

# öise lade



Themenheft Seite 33  
**Mehr zum  
Thema**

Russland kickt & kocht

**WM-Gewinn-  
spiel** Seite 30

**Hopp  
Schwiiz!**  
Russia 2018



**OHNE  
BEILAGE -  
OHNE UNS!**



**ANPFIFF ZUR GRILLSAISON.**

**FAN  
BROT**

4.-10.6.  
**AKTION**  
**CHF 2.90**  
STATT CHF 3.30



IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTlich.

**Hiestand**

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK.





## Editorial

Bevor alle Fussballinteressierten an die Weltmeisterschaft in Russland blicken, haben wir für «Öise Lade» in die Kochtöpfe des Gastgeberlandes geschaut. Im «Mehr zum Thema» stellen wir Ihnen unsere Nationalelf der russischen Küche vor. Oreschki, Pelmeni oder Syrniki: So exotisch das für die meisten von uns klingen mag – die benötigten Zutaten sind uns bestens bekannt, so dass die Gerichte ohne Mehraufwand nachgekocht werden können. Ich freue mich jedenfalls, die russische Küche kennenzulernen und bin auf die neuen Geschmackserlebnisse ebenso gespannt, wie auf das Abschneiden der «Schweizer Nati».

### Russland kulinarisch

WM-Stimmung herrscht auch in Ihrem Volg – mit vielen Produkten für Ihre Fussballparty und – allem voran – mit Gewinnchancen an jedem Spieltag der Schweiz. Dann wird Ihr Kassabon zum Glücksbon und macht Sie vielleicht zum Gewinner einer von vielen mit Köstlichkeiten gefüllten Volg-Taschen. Wie Sie am Gewinnspiel teilnehmen, lesen Sie auf Seite 30.

In diesem Sinne: Hopp Schwiiz und Ihnen viel Glück!

Frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig  
Vorsitzender der  
Geschäftsleitung



Wein- und  
Käseangebot  
des Monats  
Wenn  
Auserlesenes  
zusammen-  
findet  
**17**



In eigener Sache  
Fussball-WM  
im Volg  
**30**



- 15 **Marktplatz**  
Italienisch häppchenweise
- 20 **Typisch Schweiz – Typisch Volg**  
Der Bio-Pionier von Sachseln
- 22 **Vorteil Volg**  
Schauspiel Natur – naturnah erleben
- 24 **Aktueller Tipp**  
Gefeierte Tropfen mit Weizen und Hopfen
- 27 **Neueröffnungen**  
Willkommen im Volg
- 29 **In eigener Sache**  
Team- und Sportsgeist am Swiss Wheely Open
- 41 **Wettbewerb**  
Ein Gewinn für die ganze Familie
- 43 **Feins vom Dorf**  
«Frisch gemacht schmeckt's am besten»



- 44 **In eigener Sache**  
Solarstrom: Der Bauernhof als Batterie
- 47 **Aktueller Tipp**  
Krummes Kraftpaket
- 48 **Novissimo**  
Knackiges auf Vorrat
- 51 **Hausmarke**  
Zehn Mal Lieblingsglacé
- 53 **Männersache**  
Ein Tisch für jedermann
- 55 **NATURENA Rezept**  
Beerenparfait von Edith Jäger
- 57 **Freizeit NATURENA**  
Juli-Kurse auf den Volg Erlebnishöfen
- 59 **Freizeit Kochkurs**  
Sommerbuffet aus dem Dampf
- 61 **Volgi & Volgine**  
Was bimmelt da?
- 63 **Saison**  
Grillspezialitäten für jeden Geschmack

Küche aktuell  
Mit Beilage  
sind wir besser  
**5**



33 **Das Themenheft**  
**mehr** zum  
thema  
Russland kickt & kocht



# Entdecke den erfrischend anderen Geschmack

**CHF 9.00**  
statt **CHF 12.30**

**Feldschlösschen Braufrisch 6x50cl**

Gültig vom 11.6. bis 16.6.2018 (solange Vorrat)

Mit Verantwortung  
genossen.



**Feldschlösschen verbindet**

Weitere Infos unter [www.feldschloesschen.ch](http://www.feldschloesschen.ch)



Gebraut in der Schweiz







## Küche aktuell

Das Grillwurst-Fest wird zum Beilagen-Manifest. Zwar kann man zur Wurst immer seinen Senf dazu geben. Doch tut man dem vielfältigen Sommerliebbling unrecht, hätte man ihm als kulinarische Begleiter nicht mehr zu bieten.



**Klassischer Coleslaw**  
Nicht nur im Hamburger, sondern auch zu Würsten passendes «Beigemüse»



**Gartenbohnen Salat**  
Grüne Bohnen, Renden und Blattsalat bringen die Wurst optisch und geschmacklich gross raus.

# MIT BEILAGE SIND WIR BESSER!

Sie sind die Lieblinge zahlreicher Fleischfans: die Grillwürste. Doch erst richtig stark sind Grillwürste mit dem passenden Gefolge. Immer nur Senf und Bürli? Das reicht der Grillwurst längst nicht mehr. Sie fordert deshalb in dieser «Küche aktuell» demonstrativ Abwechslung in Form neuer Beilagen-Ideen. Knackige Salate, mediterrane Focaccia oder international gefüllte Folienkartoffeln: Das schmeckt nach Sommer und gleich doppelt so gut. Die Wurst ist zufrieden. Zum Schluss protestiert höchstens noch die Kehle, die ein kühles Bier oder einen erfrischenden Eistee dazu verlangt.

Ja zu  
Bohnen!

SALAT  
IST UNSER  
KANDIDAT!





## Küche aktuell

### Sommer-Focaccia

Mit Tomaten, Oliven und Rucola – die mediterrane Variante zum klassischen Brot



### Kartoffel-Roulade

Aussen Gnocchi-Masse, innen viel Gusto mit Tomaten, Basilikum, Pinienkernen und Reibkäse

**W**ürste sind von sich überzeugt, an und für sich schon beispiellos gut zu schmecken. Allen voran die St. Galler Bratwurst, die jede Form von Senf verschmäht, jedoch auf St. Galler Brot als Begleitung nicht verzichten mag. Beilagen gehören zum wahren Gaumenfest einfach dazu. Der Genuss von Schweinswürsten ist erst rund, wenn ein Kartoffelsalat mitläuft. Wer diesbezüglich Neuland betreten möchte, wagt sich an eine Kartoffel-Roulade. Oder er wählt einen Klassiker wie Cole-slaw, den auch Würste lieben. Würste mit Sauce wiederum gehen am liebsten mit Brottaschen einher, was dem Verzehr mit sauber bleibenden Händen entgegenkommt. Und apropos Brot – das stehe ihnen einfach zu, tönt es auch aus den Reihen der Cervelas. Doch sie sind offen: Es muss nicht immer nur das obligate Bürli oder die klassische Brotscheibe sein. Gerade an heissen Sommertagen macht es sich auch neben einer knusprig-delikatlen, erfrischenden Focaccia gut – etwa mit Tomatenwürfeln, Oliven und Rucola.



**Kein Salat - keine Sau**





**Currywurst  
in der Pita-Tasche**  
Die Wurst als Fingerfood –  
handlich und rassig



**Linsen mit Feta**  
Linsen sommerlich  
leicht als bunter Salat



**Folienkartoffeln  
international**  
Auf arabische, indische,  
italienische und  
russische Art gefüllt

nce - kein Spass

Volg-Kochkurs im Juli  
**Sommerbuffet  
aus dem Dampf**

In diesem Kurs garen Sie nebst  
Fleisch, Fisch, Gemüse auch Terrinen,  
Kompotte, Flans im Dampf und  
lernen besonders aromatische und  
leicht bekömmliche Gerichte kennen.  
Infos dazu finden Sie auf Seite 59.



«Meine Schweine liegen mir sehr am Herzen. Deshalb stellen wir unser Fleisch nach den strengen Richtlinien von IP-Suisse her. Ökologisch nachhaltige, tierfreundliche Haltung, natürliche Zuchtmethoden und gesunde Ernährung – dafür setze ich mich ein. Dafür trage ich die Verantwortung.»

Lukas Bitschnau, Kirchberg



# Meine Generation. Meine Verantwortung.



Unser bestes Stück Natur.



Zum Rezept



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



Schweinssteak



St. Galler Bratwurst



AGRI NATURA beruht auf den Richtlinien von IP-Suisse.





Immer genügend Wurstwaren im Kühlschrank vorrätig zu haben, erweist sich gerade im Sommer als cleverer Zug. Und wenn's um die Wurst geht, marschieren Senf und Brot traditionell ganz vorne mit. In Ihrem Dorfladen finden Sie alles: ofenfrische Brote von Ladenöffnung bis Ladenschluss und ein grosses Sortiment verschiedenster Schweizer Grillwürste. In diesen steckt wie überall im Volg viel Schweiz. Volg führt mit 98 Prozent inländischem Fleisch der vier Hauptfleischarten Rind, Geflügel, Kalb und Schwein das schweizerischste Angebot. Das Label Agri Natura steht zudem für Fleisch aus artgerechter Haltung.



## Die Herkunft ist nicht wurst

**Krustenbrot mit Senf**  
Selbst gebackenes Brot, hausgemachter Senf – da werden die Gäste überrascht sein.



Grillargentinosa



Emmentaler Rauchwurstli



Emmentaler Käseschüblig



Traditionelle Bauernbratwurst



St. Galler Bratwurst



Volg Familienpreis-Bratwurst



Volg Familienpreis-Cervelas



Agri Natura Cervelas

Schweizer Klassiker, lokale Spezialitäten und internationale Hits: Das Wurstangebot im Volg bringt Abwechslung auf den Rost.

\*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Ab Seite 65 und auf [www.volg.ch/rezepte](http://www.volg.ch/rezepte) finden Sie sämtliche Rezepte.





Ei, Ei, Ei, auch auf dem Grill ein Star

Feuer Frei!



Los, grill mi!



mhhhh!

- aus Schweizer Milch
- 2 mal 80g Cheese vom Feinsten
- für auf den Grill oder in die Bratpfanne



Entdecke jetzt feine Rezepte und Kochvideos auf [freshandcheesy.ch](http://freshandcheesy.ch).





**Gebackene Kartoffelschnitze**  
Mit Meersalz, Orangenschale und Peperoncio erhalten sie einen neuen Auftritt.



**W**ie es bei den Beilagen abwechslungsreich sein darf, hat es auf dem Grill nebst den Würsten genug Platz für weitere Grillspezialitäten. Zartschmelzender Grillkäse, ein saftiges Pouletbrüstli oder rassige Zigeunerspiesse sind nur drei von vielen «Mitspielern», die aufgrund ihres überzeugenden Geschmacks ein Recht haben, im Grillsommer regelmässig auf dem Rost zu landen.

**Spiessern gehört die Welt!!!**

**Her mit der Kohle!**

**MEHR KÄSE FÜR ALLE!**



Grillkäse – nicht nur bei Vegetariern beliebt



Marinierte Pouletbrüste – gehören auf jede Grill-Party



Rinds-Fackelspiesse – eine pikante Abwechslung zur Wurst



## Monats-Hit

### Schweinsnierstück-Steak des Monats Juni: mit Pfeffermarinade

Und weiter geht das Volg Steak-Festival. Im Juni kommt das traditionelle Schweizer Schweinsnierstück-Steak in einer pffiffigen Pfeffermarinade daher. Ab sofort in Ihrem Volg-Kühlregal – dann auf Ihrem Grill und Teller. Kommenden Monat gibt's ein neues Steak.





# AUS DEM HERZEN DER AUVERGNE



ÜBER 95% NATÜRLICHES MINERALWASSER

Volvic Grüntee mit Minzgeschmack erhältlich in 50cl und 1,5L





## Warenkunde *Lebensmittelsicherheit*

### Richtig waschen

- Hände vor und nach Zubereitung vor allem von rohem Fleisch, Geflügel, Fisch und Meeresfrüchten gründlich mit Seife waschen
- Alle Arbeitsflächen und Küchenutensilien nach jedem Verarbeitungsgang gründlich mit heissem Wasser und Seife reinigen



### Richtig erhitzen

Fleisch, Geflügel, Fisch, Meeresfrüchte und bereits gekochte Lebensmittel vor dem Genuss auf mindestens 70 °C erhitzen



### Richtig trennen

- Bereits Gekochtes von rohen Lebensmitteln trennen
- Direkten Kontakt von rohem Fleisch, Geflügel, Fisch und Meeresfrüchten mit anderen Lebensmitteln vermeiden
- Separate Küchenutensilien verwenden für Lebensmittel, die gekocht, und für solche, die roh gegessen werden



# Geniessen, aber sicher

### Richtig kühlen

- Fleisch, Geflügel, Fisch, Meeresfrüchte und bereits gekochte und verderbliche Lebensmittel immer im Kühlschrank bei unter 5 °C lagern
- Einmal aufgetaute Lebensmittel nicht wieder einfrieren
- Gekühlte oder gefrorene Lebensmittel nach dem Einkauf sofort wieder in den Kühlschrank oder ins Gefrierfach räumen
- Aufbewahrungshinweise sowie Verbrauchsdatum auf Verpackung beachten



**Bei der Aufbewahrung und der Zubereitung von rohen Lebensmitteln gilt es, einige einfache Hygieneregeln zu beachten, damit einem sicheren Genuss nichts im Wege steht.**

**B**eim Grillieren will man die Seele baumeln lassen und möglichst an nichts denken. Achtlos sollte man allerdings nicht sein. Ob für Grill oder Küche – vor allem bei rohem Fleisch, Geflügel, Fisch und Meeresfrüchten ist Vorsicht geboten. Unsachgemässe Handhabung kann durch

Keimbelastung gegebenenfalls zu Übelkeit und Krankheiten führen. Richtig waschen, erhitzen, kühlen und trennen: Mit diesen vier Grundregeln ist einem unbeschwerter Genuss sicher.

Weitere Informationen auf: [www.sichergeniesen.ch](http://www.sichergeniesen.ch)

# PASSOÃ FRESH!\*

1/3 PASSOÃ + 2/3 TONIC (BEST WITH FEVER-TREE INDIAN TONIC WATER)

\*DRINK RESPONSIBLY

## PASSOÃ





# HAUSGEMACHTES SCHMECKT AM BESTEN.

Frisch aufgebrühter Kräutertee  
—  
Schweizer Minze  
—  
Mit Obstsaft gesüsst

Neu



Die Kraft der Natur





**Tomaten, Mozzarella, Basilikum – das sind die obligaten Bestandteile des klassischen Caprese-Salats. Bei Zutatensorten und Präsentation kann jedoch nach Belieben variiert werden.**

Caprese-Salat vermittelt Italianità pur und zählt zu den beliebtesten Salaten überhaupt. Den Ursprung der unvergleichlichen Aroma-Kombination von Tomaten, Mozzarella und Basilikum gibt der Rezeptname eindeutig preis: die Insel Capri bei Neapel. Die mediterrane Delikatesse ist leicht bekömmlich. Und auch leicht zuzubereiten. Nimmt man Cherrytomaten, wird das Gericht knackiger und süßlicher im Geschmack. Spießt man die Zutaten auf, prä-

sentiert sich das Ganze optisch noch knackiger. Tomaten-Mozzarella-Basilikum-Spieße erweisen sich besonders an warmen Tagen als willkommene Idee – zum Apéro oder für den kleinen Hunger zwischendurch. Variieren können Sie bei der Salatsauce: von der klassischen Balsamico-Sauce bis zum nussigen Pinien-Dressing. Die Farben Grün-Weiss-Rot der Zutaten verbreiten gewiss schon erste Ferienstimmung auf die Teller. Buon appetito.

