Bezeichnend hierfür das Fazit des RhB-Direktors Renato Fasciati, bevor er das Wort an den Vorsitzenden der Volg-Geschäftsleitung Ferdinand Hirsig weitergab: «Wir erschliessen Graubünden – Sie versorgen Graubünden.»

Spezielle Verbundenheit von Volg zu Graubünden

Ferdinand Hirsig untermauerte die spezielle Verbundenheit zu Graubünden mit dem Hinweis, dass Volg bereits als «V.O.L.G. Verband Ostschweizerischer Landwirtschaftlicher Genossenschaften», also praktisch seit den Anfängen im Kanton vertreten sei, 1922 die erste Verkaufsstelle, 1935

bereits 34 Läden Graubündens belieferte und aktuell 120 Verkaufsstellen versorgt: «Wir liefern dabei auch in abgelegene Regionen und Talschaften, wo andere Detailhändler nicht vertreten sind. Oder anders gesagt: Wir versorgen die lokale Bevölke-

rung auch dort mit Lebensmitteln, wo andere es nicht tun oder nicht tun wollen. Uns ist es wichtig, auch in Randregionen die Grund- und Nahversorgung sicherzustellen sowie Arbeitsplätze und Lehrstellen zu erhalten bzw. zu fördern, denn Volg ist

Ein schöner Zug in jeder Beziehung

Am 12. Juni wurde in Landquart ein Güterzug der Rhätischen Bahn eingeweiht. Das Spezielle daran: Auf den Waggonen sind acht idyllische Bündner Dörfer abgebildet, in denen Volg daheim ist.





V.l.n.r.: Otti Häfliger (Vorsitzender der Traveco-Geschäftsleitung), Ferdinand Hirsig (Vorsitzender der Volg-Geschäftsleitung) und Dr. Renato Fasciati (Direktor der Rhätischen Bahn AG) taufen den neuen Güterzug.



Festliche Stimmung an der Einweihungsfeier

im Dorf zuhause. Und wir versuchen, wenn immer möglich, auch an Kleinst-Dorfläden festzuhalten.»

Erschwerende topografische Gegebenheiten

Ferdinand Hirsig unterstrich weiter, dass der Kanton auch in logistischer Hinsicht speziell sei – aufgrund topografischer Gegebenheiten: «Nur dank der RhB sind wir beispielsweise bei winterlichen Bedingungen in der Lage, die Versorgung der Verkaufsstellen im Puschlav zu gewährleisten.» Waren werden direkt an der Rampe des Volg-Verteilzentrums Landquart auf den neu bebilderten Güterzug umgeladen, bei dem sowohl Waggons als auch Wechselbehälter im Sommer gekühlt und im Winter beheizt werden. Von hier aus fährt der Güterzug die vier Stationen Scuol, Zernez, Poschiavo und Samedan an, von wo aus die Lieferungen auf Lastwagen zu den einzelnen Läden gelangen.

Schön und umweltfreundlich

Der neu bebilderte Güterzug, der die Strecken auch in reduzierter Formation mit weniger als acht Waggons fährt, ist nicht nur schön anzusehen. Schön ist auch der Umstand, dass Volg damit sein Umwelt-Engagement verstärkt: mit markant weniger CO₂-Ausstoss infolge weniger LKW-Fahrten und beachtlichen Energieeinsparungen aufgrund moderner, leistungsstarker Kühlaggregate.

Gute Fahrt

g -

Der neu eingeweihte, mit acht idyllischen Bündner Dörfern bebilderte RhB-Güterzug, der für Volg unterwegs sein wird



Knack den Geschmack

Der neue BReAk.

**NEU
BEI VOLG**

* in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich



Voll Korn, voll schlau.

mehr zum thema

Körperpflege

Harry Weber,
Kaminfeger



Riccarda Babst,
medizinische Masseurin



Valentina Verinetti,
Lernende Detailhandel

U nmittelbarer Kundenkontakt, ein überaus körperlich aktiver oder besonders schmutziger Alltag sind Härtetests für Haut, Haare und Styling. Produkte, welche sich in besonderen Situationen bewähren, wirken in weniger belastenden erst recht verlässlich. Unsere sieben Berufsleute mit ihren vielfältigen Anforderungen im Berufsalltag verraten Ihnen ihre cleveren Alltagstricks und starken Hausmittelchen.

Ramon Leiser,
Küchenchef



Evelyn Kummer,
Kinderbetreuerin

Manche Berufe fordern ganz schön viel von Pflegeprodukten. Wie gut, gibt es Wirkungsvolles im Volg-Regal und starke Hausmittelchen.

Janine Zeier,
Floristin



Gjilisha Lena,
frisch Ausgelernte
Detailhandel



Schwarz wird Kaminfegermeister Harry Weber aus Schöfflisdorf heute noch. Die teils über 100-jährigen Öfen in Bauernhäusern russen immer noch zünftig, Öl- und Gasheizungen hinterlassen andere Verbrennungsrückstände. Starke Schmutzfänger sind in diesem Job die Haare, die jeden Tag wegrasiert oder intensiv gewaschen werden müssen. Für Kaminfeger sind das Duschen während der Arbeitszeit und Pflegemittel auf Kosten des Arbeitgebers ganz normal. Sein Reinigungsritual dauert 10 bis 15 Minuten, geschrubbt wird systematisch vom Kopf abwärts.



Kurze Haare und eine glatte Rasur erleichtern in schmutzreichen Berufen die abendliche Reinigung. Wattestäbchen und -pads helfen bei schmutzigen Ohren.

Harry Weber, Kaminfeger: Weggefegte Verbrennungsrückstände haften von den Knöcheln bis hinauf an Haaren und in Ohren.



RAUCHHAARE & HARZHÄNDE

Janine Zeier, Floristin: Ihre Hände sind ständig Nässe, Erde und Harz ausgesetzt.



Seife und Zucker als Peeling

Floristin Janine Zeier liebt ihre tägliche Arbeit mit Blumen. Ständige Nässe, Erde und schwere Töpfe erfordern jedoch eine besondere Handpflege. Die Inhaberin vom «Rosenkeller» in Aristau hält ihre Nägel kurz, damit der Erde möglichst wenig Platz darunter bleibt. Harz entfernt die Floristin wirkungsvoll mit einer Mischung aus Seife oder Olivenöl mit einem Teelöffel Zucker – für den Peelingeffekt.

Ein Fingernagelbürsteli und ein ausgiebiges Abendschaumbad zum Einweichen sind Janine Zeiers beste Helfer gegen erdige oder harzige Hände.



Zweimal duschen und umziehen

Ramon Leiser trägt seine Haare kurz und doch wäscht er sie zweimal täglich. Als Küchenchef von «Perron 9» und «Gleis 9» in Zürich Oerlikon sind Gerüche und Flecken grosse Themen. Smoker und Holzkohलगrill rauchen. Mit dem Dampf in der Küche ergibt sich daraus eine alles andere als pflegeleichte Mixtur. Und wie schnell landet in der Küchenhektik ein Fleck auf dem weissen Kochgewand. Deshalb wechselt Ramon Leiser seine Arbeitskleidung oft zweimal täglich und duscht nicht nur an Feierabend, sondern auch in der Zimmerstunde.



Für häufiges Duschen und Händewaschen sind die Volg Familienpreis-Produkte oder die Volg Cremeseife in der praktischen Nachfüllpackung ideal.



Küchenchef Ramon Leiser legt bei seinem flecken- und geruchsintensiven Job viel Wert auf eine saubere, gepflegte Erscheinung.





STIMOROL*
MAX
FROST
MANDARIN
FLAVOUR
SUGAR FREE

MAXIMALER
GESCHMACK
INTENSIVE
FRISCHE

**SCHON
PROBIERT?**



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Eine Wohltat für strapazierte Körper: Fein duftende Seifen und Duschgels schenken neue Energie und helfen zu entspannen.

Harte körperliche Arbeit gehört beim Strassenbauer, Waldarbeiter und Lagerarbeiter zum Job. Ihr Körper muss funktionieren, unabhängig von Wetter und sonstigem Unbeeinflussbarem. Die richtigen Produkte schützen während dem Arbeitsalltag, halten den Körper trotz Strapazen gut gepflegt und manche sind wahres Wellness am Feierabend.



Ein Strassenarbeiter ist bei jeder Witterung draussen, Sonne und Regen ausgesetzt. Das abendliche Duschen ist eine erholsame Wohltat.

MUSKELSTRAPAZEN & RAUHAUT

Schweisstreibende Anstrengung fordert den Waldarbeiter. Eine reichhaltige Körpermilch oder Body Lotion gibt zurück, was die Haut tagsüber verliert.



Staub und raue Oberflächen strapazieren die Haut des Lagerarbeiters. Eine Dusche morgens, abends sowie zwischendurch muss pflegend und regenerierend sein.



Die nährende Pflege mit Körpermilch oder Body Lotion ist längst in der Männerwelt angekommen und beliebt.

Valentina Verinetti, im 1. Lehrjahr Detailhandel im Volg Safenwil, mag gepflegte Nägel. Die Nagelfeile überlässt sie gerne der professionellen Nageldesignerin. Ihre Gelnägel sind robust und halten auch trotz des fordernden Alltags an der Kasse und beim Regaleinräumen. Valentina Verinetti bessert höchstens kleinere Schäden mit etwas Nagellackentferner aus, wäscht ihre Hände häufig, desinfiziert und cremt sie mehrmals täglich ein. So sind ihre Hände auch für den Ausgang top gestylt.

