

öise lade



**Küche
aktuell**
.....
Die Rechnung mit
dem Hackfleisch

Mehr zum Thema

Tour de
Gourmandie





ENTDECKEN SIE NESCAFÉ GOLD DE LUXE

Diese wunderbar ausgewogene Mischung aus Arabicas und Robustas kombiniert Milde und Raffinesse und verwöhnt Sie mit einem *reichhaltigen und subtilen Aroma*.

NESCAFÉ Gold De Luxe wird aus 10 mal feiner gemahlene Arabicas ausgearbeitet, wodurch sich sämtliche Geschmacks- und Aromanoten perfekt entfalten können.



Editorial

Eine Rechnung geht in unserer Familie immer auf: Ghackets mit Hörnli auftischen. Und das ist bestimmt in vielen Familien so. Hackfleisch ist aber auch die Grundzutat für weitere beliebte Schweizer Klassiker wie Hackbraten und Hacktätschli. Fernab dieser Hack-Hits mischen wir Hackfleisch in der «Küche aktuell» neu auf und zeigen, wie überraschend das kleine, feine Fleisch noch zubereitet werden kann.

«En Guete» und «Bon appétit»

Volg ist seit einiger Zeit auch in der Romandie daheim. Der dort zuvor noch wenig bekannte Volg wurde bestens aufgenommen und als Dorfladen für den täglichen Bedarf «entdeckt» – was uns freut und auch ein wenig stolz macht. Mit Freude entdecken wir im Gegenzug die Westschweiz mitsamt ihrer Esskultur. Das möchten wir auch Ihnen nicht vorenthalten: Kommen Sie ab Seite 33 mit auf eine kleine «Tour de Gourmandie»!

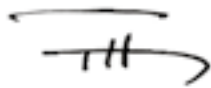
Wie in der Deutschschweiz findet man auch in der Romandie von Volg zu Volg unterschiedliche «Feins vom Dorf»-Spezialitäten. Lernen Sie am «Feins vom Dorf»-Tag am Samstag, 15. September 2018, die lokalen Erzeugnisse und deren Produzenten in den Volg-Läden kennen. Mehr dazu lesen Sie auf Seite 31.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch im Volg an diesem wie jedem anderen Tag.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



Weinreisen Entdecken Sie neue Weinwelten 48



Saison Süsse Begleiter durch den Herbst 63

- 12 Einfach & bequem**
Meat Love – Sweet Love
- 15 Wein- und Käseangebot des Monats**
Harmonische Genusslaison
- 18 Dorfladen**
«Poschten im Volg isch mega lässig»
- 21 Feins vom Dorf**
Staufener Apfelessig
- 23 Aktueller Tipp**
Gut gerüstet gegen den kleinen Hunger
- 24 Typisch Schweiz – Typisch Volg**
Die Thurgauer Zwirnmeister
- 27 Öisi Umwält**
100% Engagement
- 29 Aktueller Tipp**
Schulbildung dank der beliebten Banane
- 31 In eigener Sache**
Wer macht bei Ihnen «Feins vom Dorf»?
- 41 Wettbewerb**
Einkäufe gewinnen mit Emmentaler
- 43 Familienpreis**
Eine Linie für jedes Budget
- 45 Aktueller Tipp**
Genussvolle Produkte für maximale Verträglichkeit
- 46 Novissimo**
Haustiere wissen, was sie mögen
- 50 Freizeit Sportsponsoring**
«Das Sponsoring durch Volg ist ein Segen»
- 53 Freizeit Kochkurs**
In fünf Kochstudios einmal um den Orient
- 55 Freizeit Rezept der Bäuerin**
Bohnengratin à la Bernadette
- 57 Freizeit NATURENA**
Oktober-Kurse auf den Volg Erlebnishöfen
- 59 Freizeit Öisi Brüuch**
Volg Jass 2018: Hüttwilen ist Trumpf
- 61 Volgi & Volgine**
Stampfen, dann mampfen



33 Das Themenheft mehr zum thema Romandie



Sais

Wie die Profis braten, backen und frittieren!



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Klein, fein und oho! Hack ist auf Zack und zeigt sich auf den nächsten Seiten als kulinarischer Tausendsassa.



Hackfleisch liebt man rund um den Globus: In Schweden als Köttbullar, in Griechenland in der Moussaka, in Italien als Sugo Bolognese, in Amerika als Burger und bei uns in der Schweiz allem voran als Ghackets mit Hörnli. Mit Hackfleisch lässt sich fast alles anrichten: vom knusprigen Schiffchen bis zur cremigen Suppe, der Reiskugel und dem Teig-Mond, mal als würzige oder mal als herzhafte Hülle. Kurzum: Fehlt einmal die Menü-Idee, ist mit Hackfleisch immer zu rechnen. Entdecken Sie auf den nächsten Seiten Hackfleisch-Kreationen für jede feine Gelegenheit.

Die Rechnung mit dem Hackfleisch ist so einfach wie das Einmaleins: Hackfleisch plus immer wieder neue Zutatenkombinationen ergeben eine Summe von Gerichten für jeden Tag und Anlass.

Die Rechnung mit dem Hackfleisch



TIPP

Der gehaltvolle **Pinot Grigio di Sicilia IGP** überzeugt mit Aromen von exotischen Früchten und eignet sich wunderbar zu pikanten Fleischgerichten.



Hackfleisch-Schiffchen
Peperoncini und Minze verleihen diesem Hackfleischgericht im Teig seine besondere Note.



Sesam-Monde

Mit Emmentaler und Hackfleisch gefüllt,
dazu ein Knoblauch-Jogurt-Dip



Hackfleisch



Pizzakrapfen
Calzone im Miniformat,
gefüllt mit Hackfleisch,
Tomaten, Mozzarella,
Oliven und Basilikum

TIPP

Der spritzige **Féchy AOC La Côte** eignet sich mit seinem süffigen und leichten Charakter bestens zu einem Apéro mit Pizzakrapfen.





«Chili con Carne»-
Gratin mit Windbeutelhaube
Ein feurriger Gratin. Die Krönung
sind die Brandteighäubchen.



raffiniert
kalkuliert

Reisbällchen mit
Hackfleischfüllung
Hackfleisch mit Erbsen und
Rüebli im Herzen der Reiskugel



Teigkugeln
Tataren-Art
Hackfleisch mit
Gemüse in einer
luftig-knusprigen
Teighülle



TIPP

Der rassige, fruchtbetonte **Chardonnay Billabong Dreaming** ist der ideale Begleiter zu Fleischhäppchen an Apéros.



Die Rechnung ist schnell gemacht: Man nehme Hackfleisch und multipliziere das kleine Fleisch mit grossartigen anderen Zutaten wie Schweizer Käse, Teig und Gewürzen. Das Ergebnis: allerhand Gerichte, die der ganzen Familie

schmecken. Man kann aus dem feingehackten Fleisch kleine Häppchen zaubern, es aber auch mit grosser Kelle anrichten und einen reichhaltigen Gratin servieren. So wird Hackfleisch zum grossen «Plus» für jeden Anlass.

TIPP

Der **Rioja DOCa Crianza Sancho Garcés** glänzt mit Aromen von süssen Gewürzen und empfiehlt sich zu Tapas und leichten Fleischgerichten.



Volg-Kochkurs im Oktober In fünf Kochstudios in den Orient reisen

Erleben Sie kulinarische Genüsse aus 1001 Nacht an einem Abend. In den fünf Kochstudios warten fünf verschiedene Kochkurse zum Thema orientalische Küche auf Sie. **Infos dazu finden Sie auf Seite 53.**

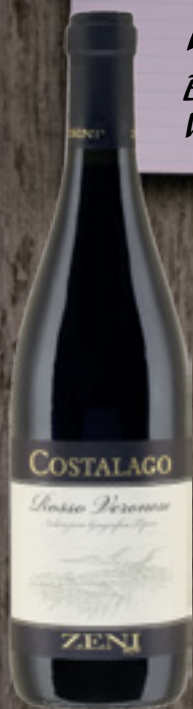




Gelebte Italianità: Familie Zeni



Federica
Export &
Weinmuseum



Ich sehe die Cantina Zeni als Hüterin eines historisch fruchtbaren Bodens. Seit 1991 gibt es unser Weinmuseum nahe Bardolino, das ich heute leiten darf.

Der Costalago Rosso verkörpert für mich die Weinbaukultur, an welche die Familie Zeni seit Generationen stark gebunden ist.



Fausto
Weinberg &
Vinifikation



Als Agronom und Önologe ist mir die Nähe zur Rebe sehr wichtig. Schon meine Kindheit habe ich im Weinberg verbracht.

Das Geheimnis unseres Amarone liegt in der täglichen Arbeit an der Rebe sowie der selektiven Handlese. Nur die besten Trauben werden gelesen, getrocknet und vinifiziert.



Elena
Verkauf &
Events



Heute sind wir stolz darauf, unsere bald 150 Jahre alte Tradition erfolgreich in die Moderne geführt zu haben. Heute exportieren wir in 34 Länder.

Die wichtigen Restaurants in aller Welt schätzen die Qualität und Einzigartigkeit unserer Weine. Besonders beliebt ist unser Valpolicella Ripasso Superiore.

Kochschule



Cavolfiore al Macinato

(Blumenkohl mit Hackfleisch)
Offenbart sein Geheimnis erst,
wenn er aufgeschnitten wird.



Innen, aussen, mittendrin

Hackfleisch kann herzhaftes Füllung sein, aber auch als Hülle oder als würzige Bereicherung von Suppen dienen. Da Hackfleisch mehr Oberfläche als grössere Fleischstücke aufweist, nimmt es die Aromen der verwendeten Gewürze, Kräuter, Saucen und Zuta-

ten wie Zwiebeln, Tomatenpüree oder Käse, mit denen man es vermischt, besser auf – und wird zum praktischen Geschmacksträger. Der daraus resultierende gute Geschmack ist aber nicht alles: Viele Zutaten verhindern zudem, dass das Hackfleisch beim Braten fest und trocken wird.



Lauch-Cannelloni Bolognese

Im Lauch geht auch! Die Pasta serviert, wer mag, dazu.



SCHRITT für SCHRITT

Cavolfiore al Macinato



①

Den blanchierten Blumenkohl mit der Hackfleischmasse bedecken



②

Den Teig darüber giessen und im Ofen goldgelb backen



Suppe mit Ghacktem

Ein Herbstsüppchen, das viel in sich hat: Hackfleisch, Champignons und Spinat.



SCHRITT für SCHRITT Lauch-Cannelloni Bolognese



①

Lauchstangen in 10–12 cm lange Stücke schneiden, innere Schichten herausdrücken, so dass Röhren entstehen



②

Füllung mithilfe eines Spritzsacks in die Röhren geben, mit Béchamelsauce übergiessen, mit Käse bestreuen und backen

EINFACH SCHNELL ZUBEREITET...



Aemmalerschnitzel

Brätschnitzel mit Käse, 2 x ca. 150g

Crispy Chicken

Poulet Innenfilet mit Cornflakes-Mantel, ca. 250g

Gourmetspiess

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

Hornussersteak

Hackfleisch mit Speck umwickelt, 2 x ca. 130g



SUTTERO

Evtl. in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich.

Kochschule



Speck-Päckli mit Pilzrahmsauce
Unter der Speckhülle steckt ein Hackbällchen, herblich dazu die Sauce.

Wenn's pressiert Hack ist nicht nur auf Zack, es ist auch zackig gar. So ist es auch für die schnelle Küche ein sicherer Wert. Diese beiden Kreationen stehen in

30 Minuten auf dem Tisch. Noch schneller geht es, wenn man eine fertige Pilzrahmsauce oder einen genussfertigen Kartoffelsalat aus dem Kühlregal im Volg verwendet.



TIPPS & TRICKS

von Jonas Schönberger

- Hackfleisch lässt sich gut einfrieren, so dass man es immer auf Vorrat haben kann.
- Für schnelles Einfrieren und Auftauen das rohe Hackfleisch flach gedrückt oder flach ausgelegt in einem Gefrierbeutel verteilen
- Hackfleisch portionsweise einfrieren – eine gute Menge sind 250 g pro Beutel
- Das gefrorene Hackfleisch in der Verpackung in eine Plastikschüssel legen und im Kühlschrank auftauen lassen, das Auftauwasser zwischen durch abgessen
- Aufgetautes Hackfleisch unbedingt gut durchbraten



Käse-Sticks im Hackfleisch-mantel
Hagu-Hans-Käse und Hackfleisch – ein Traumpaar für ein schnelles Gericht



Monats-Hit



Cordonbleu des Monats September: Poulet-Cordonbleu

Feinster Gruyère-Käse und Trutenschinken in einem schmackhaften Cordonbleu aus Pouletschenkelfleisch vereint. Ein währschafter Genuss zum Herbstbeginn. Monat für Monat überraschen wir Sie mit einem anderen Cordonbleu im Volg-Kühlregal.





Einfach & bequem

Einfach in der Zubereitung und doch eine Überraschung in Geschmack und Optik. Mit Fleischbällchen und Muffins lassen sich ausgefallene Gerichte und Desserts mit Wow-Effekt kreieren.

Meatball-Sandwich

Zutaten für 4 Stück:

4 Bagels gemäss Packungsanleitung aufbacken, etwas abkühlen lassen. ½ EL Olivenöl in eine Bratpfanne geben. 1 P. Hackbällchen im Olivenöl rundum anbraten. Auf einem Küchenpapier abtropfen. Bagels quer aufschneiden, die unteren Hälften mit etwas Rucola belegen. Die Fleischbällchen darauf verteilen. Mit 4 EL Knoblauchsauce garnieren.

Zubereitung: 20 Min.

Tipp: Anstelle von Rucola eignen sich auch Blattsalatstreifen.

Sandwichs und Hamburger kennt jeder. Warum nicht einmal etwas Neues ausprobieren, das zugleich einfach in der Zubereitung, vorzüglich im Geschmack und eine praktische Mahlzeit ist? Bagel-Sandwichs mit Fleischbällchen, englisch «Meatballs», bieten da einen alternativen Gaumenschmaus. Beides stammt aus den USA und steht, wie so vieles in der amerikanischen Küche, für schnell zubereiteten, praktischen Genuss. Die Bagels in der

Meat Love Sweet



Sowohl als schnell zubereitete, warme Mahlzeit als auch als herzhafter, kalter Snack eine Wucht: Fleischbällchen in Bagel-Hälften



Mit Hackbällchen, Saucen und praktischen Aufback-Bagels aus Ihrem Dorfladen lassen sich delikate Sandwichs zubereiten.

luftdichten Verpackung sind lange haltbar – ideal, um zur richtigen Zeit zum Aufbacken verfügbar zu sein. Die Hackfleischbällchen schmecken hervorragend mit herbem Rucola und würziger Knoblauchsauce.

Süss gekrönte Schoko-Muffins

Muffin-Backmischungen lassen sich mit einem kleinen, aber feinen Zusatz spielerisch leicht aufpeppen: Eine Schoggi-Kugel in der

Mitte des Muffin-Teigs erzeugt einen herrlich weichen, schokoladigen Kern. In den praktischen Muffin-Backkapseln lassen sich die Mini-Schokoküchlein auch zu Picknicks und Partys mitnehmen und sorgen mit ihrer süssen Krone garantiert für viele «Ohs» und «Wows» bei Gross und Klein.



Die Zutaten für dieses schnelle Schokoladendessert garantieren Backspass und sind im Volg erhältlich.