Von Perle bis Maxi: Mozzarella gibt es in diversen Formen und Sorten.



Basilikum-Pesto verleiht nicht nur Pasta das gewisse Süßlich-pfeffrige mehr, sondern, beigemischt auch Salatsaucen.



Frischer Basilikum entfaltet sein unvergleichliches Aroma besonders mit Tomaten.



Cherrytomaten zählen zu den beliebtesten Sorten, weil sie aromatischer, meist süßler und knackiger sind als herkömmliche Tomaten.



## Italienisch häppchenweise



### Pinien-Dressing

1 EL geröstete **Pinienkerne** in einen Mörser geben und zerstoßen. Mit 2 EL **Aceto Balsamico bianco**, 3 EL **Olivenöl**, ½ gehackter **Zwiebel** und 1 TL **Senf** vermischen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und zu Tomaten-Mozzarella-Salat oder-Spießen servieren.  
**Zubereitung: 5 Min.**  
**Tipp:** mit weiteren gerösteten Pinienkernen ergänzen

Leicht, dekorativ und im Handumdrehen zubereitet: Tomaten-Mozzarella-Basilikum-Spieße mit Pinien-Dressing





MASTERS  
OF  
PASTA

ITALIENISCHER GENUSS





## Wein- und Käseangebot des Monats

**Elegant, fruchtig und füllig – der Beaurempart Grande Réserve Pays d'Oc ist ein gehaltvoller Wein, der nach einem ebenbürtigen Käse als Begleitung verlangt. Wie dem Sántis Bergkäse aus dem Appenzellerland.**

## Wenn Auserlesenes zusammenfindet

**D**ie beschauliche und renommierte südfranzösische Weinbauregion Languedoc-Roussillon bringt hervorragende Weine hervor. Auch der Beaurempart Grande Réserve Pays d'Oc darf sich mit dieser Herkunft brüsten. Auf den sauren Schieferböden der weiten Hochlagen wachsen kräftige Merlot- und Cabernet-Trauben, die in diesem Rotwein zu einer harmonisierenden Assemblage mit fruchtigem Charakter und reichem Aromabouquet finden.

### Intensität und Extrasüsse

Bis zu fünf Monate ruht der Wein in Fässern aus amerikanischer Eiche und gewinnt dadurch an Intensität. Das Resultat kann sich schmecken lassen: elegant und fruchtig, mit ausserordentlich guter Balance und Struktur und einer leichten Extrasüsse. Ein Wein, der in Kombination mit ebenso köstlichen Speisen wie rotem Fleisch, Pasta oder Käse kulinarischen Hochgenuss verspricht. Beim Käse ist der mild-würzige Sántis Bergkäse eine treffende Wahl zu diesem eleganten Rotwein.



**Wein des Monats**  
Beaurempart Grande Réserve  
Pays d'Oc, Frankreich  
75 cl, statt Fr. 9.80  
**Fr. 7.80**

**Käse des Monats**  
Sántis Bergkäse  
100 g, statt Fr. 2.-  
**Fr. 1.65**

**Beaurempart Grande Réserve Pays d'Oc, 2016, Frankreich**

**Charakter** Dieser fruchtige Rotwein präsentiert sich mit Aromen von Kirschen und Beeren und einer Würze von Holz, Caramel und Vanille.

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

**Passt zu** rotem und dunklem Fleisch, Eintöpfen, Käse und Pasta

**Punkte** 17,5 ★

### Bergweidenkräuter im Käse geniessen

Seinen besonderen Geschmack und Charakter erhält der Sántis Bergkäse von den Kräutern der natürlichen Appenzeller Bergweiden. Der mehrfach an den Swiss Cheese Awards ausge-

zeichnete Halbhartkäse der Bergkäserei Gais weist ein reifes, abgerundetes und ausgewogenes Aroma auf und eignet sich hervorragend für Käseplatten.

Diese Aktion gilt vom 4. bis 30. Juni 2018, solange Vorrat.

Bewertungen stammen aus dem «Weinseller 2018» von Chandra Kurt.



Wernli teilt me gernli.



Mehr Infos auf [wernli.ch](http://wernli.ch) | #gernli



# Wein- und Käseangebot des Monats



75 cl, statt Fr. 17.50  
Fr. 14.50

## Heida AOC Valais, 2016/2017, Schweiz

**Charakter** Dieser Walliser in klarem, mittlerem Gelb besticht durch intensive Aromen von reifen, exotischen Früchten und mit einer lebhaften Frische.

**Trinken** Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–12 °C

**Passt zu** weissem Fleisch, Käseplatten und als Apéritif

**Punkte** 17



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

## Chardonnay Caswell California, 2016, USA

**Charakter** Eine hellgelbe Farbe, nachhaltige Aromen von Zitrusfrüchten, Feigen und Pfirsich zeichnen diesen Chardonnay aus.

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

**Passt zu** Salzwasserfisch, gegrilltem Poulet, Kalbfleisch und mildem Käse

**Punkte** 16,5 ★



75 cl, statt Fr. 6.50  
Fr. 4.80

## L'Esprit Rosé Pays d'OC IGP, 2016, Frankreich

**Charakter** Dieser hell lachsrosa Bilderbuch-Rosé beeindruckt mit dezentem Duft nach roten Beeren, viel Finesse und angenehmer Frische.

**Trinken** Bis 3 Jahre, bei 14–16 °C

**Passt zu** leichten Vorspeisen, Shrimps und Geflügelgerichten

**Punkte** 16,5 ★



75 cl, statt Fr. 9.80  
Fr. 7.80

## Beaurempart Grande Réserve Pays d'OC, 2016, Frankreich

**Charakter** Dieser fruchtige Rotwein präsentiert sich mit Aromen von Kirschen und Beeren und einer Würze von Holz, Caramel und Vanille.

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

**Passt zu** rotem und dunklem Fleisch, Eintöpfen und Pasta

**Punkte** 17,5 ★



75 cl, statt Fr. 13.90  
Fr. 11.50

## Chianti DOCG Riserva Poggio Civetta, 2014, Italien

**Charakter** Dieser rubinrote Italiener besticht mit delikaten Waldbeerendüften und Aromen von süssen Gewürzen.

**Trinken** Bis 7 Jahre, bei 18–20 °C

**Passt zu** rotem Fleisch, reifem Käse und würzigen Suppen

**Punkte** 16,5



75 cl, statt Fr. 9.90  
Fr. 7.95

## Rioja DOCa Puerta Vieja Crianza, 2015, Spanien

**Charakter** Ein harmonischer Wein in intensivem Kirschrot, der mit Aromen von roten Früchten und Lakritze punktet.

**Trinken** Bis 5 Jahre, bei 15–18 °C

**Passt zu** Barbecue, mediterraner Küche, Pasta und Roastbeef



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

## Cabernet Sauvignon Caswell California, 2014, USA

**Charakter** Dieser dunkel granatrote Tropfen mit fruchtbetontem und süss-beerigem Auftakt überzeugt mit Aromen von Kirschen und schwarzen Beeren.

**Trinken** Jung trinken, bis 5 Jahre, bei 14–16 °C

**Passt zu** Hamburger, Spareribs, Grilladen, Pouletflügel mit Pommes und Käse

## Ein Stück Kalifornien im Glas



## White Zinfandel Caswell California, 2016, USA

**Charakter** Ein Wein in heller Kirschfarbe, der mit Aromen von Himbeeren, Kirschen und Hagebutten begeistert.

**Trinken** Bis 3 Jahre, bei 8–10 °C

**Passt zu** asiatischen Gerichten, Grilladen und als Apéritif

**Punkte** 16,75 ★

75 cl, statt Fr. 7.90  
Fr. 5.50

-30%

# Direkt in Ihrem Volg bestellen

oder bequem auf [www.wein.volg.ch](http://www.wein.volg.ch)

...und in max. 10 Tagen abholen





## Typisch Schweiz – Typisch Volg



*Peter Odermatt ist seit bald zehn Jahren CEO der Bio Familia AG in Sachseln.*

### Vier Fragen

an Peter Odermatt

#### Herr Odermatt, was ist die Bio Familia AG?

«Wir sind eine grosse Familie mit knapp 200 Mitarbeitenden. Seit 1959 produzieren wir Qualitäts-Bio-Müesli in Sachseln im geografischen Herzen der Schweiz. Mit der Produktion von genussbereiten Bio-Birchermüesli hat das Unternehmen vor 60 Jahren in der Schweiz Pionierarbeit geleistet. Heute exportieren wir in die ganze Welt.»

#### Was sind die Stärken Ihres Unternehmens?

«Unser Anspruch an uns selbst ist: Wir produzieren das beste Müesli der Welt! Dies gewährleisten wir mit Topmitarbeitenden, modernen Anlagen und durchdachten Prozessen, besten Zutaten und regelmässigen Stichproben inklusive Blinddegustationen. Wir sind am Puls der Zeit, wissen, was der Konsument will und erkennen die neusten Trends schnell. Auch Umwelt und Arbeitsethik werden bei uns grossgeschrieben. Nur so können wir den Qualitätsstandard hoch halten und dadurch Vertrauen bei den Konsumenten schaffen.»

#### Was verbindet Sie mit Volg?

«Volg beliefern wir seit den Anfängen unserer Unternehmensgeschichte. Darauf sind wir stolz und dafür sind wir dankbar. Die Zusammenarbeit ist partnerschaftlich und konstruktiv. Volg ist ein wichtiger Kunde und führt ein breites Sortiment von Familia im Angebot.»

#### Was ist das Besondere am Volg Birchermüesli?

Die Zutaten. Sie sind von bester Qualität, teilweise von Hand verlesen und verarbeitet. Die Haferflocken sind zart im Biss, die Dinkelflakes geben dem Müesli Leichtigkeit und die Apfelflocken aus Getreide, Zucker und Äpfeln machen es sämig. Die Haselnüsse werden in einer alten Kaffeerösttrommel geröstet, die ihnen das unverkennbar gute Aroma verleiht.»

*Brigitte Odermatt verliest die Haselnüsse. Nur jene mit einwandfreier Qualität kommen ins Volg Birchermüesli.*



*Die Kaffeeröstmaschine aus den 60er-Jahren verleiht den Haselnüssen ihr bewährtes Aroma. Kurt Gabriel entnimmt eine Probe.*

## Der Bio-Pionier von Sachseln

**In Sachseln im Kanton Obwalden produziert die Bio Familia AG für Volg seit Jahren echtes Schweizer Birchermüesli. Mit natürlichen Zutaten und viel Kompetenz.**

*Das Volg Birchermüesli für einen aktiven Start in den Tag oder um die Batterien zwischendurch aufzuladen*





*Maurizio Calamita hat die verschiedenen Zutaten gekonnt miteinander vermischt.*



*Sind alle Verpackungen intakt? Rita Gasser macht stündlich Tests im Wasserdruckkasten.*

*Tabea von Wyl kontrolliert, dass alle im Rezept aufgeführten Zutaten im Bircher-müesli enthalten sind.*



## 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.



*Fruchtig, knusprig und nahrhaft: das Volg Bircher-müesli mit Haferflocken, Haselnüssen, Dinkelflakes und Apfelflocken*



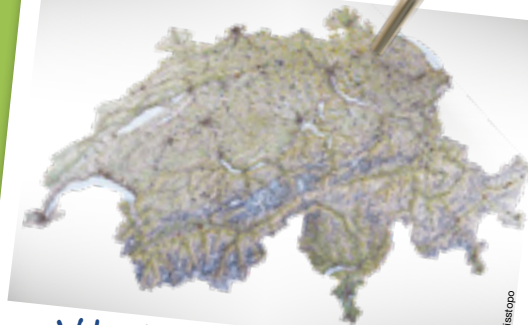


Vorteil Volg

Engagement  
NATURENA.

# Schauspiel Natur – naturnah erleben.

Volg zeichnet eine historische Verbundenheit mit Land, Leuten und der Natur aus. Das zeigt sich anschaulich auf den vier Volg NATURENA Erlebnishöfen Fricktal, Seebachtal, Werdenberg und Zugerland. Jeweils mit attraktiven Kursangeboten, einem interaktiven Sinnespfad und einem Naturschutzprojekt.



Volg. Im Dorf daheim.  
In Hüttwilen TG zuhause.





**V**olg ist mit über 580 Dorfläden eng mit der ländlichen Bevölkerung und deren Erzeugnisse verbunden – und mit der Natur. Dieses Engagement gibt der Detailhändler auch mit vier Volg NATURENA Erlebniswelten wieder. Der Besuch einer solchen Erlebniswelt, die jeweils Erlebnishof, Sinnespfad und Naturprojekt umfasst, wird denn auch zum unvergleichlichen Ereignis – insbesondere für Familien mit Kindern.

### Volg Erlebniswelt

Auf Erlebnishöfen wie dem Haldenhof von Edith und Christian Jäger in Hüttwilen im Seebachtal lernen Besucher den Alltag von Bauernfamilien kennen. Sandra und Martin Bussinger aus Hüttwilen kommen mit ihren vier Kindern oft hierher. «Wegen der Tiere, aber auch wegen Edith und Christian und ihrer Familie», geben Sandra und Martin Bussinger unisono als Grund an. Nebst vielen Kleintierarten bietet der Erlebnishof Einblick in Nussbaumkultur, Acker- und Rebbau. In einem gemütlichen Raum werden Degustationen, handwerkliche Kurse, Anlässe und Gruppenfeste durchgeführt.



Die Sinnespfad-Station zur Bewegungsempfindung amüsiert die ganze Familie Bussinger: v.l.n.r. Stefanie (12), Sandra, Martin, Fabian (10), Ramona (6) und Michelle (13)

### «Im NATURENA Erlebnishof Seebachtal sind meine Familie und ich Stammgäste. Da ist immer viel los.»

Sandra Bussinger, Hausfrau und Mutter von vier Kindern

Teil der Erlebniswelt ist jeweils auch ein Sinnespfad, wo auf acht Stationen Seh-, Hör- und Geruchssinn bis hin zu Zeitgefühl der Tiere nachahm- und erlebbar sind. Welche Station am meisten gefällt – da gehen bei Bussingers die Meinungen auseinander: Den grössten Zuspruch erntet das Kletternetz. Martin Bussinger begeistert sich noch für mehr: «Das Waldstück bietet komfortable Grillstellen und einen idyllischen Waldweiher mit Aussichtsturm zum Verweilen.» Die Rede ist vom dritten Element einer NATURENA Erlebniswelt: dem Naturprojekt. Im Seebachtal ist das der Waldweiher «Nägelsee», der seltenen Pflanzen- und Tierarten wie etwa dem leuchtend grünen Laubfrosch natürlichen Lebensraum bietet. Ein Naturschauspiel, das die ganze Familie fasziniert.

Sandra Bussinger und ihre Töchter fühlen sich sichtlich wohl auf dem Erlebnishof.



Erlebnishof-Gastgeber Edith und Christian Jäger organisieren Anlässe, bewirten ihre Besucher und vermitteln Gross und Klein allerlei Wissenswertes.