Make-up für frisches Aussehen

Für Ausgang fand Gjilisha Lena, frisch abgeschlossene Detailhandelsfachfrau beim Volg Neuendorf, in den letzten Monaten kaum Zeit. Im Gegenteil: Die Abschlussprüfungen im Juni führten zu Lerneinsätzen bis

Teetrinken half Gjilisha Lena beim Lehrabschluss-Stress. Hinterliess die Belastung dennoch Spuren, blieben diese dank dem sorgfältigen Make-up verborgen.



Sitzt Valentina Verinetti an der Kasse, fällt der Blick der Kundschaft schon mal auf ihre schön gepflegten Hände mit den kunstvollen Gelnägeln.

in die Nacht. Den Stress, das Schlafmanko und die Belastung zauberte sie gekonnt mit einem sorgfältigen Make-up aus dem Gesicht. Gjilisha Lena achtet auf hochwertige Produkte, die auch einen ganzen Arbeitstag anhalten. Für Nachschminken fände sie eh keine Zeit.



Alles für schöne Nägel und eine saubere Haut nach dem Make-up finden Sie in Ihrem Volg. Wer viel mit den Händen arbeitet, ist froh um eine handliche, schnell einziehende und stark pflegende Handcreme.



Wer im Beruf aktiv ist, den erfrischt eine Dusche nach der Arbeit doppelt mit einem guten Gefühl und mit neuem Schwung für die Freizeit.

TIPPS FÜR SCHÖNE NÄGEL

Baden Sie Ihre Hände in Olivenöl, das macht sie schön geschmeidig und stärkt die Nägel. Wirken die Fingernägel stumpf, reiben Sie sie mit etwas Apfelessig ein – und schon glänzen sie.

Funktionskleidung gegen Körpergeruch

Riccarda Babst ist körperlich ausserordentlich aktiv. Tagsüber ist sie kräftig beansprucht als medizinische Masseurin in ihrer Praxis Rhilax in Bad Ragaz, in der Freizeit liebt sie Sport. Der nahe Kontakt zu Klienten verlangt viel von Körperpflege und Arbeitskleidung. Riccarda Babst trägt hochwertige Funktionskleidung und ein Nagelscherchen begleitet sie stets. Parfüm ist ein Tabu, sie verwendet wenig duftende Deos und möglichst ph-neutrale Duschgels, damit der hauteigene Schutzmantel intakt bleibt. So ist die Masseurin auch nach der Arbeit fit drauf und gut in Form.



STRESSSPUREN

& KÖRPERDUFT

Wer körperlich so aktiv ist wie die medizinische Masseurin Riccarda Babst, braucht zuverlässigen Schutz vor Körpergeruch.

Schmerzen?



NEU
BEI VOLG

Power Gel

- lindert Schmerzen
- löst Muskelverspannungen
- für Nacken, Schultern und Kreuz

axa
nova

Energizer [®] **max** + **POWERSEAL**
TECHNOLOGY

**KEIN AUSLAUFEN.
GARANTIIERT.***

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



that's positivenergy

* Bei vollständig entladenen Batterien bis zu 2 Jahre kein Auslaufen in Ihrem Gerät

** Lagerfähigkeit

Verbrauchte Batterien müssen der Verkaufsstelle zurückgebracht werden.





Wer sich täglich rasiert, schätzt eine sanfte, regenerierende Pflege der strapazierten Haut.

Eine streichelzart rasierete Wange oder ein kurzer Bart? Ein sehr gepflegtes Erscheinungsbild ist für Bankangestellte Pflicht.



STREICHELWANGE & HAARGLANZ

Die Direktionsassistentin ist oft stundenlang auf hohen Schuhen unterwegs: Eine regelmäßige Fusspflege und kurze Zehennägel erleichtern jeden Schritt.



Kräuter- und Volumenschampoos sowie Anti-Schuppen-Spülungen sind starke Partner für glänzende, kräftige Haare.



Wer nun glaubt, der Büroalltag sei viel einfacher und legerer, täuscht sich. Die Etikette in manchen Berufen verlangt das Tragen von Krawatten, geschlossenen Schuhen, langen Hosen und Jackett. Die Dos und Don'ts sind je nach Stellung streng. Beim Banker müssen Rasur und Frisur penibel sitzen – und zwar jeden Tag. Die Service- oder Bar-Angestellte ist stundenlang auf den Beinen, meist in hohen Schuhen, muss immer durchgestylt gefallen und freundlich lächeln. Der Direktionsassistentin geht es ähnlich. Auch für diese Berufsalltage braucht es starke Pflegepartner, auf die Verlass ist.

Poppies
MEISTER BÄCKER Poppies MAÎTRE PATISSIER

...Zu jedem Kaffee gehört seine Gaumenfreude...

In **AKTION** vom 04.09. – 09.09.2017



Makellose Reinheit

schon bei der Kurzwäsche



9 von 10 OMO-Verwendern empfehlen OMO.*

Verbesserte
Formulierung:
Schützt Farben
und wirkt mit
Express-
Fleckenlöser



«Der Alltag mit Kindern fordert einige Hygienemaßnahmen», weiß Evelyn Kummer, Betriebsleiterin einer KIMI-Kinderkrippe.

WICKELALARM & FLECKENSHIRT



Mit 12 Kindern zwischen 2 Monaten bis ca. 12 Jahren ist der Alltag kaum voraussehbar. Evelyn Kummer, Betriebsleiterin der Kinderkrippe KIMI Stammertal, ist auf ziemlich alles gefasst. Wie gut, ist ein Volg-Dorfladen für spontane Einkäufe gleich um die Ecke. Die Mitarbeiter der Krippe schätzen besonders die kinderfreundliche Philosophie von Volg. Die treuen Begleiter von Evelyn Kummer sind Kristalldesodorant und Lippenpomade für sich selbst, Sonnencreme für alle und der Fleckenspray für die Wäsche. Ihre Haare trägt sie möglichst unkompliziert zusammengebunden. Vor und während jedem Arbeitsgang wie Kochen, Wickeln oder dem Aufputzen von Missgeschicken nutzen die Krippen-Mitarbeiterinnen Desinfektionsmittel. Ganz ohne Reize aus TV oder Radio genießt Evelyn Kummer abends gerne die Ruhe nach dem Kindersturm auf ihrer Terrasse.



Gleichgültig, welchen Beruf Sie ausüben, mit einem zuverlässigen Deo sind Sie stets flott unterwegs.



Starke Produkte für den sauberen Alltag mit Kindern finden Sie in Ihrem Volg.

HAUSMITTEL GEGEN MÜDE BEINE

- Beine kalt duschen
- Massagen
- viel Wasser trinken
- Stützstrümpfe tragen
- zwischendurch barfuß gehen

ERFRISCHUNG FÜR JEDEN GESCHMACK.

PROBIER
SIE BEIDE!



**SOMERSBY – DIE FRUCHTIG-SPRITZIGE KOMBINATION
AUS APFELSAFT UND FRUCHTWEIN – AM BESTEN AUF EIS!**

Somersby Elderflower Lime ist in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

Mit Verantwortung
genießen.



WETTBEWERB

Welche spezielle Zutat hat das Traubenkernbrot?

- A: Traubenkernmehl
 B: Zopfmehl
 C: Ruchmehl

1. Preis im Wert
 von **Fr. 3500.-**
 Flyer E-Bike, Typ nach Wahl

2.-3. Preis im Wert
 von je **Fr. 1000.-**
 je 1 Wochenende für 2 Personen im Hotel Hornberg in Saanenmöser/Gstaad inklusive Traubenkernölmassage



4.-5. Preis im Wert
 von je **Fr. 740.-**
 je 1 Ballonfahrt für 2 Personen

6.-22. Preis im Wert
 von je **Fr. 60.-**
 je 1 Gutschein Ticketcorner

→ **Mitmachen & Gewinnen**

Teilnahme Wettbewerb vom 24. August bis 24. September 2017 möglich
 Online: www.volg.ch/volg-magazine
 Per Telefon: 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf, Festnetztarif. Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Name und Adresse nach dem Signalton.
 Per SMS: SMS mit dem Keyword VOLGW und Lösungsbuchstabe an 4636, für 90 Rp./SMS
 Per Post: Lösung bis 20. September 2017 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Hiestand», Postfach 344, 8401 Winterthur

Hiestand
 OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK

Die Bäckerei Hiestand wird dieses Jahr 50. Ein guter Grund, tolle Preise zu verlosen und mit dem Traubenkernbrot den Auftakt zu einer exklusiven Saisonbrot-Reihe zu machen.



Gewinnen Sie im Hiestand-Wettbewerb ein E-Bike von Flyer. Wählen Sie selber den Typ: Mountain-, Stadt- oder Tourbike.