Wer liebt sie nicht, die Schokoladen-Muffins? Mit Schoggi-Kugeln als Kern erst recht ein Party-Hit!

Love

Muffins mit Schoggi-Kern

Zutaten für 12 Muffins:
 1 P. Muffin-Backmischung gemäss Packungsanleitung mit 1 dl Milch, 125 g Butter und 2 Eiern zubereiten und in 12 Backkapseln füllen. Je 1 Lindor-Kugel in die Muffin-Masse drücken und 20 Min. bei 220 °C backen.
 Zubereitung: 5 Min. + 20 Min. backen
Tipp: Statt Lindor-Kugeln kann auch die Volg Kochschokolade verwendet werden.



Jetzt im Herbst das Beste zu Wild ...

... unsere 3-Eier Teigwaren-Spezialitäten!



BSCHÜSSIG
 Schweizer Teigwaren seit 1876



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

**JETZT
NEU**

natürlich in balance



VAYA - natürlich, ausgewogen, andersartig.
Mit 40% weniger Fett als herkömmliche Snacks.

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

DAFÜR TUN WIR ALLES.

Z
ZWEIFEL

Wein- und Käseangebot des Monats

Ein kräftiger Rioja und der Emmentaler Käse «Hagu-Hans, der Alte» sind ein schönes Paar für den Ausklang eines gelungenen Spätsommertages.

Harmonische Genussliaison

Herbstzeit ist Wander- und Ausflugszeit. Wer es sich am Zielort oder beim Picknick unterwegs kulinarisch gut gehen lassen will, packt Käse und Wein in den Rucksack. Da trifft es sich gut, dass diesen Monat hervorragende Weine in Halbliterflaschen in Aktion sind. Die Weinfläschchen sind kompakter und leichter – und somit ideal zum Mitnehmen. Die meisten von ihnen sind zudem mit einem praktischen Drehverschluss versehen.

Blumiger spanischer Allrounder

Einer dieser Weine in Halbliterflaschen ist der beeindruckende Rioja DOCa Crianza Sancho Garcés auf gebietstypischer Tempranillo-Basis, der nach zwölfmonatigem Ausbau in Eichenbarriques sowie sechs Monaten Lagerung in der Flasche ein herrliches Bouquet entfaltet. Die intensiven Aromen von Beeren, süssen Gewürzen, Nelken und Zedernholz machen den kirschroten Tropfen zum idealen Allrounder und Begleiter von Wild und Grilladen, Rösti oder Polenta bis zu würzigem Käse wie dem «Hagu-Hans, der Alte».



**Wein
des Monats**
Rioja DOCa Crianza
Sancho Garcés, Spanien
50 cl, statt Fr. 7.95
Fr. 6.30

Rioja DOCa Crianza Sancho Garcés, 2014, Spanien

Charakter Die gute Balance von Frucht-, Würze- und Barrique-Aromen verleihen diesem rubinroten Tempranillo mit jugendlichen Tanninen einen unverwechselbaren Charakter.

Trinken Bis 7 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu Wild, Paella, Grilladen, Tapas, Kalbsleber, Rösti, Mistkratzerli

**Käse
des Monats**
Hagu-Hans, der Alte
100 g, statt Fr. 2.70
Fr. 2.20



Würziger Alleskönner aus dem Emmental

Ebenso umsichtig und lang gereift wie ein guter Wein ist der extra würzige Halbhartkäse «Hagu-Hans, der Alte». Noch heute stellt ihn Alfred Fankhauser in seiner Käserei Vorder-rinderbach im Herzen des Emmentals nach uralter Rezeptur aus silofreier Rohmilch her.

Die Beliebtheit dieser Käsespezialität hat mit der vielseitigen Verwendungsmöglichkeit zu tun: Nicht nur auf jeder Käseplatte gebührt ihr ein zentraler Platz – sondern genauso in der warmen Küche, zum Verfeinern, Gratiniern oder als chüschtiges Fondue.



70 Jahre Knorrli

FEIERE JETZT MIT!



SENDE KNORRLI DEINE
GEBURTSTAGSGRÜSSE

AUF FACEBOOK ODER INSTAGRAM:

#KNORRLI70 #HAPPYBIRTHDAYKNORRLI
ÖFFENTLICH HOCHLADEN

ODER PER POST AN:

KNORRLI · JENATSCHSTRASSE 5 · 8002 ZÜRICH



UND GEWINNE 1 VON 10 KNORRLI-PAKETEN!



Pinot Grigio di Sicilia IGT, Italien

Charakter Am Gaumen weicher, gehaltvoller und harmonischer zart-hellgelber Tropfen, der durch Aromen exotischer Früchte, Stachelbeeren und Limetten besticht.

Trinken Jung trinken, bei 8–10 °C

Passt zu Antipasti, Tapas, Fleisch, Grillgemüse, Käse und als Apéritif



Chardonnay Billabong Dreaming, Australien

Charakter Sehr fruchtbetont ist dieser hellgelbe und rassige Chardonnay mittleren Körpers mit spektakulären Aromen von Zitrusfrüchten und Kokos.

Trinken Jung trinken, bei 8–10 °C

Passt zu Fisch- und Spargelgerichten, hellem Fleisch und als Apéritif



Rioja DOCa Crianza Sancho Garcés, 2014, Spanien

Charakter Die gute Balance von Frucht-, Würze- und Barrique-Aromen verleiht diesem rubinroten Tempranillo mit jugendlichen Tanninen einen unverwechselbaren Charakter.

Trinken Bis 7 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu Wild, Paella, Grilladen, Tapas, Kalbsleber, Rösti, Mistkraterli



Primitivo Salento IGT, Italien

Charakter Dieser rubinrote Primitivo mit schöner Gaumenstruktur und grosszügiger Fülle betört die Nase mit erfrischend fruchtigen Aromen schwarzer Beeren und Kirschen.

Trinken Jung trinken, bei 16–18 °C

Passt zu Pasta, Fleischgerichten mit Sauce, Grilladen, Hartkäse



Cabernet Sauvignon Warramba Dreaming, Australien

Charakter Aromen von schwarzen Beeren und Eukalyptus machen diesen gehaltvollen, kirschtönen Australier im Abgang fruchtbetont und schmelzig.

Trinken Jung trinken, bei 16–18 °C

Passt zu Spareribs, Steaks, Wild, Grilladen, Pilzen, Käse

Die weisse Perle des Weingebiets La Côte



Féchy AOC La Côte, Schweiz

Charakter Die fruchtigen Noten, die dieser erfrischend spritzige strohgelbe Chasselas mittleren Körpers in der Nase entfaltet, erinnern an Lindenblüten, Pfirsich und Zitrusfrüchte.

Trinken Jung trinken, bei 7–9 °C

Passt zu Fisch, Fondue und als Apéritif

50 cl, statt Fr. 8.50
Fr. 6.80

Direkt in Ihrem Volg bestellen

oder auf www.wein.volg.ch

... und in max. 10 Tagen abholen



Gemüse zum Dippen muss bei jedem Einkauf sein: Fynn (3) und Dina (6) wissen schon bestens, wo sie in ihrem Volg welche Produkte finden.



«Poschten im Volg isch mega lässig»

Kinder-Poschtiwägeli, ein eigenes Kindermagazin, spezielle Kindertragtaschen oder Holzfiguren zum Spielen: Solche vermeintlich kleinen Dinge sind für die kleinsten Volg-Kunden wie Dina und Fynn aus Oberegg AI das Grösste.

Am Volg Oberegg läuft die 6-jährige Dina fast täglich vorbei – er liegt direkt auf ihrem Chindsgiweg. Doch auch drinnen kennen sich sie und ihr 3-jähriger Bruder Fynn schon bestens aus. Mit Mami Yvonne Züst kaufen sie hier regelmässig für den Familienhaushalt ein. Dann wird das Kinder-Poschtiwägeli geschnappt und

schnurstracks geht's damit zum Früchte- und Gemüse-Gestell. Eifrig greifen sie zu: Cherrytomaten, Aprikosen und Rüebli landen in ihren Einkaufswagen. Zwei Schritte weiter folgt die geliebte Haussauce, in die sie so gern Gemüse dippen. Ein weiterer Halt, der sein muss, ist beim Kühlregal mit den Molke- reiprodukten, wo sich das «Feins vom Dorf»-

Jogurt befindet, mit dem das Mami so feine Müesli zubereitet. Nebst solchen Lieblings- produkten gibt es aber noch weitere Dinge, die das Einkaufen im Dorfladen für Dina und Fynn zum besonderen Erlebnis machen: Die Holzfiguren zu den Volg-Spielplänen, die sie sich jeweils an der Kasse aussuchen dürfen und natürlich das alle zwei Monate



An der Kasse bei Ladenleiterin Abnore Thaqi dürfen sich Dina und Fynn Holzfiguren für die Volg-Spielpläne aussuchen.



Die Einkäufe sind in den Volg-Kindertragtaschen verstaut. Mit Mami Yvonne Züst geht es wieder nach Hause.

erscheinende Volg-Kindermagazin «HEY». Schwupps – schon landet die aktuelle Ausgabe in ihren Kindertragtaschen.

Wo Kinder Einkaufen lernen

«Das Einkaufen im Volg ist überschaubar und entspannt. Kein Gehetze, kein Gewim-

mel», sagt Yvonne Züst. Nicht zuletzt deswegen sollen ihre Kinder im Volg Obereggi bald einmal lernen, selbstständig einzukaufen. Kommen Dina und Fynn dann zu Ladenleiterin Abnore Thaqi und ihrem Team, hilft man ihnen gerne. «Im Dorf wohnen viele Familien, entsprechend viele Kinder sind unsere Kunden.

Einige zeigen uns den Poschtizettel vom Mami, anderen holen wir im Gestell höher oben platzierte Produkte herunter. Und das «HEY» geht bei uns weg wie warme Weggli», erzählt Abnore Thaqi lachend.

Michel - die fruchtige Vielfalt



Michel
Inspired by fruits.

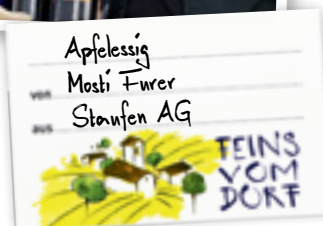
Feins vom Dorf



Pascal und Barbara Furer-Hartmann stellen ihren süssen «Aceto Meleco» seit 15 Jahren her.



Verena Sonderer, Ladenleiterin Volg Staufen, und Pascal Furer-Hartmann



«Fruchtig, süss und weitherum einzigartig»

Produzent
Pascal Furer-Hartmann

Aus saisonalem Obst edle Tropfen zu erzeugen, ist Ehepaar Furer-Hartmanns grosse Leidenschaft. In ihrer Mosterei entsteht auch der im Volg Staufen erhältliche, beliebte Apfelessig «Aceto Meleco».

Bereits in vierter Generation mostet Pascal Furer-Hartmann Obst für Bauern und Kleinproduzenten aus der Region. In seiner modernen Kundenmosterei im aargauischen Staufen produziert er aus verschiedenen Früchten Saft, Wein und Essig – allen voran seinen Spezialitätenessig «Aceto Meleco» aus regionalen Äpfeln. Der Aceto, eine Mischung aus Apfelessig und eingedicktem Süssmost, ist wegen seiner

fruchtigen Süsse und dem einzigartigen Geschmack weitherum bekannt. Er wurde 2017 sogar mit der Goldmedaille am «Schweizer Wettbewerb der Regionalprodukte» ausgezeichnet.

Unverfälschtes Apfelaroma

Ein Grund für den unverkennbaren Goût des Acetos steckt auch in der aromaschonenden Vergärung des Apfelsaftes zu Apfelwein, Ver-

edelung zu Essig und Lagerung. Das Apfelaroma kann sich in den geruchsneutralen Chromstahl-tänken optimal entfalten. Das schmeckt man: «Kunden, die den «Aceto Meleco» regelmässig zum Verfeinern ihrer Speisen bei uns kaufen, schwärmen von seinem unverfälschten Apfelaroma», sagt Verena Sonderer, Ladenleiterin im Volg Staufen. Auch weil der Essig aus der Nähe kommt, sei er bei den Kunden so beliebt.



Im Volg Staufen erhältliche «Feins vom Dorf»-Produkte sind nebst dem Apfelessig und Wein von Pascal Furer-Hartmann auch Glacé von der Bäckerei Gradwohl in Staufen, Wein von Ernst und Therese Suter-Doninelli aus Staufen, Wein von der JVA Lenzburg, Würste von der Traitafina in Lenzburg sowie Backwaren von der Bäckerei Büchli in Lenzburg.

Produkte mit Lokalcharakter

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





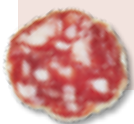
LEERDAMMER

Leerdammer - für natürlich feinen Geschmack

Wir von Leerdammer sind davon überzeugt, dass Kühe für richtig gute Milch an die frische Luft müssen. Daher stammt die Milch für Leerdammer von Kühen aus Weidehaltung. Weitere Informationen dazu finden Sie unter www.leerdammer.ch



*in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich



Perfekter Proviant für die Herbstwanderung: das Malbuner Pocket Sandwich mit Salami aus Schweizer Fleisch

Gut gerüstet gegen den kleinen Hunger

Würzig, schnell und überall dabei: Das Malbuner Pocket Sandwich passt in jede Tasche und liefert Energie für Alltag und Abenteuer.

Pikante Salami, nach einem Familienrezept aus bestem Schweizer Fleisch hergestellt, zwischen zwei angerösteten Brotscheiben: das Malbuner Pocket Sandwich, die neuste Innovation der beliebten Fleischwarenmarke der Ospelt Gruppe. Würzig lockt der Snack zum herzhaften Reinbeissen, liefert schnell und überall Energie – und passt erst noch federleicht in Taschen und Rucksäcke.

Malbuner, mal besser unterwegs

Packen Sie für die nächste Wanderung oder Zugfahrt einen Snack ein, der ausgezeichnet

net wurde. Das Malbuner Pocket Sandwich erhielt 2017 zwei goldene Sterne des Superior Taste Awards, der einzigen Qualitätsauszeichnung im Bereich Geschmack, bei der ausgewiesene Chefköche und Sommeliers die Jury bilden. Mit der Entwicklung dieses «on the go»-Produkts ist dem Traditionshaus Malbuner ein salamistarker Ener-

gielieferant, eine Alternative zu süßen Snacks und ein unkomplizierter Hungerstiller für allerorts gelungen.

Malbuner®



Die neuste Kreation aus dem Haus Malbuner mit Salami nach Familienrezeptur gibt es jetzt im Volg.



Typisch Schweiz – Typisch Volg



*Adrian und David Bächli,
Geschäftsführer
der Bächli-Cord AG*

Vier Fragen

an Adrian Bächli

Herr Bächli, was ist die Bächli-Cord AG?

«Wir sind ein Familienunternehmen, das 1982 von unseren Eltern gegründet wurde und heute von meinem Bruder und mir in zweiter Generation geführt wird. Mit 60 Mitarbeitenden produzieren wir Schnüre für Privathaushalte und für die Industrie und exportieren in rund 30 Länder weltweit.»

Was sind die Stärken Ihres Unternehmens?