## Aktueller Tipp



# Gefeierte Tropfen mit Weizen und Hopfen

**D**er Biertrinker von heute sucht immer wieder nach neuen und speziellen Geschmäckern. Deshalb waren die jungen Braumeister von der Brauerei Feldschlösschen wieder kreativ und erfanden zwei neue Spezialitätenbiere. Das Feldschlösschen Weizen ist ein spritziges

Weizenbier nach belgischem Vorbild und seit über 100 Jahren das erste obergärige Bier von Feldschlösschen. Durch die Zugabe von Orangenschalen und Koriander erhält das naturtrübe Bier einen ausgewogen fruchtig-würzigen Geschmack. Der Abgang ist samtig weich. Tipp: Um den Geschmack

zu intensivieren, geben Sie einen Orangenschnitt ins Glas.

### Spezialbier mit Edelhopsfen

Die zweite Neuheit aus der Brauerei in Rheinfelden ist Feldschlösschen Hopfen – ein kaltgehopftes Spezialbier. Bei der Herstel-

Feinherb mit sanftem Malzkörper: das Feldschlösschen Hopfen mit fruchtigen Noten von Citrus und Aprikose

Mit angenehmer Balance zwischen fruchtigen Noten von Orangenschale und würzigen Aromen von Koriander: das Feldschlösschen Weizen



**Zwei neue, preisgekrönte Biere von Feldschlösschen begeistern mit innovativer Braurezeptur: ein belgisch interpretiertes Weizenbier und ein kaltgehopftes Spezialbier.**

**UNSERE EMPFEHLUNG:**



Da sich bei Weizenbieren unten in der Flasche ein Hefesatz ablagert, ist es wichtig, das Weizenbier richtig einzuschenken.



Zum ersten Mal fand 2017 der Swiss Beer Award statt. Eine unabhängige Jury führte eine Untersuchung von über 200 eingereichten Schweizer Bieren durch. Mit 10 Medaillen in verschiedenen Bierstilen hat Feldschlösschen für Geschmack und Qualität Bestnoten erhalten. Unter den prämierten Bieren sind auch die beiden Innovationen: Feldschlösschen Weizen (ausgezeichnet mit Gold) und Feldschlösschen Hopfen (ausgezeichnet mit Silber), die ab sofort im Volg erhältlich sind.



lung wird im Lagertank im Keller des Brauereischlosses «Hallertauer Edelhopfen» beigegeben, wodurch sich die aromatische Hopfennote entfaltet. Im Geschmack ist das goldgelbe Feldschlösschen Hopfen würzig-blumig mit erfrischender Zitrusnote.

*Neu im Volg einzeln oder im Viererpack: das fruchtig-würzige Weizen. Das feinerbe-blumige Hopfen ist in grösseren Volg-Läden erhältlich.*

\* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



# MAGNUM

Für Geniesser aus Leidenschaft



Almond

Classic

White\*



Classic-  
Almond-White



Snacking Genuss:  
MAGNUM  
AFTER DINNER\*

\*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

HAPPY BIRTHDAY  
BEN & JERRY'S

GEWINNE EIN  
MEGA  
FANPAKET!



WIN ME!

So geht's:

1. Ben & Jerry's Produkt kaufen\*\* 2. Packungscode auf [benjerry.ch](http://benjerry.ch) eingeben 3. Fanpaket gewinnen

\*\* Kein Kaufzwang. Gratisteilnahme und Teilnahmebedingungen unter [benjerry.ch](http://benjerry.ch)

Aktionszeitraum: 01.04.2018-31.08.2018





## Neueröffnungen

# Willkommen im Volg

**Volg ist in über 580 Schweizer Dörfern daheim. Seit Frühling neu auch in Binn VS, Gisikon-Root LU und Péry-La Heutte BE zuhause.**



### Tagwohl im Wallis

An der Dorfstrasse 23 in Binn sind die Türen des Volg-Dorfladens seit dem 22. März offen. Ladenleiter Stéphane Voné führt verschiedene lokale «Feins vom Dorf»-Spezialitäten wie Back- und Fleischwaren und den Original Binner Alpkäse. Das als «Tal der Mineralien» bekannte Binntal ist besonders im Sommer ein beliebtes Ziel; entsprechend hat der Volg dann durchgehend geöffnet.



### Grüezi im Luzernischen

Frisch und fründlich begrüsst Ladenleiterin Kelima Omerovic seit dem 11. April am Weitblick 8, in unmittelbarer Nähe der Gemeindeverwaltung, in Gisikon-Root ihre Kundschaft im Volg. Eier, Honig, Molkerei- und Käseprodukte aus dem Dorf oder einem Nachbardorf ergänzen das Sortiment für den täglichen Bedarf als «Feins vom Dorf»-Spezialitäten.



### Bonjour im Berner Jura

Im Herzen von Péry, an der Grand Rue 34, eröffnete am 26. April der neue Volg. Der Dorfladen wird von Danielle Beraldo geführt und hat werktags bis 19 Uhr geöffnet – ideal auch für Berufstätige. Unter dem Label «Feins vom Dorf» findet man hier Spezialitäten wie die Flûtes der Flufa SA in Tavannes oder Produkte der örtlichen Ölmühle Huilerie Huissoud in Péry.



## Ihr Volg kommt bis an Ihre Haustür

# Frisch vom Volg

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

**Online einkaufen: alles für  
den täglichen Bedarf**

**Gratis-Lieferung ab Fr. 100.–**

Einkaufen ist jetzt noch bequemer. Auf [www.volgshop.ch](http://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](http://www.volgshop.ch)

Logistikpartner

**DIE POST**+

**Volg**





**Gemeinsam  
zum Gipfel.**



**VALSER<sup>+</sup>**

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.  
© 2018 Valser Trading AG. All rights reserved. Valser is a registered trademark of Valser Trading AG.





Zum dritten Mal fand Ende April 2018 das **Swiss Wheely Open** statt. Beim internationalen Rollstuhl-Unihockey-Turnier, bei dem **Volg** als **Hauptsponsor** auftrat, gab es wieder viel Grund zum Jubeln.

## Team- und Sportsgeist am Swiss Wheely Open

**A**uch dieses Jahr wurde am Rollstuhl-Unihockey-Turnier Swiss Wheely Open präzise gepasst, getäuscht, blockiert und aufs Tor geschossen. 13 Mannschaften aus 10 Ländern trafen in spannenden Spielen aufeinander und machten die Sporthalle im Schweizer Paraplegiker-Zentrum in Nottwil zu einer brodelnden Unihockey-Arena. Wieder waren auch Sportler dabei, die nicht gehbehindert sind und damit ein Zeichen für Solidarität setzten.



**«Mit Menschen Sport zu treiben, die in ihrer Bewegungsfreiheit eingeschränkt sind, ist etwas Grossartiges.»**

*Gabriel Haupt, Spieler Team Suisse und Fussgänger (zweiter von rechts)*



*Gejubelt haben auch die Junioren des Unihockeyclubs Wolhusen, die in Nottwil als Zuschauer dabei waren.*

*Nach vollem Einsatz: Fabienne Ernst vom Team Schweiz braucht eine Erfrischung.*

**Nachgefragt bei Urs Kläger, Leiter Sponsoring und Goalie Team Suisse**



### Herr Kläger, was ist das Swiss Wheely Open?

«Am dreitägigen Turnier spielen 180 Sportler in 13 Mannschaften aus 10 Ländern um den Sieg. Durchgeführt wird es vom Rollstuhlclub Thurgau mit der Unterstützung von Sponsoren, allen voran **Volg** als Hauptsponsor, und vielen Helfern.»

### Was macht das Swiss Wheely Open aus?

«Im Mittelpunkt stehen Emotionen und Spielfreude. Vor allem der Austausch unter den Teams, bestehend aus Rollstuhlfahrern und Fussgängern, spornt die Rollstuhlsportler zu Höchstleistungen

an. Die Mannschaften messen sich mit viel Siegeswille, aber auch gegenseitigem Respekt und Sportsgeist.»

### Wie lief es für Ihre Mannschaft, das Team Suisse, in diesem Jahr?

«Dass wir im Viertelfinal ausschieden, vermochte unsere Spielfreude nicht im Geringsten zu trüben – die Zuschauer unterstützten uns mit viel Applaus.»

### Was freute Sie im Besonderen dieses Jahr?

«Wir durften die ganze D-Junioren-Unihockeymannschaft des UHC Wolhusen als Zuschauer begrüßen. Sie hatte die Turnier-Ankündigung im **Volg**-Kundenmagazin «Öise Lade» vom April gelesen und wollte unbedingt dabei sein. Das hat uns sehr gefreut und zeigt das Interesse am Rollstuhlsport.»



### Rangliste

- Swiss Wheely Open 2018**
- |                               |                       |
|-------------------------------|-----------------------|
| 01. Grif Invalidos – Schweden | 07. Frankreich        |
| 02. Tschechien                | 08. Young Netherlands |
| 03. Holland                   | 09. Kanada 1          |
| 04. Polen                     | 10. Belgien           |
| 05. Haag 88 – Holland         | 11. Deutschland       |
| 06. Team Suisse               | 12. Kanada 2          |
|                               | 13. Marokko           |





## In eigener Sache Fussball-WM im Volg

**In Ihrem Volg-Laden können Sie an den Schweizer WM-Spieltagen ganz ohne Goal siegen: Gewinnen Sie eine von vielen gefüllten Einkaufstaschen im Gesamtwert von 250 000 Franken.**

**D**ie Grill-Party mit Freunden oder der gemütliche Fernsehabend mit der Familie: Das WM-Fussballspiel der Schweizer steht an drei Juni-Abenden im Mittelpunkt. Im Volg finden Sie die passenden Produkte, die an einem solchen Anlass nicht fehlen dürfen: Durstlöcher, Grillspezialitäten, würzige Brote, salzige und süsse Knabber- und Nasche-

reien, Convenience-Produkte für schnelle Häppchen und natürlich gute Tropfen und erfrischende Biere, um – hoffentlich – auf einen Sieg anzustossen.

### Mit Kassabon gewinnen

Gewinnen können auch Sie: An allen Spieltagen der Schweizer Nationalmannschaft verlosen wir mit allerhand kulinarischen

# Volltreffer mit





Überraschungen gefüllte Volg-Tragtaschen mit Produkten im Gesamtwert von 250 000 Franken. Um eine dieser Taschen nach Hause tragen zu dürfen, braucht es einen tagesaktuellen Kassabon und etwas Glück. Wie Sie den Gewinn wortwörtlich in der Tasche haben, lesen Sie in der Box «Ihr Glücksbon». Viel Glück, kräftiges Daumendrücken und Hopp Schwiiz!



# Ihrem Kassabon

frisch und  
fründlich **Volg**

## IHR GLÜCKSBON SO MACHEN SIE MIT!

An den Spieltagen der Schweiz schreiben Sie Ihren Namen sowie Ihre Telefonnummer auf die Rückseite des tagesaktuellen Kassabons und werfen diesen in die Sammelbox in Ihrem Volg-Laden. Mit etwas Glück gewinnen Sie eine gefüllte Volg-Tragtasche.

**SONNTAG, 17. JUNI \***

Spiel: Brasilien-Schweiz, 20 Uhr

**FREITAG, 22. JUNI**

Spiel: Serbien-Schweiz, 20 Uhr

**MITTWOCH, 27. JUNI**

Spiel: Schweiz-Costa Rica, 20 Uhr

\* Da nicht alle Volg-Läden am Sonntag geöffnet haben, sind beim ersten Spiel auch die Kassabons vom Samstag, 16. Juni, teilnahmeberechtigt.



Alles für die WM-Party oder den gemütlichen Fussballabend finden Sie in Ihrem Volg.



# ERFRISCHEND ANDERS.

**JETZT  
PROBIEREN!**

**4 X 33 CL FÜR  
CHF 7.60  
STATT CHF 9.50**

Gültig vom 04.06.–09.06.2018

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



Mit Verantwortung  
genossen.



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



# mehr zum thema

## Russland kickt & kocht

Im Juni und Juli findet in Russland die Fussball-WM statt. Die perfekte Gelegenheit, vor Ort in die Kochtöpfe zu schauen. Wir haben elf russische Nationalgerichte ausgewählt, die den WM-Titel des guten Geschmacks sicher verdient haben.

# DIE NATIONALELF DER RUSSISCHEN KÜCHE

**W**ährend der Fussball-Weltmeisterschaft sind die Augen der halben Welt in erster Linie auf das gerichtet, was sich auf dem Rasen abspielt. Abseits davon hat Russland eine reiche Kultur und reichhaltige Küchenschätze zu bieten. Auf dem Kochfeld läuft unsere Nationalelf der russischen Küche auf. Dazu dribbeln wir uns durch die Essgewohnheiten des Landes. So begleiten Sie die Schweizer Nationalmannschaft nicht nur mit dem Herzen, sondern auch mit dem Gaumen.



*Kartoffelteigtaschen, gefüllt mit Rohschinken und Sauerkraut, wehren Hungerattacken mit geballtem Geschmack ab. Auf [www.volg.ch/rezepte](http://www.volg.ch/rezepte) finden Sie das Rezept.*



*Borschtsch, die Suppe der Nation, macht als Vorspeise den Anstoss zu spannenden Genussmomenten.*



Zutaten für 4 Personen:  
 200 g **Rindsvoressen** knapp mit 2 l **Fleischbouillon** bedecken und zusammen mit 1 ganzen **Zwiebel** und 2 **Lorbeerblättern** für ca. 2 Std. köcheln lassen. **Zwiebel** und **Lorbeer** entfernen. Fleisch klein schneiden und beiseite stellen. 200 g **Weisskabis** und 150 g fest kochende, geschälte **Kartoffeln** klein schneiden und in der übrigen **Bouillon** knapp weich kochen. 200 g gekochte **Randen** und 100 g **Rüebli** in kleine Stücke schneiden. In 1 EL **Butter** dünsten, 1 EL **Tomatenpüree** dazugeben und zusammen mit dem Fleisch zum Kabis und den Kartoffeln geben. Nochmals kurz aufkochen und mit 1 EL **Zucker**, 1 EL **Essig**, **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. In Suppentellern anrichten. Mit 180 g **Crème fraîche** und 1 EL **gehacktem Peterli** garnieren.  
**Zubereitung: 1 Std.**

# KULINARISCHE STURMOFFENSIVEN

**R**ussland hat mehr zu bieten als Kaviar und Wodka. Das Repertoire an russischen Gerichten ist so breit wie das Land selbst, das sich über zwei Kontinente und ganze sieben Zeitzonen erstreckt. Kein Wunder, ist die Kultur dieses Landes derart vielfältig. Das widerspiegelt sich auch in der Küche: Verschiedenste traditionelle Suppen, Salate, Eintöpfe, Teigwarengerichte, Backwaren, Fisch- und Fleischgerichte zieren die russischen Teller. Dazu genießt man gerne nahrhafte Getränke wie starken Tschai-Tee, den Brotgärsaft Kwas, Moosbeersaft mit Honig und natürlich Wodka.



## Erfrischungs-Kick

Der neue Volg Energy Drink Green Apple bringt auf erfrischende Weise neue Energie. An einem strengen Tag, nach einem langen Meeting – oder nach sportlicher Aktivität. Mit knackfrischem Geschmack nach grünem Apfel ist er sommerlich leicht und somit perfekt für warme Sommertage und heisse WM-Spiele.