Sportlich unterwegs mit exklusivem Saisonbrot

Schon 50 Jahre lang sorgt die Bäckerei Hiestand für ofenfrisches Brot auf den Tischen. Seit jeher werden in sorgfältiger Handarbeit beste Rohstoffe zu feinsten Backwaren verarbeitet. Auch die Volg-Kundschaft kommt seit über zwei Jahrzehnten in den Genuss von Hiestands ofenfrischen Backwaren. Das muss gefeiert werden, findet die Bäckerei Hiestand, und kreierte exklusiv für Volg eine Reihe Saisonbrote aus dem Holzofen.

Mit schmackhaftem Brot durchstarten

Die Saisonbrot-Reihe beschert Volg-Kundinnen und -Kunden alle drei Monate ein neues Saisonbrot. Der Start im September macht das bekömmliche, urchig gute Traubenkern-

brot, hergestellt mit Traubenkernmehl mit natürlichen Antioxidantien und passend zur Traubenlesezeit im Herbst.

Auch mit dem Hauptgewinn sind Sie vital unterwegs. Machen Sie mit beim Wettbewerb und gewinnen Sie ein modernes E-Bike. Sie dürfen sogar auswählen zwischen Mountain-, Stadt- und Tourbike. Weitere Wettbewerbspreise versprechen Action, Erholung und Vergnügen. Jetzt mitmachen und gewinnen!



Das Traubenkernbrot der Bäckerei Hiestand ist von September bis November erhältlich – exklusiv bei Volg.

LUST AUF MEXIKANISCH?

Santa Maria



SOFT TORTILLAS

+



TACO-SAUCE*

+



FAJITA MIX*

JETZT PROBIEREN!
* IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN
EVENTUELL NICHT ERHÄLTICH

UNSERE MISSION IST, DASS AUF
IHREM SPAGHETTI TELLER NUR DER
BESTE PARMIGIANO REGGIANO DOP
SCHMILZT!



22% AKTION

30.08 – 03.09 2017

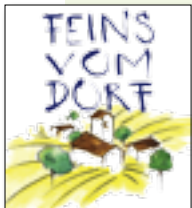


**Cetra
Alimentari**

DIE BESTEN ITALIENISCHEN KÄSE,
FÜR SIE AUSGEWÄHLT

www.cetra.ch

In kleineren Verkaufsstellen ev.nicht erhältlich



Feins vom Dorf



Markus Burgener überreicht Volg-Ladenleiterin Irene Lehmann seine Weine.

So, wie das Volk von Visperterminen beschrieben wird, sind auch die Weine der St. Jodern Kellerei: stark, eigen und charaktervoll. Der Volg-Laden in Visperterminen ist deshalb auch Pilgerstätte für Weinfreunde.

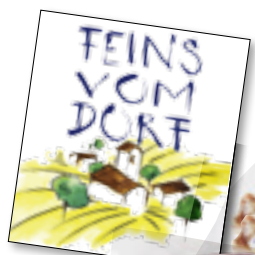
Dass im Wallis gute Weine entstehen, ist weitherum bekannt. Doch nicht nur das. In Visperterminen wird Wein hergestellt, dessen Trauben auf dem höchstgelegenen Weinberg Europas heranreifen. Ein Umstand, der sich im Geschmack des Weins widerspiegelt – davon ist Markus Burgener überzeugt. Der Geschäftsleiter der lokalen St. Jodern Kellerei lobt die unvergleichliche Qualität ihrer Tropfen: «Der Boden hier in den Bergen verleiht den Trauben eine hohe Mineralität. Auch das Klima und die vielen Sonnenstunden mit dem Föhn im Herbst sind ideal für den Reifeprozess», schwärmt er.



Geschäftsleiter Markus Burgener präsentiert seinen preisgekrönten Heida-Weisswein.

«Stark, eigen und charaktervoll»

Geschäftsleiter der St. Jodern Kellerei Markus Burgener



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 «Feins vom Dorf»-Produkt steht ein Produzent, den die Kundinnen und Kunden oft persönlich kennen. Die tatsächliche lokale Verankerung ist Volg wichtig. So entscheiden die Ladenleitungen über ihre «Feins vom Dorf»-Sortimente, da sie ihr Dorf und die benachbarten Produzenten am besten kennen. Sämtliche sorgfältig, oft in Hand-

arbeit hergestellten «Feins vom Dorf»-Spezialitäten sind mit dem Namen des Produzenten und seiner Adresse klar ausgezeichnet. Das «Feins vom Dorf»-Konzept von Volg mit seinen über 3000 Lieferanten ist schweizweit einzigartig. Daher ist das Angebot von Volg zu Volg unterschiedlich. Im Volg Visperterminen sind nebst Weinen von der St. Jodern Weinkellerei auch Käse von der Sennerei Visperterminen und Trockenfleisch von der Familie Bernhardsgrütter aus Visperterminen erhältlich.

Visper Eigenheit als Souvenir

Die St. Jodern Kellerei macht Spitzenweine in beeindruckender Vielfalt und höchster Qualität. Davon zeugt auch ihre breite Auswahl an edlen Weinen, die im Volg-Laden in Visperterminen erhältlich sind. Allen voran der preisgekrönte Heida. Der Weisswein, aus der urtypischen Rebsorte Heida gekeltert, ist ein eleganter Wein voller Kraft und Temperament, sind sich Weinexperten einig. Dass die Weine von den Visperterminer Weinterrassen etwas Besonderes sind, weiss auch Ladenleiterin Irene Lehmann vom Volg in Visperterminen. Viele Touristen kauften den Wein als lokale Spezialität zum Geniessen und Verschenken, sagt sie. «Ein Stück Visperterminer Eigenheit zum Mitnehmen, um die Zeit bis zu den nächsten Ferien bei uns zu überbrücken».



Die Holzofen-Reihe der Bäckerei Hiestand

Alle drei Monate kreiert die Bäckerei Hiestand ein anderes Saisonbrot für Ihren Volg-Dorfladen. Probieren Sie zur Traubenerntezeit die ofenfrische Kreation.

Was einst in Zürich Wipkingen mit frischen Buttergipfeli begann, ist eine knusprig gute Erfolgsgeschichte geworden. Die Überzeugung aus Gründerzeiten, dass für gute Backwaren nur die besten Rohstoffe verwendet werden und im Einklang zur Natur stehen müssen, gilt nach wie vor.



Exklusiv für Volg produziert die Bäckerei Hiestand feine Saisonbrote, ein Jahr lang und alle drei Monate ein anderes.

Aus besten Rohstoffen wie IP-Suisse-Mehl, Schweizer Butter, Schweizer Freiland Eier etc. stellt die Bäckerei Hiestand seit 50 Jahren feine Backwaren her – seit über zwei Jahrzehnten auch für Volg. Diese Jubiläen feiert die Bäckerei Hiestand mit Volg und versorgt die Dorfläden ein Jahr lang mit exklusiven Holzofenbrot – alle drei Monate ein anderes, perfekt abgestimmt auf die Jahreszeit. Die Kreativität der Hiestand-Bäckermeister kennt dabei keine Grenzen: Sie kombinieren gekonnt traditionelle Rezepte mit einzigartigen, saisonalen Zutaten.

Der Holzofen verpasst dem Brot die unvergleichliche Knusperkruste. Das handwerkliche Können der Hiestand-Bäcker steckt in jedem Bissen dieser unwiderstehlichen Köstlichkeit. Greifen Sie zu und genießen Sie die ofenfrische Vielfalt in Ihrem Volg. «En Guete».

Hiestand[®] 
OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK



Traubenkernbrot: Ab September, passend während der Traubenerntezeit, kombiniert die Bäckerei Hiestand den Holzofengeruch harmonisch mit aromatischen Traubenkernen.
Erhältlich: **September bis November**



Bauernspeckbrot: Intensiv und verführerisch duftet ab Dezember das Hiestand-Brot mit kräftigem Bauernspeck – das wärmt, wenn die Tage kühler werden.
Erhältlich: **Dezember bis Februar**



Vollwert-Duo: Das ideale Frühlingbrot gibt es ab März. Ein praktisches Doppelpack, schnell geteilt, super knusprig, handlich für daheim und unterwegs.
Erhältlich: **März bis Mai**



Sonnenkrustenbrot: Der krönende Abschluss im Sommer schmeckt nach guter Laune, ist mit einem Knick geteilt und passt knusprig lecker zu Grillfesten. Erhältlich: **Juni bis August**

Jetzt
im Volg



GROSSE RUBBELLOS-AKTION

Jede Verpackung mit Los enthält ein Geschenk!

Seit 20 Jahren das beliebteste Knuspermüesli der Schweiz.
♥-fichen Dank für Ihre Treue!

familia 

Partner:



Jamie Oliver Flower24

das echte Schweizer Müesli



«Öisi Brüüch» **VOLG JASS 2017**

Nach ausgebuchten Turnieren im Zugerland und im Fricktal ist der Volg-Jass am 30. September zu Gast im herrlichen Hüttwilen TG.

Die ersten beiden Volg-Jassturniere waren toll geklopfte Erfolge. Nun wird auf dem Volg Erlebnishof von Familie Jäger im idyllischen Hüttwilen am 30. September kräftig um den Einzug ins Finale gejass. Die Erst- und Zweitplatzierten vom Morgen- sowie vom Nachmittagsjass reisen am 21. Oktober für die endgültige Entscheidung des Jasssiegere 2017 nach Oberschan. Als Hauptpreis winken dem Jasskönig oder der -königin Ferien in der Schweiz im Wert von über 2000 Franken.