«Seit jeher haben wir ein offenes Ohr für die Kundschaft. Wir wissen, was gefragt ist und können auch flexibel auf spezifische Wünsche eingehen. Auch Nachhaltigkeit wird bei uns grossgeschrieben: Einerseits beziehen wir den Strom für unseren hohen Energiebedarf ausschliesslich aus Wasserkraft. Andererseits produzieren wir unter anderem Recycling-Schnüre aus Textil-Restposten, die in der Industrie keine Verwendung mehr finden. So verbrauchen wir wenig neuen Rohstoff.»

Was verbindet Sie mit Volg?

«Wie bei Volg ist unser Unternehmen ebenfalls in der Schweiz und im Dorf daheim. Das soll auch in Zukunft so bleiben, denn wir wollen mit dem Land und den Menschen hier verbunden bleiben. Auch die finanzielle Wertschöpfung, die wir bewusst im Inland generieren, verbindet uns mit Volg.»

Was ist das Besondere an den Schnüren der Bächli-Cord AG?

«Unsere Schnüre haben eine gute Festigkeit und Haptik. Sie liegen angenehm in der Hand. Das Sortiment besteht aus Packschnüren, Küchenschnüren und den Mehrzweck-Recycling-Schnüren, von denen jede einzigartig in der Farbe ist. Die Schnüre werden aus Qualitätsgarn in der Schweiz hergestellt und haben ein attraktives Preis-Leistungs-Verhältnis.»



In der Facherei werden die verschiedenfarbigen Garne zusammengeführt. Susanne Zimmerli hat das nötige Fingerspitzengefühl dafür.



Die Garne aus der Facherei werden mit 4000 Umdrehungen pro Minute vorgezwirnt.



Regjep Neziraj stellt die verschiedenfarbigen Zwirne bereit, damit diese weiter zur Schnur verdreht werden können.



Amadou Gaye schaut, dass die Schnüre von der Spindelbank zu formschönen Knäueln aufgewickelt werden.



40 Kilogramm muss die Schnur im Reisstest aushalten. Adrian Bächli nimmt gleich selber eine Prüfung vor.



Die Schnüre von Bäch-Cord sind im Haushalt zuverlässige Helfer.

Die Thurgauer Zwirnmeister

Ob Zeitungen, Braten oder Gartenpflanzen – manches will gut gebündelt und gebunden sein. Mit den Qualitätsschnüren von der Bäch-Cord AG in Oberneunforn TG gelingen Knoten und Schlaufen schnurstracks.



2,5 bis 3,5 Millionen Knäuel verlassen die Fabrik pro Jahr. Manuela Miric klebt die «Typisch Volg-Typisch Schweiz»-Etikette auf.

Typisch
Schweiz
Typisch
Volg+
typiquement
suisse



Die hitzeresistenten Küchenschnüre, die Recycling-Schnüre und die Packschnüre von Bäch-Cord überzeugen durch Qualität und Nachhaltigkeit.

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 Entscheidung für «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Artikel sichert Arbeitsplätze.

Echte Tempo-Sauberkeit.



Tempo Toilettenpapier
9 Rollen à 120 Blatt, 4-lagig, weiss

Tempo Toilettenpapier
9 Rollen à 150 Blatt, 3-lagig, weiss

Tempo Feuchte Toilettentücher
Sanft & pflegend, 42 Tücher

Trockenes Toilettenpapier von Tempo ist die perfekte Kombination aus starkem, aber doch weichem Papier. Zusammen mit Tempo feuchte Toilettentücher verwendet, verleiht es Ihnen das sichere Gefühl von Sauberkeit durch eine gründliche und doch schonende Reinigung.



essity

Tempo,
eine Marke von Essity

Tempo®



Volg beliefert Läden bis in die hintersten Täler täglich mit Frischprodukten.

100%
ENGAGEMENT

Volg beliefert seine Dorfläden täglich. Damit und mit der Möglichkeit, selbst Kleinstmengen zu bestellen, geht Volg erfolgreich gegen Foodwaste an.



Das Fertigen und Abwägen auch einzelner Produkte ist für Rüsterin Fujikova Lenka von der Volg Verteilzentrale Winterthur an der Tagesordnung.

Das Engagement für ländliche Gemeinden gehört zu den Grundwerten von Volg. So sind die Volg-Läden und dementsprechend auch die benötigten Verkaufsmengen oftmals sehr klein. Um dem Verlust von Lebensmitteln entgegenzuwirken, beliefert die Volg-Gruppe deshalb die einzelnen Verkaufsstellen sechs Mal pro Woche mit Frischprodukten: Nachbestellungen in Stückmengen, wie beispielsweise ein einzelner Mischsalat oder eine Packung Hackfleisch, sind jeweils bis um 18 Uhr am

Vortag möglich. Die Verschwendung von Lebensmitteln ist ein grosses Thema: Jedes Jahr werden pro Person rund 30 Kilogramm Lebensmittel weggeworfen. Zu den vermeidbaren Abfällen gehören dabei Nahrungsmittel, welche aufgrund von Verderb, Verfall oder Qualitätsmängeln nicht verzehrt werden können.

«Puppenstuben-Logistik»

Damit dies mit unverkauften Lebensmitteln in den Volg-Läden nicht passiert, nimmt



In der Schweiz geht rund $\frac{1}{3}$ aller Lebensmittel zwischen Feld und Küche verloren. Diesem Missstand wirkt Volg mit seiner «Puppenstuben-Logistik» entgegen.



Dank des Aufbackens des Brots direkt in den Volg-Läden ist die Menge besser kontrollierbar, was ebenfalls zur Verminderung von Lebensmittelabfall beiträgt.



Volg arbeitet mit dem Verein «Tischlein deck dich» und dem Projekt «Schweizer Tafel» zusammen. Einwandfreie, unverkaufte Lebensmittel werden so an arbeits-betroffene Menschen in der Schweiz verteilt.

Mit drei Verteilzentralen in Winterthur, Landquart und Oberbipp ist Volg verkehrstechnisch ideal positioniert. Das bedeutet kürzere Lieferwege und geringere Umweltbelastung.



Volg einen hohen logistischen Aufwand auf sich. Dabei sind alle Schritte wichtig – vom Abpacken bis zur Anlieferung. So werden in den Verteilzentralen die Produkte einzeln oder in kleinen Einheiten durch Rüster gefertigt und von Kommissionierern auf Rollis geladen – und nicht auf ganze Paletten. Diese «Puppenstuben-Logistik» ermöglicht es den Ladenleiterinnen, die Mengen ihrer Kundenfrequenz entsprechend zu bestellen und so immer frische Ware im Angebot zu haben – stets im Sinne der Umwelt.

LIPTON

DER KLASSIKER

ECHT GUT



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

Lipton

LIVE AWAKE



**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.



Bildung ist für Kinder in Lateinamerika nicht überall selbstverständlich. Chiquita engagiert sich in den Regionen ihrer Plantagen sehr für eine gute Schulbildung.

Schulbildung dank der beliebten Banane



Hinter dem blauen Sticker

- In den Jahren 2013–2017 vergab Chiquita jährlich zwischen 4050 und 4350 Stipendien oder Schulpakete.
- Bis 2017 unterstützte Chiquita 17 Schulen mit Material- und Sachspenden sowie Investitionen in die Infrastruktur der Gebäude. 2018 wurden bisher 8 Schulen unterstützt.
- Bis 2020 werden 100 Schulen und 20 000 Kinder durch Bau und Renovierung von Schulinfrastruktur, Bereitstellung von Lernmaterial und Lehrveranstaltungen profitieren. Beginnend mit Pilotprojekten in Costa Rica und Panama wird später in Länder expandiert, in denen das Unternehmen Bananen von unabhängigen Anbauern kauft.



Das Frucht-Unternehmen Chiquita mit dem kultigen blauen Label setzte sich zum Ziel, innerhalb von 10 Jahren allen Kindern in der Umgebung der Plantagen zu einer gründlichen Grundschulbildung zu verhelfen. Die Chiquita-Besitzerfamilie investiert jährlich in Schulgelder und -materialien, Stipendien sowie Renovationen von Schulgebäuden. Bis 2020 werden davon in enger Zusammenarbeit mit den jeweiligen Regierungen rund 20 000 Kinder in 100 Schulen in Panama, Guatemala, Honduras und Costa Rica profitieren. «Mit unserem Engagement für die Ausbildung der Kinder können wir die Lebenssituation der Menschen wesentlich verbessern – und zwar über Generationen

hinweg», begründet Andrew J. Biles, CEO von Chiquita, diese Bildungsoffensive.

Auch medizinisch gut umsorgt

Chiquita rief auch Gesundheitsprogramme ins Leben: Bereits in vier grossen Schulen werden die Augen und Zähne medizinisch untersucht und die Kinder erhalten kostenlose Zahnreinigungssets. Das bringt besonders in Gebieten mit erschwertem Zugang zu diagnostischen Einrichtungen eine markante Verbesserung der Gesundheit. In Zukunft will sich Chiquita auch in Ländern, in denen das Unternehmen keine eigenen Plantagen hat, für die Schulbildung der Kinder engagieren.

- Jedem Chiquita-Mitarbeiter wird die Gelegenheit geboten, einen bezahlten Arbeitstag für die aktive Unterstützung eines Projektes einzusetzen.

100% mit Schweizer Milch.

Gewinnen Sie ein aussergewöhnliches Dinner auf dem Bauernhof für 20 Freunde oder eine von 555 weiteren Schweizer Köstlichkeiten.

Jetzt teilnehmen: swissmilk.ch/inside

555

kulinarische
Überraschungen
gewinnen!



ACHTEN SIE BEIM KAUF
VON MOZZARELLA AUF DIE
SCHWEIZER HERKUNFT.



Schweiz. Natürlich.



swissmilk

Feins vom Dorf



Kommen Sie am «Feins vom Dorf»-Tag mit lokalen Produzenten ins Gespräch und entdecken Sie deren Spezialitäten-Vielfalt.



Flyer mit Informationen und Wettbewerb zum «Feins vom Dorf»-Tag liegen in allen Volg-Läden auf.

Wer macht bei Ihnen «Feins vom Dorf»?

Am Samstag, 15. September 2018, ist in allen Volg-Läden «Feins vom Dorf»-Tag. Nutzen Sie die Gelegenheit, um von 9 bis 16 Uhr in Ihrem Volg lokale Produzenten persönlich kennenzulernen.



Zum zweiten Mal lädt Volg in allen Läden dazu ein, die «Feins vom Dorf»-Produzenten kennenzulernen und ihre Spezialitäten zu entdecken. Darunter sind lokale Klassiker wie Brot, Eier und Honig sowie lokale Besonderheiten wie Würste, Biere, Öle oder Weine. Das 2005 eingeführte Label «Feins vom Dorf» umfasst

mittlerweile beachtliche 10 000 lokale Erzeugnisse von 3000 Produzenten. Das Angebot ist von Volg zu Volg unterschiedlich.

585 Besucher gehen als Gewinner nach Hause

Neben lokalen Köstlichkeiten und interessanten Gesprächen erwartet Sie auch ein Wett-

bewerb. Fünf Gewinner des Hauptpreises dürfen sich auf einen Drei-Minuten-Gratiseinkauf in ihrem Volg freuen. Ausserdem werden 580 gefüllte Volg-Einkaufstaschen verlost. Besuchen Sie am 15. September Ihren Volg oder vielleicht auch einen Volg in der Umgebung. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und wünschen Ihnen viel Glück beim Wettbewerb.

Psst... Appenzeller® für Raclette



Unser jüngstes Käsegeheimnis: Jetzt sorgt Appenzeller® für eine unwiderstehlich würzige Abwechslung auf jeder Raclette-Platte.



mehr zum thema

Romandie

Volg ist seit einigen Jahren auch in der Romandie zu Hause. Kommen Sie mit auf unsere kleine «Tour de Gourmandie» – zu Sehenswürdigkeiten und kulinarischen Spezialitäten der Romandie.

Atemberaubende Aussichten, historische Stätten, nie enden wollende Weinbaugebiete, kulinarische Spezialitäten – die Romandie lässt keinen Wunsch offen. Caroline Tanner, Ladenleiterin im Volg Onnens im Kanton Waadt, schwärmt von der Romandie als Ausflugsziel: «Unsere schöne Region ist selbst für Tagesausflüge ideal. Alles ist beieinander – Berge und Seen. Das Klima ist gut, das Essen köstlich, vom Wein ganz zu schweigen. Wir Romands sind gesellig und gastfreundlich. Nach einer gewissen Zeit kennt man sich einfach – wie etwa die Touristen auf dem Campingplatz am See in Corcelettes, die immer wieder im Volg einkaufen. Dieses Familiäre ist allen Romands gemein. Doch jeder Kanton hat auch seine Eigenheiten und Reize. Seht selbst, liebe Deutschschweizer, kommt vorbei.»

Augen- und Gaumenfreuden
der Romandie



«Wir Romands sind gesellig und gastfreundlich», sagt Caroline Tanner, Ladenleiterin im Volg Onnens.

Das Waadtland ist ein Schlaraffenland. Gastronomie und Weinbau werden hier grossgeschrieben. Die zweitgrösste Schweizer Weinregion mit Wanderwegen, die an Weinterrassen – darunter das UNESCO-Welterbe Lavaux – und Weinkellern entlangführen, lädt geradewegs zum Degustations-Ausflug gebietstypischer Chasselas-Weine ein. Dazu kostet man mit Vorzug ein Regionalgericht wie Ramequin, Papet vaudois oder Saucisson en croûte – bei einem der zahlreichen, von Gastroführern ausgezeichneten Sterneköche oder in einer gemütlichen Beiz. Auch fürs Auge wird viel geboten: beispielsweise in Avenches mit seinem ortsprägenden Amphitheater oder in Onnens, wo gleich über dem Dorf eine prähistorische Grabstätte steht – der 2300 v. Chr. erbaute Dolmen (wörtlich «Steintisch») von Praz Berthoud.



Saucisson en croûte

Zutaten für 4 Personen:

250 g **geriebener Teig** (Grundrezept auf www.volg.ch unter Rezepte) auf etwas **Mehl** zu einem Quadrat von ca. 30 x 30 cm auswallen. Für die Füllung den Teig mit 2–3 EL **Körnersenf** und 200 g **Meerrettichpaste** bestreichen, danach 100 g geriebenen **Emmentaler** darauf streuen. 1 **Saucisson** à ca. 350 g in die Mitte legen und die Ränder mit Wasser bestreichen. Wurst in den Teig einrollen und die Ränder gut andrücken. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit 1 verquirlten **Ei** bestreichen. 40–50 Min. in der Mitte des vorgeheizten Ofens bei 180 °C backen.

Zubereitung: 15 Min. + 40–50 Min. backen

Tipps: auf gedünstetem und kurz angebratenem Lauch anrichten

Wo Sterneköche und Schweizer Weine grüssen

Dolmen in Onnens



*Ein köstliches Essen aus dem Waadtland begleitet man am besten mit wunderbaren Weinen aus der Region – wie etwa den im Volg erhältlichen **Féchy AOC La Côte Soir Soleil** oder **Lavaux AOC**.*

Volg-Ladenstandorte
im Kanton Waadt

Apples • Avenches • Eclépens
• Grandson • Onnens



Ramequin

Zutaten für 4 Stück:

250 g in Scheiben geschnittenes **Weissbrot** mit 40 g **Butter** bestreichen. Lagenweise mit 200 g geschnittenem **Gruyère** in 4 gebutterte Gratinförmchen einschichten. Für den Guss 4 **Eier** mit 6 dl **Milch** mischen, mit **Salz**, **Pfeffer** und **Muskatnuss** würzen und darüber giessen. 20 g Butterstückchen darauf verteilen und bei 200 °C auf der zweituntersten Rille ca. 30 Min. backen.

