

öise lade



Küche
aktuell

.....
Zugabe für
den Salat



BUTTERFLY



Butterfly Dosen 160g in Frühlingsfarben zur Saison
und zum Muttertag - nur für kurze Zeit.

in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Editorial

Wenn Sie zu den regelmässigen Leserinnen und Lesern dieses Editorials gehören, wissen Sie vielleicht, dass man mich als «eingefleischten» Grilleur bezeichnen darf. Dabei

Inspiration für die Grillsaison

lege ich meist ein gutes Stück Fleisch oder Würste auf den Rost.

Dass auch ein ofenfrisches Brot auf dem Grillrost seinen Platz mehr als verdient, zeigen wir Ihnen in diesem Heft mit überraschend belegtem Röstbrot vom Feuer. Passend dazu finden Sie in «Küche aktuell» variantenreiche Salatkreationen, die in Kombination mit einem Röstbrot zu neuen Grillmenüs inspirieren.

Diesen Sommer erwartet uns mit der Fussball-WM in Russland zudem ein sportlicher Höhepunkt. Nicht in erster Linie um den Siegerpokal, sondern vielmehr um die Freude am Fussballspiel und -sport geht es am grossen Volg-Dorfturnier für Kinder und Jugendliche von 8 bis 13 Jahren im September. Ob Spieler, Trainer oder Coach – noch bis zum 30. Mai 2018 können Sie sich und Ihren Nachwuchs direkt in Ihrem Volg-Laden dafür anmelden. Mehr dazu lesen Sie im «Herausgepickt» auf Seite 70.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



Freizeit Sport-Sponsoring
«Volg gehört zum Team»

48



Freizeit NATURENA
Juni-Kurse auf den Volg Erlebnishöfen

51

13 Einfach & bequem
Eins – zwei – fertig

16 Wein- und Käseangebot
des Monats

Ein verführerisches Rendez-vous

19 Dorfladen
«Wir fühlen den Dorfpuls»

20 Aktueller Tipp
Zwei, die glücklich machen

22 Typisch Schweiz –
Typisch Volg

Brote mit Aroma aus Rapperswil-Jona

25 Hausmarke
Geniessen und wieder verschliessen

26 Novissimo
So leicht geht Erfrischung

29 Öisi Brüüch
Volg Jass 2018 zum Zweiten –
jetzt im Fricktal

30 Öisi Umwält
98 % aus der Schweiz

41 Wettbewerb
Doppelt so gut macht
doppelt so glücklich

43 Feins vom Dorf
«Hausgemacht macht sich gut
bei den Leuten»

45 Aktueller Tipp
Schlemmerei lactosefrei

47 Freizeit Outdoor
Kräuterpracht auf dem Sims

53 NATURENA Rezept
Lauwarme Baumnuss-Käse-Muffins

55 Freizeit Kochkurs
Burger-Festival

57 Freizeit Teens
Gib der Party den richtigen Rahmen

59 Volgi & Volgine
Es Danke fürs Mami

63 Saison
Salat sucht Sauce

Küche aktuell
Leichtigkeit
reich
angerichtet

5



33 Das Themenheft
mehr zum
thema
Röstbrote vom Grill

VERBESSERTER
REZEPTUR

Mach mich

ITALIENISCH



Love,

THOMY

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

-  THOMY French Dressing (4.5dl)
-  THOMY Herbs light Dressing (4.5dl)
-  THOMY Herbs Dressing (4.5dl)*
-  THOMY Italian Dressing (4.5dl)*



Küche aktuell

FRUCHTIG-RÄSSER
FRÜHSOMMERMIX

Zugabe für den Salat! Er beweist als immer wieder neuer Mix, dass er so einiges drauf hat – besonders, wenn Verschiedenstes drin ist. Entdecken Sie den Salat in all seiner Vielfalt.

*Erdbeeren im Salat?
Ja! Sie bringen fruchtige
Süsse und einen willkommenen
Kontrast zu
Pfeffer und Sbrinz.*

TROPISCHER
MIX

*Mango, Cherrytomaten
und Avocado finden in
diesem Sommersalat zu
tropischem Einklang.*

LEICHTIGKEIT REICH ANGERICHTET

Salate sind reich an Aromen, schön anzuschauen und lassen sich spielerisch leicht zubereiten. Knackig, frisch und delikates – als Vorspeise oder als Hauptgang. Die zahlreichen Blattsalatsorten in den verschiedensten Grün-, Gelb- und Rottönen harmonieren mit Zutaten aller Art, je nach Gusto, Lust und Laune. Ob salzig, süß, pikant oder cremig: Mit Croûtons, Erdbeeren, Peperoncini, Avocados und mehr verleihen Sie altbekannten Salaten neue und extravagante Geschmacksnuancen.





SWISS-CHALET MIX

Pasta-Salat nach Schweizer Art: Hörnli, vermischt mit Peperoni, Gurken und Schinkenwürfeln an einer cremigen Sauce

Was das Beimischen von Zutaten in Salate betrifft, sind Ihnen kaum Grenzen gesetzt. Welche Kombinationen überzeugen geschmacklich, optisch und hinsichtlich ihrer Konsistenz? Nehmen Sie als Basis Ihren Lieblings-Blattsalat oder eine bunte Mischung davon und bereichern Sie es mit knackigem Wurzelgemüse wie Fenchel, Radiesli und Rübli und Fruchtgemüse wie Peperoni, Tomaten und Gurken an – je nachdem, was gerade Saison hat.

FISCHERS MIX

Rauchforelle, Lauch und Mango verleihen diesem Reissalat das gewisse Etwas, erfrischend als frühlingshafte Hauptspeise.

ZUTATEN VIELSEITIG EINGESETZT

Darf es noch etwas mehr Gaumenerlebnis sein? Obst wie Äpfel, Birnen, Beeren oder Rosinen bringen Süsse in den Salat – Chili, Knoblauch, Kräuter, Oliven und Zwiebeln die Würze. Pilze und Avocado schenken Aroma und Crémigkeit, für Knusprigkeit sorgen gehackte Nüsse, Kerne, Samen oder geröstete Crôutons. Fleisch, Fisch oder Käse machen den Salat gehaltvoller und zur perfekten Frühlingsspeise.



BISTRO MIX

Frankreich lässt grüssen: Würziger Roquefort harmoniert wunderbar mit den Birnen- und Aprikosenstückchen auf dem Chicorée-Salat.

BOSPORUS MIX

Mit selbst gemachtem Couscous-Salat lassen Sie auch ohne Wunderlampe den orientalischen Geist aufkommen.

Volg-Kochkurs im Juni Burger-Festival

In diesem Kurs bereiten Sie Buns und Burger ganz nach Ihrem Belieben zu. Mit verschiedenen Fleischarten, Gemüsevariationen, Broten und Saucen. Infos dazu auf Seite 55.

SAIGON MIX

Dressing und Topping asiatischer Art mit Sojasauce, Sesam, Peperoncini und Erdnüssen





JETZT PROFITIEREN!

15%

VOM 07.05. – 12.05.2018

AUF ALLE KNORR AROMAT UND HERBMIX PRODUKTE





Trocknen
Kräftige Salate in Schleuder trocknen oder im Küchentuch schleudern, zarte Salate nur im Sieb abtropfen lassen



Schneiden
Beim Schneiden von Blattsalaten scharfe Klingen verwenden – stumpfe verursachen braune Kanten, für schöne Salatstücke den Blattrippen entlang zerzupfen, kein Messer verwenden

ZUBEREITUNG RÜSTEN, WASCHEN, NASCHEN



Wer beim Zubereiten seiner Kreationen einige Tipps und Kniffe befolgt, hat noch mehr von seinem Salat. Denn das Beachten einiger Dinge kann zu sicht- und «schmeckbar» besseren Resultaten führen. Das fängt beim Waschen und Schneiden an und führt bis hin zur passenden Sauce.

Saucen
Zu kräftigen und bitteren Salaten passen cremige, gehaltvolle Saucen. Diese separat zubereiten. Bei zarten Salaten empfiehlt es sich, wenig Öl und Essig darüber zu geben.



Volg hat viele Produkte im Sortiment, mit denen Sie Ihrem Salat Raffinesse verleihen.



Waschen
Frischen Salat mit kaltem Wasser waschen. Scheint er nicht mehr ganz knackfrisch, mit handwarmem Salzwasser waschen – das gibt ihm Frische zurück.

Zutaten
Tomaten sollten nicht, Gurken hingegen dürfen kalt sein. Allgemein gilt: nicht zu klein schneiden, um Geschmack und Optik zu bewahren. Pilze säubern Sie schonend mit einem Pinsel ohne Wasser.



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Auf www.volg.ch/rezepte oder ab Seite 65 finden Sie sämtliche Rezepte.

ERNST SUTTER AG

GESCHMACKSACHE

Genieße das Steak nach deinem Geschmack!



Barbecue Marinade
kräftig und rauchig

Mai 2018



Pfeffer Marinade
für die pikante Note

Juni 2018



Whisky Marinade
mit echtem Whisky verfeinert

Juli 2018



Knoblauch Marinade
für Fans der feinen Knolle

August 2018

**GRILL
TIPP**

Das Fleisch während des Grillierens nicht mit einer Gabel anstechen, da sonst der Saft ausläuft. Zum Wenden die Grillzange oder Grillschaufel verwenden.

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



Da haben wir den Salat

Und er ist sogar bereits genussbereit. Fixfertige Salate von Volg sind praktisch portioniert und bereit für den Sofortverzehr oder zum Mitnehmen gegen den Hunger unterwegs – sei es ins Büro oder zum Picknick. Ob aus dem Beutel oder dem handlichen Plastikschälchen, Salatkreationen gibt es für jeden Geschmack. Manche eignen sich auch wunderbar, um eigene Salatkreationen zu verfeinern, wie der Mexican Salat oder der Randensalat.



Bohnen, Süßmais und Peperoni – der Mexican Salat verwandelt einen klassischen Salat im Handumdrehen in ein buntes Salatgericht.



Der herzhafte Poulet-Curry-Salat überrascht mit Ananas- und Pfirsichstückchen.



Kartoffelsalat an cremiger Sauce zum beliebigen Verfeinern mit Kräutern und zum Beispiel zu Würströllchen



Der Randensalat ist auch als Zutat für gemischte Salate ein Renner.



Der Wurst-Käse-Salat besticht mit herzhaftem Cervelat, würzigem Käse und sauren Essiggürkchen.



Monats-Hit

Schweinsnierstück-Steak des Monats Mai: mit Barbecue-Marinade

Lassen Sie sich jeden Monat überraschen. Im Mai finden Sie in Ihrem Volg-Kühlregal das traditionelle Schweizer Schweinsnierstück-Steak in einer würzig feinen Barbecue-Marinade. Für sommerliche Grillabende mit bestem Fleisch.



DIE UNWIDERSTEHLICH
ERFRISCHENDEN
FLAVOURS VON EVE

4x27,5 cl
CHF 7.80
STATT CHF 9.95
Gültig vom 21.05.-
26.05.2018



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

eve



Ein gekochtes Ei
ist immer dabei!



EiCO



Eins – zwei – fertig

Schweizer Cervelat-Klassiker – in kurzer Zeit garniert und aufgetischt



Im Nu kann einen der kleine Hunger packen: nach etwas Würzigem oder Süßem oder beidem. Genau so schnell kann er gestillt werden: mit fertigem Wurst-Käse- oder Fruchtsalat vom Volg.



Einfacher geht's nicht: Der Wurst-Käse-Salat und Zutaten, mit denen Sie ihn aufpeppen können, gibt's in Ihrem Volg.

etwas Fantasie – fertig ist der köstliche Imbiss oder das gluschtige Dessert.

Wurst-Käse-Salat: so einfach

Der Wurstsalat gehört zur Schweiz wie das Matterhorn. Unangefochtener Star dieses traditionellen Schweizer Gerichts ist der Cervelat, Helvetias Nationalwurst. Alles andere ist optional – angefangen von der Frage, ob mit oder ohne Käse. Optional ist auch das Selbermachen, denn im Volg ist genussbereiter Wurst-Käse-Salat erhältlich. Einfach mit Zutaten nach Belieben aufpeppen – fertig ist das beliebte Nationalgericht.

Wurst-Käse-Salat garniert

Zutaten für 2 Personen:
Zwei kleine Schüsseln mit 6–8 **Eichblattblättern** auslegen. 1 **Zwiebel** in Ringe schneiden, 2 **Essiggurken** und 3–4 **Radiesli** in Scheiben schneiden. Zwiebeln, Essiggurken und Radiesli mit 320 g **Wurst-Käse-Salat** mischen. Salat in der Mitte der Schüsseln anrichten und servieren.
Zubereitung: 5 Min.

Wie aus dem Nichts packt sie einen, die grosse Lust auf eine kleine, stärkende Zwischenmahlzeit – würzig, süß oder am besten gleich beides. Und so schnell kann man dem abhelfen: ein paar Convenience-Produkte nach Ihrem Gusto aus Ihrem Volg, ein, zwei Handgriffe,


evian.
Live young





Einfach & bequem

Fruchtsalat

Zutaten für 2 Personen:

340 g Fruchtsalat in eine Schüssel geben und 4 Mini-Meringues dazu bröseln.

4 Minzblätter in feine Streifen schneiden und die Hälfte davon unter den Fruchtsalat mischen. Fruchtsalatsmischung auf zwei Schalen verteilen und mit Schlagrahm garnieren. Den Rahm mit den restlichen Minzstreifen dekorieren.

Zubereitung: 5 Min.

Früchte ohne Grenzen
– im Handumdrehen
aufbereitet und serviert



Bequemer geht's nicht: dolce far niente – dank dem Fruchtsalat Classic, Schlagrahm und Mini-Meringues aus Ihrem Volg

Fruchtsalat: so bequem

Fruchtsalat ist etwas Fantastisches, auf das man oft auch noch nach einer sättigenden Mahlzeit Lust hat: pur oder mit den unterschiedlichsten Zutaten angerichtet. Die Wahl der Früchte kennt keine Grenzen. Und wer gerade keine Zeit oder Lust hat, sich durch das Frischobst-Angebot durchzuschälen, kann bequem nach den frischen Fertig-Fruchtsalaten im Volg greifen.