250 ml  
Fr. – .95



*Würziges Lamm und Rind am Spiess. Mit Shashlik auf dem Grill landen Sie an Ihrem russischen Fussball-BBQ immer einen Treffer.*



Zutaten für 4 Personen:  
 2 **Zwiebeln** und 1 Bd. **Koriander** oder **Peterli** fein hacken und in eine Schüssel geben. 1 TL **schwarze Pfefferkörner** im Mörser zerstoßen und ebenfalls in die Schüssel geben. 2 geschälte **Knoblauchzehen** dazu pressen, 4 EL **Olivenöl** untermischen. 350 g **Rindsplätzli à la minute** und 350 g **Lammnierstück** in 3 cm grosse Würfel schneiden, in die Marinade geben und 1 Std. ziehen lassen. Ofengrill auf der höchsten Stufe vorheizen, Backblech mit Folie belegen. Abwechselnd Rind- und Lammwürfel auf Spiesse stecken, mit Salz würzen und auf das Backblech legen. Auf jeder Seite 4–5 Min. braten und sofort servieren.  
**Zubereitung: 20 Min. + 1 Std. marinieren**



Viele Gerichte sind weit über die russischen Landesgrenzen hinaus bekannt. Allen voran Borschtsch. Die kräftige Gemüsesuppe mit Rindfleisch, die ihre Farbe von den Rändern erhält, soll im Winter Wärme und Energie zurückbringen und wird gerne mit Roggenbrot und gefüllten Teigtaschen wie Pelmeni gegessen. Überaus beliebt sind in Russland gehaltvolle Salate zur Vorspeise wie Hering-, Eier- oder Gemüsesalat mit viel Mayonnaise. Kräftigendes werden auch unsere Fussballer brauchen, wenn sie ihre Spiele in Russland bestreiten – übrigens in verschiedenen Zeitzonen.

*Pouletbrust, gefüllt mit gewürzter Butter und Peterli. Ein kulinarischer Spieler, der zeigen will, was in ihm steckt.*



Zutaten für 4 Personen:

4 **Pouletbrüste** ein-, aber nicht durchschneiden (Schmetterlingschnitt), aufklappen, in einen Frischhaltebeutel geben und mit dem Pfannenboden flach ausklopfen. 120 g kalte **Butter** mit dem Handmixer schaumig rühren, 2 EL gehackten **Peterli** dazugeben und mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Füllung auf die Poulets streichen, dabei einen kleinen Rand frei lassen. Satt einrollen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pouletrollen in 4 EL **Mehl** wenden, durch 2 aufgeschlagene **Eier** ziehen und in 1 P. **Paniermehl** wenden. Nochmals für eine Stunde kalt stellen, damit die Füllung fest wird. Frittieröl erhitzen und Pouletrollen darin schwimmend goldbraun backen. In Scheiben schneiden und servieren.

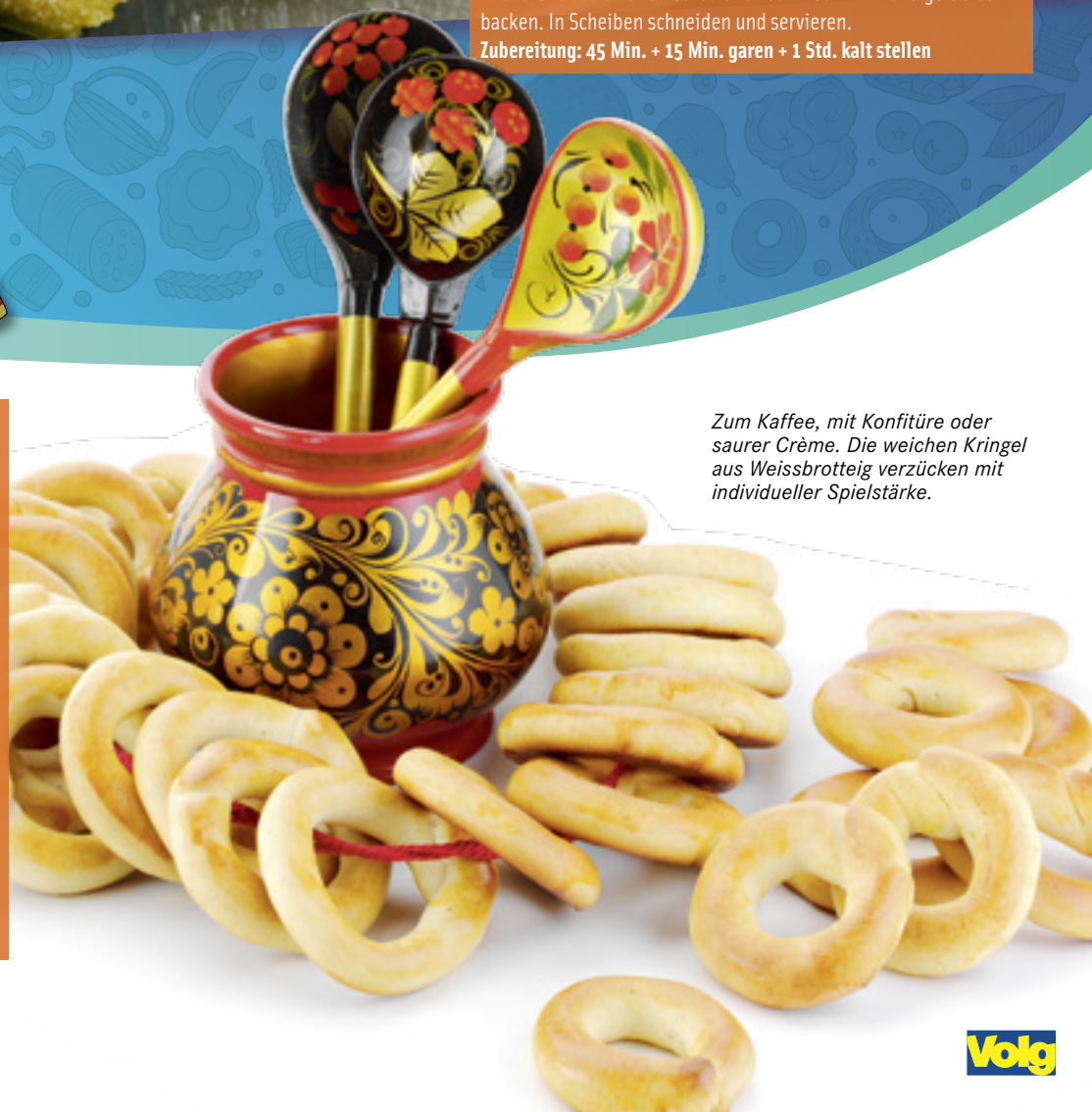
**Zubereitung: 45 Min. + 15 Min. garen + 1 Std. kalt stellen**



Zutaten für 30 Stück:

Ofen auf 220 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. In einer grossen Schüssel 400 g **Kondensmilch**, 2 **Eier**, 4 EL weiche **Butter** und 1 TL **Vanillezucker** schaumig rühren. In einer weiteren Schüssel 450 g **Mehl**, ½ TL **Backpulver** und ¼ TL **Salz** vermischen. Mehl nach und nach zur Butter-Ei-Masse geben und mit dem Knethaken vermischen. Der Teig wird sehr fest. Wenn Sie kein starkes Rührgerät haben, kneten Sie die letzte Portion Mehl von Hand unter den Teig. Aus etwa ¾ EL **Teig** eine Kugel formen. Die Teigkugel zu einem Strang rollen und die Enden zusammendrücken. Mit dem restlichen Teig gleich verfahren. Die geformten Ringe auf das vorbereitete Backblech legen. 1 **Ei** und 1 EL **Milch** verrühren und die Ringe damit bestreichen. 15–20 Min. backen.

**Zubereitung: 1 Std.**



*Zum Kaffee, mit Konfitüre oder saurer Crème. Die weichen Kringle aus Weissbrotteig verzücken mit individueller Spielstärke.*



**A**ngereiste Fussballfans dürfen sich in Russland über eine lebhafteste Ess- und vor allem Trinkkultur freuen. Dabei geht es in erster Linie darum, Freundschaften zu feiern und die Gemeinschaft zu stärken. Mit Inbrunst werden Trinksprüche vorgetragen, während nach dem Essen noch lange sitzengeblieben wird. Das «zastol'e», auf Deutsch «am Tisch sein», kann mehrere Stunden dauern, wobei lange Gespräche – zurzeit wohl vornehmlich über die Fussball-WM – geführt werden.

Viel zu reden gibt es auch hierzulande während der WM-Austragung. 32 Tage Fussball-Fieber, 64 spannende Spiele, 32 siegeshungrige Mannschaften und 12 russische Austragungsorte in Festlaune. Vor lauter Fussball gutes Essen zu vernachlässigen, wäre jedoch ein fatales Eigentor. Fussball und Kulinarik lassen sich wunderbar verbinden. Verwöhnen Sie Ihre Gäste am gemeinsamen Fussballabend mit einer russischen Spezialität und machen Sie Ihre Kochkünste zum Gesprächsthema Nummer 2 beim fröhlichen «zastol'e».



**Zutaten für 4 Personen:**

Aus 300 g **Mehl** und 3 **Eiern** einen gut durchgekneteten, elastischen Teig herstellen. 2 Std. zugedeckt im Kühlschrank ruhen lassen. Für die Füllung 250 g **Rindshackfleisch**, 2 EL **Essig** und 1 gehackte **Zwiebel** gut vermischen und mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Den Teig hauchdünn ausrollen und Rondellen mit 7 cm Ø ausstechen. Diese mit je 1 TL Füllung belegen. Ränder mit Eiweiss bestreichen und die Rondellen zu Halbmonden falten. Dabei die Luft gut austreiben und die Ränder gut zusammenpressen. In reichlich Salzwasser kochen. 50 g **Butter** in einem Pfännli erhitzen, die abgetropften Pelmeni darin schwenken und abschmecken. Auf vorgewärmten Tellern anrichten und servieren.

**Zubereitung: 1 Std. + 2 Std. ruhen lassen**



*Teigtaschen sind wie Fussbälle prall gefüllt. Diese traditionellen Bällchen enthalten aber keine Luft, sondern würziges Rindshackfleisch.*



**Zutaten für 4 Personen:**

2 P. Rindsplätzli à la minute (480 g) in Streifen schneiden und in 1 EL heisser **Bratbutter** rundum kurz anbraten. Aus der Pfanne nehmen. 1 TL **Butter** in die Pfanne geben. ½ fein gehackte **Zwiebel**, 1 fein gewürfelte **rote Peperoni** und 2 EL **Paprikapulver** dazugeben und gut andünsten. Mit 1 EL **Mehl** bestäuben, mit 2,5 dl **Weisswein** ablöschen, etwas einkochen lassen und mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. 2 EL **Sauerrahm** dazugeben, aber nicht mehr kochen. Fleisch dazugeben, heiss werden lassen und geniessen.

**Zubereitung: 25 Min.**

*Das leicht säuerliche Stroganoff mit Rind, benannt nach einer russischen Adelsfamilie, findet mit Reis oder Nudeln zu triumphierender Bestform.*



Ob zum Frühstück oder als  
Dessert – russische  
Mini-Pfannkuchen machen  
die schönsten Zuckerpässe.



Zutaten für 12 Stück:  
1 **Ei** in eine Schüssel aufschlagen, 2 EL **Zucker**,  
1 TL **Vanillezucker** und 1 Pr. **Salz** dazugeben, gut  
verrühren. 200 g **Ricotta** zur Eimasse geben und  
gut vermischen. 100 g **Mehl** unter die Masse heben.  
Aus dem Teig mit den Händen kleine Kugelchen  
formen und leicht flach drücken. Beidseitig  
nochmals mit wenig Mehl bestäuben. In der  
Bratpfanne 1 EL **Bratbutter** erhitzen. Die Syrniki  
bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun  
braten. Etwas auskühlen lassen und sofort  
genießen.  
**Zubereitung: 45 Min.**

# DRIBBLINGS, DOPPELPÄSSE, DELIKATESSEN



Zutaten für 1 Einmachglas à 5 dl Inhalt:  
500 g **gemischte Beeren** und 400 g **Zucker**  
in einer Pfanne erhitzen. 1 längs halbierte  
**Vanilleschote** dazugeben und 1 Std. köcheln  
lassen. **Vanilleschote** herausnehmen, Masse  
in ein Glas füllen, auskühlen lassen und  
anschliessend im Kühlschrank kalt stellen.  
**Zubereitung: 1 Std. + 2-3 Std. auskühlen lassen**

Eine Beerenkonfitüre, die  
traditionell auch in Tee  
aufgelöst wird und so  
Farbe und fruchtige  
Süsse ins Spiel bringt.



\*



\*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



*Oreschki heisst «Nüsse» – diese hier sehen aber nur so aus. Die Guetzli mit Caramel begeistern mindestens so wie ein Fallrückzieher-Traumtor.*



Zutaten für 20 Stück:

200 g Mehl, 1 Ei, 50 g Zucker, 125 g Butter, ¼ P. Backpulver, ½ P. Vanillezucker, 50 g Maizena zu einem Teig verkneten. 200 g Kondensmilch 1–2 Std. köcheln lassen, bis sie eindickt und caramellisiert. Den Teig in kleine Portionen teilen, in die Mulden einer Nusschalen-Backform drücken und 12 Min. bei 200 °C backen, bis sie goldgelb sind. Die Nuschälften mit Kondensmilch-Crème füllen und mit den übrigen Hälften zusammenkleben.

Zubereitung: 1 ½ Std.

## REZEPTE MIT SICHEREM STAMMPLATZ

In Russland mag man es sauer. Ob saures Obst und Gemüse, Sauer-rahm als Topping, säuerlich abgeschmeckte Saucen und Suppen oder Roggenbrot aus Sauerteig – Hauptsache es gibt Saures. Doch auch süsse Speisen sitzen kulinarisch keineswegs nur auf der Ersatzbank. Schon beim ausgiebigen Frühstück darf in Russland das Angebot an Süssgebäck nicht knapp sein. In der Nachspielzeit jedes Festessens werden zudem üppige Nachspeisen serviert. Genau richtig, um einen spannungsgeladenen Fussballabend gebührend zu krönen.



Zutaten für 2 Stück:

1 kg Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde formen. 30 g Hefe in die Mulde bröseln. 1 EL Zucker darüber streuen und ½ dl Milch zur Hefe geben und für 10 Min. stehen lassen. 120 g in Stücke geschnittene Butter, ½ EL Salz und nach und nach 3 dl Milch dazugeben und zu einem elastischen Teig kneten. Mit einem feuchten Tuch zudecken und auf das Doppelte aufgehen lassen. Teig halbieren und je zu einem Rechteck auswallen. 5 EL Mohn, 3 EL Haselnüsse, 2 EL Aprikosenkonfitüre und 1 EL Zitronensaft vermischen, auf den zwei Rechtecken verstreichen und einrollen. Die Rollen ein-, aber nicht durchschneiden. Je zu einem Zopf flechten und diese in einer Cake-Form 40 Min. bei 180 °C backen.

Zubereitung: 20 Min. + 1 ½ Std. gehen lassen + 40 Min. backen

*Sorgt für süsse Spielfreude: frischer Zopf, durchzogen mit Mohn und Aprikosenkonfitüre*



**MEVGAL**

Authentisch  
griechische  
Produkte



MEVGAL FETA 200G

**NEU**  
JETZT PROBIEREN



weniger süß.  
trotzdem rivella.