Zubereitung: 20 Min. + 30 Min. backen

Tipps: mit einem Nüsslisalat servieren





Neuenburger Gemüsegratin

Zutaten für 4 Personen:

1 fein gehackte **Zwiebel**, 200 g in 2 cm dicke Streifen geschnittenen **Lauch** und 1 gepresste **Knoblauchzehe** in 2 TL **Butter** bei schwacher Hitze 5 Min. andämpfen. In die eingebuttrerte Gratinform geben. 2 dl **Bouillon** und 2 dl **Rahm** aufkochen, kurz köcheln lassen, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. 150 g blanchierten **Spinat** und 2 geschälte, in feine Streifen geschnittene **Rüebli** über die Zwiebel-Lauch-Mischung verteilen und 100 g von 150 g geriebenem **Gruyère** über das Gemüse streuen. Den Gratin mit 150 g in feine Scheiben geschnittene, mehlig kochende **Kartoffeln** (z. B. Nicola oder Charlotte) belegen. Die heisse Rahmmischung dazu giesen, den restlichen Gruyère darüber streuen und 20 g **Butterflocken** darauf verteilen. Den Gemüsegratin in der Mitte des vorgeheizten Ofens bei 180 °C während ca. 45 Min. gratinieren. Aus dem Ofen nehmen, 100 g **Tête-de-Moine-Röschen** über dem Gratin verteilen und servieren.

Zubereitung: 20 Min. + 45 Min. gratinieren



Le Landeron

Wo man vieles durch die Rosé-Brille sehen kann

Auf ein Auge sind die Neuenburger besonders stolz: auf ihr Rebhuhnauge – Oeil-de-Perdrix auf Französisch. Der berühmte, meist aus Pinot Noir gekelterte, blasse Roséwein hat seinen Ursprung in Neuenburg – das belegen Zeugnisse von 1861. Weinbau gab es in der Gegend jedoch bereits tausend Jahre vorher. Das milde Klima machte Neuenburg schon früh zur Weinregion. Und wo guter Wein entsteht, wird auch gut gegessen. Neuenburger Jacques, Brioche oder Gemüsegratin sind nur einige Gerichte, die man hier probieren muss. Sowie das Städtchen Le Landeron am Bielersee und der beeindruckende Felsenkessel Creux du Van nur zwei der vielen Sehenswürdigkeiten sind, die man unbedingt besuchen sollte.



Neuenburger Brioche

Auf www.volg.ch unter Rezepte finden Sie die Zubereitung für dieses süsse Hefengebäck, das mit Butter bestrichen herrlich zu einem Milchkaffee schmeckt.

Volg-Ladenstandorte im Kanton Neuenburg
Cressier • Le Landeron • Les Geneveys-sur-Coffrane

Einige Freiburger sagen von ihrem Kanton, er mache glücklich. Denkt man an Meringues und Double crème, kann man ihnen nur beistimmen. Bekannt ist die Region auch für ihren Käse, insbesondere Gruyère und Vacherin. Die Herstellung geht bis ins 12. Jahrhundert zurück. Es ist deshalb nicht erstaunlich, dass Käse hier auch die Küche prägt: von der Soupe de chalet bis Freiburger Fondue oder Rösti. Die «cheese»-Aufforderung zum Lächeln auf Fotos könnte somit von hier stammen. Eindrucksvolle Kulissen für Selfies hat Freiburg jedenfalls viele: angefangen beim Mont Vully mit Sicht auf den Murten-, Bieler- und Neuenburgersee. Zwischen den drei Seen haben Wanderer und Velofahrer die Wahl zwischen Reben- und Uferweg oder Gemüse-, botanischem und historischem Pfad.



Soupe de chalet

Zutaten für 4 Personen:

5 in grosse Würfel geschnittene, mehlig kochende **Kartoffeln** und 1 gehackte **Zwiebel** in 1 l **Wasser** geben. 0,5 dl **Milch** dazugeben, mit **Salz** würzen und aufkochen. 4 EL gemischte **Kräuter** begeben und 35 Min. leicht sieden lassen. 100 g **Makkaroni** beifügen und 10 Min. mitkochen. 0,5 dl **Rahm** dazugeben, Hitze reduzieren und nicht mehr kochen. 150 g in Stücke geschnittenen **Gruyère** auf 4 Teller verteilen und die Suppe darüber giessen.

Zubereitung: 45 Min.

Wo «cheese» für glückliche
Region steht



Blick vom Mont Vully auf den Bielersee



Freiburger Rösti

Zutaten für 4 Personen:

800 g gekochte, fest kochende **Kartoffeln** vom Vortag schälen und mit der Röstiraffel reiben. 1 EL **Bratbutter** in der Bratpfanne erhitzen, 3 gehackte **Zwiebeln** und 2 gepresste **Knoblauchzehen** begeben und andünsten. Kartoffeln beifügen und bei kleiner Hitze unter gelegentlichem Wenden leicht anbraten. Mit **Salz**, wenig **Pfeffer** und **Muskatnuss** würzen. 250 g **Freiburger Vacherin-Käse** mit der Röstiraffel reiben und dazugeben, mischen. 3 EL **Weisswein** darüberträufeln, die Rösti zu einem Kuchen formen. Die Rösti nicht mehr umrühren und bei kleiner Hitze 15 Min. weiterbraten, bis sich eine goldbraune Kruste gebildet hat. Rösti mithilfe eines Tellers wenden und weitere 10 Min. fertig braten.

Zubereitung: 45 Min.

Volg-Ladenstandorte
im Kanton Freiburg

Cheyres • Courtepin
• Nant-Sugiez



Walliser Tomaten-Fondue

Zutaten für 4 Personen:

800 g **Raclettekartoffeln** weich garen. 4 **Tomaten** kreuzweise einschneiden, in kochendes Wasser tauchen, kalt abschrecken und Haut abziehen. Tomaten halbieren, entkernen und in kleine Würfelchen schneiden. 2 **Knoblauchzehen** fein hacken. 1 TL **Butter** im Caquelon erhitzen, Tomaten und Knoblauch darin andünsten. 3 dl **Passata di Pomodoro** (Tomatensauce), 400 g grob geriebenen **Gruyère** und 400 g in Würfel geschnittenen **Raclettekäse** dazugeben. Unter Rühren so lange erhitzen, bis der Käse geschmolzen ist. 4 TL **Maizena** mit 1 dl **Weisswein** anrühren und unter das Fondue rühren. Mit **Pfeffer** und **Cayennepfeffer** gut würzen. Das Tomatenfondue traditionell über die Kartoffeln giessen oder Kartoffelstücke im Fondue rühren.

Zubereitung: ca. 25 Min.

Das französischsprachige Unterwallis kann getrost als Region der Superlativen bezeichnet werden. Mit dem deutschsprachigen Oberwallis zusammen bildet es die grösste Weinbauregion der Schweiz – mit Fendant und Heida als Aushängeschilder. Es ist die Hochburg der Raclettes und Fondues – mit exotischen Varietäten bis hin zum Tomaten-Fondue. Zum Entdecken gibt es Grossartiges wie auch Kurioses: etwa den grössten unterirdischen See Europas in St-Léonard oder die weltweit höchste Staumauer Grande Dixence, aber auch den weltkleinsten Weinberg mit lediglich drei Rebstöcken. Der liegt in einem der besterhaltenen mittelalterlichen Dörfer – das 2013 als «schönstes Dorf der Romandie» ausgezeichnete Saillon – und ist dem einstigen «Walliser Robin Hood» Joseph-Samuel Farinet gewidmet und heute Eigentum des Dalai Lama sowie einiger Weltstars.

Wo die Grössten und die Kleinsten zusammentreffen

Walliser Tropfen aus dem Volg: der **Heida AOC Valais** und der **Fendant AOC Valais Blanc d'Amour**



Salée du Val d'Ille

Auf www.volg.ch unter Rezepte finden Sie die Zubereitung für diesen saftig-süssen Walliser Kuchen mit Äpfeln und Zimt.

Volg-Ladenstandorte im Unterwallis

Basse-Nendaz • Evionnaz • Morgins • Muraz (Collombey)
• Orsières Gare • Saillon • Vex • Veyras • Veysonnaz • Vissoie

WELCHE FLÜGEL DÜRFEN'S DENN SEIN?



Der Jura ist zwar der jüngste Schweizer Kanton, aber noch voller althergebrachter Traditionen: Gut behütet sind nach wie vor der einzige Dialekt der galloromanischen Öil-Sprache in der Schweiz, der Freiburger als letzte Schweizer Pferderasse, naturbelassene Landschaften wie der Mooresee Etang de la Gruère, die römische Anlage «Villa Gallo-Romaine de Vicques» mit ihren archäologischen Kostbarkeiten, aber auch kulinarische Schätze wie Toëttché oder Striflates. Andererseits zählt die High-Tech-Industrie des Kantons zur Welt-Avantgarde: etwa die «Watch Valley» entlang des Jura-bogens. Naturnah und bodenständig, aber innovativ zugleich ist auch der Berner Jura, der ebenso mit sehenswerten Ausflugszielen trumpfen kann. Allein in unmittelbarer Umgebung von Péry befinden sich die Taubenlochschlucht, der Bözingenberg, der Parc Elfenu und das Omega Museum.



Mooresee Etang de la Gruère



Toëttché

Ein salziger Rahmkuchen, der lauwarm am besten schmeckt und hervorragend zu einem Bier passt. Die Zubereitung finden Sie auf www.volg.ch unter Rezepte.

Wo Tradition und Innovation Hand in Hand gehen

Bricelés bernois (Berner Bretzeli)

Zutaten für ca. 25 Stück:
 90 g flüssige **Butter**, 100 g **Zucker** und 1 **Ei** gut verrühren. 1,25 dl kaltes **Wasser** dazugeben, 180 g **Mehl** dazu sieben und alles zu einem glatten Teig verrühren. 3 Std. zugedeckt ruhen lassen. Waffeleisen vorheizen. Den Teig nochmals gut verrühren. Pro Waffel 1 EL **Teig** auf die untere Backfläche geben, Waffeleisen schliessen und ca. 1 Min. backen. Waffel herausnehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen.
Zubereitung: 30 Min. + 3 Std. ruhen lassen



Taubenlochschlucht

Volg-Ladenstandorte im Kanton Jura und Berner Jura
 Courgenay • Courrendlin
 • Montfaucon • Péry • Vicques

Verbrauchte Batterien müssen der Verkaufsstelle zurückgebracht werden.

Energizer
max

+POWERSEAL
TECHNOLOGY

Schützt* Ihre Geräte!



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

PARISIENNE

**VIEL STOPF
FÜR WENIG GELD**

PARISIENNE CHEZ MOI



18.80

*in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

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.

Wettbewerb

*Einkaufsglück:
Volg-Gutscheine
können in allen über
580 Volg-Läden
eingelöst werden.*



WETTBEWERB

Wie viele Liter Milch stecken in
1 Kilogramm Emmentaler AOP?

- A: 8 Liter
B: 12 Liter
C: 18 Liter

**1. Preis im Wert
von Fr. 1500.-**
Volg-Einkaufsgutscheine

**2. Preis im Wert
von Fr. 1000.-**
Volg-Einkaufsgutscheine

**3.-4. Preis im Wert
von je Fr. 750.-**
Volg-Einkaufsgutscheine

**5.-7. Preis im Wert
von je Fr. 500.-**
Volg-Einkaufsgutscheine

**8.-11. Preis im Wert
von je Fr. 250.-**
Volg-Einkaufsgutscheine

**12.-26. Preis im Wert
von je Fr. 100.-**
Volg-Einkaufsgutscheine

→ Mitmachen & Gewinnen

Teilnahme am Wettbewerb vom 30. August
bis 24. September 2018 möglich

Online: www.volg.ch/volg-magazine

Per Telefon: 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf,
Festnetzstarif. Sprechen Sie den Lösungs-
buchstaben, 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. September 2018
auf Postkarte (keine Briefe) an Volg
Konsumwaren AG, «Emmentaler», Postfach
344, 8401 Winterthur

Einkäufe gewinnen mit Emmentaler

**Dank verschiedenen Reifegraden gewinnt der
Emmentaler AOP seine drei Aromacharaktere.
Gewinnen Sie mit dem beliebten Schweizer
Käse Gutscheine für Ihre Einkäufe im Volg.**

Mild, würzig oder kräftig? Der Käse
mit den berühmten Löchern über-
zeugt in drei verschiedenen Reife-
graden: Mild-nussig schmeckt der Emmen-
taler AOP nach mindestens vier Monaten
Reifung. Nach doppelt so langer fachmänni-
scher Pflege und Lagerung gewinnt der «An-
gereifte» an Kraft. Seine volle Reifestärke hat er
nach 12 Monaten im Käsekeller entfaltet – mit

jedem Bissen ein geschmacklicher Hoch-
genuss! Je länger der Emmentaler AOP reifen
darf, umso delikater wird er. Erfahrene Käse-
meister produzieren den Emmentaler AOP
aus frischer, unbehandelter Milch und frei
von Zusatzstoffen. 12 Liter Milch von Schwei-
zer Kühen mit Auslauf entwickeln in einem
Kilo Käse volles Aroma. Dank der natürlichen
Fütterung mit Heu und Gras zeichnet eine
besondere Naturfrische den Emmentaler
AOP aus. Geniessen Sie den Käse mit den
prominenten Löchern und gewinnen Sie
Volg-Gutscheine für Ihren nächsten Einkauf.



Die Mitarbeitenden von Emmentaler Switzerland und der Volg Konsumwaren AG sind nicht teilnahmeberechtigt.
Keine Barauszahlung der Preise. Es wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



**Wenn du Geschmack hast,
bist du bei mir richtig.**



**NEU
BEI VOLG**
* in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich



**Mit wertvollem Chia,
getrockneten Tomaten und
bestem Basilikum.**

Familienpreis

Lea Wüthrich (20), Lernende in Uster, holt sich für ihren Zmittag im Volg Uster günstige Produkte wie das Familienpreis-Trockenfleisch.



Das Familienpreis-Trockenfleisch wird aus hochwertigem Schweizer Rindfleisch in viel Handarbeit hergestellt.

Feinstes Fleisch für jedes Budget

Das Volg Familienpreis-Trockenfleisch aus magerem Schweizer Rindfleisch wird sorgfältig von Hand veredelt und in optimaler Höhe in Churwalden hergestellt.

neu



Das Familienpreis-Sortiment bietet eine breite Auswahl an Qualitätsprodukten zu familienfreundlichen Preisen. Davon profitieren auch Lernende mit kleinerem Budget wie Lea Wüthrich. «Mein Zmittag muss schmecken, einfach zum Zubereiten und auch noch günstig sein», sagt sie und greift im Volg-Kühlregal nach dem Familienpreis-Trockenfleisch.

Mit diesem bereitet sie sich später rasch ein feines Sandwich zu.

Aus den Bündner Bergen

Das Familienpreis-Trockenfleisch wird in der Fleischtrocknerei Sulai in Churwalden auf 1230 Metern über Meer hergestellt, wo die trockene Bergluft für die Trockenfleischproduktion optimal ist. Für das Volg

Familienpreis-Trockenfleisch werden ausgewählte Rindfleischstücke aufwendig und mit viel Handarbeit veredelt, gepökelt und getrocknet, bevor es am Schluss in dünne Tranchen geschnitten und verpackt wird. Öffnen Sie die Verpackung am besten eine Stunde vor dem Genuss und lagern Sie sie bei Zimmertemperatur. So offenbart die Spezialität ihr volles Aroma.