Wein- und Käseangebot des Monats

Crémig-milder Rahmkäse aus der Innerschweiz trifft auf fruchtig-süffigen Weisswein aus der Romandie. Ein Rendez-vous, das sich am Gaumen entfaltet und Geniesser zu verführen weiss.

Ein verführerisches Rendez-vous

Das Prädikat der Féchy-Weine sagt schon viel: Sie sind die gesuchtesten Weine der berühmten Weinbauregion «La Côte» an der Nordseite des Genfersees. Das Bild der Dorfkirche der Waadtländer Gemeinde Féchy, das die Flaschen ziert, könnte man durchaus als Garantiesiegel für ausgezeichnete Weissweine interpretieren. Der fruchtbare, kiesige Boden in Seenähe und die sonnenbeschienenen Hänge der Region erzeugen Trauben von bester Qualität für exzellente Weine.

Fruchtig, süffig und gradlinig

Der Féchy AOC La Côte Soir Soleil mit seiner blassen, goldgelben Farbe beeindruckt mit Aromen von Birnen, Honig und Lindenblüten. Ihn zeichnet eine feine Fruchtaromatik im Abgang aus, und er passt mit seinem kernigen und bodenständigen Geschmack wunderbar zum milden Luzerner Rahmkäse, aber auch zu einer Vielzahl an Gerichten. Dazu gehören beispielsweise Süsswasserfisch, weisses und leicht gewürztes Fleisch, aber auch Käsegerichte wie Raclette und Fondue. Und er eignet sich auch hervorragend als Apéritif. Ein süffiger und gradliniger Weisswein, der seiner Herkunft und dem Dorf-Wahrzeichen auf der Flasche zweifellos alle Ehre macht.

Wein des Monats
Féchy AOC La Côte Soir
Soleil, Schweiz
75 cl, statt Fr. 11.95
Fr. 9.70



Käse des Monats
Luzerner Rahmkäse
100 g, statt Fr. 2.95
Fr. 2.30
Portion à 240 g, statt Fr. 6.95
Fr. 5.50



Mild und zart

Mit seinem crémig-milden Geschmack ist der Luzerner Rahmkäse von Emmi ideal zum Kombinieren mit Brot, Wurst, Salat - und einem fruchtigen Weisswein wie der Féchy AOC La Côte Soir Soleil. Der Schweizer Halbhartkäse besteht

aus feinsten Milch aus der Region Luzern und wird mit Rahm verfeinert, so dass er sein unverkennbar crémig-mildes Aroma erhält. Der leicht säuerliche Geschmack im Abgang harmoniert bestens mit der Fruchtigkeit eines Féchy.

Diese Aktion gilt vom 30. April bis 2. Juni 2018, solange Vorrat.



**Féchy AOC La Côte
Soir Soleil, 2016,
Schweiz**

Charakter In klarem, hellem Strohgelb besticht dieser Wein mit blumigen und fruchtigen Noten, die an Lindenblüten, weissen Pfirsich und Zitrusfrüchte erinnern.

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

Passt zu Süsswasserfisch, Raclette, Fondue und als Apéritif

Punkte 17



**l'amorino Bianco di
Chieti IGT Abruzzen,
2017, Italien**

Charakter Dieser blassgoldene Wein mit betörendem Duft nach Kernobst und Zitrone sowie einem Hauch von exotischen Früchten überrascht mit einer intensiven Fruchtigkeit.

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

Passt zu Geflügel, Meeresfrüchten, Spaghetti Carbonara und als Apéritif



**Goldbeere Pinot Noir,
2016, Schweiz**

Charakter Dieser rubinrote Pinot Noir glänzt mit Aromen von reifen Zwetschgen, Himbeeren und dezenter Holzaromatik.

Trinken Bis 3 Jahre, bei 14–16 °C

Passt zu Charcuterie, asiatischen Gerichten und Wildpfeffer mit Preiselbeeren

Punkte 16,25



**Merlot Ticino DOC
Selezione d'Autore,
2016, Schweiz**

Charakter Dieser Merlot in leuchtendem Rubinrot besticht mit intensivem Duft von frischen Waldbeeren und leichten, feinen Gewürznoten.

Trinken Jung trinken, bis 4 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu Braten, Pilzgerichten mit Polenta und Hartkäse

Punkte 17 ★



**Primitivo Salento
IGP Follare Apulien,
2016, Italien**

Charakter Dieser Italiener überzeugt mit charmantem und aussergewöhnlich fruchtigem Charakter. Er erscheint in intensivem Rubinrot mit violetten Reflexen.

Trinken Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 18 °C

Passt zu Fleisch, Grilladen und Käse

Punkte 16 ★



**l'amorino Negroamaro
IGT Puglia Apulien,
2017, Italien**

Charakter Ein tieferer Wein mit violetten Reflexen, der den Gaumen mit Aromen von Pflaume, Brombeere und Johannisbeere verwöhnt und in einem langen, harmonischen Finale ausklingt.

Trinken Bis 4 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu italienischer Küche, Grilladen und Apéro



**Rioja DOCa Reserva
Ursa Maior, 2013,
Spanien**

Charakter Ein herrlich dunkelrot schimmernder Rioja mit Aromen von reifen Früchten, Schokolade und angenehm würzigen Noten.

Trinken Bis 7 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu Spareribs, Fleischspiesen, Wild, Kalbshaxen

Punkte 16,25

**Ein Wein,
den man mit dem
Herzen trinkt**



**l'amorino Rosato Terre
di Chieti IGT amabile
Abruzzen, 2016, Italien**

Charakter Das Bouquet dieses Rosés wird von roten Beeren und Zitrusfrüchten dominiert. Der Wein präsentiert sich in jugendlichem Himbeerrosa.

Trinken Bis 3 Jahre, bei 10–12 °C

Passt zu italienischer Küche, Grilladen und Apéro

Punkte 16

**75 cl, statt Fr. 10.20
Fr. 7.95**

**Direkt in Ihrem
Volg bestellen**

oder bequem auf **www.wein.volg.ch**

...und in max. 10 Tagen abholen

FLÜÜÜGEL FÜR IHREN SOMMER.

MIT DEM GESCHMACK VON KOKOS-HEIDELBEERE.



**NUR DIESEN
SOMMER.**



Red Bull®

BELEBT GEIST UND KÖRPER.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



V.l.n.r.:
Maria Halter,
Fabienne Wallimann,
Yasmin Flury,
Kundin Conny Halter,
Claudia Vogler,
Nicole Burch,
Maya Andermatt
und Silvia Burch

«Wir fühlen den Dorfpuls»



Lungern hat alles, was der Dorfbewohner begehrt: ein Bergpanorama, einen See – und einen Volg-Laden als Herzstück.

Der Volg Lungern liegt im Herzen der beschaulichen Seegemeinde im Kanton Obwalden. Maria Halter betreibt den Dorfladen mit ihrem Team als private Detaillistin mit viel Herzblut – und das bereits seit 39 Jahren. So engagiert wie sie ihren Laden führt, so treu sind die Stammkunden im Volg Lungern. Man trifft sich zum spontanen Schwatz, manchmal zu einheimischem Käse und Brot vor dem Laden. Maria Halter ist stolz auf ihre lokalen Produkte, vor allem auf die vielen «Feins vom Dorf»-Spezialitäten wie Änis Chräppli oder Meringues.

Das Dorf lebt

In Lungern findet man nicht nur gutes Essen. Der Lungernsee ist weitherum bekannt als Fischerparadies, das schöne Bergpanorama lädt zum Wandern auf dem Hausberg Schön-

Touristen, Einheimische, Arbeiter – sie alle schätzen den Dorfladen mitten in Lungern. Maria Halter und ihr Team schauen, dass alle mit frischen Lebensmitteln und allem für den täglichen Gebrauch versorgt sind.

büel ein. In den Felsstollen des Brünig Parks finden zahlreiche Events und Konzerte statt. Bei solch regem Dorfleben braucht es einen guten Dorfladen. Das findet auch Kundin und nicht verwandte Namensvetterin Conny Halter: «Der Volg gehört zu Lungern wie der See und die Berge. Ich schätze hier die willkommene Art, die Nähe und natürlich die Kontakte.»

Neue Generation

Bald übernimmt die nächste Generation das Ruder: Tochter Fabienne Wallimann lernt von

ihrer Mutter derzeit die Kniffe der Ladenführung. Es gibt viel zu tun, doch sie wird von einem topmotivierten Team unterstützt. Sie will den Dorfladen im gleichen Stil weiterbetreiben – mit viel Herzblut, Kundennähe und einem attraktiven Angebot an lokalen Produkten. Auch sie weiss: Ein Dorfladen ist wichtig, er bereichert die Region und das Dorfleben. In Lungern werden also auch zukünftig alle, ob Einheimische, Fischer, Wanderer, Arbeiter, Schützen oder Konzertgänger, bestens versorgt und stets mit einem «Giot Tag» begrüsst.





Aktueller Tipp

Zwei, die glücklich machen



Tradition aus Schweizer Haus In Greyz produziert Cailler seit mehr als einem Jahrhundert Schokoladenkreationen mit frischer Milch aus der Region, nachhaltigem Kakao und erlesenen Zutaten. So auch die Cailler-Branches, die seit 1904 mit viel Wissen über die Kunst der Schokoladenherstellung produziert werden.



Beim Cailler-Branchen Gipfel und Cailler-Branchen Brötli verschmelzen zwei traditionelle Schweizer Marken zum doppelten Genuss. Hiestand und Cailler überzeugen mit Qualitätshandwerk und besten Zutaten – auch für die Gipfel und Brötli mit den Branches. Frisch aus dem Ofen sind die Köstlichkeiten aussen knusprig und innen zartschmelzend. Das weckt Kindheitserinnerungen. Kein Wunder, greift man immer wieder gerne zu und holt sich seine Portion

Ofenfrische Köstlichkeiten der Bäckerei Hiestand, gefüllt mit der beliebten Cailler Schokolade, machen doppelt glücklich: ob zu Hause oder unterwegs, mit Freunden oder alleine genossen.

Hiestand[®] 
OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK



Hiestand – aus Liebe zum Handwerk Bei der Bäckerei Hiestand weiss man, was einen guten Gipfel ausmacht: traditionelles Handwerk, Qualitätsrohstoffe und Ofenfrische. Bei Volg gibt es deshalb auch die klassischen Buttergipfel von Hiestand.

Zwei aus gutem Hause: Traditionsreiche Cailler-Schokolade aus nachhaltigem Kakao trifft auf ofenfrische, knusprig feine Backwaren von Hiestand. Das garantiert doppelten Genuss für Ihre Pause.

Glück für einen guten Start in den Tag oder für glückliche Pausen zwischendurch.

Unverwechselbarer Geschmack

Die Bäckerei Hiestand betreibt ihr traditionelles Schweizer Backhandwerk seit 50 Jahren. Ein halbes Jahrhundert Erfahrung und fundiertes Fachwissen. Das spürt, wer reinbeisst. Auch bei den Cailler-Branche Backwaren, wo sich der Duft von frisch gebackenem Brot und das Aroma feinsten Schokolade am Gaumen entfalten. Cailler – die älteste Schokoladenmarke der Schweiz – weiss mit dem unverwechselbaren Geschmack ihrer Branches denn auch immer wieder aufs Neue zu begeistern.



Zum Zmorge ebenso eine Freude wie als Snack für zwischendurch: der Cailler-Branche Gipfel und das Cailler-Branche Brötli



Typisch Schweiz – Typisch Volg



Die Männer hinter den Harry's Hausmacher Knoblauchbrotten: Harry Siegrist (l.) CEO der Delicasa GmbH, und Mike Wick von der Bäckerei Wick

Vier Fragen

an Harry Siegrist

Herr Siegrist, was sind die Delicasa GmbH und die Bäckerei Wick AG?

«Wir sind zwei Unternehmen, die eines verbindet: unsere erstklassigen Knoblauchbrote. Mit der Delicasa, die ich und meine Frau betreiben, haben wir vor 17 Jahren unsere bewährte Gewürzmischung für Knoblauchbutter entwickelt. Nach langer Suche fanden wir 2007 mit der Bäckerei Wick einen Partner, der unser Wunschbrot für die Knoblauchbrote herstellt. Die Bäckerei Wick betreibt mehrere Lokalitäten und beschäftigt rund 150 Mitarbeitende.»

Was sind die Stärken Ihres Unternehmens?

«Wir geben uns nicht mit dem Mittelmaß zufrieden. Die Delicasa hat viel Zeit und Energie aufgewendet, um die perfekte Gewürzmischung für die Knoblauchbutter zu kreieren – das schmeckt man. Die Bäckerei Wick ist eine moderne, leistungsfähige Bäckerei, die ihre Backwaren mit natürlichen Rohstoffen und noch viel Handarbeit herstellt. Auf die rasant wachsende Nachfrage für unsere Knoblauchbrote konnte die Bäckerei Wick über die Jahre optimal reagieren. In unserer Produktionsstätte in Rapperswil-Jona fertigen wir heute über 150 000 Knoblauchbrote pro Jahr.»

Was verbindet Sie mit Volg?

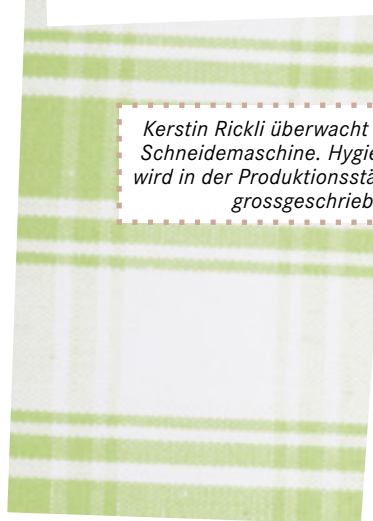
«Mit Volg pflegen wir eine unkomplizierte und familiäre Zusammenarbeit. Die Delicasa ist mit Volg gewachsen. Man vertraut uns und weiss, dass wir auf Qualität und guten Geschmack setzen. Wie Volg haben auch wir Zulieferer aus der Nähe und profitieren von kurzen Transportwegen.»