Währschaftes und Geselliges

Sowieso geht niemand mit leeren Händen oder Hunger nach Hause. Im Anschluss an das Morgen- wie an das Nachmittagsjass tischt die Bauernfamilie ein währschaftes Essen auf und die gesellige Pointe setzen Henry Bertschi und Compagnon mit stimmungsvoller Unterhaltungsmusik. Zu einem richtig tollen Jassstag gehört die perfekte Einstimmung mit morgendlichen Alphornklängen von Fredy Schnyder. Erneut begleitet der bewährte Turnierleiter Köbi Früh kompetent und sympathisch, aber mit scharfem Schiedsrichterauge durch den Tag. Melden Sie sich jetzt an, denn nebst dem Hauptpreis zum Schluss winken auch an diesem Qualifikationsturnier schöne Preise wie Volg-Einkaufsgutscheine und feine Hofprodukte.

Auf der Webseite www.naturena.ch finden Sie alle weiteren Informationen und das genaue Programm.



www.facebook.com/naturena.erlebniselwelten

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben



Gut geklopft und taktisch gespielt: Wer qualifiziert sich fürs Jassfinale 2017?

Volg-Jass klopfen im Seebachtal



Zum perfekten Jassstag gehören Alphornklänge und stimmungsvolle Musik auf dem Akkordeon.



Anmeldung, Regeln & Infos

Gespielt wird ein Einzelschieber über vier Runden mit Deutschschweizer Karten. Alles wird einfach gezählt, ohne «Stöck und Wyys». Die drei Teilnehmenden mit der höchsten Punktzahl gewinnen Volg-Einkaufsgutscheine sowie Preise vom Bauernhof. Die Erst- und Zweitplatzierten sowohl vom Morgen- als auch vom Nachmittagsjass reisen am 21. Oktober ans Finale nach Oberschan.

Teilnehmende: max. 32 Personen pro Jasshalbtage, ab 16 Jahren

Morgensjass: 09.00 bis 13.00 Uhr

Nachmittagsjass: 14.00 bis 18.00 Uhr

Kosten: Fr. 50.– pro Jasshalbtage, inkl. feinem Essen

Anmeldung: Telefon: 058 433 55 35 / Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Öisi Brüüch», 8404 Winterthur

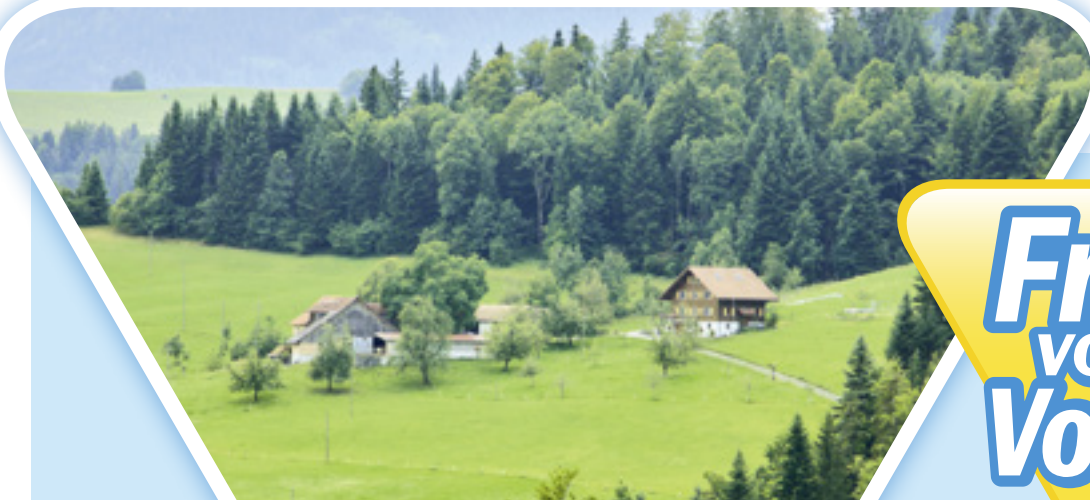
Online: www.naturena.ch, Rubrik «Öisi Brüüch»

Anmeldeschluss: 8. September 2017





Auch in Schachen und im umliegenden Liefergebiet wird online bei Volg bestellt.



Frisch vom Volg

www.volgshop.ch

Der Volg daheim

Online-Bestellung und Heimlieferservice machen das Einkaufen bei Volg noch einfacher. Das ist in Schachen mit seinen rund 1200 Einwohnern nicht anders.

Im Volg einkaufen ist nun noch komfortabler geworden. Das gilt auch fürs luzernische 1200-Seelen-Dorf Schachen. Bestellt jemand aus dem Dorf oder aus einer angrenzenden Ortschaft die gewünschten Waren online, geht unmittelbar danach im Volg Schachen eine entsprechende elektronische Mitteilung ein. Ladenleiterin Andrea Duss prüft jeweils sogleich jede eingegangene Online-Bestellung einzeln.

Kühlboxen mit den gewünschten Heimlieferungen bereit und überreicht sie Postbotin Dominique Kronenberg, sobald diese auf ihrer ordentlichen Postboten-Tour beim Volg Halt macht. Die Postbotin macht sich sogleich mit der Ware auf den Weg zu den Online-Kunden. Und bereits wenig später wird man sich in mehr als einem Haushalt über die frisch gelieferten Produkte freuen.



Volg-Ladenleiterin Andrea Duss stellt den online getätigten Einkauf für einen Schachener Kunden zusammen.

Wer die Online-Bestellung selber abholt

Andrea Duss schaut insbesondere darauf, ob sich jemand fürs Abholen der Ware im Laden entschieden hat. Das Abholen kann bereits vier Stunden nach Eingang der Online-Bestellung erfolgen. Unmittelbar vor dem Abholtermin füllt Andrea Duss eine Einkaufstasche mit den gewünschten Produkten.

Wer den Heimlieferservice nutzt

Jeweils um 18 Uhr prüft sie, wie viele Kunden vom Heimlieferservice profitieren wollen. Am nächsten Morgen stellt Andrea Duss die



Andrea Duss übergibt der Postbotin Dominique Kronenberg die Ware für den Heimlieferservice.



Viele junge, talentierte und ehrgeizige Nachwuchs-Sportler trainieren intensiv für ihren Sport und träumen von einer grossen Sportlerkarriere. Volg unterstützt Jugendliche, die ihr Hobby mit viel Freude und Ambitionen ausüben, ihre Ziele zu erreichen – und ihre Träume zu erfüllen.

«Mit Volg im Rücken kann ich so richtig durchstarten.»

Beworben und durchgestartet

Celine Albisser weiss, was sie will. Seit sie ihre Liebe zur Leichtathletik entdeckt hat, steckt sie sich hohe Ziele und ist immer vorne mit dabei. Sei es beim Hürdenlauf, Hochsprung, Kugelstossen, Sprint, Weitsprung oder Speerwurf. Als die 21-Jährige aus Bubendorf BL vor fünf Jahren auf dem Sportleibchen einer Schweizer Konkurrentin das Volg Logo sah, dachte sie: Das will ich auch! Bis zu diesem Zeitpunkt hatte Celine schon einige Erfolge feiern können und galt bereits als Nachwuchshoffnung. Die Zeit war reif für einen Sponsoringvertrag. Zusammen mit ihrem Trainer hat sie für Volg ein Bewerbungs-Dossier zusammengestellt. Mit Erfolg: Bald darauf konnte Celine mit dem Volg-Logo auf dem Leibchen an den Start gehen.

Einmal pro Jahr definiert Celine zusammen mit ihrem Trainer und Volg ihre sportlichen Ziele und dreimal pro Jahr er-





Emotionen pur beim Zieleinlauf am Mehrkampf-Meeting in Landquart 2017

stellt sie einen Leistungsbericht. Für ihren Trainingsaufwand erhält die Siebenkämpferin von Volg finanzielle Unterstützung. Wenn die Ziele erreicht werden, gibt es auch noch eine Leistungsprämie. Die Zusammenarbeit laufe wie geschmiert, sagt die Baselbieterin. Volg sei ein zuverlässiger Sponsor, der sie auch während Verletzungspausen nicht hängen lässt.

Schritt für Schritt zu den Sternen

Ihren bisher grössten Erfolg feierte Celine Albisser letztes Jahr beim Mehrkampf-Länderkampf in Caorle, Italien. Mit einem grossartigen zweiten Platz in ihrer Kategorie holte sie das beste Resultat der Schweizer U20- und U23-Delegationen. Einen weiteren Karriere-Meilenstein setzte sie dieses Jahr am 21. Mai beim Mehrkampf-Meeting Landquart. Mit dem zweiten Platz qualifizierte sie sich für die U23-Europameisterschaft in Polen im Juli 2017, wo sie den 15. Rang belegte. Die Sterne rücken näher und näher für Celine. Ihr grosser Traum: Weltmeisterschaft und Olympiade. Volg unterstützt sie dabei und drückt ihr die Daumen.

Frisch vom Volg

www.volgshop.ch



Online-Einkauf nach Hause liefern lassen oder im Laden abholen!