SLASH
CHEWING TOBACCO
EXTRA STRONG

www.slashtobacco.ch

24 Chewing bags 1.1g



WINTERGREEN



ICE



ORIGINAL

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

**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.

Fit bei Spass und Spiel

Traubenzucker ist der Energie-Express für Körper und Kopf. Volg Traubenzucker erfrischt und macht sofort fit für alle sportlichen und geistigen Herausforderungen.



Hergestellt in der Schweiz, durch
Domaco Dr. med. Aufdermaur AG



Typisch
Schweiz
Typisch
Volg +

Aktueller Tipp

Der Griff nach lactosefreien Joghurts aus besten Bio-Zutaten und ohne Aroma- und Farbstoffe ist die leichtverdauliche Alternative, die erst noch schmeckt. Der Herstellungsprozess nimmt dem Dünndarm Arbeit ab, was je nach Empfindlichkeit bei der Verdauung zu spüren ist. Bei einer Lactoseunverträglichkeit ist der Milchzucker unzureichend verdaubar, was zu Beschwerden führen kann. Zum Glück gibt es im Volg-Kühlregal lactosefreie Joghurts von Biedermann für unbeschwertes Auslöffeln.

Die lactosefreien Joghurts von Biedermann sind leicht verdaulich, streng nach Bio-Vorschriften und ohne Zusätze hergestellt.



1



2



3

Genussvolle Produkte für maximale Verträglichkeit



1
Weniger als 0,1 Gramm Lactose in 100 Gramm Joghurt: Dafür ruht die Milch nach der Beigabe von Kulturen und Enzymen rund 60 Stunden für die Lactosespaltung und Fermentierung.

2
Höchste Hygiene und neuste technische Standards gewährleisten beste Joghurtqualität von der Herstellung bis zum fixfertigen Becher im Kühlregal.

3
Jeden Tag fahren die Biedermann-LKW die lactosefreien Joghurts und andere Milchprodukte in die Volg-Verteilzentralen.

Die lactosefreien Bio-Joghurts von Biedermann sind pur genossen oder zum Beispiel in einem Müesli ein leicht verträglicher Genuss für alle.



Molkerei Biedermann AG



Volg



Vitakraft pure
Chicken Filets/
Chicken Bonas
Kautangen, je 80 g
statt Fr. 3.45
Fr. 3.10

Vitakraft Beef Stick
Rind, 4 Stück
statt Fr. 3.30
Fr. 2.95

Vitakraft deli Chews
Kaurollen Rinderhaut
& Huhn, 3 Stück
statt Fr. 8.95
Fr. 7.95

***Vitakraft Treaties**
Minis Leberwurst,
48 g
statt Fr. 2.10
Fr. 1.85

Haustiere wissen, was sie mögen

Da freuen sich unsere Freunde auf vier Beinen: Neu erhalten Sie im Volg die beliebten Snacks von Vitakraft. Ob sie Ihrem Liebling auch schmecken? Jetzt zum Probiertest testen.



Vitakraft Liquid Snack
Lachs + Omega 3,
Huhn + Taurin,
*Ente + Beta-Glucane,
je 6 Stück
statt Fr. 2.85
Fr. 2.55

***Vitakraft Cat Yums**
Lachs +
Omega 3, 40 g
statt Fr. 2.10
Fr. 1.85

Artgerechte Ernährung ist wichtig, um Hunden und Katzen ein gesundes und glückliches Leben zu ermöglichen. Hundenahrung muss einen hohen Fleischanteil aufweisen und die Versorgung mit allen wichtigen Nährstoffen, Mineralien und Vitaminen sicherstellen. Katzen hingegen haben, damit sie nicht träge werden und Muskeln abbauen, einen hohen Bedarf an Fetten und tierischen Proteinen.

Diese Bedürfnisse werden optimal durch die artgerechten Snacks in den handlichen Packungsgrößen von Vitakraft abgedeckt, welche auf den ertümlichen Ernährungs- und Verhaltensweisen der Tiere basieren:

Sie bestehen aus natürlichen Zutaten ohne künstliche Geschmacksverstärker, Zucker, Farbstoffe und Konservierungsmittel. Für Hunde bieten die Vitakraft-Snacks einen hohen Fleischanteil, eine Extraportion Proteine oder die optimale Zusammensetzung für ein herzhaftes Kauvergnügen. Die Snacks für Katzen weisen einen Fleischanteil von bis zu 95 Prozent auf und sorgen mit Inhaltsstoffen wie dem Omega 3 zusätzlich für eine gesunde Haut und glänzendes Fell. Mit den kleinen Zwischenmahlzeiten für junge Katzen ab drei Monaten werden zudem die Immunabwehr sowie die Herzfunktion und die Sehkraft gefördert. So machen die neuen Snacks von Vitakraft Hunde stark und halten Katzen agil.



Fr. 2.60

Chips mit Chili
Zweifel Piri-Piri
Original Chips, 90 g

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Gehilfe	Fernsprecher	italienisch, span.: mit	Zierstrauch	Fluss im Engadin	Vorname Lindenberg	Klostervorsteher	Arzneimittelgeschäft	Software-nutzer (engl.)	Zwerg der nord. Mythologie	
heiser, belegt (Stimme)	Stadt am Lago Maggiore	Benzin (ugs.)	schweiz. Ex-Boxer (Walter)	Wandverkleidung	französisch: Gold	franz. Stadt in Flandern	Strom durch Basel	ehem. schweiz. Kunstturner		
schweiz. Musiker (R&B und Soul)	nordischer Wassergeist	chem. Zeichen für Selen	islam. Herrscher in Indien	Ab-schnitt	Massbandenteilung	Landwirtschaft betreffend	Vorname Prosts (eh. F1-Pilot)			
Blütentrieb	grosse Behutsamkeit	Fremdwortteil: feindlich	Landarbeiter (Milchgewinnung)	französisches Departement	Saugwurm	schweiz. Fleischspezialität	westafr. Wüste	Violinenspieler		
bringt Röhren zum Leuchten	längliche Kapsel-frucht	Zugmaschine (Kw.)	ugs.: Mut	chemisches Element	englisch: eins	australischer Wildhund	Flächenmass (Mz.)	Insektizid (Abk.)	Ort auf Ameland (Niederlande)	Schalterstellung (engl.)
schweiz. Rocksänger	ausgeprägt, auf-fallend	Frauenkurzname	orientalischer Wollstoff	tiefe Zuneigung	Dosenrindfleisch	Würfelmuster	Schweizer Radio und Fernsehen			

IHR GEWINN

40 x 1 ifolor-Gutschein im Wert von je Fr. 50.-

Hochzeit, Geburtstag oder Familienferien - Erinnerungen sind einmalig. Bewahren Sie Ihre schönsten Momente mit Fotobüchern von ifolor. Den Gutschein im Wert von Fr. 50.- können Sie beim Kauf von Fotos und Fotoprodukten von ifolor einlösen. Weitere Preise sind fünf Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und zehn à Fr. 20.-.

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

Mitmachen & Gewinnen: Teilnahme am Wettbewerb vom 30.08.18 - 24.09.2018 möglich. Online: unter www.volg.ch/volg-magazine
 Per Telefon: 0901 260 360, für 90 Rp./Anruf. Sprechen Sie das Lösungswort, Name und Adresse nach dem Signalton.
 Per SMS: SMS mit dem Keyword VOLGK und Lösungswort (Abstand) Ihrem Namen und Ihrer Adresse an 4636, für 90 Rp./SMS
 Per Post: Lösung bis 20. September 2018 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «ifolor», Postfach 344, 8401 Winterthur

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

Fr. 3.95

Leichter Soja-Snack
 Zweifel vaya Bean Salt Snack, 80 g

Fr. 3.95

Paprika trifft Protein
 Zweifel vaya Protein Paprika Snack, 80 g

statt Fr. 4.75
Fr. 4.25

Nuss-Genuss
 Lindt Les Grandes 34% Noisettes Lait, 150 g

neu

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

Die Lösung finden Sie ab 27. September 2018 online unter www.volg.ch/volg-magazine im Archiv.

Kommen Sie 2019 mit auf Weinreise. In Begleitung von Weinexperte Kurt Feser lernen Sie dabei aussergewöhnliche Insider-Spitzenweine vor Ort kennen.

Auch 2019 bieten die beliebten DIVINO-Weinreisen für jeden Geschmack etwas und auch Weinkennern neue Entdeckungen. Auf unserer Reise an Zitronen, Mandeln, Feigen, Oliven und ausgedehnten Weinbaugebieten entlang, werden

wir immer wieder überrascht sein, dass wir uns mitten in der Pfalz befinden. Auf Slowenien-Tour werden wir Zeugen der beeindruckenden Winzerarbeit, um mit Spitzenweinen den internationalen Markt wieder für sich zu gewinnen. Die Reise durch Rumänien ist eine Art Zeitreise in eine Weinbau-Hochburg vor 6000 Jahren. Und wen es ins Schlaraffenland der Extraklasse lockt, begleitet Kurt Feser am besten durch Italiens Emilia-Romagna. Alles sich lohnende Reisedestinationen. Überlegen Sie nicht lange, wohin Ihre Weinreise 2019 gehen soll – folgen Sie Ihrer ersten spontanen Eingebung und melden sich gleich an. Wir freuen uns auf Sie!

Entdecken Sie
neue Weinwelten



FR. 2080.-
PRO PERSON IM DOPPELZIMMER
(Einzelzimmer + Fr. 150.-)

**Deutschland:
Pfalz**

14. – 18. Mai 2019 (5 Tage)

Johann Wolfgang Goethe hätte gar nicht erst bis nach Italien reisen müssen, um «das Land, wo die Zitronen blühen» zu erkunden und zu besingen. Zitronen, Mandeln, Feigen und Oliven bringen mediterranes Klima auch in der Pfalz zum Blühen. Das speziell milde Klima lässt aber auch Traubensorten wie Riesling, Weissburgunder, Chardonnay, Dornfelder, St. Laurent oder Spätburgunder besonders gut gedeihen. Das macht die Pfalz zum zweitgrössten Weinanbaugebiet Deutschlands – mit hochwertigen Weinen, die wir auf unserer Reise degustieren.

Slowenien

17. – 23. Juni 2019 (7 Tage)

Schon zu Zeiten der Kelten und Illyrer war es ein begnadetes Weinland und noch unter kaiserlicher Herrschaft Weinlieferant am Wiener Hof – doch Slowenien büsste während der Planwirtschaftsphase enorm an Qualität ein. Umso beeindruckender sind die Weine, mit denen slowenische Winzer in jüngster Vergangenheit auf den Weinmarkt zurückkehrten. Auf unserer Reise durch Weingüter auf sanften Hügeln und an Meeresufern geniessen wir nicht nur international anerkannte Spitzenerzeugnisse, sondern auch gut behütete, seltenere Sorten.

FR. 2550.–
PRO PERSON IM DOPPELZIMMER
(Einzelzimmer + Fr. 250.–)



FR. 2950.–
PRO PERSON IM DOPPELZIMMER
(Einzelzimmer + Fr. 340.–)

Rumänien

6. – 15. September 2019 (10 Tage)

Wenn von grossen Weinnationen die Rede ist, denken die wenigsten an Rumänien. Dabei kann das Land am Schwarzen Meer auf über 6000 Jahre Weinbau-Tradition zurückblicken und liegt reblächenmässig auch heute an fünfter Stelle in Europa. Unsere Reise führt durch die Weinregionen von Dealu Mare, Dragasani und Transsilvanien. Zum einen logieren wir in Weinhotels inmitten der Rebberge und zum anderen in den Städten Bukarest, Brasov und Sibiu und besichtigen auch Kulturschätze wie das Kloster Horezu und das Schloss Peles.

Weinreisen mit Kurt Feser von DIVINO sind immer auch eine Exkursion in die Welt des Insiderwissens und reich an Erlebnissen und Genüssen.

Italien: Emilia-Romagna

8. – 13. Oktober 2019 (6 Tage)

Die Doppelregion Emilia-Romagna ist das landwirtschaftlich üppigste Gebiet Italiens und für Feinschmecker ein Paradies auf Erden. Wer mit auf diese Reise kommt, sollte allfällige Diät-Vorsätze gleich zu Hause lassen. Die Emilia ist das kulinarische Zentrum von Bella Italia – mit Spezialitäten wie dem Parmesan aus Reggio, dem unverwechselbaren Schinken aus Parma, dem Aceto Balsamico aus Modena oder den Tortellini aus Bologna. Weinmässig dominiert der Lambrusco. Die Romagna besticht umso mehr durch Qualitäts-Weinbau mit Sorten wie Sangiovese, Albana und Bombino.

FR. 2390.–
PRO PERSON IM DOPPELZIMMER
(Einzelzimmer + Fr. 230.–)



Wissen Sie schon, wohin Ihre Reise geht?

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Ja, beinahe – ich/wir wünsche(n) noch etwas mehr Informationen zu | <input type="checkbox"/> Ja, ich/wir reserviere(n) folgende(n) Platz/Plätze |
| <input type="checkbox"/> Weinreise Deutschland (Pfalz), 14.–18. Mai 2019 | <input type="checkbox"/> Weinreise Rumänien, 6.–15. September 2019 |
| <input type="checkbox"/> Weinreise Slowenien, 17.–23. Juni 2019 | <input type="checkbox"/> Weinreise Italien (Emilia-Romagna), 8.–13. Oktober 2019 |

Name: _____

Vorname: _____

Adresse: _____

E-Mail: _____

Telefon: _____

Anzahl Personen: _____

Datum, Unterschrift: _____

Coupon einsenden an: Di Vino SA, Weinreisen, In der Euelwies 32, Postfach, 8401 Winterthur
Auskunft/Info: Kurt Feser, Di Vino SA, Telefon 058 433 71 11, Fax 058 433 71 09 oder E-Mail an kurt.feser@divino.ch – www.divino.ch

Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Personen beschränkt. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Programmänderungen vorbehalten.



Kann auch dank Volg auf seinem Mountainbike Siege heimfahren: Dario Thoma (21) aus Walenstadt.

«Das Sponsoring durch Volg ist ein Segen»

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



Der 21-jährige Mountainbike-Profi Dario Thoma sitzt in jeder freien Minute auf seinem High-Tech-Gefährt, um auf rasanten Trainingsfahrten durch Wald, Feld und Wiese zu kurven. Seinem Erfolgshunger und seiner Disziplin verdankt das Jungtalent, dass Volg auf ihn aufmerksam wurde und sich vor vier Jahren dazu entschloss, ihn finanziell zu unterstützen. «Der Bike-Sport ist kostenintensiv – mit Bikes, Ersatzmaterial und Reisen kommt einiges zusammen. Das Sponsoring ist ein Segen», sagt der Walenstadtnr.