- ✓ die spritzig-leichte Variante des Originals
- ✓ erfrischend leicht im Geschmack und 40% weniger Zucker\*
- ✓ mit Zutaten natürlicher Herkunft

\*als Rivella Rot.

Jetzt erhältlich bei Ihrer Volg Filiale  
im 150cl und 50cl Gebinde



# Ein Gewinn für die ganze Familie



Mit etwas Glück heisst es bald: «Willkommen im Europa Park».

## WETTBEWERB

Knoppers ist ...

- A: ein Konfitüren-Guetzli
- B: ein Schinken-Käse-Sandwich
- C: eine Milch-Haselnuss-Schnitte

**1. Preis im Wert von Fr. 850.-**

1 Familienausflug in den Europa Park inkl. Toffifee- und Knoppers-Naschereien

**2.-101. Preis im Wert von je Fr. 75.-**

je 1 Eintritt in den Europa Park inkl. einer Virtual Reality Cardboard Brille und Toffifee- und Knoppers-Naschereien

### → Mitmachen & Gewinnen

Teilnahme Wettbewerb vom 31. Mai bis 24. Juni 2018 möglich  
 Online: [www.volg.ch/volg-magazine](http://www.volg.ch/volg-magazine)  
 Per Telefon: 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf, Festnetzstarif. 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. Juni 2018 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Storck», Postfach 344, 8401 Winterthur

**Dieser Gewinn wird ein grosser Spass für die ganze Familie. Knoppers und Toffifee verlosen einen Familienausflug und 100 Eintritte in den beliebten Europa Park. Viel Glück beim Mitmachen.**

An einem aufregenden Tag im Freizeitpark darf eine kleine Stärkung auf keinen Fall fehlen. Knoppers ist wie dafür gemacht. Die feine Milch-Haselnuss-Schnitte aus knusprig gebackener Waffel mit knackig gerösteten Haselnüssen und wertvoller Milch sowie einer zartschmelzenden Nougatcrème-füllung. Diese genussvolle Komposition gibt es jetzt auch im Riegelformat – der Knoppers Nussriegel. Das Erfolgsrezept für dieses ganz besondere Geschmackserlebnis besteht aus den beliebten Knoppers Zutaten, ergänzt um köstliches Caramel und umhüllt mit feinsten Schokolade.

Oder darf es doch ein Toffifee sein? Eine knackige Haselnuss in Caramel mit Nougatcrème und einem Tupf kräftiger Schokolade

ist eine raffinierte Kombination für Gross und Klein. Die Virtual Reality Cardboard Brille, Knoppers und Toffifee bringen Ihnen das Europa Park Erlebnis zudem nach Hause.



Knoppers und Toffifee – genau das Richtige für Ihren nächsten Familienausflug.

**STORCK**



AKTION

Mach mich  
wie die

**SCHWEIZER**



Love,

**THOMY**



THOMY Mayonnaise  
à la Française DUO  
(2x265g)\*

**4.60**

statt 5.80

AKTION gültig vom 4.6. - 9.6.2018



THOMY Thomynaise  
light DUO  
(2x280g)\*

**4.60**

statt 5.80

\*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



## Feins vom Dorf



Im Volg Niederwil erhältliche «Feins vom Dorf»-Produkte sind nebst Salaten und Backwaren von Roland Taverna auch Bio Tea, Sirup und Weine der Holderhofprodukte AG in Niederwil und Honig von Liselotte Feurer aus Niederwil. Ausserdem finden Sie Käse und Jogurts von der Käserei Germann in Niederstetten, Eier der Familie Ackermann aus Niederbüren sowie Zöpfe von Nicole Schweizer aus Niederglatt SG als weitere «Feins vom Dorf»-Spezialitäten.

«Frisch gemacht  
schmeckt's am besten»

**Bäcker-Konditor Roland Taverna bereitet für Volg jeden Morgen Salate mit Zutaten aus der Umgebung zu. Extralieferungen aufgrund hoher Nachfrage sind nicht selten.**

Hausgemacht: Roland Taverna von der Bäckerei-Konditorei Taverna mit seinen frisch zubereiteten Salaten

Bäcker-Konditor  
Roland Taverna

Mitten im sanktgallischen Niederuzwil liegt die Bäckerei-Konditorei von Roland Taverna. Der Ostschweizer erfreut seine Kunden seit 26 Jahren mit frischen Produkten – auch mit den morgendlich zubereiteten Salaten, die im Volg im

benachbarten Niederwil im Angebot sind. Die Sauce, die es separat zum Salat gibt, lässt Roland Taverna von seiner Partnermetzgerei zubereiten. Das Rezept ist natürlich geheim.

Roland Taverna überreicht Volg-Ladenleiterin Angela Jud seine Salate zum Mitnehmen.



Bäckerei-Konditorei Taverna  
von Roland Taverna  
aus Niederuzwil SG

### Natur pur zum Geniessen

Die Zutaten für seine Salate – Tomaten, Mozzarella, Gurken, Rüebli und Blattsalat – bezieht er allesamt von nahen Produzenten. Frisch müssen die Salate sein. «Keine Chemie, keine Zusatzstoffe, sondern Natur pur zum Geniessen am gleichen Tag», hält Roland Taverna fest. Auch Volg-Ladenleiterin Angela Jud ist begeistert: «Die Salate der Bäckerei-Konditorei Taverna sind sehr beliebt bei unseren Kunden und die Nachfrage ist gross, sodass wir das Kühlregal regelmässig wieder auffüllen.»



### 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» Dorf-laden zu verkaufen. Das «Feins vom Dorf»-Konzept von Volg mit seinen über 3000 Lieferanten ist schweizweit einzigartig.





## In eigener Sache *Solarstrom*

**Strom vom eigenen Bauernhof. Das ist keine Zukunftsvision, sondern bereits vielerorts Realität. Mit dem Projekt AGROsolar unterstützt die fenaco Bauern, ihre Betriebe unabhängig und nachhaltig zu machen.**



*Den eigenen Energiebedarf decken und überschüssigen Strom verkaufen: Photovoltaikanlagen von Solvatec machen das möglich.*

Im Herbst 2017 haben die Energieanbieterin Agrola und der Solaranlagenbauer Solvatec gemeinsam mit der Agrargenossenschaft fenaco, der auch Volg angehört, das Projekt AGROsolar lanciert. Das Projekt soll landwirtschaftlichen Betrieben ermöglichen, mittels Photovoltaikanlagen auf Ställen oder anderen Landwirtschaftsgebäuden ihren eigenen Strom zu produzieren.

### **Strom gewinnen und verkaufen**

Photovoltaikanlagen wandeln Sonnenstrahlen in elektrische Energie – sauber, leise und effizient. Diese umweltfreundliche und zukunftsgerichtete Art der Stromgewinnung will fenaco fördern. Auch sollen Bauern durch den Schritt vom Landwirt zum «Energiewirt» nicht benötigten Strom in Batterien speichern und verkaufen können. Das ermöglicht ihnen,

ihre Abhängigkeit vom Strom aus der Steckdose zu reduzieren.

### **«frisch und umweltfreundlich»**

Auch Volg liess sich von Solvatec ausrüsten, um für seinen Strombedarf erneuerbare Energie aus Sonnenkraft gewinnen zu können. 2500 Quadratmeter Photovoltaikplatten zieren beispielsweise das Dach des Volg Frischdienstes Oberbipp. «Damit decken wir rund einen Drittel unseres eigenen Betriebsbedarfs mit sauberem Sonnenstrom ab», sagt Erich Ackermann, Leiter Frischdienst Oberbipp. In Zukunft sollen weitere Photovoltaikanlagen in Betrieb genommen werden, Volg und fenaco wollen ihren ökologischen Fussabdruck unter anderem dadurch fortlaufend verringern. Bereits heute stammt über die Hälfte des verbrauchten Stroms innerhalb der fenaco Genossenschaft aus erneuerbaren Energien.



*Vom Landwirt zum Energiewirt: 50 Prozent der Kosten des Batteriespeichers werden von fenaco getragen; dafür erhält die Genossenschaft, zu der auch Volg gehört, während 10 Jahren den Herkunftsnachweis.*



# Der Bauernhof als Batterie

Bilder: Solvatec



Mit über 1500 Panels liefert die Solarstromanlage auf dem Dach des Frischdienstes Oberbipp aktuell rund 440 000 kWh Strom pro Jahr.

## Die Vorteile einer Photovoltaikanlage:



eigene Energie  
produzieren



Stromkosten reduzieren



ökologischen Fussabdruck  
verringern

Quelle: Solvatec



**LIPTON**

**DER KLASSIKER**

**ECHT GUT**



**LIVE AWAKE**

Lipton Green Ice Tea ist in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



**PURE  
LOVE  
FOR  
TEA**



**NATÜRLICH,  
EINFACH TEE**

Pure Leaf - der Premium Iced Tea aus echten Teeblättern mit Rainforest Alliance Zertifizierung. Kalorienarm und ohne künstliche Zusatzstoffe. Erhältlich als 0.5 Liter Lemon und Mint.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.





## Aktueller Tipp

### Chiquita-Bananen-Muffins mit Haferflocken und Rosinen

Zutaten für 10 Stück:

Ofen auf 205 °C vorheizen und Muffinförmchen auslegen. Für das Topping 20 g Haferflocken, ¼ TL Lebkuchengewürz, 1 EL Honig und 1 EL Bratbutter in einer kleinen Schüssel vermischen und beiseite stellen. Für die Muffins 2 Chiquita-Bananen in einer Schüssel zerdrücken. 1 aufgeschlagenes grosses Ei, 1 dl Buttermilch und 2 EL Honig unterrühren. In einer grossen Schüssel 80 g Mehl, 80 g Haferflocken, 1 EL gemahlene Mandeln, 1 TL Natron, 2 TL Backpulver, ½ TL Salz und ½ TL Lebkuchengewürz vermischen. Die Bananenmischung zu den trockenen Zutaten hinzufügen und mischen. Der Teig sollte klumpig sein. 50 g Rosinen dazugeben. Teig in die Muffinförmchen verteilen und jedes mit dem vorbereiteten Topping bestreichen. Muffins bei 205 °C für ca. 20 Min. backen und noch warm servieren. **Zubereitung: ca. 30 Min.**

**Tipp:** statt Lebkuchengewürz Zimt verwenden



*Wer Bananen mag, wird die mit Rosinen gespickten Chiquita-Bananen-Muffins lieben. Sie sind auch mit Früchten serviert ein Gaumenschmaus.*

# Krummes Kraftpaket

**Die Banane ist eine wahre Snack-Königin. Als praktisches und nahrhaftes Obst, aber auch als Zutat für fruchtig-süsse Muffins.**

**B**ananen von Chiquita schmecken gut und sind dazu noch ein reichhaltiger, handlicher Snack. Die Schale bietet eine natürliche Verpackung – ideal zum Mitnehmen für unterwegs und beim Sport. Kommt der Hunger, reicht ein einfaches Anschälen und die süsse Frucht ist bereit zum genüsslichen Verzehr – ohne lästiges Tropfen und Verschmieren. Die beliebten gelben Südfrüchte enthalten wichtige Mineralstoffe und sättigen trotz geringem Fettanteil. Wegen ihren Nährstoffen, aber auch wegen ih-

rem intensiven, unverkennbaren Geschmack werden Chiquita-Bananen auch gerne als Zutat für allerart Gebäck verwendet. Sie finden viele Bananenrezepte wie Bananen Split, Omeletten, Crèmes, Frappés, Shakes und Smoothies auf [www.volg.ch/rezepte](http://www.volg.ch/rezepte) und auf [www.chiquita.de/recipes](http://www.chiquita.de/recipes) weitere Kochideen mit Bananen.



### Bananen enthalten viele wichtige Nährstoffe

- **B-Vitamine** für Gehirn und Nerven
- **Kalium** für Muskeln und Flüssigkeitshaushalt
- **Vitamin C** für Immunsystem und Bindegewebe
- **Ballaststoffe** für gute Verdauung
- **Magnesium** für Muskeln und Nervenzellen
- **Proteine, Fett, Kalorien, Kohlenhydrate, Calcium, Phosphor** und **Zink**





Gemüse und Reis finden in einem erfrischenden Salat zu kulinarischem Einklang.

# Knackiges auf Vorrat



**neu**

**Fr. 5.50**

Volg Gemüse Mischung, 600 g

**A**ufwändiges Gemüse zubereiten muss nicht sein: Mit der Volg Gemüse-mischung haben Sie ein reiches Bouquet an feinem Gemüse beisammen, das Sie schnell und für eine Vielzahl von Gerichten verwenden können. In kleine, mundgerechte Stücke vorgeschnitten, gewaschen und blanchiert ist die Gemüse-mischung aus dem Tiefkühler allzeit für die schnelle Weiterverarbeitung bereit.

### Vitaminreich und erfrischend

Die Mischung aus grünen Bohnen, Blumenkohl, Rübli und Broccoli passt nicht nur als warme Beilage, sondern auch bestens in einen Reissalat. Sommerlich und abwechslungsreich bietet dieser eine sättigende, schmackhafte Mahlzeit für Gross und Klein. Einfach die gewünschte Menge tiefgekühlt glasig dünsten, würzen und mit der Sauce unter den Reis mischen.

**Schmackhaft, knackig und allzeit bereit: Die neue, praktische Volg Gemüse Mischung aus dem Tiefkühler lässt sich vielfältig einsetzen – zum Beispiel in einem bunten Reissalat.**



statt Fr. 3.15  
**Fr. 2.80**

**Kräftigt**  
Knorr Kürbissuppe, natürlich fein, 64 g



statt Fr. 3.15  
**Fr. 2.80**


**Wärmt**  
Knorr Tomatensuppe, natürlich fein, 58 g



**Fr. -.95**

**Beschwingt**  
Volg Energy Drink Green Apple, natürlich fein, 250 ml



Stadt in Argentinien (La ...)	britische Nationalflagge (2 W.)	45. US-Vizepräsident (Al)	berufliche Tätigkeit		Fremdwortteil: entsprechend	Initialen des Sängers Bohlen	röm. Zahlzeichen: zwei	offener zweirädriger Wagen		poetisch: Elch	getrocknete Trauben	gerade erst	längster Strom Afrikas
Ort im Kanton Obwalden				8	gehoben: essen								
Börsenaufgeld	1		Disney-Rehkitz					schweiz. Kinderbuchheld		5			
spanisch: Fleisch	Dörfer, Weiler				<div style="text-align: center; background-color: red; color: white; padding: 5px;"><b>IHR GEWINN</b></div> <div style="text-align: center; background-color: #f0f0f0; padding: 5px;"><b>44 Tageskarten im Wert von je Fr. 51.-</b></div>  <p>Das einzigartige Ausflugsparadies Klewenalp-Stockhütte ist eingebettet in eine wunderschöne Bergwelt hoch über dem Vierwaldstättersee. Die beiden Bergbahnen Beckenried-Klewenalp und Emmetten-Stockhütte sind im Sommer Ausgangspunkt für zahlreiche abwechslungsreiche Wanderungen. Infos unter <a href="http://www.klewenalp.ch">www.klewenalp.ch</a>. Weitere Preise sind fünf Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und zehn à Fr. 20.-.</p>				Last- und Reittier				
		13	Vorname des Autors Rushdie						franz. Autorin † (Anais)		3	best. aus mind. drei Gängen	
schweiz. Trance-DJane: DJ ...	Oriental	sumpfige Steppe Sibiriens	Abk.: Sankt	17					schweiz. Früchtekuchen	direkter Nachbar		alte Spiesswaffe	
				Abk.: Automobilclub der Schweiz							6		
würziger Salat												12	
			weil						Lagebezeichnung	kant. Auto-kennzeichen		14	
Kreditinstitut		bestimmter Artikel							Weltraum			legend. Sportreporter (Karl)	
									plötzlicher Einfall			15	
grosse Schar von Tieren (Mz.)		eine Dichtung	spanischer Artikel						orientalisches Fleischgericht	schweiz.: Freibad			
Vorname Ineichens († 6.6.2012)	Einfahrt	Luftreifen											
					Zeichen für Lumen	Knorpelfisch							
						russischer Monarch	chem. Zeichen für Tellur	selten					
			ital.: Rindsbraten					Insektizid (Abk.)					
Pension an Autobahnen	Fussballstadion in Neuenburg							CH-Olympiasieger (Rudern)					
								11					

**Mitmachen & Gewinnen:** Teilnahme am Wettbewerb vom 31.05.-24.06.2018 möglich. Online: unter [www.volg.ch/volg-magazine](http://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. Juni 2018 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Klewenalp», Postfach 344, 8401 Winterthur


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

Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf [www.volg.ch](http://www.volg.ch). Mitarbeitende der Bergbahnen Beckenried-Emmetten AG und Volg sind nicht teilnahmeberechtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.



statt Fr. 6.95  
**Fr. 6.25**

**Versüsst**  
\*Nectaflo Landhonig, 500 g



**Fr. 2.30**

**Ermuntert**  
Volg Caffè Latte Macchiato, 350 ml



**Fr. 2.95**

**Belebt**  
\*Mestemacher Mandel Eiweissbrot, 250 g



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

Die Lösung finden Sie ab 28. Juni 2018 online unter [www.volg.ch/volg-magazine](http://www.volg.ch/volg-magazine) im Archiv.