Gratis-Lieferung ab Fr. 100.-

10% Willkommensrabatt für einen Einkauf mit Heimlieferung auf www.volgshop.ch

Gutscheincode: **volgshop2017**

Mehr Informationen auf www.volgshop.ch

Michel Sortiment in Aktion

18.09. – 23.09.2017



Gültig für: Michel Cranberry, Orange Passion, Bodyguard 4 × 100 cl



Fisch macht fit. Aber sind Sie auch fit für den Fisch? Lernen Sie, wie vielseitig Fisch zubereitet werden kann: zum Beispiel gebraten, gedämpft, pochiert, mariniert. Beherrschen Sie die Kunst des Filetierens am Tisch. Zu Hause werden Sie Ihre Gäste damit beeindrucken. Aber nicht nur damit. Wir geben Ihnen Tipps zum Umgang mit Süsswasser- und Meerfischen sowie den passenden Beilagen und Saucen.

Aus dem Vollen fischen



Jetzt anmelden und Platz sichern!

Bringen Sie den Fisch optimal zu Tisch



CULINEA IN OERLIKON
MIT JONAS SCHÖNBERGER:

3. Oktober, 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



MARXERS KOCHWELT IN BUCHS SG
MIT DARIO & MARCUS MARXER:

5. Oktober, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.marxers.ch
oder Telefon 081 756 11 22
Marxers Kochwelt
Fallengässli 10
9470 Buchs SG
E-Mail:
geniessen@marxers.ch



COOKUK IN AARAU
MIT SUSANNE VÖGELI:

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



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

24. Oktober, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.tatort-kochschule.ch
oder Telefon 078 713 76 35
Tatort-Kochschule
Vorstadt 13
3380 Wangen an der Aare
E-Mail:
info@tatort-kochschule.ch

VORSCHAU

MEIN WINE & DINE

Die Krönung eines stimmigen, mehrgängigen Menüs ist der zu jedem Gang perfekte edle Tropfen. Doch welcher Wein oder Schaumwein passt wozu? An diesem Gourmet-Abend wird gekocht, degustiert und gefachsimpelt. Weinexperten erklären, worauf bei der Auswahl des Weins zu achten ist und präsentieren die geeigneten Weine aus dem Volg-Sortiment.

19. OKTOBER IN AARAU

24. OKTOBER IN OERLIKON

26. OKTOBER IN BUCHS SG

28. NOVEMBER IN WANGEN AN DER AARE

BROTKUNST

Was gibt es Herrlicheres als den Duft frisch gebackenen Brots? Besonders von selbst gemachtem. In diesem Kurs backen Sie sich durch die Welt der Brote. Sie werden lernen, was es dabei besonders zu beachten gilt, und bald alle Grundtechniken und Variationen der Brot-Backkunst beherrschen: mit verschiedenen Mehlen und in den unterschiedlichsten Formen. Der Kurs endet mit einer gemeinsamen Brotzeit.

2. NOVEMBER IN BUCHS SG

7. NOVEMBER IN OERLIKON

8. NOVEMBER IN AARAU

14. NOVEMBER IN WANGEN AN DER AARE

KOCHEN FÜRS FEST: FÜNF GÄNGE UND KEINEN STRESS

Gehen Sie die Festtage entspannt an – auch Ihr Weihnachtsmenü. Machen Sie sich selber schon vorher ein Geschenk und besuchen Sie diesen geselligen Kochkurs-Abend. Unsere Ideen für Ihr Festtagsmenü reichen von Vorspeise bis Dessert, lassen sich gut vorbereiten und sind obendrein ein Augenschmaus. Damit Sie dann auch als Gastgeber den Weihnachtsabend voll und ganz genießen können.

5. DEZEMBER IN OERLIKON

5. DEZEMBER IN AARAU

5. DEZEMBER IN WANGEN AN DER AARE

7. DEZEMBER IN BUCHS SG

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

Aktualisierte Infos auf www.volg.ch



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Butty
DEPUIS 1890

Machen meine Schweizer Gerichte unwiderstehlich

Mit Butty Gewürzen zum perfekten Back- und Kocherlebnis.
www.butty.ch



AKTION
11. – 16.09.2017



Lust auf feine Spitzbüebli?

Volg
frisch und fründlich

Dank erstklassigem Schweizer Mehl von Panflor gelingen alle Lieblingsguetzli.
Die Zutaten für eine perfekte Backgeschichte finden Sie in Ihrem Volg.

Panflor-Weissmehl ist in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



September 2017



Edith Jäger
Erlebnishof Seebachtal TG

Poulet-Penne-Pfanne

Von unserem Nachbarn, der Gemüse anbaut, bekam ich einen Bund Frühlingszwiebeln geschenkt. Da kam mir die Idee, eine Penne-Spezialität zuzubereiten. Ich schneide 500 g **Pouletbrust** in Stücke, 1 mittelgrosse, **rote Peperoni** in Würfel und 1 Bund **Frühlingszwiebeln** in feine Ringe. Dann koche ich 300 g **Penne** in reichlich Salzwasser bissfest. Währenddessen brate ich die Pouletstücke in heissem **Olivöl** in einer grossen Pfanne an und würze sie danach mit **Salz** und **Pfeffer**. Dann gebe ich die Peperoni und Frühlingszwiebeln bei und brate sie etwa 5 Minuten mit. Als Nächstes vermische ich 4 dl **Vollrahm** mit 2 TL **Currypulver**, 2 TL **Paprikapulver** (edelsüss), 2 gepresste **Knoblauchzehen** und 2 EL **Tomatenpüree**, gebe alles bei, koche es auf und schmecke es mit Salz und Pfeffer ab. Bis die Teigwaren fertig sind, lasse ich das Ganze weiter köcheln. Dann giesse ich das Kochwasser ab, mische die Penne unter die Poulet-Gemüsesauce und lasse sie noch 1–2 Minuten ziehen. Und fertig ist das Gericht für 4 Personen. Anstelle der Frühlingszwiebeln habe ich auch schon Lauch oder Zwiebeln verwendet.

«En Gvätä wünscht Ihnen»

Edith

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. Der Erlebnishof Seebachtal von Edith und Christian Jäger ist auf Reb- und Ackerbau ausgerichtet und wird nach den Richtlinien des ökologischen Leistungsnachweises (ÖLN) bewirtschaftet.

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben





Echt gut seit über 60 Jahren



Aktion

Jetzt profitieren!



In Aktion vom
06. bis 10. September 2017

Gutes für Körper und Gemüt

In den NATURENA-Kursen im Oktober tun Sie sich Gutes – Sie fabrizieren schonende Pflegeseifen, kuschelig-warme Filz-Ballerinas und Schönes für Stube und Küche.



Fricktal:
Filz-Ballerinas

- ① Fr, 13.10.17, 9–16 Uhr
- ② Sa, 14.10.17, 9–16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

Programm: Ballerinas liegen seit Jahren im Trend. Nun gibt es die coolen Treter auch als warme und kuschelige Variante für zu Hause. Aus Wollfasern filzen Sie in der Nassfilztechnik ein Paar Hausschuhe, die direkt an Ihrem Fuss geformt werden. Wenn die Ballerinas dann ganz trocken sind, können Sie die Schuhe zu Hause noch mit einer Latexsohle versehen. Die Anleitung dazu sowie die Latexmilch für den Sohlenanstrich erhalten Sie im Kurs.

Teilnehmer: 12 Personen ab 14 Jahren
Mitbringen: Schreibzeug, Papier, Massband, Schere, mindestens je 2 Küchen- und Frotteetücher.

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

Preis: Fr. 150.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für ein Paar Filz-Ballerinas



Seebachtal: Natürliche
Pflegeseife für sensible Haut

- ① Fr, 13.10.17, 9.³⁰–16.³⁰ Uhr
- ② Sa, 14.10.17, 9.³⁰–16.³⁰ Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

Programm: Naturseifen sind pflegend, rückfettend und spenden Feuchtigkeit. Nach einer Einführung in die Grundkenntnisse der Naturseifenherstellung stellen Sie im Kaltverfahren zwei verschiedene Blöcke hautschonende Pflegeseife her. Diese Naturseife besteht ausschliesslich aus hochwertigen Pflanzenölen und natürlichen Inhaltsstoffen.

Teilnehmer: 14 Personen ab 14 Jahren
Mitbringen: Taschenrechner, Schreibzeug, 1 Haushaltspapierrolle, 1 Paar Haushaltshandschuhe, 2 Tiefkühl-Plastikbehälter à 750 ml Inhalt mit Deckel (oder leere Glacéboxen), 1 Frottehandtuch

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

Leitung: Astrid Nigg, Toggenburger Naturseifen, Lichtensteig, www.toggenburger-naturseifen.ch

Preis: Fr. 190.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für 2 x 700 g Pflegeseife



Werdenberg:
Raku-Kunst

- ① Fr, 06.10.17, 9–16 Uhr
Fr, 13.10.17, 9–16 Uhr
- ② Sa, 07.10.17, 9–16 Uhr
Sa, 14.10.17, 9–16 Uhr

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

Programm: Am ersten Kurstag lernen Sie, aus dem weichen Ton mit Händen und einfachen Hilfsmitteln Schalen, Kugeln und kleine Objekte herzustellen. Am zweiten Kurstag – eine Woche später – glasieren Sie die von Ihnen geformten und vom Kursleiter in der Zwischenzeit roh gebrannten Keramikteile und brennen sie in der Raku-Technik, eine Methode, die ursprünglich in Japan zum Brennen der Trinkschalen für die Teezeremonie angewendet worden ist.

Teilnehmer: 12 Personen ab 12 Jahren
Kleidung: Der Witterung angepasste Arbeitskleidung, der Kurs findet teilweise im Freien statt.

Leitung: Stefan Jakob, Zürich, www.raku.ch

Preis: Fr. 320.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für 6–10 Tonobjekte



Zugerland:
Kleinformel im Vintage-Look

- ① Fr, 06.10.17, 9–16.³⁰ Uhr
- ② Sa, 07.10.17, 9–16.³⁰ Uhr

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

Programm: Alte oder nicht mehr schöne Holzmöbel lassen sich mit Acrylfarbe und der Shabby-Technik wieder in absolute Lieblingsstücke verwandeln. Sie gestalten ein von Ihnen mitgebrachtes, tragbares Möbelstück (Stuhl oder ähnliches) individuell mit Acrylfarbe und setzen Akzente mittels Schablonen und Stempeltechnik. Zudem erhalten Sie Einblick in das Thema Kreidefarbe und lernen, wie man ganz einfach selber Kreidefarbe herstellen kann.

Teilnehmer: 16 Personen ab 16 Jahren
Mitbringen: 1 tragbares Möbelstück (Stuhl oder ähnliches) möglichst aus Massivholz, Arbeitshandschuhe, Kleiderschutz, Staubmaske (sofern vorhanden)
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer beheizten Remise statt.

Leitung: Manuela Bossert, Adligenswil, und Marlis Spörri, Buchrain
Preis: Fr. 150.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für das Bearbeiten Ihres Möbels

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: 15. September 2017



www.facebook.com/naturena.erlebnisswelten

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

Abmeldungen bis zum offiziellen Anmeldeschluss des Kurses/Workshops sind ohne Kostenfolge. Bei verspäteten Abmeldungen werden 50% und bei Nichterscheinen am Veranstaltungstag ohne Abmeldung 100% des Kurspreises in Rechnung gestellt.



COMELLA

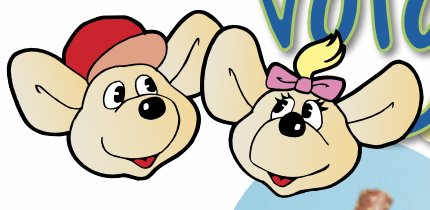
CHOCO-DRINK

DER FEINE SCHOGGI-DRINK!



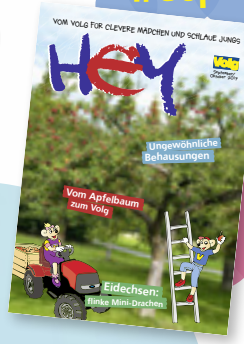
15% Aktion
20. - 24.09.2017

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



volgi & volgine

Das neue HEY ist da!
Hol dir das Heft ab dem
4. September im Volg!



Volgi & Volgine sagen dir, wie der Apfel vom Baum bis in den Volg kommt. Ausserdem zeigen sie dir, welche unterschiedlichen Behausungen die Menschen auf der ganzen Welt bewohnen. Jetzt im neuen HEY!



Ende September beginnt der Herbst. Es wird kühler, die Blätter verfärben sich – und es windet mehr. Dem Wind kannst du zuschauen, indem du dir ein lustiges Windspiel bastelst!

Binde einen Faden an dein Windspiel und du kannst es draussen im Wind flattern lassen!

LASS DEN WIND TANZEN!



1 Schneide aus bunten Plastiksäcken einen 15 cm breiten Streifen und viele 2 cm breite, lange Streifen.



2 Schneide aus der unteren Hälfte der Käseschachtel den Boden raus.



3 Aussen auf den Schachtelring trägst du nun Alleskleber auf.



4 Klebe den 15 cm breiten Plastikstreifen an den Schachtelring.



5 Klebe die schmalen Streifen an den unteren Rand des grossen Streifens.

Im Herbst windet es mehr, weil es im Norden rascher kühler wird als im Süden. Denn dann «verschiebt» sich die Luft. Je grösser der Temperaturunterschied, desto stärker bläst der Wind. Dein selbst gebasteltes Windspiel zeigt dir, wie stark er bläst.

- WAS BRAUCHST DU FÜR DEIN WINDSPIEL?
- runde Käseschachtel
 - Alleskleber
 - Schere
 - stabiler Faden



JETZT
100%
NATÜRLICH



INTENSIVER GENUSS MIT REGIONALEN FRÜCHTEN!



28% RABATT
In Aktion vom 30.08. – 03.09.2017

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Überraschen Sie Familie und Gäste mit einer eher ungewohnten, süssen Focaccia.



Im September und Oktober sind Trauben angesagt. Ein Muss für jeden Früchtekorb. Aber auch als Beilage oder Zutat in der Küche vielfältig einsetzbar. Zum Beispiel in süsser Focaccia.



Süsse Trauben-Focaccia

Zutaten für 1 Stück:

500 g **Pizzateig** gemäss Volg-Rezeptdatenbank zubereiten. Den Ofen auf 220 °C vorheizen. 450 g **rote und weisse Trauben** waschen, halbieren und entkernen. Den Teig zu einem Rechteck ausrollen. Auf die halbe Seite des Teigs die Hälfte der Trauben verteilen und mit der Hälfte von 70 g **Rohrzucker** und 1 Pr. **Zimt** bestreuen. Die gesamte freie Teigseite bedecken, gut andrücken und 20 Min. ruhen lassen. Den Teig zu einem Kreis formen und den Rand nochmals gut andrücken. Die übrigen Weintrauben auf die Focaccia streuen und leicht hineindrücken. Mit dem übrigen Zucker bestreuen. Etwas **Olivenöl**, einige gezupfte **Rosmarinzweiglein** darüber geben und ca. 30 Min. backen.

Zubereitung: 20 Min. + 30 Min. ruhen lassen + 30 Min. backen

Vermutlich ahnen die wenigsten, dass weltweit mehr Trauben geerntet werden als Äpfel, Orangen und Bananen zusammen. Der allergrösste Teil der Trauben wird jedoch zu Wein und Schnäpsen vergoren, ein kleiner Anteil zu Rosinen getrocknet und ein weiterer kommt als Tafeltrauben in die Ladenregale. Tafeltrauben insbesondere im September und Oktober: rote und weisse. Trauben sind zucker- und energiereich und enthalten wertvolle Vitamine, Inhalts- und Mineralstoffe. Und in der Küche sind sie vielfältiger einsetzbar als häufig angenommen – nicht nur als Beilage.

Focaccia – überraschend süss

Versuchen Sie einmal anstelle der üblichen Tomaten, Zwiebeln oder Käse, Trauben mit

Focaccia zu kombinieren. Das typisch ligureische Fladenbrot geniesst längst nicht die Bekanntheit einer Pizza – doch wer es kennt, denkt spontan an salzig. Nicht in Venedig, wo Focaccia vor allem als gesüsstes Fladenbrot die verwöhnten Gaumen entzückt. Lassen auch Sie sich davon verführen. Denn wissen Sie was? Eine süsse Trauben-Focaccia zu backen, ist alles andere als eine Hexerei, wie Sie hier sehen.





Hol dir die absolute Erfrischung!



Lipton Ice Tea Peach
0.5l und 1.5l



Lipton Ice Tea Green*
0.5l und 1.5l



Lipton Ice Tea Lemon
0.5l und 1.5l

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

NEU



NATÜRLICH, EINFACH TEE

PURE LEAF Iced Tea 0.5Liter Lemon oder Mint.
In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

ALLE ANDEREN SIND WÜRSTCHEN

Die Nr. 1 in der Schweiz — 100% Schweizer Qualitätsfleisch



minipic
the swiss snack

www.minipic.ch

Spaghetti Basilikum-Pesto

Zutaten für ca. 5 dl:

- 50 g Pinienkerne
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Bd. Basilikum
- 2 TL Salz
- 2 dl Olivenöl
- 3 EL Reibkäse
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Pinienkerne, Knoblauchzehen, Basilikum, Salz und Olivenöl im Mixer pürieren. Reibkäse dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Sauce über Spaghetti geben, mischen und servieren.

Zubereitung: 10 Min.

Spaghetti Carbonara

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Spaghetti
- 1 EL Olivenöl
- 150 g Rohschinken, in Streifen geschnitten
- 4 Sch. Bratspeck, in Streifen geschnitten
- ½ Zwiebel, gehackt
- 2 dl Rahm
- 2 Eigelbe
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Spaghetti in viel Salzwasser al dente kochen. Abschütten und beiseite stellen.
2. Olivenöl im Spaghetti-Topf erhitzen. Schinken, Speck und Zwiebeln andünsten.
3. Spaghetti und Rahm dazugeben, gut vermischen. Eigelbe dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, nochmals gut mischen und servieren.

Zubereitung: 30 Min.