Gleich doppelt Verlass

Mit der gleichen Disziplin wie beim Fahrtraining versorgt Dario Thoma Volg regelmässig mit persönlichen Rennberichten und News-

lettern. «Volg verdanke ich mindestens so viel wie meinem Umfeld», sagt er. Eine gute Zusammenarbeit hält er deshalb hoch. Das erlaubt ihm auch, stressfrei und mit vollstem Einsatz für gute sportliche Leistungen zu sorgen. «Bei meinen Trainingsfahrten kann ich mich gleich doppelt auf Volg verlassen», sagt Dario Thoma. «Auf das gute Material, mit dem ich mich dank des Sponsorings

ausrüsten kann – und auf die Dorfläden, die mich auch frühmorgens und spätabends mit Proviant versorgen.»

Ehrgeizige Ziele

Der gelernte Kaufmann hat in der Schweiz perfekte Trainingsbedingungen. Hügel, Berge, Wälder und das unterschiedliche Klima ermöglichen ihm, sich auf die verschiedenen

Volg
FÜR
INGE
LENTE

Dario Thoma fährt meist vorne mit. Auch hier am Proffix Swiss Bike Cup im Mai 2018, bei dem er den sensationellen 4. Rang erreichte.



Mountainbike-Rennen in der ganzen Welt bestens vorzubereiten. Dario Thoma arbeitet hart daran, bald in die Elite-Klasse aufsteigen zu können. In der laufenden Saison möchte er sich für die U23-Mountainbike-Weltmeisterschaft Anfang September in der Lenzerheide qualifizieren und strebt dort eine Top-Platzierung an. Volg unterstützt ihn bei diesem ehrgeizigen Ziel.



Online einkaufen: alles für den täglichen Bedarf

Gratis-Lieferung ab Fr. 100.–

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

Mehr Informationen auf www.volgshop.ch



Ihr Volg kommt bis an Ihre Haustür



Logistikpartner
DIE POST

Volg

natürlich han ich's gärn



* In kleinen Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

VORSCHAU

VON DER KÜCHE INS GESCHENKPAPIER
Wer Bekannte und Verwandte zu Weihnachten mit etwas Einzigartigem beschenken will, brilliert mit selbst gemachten Geschenken aus der Küche: Adventsgebäck, Gewürzmischungen, Granola, Carameltäfelchen, Aufstriche, Patés oder Chutneys. Und damit es Ihre Geschenkkreationen intakt nach Hause schaffen, steht am Kursabend ein Imbiss für Sie parat.

- 6. NOVEMBER IN OERLIKON
- 8. NOVEMBER IN BUCHS, ST. GALLEN
- 14. NOVEMBER IN MÜNSINGEN
- 14. NOVEMBER IN AARAU
- 20. NOVEMBER IN WANGEN AN DER AARE

CHRISTMAS DINNER

Überraschen Sie Ihre Gäste mit etwas Besonderem: einem festlichen «Menü Surprise». Bestens vorbereitet darauf sind Sie mit diesem Kochkurs. Sie werden sehen, wie sich auch ein grossartiges Festtagsmenü von Vorspeise bis Dessert vorbereiten lässt. Damit Sie den Weihnachtsabend dann in Gesellschaft Ihrer Gäste rundum geniessen können.

- 28. NOVEMBER IN AARAU
- 4. DEZEMBER IN MÜNSINGEN
- 4. DEZEMBER IN WANGEN AN DER AARE
- 4. DEZEMBER IN BUCHS, ST. GALLEN
- 6. DEZEMBER IN OERLIKON

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

Aktualisierte Infos auf www.volg.ch

Jetzt
anmelden
und
mitreisen!

Im Kurs «Von Einmachen bis Haltbarmachen» hat es in Wangen a. A. am 11. September und in Aarau am 20. September noch freie Plätze.



Eine Vielzahl an Genüssen aus 1001 Nacht an einem einzigen Abend erleben Sie im Oktober in unseren fünf Kochstudios: Wer sich für indische Gerichte, Currys und Masalas interessiert, macht in Aarau oder Oerlikon halt. Liebhaber taiwanesischer Küche sind in Buchs SG richtig. Allgemein orientalisches wird in Wangen an der Aare gekocht. Und jene, welche die Küche Nordafrikas entdecken möchten, besuchen das Kochstudio in Münsingen. Gute Reise und guten Appetit!



TAIWANESISCH

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

4. Oktober 2018, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.marxers.ch oder Telefon
081 756 11 22
Marxers Kochwelt
Fallengässli 10
9470 Buchs, St Gallen
E-Mail: geniessen@marxers.ch



INDISCH

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

17. Oktober 2018, 18.00–22.00 Uhr
Anmeldung:
www.volg.ch oder
Telefon 062 823 52 92
Cookuk
Schachenallee 29
5000 Aarau
E-Mail: mail@cookuk.ch



ORIENTALISCH

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

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



NORDAFRIKANISCH

**KOCHWERKSTATT IN MÜNSINGEN
MIT CHRISTIAN THIERSTEIN**

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



INDISCH

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

31. Oktober 2018, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.culinea-kochstudio.ch oder
Telefon 044 388 44 66
Culinea Kochstudio
Affolternstrasse 52
8050 Zürich-Oerlikon
E-Mail: info@culinea-kochstudio.ch

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



SWISS BEER
AWARD 2017/18



Mit Verantwortung
genossen.



*

Probier die Preisgekrönten:

Gold und Silber beim Swiss Beer Award.

* In kleineren Verkaufsstellen
ev. nicht erhältlich.

September 2018

Bohnengratin à la Bernadette

Auf unserem Hof bauen wir unter anderem Buschbohnen an. Zur gleichen Zeit wie die Bohnen sind auch unsere fruchtigen Fleischtomaten reif. Diese beiden Gemüse inspirierten mich zu diesem feinen Bohnengratin. Für vier Personen wasche, rüste und halbiere ich 500 g frische Bohnen. Dann brate ich 100 g Speckwürfel in einer Bratpfanne leicht an und gebe sie in eine Gratinform. Im Fett der Speckwürfel dünste ich 1 fein gehackte grosse Zwiebel und 2 gehackte Knoblauchzehen an und gebe 2 Zweige frisch gehacktes Bohnenkraut dazu. Die Bohnen dünste ich 5 Min. darin, lösche alles mit 2,5 dl Wasser ab, streue 3 TL Bouillonpulver darüber und lasse den Inhalt 15-20 Min. zugedeckt köcheln. Dann gebe ich 300 g in kleine Würfel geschnittene mehlig kochende Kartoffeln dazu und lasse alles 15 Min. offen weiterköcheln. Zuletzt mische ich 200 g Crème fraîche, 120 g geriebenen Gruyère, 2 in Würfel geschnittene Fleischtomaten, ½ TL Salz, etwas Pfeffer, 2 TL frisch geschnittenen Basilikum und 1 TL italienische Kräutermischung darunter. Nun kommt alles in eine Gratinform und ich streue noch 30 g Reibkäse darüber. Im vorgeheizten Backofen backe ich den Bohnengratin 20 Min. bei 200°C. Gerne serviere ich zu diesem Gratin Grillfleisch oder frisches Brot.



Bernadette Hotz
Erlebnishof Baar ZG

«En Gute wünscht euch»
Bernadette

Volg

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

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben



Volg

AKTION
10.–15.9.2018



Butty
DEPUIS 1890

**Machen meine
Schweizer Gerichte
unwiderstehlich**



Mit Butty Produkten zum perfekten Kocherlebnis.



Unsere Thurgauer sind IN AKTION!

Vom 11. bis 16. September 2018



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Strahl

+ Käse ist unsere Welt.

Freizeit *Die Volg Erlebnishöfe im Oktober*

In den NATURENA-Kursen im Oktober stellen Sie aus Fund- und Schwemmholz geschmackvolle Dekorationen für Ihr Heim her oder kreieren Ihren individuellen Schmuck.

Für Handwerker und Schmuckdesigner



Fricktal:
Individueller Silberschmuck

① Fr, 19.10.18, 9 – 16 Uhr
② Sa, 20.10.18, 9 – 16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau

Programm: Bei dieser Art der Silberverarbeitung sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Gearbeitet wird mit PMC3, einer weichen Masse aus Silberpartikeln, Bindemittel und Wasser. Mit Silikon nehmen Sie von altem Schmuck, einem Stück Holz, Gräsern oder Sonstigem einen Abdruck und gestalten damit Fingerringe, Ohrstecker oder Anhänger. Die Objekte werden gebrannt und übrig bleiben Ihre Schmuckstücke aus reinem Silber.

Teilnehmer: 12 Personen ab 16 Jahren
Mitbringen: Optional – alte Schmuckstücke, Holzrinde, Gräser, Spitzen/Bordüren oder sonstige Dinge mit feinem Muster. Es hat auch Vorlagen vor Ort.

Kleidung: Bequeme Arbeitskleidung

Leitung: Käthi Bernhard, Bözberg

www.silberstueck.ch

Preis: Fr. 190.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material im Wert von Fr. 60.– für 2–3 Schmuckstücke. Individuelles Zubehör kann vor Ort gekauft werden.



Seebachtal:
Malakette aus Halbedelsteinen

① Fr, 19.10.18, 10 – 16 Uhr
② Sa, 20.10.18, 10 – 16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen

Programm: Traditionelle Mala- oder Prayerbeads werden in verschiedenen Kulturen und Religionen benutzt. Der Kurs gibt Einblick in die Welt der Gebetsketten. Wählen Sie zuerst die Materialien: Es stehen roter Jaspis, schwarzer Achat, Howlith, Metall- und Holzperlen sowie passendes Zubehör zur Verfügung. Danach reihen Sie 108 Perlen auf und knoten sie. Je nach Perlengrösse kreieren Sie eine 80–100 cm lange Kette mit Anhänger und Quaste.

Teilnehmer: 10 Personen ab 18 Jahren
Mitbringen: Nähstein, wenn vorhanden
Kleidung: Warme Kleidung, der Kurs findet in einer beheizten Remise statt.

Leitung: Eva Gautschi, estudio moda caju, Klingnau

Preis: Fr. 170.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Kette im Wert von Fr. 50.–

Hinweis: Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie einen Nähstein mitbringen.



Werdenberg:
Wetervogel auf Schwemmholz

① Fr, 26.10.18, 9 – 16 Uhr
② Sa, 27.10.18, 9 – 16 Uhr

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

Programm: Sie verwandeln Altmetallfundstücke in schmucke Wetervögel und arrangieren diese auf Schwemmholz, das auf einem Armierungseisen montiert ist. Diese stilvolle Raumdeko (H: ca. 160–180 cm) können Sie draussen auch als Vogelfutterspender einsetzen. Als zweites Objekt kreieren Sie aus Rostblech und Fundholz einen stylischen Vogelrastplatz mit Futterspender (H: ca. 20–30 cm) zum Aufhängen.

Teilnehmer: 16 Personen ab 10 Jahren
Mitbringen: Flachzange, Gartenschere und Arbeitshandschuhe

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

Leitung: Ruth Thut, Thal

Preis: Fr. 220.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material im Wert von Fr. 60.– für Ihre Werkstücke



Zugerland:
Windlichter aus Fundholz

① Fr, 5.10.18, 9 – 16 Uhr
② Sa, 6.10.18, 9 – 16 Uhr

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

Programm: Mit Fundholz und knorrigen Ästen ummanteln Sie unter Anleitung zwei Kerzengläser, dabei kommen Hammer und Nägel zum Einsatz. Dank der unterschiedlichen Hölzer entstehen individuelle Windlichter, die in Ihren Räumen für elegante Lichtakzente sorgen. Passende Kerzen können bei der Kursleiterin gekauft werden.

Teilnehmer: 16 Personen ab 16 Jahren
Mitbringen: Schreibzeug, Notizpapier, Holzfundstücke, Äste, Hammer und Seitenschneider, sofern vorhanden

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

Leitung: Raphaela Lerch-Wapf, Bremgarten

Preis: Fr. 160.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material (exkl. Kerzen) für zwei Windlichter (H: max. ca. 30 cm, Ø max. ca. 20 cm) im Wert von Fr. 60.–



www.facebook.com/naturena.erlebnisswelten

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

Anmeldungen für Kurse und Workshops

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

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

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

Anmeldeschluss: 17. September 2018

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



COMELLA

CHOCO-DRINK

DER FEINE
SCHOGGI-DRINK!





Volg Erlebnistage «Öisi Brüüch»

Hüttwilen ist Trumpf



Die Volg-Jass-Tournee 2018 geht weiter. Jetzt anmelden und am 22. September in Hüttwilen TG um attraktive Tagespreise und den Einzug ins Finale spielen.

Nach gelungenen Turnieren in Werdenberg und Fricktal macht der Volg Jass 2018 im Seebachtal halt: Am 22. September wird auf dem Volg Erlebnishof in Hüttwilen TG gejasst – morgens oder nachmittags, was Ihnen lieber ist. Im Anschluss an die beiden Halbtagesturniere trumpft jeweils die Gastgeber-Bauernfamilie Jäger mit einem Bauernmenü auf.

Diese Preise warten auf Sie

Die drei Teilnehmenden mit der höchsten Punktzahl gewinnen Volg-Einkaufsgutscheine sowie Preise vom Bauernhof. Die jeweiligen Erst- und Zweitplatzierten vom Morgensjass sowie vom Nachmittagsjass reisen am 13. Oktober ans Finale nach Baar ZG, wo sie am Nachmittag um Ferien in der Schweiz im Gesamtwert von über 2000 Franken spielen.

Genuss und lüpfige Musik

Edith und Christian Jäger vom Haldenhof verwöhnen Sie kulinarisch. Für eine stimungsvolle, morgendliche Begrüssung sorgen Alphornbläser Fredy Schnyder mit Compagnon und über Mittag unterhält Sie Henry Bertschi und Compagnon mit beschwingten Akkordeon-Klängen. Als kompetenter, sympathischer Turnierleiter steht, wie immer seit 2014, Köbi Früh im Einsatz.

Alle weiteren Infos und das genaue Programm finden Sie unter www.naturena.ch

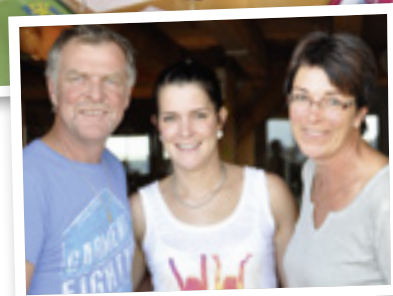
Nächster Halt

Der Volg Jass in Baar am 13. Oktober 2018 (Morgensjass) ist bereits ausgebucht; ab 14 Uhr findet hier das Finalturnier statt.

Melden Sie sich gleich an:
Anmeldeschluss ist der 8. September 2018



Durch den Volg Jass führt Turnierleiter Köbi Früh mit viel Kompetenz und Sympathie.



Gastgeberfamilie Christian und Edith Jäger mit Tochter Andrea freut sich auf Sie.

Anmeldung, Regeln & Infos

Gespielt wird ein Einzelschieber über 4 Runden mit Deutschschweizer Karten. Allès wird einfach gezählt, ohne «Stöck und Wyys».