Was ist das Besondere an Harry's Hausmacher Knoblauchbrotten?

«Die Brote sind frisch, sie kommen nicht aus dem Tiefkühlregal. Sie haben die richtige Konsistenz, damit die Knoblauchbutter beim Aufbacken im Ofen oder auf dem Grill leicht einziehen kann. Knoblauch, Gewürze und Butter beziehen wir aus der Schweiz. Und trotz des intensiven Geschmacks riecht man auch nach dem Genuss nicht nach Knoblauch.»



Michael Kunz mit den Teiglingen, die gleich vorgebacken werden. Das Brot muss die richtige Konsistenz für die Knoblauchbutter haben.



Kerstin Rickli überwacht die Schneidemaschine. Hygiene wird in der Produktionsstätte grossgeschrieben.



Die Brothälften werden von Cathya Fretz im Hygieneraum mit der Knoblauchbutter nach Geheimrezept «dressiert».



Der Duft frisch gebackener Knoblauchbrote verbreitet gute Laune – auch an sommerlichen Grillabenden.



Brote mit Aroma aus Rapperswil-Jona

In der Bäckerei Wick in Rapperswil-Jona werden würzige Knoblauchbrote für Volg hergestellt. Der Erfinder der exquisiten Knoblauchbutter-Mischung, Harry Siegrist, hat lange dafür geforscht.



Hier steckt Schweiz drin: Cathya Fretz versieht die verpackten Knoblauchbrote mit dem «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Kleber.

Handarbeit erfordert hohe hygienische Standards, auf welche die Mitarbeiter wie Eveline Scherer geschult wurden. Im Hygieneraum wird ohne Handschuhe gearbeitet.

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.

Bei Volg erhältlich: Harry's Hausmacher Knoblauchbrot mit der unvergleichbaren Knoblauchwürze



Volg

Ausgezeichnete Feiertagsweine

St. Saphorin Aimé Vignoux, 75cl

L'Esprit Rose Pay d Oc, 75cl

Beaurempart Grand Reserve, 75cl

Rioja Crianza Riojanas, 75cl

Ripasso della Valpolicella Zeni, 75cl



Ob Ostern, Auffahrt oder Muttertag: Zeit für das gemütliche Zusammensein, mit Freunden oder mit der Familie. Für diese schönen Stunden haben wir für Sie die passenden Weine zusammengestellt. Diese ausgewählten und preiswerten Begleiter werden Sie und Ihre Freunde überzeugen.

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich



Hausmarke

Geniessen und wieder verschliessen

neu

Der neue Volg Caffè Latte Macchiato löscht den Durst hundertprozentig natürlich. Er ist dank Schraubdeckel immer wieder dicht verschliessbar und damit praktisch zum Mitnehmen.



350 ml
Fr. 2.30

*Volg Caffè Latte Macchiato –
der natürlich erfrischende
Muntermacher an heissen
Sommertagen*

Mit dem Volg Caffè Latte Macchiato steht ein neues Produkt im Volg-Regal, das zugleich schmeckt und aufmuntert und dank praktischem Schraubdeckel immer wieder dicht verschlossen und frisch bleibt. Das neueste Lifestyle-Getränk ist ausserdem zu 100 Prozent natürlich: frisch gebrühter Espresso aus Arabica-Hochlandkaffee, hochwertige Schweizer Vollmilch und Rahm – ohne Bindemittel, Stabilisatoren oder Emulgatoren.

Dreifache Frische, das ist das Geheimnis hinter dem erfrischenden Volg Caffè Latte Macchiato. Erstens, Frische beim Röstkaffee: Die frisch gerösteten Kaffeebohnen gelangen ohne Zwischenlagerung an den Walliser Verarbeitungsstandort. Zweitens, Frische bei der Kaffeebrüfung: Von zentraler Bedeutung bei der Espresso-Extraktion ist das richtige Wasser – in diesem Fall frisches Quellwasser aus dem Wallis mit niedrigem

Kalkgehalt und ausgewogenem pH-Wert. Und drittens, Frische beim Milchverfahren: In einer Molkerei inmitten der Walliser Alpen wird der frisch gebrühte Espresso handwerklich mit feinsten Walliser Milch aus naturnaher Produktion vereint. Hinzu kommt, dass Volg Hausmarken-Produkte sich durch erfrischend attraktive Preise auszeichnen. Bei so viel Frische kann die heisse Jahreszeit getrost kommen.

neu Novissimo

Rivella Refresh ist die neue, leichte Variante des Schweizer Originals. Weniger süss und spritzig-leicht im Geschmack ist es der erfrischende Durstlöcher schlechthin.

Rivella Refresh, 150 cl

statt Fr. 2.60

Fr. 2.10

neu

Rivella Refresh, 50 cl

statt Fr. 1.60

Fr. 1.40



Mit Rivella Refresh gibt es neu eine leichte Alternative zum beliebten Original Rivella Rot. Ein Getränk für all jene, die sich im Alltag oder in der Freizeit einen leichten, weniger süssen Durstlöcher wünschen. Mit 40 Prozent weniger Zucker bietet das Schweizer Traditionsunternehmen mit Rivella Refresh ein Getränk, das erfrischend leicht ist, jedoch auf den beliebten Rivella Geschmackscharakter nicht verzichtet.

Zutaten natürlicher Herkunft

Die beliebte und vertrauenswürdige Marke aus der Schweiz setzt mit Rivella Refresh ihre Tradition fort. Auch die neueste Innovation kommt ganz ohne Farb- und Konservierungsstoffe aus und wird mit Zutaten natürlicher Herkunft hergestellt. Für alle, die sich natürlich erfrischen wollen – mit dem unverkennbaren Geschmack und dem Lebensgefühl einer aktiven Schweiz.

Wer einen leichten, erfrischenden Durstlöcher will, greift zum neuen Rivella Refresh.



So leicht geht Erfrischung

statt Fr. 6.95

Fr. 6.25



Schokoladig

* Ovomaltine Müsli Plus, 420 g

statt Fr. 6.95

Fr. 6.25



Belebend

* Familia c.m. plus Haselnuss, 600 g

statt Fr. 4.40

Fr. 3.95



Stärkend

* Kellogg Ancient Grains Flakes & Clusters Cranberry, Almond & Rye, 300 g





statt Fr. 5.60

Fr. 4.95

Extraktusprig

Kellogg Crunchy Müsli Coconut & Cashew, * Kellogg Crunchy Müsli Apricot & Pumpkin Seeds, je 400 g

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

westliches Nordafrika	Coiffeurläden	Krankheitshöhepunkt	orient. Volkshörer	Schafensfreude	Küstenvorberge	18	früherer Name Tokios	M. Jacksons Album von 1972	spürbar	Schanktisch	Art des Braunkohleabbaus
enthaltlicher Lebensstil					Wintersportort im Kanton Uri						
schweiz. Festivalort		1			Wegbereiter				12	Einzelstück	
	15		Hochzeit			IHR GEWINN		Heiligenbild der Ostkirche		Untergeschoss	9
Schuhmacherwerkzeug		... und her				12 x 1 swissmade Bettwäscheset von je Fr. 199.-					
schweiz.: jenseits					ugs.: vorbei sein			Brotkörper			
		10	englischer Jagdhund		Zustimmung (Abk.)			Ausstellung		Vorname von Sänger Carpendale	
Bremsen (Abk.)	Absonderungsprodukt	ein chemisches Element				rigotex ag swiss house of textiles			14		
Fleischscheiben						Kultstoff von Rigotex AG bietet kultige Wohn- und Heimtextilien im beliebten Alpenchic-Stil. Die hochwertige Baumwoll-Cretonne-Wäsche im zeitlosen und stilvollen Tupfen-Design der bekannten Toggenburger Scherenschnittkünstlerin Jolanda Brändle schafft ein gesundes Schlafklima. Weitere Preise sind fünf Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und zehn à Fr. 20.-.		engl.: heiss			7
					Stück vom Ganzen			schweiz. Fleischspezialität	Verbindungsstellen	US-Soldat (salopp)	
Schmuckstein	Rufname der Perón †	11	kant. Auto-kennzeichen								8
Symbole auf dem Aargauer Wappen											
Figur im 'Zerbrochenen Krug'			amerik. Riesenkröte		Titelfigur bei Milne (Bär)			Mutter Jesu		Vorspiel älterer span. Dramen	
schweiz. Nutzfahrzeugverband			schweiz.: Hochgebirgsweide			elektr. Informationseinheit	Märchengestalt	Initialen von Filmstar Niven	Ziffern-kennung (engl.)	Stadt in Kalifornien (Abk.)	
					Kanton in der Zentralschweiz		Ausgabe einer Publikation				3
kalte Speise					schweiz. Parlament						16

Mitmachen & Gewinnen: Teilnahme am Wettbewerb vom 26.04.-24.05.2018 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 (Abstand) Ihrem Namen und Ihrer Adresse an 4636, für 90 Rp./SMS
 Per Post: Lösung bis 20. Mai 2018 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Kultstoff», Postfach 344, 8401 Winterthur

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

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



statt Fr. 3.95
Fr. 3.50

Energiespendend
* Dar-Vida extra fin Tomaten & Basilikum mit Chia, 184 g



statt Fr. 9.50
Fr. 7.50

Sommerlich
Mirada Moscato Valencia DO, Spanien, 75 cl



statt Fr. 2.95
Fr. 2.65

Crèmig-süss
Oreo Choc'o Brownie, 154 g



100 g
Fr. 2.40

Preiswert
Volg Familienpreis-Poulet-schenkelfleisch, geschnitten, ca. 350 g



neu

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

Die Lösung finden Sie ab 31. Mai 2018 online unter www.volg.ch/volg-magazine im Archiv.



+40%

mehr Flecklösekraft pro Tropfen

**NEU &
VERBESSERT**



* Aktion gültig vom
30. April bis 5. Mai 2018.

Persil mit verbesserter und 40% konzentrierter Formel für eine noch stärkere Waschkraft.

Dank dieser verringerten Dosierung ergeben sich kleinere und kompaktere Flaschen. Damit haben Sie leichteres Tragen und einfacheres Handling. Zudem steckt in Persil dank der verbesserten Formel neu noch mehr Waschkraft!

Henkel

Persil
Mehr leben, Persil lieben.



Volg Erlebnistage «Öisi Brüüch»

Gute Stimmung und Spielfreude sind auch in Wittnau garantiert. Mit oder ohne guten Karten.



Volg Jass 2018 zum Zweiten Jetzt im Fricktal

Turnierleiter Köbi Früh führt auch 2018 kompetent wie immer durch den Volg Jass.



Franz Keller erfreut die Teilnehmenden in Wittnau mit urchigen Alphornklängen.

Für Klänge vom Feinsten sorgt die Örgelimusig Toblässler.



Anmeldung, Regeln & Infos

Es wird ein Einzelschieber über 4 Runden gespielt. Alles wird einfach gezählt, ohne «Stöck und Wyys». In Wittnau AG wird mit französischen Karten gejasst, ansonsten mit deutschen Karten. 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 13. Oktober ans Finale nach Baar.

Teilnehmende: max. 28 Personen pro Jasshalbtage, ab 16 Jahren
 Morgenjass: 09.00–13.00 Uhr*
 Nachmittagsjass: 14.00–18.00 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: 22. Juni 2018

* In den aufgeführten Zeiten ist jeweils 1 Stunde für die Mahlzeiten eingerechnet.



«Öisi Brüüch»

VOLG JASS 2018

Auf seiner Tournee 2018 macht der Volg Jass am 14. Juli in Wittnau AG halt. Gespielt wird um tolle Tagespreise und Ferien in der Schweiz.

Der Volg Jass gastiert auf seiner Tour als Nächstes im Fricktal. Am 14. Juli kann an dem Erlenhof in Wittnau wieder taktiert, geschoben und gewonnen werden. Gejasst wird hier mit französischen Karten, wahlweise am Morgen oder am Nachmittag. Im Anschluss an das Turnier verwöhnen Sie die Gastgeber Helen und Herbert Schmid mit einem regionalen Essen, über Mittag begleitet von stimmungsvoller Unterhaltungsmusik.

Begrüsst werden Sie mit urchigen Klängen von Alphornbläser Franz Keller. Unser gestandener Turnierleiter Köbi Früh sorgt in geschätzter und bewährter Manier, dass alles mit rechten Dingen zugeht. Die Örgelimusig Toblässler freut sich, Sie mit lüpfigen Klängen zu unterhalten.

Gewinnen Sie tolle Preise

Die drei Teilnehmenden mit der höchsten Punktzahl gewinnen Volg-Einkaufsgutscheine sowie Preise vom Bauernhof. Die Erst- und Zweitplatzierten vom Morgen- wie vom Nachmittagsjass reisen am 13. Oktober ans Finale nach Baar, wo sie um Ferien in der Schweiz im Gesamtwert von über 2000 Franken spielen. Unter www.naturena.ch finden Sie alle weiteren Infos und das genaue Programm.

Weitere Turnierdaten

22. September	Seebachtal TG Erlebnishof Hüttwilen
13. Oktober	Zugerland ZG Erlebnishof Baar



Bauernbetriebe mit Agri-Natura-Zertifizierung fördern die Biodiversität zugunsten intakter Lebensräume für Tier und Mensch.



98%
AUS DER SCHWEIZ

Studien des Schweizer Tierschutzes belegen es: Im Schweizer Detailhandel steht Volg beim Tierwohl ganz vorn. Und kein anderer Anbieter ist so schweizerisch wie Volg.



Volg setzt sich für das Wohl der Tiere ein. Das belegen Studien, die der Schweizer Tierschutz zum fünften Mal seit 2005 durchgeführt hat, um zu ermitteln, wie es um den Stellenwert des Tierwohls hinter dem Lebensmittelangebot des Schweizer Detailhandels bestellt ist. Der Detailhandel stellt nebst Agrarpolitik und Tierschutzgesetzgebung den grössten Einflussfaktor für artgerechte Tierhaltung dar.