JETZT  
GENIESSEN  
& RECYCELN!



# ALUMINIUM KAPSELN\*

GEEIGNET FÜR KAFFEEMASCHINEN  
VON NESPRESSO®\*\*

JETZT  
**3,35 CHF**  
STATT 3,95 CHF  
04.-10.06.18



*für ein  
intensives Aroma!*

\*Jacobs Espresso Intenso 10 und Jacobs Lungo in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich. \*\*Markenkenneichen eines Unternehmens, das nicht in Verbindung steht mit: JACOBS DOUWE EGBERTS. Für eine detaillierte Liste kompatibler Maschinen besuchen Sie bitte [www.jacobskaffee.ch](http://www.jacobskaffee.ch).





Gehören Sie zu den Vanille- oder Schoggi-Liebhabern? Die Volg Glacé-Lutscher vereinen die beiden beliebtesten Geschmacksrichtungen.



# Zehn Mal Lieblingsglacé

**neu**

Ein Glacé, mit Liebe für den Sommer gemacht. Die Volg Glacé-Lutscher aus Schweizer Milch und Rahm werden in der Schweiz hergestellt. Für Schoggi- und Vanille-Fans – in einer Packung.



640 ml  
Fr. 7.90

**N**och nie fiel es so leicht, sich für ein Glacé zu entscheiden. Die beliebtesten Glacé-Sorten der Schweiz finden mit den Volg Glacé-Lutschern in einer Packung zusammen. Fünf Mal Schoko, fünf Mal Vanille – da hat es genug von den beiden Lieblingsorten für die ganze Familie und die Freunde. Die Basis der eiskalten Neuheit bilden die beste Schweizer Milch und Rahm. Dazu dunkle Schokolade, zarte Vanille und ein kna-

ckiger Schokoladenüberzug – fertig ist der Glacétraum. Als Dessert nach dem Grillieren mit Nachbarn und Freunden oder als Überraschung am Kindergeburtstag: ein Glacé zum süssen Abschluss kommt immer gut an. Besonders, wenn es wie die Volg Glacé-Lutscher in einer Grösse daher kommt, dass es für den kleineren Gluscht oder für kleinere Kinder gerade richtig portioniert ist. Gut also, wenn man gleich genügend davon im Tiefkühler hat.

Neu im Tiefkühlregal:  
Volg Glacé-Lutscher  
Schoko und Vanille – für  
zehnmal Glacé-Genuss





**AUF DAS BESTE  
VON FRÜHER.**



**NEU**  
REGIONAL IM VOLG  
ERHÄTLICH



In kleineren Verkaufsstellen  
eventuell nicht erhältlich

**UND HEUTE.**

Verantwortungsvoll genießen



**Cetra  
Alimentari**

**PARMIGIANO REGGIANO DOP  
SELEZIONE REALE, EINE KÖSTLICHKEIT**

**PARMIGIANO REGGIANO DOP  
SELEZIONE REALE, UNE DÉLICE**



**AKTION/ACTION**

**06.06. – 10.06.2018**

In kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich  
Cette offre n'est éventuellement pas proposée dans les plus petites filiales.



# Ein Tisch für jedermann



*Albert Kreyenbühl ist passionierter Stammtisch-Gast und schätzt die lockere Atmosphäre sowie die guten Gespräche.*

**Vielerorts wird an Stammtischen diskutiert, plagiert, gewitzelt – auch heute noch, zu Zeiten von Twitter und Facebook. Für Albert Kreyenbühl ist der Stammtisch viel mehr als nur Sitzen und Gläser heben.**

**A**lbert Kreyenbühl, 75, war 33 Jahre lang Geschäftsführer der Landi Freiamt. Er liebt Mensch und Heimat und ist aus diesem Grund ein oft und gern gesehener Gast an Stammtischen in verschiedenen Restaurants im Freiamt. Dort tauscht er sich mit alten Bekannten aus, aber auch immer wieder mit neuen Gesichtern – jung und alt. Diskutiert wird über brennende Themen und das Leben in der Region. «Neben lustigen Geschichten erzählt man sich auch, was einen ärgert», sagt er und fügt an: «Das macht den Stammtisch ja aus –

wozu haben wir sonst einen Tisch, wenn wir nicht zwischendurch draufhauen können?»

### **Wöchentliche «Gipfelitreffen»**

Seine Freude an Geselligkeit und Kulinarik hat Albert Kreyenbühl unlängst in der SRF-Serie «Mini Beiz, dini Beiz» gezeigt. Dort hat er sich und seine Lieblingsbeiz, das Rössli im Freiamter Dorf Beinwil, einem grossen Publikum vorgestellt. Im Gasthof Rössli ist er Stammgast – und trifft sich als ehemaliger Gemeinderat regelmässig mit Regionalpolitikern und anderen lokalen Wortführern am

grossen Stammtisch. Manchmal am Sonntagvormittag zu Kaffee und Gipfeli, manchmal am Mittwochabend zu Wein und Käse. Für Albert Kreyenbühl ist das mehr als nur Rumsitzen. «An Stammtischen wird nicht kopflos gebechert, wie viele meinen. Es geht vor allem um den Dialog. Die Gesprächsthemen sind es auch, die sich von Tisch zu Tisch unterscheiden und diese Zusammenkünfte so spannend und unterhaltsam machen.»

### **«Die Menschen sind das Wichtigste»**

Im Mittelalter war der Stammtisch vor allem wohlhabenden Bürgern mit hohem sozialen Status vorenthalten. Das ist schon lange nicht mehr so. Heute trifft sich am Stammtisch, wer etwas zu erzählen hat und anderen zuhören will. Albert Kreyenbühl weiss, was einen guten Stammtisch ausmacht: «Ein zentraler Standort ist wichtig. Ebenso natürlich nette Servicemitarbeitende und ein gemütliches Ambiente. Das Wichtigste überhaupt sind jedoch die Menschen, die am Tisch sitzen.» Die Fotos an der Wand von fröhlichen Stammtischmomenten sprechen für sich.



# Die beliebteste Konfi-Marke: Selbstgemacht.

Jetzt Gratis-  
Rezeptbuch  
bestellen.



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



Weil aus der Schweiz.



Juni 2018

## Beerenparfait

Vor einiger Zeit waren wir mit einer Reisegruppe in Tansania auf Safari. Nach den Ferien wurden wir von unseren neuen Freunden Rosmarie und Walter nach Brunnen zu einem Mittagessen und diesem vorzüglichen Beerenparfait eingeladen. Das Rezept habe ich mir sofort notiert. Zuerst kleide ich eine Cakeform (ca. 30cm) mit Klarsichtfolie aus. Dann koche ich 300g Beeren nach Wahl mit 3EL Puderzucker und 1EL Zitronensaft auf und lasse alles 2 Minuten köcheln. Nachdem die Beeren etwas abgekühlt sind, püriere ich 1/3 davon und streiche die Beeren durch ein Sieb. Die restlichen Beeren stelle ich zugedeckt beiseite. Mit dem Schwingbesen des Handrührgeräts rühre ich 2 Eier und 4EL Puderzucker, bis die Masse schaumig ist. Dann schlage ich 2dl Rahm steif, ziehe ihn mit 70g zerbröckelten Meringueschalen sorgfältig unter die Eimasse und giesse das Ganze anschliessend in die vorbereitete Form. Danach ziehe ich das Beerenpüree mit einer Gabel marmorartig darunter. Den «Cake» lasse ich zugedeckt zirka 4 Stunden gefrieren. Danach stürze ich das Parfait auf ein Brett und entferne die Folie. Nun schneide ich das fruchtige Dessert in Stücke und richte es mit den beiseite gestellten Beeren auf einem Teller an.

«En süüssä Gnuss und ä Sünd wert – uf bald»

Edith



Edith Jäger  
Erlebnishof Seebachtal TG

Volg

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

**NATURENA**  
Schauspiel Natur – Naturnah erleben



Volg



# Mein Wohlfühlbrot



[www.mestemacher.de](http://www.mestemacher.de)

Vertrieb durch TOGA FOOD SA · CH-3380 Wangen an der Aare · [www.togafood.ch](http://www.togafood.ch)



*Lindt* 

MAÎTRE CHOCOLATIER SUISSE  
DEPUIS 1845

**19.95**  
STATT 34.20

Gültig vom 4. Juni  
bis zum 10. Juni 2018



**Mini feinschti Milchschooggi** 

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



**Kreatives für drinnen und draussen:  
Die NATURENA-Kurse im Juli versprechen  
spannende Angebote für einzigartigen  
Wohn- und Gartenschmuck.**

## Atmosphäre für Haus und Garten



**Fricktal:**  
Statue aus Arvenholz

- ① Fr, 06.07.18, 9–17 Uhr
- ② Sa, 07.07.18, 9–17 Uhr

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

**Programm:** Das Arbeiten mit Arvenholz hat eine sinnliche Komponente. Das sehr langsam gewachsene Holz verströmt einen wunderbaren Duft und hat eine leicht rötliche Färbung. Nach einer Einführung in die Schnitztechnik formen Sie, angeleitet vom erfahrenen Bildhauer, mit dem Schnitzmesser eine anmutige Statue und montieren sie zum Abschluss auf einen Metallsockel.

**Teilnehmer:** 10 Personen ab 14 Jahren  
**Mitbringen:** Eigenes Schnitzwerkzeug, sofern vorhanden

**Kleidung:** Bequeme Arbeitskleidung und geschlossenes Schuhwerk, der Kurs findet draussen in einer Remise statt.

**Leitung:** Andreas Felber, Bildhauer Felber GmbH, Triengen, [www.bildhauer-felber.ch](http://www.bildhauer-felber.ch)

**Preis:** Fr. 220.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Statue (ca. 40–80 cm) im Wert von Fr. 40.–



**Seebachtal:**  
Lichtsäule

- ① Fr, 27.07.18, 9–16 Uhr
- ② Sa, 28.07.18, 9–16 Uhr

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

**Programm:** Die attraktive Lichtsäule aus Holz ist nicht zu übersehen. Mit Stichsäge und Bohrer gestalten Sie ein Brett mit Pustebumen-Motiven (verblühter Löwenzahn) und bemalen ein zweites Brett mit Farbe. Zwischen den zwei Brettern montieren Sie eine Lichterkette, bevor Sie die beiden Bretter aneinander fixieren. Die Lichtsäule mit ihrem warmen Licht zaubert in Ihren Wohnraum, Garten oder Eingangsbereich ein stilvolles Ambiente.

**Teilnehmer:** 16 Personen ab 18 Jahren  
**Kleidung:** Warme Arbeitskleidung und gutes Schuhwerk, der Kurs findet draussen statt.

**Mitbringen:** Stichsäge, Bohrmaschine oder Akkubohrer (geladen), Holzbohrer Grösse 8–24, Hammer, Flachzange und, sofern vorhanden, Handtacker, Verlängerungskabel oder Kabelrolle

**Leitung:** Käthi Baumgartner, Betschwanden, [www.bastelatelier.ch](http://www.bastelatelier.ch)

**Preis:** Fr. 225.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für die Lichtsäule (H x B: 150 x 25–35 cm) im Wert von Fr. 130.–



**Werdenberg:**  
Rankhilfen aus Weiden

- ① Fr, 20.07.18, 9–17 Uhr
- ② Sa, 21.07.18, 9–17 Uhr

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

**Programm:** Die formschönen Rankhilfen sind eine dekorative und stabile Kletterhilfe für Ihre Pflanzen. Ein passionierter Korber zeigt Ihnen das Flechten der spiralförmigen, max. 150 cm hohen Weidenkegel, die alsbald Ihren Garten verschönern. Es entstehen 2–3 Rankhilfen, die Sie im Winter auch mit einer Lichterkette bekränzen können. Die so in stilisierte Christbäume verwandelten Rankhilfen werden zu einer wetterfesten und funkelnden Adventsdekoration.

**Teilnehmer:** 17 Personen ab 13 Jahren  
**Kleidung:** Bequeme Arbeitskleidung, der Kurs findet draussen statt.

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

**Preis:** Fr. 170.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für 2–3 Rankhilfen (H: bis max. 150 cm, Ø ca. 30 cm) im Wert von Fr. 30.–



**Zugerland:** Abstrakte Bilder  
Thema Mauern und Fassaden

- ① Fr, 20.07.18, 9–16.<sup>30</sup> Uhr
- ② Sa, 21.07.18, 9–16.<sup>30</sup> Uhr

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

**Programm:** Sie kreieren auf Ihrer Leinwand spannende, ausdrucksstarke Flächen. Als Anregung dienen Ihnen Fotos von verwitterten Fassaden, die zahlreiche Geschichten erzählen. Mit verschiedenen Materialien wie Papierfetzen, Teer, Asche und Acrylfarben entstehen Schicht um Schicht lebendige Flächen, die Sie nach Wunsch mit Schriftzeichen ergänzen können. Je nach Tempo können wir zwei Bilder beenden, es stehen Ihnen auf jeden Fall zwei Leinwände zur Verfügung.