Bolognese-Sauce

Zutaten für 4 Personen:

- | | |
|------------------------|-----------------|
| 400 g Rindshackfleisch | 1 D. Pelati |
| 1 EL Zitronensaft | 2,5 dl Rotwein |
| 2 EL Olivenöl | 1 Lorbeerblatt, |
| 3 Bundzwiebeln | 1 Rosmarinzwig, |
| 1 Rüebli | 1 Thymianzweig |
| 1 Peperoni, rot | Salz, Pfeffer |
| 1 EL Tomatenpüree | Paprika, Chili |

Zubereitung:

1. Hackfleisch in eine Schüssel geben, mit Zitronensaft beträufeln. Kurz ziehen lassen.
2. Bundzwiebeln, Rüebli und Peperoni in kleine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Hackfleisch dazugeben, gut anbraten. Das Gemüse dazugeben und mitdünsten. Das Tomatenpüree begeben, mit Rotwein ablöschen und etwas einreduzieren.
3. Pelati, Rosmarin, Lorbeerblatt und Thymian dazugeben. Einkochen, bis die Bolognese die gewünschte Konsistenz hat. Nach Belieben würzen.

Zubereitung: ca. 50 Min.

ZUM SAMMELN



Spaghetti Napoli

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Zwiebel, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenpüree
- 2 dl Rotwein
- 500 g Pelati, gehackt
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Rosmarinzwig
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Zwiebeln und Knoblauch im Olivenöl andünsten. Tomatenpüree dazugeben und kurz mitdünsten.
2. Mit Rotwein ablöschen und etwas einreduzieren. Pelati und Kräuter dazugeben und alles gut einkochen.
3. Die Kräuter entfernen mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu den Spaghetti servieren oder für Saucenkreationen weiterverwenden.

Zubereitung: 15 Min. + 1 Std. einkochen lassen

Spaghetti aglio, olio e peperoncini

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Spaghetti
- 1 Broccoli
- ½ dl Olivenöl
- 4 Sardellenfilets
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Peperoncini, rot
- 2 EL Peterli, fein gehackt
- 3-4 EL Parmesan, gerieben
- 1 EL Mandelblättli, geröstet

Zubereitung:

1. Broccoli rüsten, waschen und in kleine Röschen schneiden. 5 Min. in Salzwasser blanchieren, abschrecken und gut abtropfen.
2. Knoblauch und Peperoncino in Scheiben schneiden und in Olivenöl andünsten. Sardellen begeben und mit dem Holzlöffel etwas zerdrücken. Broccoli begeben und gut abschmecken.
3. Spaghetti in viel Salzwasser kochen, abtropfen und in der Broccoli-Mischung schwenken. Auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit Peterli, Parmesan und den Mandeln bestreuen.

Zubereitung: 35 Min.

natürlich han ich's gärn.



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



DER GIPFEL DES
GUTEN GESCHMACKS

mit Éditions
Limitées



in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich

in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich

Randenspaghetti an Meerrettichsauce

Zutaten für 4 Personen:

1 l Randensaft	3 dl Bratensauce
500 g Spaghetti	1 dl Vollrahm
200 g Pouletbrust	1 Lorbeerblatt
Öl	2 EL Meerrettich-Paste
Salz, Pfeffer	aus dem Glas
30 g Zwiebeln, gehackt	1 EL Petersilie, gehackt
½ dl Weisswein	



Zubereitung:

1. Pouletbrust schnetzeln und im Öl heiss anbraten, während dem Braten salzen und pfeffern, auf einem Teller beiseite legen. In der gleichen Pfanne Zwiebeln andünsten, mit Weisswein ablöschen und etwas reduzieren. Mit Bratensauce auffüllen und Lorbeer dazugeben. Für ca. 10–15 Min. köcheln lassen, Meerrettich beifügen und abschmecken.
2. Randensaft mit 1 l Wasser aufkochen und die Spaghetti im Randenwasser kochen, abschütten und warm stellen.
3. Die Sauce nochmals aufkochen und das Pouletgeschnitzelte zusammen mit dem Fleischsaft dazugeben, einmal aufkochen und auf die Seite stellen, bis die Pouletstücke gar sind. Über den Randenspaghetti anrichten und servieren.

Zubereitung: 35 Min.

Tipp: anstelle von Meerrettich aus dem Glas frischen Meerrettich verwenden

Mohn-Spaghetti mit Peperonata

Zutaten für 4 Personen:

2 Peperoni, rot
1 Peperoni, gelb
3 EL Kräuter, frisch
2 EL Olivenöl
1 Zwiebel, in Streifen geschnitten
4 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
1 EL Tomatenpüree
1 dl Weisswein
1 Bd. Basilikum, grob gehackt
500 g Spaghetti
1 EL Butter
2 EL Mohn
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Peperoni halbieren, Stiel, Kerne und Trennwände entfernen, mit der Hand flach drücken, mit etwas Olivenöl bepinseln und 15 Min. bei 220 °C unter dem Backofengrill rösten, bis die Haut schwarz wird und Blasen wirft. Peperoni herausnehmen, heiss schälen, in grobe Stücke schneiden und beiseite stellen.



2. Restliches Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch gut andünsten. Tomatenpüree dazugeben, leicht anrösten. Mit Weisswein ablöschen, Peperoni und Kräuter dazugeben und etwas einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Spaghetti in Salzwasser kochen, abschütten.

4. Butter im Topf erhitzen, Spaghetti und Mohn dazugeben, gut vermischen. Mohnspaghetti auf Tellern anrichten, Peperonata darübergeben und servieren.

Zubereitung: 1 Std.

Spaghetti Pomodoro mit Thon und Oliven

Zutaten für 4 Personen:

1 Glas Tomaten in Öl
600 g Spaghetti
1 Bd. Peterli, glattblättrig
100 g schwarze Oliven, entsteint
1 D. Thon, grob zerzupft
4 EL Aceto balsamico bianco
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Tomaten abtropfen lassen und Öl auffangen. Viel Wasser aufkochen, salzen und die Spaghetti darin al dente kochen.

2. Inzwischen Oliven in Scheiben, Tomaten in feine Streifen und Peterli grob schneiden.



3. Spaghetti abschütten. Etwas aufgefangenes Olivenöl mit Spaghetti und den restlichen Zutaten mischen und servieren.

Zubereitung: ca. 20 Min.

Spaghetti Verdura (mit grilliertem Gemüse)

Zutaten für 4 Personen:

2 Zucchini
1 Aubergine
1 Peperoni, rot
1 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel, in Streifen geschnitten
1 Glas Napoli-Sauce



Zubereitung:

1. Zucchini und Auberginen in 1 cm breite Rädli schneiden. Die Peperoni halbieren, entkernen, Trennwände wegschneiden und in 3x3 cm grosse Stücke schneiden.

2. Das geschnittene Gemüse in eine Schüssel geben. Knoblauch dazupressen, die Zwiebelstreifen dazugeben, mit Olivenöl, Salz und Pfeffer gut vermischen. 30 Min. ziehen lassen.

3. Gemüse in einer Grillpfanne oder auf dem Grillrost rundum gut grillieren.

4. Napoli-Sauce erhitzen, mit dem Grillgemüse vermischen und servieren.

Zubereitung: 40 Min. + 30 Min. ziehen lassen

Tipp: etwas Gemüse beiseite stellen und zum Schluss als Garnitur auf die Sauce geben



Lindt
LINDOR

MOMENTE FÜR MICH

Gewinnen Sie ein
Wellnesswochenende
für 2 Personen.

mydays[®]

Jetzt Foto hochladen:
lindor-moments.lindt.ch

Aktionspreis:
7.95
statt 10.20



LINDOR – ein Moment puren Chocoladenglücks,
kriert von den Lindt Maîtres Chocolatiers.
Liebe und Leidenschaft für Chocolate seit 1845.

lindor-moments.lindt.ch



MÖVENPICK[®]

THE ART OF SWISS ICE CREAM

AKTION
ALLE MÖVENPICK
CLASSIC 900 ML IN AKTION
VOM 11. BIS 17.09.2017

**VERLEIHT JEDEM
MOMENT ETWAS
BESONDERES**



WWW.MOEVENPICK-ICECREAM.COM

Spaghetti-Muffin

Zutaten für 8 Stück:

- 300 g Spaghetti, gekocht
- 1 TL Butter
- 16 Cherrytomaten
- 1 EL Basilikum, gehackt
- 6 EL Napoli-Sauce
- 4 Eier, aufgeschlagen
- 2 EL Reibkäse
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Spaghetti mit einer Schere etwas klein schneiden. Ein Muffin-Blech mit Butter einfetten.
2. Spaghetti in eine Schüssel geben, Cherrytomaten vierteln und zu den Spaghetti geben.
3. Basilikum und Napoli ebenfalls zu den Spaghetti geben, gut mischen und in die Mulden vom Muffin-Blech verteilen. Eier aufschlagen, mit Salz und Pfeffer würzen und ebenfalls auf die Mulden verteilen.
4. Die «Muffins» mit Käse bestreuen und im Ofen 20 Min. bei 180 °C backen. «Muffins» aus dem Blech auslösen und warm servieren.

Zubereitung: 45 Min.

Zubereitung:

1. Spaghetti in viel Salzwasser und mit dem Rapsöl al dente kochen. Knoblauchzehen und Peperonistreifen dünsten.
2. Rahm dazugeben, etwas einkochen. Rauchlachs in Streifen schneiden und in die Sauce geben. Mit Pfeffer und Salz würzen.
3. Die Sauce mit den abgetropften Spaghetti mischen, in Schüssel geben und servieren.

Zubereitung: 25 Min.



Spaghetti an Rauchlachs-Rahmsauce

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Spaghetti
- 2 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
- 2 Peperoni, rot, in Streifen geschnitten
- 2,5 dl Vollrahm
- 1 EL Rapsöl
- 250 g Rauchlachs
- Salz, Pfeffer



Spaghetti Pomodoro mit Salami und Gorgonzola

Zutaten für 4 Personen:

- 1 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel, gehackt
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- 100 g Salami, geschnitten
- 1 D. Pelati, gehackt
- 1 TL Pizzakräuter, getrocknet
- 150 g Gorgonzola, in grobe Würfel geschnitten
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch andünsten. Den Salami dazugeben, kurz mitdünsten.
2. Pelati und Pizzakräuter dazugeben. Alles für ca. 20 Min. leicht köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Kurz vor dem Servieren $\frac{2}{3}$ vom Gorgonzola unter die Sauce mischen. Den Rest als Garnitur auf die angerichtete Sauce geben.

Zubereitung: 45 Min.

Spaghetti-Frittata

Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Spaghetti, gekocht (250 g trocken)
- 6 Eier
- 5 EL Kräuter, frisch, gehackt (z. B. Peterli, Schnittlauch, Basilikum)
- 100 g Sbrinz, gerieben
- Salz, Pfeffer
- 3 EL Olivenöl



Zubereitung:

1. Spaghetti mit einer Gabel auflockern. Die Eier mit Salz, Pfeffer, Käse und gehackten Kräutern verquirlen, und mit den Spaghetti mischen.

2. In einer beschichteten Pfanne das Öl erhitzen, die Eier-Spaghetti-Masse hinein gießen. Auf mittlerer Hitze ca. 10–15 Min. braten, bis die Eier an der Oberfläche gestockt sind.
3. Einen flachen Deckel auf die Pfanne legen, Pfanne umdrehen und so die Frittata wenden und wieder in die Pfanne zurückgleiten lassen. Auf der anderen Seite goldbraun braten.

Zubereitung: 25 Min.

Tipp: Mit einem Deckel auf der Pfanne stockt die Ei-Spaghetti-Masse schneller. Vorsicht, dass der Eigguss nicht zu heiss wird und Blasen rief.

In solid rumantsch

Desch personas d'eiran invidadas per üna clap spaghetтата in dumen-gia saira. Ramon e Claudia vaivan cumanzà a far da tuotta sort sosas, classicas ed inventadas: pesto, sugo, gromma cun nuschs, salsa al limone, ma eir ün mix cun üettas e curry ed ün smoothie verd da ravi-tscha e bananas, desch sosas per desch giasts. Ramon e Claudia as licaivan ils daints da la fom e dal plaschair cur cha'l prüm giast ha sclingia: Reto. Reto vaiva in man üna s-chacla da plasctic cun aint seis damangiar. Pervi da las aller-



La spaghetta
perfetta

gias. Maria e Franz sun gnüts cun ün püschel da rösas exagierà, ma bellischem, per as s-chüsar. Chi nun hajan fom, ma piglian forsa ün dessertin, ün sorbet, gust dad am-pas, sainza zücher raffinà. Sonja es gnüda suletta. Hom ed uffants s'hajan decis pel «Tatort», chi tilla saja sul penibel, ma ch'ella mangia per quatter, pustüt schi detta pen-ne. A Ramon e Claudia es gnü il scuffel. I d'eiran rivats quatter da set giasts, ed ingün nu vulaiwa spaghets. L'ultima gruppa - Stefan, Armon e Miriam - s'allegraiva pels spaghets, ma pudaivan restar be ün'uretta. Ramon e Claudia han dit: I müda il program, chars amis. Uos-sa bavaina üna schnuità vin cot-schen e davo s-chodaina pulenta, okay? Tuots d'eiran perinclets e riav-an da schloppar. E la spaghetтата es dvantà ün grond success.

Romana Ganzoni

Romana Ganzoni

Herausgepickt

Wussten Sie, dass • • •

- • • die Rezept-Datenbank mit einem Mengen-Umrechner und einem Bewertungs-Instrument ausgerüstet ist?

Von einfach bis aussergewöhnlich finden Sie zigtausend Rezepte in der Rezept-Datenbank auf der Volg-Webseite. Was vielleicht nicht alle wissen: Es stehen auch zahlreiche hilfreiche Optionen und Funktionen zur Verfügung. Etwa eine Umrechnungs-Funktion, die alle Zutaten-mengen automatisch auf die gewünschte Personenzahl berechnet, oder eine Funktion, mit der Sie die Rezepte bewerten können. Probieren Sie es mal aus.



- • • das Erkennen von Weinaromen reine Übungssache ist?



Man traut entweder den Weinkarten-Beschrieben oder der eigenen Nase. Weinaromen erkennen – das ist nur ein Beispiel von all dem Weinwissen, das Kurt Feser, Leiter Weinkulturen der VOLG Weinkellereien und branchenweit anerkannter Experte, in verschiedenen Weinclips vermittelt, die auf www.volg.ch/weinwissen oder auf YouTube abrufbar sind. Schauen Sie mal rein.

- • • es noch freie Plätze in folgenden NATURENA-Kursen im September gibt?



S'hät, solang's hät – Schnellentschlossene können sich noch für einen der folgenden NATURENA-Kurse anmelden. Infos und Anmeldung unter www.naturena.ch oder Tel. 058 433 54 09.

Papierschöpfen

8. oder 9. September auf dem Volg Erlebnishof Oberschan SG, CHF 170.-/Pers. inkl. Mahlzeit

Weinkunde und Degustation mit Winzer Christian Jäger

22. oder 23. September auf dem Volg Erlebnishof Hüttwilen TG, CHF 85.-/Pers. inkl. Mahlzeit

Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Der 1. bis 17. Preis, je ein Jahresabonnement der Schweizer Illustrierten im Wert von Fr. 118.–, gehen an glückliche Gewinnerinnen und Gewinner aus Aarwangen, Reichenbach, Jona, Dübendorf, Melchnau, Attikon, Koblenz, Bächli-Hemberg, Wolfwil, Scherzingen, Hauptwil, Oberweningen, Trin Mulin, Greppen, Heerbrugg, Hagendorn und Winterthur. Fünf Personen dürfen sich über je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 50.– freuen. Und zehn weitere Personen gewinnen je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.–.

Lösungswort 07 / 17: «Rheintalebene»

Auflösung des nimm2-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 06 / 17: Antwort A, 4 Geschmacksrichtungen

Sandra Braunwalder aus Eschlikon, die Gewinnerin des Hauptpreises, mit ihren Söhnen Justin, Robin und Julien (v.l.n.r.) bei der Preisübergabe mit Beat Strasser, Verkaufsleiter Storck (l.) und Gabi Fehr, Volg-Produktmanagerin (r.)



Gewinnen mit nimm2

Der 1. bis 4. Preis, je 3 Tage inkl. Frühstück für die ganze Familie im Family Hotel & Spa Desirée in Grächen im Wert von Fr. 1000.–, gehen an Sandra Braunwalder aus Eschlikon, Michele Vizzo aus Siblingen, Gerold Huwiler aus Biel und Ursula Moser aus Jonschwil. Weitere 47 glückliche Gewinnerinnen und Gewinner dürfen sich über je 2 Kinogutscheine inkl. Produktauswahl von nimm2 zum Naschen während des Films im Wert von Fr. 60.– freuen. Und nochmals 30 Personen gewinnen je 1 witziges Schuhsäckli mit Despicable Me 3 Gadgets und einer Produktauswahl von nimm2 im Wert von Fr. 40.–.



De grünen Duume

Der Sommer geht zu Ende, langsam aber sicher droht die Gartenpracht zu verblühen. Vor allem in heissen Sommern geht den Sommerblühern schneller als sonst die Puste aus. Dann lohnt es sich, mit spät blühenden Herbststauden den Garten wieder aufleben zu lassen – und das bis in den November hinein. Besonders gut empfiehlt sich der Kerzen-Knöterich mit seinen verschiedenen Sorten. Die schönen Stauden mit ihren weissen bis dunkelroten Blüten bringen Farbe ins Herbstbeet. Sie sind pflegeleicht und erfreuen auch Insekten und Vögel als zusätzliche Futterquelle. So begleitet Sie der Sommer noch lange in den Herbst hinein.

Auf www.volg.ch finden Sie alle Standorte und Öffnungszeiten der Volg-Läden.

Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 10/17 erscheint am 28. September 2017



Geflügel beflügelt

Geflügelfleisch ist fettarm, reich an Eiweiss und ein wichtiger Bestandteil der heutigen Küche – hierzulande genauso wie rund um den Globus. Lassen auch Sie sich von Poulet-Zubereitungs-ideen aus der ganzen Welt inspirieren.



Chutneys, Konfitüren und Gelées

Auf Sommerfrüchte und -gemüse will und muss man auch im Winter nicht verzichten. Einmachen heisst das Zauberwort. Dazu verarbeiten wir Früchte und Gemüse aus dem eigenen Garten oder aus dem Volg.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz



DEINE TOBLERONE!

LIMITED
EDITION
*



* Demnächst auch bei Ihrem Volg.