Spitzenreiter beim Anteil Inlandsprodukte

Weil die Tierschutzvorschriften in der Schweiz umfassender und strenger sind als im Ausland, ist für den Schweizer Tierschutz eine Frage an die Detailhändler von besonders

weitreichendem Belang: «Wie schweizerisch ist das Angebot?» – Das Resultat ist eindeutig: Von allen Anbietern ist Volg der «schweizerischste». Der Dorfladen-Detailist hält diese Spitzenposition von der ersten Studie an bis zu den jüngsten Ergebnissen von 2016. Volg belegt mit dem Inlandanteil seiner Produkte gleich zweimal Rang 1: mit 98 Prozent Anteil in der Kategorie Haupt-Fleischarten Kalb, Rind, Schwein, Geflügel und mit 90 Prozent Anteil in der Kategorie Kuhmilchkäse.

Spitzenreiter beim Anteil Label-Fleisch

Erfreulicherweise nehmen Schweizer Konsumenten zunehmend Rücksicht auf das

Agri Natura, das erste Schweizer Fleisch-Label, steht für artgerechte Tierhaltung mit Auslauf.

Das Label Agri Natura garantiert natürliche Fütterung ohne gentechnisch veränderte Futtermittel.



Tierwohl. Das schlägt sich auch im Detailhandel nieder, wo der Anteil an Label-Produkten weiter gestiegen ist. Auch hier hat Volg dank Agri-Natura-Produkten die Nase vorn und belegt mit 66 Prozent Anteil an Fleisch mit Label-Zertifizierung artgerechter Tierhaltung ex aequo Rang 1.

Spitze – auch für Volg-Kunden

Mit solchen Spitzenresultaten gewinnt Volg die Anerkennung von Schweizer Tierschutz und Tierfreunden, aber auch das Vertrauen seiner Kundinnen und Kunden – weil die Qualität von Lebensmitteln mit der Qualität der Tierhaltung einhergeht.



Agri-Natura-Richtlinien zur Schweinehaltung sehen abgegrenzte Ruhe- und Liegebereiche im Stroh vor.



1. Rang beim Inlandanteil an den Haupt-Fleischarten Kalb, Rind, Schwein, Geflügel mit 98 %* 

1. Rang beim Inlandanteil an Kuhmilchkäse mit 90 %* 

1. Rang beim Anteil Label-Fleisch bei den Haupt-Fleischarten Kalb, Rind, Schwein, Geflügel mit 66 %* 

*gemäss Schweizer Tierschutz STS, «Tierwohl im Detailhandel» 2016



Im Volg erhältlich: Agri-Natura-Fleischprodukte



Das 1. Schweizer Fleisch-Label Agri Natura verhalf laut Schweizer Tierschutz zum Durchbruch aller nachfolgenden Tierwohl-Labels, indem es bereits 1989 Landwirtschaftsbetrieben mit Tierhaltung erstmals Richtlinien wie artgerechten Auslauf oder natürliche Fütterung auferlegte. Das Schweizer Fleisch-Label zur Zertifizierung artgerechter Tierhaltung wurde von der fenaco-Gruppe gegründet, der auch Volg angehört.





Einfach intensiver.

ISS WAS GUTES, TU WAS GUTES

20%
RABATT
in Aktion vom 24.4. bis 29.4.2018

Mit jedem Regio-Thaler auf den HIRZ Joghurts kannst du jetzt ein Schweizer Regio-Projekt unterstützen!

Spende deinen HIRZ Regio-Thaler auf www.hirz.ch



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

mehr zum thema

Röstbrote vom Grill

Für Bäcker-Konditor Marc Frey gebührt Brot derselbe Stellenwert auf dem Grill wie Fleisch, Fisch oder Gemüse – insbesondere im Brotland Schweiz.

BROTKUNST TRIFFT GRILLKUNST

Beim Thema Grill denkt man hauptsächlich an Fleisch, Fisch und Gemüse. Dabei gibt es Röstbrote, die alles andere als Nebensache sind. Wenn Brotkunst auf Grillkunst trifft, entstehen originelle Röstbrot-Kombinationen.

Brot wird beim Grillieren in der Regel nur als Beilage betrachtet. Zu Unrecht. Es gibt geniale Röstbrote – mit fantastischen Zutaten gegrillt, belegt oder überbacken. «Das ist nicht verwunderlich bei der Schweizer Brotsorten-Vielfalt», bekräftigt Marc Frey. Der Bäcker-Konditor von Beruf und Grilleur aus Berufung zeigt, welche Brotsorten man am besten mit welchen Zutaten kombiniert und was es beim Grillieren zu beachten gilt. Und er wagt auch, Röstbrot-Trends 2018 vorauszusagen. Lassen Sie sich von dem Feuerwerk an Röstbrot-Kreationen inspirieren und überraschen Familie und Freunde mit dem gewissen Etwas mehr aus Brot vom Grill.

Hawaii

Zutaten für 8 Stück:

8 Scheiben **Toastbrot** beidseitig rösten.
8 Aluförmchen einfetten. 8 Scheiben **Raclettekäse** in je 1 Förmchen geben, mit je 1 von 8 **Ananasscheiben** belegen, je 1 von 8 **Herzkirschen** in die Mitte legen und mit 4 halbierten Tranchen **Hinterschinken** bedecken. Die gefüllten Förmchen ca. 15 Min. auf den Grill geben, bis der Käse Blasen wirft. Nun jede Schale mit einem Toastbrot bedecken, drehen und den Inhalt der Schalen auf den Toast stürzen und heiss genießen.

Zubereitung: 30 Min.



Aloha Hawaii – für den Klassiker aus den 50ern werden Toastbrot und Zutaten zusammen grilliert.

Für einen Bäcker-Konditor wie Marc Frey ist Brot natürlich eine Leidenschaft – also auch auf dem Grill niemals bloss Beilage. Worauf muss man bei der Zusammenstellung der Kreationen achten? «Der eigene Geschmack zählt», sagt Marc Frey. Trotzdem sollte beachtet werden, dass sich gewisse Brotsorten besser zum Rösten eignen als andere. Generell empfiehlt Marc Frey die Verwendung von feinporigem Brot, da es weniger Flüssigkeiten durchlässt und auch einfacher zu belegen ist. Toastbrot ist eine sehr gute Wahl. Besonders, wenn man es mit feuchten Zutaten belegt wie Tomatenwürfel, Essig- oder Balsamico-Sauce. Aber auch Weiss-, Halbweiss- oder Ruchbrot bewähren sich als Röstbrot.



BBQ-Wurst-Röstbrot

Zutaten für 10 Stück:

Für die Sauce 1 in Streifen geschnittene **Zwiebel** und 1 in feine Würfel geschnittene **Essiggurke** in 1 TL **Butter** andünsten. Mit 1 dl **Whisky** ablöschen und gut einkochen. 3 EL **Ketchup** einrühren und auskühlen lassen. 2 **Grillschnecken** knusprig grillieren. 10 Scheiben **Halbweissbrot** beidseitig rösten. Brot vom Grill nehmen. $\frac{1}{2}$ **Eisbergsalat** in Streifen schneiden und auf die Brotscheiben geben. Grillschnecken in Rädchen schneiden und mit der Sauce vermischen. Auf dem Salat verteilen und servieren.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: mit Currypulver bestäuben. Anstelle von Grillschnecken können auch Geflügelwürste verwendet werden.



Rührei mit Speck

Zutaten für 8 Stück: 3 aufgeschlagene **Eier** mit 1 EL gehacktem **Schnittlauch** und 1 EL **ZiBu** in eine Schüssel geben. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. 1 EL **Butter** in einer Pfanne erhitzen, Eimasse zu einem Rührei braten. 8 Tranchen **Bratspeck** und 8 Scheiben **Baguettebrot** auf dem Grill rösten. Beides vom Grill nehmen. Das Rührei auf den Baguettescheiben verteilen, mit den Specktranchen garnieren und servieren.

Zubereitung: 30 Min.

Zum Zmorge, Zmittag oder Znacht – diese Baguette-Häppchen passen immer.



Neptun mit Fisch

Zutaten für 12 Stück:

600 g **Lachstranchen** mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. 1 TL **Erdnussöl** in der heißen Pfanne erhitzen, Fisch rundum gut anbraten und im vorgeheizten Ofen 15 Min. bei 85 °C ziehen lassen. 3 EL **Senf** mit 1 TL braunem **Zucker**, 2 Pr. getrockneten **Dillspitzen** und 1 TL **Weissweinessig** verrühren. 12 Scheiben **Körnerbrot** beidseitig rösten, vom Grill nehmen und mit 150 g **Philadelphia nature** bestreichen. 50 g **Kresse** auf die Brotscheiben streuen, Lachs in Stücke schneiden und auf die Kresse geben. Mit dem Dillsenf garnieren.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: anstelle von Kresse feine Streifen Blattsalat verwenden

Körnerbrot mit Frischkäse und Lachs – eine Kombination, die einem das Wasser im Mund zusammenlaufen lässt.

FEUER UND FLAMME FÜRS BROT



Bic Megalighter, Anzündholz, Flamtastic Anzünder, Grill-Holz Kohle und Grill-Briketts
Alles, was es zu einer feurigen Grillparty braucht, finden Sie in Ihrem Dorfladen.

Der gewohnte Doppeldecker mal anders: Marc Frey präsentiert eine Grill-Variante des Schinken-Käse-Toasts.



Röstbrot mit Schinken und Käse

Zutaten für 20 Stück: 8 Tranchen **Hinterschinken** in feine Streifen schneiden. Mit 100 g **Reibkäse** (Emmentaler-Gruyère-Mischung) und 1 EL klein geschnittenem **Schnittlauch** vermischen und mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. 10 Scheiben **Toastbrot** auf einer Seite rösten, vom Grill nehmen und dann diagonal halbieren. Die Schinken-Käse-Masse auf den gerösteten Toastseiten verteilen. Wieder auf den Grill geben, bis die Unterseite ebenfalls gut geröstet ist, und servieren.

Zubereitung: 20 Min.



Für den italienischen Antipasti-Klassiker liegt die Wahl einer mediterran anmutenden Brotsorte wie Oliven-Paillasse nahe.

Bruschetta mit Grillgemüse

Zutaten für 10 Stück:

1 in feine Scheiben geschnittenen **Fenchel**, 1 in Streifen geschnittene **Peperoni** und 1 in Scheiben geschnittene **Zucchini** in eine grosse Schüssel geben. 10 **Champignons** auf einen Spieß stecken. 2 **Knoblauchzehen** pressen, mit 1 **Rosmarin**zweig, 1 **Thymian**zweig und 3 EL **Olivenöl** vermischen. Gemüse und Pilze damit marinieren. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und 30 Min. ziehen lassen. Die Marinade vom Gemüse abstreifen und auffangen. Das Gemüse und den Pilzspieß rundum grillieren. Die Pilze vom Spieß nehmen und in Viertel schneiden. Das fertig grillierte Gemüse und die Pilze zurück in die Marinade geben und nochmals kurz ziehen lassen. 10 Scheiben **Oliven-Paillasse** oder **Ruchbrot** beidseitig rösten und vom Grill nehmen. Das Gemüse nochmals durchmischen. Ewas von der Marinade über die Brotscheiben träufeln, mit dem abgetropften Gemüse belegen und servieren.

Zubereitung: 20 Min. + 30 Min. ziehen lassen

Tipp: mit Thymian garnieren

Röstbrote können mit jeder erdenklichen Zutat belegt werden: Das darf ohne Weiteres auch ein Steak oder ein Hacktätschli sein oder aber für den süßen Abschluss Bananen mit Nutella. Achten Sie jedoch immer darauf, die Röstbrote nicht zu überladen, um ein Auseinanderfallen zu vermeiden, und portionieren Sie Brote hand- und die Zutaten mundgerecht. Bei aller Fantasie und Möglichkeitsvielfalt ist für Marc Frey gut vorstellbar, dass 2018 «vegetarisch belegte Röstbrote im Trend liegen werden – mit Auberginen, Tomaten oder wahlweise anderem Gemüse». Auch vom Grill ist also Neues zu erwarten.

BROTE VOM GRILL – ABER BITTE MIT STIL



Lammierstück «naranja»

Zutaten für 12 Stück:

2 EL **Erdnussöl**, 2 TL **Senf** und 4 gepresste **Knoblauchzehen** vermischen und 2 **Lammierstücke** gut damit einreiben. Zusammen mit 1 **Rosmarin**zweig und 2 **Thymian**zweigen in einen Frischhaltebeutel geben und über Nacht in den Kühlschrank geben. 100 g **Butter** schaumig rühren. 1 **Orange** heiss waschen, Zesten abziehen und Saft auspressen. 1 EL **Orangensaft** zusammen mit 1 EL **Peterli** unter die Butter mischen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Kleine Rosetten dressieren und im Tiefkühler fest werden lassen. Marinade von den Nierstücken abstreifen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in 1 EL **Bratbutter** rundum heiss anbraten. Im Ofen 15 Min. bei 80 °C ziehen lassen. 12 Scheiben **Körnerbrot** beidseitig rösten und warm stellen. Lammierstücke in Tranchen schneiden, auf den gerösteten Brotscheiben anrichten und mit den Butter-Rosetten garnieren.

Zubereitung: 1 Std. + über Nacht kühl stellen

Tipp: mit blanchierten Orangenzesten und Meersalz garnieren

Zwei, die sich mögen: Lamm und Orange – gebratenes Fleisch auf geröstetem Körnerbrot

Mit Olivenöl, Kräutern und Feta – schaffen Sie Ferienstimmung der feinen Art.



Akropolis

Zutaten für 12 Stück:

2 EL frische, gehackte **Kräuter** und 2 EL **Pinienkerne** im Mörser gut zerstoßen. 0,5 dl **Olivenöl** dazugeben und mit **Pfeffer** abschmecken. Kräuterpesto mit 100 g fein gewürfeltem **Feta** und 1 entkernten, in Würfel geschnittenen **Tomate** vermischen, abschmecken und nach Belieben mit einem Spritzer **Zitronensaft** abrunden. 12 Scheiben **Oliven-Paillasse** beidseitig rösten und vom Grill nehmen. Die Käse-Kräuter-Crème auf die gerösteten Scheiben streichen und servieren.

Zubereitung: 20 Min.

Marc Frey verfeinert seine Kreationen gerne mit aussergewöhnlichen Zutaten: Das Röstbrot mit Fenchel und Hobelkäse erhält den letzten Schliff mit Honig.

Salvatore – italienisch für «Retter»: das ideale Häppchen bei unerwartetem Besuch, da es schnell und einfach zubereitet ist.



Salvatore

Zutaten für 10 Stück:

80 g **Salamischeiben** in Streifen und 100 g **Gorgonzola** in Würfel schneiden. 4 EL entsteinte **Oliven** in Ringe schneiden. Alles in einer Schüssel vermischen. 10 Scheiben **Zwirbelbrot** beidseitig rösten, vom Grill nehmen. Die Brotscheiben noch warm mit der Käse-Salami-Masse bestreichen. Mit 1 Bd. in Streifen geschnittenem **Basilikum** garnieren und servieren.

Zubereitung: 15 Min.

Röstbrot mit Fenchel und Hobelkäse

Zutaten für 12 Stück:

1 fein gehobelten **Fenchel** in eine Schüssel geben. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und mit 2 EL **Aceto Balsamico bianco** vermischen, kurz ziehen lassen. 12 Scheiben **weisses Pfänderli** beidseitig rösten, vom Grill nehmen. Fenchel etwas abtropfen lassen und auf die Brotscheiben geben. 120 g **Sbrinz-Rollen** zerzupfen und darübergeben. Mit 1 EL flüssigem **Honig** garnieren und servieren.

Zubereitung: 30 Min.



**20 %
RABATT**
In Aktion vom 1.5. bis 6.5.2018

Der beste Mozzarella der Schweiz – kommt aus der Schweiz.



Freu dich drauf.

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Frisch, leicht und schmackhaft: Urdinkelbrot mit Hüttenkäse und Früchten wie etwa Grapefruit kombiniert



Röstbrot mit Hüttenkäse und Grapefruit

Zutaten für 10 Stück:

1 **Grapefruit** mit dem Messer schälen. In sechs Teile und diese wiederum in Scheiben schneiden und beiseite stellen. 200 g **Nature-Hüttenkäse** mit 1 EL gehacktem **Peterli** und 1 EL gehackter **Pfefferminze** vermischen. 10 Scheiben **Urdinkel- oder Grahambrot** beidseitig rösten, vom Grill nehmen. Hüttenkäse auf den Brotscheiben verteilen. Mit den Grapefruitstücken garnieren und servieren.

Zubereitung: 20 Min.

Tipp: mit Minze garnieren

DAS SPIEL MIT DEM FEUER



«Chocobanana»

Zutaten für 4 Stück:

4 **Weggli** horizontal halbieren. Mit den Schnittflächen nach unten auf den Grill legen. 2 **Bananen** schälen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Bananen mit 3 EL **Nutella** vermischen. Weggli vom Grill nehmen. Die Bananen-Nutella-Masse auf die unteren Hälften der Weggli verteilen, je mit einer Oberseite bedecken und sofort geniessen.

Zubereitung: 15 Min.

Ein Kindestraum wird wahr: Weggli vom Grill mit Bananen und Nutella.

Beim Grillieren von Brot muss besonders darauf geachtet werden, dass es nicht anbrennt, bevor die Zutaten gar sind. Darum Brote nie zu heiss grillieren – also nicht zu lange und mit genügend Abstand zur Glut. Die Röstbrote ausserdem mehrfach wenden beim Grillieren. Bäcker-Konditor Marc Frey empfiehlt, die jeweils auf Toastscheibendicke zugeschnittenen Brotscheiben allgemein besser nach dem Grillieren zu belegen: «Immer separat vom Brot grilliert gehört Fleisch, weil Brot Fettspritze aufsaugt und schnell Fremdgeschmack aufnimmt.» Generell gilt fürs Grillieren zudem folgende Regel: niemals vorher würzen, da Pfeffer in Kontakt mit dem Feuer den Geschmack ändert und bitter wird. Und immer daran denken: Die Röstbrote stets drei- bis viermal wenden auf dem Grill. Und jetzt ist es höchste Zeit, den Grill anzuwerfen!

Fotzelschnitte mit Kirschen

Zutaten für 10 Stück:

10 Scheiben **Zopf** in 2 dl **Milch** tauchen, danach in 3 verquirlten **Eiern** wenden. 2 EL **Bratbutter** in einer Aluschale erhitzen, Zopfscheiben darin beidseitig goldgelb braten, vom Grill nehmen. ½ TL **Zimt** und 5 EL **Zucker** mischen, Fotzelschnitten damit bestreuen und sofort servieren.

Zubereitung: 30 Min.

Tipp: mit frischen Chriesi und Schlagrahm servieren



Ein gluschtiges Dessert, das sich auch optimal zur Verwertung von Zopfresten eignet.



**MINZIG KLEIN,
MÄCHTIG STARK**



**JETZT
PROBIEREN**

**MINTS!
SO ERFRISCHEND**

NEU STIMOROL[★] / MINTS

TRAU DICH DEN MUND AUFZUMACHEN

Doppelt so gut macht doppelt so glücklich

WETTBEWERB

Warum machen die Cailler Backwaren von Hiestand so glücklich? Sie sind...

- A: knusprig und zartschmelzend
- B: süss und schmackhaft
- C: einfach und schnell geniessbar

1. Preis im Wert

von **Fr. 3000.-**

Reisegutschein für eine Mittelmeer-Kreuzfahrt von Knecht Reisen

2.–3. Preis im Wert

von je **Fr. 1690.-**

je 1 Familienplausch-Wochenende mit 3 Übernachtungen im Familienappartement im Swiss Holiday Park Morschach (für 2 Erwachsene und 2 Kinder bis 15 Jahre)

4.–15. Preis im Wert

von je **Fr. 100.-**

Kinovergnügen für 5: mit der ganzen Familie in der besten verfügbaren Platzkategorie, gültig in allen Schweizer Kinos (keine Logenplätze und 3D-Brillen, ohne Snacks)

16.–30. Preis im Wert

von je **Fr. 28.-**

je 1 Praline-Box «Cailler Fémina», 500 Gramm feinsten Schokoladengenuss

→ Mitmachen & Gewinnen

Teilnahme Wettbewerb vom 26. April bis 24. Mai 2018 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 (Abstand) Ihrem Namen und Ihrer Adresse an 4636, für 90 Rp./SMS

Per Post: Lösung bis 20. Mai 2018 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Hiestand», Postfach 344, 8401 Winterthur



Cruisen Sie vielleicht schon bald mit Hiestand und Cailler mehrfach glücklich durch das Mittelmeer?

© Regent Seven Seas Cruises RSSC

Zwei aus gutem Hause für doppelt feine Glücksmomente, einfach zum Reinbeissen: knusprig und zartschmelzend zugleich.

Frisch aus dem Ofen sind der Cailler-Branche Gipfel und das Cailler-Branche Brötli einfach köstlich: aussen knusprig, innen zartschmelzend. Die Kombination von Cailler-Schokolade aus edlem Kakao und offenen, knusprigen Hiestand-Backwaren löst pure Glücksgefühle aus. Egal, ob als Start in den Tag oder für den besonderen Genussmoment zwischendurch.

Gut im Doppelpack

Knusprige Backware oder ein feines Schoggi-stängeli? Mit den Cailler-Backwaren der Bäckerei Hiestand geniessen Sie beides gleichzeitig und mindestens doppelt so gut. Das weckt Kindheitserinnerungen und diese Extraportion Glücksgefühle kann erst recht zum i-Punktchen Ihres Tages werden. Denn wer weiss, vielleicht geniessen Sie mehrfa-

ches Glück und gewinnen mit den beiden traditionsreichen Schweizer Marken Hiestand und Cailler einen Reisegutschein, einen Familienplausch oder ein Kinovergnügen?



Zartschmelzende Schoggi gluschtig verpackt: Der Cailler-Branche Gipfel und das Cailler-Branche Brötli der Bäckerei Hiestand sind ideale Snacks – auch für unterwegs.

Hiestand[®]
OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK



Die Kraft der Natur

SCHLUCK FÜR SCHLUCK ZURÜCK ZUR NATUR.

Natürlicher Genuss
Beste Qualität



Frisches Quellwasser

und natürliche Essenzen
aus der Zitronenschale geben
dem ELMER Citro seinen
einzigartigen Geschmack.
Echt bergfrisch.

Echt bergfrisch



Elmer



Feins vom Dorf



«Hausgemacht macht sich gut bei den Leuten»

Margrit und Hanspeter Schär-Brogie halten zur Herstellung ihrer Kräuterbutter an bewährter Arbeitsteilung fest.



Kräuterbutter-Produzenten Margrit und Hanspeter Schär-Brogie

Die im Volg Gipf-Oberfrick als «Feins vom Dorf»-Spezialität erhältliche Bözberger Kräuterbutter wird auf der Passhöhe in Heimarbeit von Hanspeter und Margrit Schär-Brogie hergestellt.

Der Weiler Neustalden auf der Bözberg-Passhöhe besteht lediglich aus ein paar vereinzelt Gebäuerten. In einem dieser Häuser wohnen Hanspeter und Margrit Schär-Brogie, die seit 2012 die lokal beliebte Bözberger Kräuterbutter herstellen. «In einem Sterilraum», wie Hanspeter Schär-Brogie präzisiert. «Unsere nach altem Rezept zubereitete Kräuterbutter besteht aus reiner Butter sowie 15 verschiedenen Kräutern und Gewürzen –

alles Zutaten ohne E-Nummern und ohne Rahm. Sie stiehlt dem Fleisch nicht die Show, sondern unterstützt seine Aromaentfaltung. Das macht die Bözberger Kräuterbutter so besonders.»

Volg-Ladenleiterin mit Gespür für Feines

Nun, da überall auf Hochtouren grilliert wird, produzieren die Schärs 13 Kilogramm täglich.

Produkte mit Lokalcharakter

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.



Hanspeter Schär-Brogie überreicht Volg-Ladenleiterin Adelheid Zulauf seine hausgemachte Bözberger Kräuterbutter in Kübelchen und als Rosetten.



Bözberger Kräuterbutter von H. und M. Schär-Brogie Bözberg AG

Einen Teil davon liefern sie auch an den Volg Gipf-Oberfrick. Dazu kam es vor einem Jahr auf Wunsch von Volg-Ladenleiterin Adelheid Zulauf. Seitdem stehen die Bözberger Kräuterbutter und Knoblauchbutter als «Feins vom Dorf»-Erzeugnisse in den Ladenregalen. Hanspeter Schär-Brogie findet das toll: «Unsere Produkte verkaufen sich bestens im Volg, weil die Leute immer mehr nach lokal hausgemachten Spezialitäten suchen.»



Im Volg Gipf-Oberfrick erhältliche «Feins vom Dorf»-Produkte sind nebst Bözberger Kräuterbutter und Knoblauchbutter von Hanspeter und Margrit Schär-Brogie unter anderen auch Fricktaler Kirschstängeli von Monika und August Schmid aus Gipf-Oberfrick, Schnäpse der Brennerei Schwaller in Gipf-Oberfrick, Fricktaler Kirschen-Essig von ArboVitis in Frick sowie Rapsöl von Roger Schmid und Gaby Grimm aus Wöllinswil.

20%
RABATT
AUF ALLE 900 ML BIDONS
14.05 - 20.05.2018

MÖVENPICK®

THE ART OF SWISS ICE CREAM

GÖNNEN SIE SICH EINEN MÖVENPICK
MOMENT FÜR DEN FRÜHLING



Schlemmerei lactosefrei

Was für ein Augenschmaus: luftige Pancakes übereinandergeschichtet, reichlich Fruchtsauce dazwischen und ein Schlagrahmhäubchen zur Krönung obendrauf. Ein purer Genuss – auch wenn Sie zu den rund fünfzehn Prozent der Schweizer Bevölkerung gehören, die eine Lactoseintoleranz aufweisen. Die Süßspeise wurde mit lactosefreier Bio-Butter, lactosefreiem Bio-Jogurt sowie lactosefreiem Bio-Schlagrahm von der Molkerei Biedermann zubereitet.

Nie mehr auf Milchprodukte verzichten

Bei einer Lactoseintoleranz, auch als Milchzucker-Unverträglichkeit bekannt, kann Milchzucker nicht ausreichend verdaut werden. Für diese Menschen entwickelt die innovative Molkerei Biedermann aus Bischofszell im Kanton Thurgau laufend neue lactosefreie Milchprodukte. Damit auch sie nach Lust und Laune schlemmen können – ohne Bedenken und vor allem ohne Beschwerden. Probieren Sie das cremig-zarte Jogurt, den fettarmen Schlagrahm und die feine Butter, allesamt aus Bio-Vollmilch sind ohne zugesetzte Farb- und Aromastoffe hergestellt. Für einen kompromisslosen, lactosefreien Milchprodukte-Genuss.



Molkerei Biedermann AG



Milchprodukte genießen trotz Lactoseintoleranz: Pancakes mit Kiwi und Jogurt aus lactosefreien Zutaten. Auf www.volg.ch/rezepte finden Sie das Rezept.

Wer an Lactose-Unverträglichkeit leidet, muss nicht aufs Schlemmen verzichten. Im Volg sind lactosefreie Milchprodukte wie Butter, Jogurt und Schlagrahm in Bio-Qualität erhältlich.

Lactosefreie Butter, Jogurt und Schlagrahm der Molkerei Biedermann gibt's in Ihrem Volg.





CHAMPION CHIPS

WIN

CHF 20'000

**LIMITED
EDITION***
NUR FÜR
KURZE ZEIT.



*SOLANGE VORRAT. IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN
EVENTUELL NICHT ERHÄLTICH

JETZT ZUGREIFEN & GEWINNEN:
Jede Packung = Eine Gewinnchance

GRATISTEILNAHME UND MEHR INFOS AUF WWW.CHAMPIONCHIPS.CH

Das passende Kraut verleiht einem Gericht zum Schluss oft das gewisse kulinarische Etwas. Nur, wie gedeihen Basilikum, Thymian & Co. am besten?

Kräuterpracht auf dem Sims

Das Basilikum kränkelt und der Schnittlauch welkt vor sich hin? Wer den ganzen Sommer frische Kräuter ernten möchte, braucht einen grünen Daumen – oder die richtigen Tipps. Die Pflanzenherkunft verrät viel über die optimalen Wachsbbedingungen. Nebeneinander im selben Kistchen gedeiht meist gut, was gleiche Pflegebedingungen mag.



FERIEN

Wasserversorgung in Ferienabwesenheit sicherstellen, zum Beispiel wassergefüllte Petflaschen ausflusssicher in die Erde stecken

DÜNGEN

Sporadisch mit Flüssigdünger nähren, ergibt eine reichere Ernte und stärkt die Pflanzen



Salbei, Minze und Rosmarin sind auch getrocknet stark im Aroma.

JEDERZEIT KRÄUTERGENUSS

Trocknen: fast für alle Kräuter ideal, Blätter an Stängel belassen, nicht waschen, umgekehrt als Strauss aufhängen.

Einfrieren: ideal für Schnittlauch und Peterli, die dabei kaum Aroma verlieren.

Öl: Basilikum, Salbei, Rosmarin, Thymian oder Oregano, nach Belieben mit Chili und Knoblauch verfeinern.

Pesto: Bärlauch- oder Basilikum-Pesto hält einige Wochen im Kühlschrank.



SO MÖGEN'S DIE KRÄUTER

Warm, sonnig und trocken für Mediterranes: Koriander, Majoran, Salbei, Thymian, Rosmarin, Oregano
Feucht und schattig für Waldpflanzen: Bärlauch, Minze, Schnittlauch
Sonnig, feucht und warm: Basilikum und Dill, aber die zwei vertragen sich nicht im gleichen Topf.



STANDORT

Kein plötzlicher Standplatzwechsel (drinnen-draussen, sonnig-schattig), Pflanzen stufenweise an Temperaturunterschiede gewöhnen

Auf www.volg.ch/rezepte finden Sie Rezepte wie für dieses Kräuterpesto.



Sport-Sponsoring

«Volg gehört zum Team»

Holte im Januar 2018
Gold an der Schweizer
Meisterschaft im
Para-Badminton:
Rollstuhlsportlerin
Cynthia Mathez

Viele junge, talentierte und ehrgeizige Nachwuchssportler trainieren intensiv für ihren Sport und träumen von einer grossen Sportlerkarriere. Volg hilft jungen Menschen, die ihr Hobby mit viel Freude und Ambitionen ausüben, dabei ihre Ziele zu erreichen – und sich ihre Träume zu erfüllen.

Cynthia Mathez kann dank dem Volg-Sport-sponsoring an wichtigen Turnieren im Ausland teilnehmen.



Cynthia Mathez liebt die Herausforderung und den Wettkampf. Die gebürtige Jurasierin mass sich schon beim Judo und war passionierte Autorennfahrerin. Als bei ihr 2012 Multiple Sklerose diagnostiziert wurde, musste sie ihr Leben umstellen. Der Wettkampfhunger jedoch blieb und so suchte sie nach einer Sportart, die sie auch im Rollstuhl erfolgreich betreiben kann. Seit 2014 spielt sie Para-Badminton, trainiert so oft, wie es die Krankheit zulässt – und hat Erfolg. Sie erreicht Podestplätze an Wettkämpfen im In- und Ausland.

Weil in der Schweiz nur wenige Para-Badmintonturniere stattfinden, reist Cynthia



Die frühere kaufmännische Angestellte trainiert bis zu 14 Stunden pro Woche in Basel und Fislisbach.

Mathez viel ins Ausland. So suchte sie einst via Crowdfunding Sponsoren für eine Turnierteilnahme in Kolumbien. Auch Volg unterstützte sie dabei.

Tokio in Reichweite?

Volg sah ihr Potenzial und wurde ihr Sponsor. «Ich bin Volg sehr dankbar für den Support. Die Zusammenarbeit ist familiär und unkompliziert», sagt Cynthia Mathez. Sie trifft sich mit Volg zu Leistungsgesprächen, definiert ihre Ziele. Und die sind hoch: Dieses Jahr will sie an der Europameisterschaft in Frankreich einen Podestplatz erreichen. Ihr grösstes Ziel ist die Teilnahme an den Paralympics in Tokio 2020. Nur die sechs besten Para-Badmintonspielerinnen und -spieler der Welt können sich dafür qualifizieren. Eine Herausforderung ganz nach dem Geschmack der ehrgeizigen, lebensfrohen Schweizerin.



Online einkaufen: alles für den täglichen Bedarf

Gratis-Lieferung ab Fr. 100.–

Einkaufen ist jetzt noch bequemer. Auf www.volgshop.ch können Sie alles für den täglichen Bedarf online bestellen. Die Ware lassen Sie sich dann mit der ordentlichen Post zukommen (Montag bis Samstag). Oder Sie holen sie selbst ab: im Volg-Laden Ihrer Wahl an Ihrem Wunschdatum (zu den jeweiligen Laden-Öffnungszeiten).

Mehr Informationen auf www.volgshop.ch



Ihr Volg kommt bis an Ihre Haustür



Logistikpartner
DIE POST

Volg

Rohner

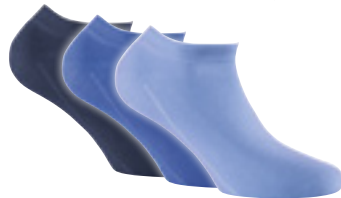


basic®



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

SOMMER KOLLEKTION ERWEITERUNG



SNEAKER SOCKEN

3er Pack **CHF 8.90**

villiger

THE WORLD OF CIGARS
ESTABLISHED 1888 IN SWITZERLAND

Original
Krumme

Original Krumme
Junior



würzig-feine Virginia-Cigarren von Hand gezöpft

Original wie das Leben.

Produkte in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

www.villiger-krumme.ch

Bauen, modellieren, schweissen: ob Feuerschale, Brotofen, Sitzbank oder Keramikkuigel. In den Junikursen stellen Sie Objekte her, die aus Ihrem Garten ein Erlebnis machen.



Fricktal:
Sitzbank und Holzgestell

- ① Fr, 15.06.18, 9–17 Uhr
- ② Sa, 16.06.18, 9–17 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

Programm: Diese elegante Sitzbank hat einen funktionalen Zusatznutzen als praktisches Holzgestell. Sie schweissen Winkeleisen und Stahlblech zusammen und montieren darauf eine Sitzfläche aus Holz. Die Sitzbank ist so konzipiert, dass sie überdies Stauraum für Holzscheite bietet, was nicht nur für Ordnung sorgt, sondern erst noch schön anzusehen ist. Der Sommer kann kommen – dem gemütlichen Verweilen am Gartenfeuer steht nichts mehr im Weg.

Teilnehmer: 16 Personen ab 12 Jahren

Mitbringen: Arbeitshandschuhe

Kleidung: Gute, langarmige Kleidung und geschlossenes Schuhwerk, der Kurs findet draussen in einer Remise statt.

Leitung: Matthias Schulze und Andi Schenker, Suhr

Preis: Fr. 360.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Sitzbank (125 x 37 x 45 cm) im Wert von Fr. 150.–



Seebachtal:
Feuerschale aus Beton

- ① Fr, 01.06.18, 9–13 Uhr
- ② Sa, 23.06.18, 9–13 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilten

Programm: Die grosszügige Betonschale können Sie mit Holz befeuern und wer mag, kann darin auch feine Köstlichkeiten grillieren (Grill im Kursangebot nicht enthalten). Sie formen aus speziellem, feuerfestem Beton eine Schale, als Form benutzen Sie eine grosse Gartenschale mit einer eleganten Linienstruktur. Nach dem Trocknen wird die Schale ausgelöst und zeigt ein filigranes Linienmuster.

Teilnehmer: 10 Personen ab 10 Jahren

Kleidung: Warme Arbeitskleidung und gutes Schuhwerk, der Kurs findet draussen statt.

Leitung: Miriam Horvath, Atelier Horvath, Ellikon a.d. Thur, www.atelier-horvath.ch

Preis: Fr. 210.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Feuerschale (Ø ca. 60 cm), exkl. Grill

Hinweis: Die Schale muss 7 Tage trocknen und kann eine Woche nach dem Kurs bei der Kursleiterin abgeholt werden.



Werdenberg:
Keramikkuigel

- ① Fr, 08.06.18, 9–16 Uhr
- ② Sa, 09.06.18, 9–16 Uhr

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

Programm: Einzigartig im Design sind diese edlen Keramikkuigel für drinnen und draussen. Aus 10 kg Ton formen Sie von Hand und mit Gipsformen mindestens drei kreative und einzigartige Kugeln mit einem Durchmesser von je max. 22 cm. Die Oberfläche gestalten Sie in verschiedenen Techniken, so dass jedes Werk ein Unikat ist.

Teilnehmer: 12 Personen ab 12 Jahren

Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer beheizten Remise und teilweise draussen statt.

Leitung: Robert Wenk, Keramik-Atelier, Wald AR, www.robert-wenk.ch

Preis: Fr. 180.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für mindestens 3 Kugeln (Ø max. 22 cm) im Wert von Fr. 80.–

Hinweis: Die Kugeln müssen erst trocknen und können nach ca. 3 Wochen entweder selber im Atelier des Kursleiters glasiert/engobiert und gebrannt oder bereits fertig bei ihm abgeholt werden.

Rund ums Feuer



Zugerland:
Teamerlebnis: Brotofen aus Lehm

- ① Fr/Sa, 08. & 09.06.18, 9–17 Uhr
- ② Fr/Sa, 15. & 16.06.18, 9–17 Uhr

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

Programm: Nach alter Tradition stellen Sie aus Lehm, Sand, Stroh und einer Schamotteplatte einen Outdoor-Ofen her, in dem Sie Brote, Pizzas etc. backen können. Sie modellieren Ihren Ofen für den Heimtransport auf einer tragbaren Unterlage. Für diesen Kurs melden Sie sich zu zweit an – ein gemeinsames Erlebnis für Familienmitglieder, Freunde oder KollegInnen.

Teilnehmer: 10 Teams à 2 Personen ab 10 Jahren (Kinder in Begleitung Erwachsener)

Mitbringen: Brett oder feste Unterlage für Heimtransport des Ofens

Kleidung: Der Witterung angepasst, der Kurs findet teilweise draussen statt.

Leitung: Christian Büchel, LanaTherm Naturbaustoffe, Sennwald, www.lanatherm.ch

Preis: Fr. 440.– pro 2er-Team und Ofen, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für 1 Ofen (50 x 40 x 60 cm, ca. 80–100 kg) im Wert von Fr. 100.–

Hinweis: Der Transport des Ofens zum Wohnort ist Sache der Teilnehmenden.

Anmeldungen für Kurse und Workshops

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

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

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

Anmeldeschluss: 16. Mai 2018



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.



MACHT GLÜCKLICH.



CAILLER BRANCHE BRÖTLI

1. - 31. MAI
AKTION
CHF 2.00
STATT CHF 2.30



CAILLER BRANCHE GIPFEL

1. - 31. MAI
AKTION
CHF 1.75
STATT CHF 1.95

IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH.

Hiestand

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK.

Mai 2018

Lauwarme Baumnuss-Käse-Muffins

Schon als kleines Mädchen durfte ich in der Küche dabei sein und mithelfen, wenn mein Mami den Haushalt lehrte. Heute unterstütze ich meine Eltern bei der Bewirtung der Gästegruppen. Als Ergänzung der verschiedenen Apérohäppchen backen wir unsere Baumnuss-Käse-Muffins. Wir mischen 200 g Mehl, $\frac{3}{4}$ TL Salz, etwas Pfeffer, 1 Bund frische, fein gehackte Saisonkräuter (Thymian, Liebstöckel, Majoran usw.), 80 g grob gehackte Baumnüsse, $1\frac{1}{2}$ TL Backpulver und 100 g geriebenen Käse (Alpkäse, Sbrinz oder was der Kühlschrank gerade hergibt). Dann verrühren wir 1 dl Milch, 150 g Nature-Jogurt und 2 grosse Eier und mischen alle Zutaten zu einem glatten Teig. Diesen geben wir in einen Plastiksack, schneiden eine Ecke ab und befüllen so 12-14 Silikon-Muffin-Förmchen. Wenn Sie Papierförmchen benutzen, sollten Sie diese vorher mit Bratcrème auspinseln, damit sich die Muffins später gut herauslösen lassen. Die Muffins backen wir im vorgeheizten Ofen 25 Minuten bei 180 °C. Lauwarm serviert schmecken sie am besten zu einem Glas «CherryBaar», unserem hofeigenen Kirschenschaumwein.

Mirjam und Bernadette Hotz
Erlebnishof Zugerland ZG

«Frost und en Gvete wünschen Ihnen»
Mirjam und Bernadette Hotz

Volg

Jeden Monat stellt eine Bäuerin der vier Volg NATURENA-Erlebnisswelten im Fricktal AG, Seebachtal TG, Werdenberg SG und Zugerland ZG im «Öise Lade» ein Rezept mit einer persönlichen Geschichte vor. Auf dem rollstuhlgängigen Erlebnishof in Baar von Bernadette, Hermann und Philipp Hotz erwarten Sie Einblicke in den Obst- und Beerenanbau sowie die Verarbeitung und Veredlung der Früchte zu Spezialitäten. Auch bietet die Familie Gästebewirtung mit Farm-Safari und Schaubrennen an.

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben



Volg

JETZT PROFITIEREN!



20%
auf alle
Rama-Produkte
vom 2.5.-6.5.2018

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich!