**Teilnehmer:** 10 Personen ab 16 Jahren  
**Mitbringen:** Wasserbecken (Ø 20–30 cm), altes Frotteehandtuch, flache Wegwerfteller, Schreibzeug, Gummihandschuhe, 2 Metallspachtel (Japanspachtel, 5 und 10 cm breit), Schaumstoffröllchen mit Griff, flacher Bäckerpinsel (5–8 cm breit), 2 Konfigläser mit Deckel, Wasserspühdflasche

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

**Leitung:** Elisabeth Jacob, Hausen am Albis, [www.atelier-jacob.ch](http://www.atelier-jacob.ch)

**Preis:** Fr. 240.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für zwei Bilder (50 x 50 cm) im Wert von Fr. 50.–

### Anmeldungen für Kurse und Workshops

**Internet:** 1. [www.naturena.ch](http://www.naturena.ch)  
2. Fricktal AG/Seebachtal TG/Werdenberg SG/Zugerland ZG  
3. Rubrik «Veranstaltungen»

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

**Adresse:** Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Naturena», 8404 Winterthur  
**Anmeldeschluss:** 15. Juni 2018



[www.facebook.com/naturena.erlebnisswelten](https://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.





**SCHMECKT NOCH FRUCHTIGER!**

**BEST FANTA EVER**

\*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.  
© 2018 The Coca-Cola Company. Fanta is a registered trademark of The Coca-Cola Company.

**Kambly**

**Goldfish**  
THE ORIGINAL

**Der Knabberspass für Gross und Klein.**

**LIMITED EDITION**

Nur für kurze Zeit. In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



## VORSCHAU

### 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.

09. AUGUST IN BUCHS SG

28. AUGUST IN MÜNSINGEN

28. AUGUST IN OERLIKON

28. AUGUST IN WANGEN AN DER AARE

29. AUGUST IN AARAU

### VON EINMACHEN BIS HALTBARMACHEN

Vom Einmachen und Einkochen bis hin zum Dörren – unsere Grosseltern kannten die unterschiedlichsten Methoden, um Lebensmittel zu konservieren und die eigene Gartenernte auch im Winter zu geniessen. Lernen Sie dieselben Techniken – nicht zuletzt aus Kreativität und Spass am Konservieren von Selbstgemachtem: von Sugo und Kompott über Pickles und Gemüse bis Kuchen.

04. SEPTEMBER IN MÜNSINGEN

11. SEPTEMBER IN OERLIKON

11. SEPTEMBER IN WANGEN AN DER AARE

11. SEPTEMBER IN BUCHS SG

20. SEPTEMBER 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](http://www.volg.ch)



Jetzt  
anmelden und  
den Sommer  
geniessen!

# Sommerbuffet aus dem Dampf

In Aarau hat es im  
Kurs «Burger-Festival»  
vom 13. Juni noch  
freie Plätze.

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 sowie Vitamine und Nährstoffe bewahrt. Nach diesem Kurs zaubern Sie ein herrlich leichtes Sommerbuffet für Ihre Gäste.

## Leichte Sommerküche für einen genussreichen Abend



**COOKUK IN AARAU**  
MIT SUSANNE VÖGELI  
& PAULA BLÖCHLINGER:

27. Juni, 18.00–22.00 Uhr

Anmeldung:

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

oder Telefon 062 823 52 92

Cookuk

Schachenallee 9

5000 Aarau

E-Mail: [mail@cookuk.ch](mailto:mail@cookuk.ch)



**KOCHWERKSTATT IN MÜNSINGEN**  
MIT CHRISTIAN THIERSTEIN:

3. Juli, 17.30–22.00 Uhr

Anmeldung:

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

oder Telefon 031 721 88 11

Kochwerkstatt

Bahnhofplatz 9a

3110 Münsingen

E-Mail: [info@kochwerkstattstauri.ch](mailto:info@kochwerkstattstauri.ch)



**CULINEA IN OERLIKON**  
MIT JONAS SCHÖNBERGER  
& OLIVER BISSEGGER:

3. Juli, 18.30–22.30 Uhr

Anmeldung:

[www.culinea-kochstudio.ch](http://www.culinea-kochstudio.ch)

oder Telefon 044 388 44 66

Culinea Kochstudio

Affolternstrasse 52

8050 Zürich-Oerlikon

E-Mail: [info@culinea-kochstudio.ch](mailto:info@culinea-kochstudio.ch)



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

3. Juli, 18.30–22.30 Uhr

Anmeldung:

[www.tatort-kochschule.ch](http://www.tatort-kochschule.ch)

oder Telefon 032 682 00 08

Tatort-Kochschule

Vorstadt 13

3380 Wangen an der Aare

E-Mail: [info@tatort-kochschule.ch](mailto:info@tatort-kochschule.ch)



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

10. Juli, 18.30–22.30 Uhr

Anmeldung:

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

oder Telefon 081 756 11 22

Marxers Kochwelt

Fallengässli 10

9470 Buchs SG

E-Mail: [geniessen@marxers.ch](mailto:geniessen@marxers.ch)

Anmelden: [www.volg.ch/aktuell/volg-kochkurse](http://www.volg.ch/aktuell/volg-kochkurse)



# LIMITED SPORTS EDITION!\*



\*Saisonal erhältlich, solange Vorrat.

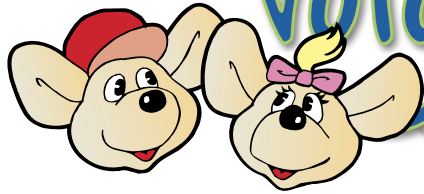


## Capri-Sun

THE TASTE OF FUN



# volgi volgine



**Kuhrassen, die in der Schweiz verbreitet sind:**

**Braunvieh**

**Eringer**



**Holstein**



**Charolais**

**Fleckvieh**



**Limousin**

**Angus**

## Was bimmelt da?

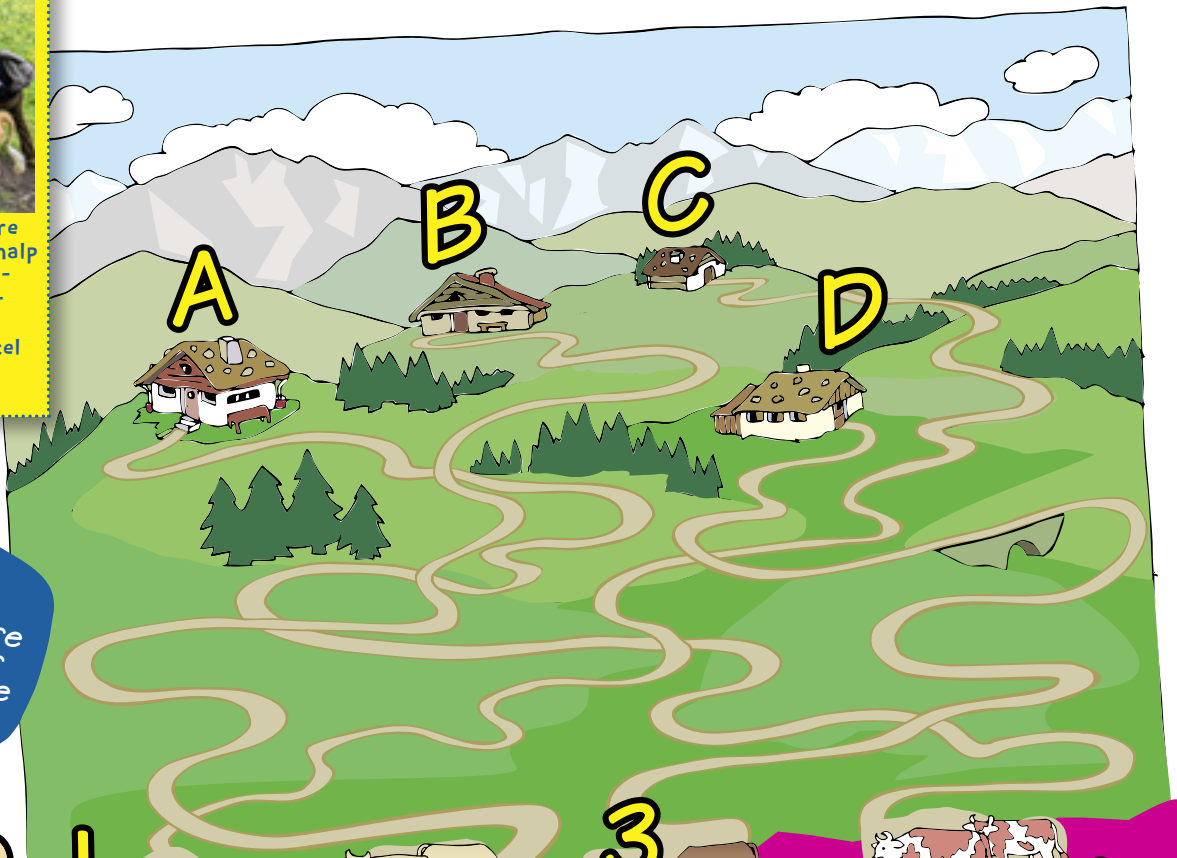
Jedes Jahr ziehen die Kühe der Alpenregionen mit ihren Glocken hoch auf die Alpweiden. Dort bleiben sie den ganzen Sommer lang. Der «Alpaufzug» ist vielerorts ein festliches Ereignis.

### Alpaufzug Engstligenalp

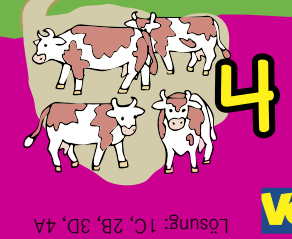
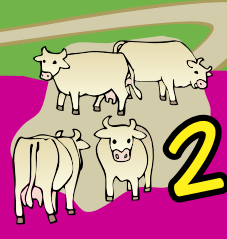
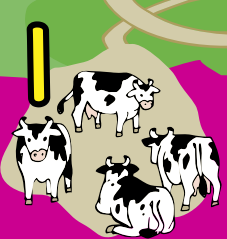


Ende Juni ziehen jeweils mehrere Hundert Kühe auf die Engstligenalp im Berner Oberland. Diese Kuhwanderung ist eine der eindrucklichsten in der Schweiz. Wenn du willst, kannst du dir das Spektakel vor Ort anschauen. Alle Infos: [www.engstligenalp.ch](http://www.engstligenalp.ch)

Die Schweiz ist bekannt für ihre schöne Landschaft. Auf den saftigen grünen Wiesen darf eines nicht fehlen: die Kühe. Es gibt verschiedene Rassen, die du vor allem an der Farbe und am Muster des Fells erkennst.



Hilf den Sennen, ihre Kuhherden zur richtigen Alphütte zu treiben.



Lösung: 1C, 2B, 3D, 4A





*Der ideale*

BEGLEITER ZU JEDER



»» **GRILLPARTY!** ««



FÜR BESSERESSEN.







**In den Gärten, auf den Terrassen und Balkonen brutzelt wieder Allerfeinstes auf dem Grill. Grillschnecke, Fackelspiess oder Zigeuner-Cervelas – für Vielfalt auf dem Rost ist gesorgt.**



Das Grillmenü ist genussbereit und für jeden liegt sein Lieblingsstück auf dem Rost.

Im Sommer ist Fleisch nicht gleich Fleisch: Mit Marinaden von Provençale bis Texas und Pfeffer bis Cognac erhalten die Grill-spezialitäten aus dem Volg ihre besondere Raffinesse. Und weil es im hoffentlich langen Grillsommer nicht langweilig werden soll auf dem Rost, ist auch die Auswahl an Fleischstücken gross. Ein mageres Schweinsnierstück, eine rassige Grillschnecke, ein zartes Lamm – welches wird Ihr Sommerfavorit? Viele Grill-spezialitäten im Volg sind mit dem Tierwohl-Label Agri Natura gekennzeichnet. Entdecken Sie zudem die lokal unterschiedlichen «Feins vom Dorf»-Produkte für auf den Grill. Wer sein Grillgut gerne selbst mariniert, findet verschiedene unmarinierte Stücke.

Auch für die Marinade gilt «Aller guten Dinge sind drei»: Öl schützt das Fleisch vor dem Austrocknen, Säure wie jene von Wein, Joghurt, Zitrusfrüchten oder Essig macht das Fleisch zart und Gewürze sowie Kräuter verleihen ihm Aromen. In diesem Sinn: Auf einen genussvollen Grillsommer!

*Nature, Tessiner, Pfeffer, BBQ, Provençale, mit Speck oder als Spiess – die Grill-spezialitäten vom Volg bieten Abwechslung.*





# ZEIGEN SIE KARIES DIE ZÄHNE!



elmex®. Es gibt nichts Besseres für Ihre Zähne.

## Sommerspielsachen für klein & GROSS



\* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

MARCHON 



## Kartoffel-Roulade

Zutaten für 4 Personen:

- 2-3 EL Maizena
- 1 Port. Gnocchi-Masse
- 1 EL Olivenöl
- 300 g Tomaten, fein gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 Bd. Basilikum, fein geschnitten
- Salz, Pfeffer
- 40 g Pinienkerne, im Mörser grob zerstoßen
- 50 g Grana Padano, gerieben



Zubereitung:

1. Wallholz mit Maizena bestäuben. Kartoffelmasse 1,5 cm dick auswallen.
2. Olivenöl in einen Topf geben. Tomaten, Knoblauch und Basilikum dazugeben, andünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas abkühlen lassen. Pinienkerne und Reibkäse untermischen, Mischung auf Kartoffelmasse verteilen, aufrollen.
3. Roulade auf ein Stück Haushaltsfolie legen, einpacken, die Folienenden gut zudrehen. Im Dampf 30 Min. pochieren.
4. Rolle auspacken, in Stücke schneiden, auf Tellern anrichten und servieren.

Zubereitung: 1 Std.

**Tipp:** Das Rezept für die Gnocchi-Masse finden Sie auf [www.volg.ch/rezepte](http://www.volg.ch/rezepte) mit dem Stichwort «Gnocchi».

ZUM SAMMELN



## Gartenbohnen Salat

Zutaten für 4 Personen:

- 300 g grüne Bohnen
- 200 g Randen, gekocht
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Kapern
- 2 EL Rotweinessig
- 5 EL Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- 100 g Blattsalat, gerüstet

Zubereitung:

1. Bohnen in kochendem Salzwasser blanchieren. Abgiessen, unter kaltem Wasser abspülen.
2. Randen schälen, in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und pressen. Kapern abtropfen lassen und fein hacken. Beides mit Essig und Öl verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Randen und Bohnen mit der Sauce mischen. Blattsalat anrichten, Bohnen-Randen-Mischung darüber verteilen.

Zubereitung: 45 Min.

## Linsen mit Feta

Zutaten für 4 Personen:

- 100 g Linsen, eingeweicht
- 1 l Wasser
- 1 Zwiebel, gehackt
- 15 Cherrytomaten, halbiert
- 100 g Feta, gewürfelt
- ½ Avocado, geschält, klein gewürfelt
- 1 Zitrone, Saft
- ½ dl Essig
- ½ dl Sonnenblumenöl
- 1 TL Senf
- Salz, Pfeffer
- 100 g Rucola

Zubereitung:

1. Linsen in ungesalzenem Wasser bissfest kochen, abschütten, mit den Zwiebeln in eine Schüssel geben.
2. Tomaten und Feta unter die Linsen mischen. Avocado in einen Mixbecher geben. Zitronensaft, Essig, Öl und Senf dazugeben, gut durchmischen. Nach Bedarf mit etwas Wasser verdünnen, bis eine sämige, aber nicht dicke Sauce entsteht.

3. Sauce zur Linsenmischung geben und pikant mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rucola unter den Salat mischen, in Schalen anrichten und servieren.

Zubereitung: 45 Min.

**Tipp:** restliche Avocado in Würfel schneiden und über dem Salat verteilen

## Currywurst in der Pita-Tasche

Zutaten für 4 Personen:

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 4 Würstchen nach Wahl | 5 EL Ketchup         |
| 4 Pitabrote           | 3 TL Currypulver     |
|                       | 3-4 Spritzer Tabasco |



Zubereitung:

1. Würste grillieren. Pitabrote gemäss Packungsangabe zubereiten.
2. Ketchup, Curry und Tabasco vermischen. Würste in Rädchen schneiden und in die Sauce geben, gut durchmischen.
3. Die Pitabrote zu Taschen einschneiden, mit Currywurst füllen und servieren.

Zubereitung: 20 Min.



**PURINA**  
**GOURMET**  
 ★ ★ ★

Ein kulinarisches Erlebnis  
 für Ihren Samtpfoten

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



\*in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich



Your Pet, Our Passion.®



NEUER LOOK.  
 GLEICHER GESCHMACK.

  
 you DECIDE.

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



## Folienkartoffeln international

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Kartoffeln, gross,  
mehlig kochend
- Olivener Öl, Meersalz
- 80 g Butter

### ④ Russisch

- 1 D. Russischer Salat,  
abgespült und abgetropft
- 1 EL Mayonnaise  
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Kartoffeln waschen, mit Olivenöl einreiben, mit Meersalz würzen, in Alufolie wickeln und in der Glut oder auf dem Grill bissfest garen.
2. Kartoffeln mit einem Löffel aushöhlen, Kartoffelmasse gut mit Butter vermischen.
3. Die Kartoffelmasse je nach Belieben arabisch, indisch, russisch oder italienisch zubereiten. Dafür die jeweiligen Zutaten mit der Kartoffelmasse mischen und in die ausgehöhlten Kartoffeln füllen.

Zubereitung: 45 Min.

### ① Indisch

- 1 Zwiebel, klein,  
fein gehackt
- 1 Apfel, in feine  
Würfel geschnitten
- 3 TL Currypulver  
Salz, Pfeffer

### ② Arabisch

- 2 Peperoncini, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- ½ EL Koriander, fein gehackt
- ½ EL Pfefferminze, fein gehackt
- 1 EL Tomatenpüree
- 2 Sardellenfilets,  
aus dem Öl, fein gehackt

### ③ Italienisch

- 6 Tomaten, getrocknet,  
in feine Würfel geschnitten
- 2 EL Oliven, ohne Stein
- 1 EL Basilikum, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 80 g Salami,  
in feine Streifen geschnitten



## Sommer-Focaccia

Zutaten für 4 Personen:

- 250 g Pizzateig
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Rosmarinadeln, frisch
- 10 Cherrytomaten, halbiert
- 2 EL Oliven, schwarz, entsteint,  
in Ringe geschnitten
- Meersalz, grob
- 50 g Rucola

Zubereitung:

1. Pizzateig 2–3 cm dick auswallen und auf ein Backblech legen.
2. Teig mit Olivenöl bestreichen, mit Rosmarin, Tomaten, Oliven und Meersalz bestreuen.
3. Mit einem scharfen Messer ein Gitter eintreten und im vorgeheizten Ofen 15–20 Min. bei 180 °C backen. Rucola zerzupfen, auf die gebackene Focaccia verteilen und sofort servieren.

Zubereitung: 15 Min. + 15–20 Min. backen



## Klassischer Coleslaw

Zutaten für 4 Personen:

- 3 Rüebli
- ¼ Weiskabis
- 1 EL Mayonnaise
- 1 EL Ketchup
- 2 EL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer, Tabasco



Zubereitung:

1. Rüebli mit der Bircherraffel in eine Schüssel reiben. Kabis fein dazu hobeln.
2. Übrige Zutaten in die Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Tabasco würzen und Salat durchkneten, damit das Gemüse gut mit Sauce vermischt ist.

Zubereitung: 10 Min.





# extrême

...bis zum  
letzten Biss!



**IN AKTION**  
vom 25.06 - 01.07.2018



## Krustenbrot

Zutaten für 6 Stück:

- ½ Hefewürfel
- ½ TL Zucker
- Wasser, lauwarm
- 1 kg Weissmehl
- 1 kg Ruchmehl
- 2-3 Kartoffeln, gekocht
- 2 EL Salz
- 300 g Nature-Jogurt
- Wasser
- Mehl zum Auswallen und Bestäuben

Zubereitung:

1. Hefe mit Zucker in etwas lauwarmem Wasser verrühren, bis sich die Hefe aufgelöst hat. Weiss- und Ruchmehl in eine Schüssel geben und mischen. Kartoffeln mit der Bircherraffel dazu reiben. In der Mitte eine Mulde formen, die Hefe dazugeben und mit wenig Mehl mischen, ca. 20 Min. stehen lassen.
2. Salz dazugeben, Nature-Jogurt und vorzu so viel Wasser begeben, dass ein Brei entsteht, den man gerade noch umrühren kann.
3. Schüssel mit einem feuchten Tuch bedecken. Teig 2-3 Std. gehen lassen. Ofen auf 250 °C vorheizen. Teig auf den dick bemehlten Tisch kippen, mit Mehl bestäuben, in 6 Stücke teilen und zu Kugeln formen. Mit genügend Abstand auf zwei Backbleche legen und sofort in den Ofen schieben. Die Temperatur auf 225 °C reduzieren und ca. 40 Min. backen.

Zubereitung: 30 Min. + 2-3 Std. gehen lassen

## Senf mit Kapern

Zutaten für 1 Glas à 2 dl:

- 150 g Senf
- 1 EL Kapern, fein gehackt
- 2 TL Peterli, fein gehackt
- 2 Essigurken, in feine Würfel geschnitten
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Senf in eine Schüssel geben und mit den übrigen Zutaten gut vermischen. Nach Belieben mit Pfeffer abschmecken.
2. In ein sauber ausgespültes Glas füllen und im Kühlschrank aufbewahren.

Zubereitung: 10 Min.

Tipp: Haltbarkeit im Kühlschrank 2-3 Wochen



## Gebackene Kartoffelschnitze

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg Kartoffeln, fest kochend (grün)
- 2 EL Olivenöl
- 1 Peperoncino, fein gehackt
- 1 EL Meersalz, grob
- 1 Thymianzweig, in 4 gleich grosse Stücke geschnitten
- 1 Oreganozweig, in 4 gleichgrosse Stücke geschnitten
- 1 Orange, Schale, fein geschnitten
- Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung:

1. Kartoffeln waschen, in Schnitze schneiden, in eine Schüssel geben.
2. Übrige Zutaten dazugeben, alles gut vermischen.
3. Marinierte Kartoffeln in einer Gratinform verteilen und im vorgeheizten Ofen 45 Min. bei 170 °C backen, dabei gelegentlich umrühren. Aus dem Ofen nehmen und servieren.

Zubereitung: 1 Std.

# OHNE IST MEHR



## 720 CHF

100%  
TABAK OHNE  
ZUSATZSTOFFE

In kleineren Verkaufsstellen  
eventuell nicht erhältlich.

### JETZT SAMMELN UND GEWINNEN!

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



## In solid rumantsch

La taila gronda è pronta. Il beamer è collià. Il test dal tun è fatg. La taila è piazzada en il chantun dal iert sut il grond pign, uschia stuess la qualitat dal maletg esser buna.

Charn avain nus avunda. La biera per ils gronds e las bavrondas per ils uffants vain mess a fraid en il bigl. Il brastger è perfect.

Uschia in giu na datti mai pli. Mez final dal campiunadi mundial da ballape: La Svizra gioga encounter l'Italia. Tge festa sche la Svizra gudogna quest giu! Tut è pussaivel. Nus avain envidà tut il quartier e blers amis. Tat e tatta vegnan, era sche els na s'interes-



Siemi mundial

san insumma betg per ballape. Ma quai è tuttina. Tar quest giu vul mintgina esser da la partida en ina cuminanza. N'importa betg sch'ins chapescha instge da ballape u betg. Ins vul esser part d'in mument istoric sche la Svizra cuntanschess il final. Igl è ina bella saira da stad, igl è chaud ed il giu cumenza. Per fortuna poss jau grillar, uschia hai jau da far insatge. Mo guardar ballape sin la taila na cumportass jau betg. E lura il goal decisiv per la Svizra. En la 90avla minuta.

Tge? Nua sun jau precis? Ah jau hai siemià. Tge? Mez final tranter la Svizra e l'Italia? Geabain. N'è gnanc pussaivel! L'Italia n'è bain betg sa qualifitgada questa giada.

  
David Spinnler

## Wussten Sie, dass . . .

### • • • bis Ende Jahr noch spannende Rundgänge durch die Volg Verteilzentrale Landquart möglich sind?

Die rund zweistündigen Besichtigungen (inkl. Verpflegung) unserer Verteilzentralen Winterthur, Oberbipp und Landquart erfreuen sich derart grosser Beliebtheit, dass sie meist lange im Voraus ausgebucht sind. So auch dieses Jahr. Einige freie Rundgangsplätze sind jedoch noch verfügbar – an folgenden Daten für die Verteilzentrale Landquart:



#### Immer montags:

- 2. Juli 17.30 Uhr
- 6. August 16.00 und 17.30 Uhr
- 3. September 16.00 und 17.30 Uhr
- 1. Oktober 16.00 und 17.30 Uhr
- 5. November 16.00 und 17.30 Uhr
- 3. Dezember 16.00 und 17.30 Uhr

#### Sichern Sie am besten gleich Ihren Besichtigungstermin

- Internet:** 1. [www.volg.ch](http://www.volg.ch)  
2. Rubrik «Aktuell»  
3. Volg-Rundgänge
- Telefon:** 058 433 55 47
- E-Mail:** [remo.kaspar@volg.ch](mailto:remo.kaspar@volg.ch)
- Adresse:** Volg Konsumwaren AG  
z. Hd. Herr Remo Kaspar  
Sekretariat Geschäftsleitung  
Deltastrasse 2  
8404 Winterthur

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

## Manuela Hüglis Volg-Geschichte . . .



Emma (3½) kennt den Wert der einzelnen Volg-Märkli zwar noch nicht, weiss aber schon bestens, in welches Feld sie welche Märkli kleben muss.



### • • • heisst «Arbeit für unsere Kinder»

In Bottenwil, wo meine Familie und ich wohnen, steht ein Volg, in dem wir jeweils unseren Tagesbedarf einkaufen. Dadurch sammeln sich bei uns viele Volg-Märkli an. Das Einkleben ist dann «Kinderarbeit» – eine Tätigkeit von nicht unterschätzbarem Wert. Unsere grösseren Kinder Anna (11), Edi (9) und Mona (6) trainieren so ihr Zahlenverständnis spielend. Märkli einzukleben, ist aber auch feinmotorisch eine gute Übung – auch für Emma, unsere Jüngste, die kürzlich damit begonnen hat: Bei ihr geht es nicht ums Erfassen der Märkli-Werte, sondern ums «Preichen» des vorgedruckten Felds im Sammelheft. Freude und Spass daran hat Emma genauso wie ihre Geschwister, wie man auf dem Foto unschwer erkennt.

Manuela Hügli



## Rückschau ←

### Novissimo S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Über je zwei Logenplätze für die Circus-Nock-Tournée 2018 im Wert von Fr. 110.– dürfen sich 20 glückliche Gewinnerinnen und Gewinner aus Rothenburg, Rifferswil, Graltshausen, Eschenbach, Selzach, Muttenz, Männedorf, Ebikon, Amriswil, Oberriet, Entlebuch, Spiez, Mumpf, Niederurnen, Niederönz, Buchs, Rapperswil, Hemmental, Tägerig und St. Antönien freuen. An fünf Personen gehen je ein Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 50.–, und an weitere zehn Personen je ein Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.–.

Lösungswort 04/18: «Sonntagsbraten»

### Auflösung des Morga- Wettbewerbs aus «Öise Lade» 03/18: Antwort A, seit 85 Jahren

*Ursula Egger aus Marthalen, die Gewinnerin des Hauptpreises, bei der Preisübergabe mit Daniel Heusi, Kundenbetreuer Morga AG (l.) und Livio Billing, Volg-Produktmanager (r.)*

Der 1. Preis, ein Reka-Check im Wert von Fr. 2500.–, geht an Ursula Egger aus Marthalen. Über den 2. und 3. Preis, je einen Reka-Check im Wert von Fr.

1000.–, dürfen sich Christian Sommer aus Amriswil und Sarah Bürki aus Rothrist freuen. Den 4. bis 6. Preis, je einen Reka-Check im Wert von Fr. 500.–, haben Georges Hurter aus Meilen, Marlies Kern aus Buch am Irchel und Hanspeter Weiss aus Waltenschwil gewonnen. Der 7. bis 10. Preis, je einen Reka-Check im Wert von Fr. 300.–, gehen an André Pontet aus Lonay, Betty Crettaz aus Riddes, Maurice Hurni aus Salavaux und Nicole Seilaz aus Selzach. Und weitere 20 Personen haben je ein Morga-Produkte-Package im Wert von Fr. 40.– gewonnen.



### Gewinnen mit Morga

## Ein Prosit auf die fünf Wein-Guide-Gewinner

Die fünf im «Mehr zum Thema» vom «Öise Lade 03/18» vom Heyne Verlag gestifteten Exemplare des Buchs «Der ultimative Wein-Guide – Zum Kenner in über 333 Grafiken» von Madeline Puckette und Justin Hammack gehen an folgende Gewinner: Annalise Jäger aus Malans, Silvio Tischhauser aus Weite, Beatrice Setz aus Birr, Bruno Keusch aus Waltenschwil und Barbara Müller aus Würenlos.

## De grünen Duume



Gartenfreunde lieben den Juni, weil ihr kleines Paradies jetzt seine ersten Früchte zeigt. Diverse Zier- wie Nutzpflanzen blühen schon und es duftet überall. Damit der Garten kontrolliert weiterblüht, bedarf es einiger Arbeiten. Stauden und Sträucher müssen zurückgeschnitten werden, damit sie auf ein Neues blühen oder kompakt bleiben. Im Juni ist Pflanzzeit von Wasser- und Sumpfpflanzen, Bohnen, vorgezogenen Kräutern und Sommergemüse. Gesät werden kann nach der Sonnenwende Herbstgemüse wie Endivien, Rettich und Radiesli. Gewächshäuser sollten gelegentlich gelüftet und bei grosser Hitze gut beschattet werden. Und nicht vergessen: Der Rasen sollte regelmässig gemäht und bei andauernder Trockenheit einmal wöchentlich ausgiebig gewässert werden.

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

## Vorschau →

### Das nächste «Öise Lade» 07/18 erscheint am 28. Juni 2018

#### Leichtes aus dem Dampf



Dampfgaren liegt im Trend. Weil es unkompliziert ist und die Gerichte leicht verdaulich, fettarm und vitaminreich werden – perfekt für den Sommer. Wir liefern Rezepte, Tipps und Tricks zum Kochen mit Dampf.



#### Auf ins Glacé-Wunderland

Begleiten Sie die beiden Schleckmäuler Lina und Noah auf ihrer Fantasiereise ins Glacé-Wunderland. Entdecken Sie mit ihnen die verlockende Welt der Milch- und Rahm-Glacés, Sorbets, Granita und Parfaits.

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



**öise lade**  
gedruckt in der  
Schweiz





**WIN**  
**ATRIP**  
to one of our  
**coffee**  
countries



**CODES AUF JEDEM BECHER!**

**JETZT DIE HERKUNFT**

*unseres Kaffees entdecken*