Teilnehmende: Max. 32 Personen pro Jass-Halbtage, ab 16 Jahren

Morgensjass: 09.00 – 13.00 Uhr*

Nachmittagsjass: 14.00 – 18.00 Uhr*

Kosten: Fr. 50.– pro Jasshalbtage, inkl. regionalem Bauernmenü

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

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

Anmeldeschluss ist der 8. September 2018

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



www.facebook.com/naturena.erlebniselten

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

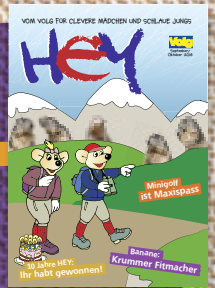
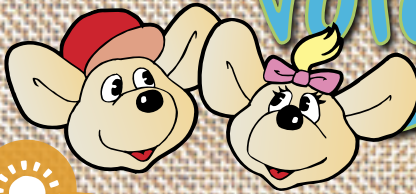


HARIBO

30%
WENIGER
ZUCKER
GLEICHER
VOLLER
GESCHMACK



volgi & volgine



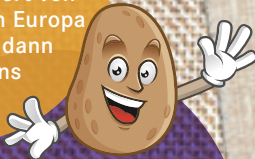
Das neue HEY ist da! Hol dir das Heft ab dem **10. September** im Volg!

Hunde sind nicht nur treue Haustiere. Manche, wie Polizeihunde, haben Berufe. Volgi & Volgine stellen dir einige vor. Dann waren unsere Mäuse in einem Mini-golf-Club und sie erklären dir, warum Bananen so beliebt sind. Jetzt im neuen HEY!



Aha!

Die Kartoffel ist eines der wichtigsten Nahrungsmittel der Welt. Sie wurde im 16. Jahrhundert von Südamerika nach Europa gebracht und dann auch bei uns



Die meisten Kartoffelsorten sind jetzt im September reif und wollen an die Oberfläche geholt werden. Nur wenige Kartoffelsorten werden schon vorher reif – zum Beispiel die Frühkartoffel, die ab Mai frisch erhältlich ist.

Stampfen, dann mämpfen

Im September ist Haupterntezeit für Kartoffeln. Zaubere aus den gelben Erdknollen und weiteren Zutaten kleine «Härdöpfel-Törtli» für dich und deine Freunde. Mit diesem Rezept geht's ganz leicht.

- Für 12–15 Härdöpfel-Törtli brauchst du:
- 1 kg mehlig kochende Kartoffeln (blauer Sack)
 - 50 g Butter
 - 1 dl Milch
 - Salz und Pfeffer
 - 4 Wienerli
 - 1 Dose Erbsli und Rüebl
 - 100 g Gruyère
 - Kartoffelstampfer

1



Schäle die Kartoffeln, schneide sie in Würfel und koche sie im Salzwasser. Wenn sie weich sind, schüttele das Wasser ab und gib die Kartoffeln in die Pfanne zurück.

2



Gib Butter und Milch hinzu und stampfe die Kartoffeln mit dem Kartoffelstampfer zu Stock.

3



Schneide die Wienerli in kleine Rädchen und den Käse in kleine Würfel.

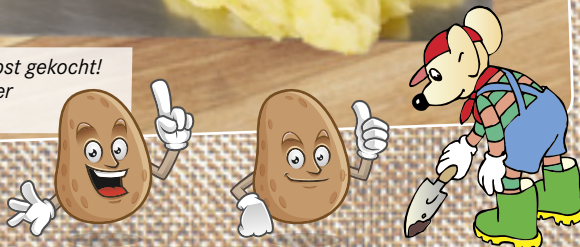
4



Heize den Backofen auf 220 Grad vor. Forme mit dem Stock auf einem mit Backpapier belegten Backblech Häufchen.



Härdöpfel-Törtli – von dir selbst gekocht! Überrasche deine Geschwister oder Freunde damit.



5



Lege Erbsli, Rüebl, Wienerli und zuoberst die Käsewürfel auf die Kartoffelhaufen. Backe die Härdöpfel-Törtli im Ofen 12–15 Minuten.



VALSER 
#FeelLimitless

Valser. Fühl dich grenzenlos.

Mit Valser wollen wir die Schweizerinnen und Schweizer dazu inspirieren, ihren Weg durch die Barrieren des Alltags zu finden, sich zu befreien von eigenen Limitierungen, sich grenzenlos zu fühlen. Dieses Lebensgefühl wird mit der neuen Kommunikationskampagne von Valser aufgenommen und von diversen Blickwinkeln heraus beleuchtet.

Denn das Valser Wasser kennt keine Grenzen und findet seinen Weg durch das Gestein. Es sammelt sich in der Tiefe des Bündner Valsertals und dringt, ohne jemals mit der Aussenwelt in Berührung gekommen zu sein, in seiner ursprünglichsten Form wieder an die Erdoberfläche: kristallklar, rein und geläutert.



* Valser Still, Valser Still Calcium + Magnesium und Valser Viva Birne | Melisse in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Nicht nur zu einem herbstlichen Znacht mit Brot, Käse oder Fleisch – auch in Form origineller Kreationen wie dem Trauben-Cake findet die vielfältige Traube wieder den Weg auf den Tisch.

Im Volg-Laden stehen jetzt die runden, fruchtigen Trauben bereit, um des Schweizer Lust nach diesem süssen Früchtchen zu decken. Diese kommt nicht von ungefähr: Denn die Traube ist nicht nur frisch, fruchtig und süss, sondern auch praktisch – man braucht sie nur zu waschen und schon ist sie genussbereit. Darüber hinaus hat sie einen hohen Energiegehalt und enthält viele wertvolle Vitamine und Mineralstoffe, besonders in der Schale. Die Traube ist ein bedeutendes Gut: Weltweit liegt die Produktion dieser Beere an zweiter Stelle. Dabei werden 80 Prozent aller Traubensorten zu Wein und 10 Prozent zu Rosinen verarbeitet. Weitere 10 Prozent finden als erlesene Tafeltrauben den Weg in den Laden. Und wer die Kerne nicht mag, findet heute sogar kernlose Trauben im Angebot.



Trauben-Cake

Zutaten für eine Cake-Form à 28 cm:

500 g gemischte Trauben halbieren, Kerne entfernen, beiseite stellen. Backofen auf 175 °C vorheizen. 300 g Mehl, 1 P. Backpulver und 300 g Zucker mischen. Von 1 Zitrone 1 TL Schale abreiben, Zitrone auspressen. 1 von 5 EL Zitronensaft dazugeben, mit 4 Eiern, 1 dl Sonnenblumenöl und 1 dl Mineralwasser zu einem Teig verrühren. Die Hälfte der Trauben unter die Masse mischen. Cake-Form mit Butter einfetten, leicht bemehlen, Teig bis zur Markierung einfüllen, im Ofen ca. 45 Min. backen. Kuchen aus der Form lösen, auf ein Gitter stellen. Mit einer Gabel die Oberseite gut einstechen. Die restlichen Trauben auf dem Kuchen verteilen. 250 g Puderzucker mit 4 EL Zitronensaft glatt rühren, über die Trauben auf den warmen Kuchen geben und trocknen lassen.

Zubereitung: 30 Min. + 45 Min. backen



Dieser QR-Code führt Sie direkt zum Trauben-Cake-Rezept.



Gesunde Wahl getroffen!

Schon der Schweizer Nationalheld Wilhelm Tell hatte den Apfel ins Visier genommen. Mit der Wahl der gesunden Volg Apfelstücke treffen auch Sie ins Schwarze. Die getrockneten Apfelstücke aus dem praktischen Volg-Beutel sind nahrhaft, süß und unverschämt schmackhaft. Für den kleinen Hunger zwischendurch oder als Stärkung für heldenhafte Abenteuer.

**Volg Hausmarken.
Ist doch naheliegend.**

St. Michel
Biscuiterie familiale depuis 1905

St. Michel
Biscuiterie familiale depuis 1905

8
MADELEINES
RECETTE DE
COMMERCY

PUR BEURRE
200g

FREILANDEIER

Einfach lecker weich!
ohne Farbstoffe - ohne Konservierungstoffe - ohne Palmöl

Triopack-Aktion vom 24. bis 30. September 2018

Hackfleisch-Schiffchen

Zutaten für 4 Stück:

Für den Teig:

- ½ Hefewürfel
- 2,5 dl Wasser
- 500 g Mehl
- 2 EL Olivenöl
- ½ EL Salz

Für den Belag:

- 1 EL Bratbutter
- 3 Zwiebeln, gehackt
- 1 Peperoncini, gehackt
- 50 g Hackfleisch
- 1 Tomate, geschält, entkernt
- 2 EL Peterli, gehackt
- 2 EL Pfefferminze, gehackt
- Salz, Pfeffer, Paprika



Zubereitung:

1. Für den Teig Hefe mit 1 dl Wasser verrühren, Mehl in eine Schüssel geben. Nach und nach die Flüssigkeit in die Mitte geben und gut umrühren. Das Olivenöl und das Salz dazugeben und gut kneten, bis der Teig warm wird. Mit einem feuchten Tuch bedecken und auf das Doppelte aufgehen lassen.
2. Für den Belag Bratbutter in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Peperoncini dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Paprika kräftig würzen und stark dünsten. Das Hackfleisch und die Tomate dazugeben und ebenfalls bei hoher Hitze dünsten, bis das Fleisch gar ist. Peterli und Minze dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Beiseite stellen und etwas abkühlen lassen.
3. Den Teig in 4 Stücke teilen, diese länglich auswallen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
4. Die Füllung längs in die Mitte der Teigbahnen verteilen. Die Aussenseiten hochklappen und an den beiden Enden etwas eindrehen. Im Ofen 10–12 Min. bei 230 °C backen.

Zubereitung: 45 Min. + 1 ½ Std. Teig gehen lassen

Teigkugeln Tataren-Art

Zutaten für 20 Stück:

Für den Teig:

- 500 g Mehl
- 1 P. Trockenhefe
- 20 g Zucker
- 1 TL Salz
- 1 EL Öl
- 3 dl Milch, leicht erwärmt
- 40 g Butter, flüssig

Für die Füllung:

- 500 g Hackfleisch
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 Rüebli, fein gewürfelt
- 1 Peperoni, rot, fein gewürfelt
- Salz, Pfeffer
- Öl zum Frittieren



Zubereitung:

1. Für den Teig Mehl, Hefe, Zucker und Salz vermischen. Öl, Milch und Butter dazugeben und zu einem elastischen Teig kneten. Diesen für 1 ½ Std. zugedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.
2. Für die Füllung die übrigen Zutaten in eine Schüssel geben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und gut mischen.
3. Den Teig in 20 Stücke teilen und diese zu Kugeln formen. Die Kugeln mit den Händen flach drücken und zu einem runden Teigplätzli auseinander ziehen.
4. Je einen Löffel Füllung auf die Teigplätzli geben und nach oben zusammenfallen. Mit der «Öffnung» nach unten in einer Pfanne oder Fritteuse schwimmend backen. Wenn der Teig goldbraun ist, wenden.

Zubereitung: 30 Min. + 1 ½ Std. gehen lassen

Lauch-Cannelloni Bolognese

Zutaten für 4 Personen:

- 3 Lauchstangen
- 500 g Hackfleisch
- 1 TL Paprikapulver
- 1 EL Butter
- 1 EL Mehl
- 5 dl Milch
- 150 g Emmentaler-Gruyère-Reibkäsemischung
- Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

1. Lauchstangen in 10–12 cm lange Stücke schneiden. Aus dem unteren Teil 16 «Röhren» auslösen.
2. 350 g Lauch in kleinste Würfel zu Brunoise schneiden. Mit Hackfleisch und Paprika in eine Schüssel geben. Kräftig würzen und gut mischen.
3. Lauchröhren mit Hackfleisch füllen. Die gefüllten Lauchröhren in eine ausgebutterte Gratinform legen.



4. Für die Béchamelsauce Butter in einem Pfännchen erhitzen. Mehl dazugeben und gut umrühren. Milch mit dem Schwingbesen einrühren und 20 Min. unter gelegentlichem Rühren leicht köcheln lassen.
5. Die Béchamelsauce über die Lauchstangen giessen. Mit Reibkäse bestreuen und 30 Min. bei 200 °C backen.

Zubereitung: 1 Std.

Pizzakrapfen

Zutaten für 12 Stück:

- 1 Pizzateig Fina, eckig
- 150 g Mozzarella
- 2 Tomaten, in Würfel geschnitten
- 250 g Hackfleisch
- 1 EL Basilikum, gehackt
- 2 EL Oliven, in Ringe geschnitten
- Öl zum Frittieren
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Aus dem Pizzateig 12 Rondellen ausstechen. Mozzarella in kleine Würfel schneiden und mit den übrigen Zutaten in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen und auf die Rondellen verteilen.

2. Zusammenklappen, den Rand mit einer Gabel andrücken und gut verschliessen. Im 170 °C heissen Öl schwimmend backen und lauwarm servieren.

Zubereitung: 25 Min.



SO KANN MAN DIE SONNE
DAS GANZE JAHR GENIESSEN!



Capri-Sun
THE TASTE OF FUN

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



LINDOR.
MEIN KLEINER
GLÜCKSMOMENT



Aktionspreis:
7.95
statt 10.20*

*Volg Aktionsdauer:
10.09.2018 - 16.09.2018

Sesam-Monde

Zutaten für 20 Stück:

Für den Teig:

- ½ Hefewürfel
- 2,5 dl Wasser
- 500 g Mehl
- 2 EL Olivenöl
- ½ EL Salz

Für die Füllung:

- ½ EL Bratbutter
- 1 Zwiebel, gehackt
- 250 g Hackfleisch
- 1 TL Paprikapulver, scharf
- 1 EL Tomatenpüree

Für den Dip:

- 200 g Emmentaler, gerieben
- 1 Eigelb
- 1 EL Sesam
- 1 Knoblauchzehe
- 180 g Jogurt, nature
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Für den Teig Hefe mit 1 dl Wasser verrühren, Mehl in eine Schüssel geben. Nach und nach die Flüssigkeit in die Mitte geben und gut umrühren. Olivenöl und Salz dazugeben und gut kneten, bis der Teig warm wird. Aus dem Teig 20 Kugeln formen. Diese unter einem feuchten Tuch 15–20 Min. ruhen lassen.

2. Für die Füllung Bratbutter in einem Topf erhitzen. Zwiebeln dazugeben und glasig dünsten. Das Hackfleisch hinzufügen und ca. 5 Min. mitdünsten. Paprikapulver und Tomatenpüree begeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas abkühlen lassen und dann den Käse unter die Masse mischen.

3. Die Kugeln mit der Hand flach drücken und auseinander ziehen. Die eine Hälfte mit etwas Füllung belegen. Dabei einen fingerbreiten Rand stehen lassen, mit der anderen Teighälfte bedecken und den Rand gut mit einer Gabel andrücken. Mit Eigelb bestreichen und mit Sesam bestreuen. Im Ofen 12 Min. bei 200 °C backen, bis die Monde goldbraun sind.

4. Für den Dip Knoblauch pressen und mit Jogurt vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zu den Sesam-Monden servieren.

Zubereitung: 1 ½ Std.

«Chili con Carne»-Gratin mit Windbeutelhaube

Zutaten für 4 Personen:

- | | | |
|-----------------------------------|-------------------------------------|--|
| 1 EL Sonnenblumenöl | 400 g Tomaten, gehackt aus der Dose | |
| 400 g Rindshackfleisch | 2 EL Tomatenpüree | |
| 1 Zwiebel, fein geschnitten | 1 dl Rindsbouillon | |
| 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten | 2 TL Cayennepfeffer | |
| 1 Peperoni, rot, gewürfelt | 1 D. rote Bohnen, abgetropft | |
| 1 EL Mehl | 1 D. Maiskörner, abgetropft | |
| | Salz, Pfeffer | |

Für die Windbeutel:

- 1 dl Wasser
- 1 dl Milch
- 80 g Butter
- 20 g Zucker
- 5 g Salz
- 160 g Weissmehl
- 200 g Eier (ca. 3–4 Stück)



Zubereitung:

1. Öl in Schmortopf erhitzen und Fleisch darin anbraten. Zwiebel, Knoblauch und Peperoni hinzufügen und mitdünsten. Mehl darüber verteilen. Tomaten samt Flüssigkeit, Tomatenpüree, Bouillon und Cayennepfeffer dazugeben. Alles aufkochen und bei kleiner Hitze 15 Min. köcheln.