VORSCHAU

SOMMERBUFFET AUS DEM DAMPF

Dampfgaren ist eine einfache, schonende Art, um insbesondere Fleisch, Fisch und Gemüse, aber auch Terrinen, Kompotte, Flans oder gar Couscous zuzubereiten. Sie werden staunen, wie die Lebensmittel zarter und aromatischer werden – und leicht bekömmlich. Gleichzeitig bleiben Saftigkeit, Form und Farbe der Zutaten erhalten und Vitamine und Nährstoffe bewahrt.

27. JUNI IN AARAU

3. JULI IN MÜNSINGEN

3. JULI IN OERLIKON

3. JULI IN WANGEN AN DER AARE

10. JULI IN BUCHS SG

BIER IM TELLER

Noch ist Hopfen und Malz nicht verloren. Nach diesem Kurs werden Sie verschiedene Biersorten nach Aussehen, Farbe, Geruch und Geschmack beurteilen können. Sie werden ganze Mehrgang-Menüs mit Bier als Zutat kochen lernen. Und selbstverständlich werden wir zur Krönung des Abends zu unseren selbst gemachten Biergerichten das eine und andere prickelnde Bier degustieren.

9. AUGUST IN BUCHS SG

28. AUGUST IN MÜNSINGEN

28. AUGUST IN OERLIKON

28. AUGUST IN WANGEN AN DER AARE

29. AUGUST IN AARAU

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



Jetzt
anmelden und
Burger-Meister
werden

Im Kurs «Schon beinahe
legendär: der Wurst-
kurs» sind am 9. Mai in
Aarau und am 23. Mai
in Münsingen noch
Plätze frei.

Burger samt Buns in allen Formen, Geschmacksrichtungen und Farben zubereiten können – ist das erklärte Ziel dieses Kurses. Sie werden staunen, wie viele Fleischarten, Gemüsevarianten und Saucenvarietäten sich

dazu eignen, einen Burger immer wieder neu herzurichten. Wie zum Beispiel einen Schweins-, Rinds-, Poulet-, Wildschwein-, Gemüseburger oder gar eine Prinzessinnen-Kreation. So entsteht ein wahres Burger-Festival.

Burger von einfach bis deluxe – selbst gemacht



KOCHWERKSTATT IN MÜNSINGEN MIT CHRISTIAN THIERSTEIN:

5. Juni 2018, 17.30–22.00 Uhr
Anmeldung:
www.kochwerkstattthauri.ch oder
Telefon 031 721 88 11
Kochwerkstatt
Bahnhofplatz 9a
3110 Münsingen
E-Mail: info@kochwerkstattthauri.ch



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

5. Juni 2018, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.tatort-kochschule.ch oder
Telefon 032 682 00 08
Tatort-Kochschule
Vorstadt 13
3380 Wangen an der Aare
E-Mail: info@tatort-kochschule.ch



CULINEA IN OERLIKON MIT JONAS SCHÖNBERGER: & OLIVER BISSEGGER

5. Juni 2018, 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. Juni 2018, 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 & ANDREAS EHRENSPERGER:

13. Juni 2018, 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

PURER GLACEGENUSS



Almond



Classic



Double
Raspberry**

25%*

15%*

MAGNUM
Für Geniesser aus Leidenschaft

*Aktion gültig im Zeitraum vom 30.04.2018 – 06.05.2018
auf alle abgebildeten Artikel

**in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

SOLERO



Solero Exotic



#OVOPOWER

MIT OVOMALTINE KANNST DU'S NICHT BESSER.
ABER LÄNGER.



www.facebook.ch/OvomaltineCH

*Ovomaltine Crunchy Ice in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Freizeit Teens

Mach deine Party-Fotos zu etwas Besonderem und rahme deine Erinnerungen schon vor dem Abknipsen witzig ein – mit einem selbst gestalteten Party-Rahmen. Das macht den Gästen erst noch Spass.



Gib der Party den richtigen Rahmen

Die langjährigen Freundinnen Bea (20, links) aus Wohlen und Rebecca (19) aus Waltenschwil setzen sich mit ihrem selbst gemachten Party-Rahmen glamourös in Szene.

An Partys kannst du so richtig abfeiern. Hauptsache, die Stimmung ist gut und es gibt was zu lachen. Das ist auch für Rebecca und Bea so. Solche Momente wollen die beiden Freundinnen natürlich festhalten – gut, gibt es Handys mit Kameras. Mit einem selbst gebastelten Party-Rahmen drücken sie der guten Stimmung den ultimativen Partystempel auf. So setzen sie sich und ihre Freunde in Szene – mit grossen Sonnenbrillen, Blumenketten und Verkleidungen wird es noch lustiger.

Selfies mal anders

Deinen Party-Rahmen kannst du aus den einfachsten Alltagsmaterialien basteln. Zum Beispiel mit festem Karton, den du bemalst

und mit allerlei fantasievollen Elementen verzierst. Hat deine Party ein Motto? Schreib es auf den Rahmen und schmücke ihn mit passenden Utensilien. Gewöhnliche Selfies kann jeder machen – mit dem Party-Rahmen gelingen dir aussergewöhnliche Fotos und Selfies, die wortwörtlich «aus dem Rahmen fallen».



Ein Party-Rahmen ist

ganz einfach selbst gemacht. Den Rahmen kannst du aus leichten Materialien wie Karton, Styropor, Ästen, Aluminium oder Holz machen. Verziere ihn passend für den Anlass. Für ein Outdoor-Fest zum Beispiel mit Blättern und Blumen oder für einen Geburtstag mit lauter Jahreszahlen.

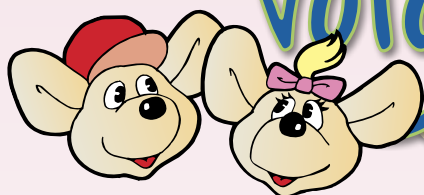
HARIBO

30%
WENIGER
ZUCKER
GLEICHER
VOLLER
GESCHMACK



www.haribo.ch

Haribo macht Kinder froh und Erwachsene ebenso!



volgi volgine

Für eine Pop-up-Karte brauchst du:

- 3 dicke A4-Papierblätter in unterschiedlichen Farben
- Schere
- Cutter
- Leim

Es Danke fürs Mami

Liebes MAMI
Alles Liebe zum
Muttertag!
Du bist das beste Mami
der Welt!

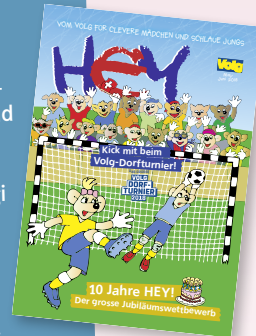
MAMI

Verziere deine Karte so, wie es dir gefällt, und schreibe etwas Liebes für dein Mami. Fertig ist deine Pop-up-Karte.

Am Sonntag, 13. Mai, ist Muttertag. Mach deinem Mami ein herziges Geschenk. Bastle ihr doch eine dreidimensionale Pop-up-Karte. Auf Seite 61 findest du eine Anleitung für eine weitere Bastelidee.

Das neue HEY ist da! Hol dir das Heft ab dem 7. Mai im Volg!

Das HEY wird 10 Jahre alt! Mach mit beim grossen Jubiläumswettbewerb. Und im Sommer findet die Fussball-WM in Russland statt. Volgi & Volgine sagen dir, warum Russland ziemlich aussergewöhnlich ist. Jetzt im neuen HEY!



1



Schneide von einem A4-Papier 1 cm vom oberen und seitlichen Rand ab. Falte es in der Mitte.

2



Lass dir von deinem Papi oder einem anderen Erwachsenen mit dem Cutter 8 gleich lange Schnitte über die Faltnie machen.

3



Drücke die 4 Balken vorsichtig auf die andere Seite.

4



Schneide die Buchstaben «Mami» aus dem zweiten Papier aus und leime sie an die Vorderseite der Balken.

5



Leime das erste Papier an Ober- und Unterseite an ein drittes, grösseres Papier, das du auch in der Mitte gefaltet hast.

6

«Pop-up» ist Englisch und heisst «aufspringen».



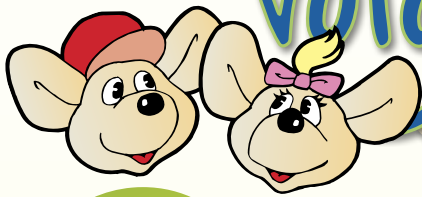


extrême

...bis zum
letzten Biss!



IN AKTION
vom 21.05 – 27.05



volgi volgine

Es Blüemli fürs Mami

Für eine Papierblume brauchst du:

- 6 dünne, farbige Papierblätter
- Leim

Im Frühling blüht es wieder bunt auf den Wiesen. Mach's dem Frühling gleich und überrasche dein Mami mit bunten Papierblumen.

Schneide ein Quadrat aus dem farbigen Papier, ca. 15 x 15 cm. Falte es diagonal in der Hälfte.



Falte die linke und rechte Ecke nach innen, so dass wieder ein Quadrat entsteht.



Falte die Ecken wieder zur Hälfte nach aussen.



Entfalte die Ecken so, dass «Taschen» entstehen und drücke diese dann flach.



Falte die Spitzen der Taschen nach unten.



Falte die untere Kante nach oben dem bestehenden Falz entlang.



Trage etwas Leim auf die markierte Fläche. Biege das Blatt so, dass die beiden Flächen aufeinanderliegen und lass den Leim trocknen.



Wiederhole die Schritte 1-7 mit 5 weiteren Papieren.

8

Einfarbig oder mehrfarbig: Diese Blumen verblühen nie und machen deinem Mami lange Freude.



9

Am Schluss leimst du die 6 Blüten an den Seiten aneinander, so dass eine Blume entsteht.



Eine Rose zum Muttertag *Rosière*

Sagen Sie Danke
mit den fruchtig
eleganten Weinen
von Rosière.

Rosé in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

JETZT
AKTUELL

Angebaut von
Bergbauern;
von Hand gepflegt



BIO
ALPENKRÄUTER
SIRUP



www.swissalpineherbs.ch

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Knackiger Salat trifft cremige Sauce – das Date in der Salatschüssel ist perfekt. Doch welche Sauce darf es sein?

ÖISE
LADE
TIPP



Italianische Saucen
Die Würzige aus dem Süden harmoniert mit kräftigen Salaten. Der weinrote Balsamico passt vor allem zu südländischen Salatkompositionen.



Frenchdressing
Die Allrounder-Salatsauce French, klassisch, mit Kräutern oder leicht mit wenig Fett, passt auch zu Kartoffel- und Teigwarensalat bestens.



Vinaigrette
Sie eignet sich ideal zu Blattsalaten, aber auch zu gemischten Salaten mit leichten Zutaten wie Gemüse oder Pilzen.



Salat im Brot

Zutaten für 1 Stück:
Von 1 runden Ruchbrot oder Bauernbrot (1 kg) einen Deckel abschneiden. Das Brot aushöhlen und dabei einen 2 cm dicken Rand stehen lassen. Das Brot mit 3–4 grossen Kopfsalatblättern auslegen. Weitere 2–4 Kopfsalatblätter in feine Streifen schneiden und auf die Blätter geben. 150 g gekochte und ausgekühlte grüne Bohnen, ½ gehackte Zwiebel, 100 g gebratene Speckwürfel und 80 g gewürfelten Gruyère über den Salatstreifen einschichten. ½–1 dl Salatsauce nach Wahl darübergeben, Deckel aufsetzen und servieren.
Zubereitung: 30 Min.



Die Auswahl der praktischen Fertigsaucen ist riesig, da fällt der Griff zur perfekten Sauce nicht immer leicht. Die ideale Sauce untermalt den Salatgeschmack, ohne ihn zu verdrängen.

Crémig oder würzig?

Manche mögen es cremig mit Kräutern, andere würzig mit Vinaigrette. Und doch zählen manchmal gute Argumente, die für eine bestimmte Salatsauce sprechen: Zum Nüsslisalat gibt es kaum etwas Besseres als eine sämige französische Sauce, zum Insalata



Über diesen QR-Code gelangen Sie direkt zum Rezept Salat im Brot.

Caprese ist hingegen eine satte Balsamico-Sauce gefragt – je dunkler, umso köstlicher. Noch etwas Kräuter, Zwiebeln oder Kerne darüber gestreut, fertig ist der Salat! Und es muss auch nicht immer klassisch das Brot zum Salat serviert werden – im Brot serviert, zeigt der Salat, wie vielseitig er sich geniessen lässt.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich





GENIESSEN SIE DEN
UNTERSCHIED

Tropischer Mix mit Avocado, Mango, Cherrytomaten

Zutaten für 4 Personen:

- ½ Zwiebel, in Ringe geschnitten
- 1 Bd. Koriander, gehackt
- 1 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 500 g Cherrytomaten
- 1 Zitrone, Saft
- 1 Avocado
- 1 Mango
- 4 Handvoll Blattsalat

Zubereitung:

1. Zwiebeln, Koriander und Öl in einer Schüssel gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Tomaten halbieren und in die Schüssel geben. Zitronensaft hinzufügen, Avocado und Mango schälen, entkernen und in Würfel schneiden und ebenfalls dazugeben.
3. Blattsalat auf Teller anrichten, den tropischen Mix darüber verteilen und servieren.

Zubereitung: 25 Min.



Fruchtig-räcker Fröhsommermix mit Erdbeeren, Sbrinz, Pfeffer

Zutaten für 4 Personen:

- 2 EL Rapsöl
- 2 EL Apfelessig
- 1 TL Senf
- 1 TL Meerrettich
- 1 EL Peterli, gehackt
- 4 Handvoll Blattsalat
- 500 g Erdbeeren, gerüstet
- 150 g Hartkäse (z. B. Sbrinz)
- schwarzer Pfeffer, frisch, gemahlen

Zubereitung:

1. Öl, Essig, Senf und Meerrettich in einer Schüssel verrühren, Peterli dazugeben und abschmecken. Blattsalat beifügen.
2. Erdbeeren in Scheiben schneiden, den Hartkäse in Splitter brechen.
3. Blattsalat mit der Sauce vermischen. Erdbeeren, Käse und Pfeffer über den Blattsalat geben und servieren.

Zubereitung: 20 Min.

LUST AUF MEXIKANISCH?

Santa Maria



SOFT TORTILLAS

+



TACO-SAUCE*

+



FAJITA MIX*

JETZT PROBIEREN!
* IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN
EVENTUELL NICHT ERHÄLTICH

DER NATÜRLICHE KAFFEE-DRINK



* in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Bistro-Mix

mit Birnen, Nüssen, Dörraprikosen
an einer Blauschimmelkäse-Sauce

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Birne
- 4-5 Baumnusskerne
- 50 g Roquefort
- ½ dl Milch
- 1 EL Rapsöl
- Pfeffer
- 250 g Chicorée,
in Streifen geschnitten
- 5 Dörraprikosen,
in Würfel geschnitten



Zubereitung:

1. Die Birne halbieren, das Kerngehäuse herausschneiden und Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Baumnusskerne hacken.
2. Für das Dressing den Roquefort mit Milch und Öl vermischen und mit Pfeffer würzen.
3. Chicorée in eine Schüssel geben. Birnenwürfel, Nüsse und Aprikosenwürfel darüber verteilen, mit Dressing beträufeln und alles gut mischen.

Zubereitung: 15 Min.

Bosporus-Mix mit Couscous, Peterli und gerösteten Nüssen

Zutaten für 4 Personen:

- 1 P. Couscous
- 200 g Nussmix
- 4 EL Peterli, gehackt
- 1 EL Pfefferminze, gehackt
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 2-3 Handvoll Salatstreifen

Zubereitung:

1. Couscous gemäss Packungsanleitung zubereiten, auskühlen lassen und dann in eine grosse Schüssel geben.
2. Nussmix, Peterli und Minze unter den Couscous mischen. Zitronensaft und Öl gut vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen, über den Couscous geben und gut mischen.
3. Salatstreifen in eine Schüssel geben und den Couscous darauf anrichten.

Zubereitung: 20 Min. + 20 Min. auskühlen lassen



Saigon-Crunch mit Asia-Crunch-Croûtons

Zutaten für 4 Personen:

- 2 EL Zucker
- 3 EL Sojasauce
- 3 EL Wasser
- 1 EL Aceto Balsamico, weiss
- 1 Peperoncini, gehackt
- 2 Toastscheiben,
in Würfel geschnitten
- 2 EL Sesam
- 2 EL Erdnüsse, gesalzen

Zubereitung:

1. Zucker in einem Pfännchen zu Caramel erhitzen. Soja, Wasser und Balsamico dazugeben und das Caramel weich kochen.
2. Die Hälfte der Sauce beiseite stellen. Die restliche Sauce weiterköcheln, bis sie eindickt.
3. Nun die restlichen Zutaten dazugeben, gut vermischen und auf einem Backpapier auskühlen lassen.
4. Sauce unter den Salat mischen, den «pikanten Krokant» zerbröseln und über den Salat streuen.

Zubereitung: 30 Min.





Mach deine Liebsten glücklich.

Kreative Rezepte und Tipps rund ums Thema Einmachen findest du auf oetker.ch



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



NIVEA.ch/sun

GUT GESCHÜTZT DIE SONNE GENIESSEN



* Hilft, die Intensität von Sonnencreme-Flecken nach dem Waschen zu reduzieren.

** In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Fischers Mix mit Rauchforelle, Reis, Lauch, Mango

Zutaten für 4 Personen:

- ½ Lauchstange,
in Streifen geschnitten
- 150 g Rauchlachs
- 300 g Langkornreis, gekocht
- 1 Mango, in Würfel geschnitten

Für die Sauce:

- 2 EL Kräuteressig
- 2 EL Rapsöl
- 1 EL Mayonnaise
- Salz, Pfeffer
- 2 TL Dill, gehackt

Zubereitung:

1. Lauch kurz blanchieren und kalt abschrecken. Rauchlachs in Streifen zupfen und zusammen mit dem Lauch, Reis und den Mangowürfeln in eine Schüssel geben.
2. Für die Sauce Kräuteressig und Öl mit Mayonnaise vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Sauce und Dill zum Salat geben, alles gut vermischen und genießen.

Zubereitung: 20 Min.



Swiss-Chalet-Mix mit Hörnli, Peperoni, Schinken

Zutaten für 4 Personen:

- 300 g Hörnli, gekocht
- 1 Peperoni, rot
- 1 Peperoni, gelb
- 3 Essiggurken
- 200 g Schinkenranchen

Für die Sauce:

- 100 g Crème fraîche
- 1 TL Senf
- 2 EL Kräuteressig
- 1 EL Schnittlauch, geschnitten
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Hörnli in eine grosse Schüssel geben. Peperoni halbieren, entkernen und in Würfel schneiden. Essiggurken und Schinkenranchen ebenfalls klein schneiden. Alles unter die Hörnli mischen.
2. Für die Sauce die übrigen Zutaten in einen Mixbecher geben und gut aufmischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Sauce zur Hörnli-Gemüse-Mischung geben, gut vermischen und 1 Std. ziehen lassen. Anschliessend servieren.

Zubereitung: 20 Min. + 1 Std. ziehen lassen

**SICILIA –
Das Original.**
Zwei fruchtig-
frische Typen!

NUR SICILIA TRÄGT DAS SIEGEL!

Die patentierte Flaschenform
garantiert, dass es sich um
das ORIGINAL handelt.

DIE IDEE STAMMT VON SICILIA!

Im Inneren der Flasche, wartet
das ORIGINAL eine Kapsel mit
wertvollem Zitronen- bzw.
Limettendöl, das aus der Schale
der Zitrusfrucht gewonnen wird.
So wird mit jeder Dosierung
naturreines und herrlich aroma-
tisches Zitrusöl zugegeben.

**SICILIA IST VIELFÄLTIG
IN DER ANWENDUNG!**

Das ORIGINAL,
ideal für die feine
Küche, fruchtige
Smoothies und
KühleDrinks.

SICILIA®
ORIGINAL

„Also ich bin
sauer und
fühl mich
glänzend
dabei!“

**IDEAL FÜR DIE FEINE KÜCHE
FRISCHE SALATE UND
KÖSTLICHE BACKWAREN!**



Limettensaft in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich!

**JETZT
IM NEUEM
DESIGN!**



In solid rumantsch

Jau As hai era gia raquintà da mes bel iert si culm. El è in pitschen iert da project. Cumenzà aveva jau cun plantar urtais, ervas e salata. Trantenren hai jau empruvà da cultivar rischmelnas e bagiaunas – cun pitschen success – e l'onn passà hai jau per l'emprima giada plantà frajas. Per che Vus possias As imaginar meglier mes iert d'ina ladezza da var 1,5 m: da vart sanestra sa chatta la salata da tagliar, dasperas ils chaus da salata, lura vegnan las frajas ed il pli a dretga las ervas; la menta marocana, il peterschigl, la muclina, il timian, il



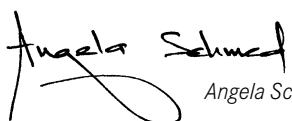
Mes iert
da salata

rosmarin ed ina plantina da ruca. Era sche quella tutgass en sasez plitost tar la secziun da salata, na ristg jau betg da la transplantar. Jau smirvegl mintga primavaira ch'ella chatscha danovamain, essend ch'il culm è situà sin 1550 m s.m.

Sco quai che Vus pudais As imaginar, datti savens salata si culm. Jau posschizunt prender a chasa salata per l'emna sequenta, uschè productiv è mes pitschen iert e quai malgrà ch'el sto survivor durant l'emna a moda autonoma.

La salatera si culm vesa adina or in pau auter. Salata da tagliar, peterschigl e muclina cuntegna ella quasi adina, tut tschai variescha. Quest onn vi jau plantar zuchettis e guardar co che quels sa sviluppan. Adattads per la salata fissan els en mintga cas.

Stai bainin ed a bainbaud.


Angela Schmed

Herausgepickt

Wussten Sie, dass . . .

- • • jetzt im Volg die neuen Kindertragtaschen mit Kreidezeichnungen von Kindern erhältlich sind?

Im Frühling 2017 wurde im HEY, dem Volg-Magazin für clevere Mädchen und schlaue Jungs, in einem Wettbewerb dazu aufgerufen, eine Kreidezeichnung anzufertigen, sich selber darin in Szene zu setzen und ein Foto davon einzusenden. Eine Auswahl der zahlreich eingegangenen lustigen und originellen Kunstwerke ist nun auf den neuen Kindertragtaschen abgebildet, die in Volg-Läden erhältlich sind.



DAS GROSSE VOLG DORF- TURNIER 2018



- • • man sich noch bis 30. Mai zum grossen Volg-Dorfturnier 2018 anmelden kann?

Im August und September findet das grosse Volg-Dorfturnier 2018 für fussballbegeisterte Mädchen und Jungs von 8 bis 13 Jahren (Jahrgänge 2005–2010) statt – aber auch für mindestens so engagierte Trainerinnen, Trainer und Coachs. Wer mitmacht, hat schon gewonnen: Spieler, Trainer und Coachs werden mit einem Dress beschenkt und Gratis-Verpflegung an den Turniertagen. Gespielt wird gegen Dorf-Teams aus der ganzen Deutschschweiz. Der Siegermannschaft winken nebst dem Schweizer Dorfturnier-Meisterpokal auch noch tolle Preise.

Anmeldeschluss ist der 30. Mai 2018

Alle weiteren Infos inklusive Austragungsorte, Spieldaten und Anmeldeformular für Spieler, Trainer und Coachs gibt's in den Dorfturnier-Flyern, die in allen Volg-Läden erhältlich sind, sowie auf www.volg-dorfturnier.ch. Die mitfiebernden Fans erwartet an jedem Spielort ein unterhaltsames Rahmenprogramm.

Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Über je einen Gutschein von Beliani im Wert von Fr. 1100.– dürfen sich Priska Künzler aus Felben-Wellhausen und Stefanie Manz aus Seuzach freuen. Fünf Personen gewinnen je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 50.–. Und zehn weitere Personen je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.–.
Lösungswort 03/18: «Osternestideen»

Auflösung des Kägi- Wettbewerbs aus «Öise Lade» 02/18: Antwort C, Kägi MÄX

Paul Schmid aus Steinmaur, der Gewinner des Hauptpreises, und Ehefrau Anna Grete Wieland Schmid (in der Mitte) bei der Preisübergabe mit Gabi Fehr, Volg-Produktmanagerin (l.), und Daniel Bucheli, Key-Account Manager Kägi Söhne AG (r.)



Gewinnen mit Kägi

Der 1. Preis, 4 Übernachtungen für 4 Personen in 2 Junior Suiten im 4-Sterne Superior Congress Hotel Seepark in Thun im Wert von Fr. 4536.–, geht an Paul Schmid aus Steinmaur. Über den 2. und 3. Preis, je eine Gutscheinbox im Wert von Fr. 350.–, dürfen sich Sandra Betzler aus Berneck und Susann Minder aus Inkwil freuen. Den 4. und 5. Preis, eine Übernachtung für 2 Personen im Wellnesshotel Swiss Holiday Park in Morschach im Wert von je Fr. 325.–, haben Sabrina Sorella aus Kirchberg und Jolanda Brot aus Domat/Ems gewonnen. Der 6. Preis, eine Übernachtung für 2 Personen in der Atzmännig-Lodge im Wert von Fr. 300.–, geht an Silvan Kunz aus Uster. Weitere 2 Personen haben ein Familienticket für das Erlebnisbad Alpamare im Wert von je Fr. 200.– gewonnen. An weitere 10 Personen gehen je eine Gutscheinbox im Wert von Fr. 100.–. Und weitere 22 Personen dürfen sich über je ein feines Kägi-Probierpaket im Wert von Fr. 21.– freuen.

De grünen Duume



Lassen Sie in Ihrem Garten den Frühling Einzug halten. Im Mai kann endlich das Anlegen neuer Pflanzen vorgenommen werden – die wärmeren Tage lassen sie keimen und spriessen. Bringen die Eisheiligen im Mai frostige Nächte, sollten die neuen Pflanzen allerdings mit Vlies oder Folie vor Kälte geschützt werden. Ist es trocken, die Aussaaten und Schützlinge bereits jetzt giessen. Damit nur die Pflanzenpracht und nicht auch noch Unkraut blüht, den Boden häufig mit einer Hacke auflockern. Auch regelmässiges Mulchen reduziert das Unkrautwachstum und hält dazu den Boden feucht. Der Mai ist auch der Monat, in dem vorgezogene Nutzpflanzen wie Kräuter, Tomaten, Paprika oder Kohl ins Beet umgesetzt werden können.

Der Mai ist auch der Monat, in dem vorgezogene Nutzpflanzen wie Kräuter, Tomaten, Paprika oder Kohl ins Beet umgesetzt werden können.

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

Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 06/18 erscheint am 31. Mai 2018



Ohne Beilagen – ohne uns

Wer liebt sie nicht – eine schön gebratene Wurst? Nicht wurst ist der Wurst, was man zu ihr serviert. Mit vielen Ideen für Beilagen sind die passenden Begleiter zur Wurst schnell gefunden.



Russland kickt & kocht

Anlässlich der bevorstehenden Fussball-WM in Russland dribbeln wir uns durch die russische Kultur und Küche. Wir lassen uns unbekannte Gerichte auflaufen – und es heisst: Anpfiff für ein kulinarisches Spiel, bei dem der Gaumen der Sieger sein wird.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz





Am 13. Mai
ist Muttertag

Schenken Sie Lindor
zum Muttertag

lindor-moments.lindt.ch



Ebenfalls im Volg erhältlich:
die klassische LINDOR Box zum
Verschenken, Teilen und Geniessen:
Für nur **8.65 statt 10.20***

Pünktlich zum Muttertag gibt es die
verführerische Schokolade von Lindt in
hübschen Geschenkverpackungen:
Die LINDOR Rosendose für nur **12.50 Fr. statt 15.70***

*Aktion gültig vom
30.04.2018 - 06.05.2018