2. Bohnen begeben und ca. 15 Min. mitschmoren. Maiskörner beifügen und 5 Min. weiter-schmoren. Mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.

3. Wasser, Milch, Butter, Zucker und Salz aufkochen. Mehl im Sturz begeben, mit einer Kelle rühren, bis sich der Teig am Stück vom Pfannenboden

löst und sich am Boden ein feiner Belag bildet.

4. Teig in eine Schüssel geben. Abkühlen lassen, bis er lauwarm ist. Eier nacheinander unter den Teig rühren. Der Teig sollte weich, glänzend und geschmeidig sein und kann noch warm verarbeitet werden.

5. Brandteig in einen Dressiersack mit Lochtülle füllen. Das Chili in eine Gratinform füllen. Rundherum Brandteigrosetten aufdressieren und im auf 200 °C vorgeheizten Ofen ca. 30 Min. backen. Bei geöffneter Ofentür kurz abstehen lassen und servieren.

Zubereitung: ca. 20 Min. + ca. 30 Min. backen

Cavolfiore al Macinato (Blumenkohl mit Hackfleisch überbacken)



Zutaten für 4 Personen:

- 1 Blumenkohl, gross
- 4 Eier
- 300 g Hackfleisch
- ½ dl Milch
- 4 EL Mehl
- ½ TL Backpulver
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Blumenkohl am Stück 2–3 Min. im kochenden Salzwasser blanchieren. Aus dem Wasser nehmen und gut abtrocknen.

2. Hackfleisch würzen, 1 Ei trennen, Eigelb darunter-mischen. Restliche Eier ebenfalls trennen. Blumenkohl auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und mit dem Hackfleisch einpacken.

3. Restliche Eigelbe mit Milch, Mehl und Backpulver verrühren. Eiweiss steif schlagen und unter die Masse heben.

4. Blumenkohl mit der Teigmasse übergießen und 20 Min. bei 200 °C backen, bis er goldgelb ist. Auf einer Platte anrichten und servieren.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: Dazu passt ein Nüsslisalat.

Die knusprigsten - Frites

15%
vom 10.09. bis 16.09.2018



ALLE ANDEREN SIND WÜRSTCHEN

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



 /minipic.original

www.minipic.ch

minipic
the swiss snack





Reisbällchen mit Hackfleischfüllung

Zutaten für 4 Personen:

Für die Füllung:

2 EL Olivenöl
1 Zwiebel, gehackt
1 Knoblauchzehe, gehackt
300 g Hackfleisch
1 Rüebli
1 TL Oregano, getrocknet

150 g Erbsen
2 EL Tomatenpüree
Salz, Pfeffer

Für die Reisbällchen:

250 g Risottoreis
1 Zwiebel, gehackt
1 Knoblauchzehe, gehackt
2 EL Olivenöl

7,5 dl Gemüsebouillon
100 g Ricotta
1 Ei

Für die Panade:

100 g Mehl
2 Eier, verquirlt
100 g Paniermehl
Öl zum Frittieren

Zubereitung:

1. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Hackfleisch hinzugeben und anbraten. Rüebli fein reiben und darunter mischen. Oregano, Erbsen und Tomatenpüree dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze zu einer pastenartigen Sauce schmoren lassen.

2. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln glasig dünsten. Den Reis dazugeben und ebenfalls

andünsten. Nach und nach mit Gemüsebouillon ablöschen und so lange einkochen lassen, bis der Reis «breig» ist, aber noch Biss hat.

3. Reis abkühlen lassen. Ricotta und Ei unterrühren. Jeweils 1 EL Risotto auf die Handfläche nehmen und flach drücken. 1 EL der Füllung daraufsetzen und mit 1 EL Reis bedecken. Glatte, runde, etwa orangengrosse Bällchen formen. Darauf achten, dass keine Füllung austritt.

4. Reisbällchen in Mehl wenden, durchs Ei ziehen, im Paniermehl wenden und andrücken. Öl in der Fritteuse erhitzen (ca. 180 °C) und die Reisbällchen darin portionsweise 3–4 Min. goldbraun ausbacken. Herausnehmen und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Zubereitung: 1 Std.

Tipp: Die Bällchen können auch mit Risottoresten hergestellt werden. Wer keine Fritteuse zu Hause hat, kann die Bällchen auch in einem Topf schwimmend backen.

Suppe mit Ghacktem

Zutaten für 4 Personen:

200 g Blattspinat, TK, aufgetaut
200 g Champignons, braun
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
200 g Rindshackfleisch
½ dl Noilly Prat
6 dl Gemüsebouillon
1 dl Rahm
2 Eigelbe
Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Spinat gut ausdrücken. Champignons mit einem feuchten Küchenpapier abreiben und in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und fein hacken.

2. In einer mittelgrossen Pfanne Butter erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Pilze und Hackfleisch beifügen und 3–4 Min. mitdünsten. Spinat dazugeben und kurz mitdünsten. Mit Noilly Prat und Bouillon ablöschen, aufkochen und alles zugedeckt 3–4 Min. auf kleinster Stufe kochen lassen.

3. Rahm dazugeben, alles nochmals aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Eigelbe mit etwas heisser Suppe verrühren und unter Rühren zur Suppe geben – nicht mehr kochen, sonst gerinnen die Eigelbe. Suppe sofort servieren.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: statt Noilly Prat Weisswein verwenden

Speck-Päckli an Pilzrahmsauce

Zutaten für 12 Stück:

12 Specktranchen
500 g Hackfleisch
1 Zwiebel, gehackt
1 EL Thymianblätter, gehackt
1 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
Für die Sauce:
1 EL Butter
½ Zwiebel, gehackt

100 g Champignons, in Scheiben geschnitten
2 TL Mehl
2 dl Weisswein
1 EL Bratensauce aus der Tube
2,5 dl Vollrahm

Zubereitung:

1. Specktranchen halbieren und 12 Kreuze damit auslegen. Hackfleisch und Zwiebeln in eine Schüssel geben. Salz, Pfeffer und Thymian dazugeben und gut mischen.

2. Aus der Hackfleischmasse 12 «Küchlein» formen. Auf jedes der «Speck-Kreuze» ein Küchlein legen und Specktranchen übereinanderschlagen.

3. Für die Sauce Butter erhitzen, Zwiebeln und Champignons andünsten. Mit Mehl bestäuben, mit Wein ablöschen und etwas einduzieren. Bratensauce und Rahm dazugeben, nochmals aufkochen und abschmecken.

4. In einer beschichteten Pfanne Olivenöl erhitzen. Die «Päckli» zuerst auf der Seite mit der Specknaht anbraten, wenden und



auf der anderen Seite anbraten. 12 Min. im auf 170 °C vorgeheizten Ofen backen. Mit Pilzsauce servieren.

Zubereitung: 30 Min.

Tipp: mit Thymianblättern garnieren

Käse-Sticks im Hackfleischmantel

Zutaten für 4 Personen:

750 g Hackfleisch
1 dl Essig
1 EL Oregano
200 g Hagu-Hans-Käse, in Stäbchen geschnitten
Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Essig und Oregano hinzufügen. Mit Pfeffer und wenig Salz würzen. Käse in 12 Stäbchen schneiden.

2. Jedes Käsestäbchen mit Hackfleisch «einpacken».

3. Auf einem Blech im Ofen 12 Min. bei 200 °C braten. Pro Person je 3 Käse-Hackfleisch-Sticks anrichten.

Zubereitung: 25 Min.

Tipp: mit Kartoffelsalat servieren

In solid rumantsch

Essas era Vus in da quels ch'el ha tschiffà? Quel virus incurabel che s'ignivescha en mintga singula cella e che fa ins dependent da quel bel vitget alpin vallesan? Avais Vus ussa forsa quel surrir sentimental sin la fatscha ed i stira levat en Voss cor? Quai èn clers indizis: era Vus essas infectà dal virus da Zermatt.

Tar mai èsi capità plitost per cas. En sasez n'era jau gnanc uschè intgantada dad ir a Zermatt, cunquai che jau aveva l'impressiun d'enconuscher il lieu. Bain mintgin che sa co ch'il Matterhorn vesa ora, ha gia udì ch'il Pirmin Zurbriggen maina là in hotel e ch'i dat massa pendicularas che transportan ils turists si en ils auts.



Sche la muntogna na vegn betg tar l'Angela ...

Suenter il viadi aventurus via l'Alpsu ed il Furca, avain nus parcà l'auto a Täsch per far l'ultim tschancun cun il tren. Arrivads a Zermatt n'avain nus però vis nagut auter ch'ina gronda chaldera emplenida cun ina broda grischatscha. Ma l'auter di, cura che jau hai avert ils sumbrivals e vis la muntogna en la glisch dorada da la damaun, èsi succedi: jau sun m'inamurada ed hai pensà ch'il Cervin traglischia mo per mai.

Quels dis a Zermatt èn stads l'entschatta d'ina istorgia d'amur particulara e per il solit gain nus ina giada ad onn en il Vallais per guardar, sch'el è anc là, mes grond ami cun il nas crutsch. Pretender ch'el vegnia tar mai fiss er en temps da l'emancipaziun in pau ferm tubac, u betg?

Stai bainin e laschai solidar mes ami

Angela Schmed
Angela Schmed

Wussten Sie, dass . . .

- • • an den Volg-Besuchstagen noch wenige Plätze frei sind?



Die kostenlosen Rundgänge in den Volg-Verteilzentralen, an denen Sie einen spannenden Blick hinter die Kulissen von Volg werfen können, erfreuen sich jeweils grosser Beliebtheit. Deshalb sind sie stets früh ausgebucht. Einige freie Plätze hat es jedoch noch an folgenden Daten (jeweils montags) in Landquart und Winterthur.

Verteilzentrale Landquart

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

Verteilzentrale Winterthur

5. November 19.00 Uhr
3. Dezember 17.30 Uhr

Jetzt mit Vorteil online Plätze sichern

Wer sich via Internet anmeldet, sieht gleich, an welchen Besuchstagen es noch freie Plätze hat.

Internet: 1. www.volg.ch
2. Rubrik «Aktuell»
3. Volg-Rundgänge
4. Auswahlliste «Wo?» anklicken und eine Volg-Verteilzentrale anwählen
5. Auswahlliste «Wann?» anklicken – und Sie sehen, an welchen Besuchstagen zu welchen Uhrzeiten noch Plätze verfügbar sind.

Telefon: 058 433 55 47

E-Mail: 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.

- • • Sie die Volg-Aktions-Weine im 6er-Karton online bestellen können?

Wer die monatlich wechselnden Aktions-Weine in Ruhe zu Hause aussuchen will, kann sie bequem online bestellen und die entsprechenden 6er-Kartons nach wenigen Tagen im Volg-Laden seiner Wahl abholen. Gehen Sie dazu auf www.wein.volg.ch – wo Sie Wein bestellen können sowie weitere Dienstleistungen und Infos rund um die Welt des Weins finden.



Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gewinnspiel vom Volg

Über je einen Trisa Nutri Blender «Energy Boost» im Wert von Fr. 119.– dürfen sich 20 glückliche Gewinnerinnen und Gewinner aus Brunnadern, Höri, Balzers, Matten, Muttenz, Mitlödi, Elgg, Uzwil, Leuggern, Vordemwald, Kloten, Pfäffikon SZ, Niederhasli, Emmetten, Benken, Wettingen, Andelfingen, Barga BE, Stein AR und Obersaxen freuen. Fünf Leserinnen und Leser gewinnen je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 50.–, zehn weitere je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.–.

Lösungswort 07/18: «Schleckmaeulergenuß»

Auflösung des Storck- Wettbewerbs aus «Öise Lade» 06/18: Antwort C, eine Milch- Haselnuss-Schnitte

Jasmin Petrillo aus Wattwil, die Gewinnerin des Hauptpreises, bei der Preisübergabe mit Petra Aschwanden, National Account Manager Storck (Schweiz) GmbH (r.), und Ruedi Abderhalden, Volg Bereichsleiter Beschaffung Food/Nearfood (l.)



Gewinnen mit Storck

Der 1. Preis, ein Familienausflug in den Europa Park inkl. Toffifee- und Knoppers-Naschereien im Wert von Fr. 850.–, geht an Jasmin Petrillo aus Wattwil. Weitere 100 glückliche Gewinnerinnen und Gewinner dürfen sich über je einen Eintritt in den Europa Park inkl. einer Virtual Reality Cardboard Brille und Toffifee- und Knoppers-Naschereien im Wert von Fr. 75.– freuen.

10 Gewinner freuen sich auf selbst gemachte Cornets

Die 10 im «Mehr zum Thema» vom «Öise Lade» 07/18 von Bakeria gestifteten Master Class Cornet-Former-Sets im Wert von Fr. 25.– gehen an folgende Gewinner: Therese Galliker aus Eich, Martha Marty aus Unteriberg, Markus Martino aus Grüningen, Heidi Marzari aus Goldach, Urs Mohler aus Oberstammheim, Andrea Kreinz aus Wettswil, Sabrina Sorella aus Kirchberg, Hedy Fischer aus Untersiggenthal, Agathe Kaufmann aus Escholzmatt und Conny Moser aus Teufen.

De grünen Duume



Im September, wenn die Sonne schon tiefer steht und der Garten abends in goldenem Licht erstrahlt, ist für manches Obst und Gemüse Haupterntezeit. Vor allem Kernobst will jetzt gepflückt werden. Die Pflückreife erkennt man, indem die Frucht angehoben und leicht gedreht wird. Löst sie sich dabei nicht, muss sie noch weiterreifen. Wichtig ist, dass die Früchte bei trockenem Wetter geerntet und dann kühl eingelagert werden.

Fallobst sollte regelmässig eingesammelt werden, damit sich Schädlinge, die sich darin eingeknistet haben, nicht verbreiten können. Auch Brombeeren sind jetzt reif. Die Vitaminbomben haben von allen Beerenobstarten die längste Erntezeit und sind im vollreifen Zustand im Herbst sehr zuckerreich. Werden regelmässig Stecklinge abgeschnitten und in die Erde gesteckt, wird die Ernte im nächsten Jahr noch besser.

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

Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 10/18 erscheint am 27. September 2018



Power-Perlen

Sie sind als Power-Nahrung im Trend: Bohnen, Linsen, Erbsen und Co. Hülsenfrüchte sind zudem fettarm, aber sättigend, günstig und gut haltbar. Und in der Küche erst noch äusserst vielseitig.



Drei Männer am Herd

Drei Männer – drei Kochtypen: Der eine mag Hausmannskost, der andere wagemutige Geschmackskombinationen und der Dritte im Kochbunde zeigt, wie man fix mit fast Fertigem Kreatives zaubern kann.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz



CHNUSPRIGE AKTION



CHRUSTEN KRANZ

300 G STATT CHF 2.40
(100 G = CHF 0.63)

24. - 30.09.2018

AKTION
CHF 1.90



IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTlich.

Hiestand 

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK.