

öse lade



Mehr zum Thema

WINTERGEMÜSE

BUNTE VIELFALT AUS SCHWEIZER BÖDEN

Küche
aktuell

Frischkäse-Hits
für jeden Tag

Ein Halb- harter



wie der
aromatische Volg
Dorf Chäs und



ein Weicher

wie der cremige Volg Brie sind
nur zwei von vielen Spezialitäten.

Der starke Mix.

Das Volg Käse-Angebot:
Da ist für jeden Geschmack
etwas dabei. Von weich bis
extrahart, von würzig
bis zartschmelzend.





Editorial

Wenn dieses «Öise Lade» erscheint, befinden wir uns mitten im Jahreswechsel: An 2018 überwiegen Erinnerungen und Erfahrungen, für 2019 hegen wir Wünsche und schmieden Pläne. 2018 war für Volg trotz schwierigem Marktumfeld ein erfolgreiches Jahr. Als Kundin und Kunde haben Sie wesentlich dazu beigetragen. Im Namen aller Volg-Mitarbeitenden danke ich Ihnen herzlich für Ihre Einkaufstreue. Wir freuen uns, auch 2019 über 580 mal in der Schweiz «frisch und freundlich» für Sie da zu sein.

Herzlichen Glückwunsch, Kinder!

Zu unseren Kunden zählen erfreulicherweise auch viele Kinder. Mit dem Kinderposchtiwägeli, dem Kindermagazin «HEY» oder den Spielplänen mit den Holzspielfiguren wollen wir unseren jüngsten Kunden zusätzlich Freude am Einkaufen in unseren Läden bereiten. Ab diesem Jahr möchten wir auch ihren grössten Tag – den eigenen Geburtstag – noch ein bisschen grossartiger gestalten: mit einer Geburtstagsüberraschung, die sie sich in ihrem Volg-Laden aussuchen dürfen. Mehr dazu lesen Sie ab Seite 18.

Nun wünsche ich Ihnen einen guten Start ins neue Jahr sowie viel Lesespass und Inspiration mit dem ersten «Öise Lade» 2019.

frisch und freundlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



**Marktplatz
Zuckersüss:
Berliner,
Donuts,
Krapfen**
12



**Saison
Weiss-
schimmel-
käse**
55



**14 Wein- und Käseangebot
des Monats**

Warramba Dreaming und Volg Dorf-Chäs

**16 Typisch Schweiz –
Typisch Volg**

Gemüsevielfalt wie frisch vom Feld

20 Aktueller Tipp

Zwei Küchenklassiker jublieren

22 Familienpreis

Drei-Gang-Menü zum kleinen Preis

24 Volg-Rundgänge

Besuchen Sie Volg hinter den Kulissen

25 Weinseller

12 Sterne für 12 Weine

27 Öisi Umwält

Volg Hygienepapier:

100 % Recycling oder FSC-zertifiziert

37 Wettbewerb

Gewinnen mit Agri Natura

39 Feins vom Dorf

Butterstäckli aus dem Oberwallis

40 Novissimo

Neu in den Volg-Läden

43 Hausmarke

Volg Rondo: eine Rolle voll feinsten Biscuits

44 Freizeit Sportsponsoring

Skilangläuferin Bianca Buholzer

46 NATURENA Rückblick

Das Jahr 2018 auf den NATURENA Höfen

48 Freizeit NATURENA

Februar-Kurse auf den Volg Erlebnishöfen

49 NATURENA Rezept

Zuger Eiskaffee à la Bernadette

51 Freizeit Kochkurs

Fast Food hausgemacht

53 Volgi & Volgine

Wie entstehen Geräusche im Film?

**Küche aktuell
Mit Frischkäse
Akzente setzen**

5



**Dorfladen
Kindergeburtstagsüberraschung
im Volg**

18



29 Das Themenheft **mehr** zum **thema**

Wintergemüse

STELL UM AUF NATÜRLICHE ENERGIE.

LEO BURNETT

Neu: Premium Orangen-
und Multivitaminsaft in
Max-Havelaar-Qualität.

Noch fruchtiger
im Geschmack.



Im Handumdrehen zum Saftgenuss.



Einfach öffnen.



Sauber genießen.

**RAMSEIER**

Die Kraft der Natur



Frischkäse richtig kombiniert wird zur wahren kulinarischen Harmonie. Von Ricotta-Pancakes über eine herzhafte Quarktorte bis hin zu Zibu-Risotto: Die kulinarische Tonleiter lässt sich dank der vielen Frischkäse-Varianten rauf- und runterspielen.



DO

Doppelt so viel Kraft dank dem **Powersalat mit Hüttenkäse, Mais, Haferflocken, Eiern und Baumnüssen** an einem Jogurtdressing.

Streichkonzert

Der Frische

Mit Frischkäse können Sie Akzente setzen und ausgefallene Kompositionen schaffen. Die leichte und in nur wenigen Tagen gereifte Käsespezialität gibt es in vielen Varianten. Leichtigkeit bekommen beispielsweise Pancakes, wenn man dem Teig den italienischen Frischkäseklassiker Ricotta beifügt. Und wenn von Leichtigkeit die Rede ist, dann kann auch der Hüttenkäse nicht weit sein. Er gilt dank seinem hohen Protein- und tiefen Fettgehalt als Powerkäse schlechthin und passt damit ausgezeichnet in den Powersalat. In Kombination mit Haferflocken und Eiern kann danach gleich schwungvoll zum nächsten Tanz gebeten werden.

RE

Reichhaltig und trotzdem luftig: die **Ricotta-Pancakes mit Grapefruit und Fenchel**



TIPP

Der **Pinot Grigio di Sicilia IGT** eignet sich mit seinen fruchtigen Aromen nach exotischen Früchten, Stachelbeeren und Limetten hervorragend zu Frischkäse jeder Art sowie Antipasti und Tapas.



Küche aktuell

M

Mittags oder abends, als Hauptspeise oder als Vorspeise mit Salat: **grüner Quarkkuchen**



TIPP

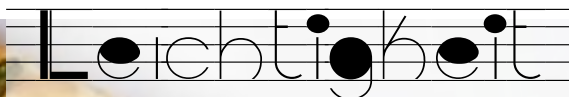
Der rassig-fruchtige **Chardonnay Billabong Dreaming** lässt sich mit seinen Aromen von Zitrusfrüchten und Kokos sehr gut mit der Frische des grünen Quarkkuchens kombinieren.



Was in der Musik die Ouvertüre ist, ist in der Küche die Vorspeise. Diese darf durchaus fulminant sein. Und sie darf überraschen. Oder haben Sie schon einmal eine Torte als ersten Gang serviert? Beim grünen Quarkkuchen kommt der allseits beliebte Magerquark zum Einsatz. Einerseits als Grundlage für die Quarkmasse, andererseits als Topping für den Kuchen.

Kreation neu komponiert

Weiter geht's mit dem nächsten Stück im Frischkäsekonzert, in dem der Mascarpone eine Hauptrolle spielt. Im Duett mit Mango überzeugt auf der süßen Seite der Mascarpone aus dem Volg, der aus Schweizer Rahm hergestellte Frischkäse. Mit viel Trommelwirbel begrüßen wir den nächsten Klassiker auf dem Parkett: das Gala-Käsli. Der Schmelzkäse sorgt so beim Gala-Schnitzel-Stroganoff für einen weiteren Akzent in der Frischkäseaufführung. Und wenn wir schon bei Schweizer Originalen sind, dann reiht sich die Zibu Zigerbutter wunderbar ein. Währschaft und würzig auf Cracker gestrichen oder aber um das Risotto zu verfeinern.



FA

Farbenfrohes Finale: Süß und fruchtig ist die **Mango-Mascarpone-Tarte** das ideale Dessert.

SO

So cremig: Das Gala-Käsli setzt dem **Gala-Schnitzel Stroganoff** die Krönung auf.



hulinerische

Symphonie

TIPP

Die intensiven Aromen des **Rioja DOCa Crianza Sancho Garcés** machen ihn zum stimmigen Begleiter des Gala-Schnitzels Stroganoff.



EA

Landauf, landab beliebt: der Zibu. Dem **Risotto mit Saucisson** verleiht die cremige Schweizer Butter mit Schabziger natürliche Würze.



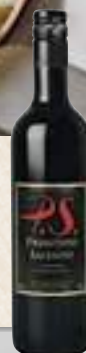
TIPPS & TRICKS

von Jonas Schönberger

- Für die kalte Küche (Saucen, Dips oder Füllungen) eignet sich Quark jeder Fettgehaltsstufe. Rahmquark ergibt den cremigsten Geschmack.
- Für die warme Küche (Gratins, Aufläufe, Wähenguss) muss der Quark mindestens 25 % Fettgehalt (Halbfettquark) aufweisen. Je höher die Fettstufe, desto stärker kann der Quark erhitzt werden. Quark mit wenig Fettanteil gerinnt.
- Mascarpone nimmt im Kühlschrank schnell fremde Gerüche an, darum immer gut verschliessen.
- Quark und Mascarpone eignen sich nicht zum Einfrieren.

TIPP

Für Käse jeglicher Art und für die italienische Küche wie ein Risotto ist der **Primitivo Salento IGT** immer eine gelungene Wahl.



Volg-Kochkurs im Februar Fast Food hausgemacht

Wie Sie Zeitknappheit, Frische und Geschmack wunderbar unter einen Hut, beziehungsweise auf einen Teller bringen, erleben Sie in diesem Kochkurs.

Mehr Informationen auf Seite 51.



Freu dich drauf.

Mmmmmixen!



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

23% RABATT

In Aktion vom 08.01. bis 13.01.2019



TONI JOGURT.
DAS KULTIGE IM GLAS.



Das süsse
Wunschkonzert



Sfogliatelle
mit Limonen-
Füllung

Sfogliatelle
mit Vanille-
Füllung

Sfogliatelle mit
Schokoladen-
Füllung



SCHRITT für SCHRITT
Sfogliatelle



① Teig in acht Portionen teilen, jede möglichst dünn auswallen und sorgfältig in die Breite ziehen.



② Teigrechteck von Hand dünn mit weicher Butter bestreichen.



③ Teig sehr satt aufrollen.



④ Weitere Teigstreifen aufrollen, so dass eine grosse Rolle entsteht. Kühl stellen.



⑤ Teigrollen an den Enden gerade und dann in Scheiben (1 cm) schneiden.



⑥ Jede Scheibe von Hand von der Mitte her nach aussen streichen.



⑦ Jede Teigscheibe mit den Daumen vorsichtig zu einem Kegel drücken.



⑧ Variante: Kegel mit wenig Masse füllen, zusammenklappen und gut zusammendrücken.



⑨ Variante: Eine kleine Kugel aus der Masse formen und mit zwei Teigkegeln umhüllen.



Tisch decken, Dessert servieren:
Die Sfogliatelle sind frisch aus dem Ofen ein Bestseller.



Jetzt wird's «dolce» Die Welt der Frischkäse ist ein Wunschkonzert voller Hits. Darunter auch solche, die zum Schwelgen bringen, wie italienische Canzoni: Sfogliatelle. Das süditalienische Gebäck, welches einer Muschel gleicht, hat seinen Namen von seiner Beschaffenheit und bedeutet «dünnes Blatt». Traditionell werden die Sfogliatelle in Neapel mit einer Ricottamasse gefüllt. Der Fantasie sind aber keine Grenzen gesetzt. Überraschen Sie Ihre Gäste gleich mit drei köstlichen Varianten, wovon jede einen Platz in der Hitparade verdient.



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

Lukas Bitschnau, Kirchberg

Meine Generation. Meine Verantwortung.



Unser bestes Stück Natur.



Bündner Rohschinken



Schweinswürstli

**20%
Rabatt**

Vom 9. – 13. Januar 2019 in Aktion



AGRI NATURA beruht auf den Richtlinien von IP-Suisse

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

Quartett für Saucen-Noten



Perfekt zum Fisch: Cantadou Meerrettich schmelzen und einen Schuss Weisswein dazugeben.



Philadelphia Kräuter: Verleiht dem Gericht eine feine Kräuternote, ohne dass man Kräuter hacken muss.



Wenn das Gericht besonders leicht werden soll: Philadelphia Balance mit wenig Fett.



Besonders sämig und würzig wird das Gericht mit Tartare Kräuter und Knoblauch.



Partitur für die Sauce Mit Frischkäse lassen sich Pastagerichte beliebig und auf einfache Weise verfeinern. Die Teigwaren werden cremig, die übrigen Zutaten erhalten mehr Geschmack – ein Gericht wie diese Lachs-Krawättli mit Broccoli lässt sich, je nach Frischkäsewahl, immer wieder anders zubereiten. Mal rassig, mal leicht, mal besonders sämig oder mit einer feinen Kräuternote.

D = Doppelt und mehrfach gut: Die **Frischkäse-Krawättli** variiert mit Lachs und Broccoli.

TIPP

Der **Féchy AOC La Côte** passt ausgezeichnet zu Raclette, Fondue und Gerichten mit Süswasserfisch wie Lachs.



Monats-Hit



Kantons-Cordonbleu des Monats Januar: Walliser-Art

Das Walliser-Cordonbleu wird mit gut gewürztem und gesalzenem Walliser-Rohesspeck und fein schmelzendem Raclette-Käse gefüllt. Jetzt im Volg-Kühlregal und schon bald knusprig in Ihrer Bratpfanne und auf dem Teller.





Zuckersüßes Feingebäck für gemütliche Stunden



Das mit Konfitüre gefüllte Hefengebäck wird in der deutschen Landeshauptstadt nicht Berliner, sondern Pfannkuchen genannt.



Je nach Angebot finden Sie die frischen Zigerkrapfen in Ihrem Volg – direkt von der lokalen Bäckerei.

Wenn draussen der Schnee fällt und der Wind um die Häuser pfeift, schmecken zuckrig-süße Feingebäcke wie Berliner, Donuts und Krapfen in der wohligen warmen Stube besonders gut.

Sie bestehen aus luftigem Teig und enthalten in ihrem Inneren eine süße Füllung: Krapfen und Varianten davon wie Berliner oder bunte Donuts. Bekannt sind solche ausgebackenen Teiglinge seit dem Mittelalter. Bis im letzten Jahrhundert wurden die nahrhaften Gebäcke vorwiegend vor der Fastenzeit zubereitet – damit man nochmals tüchtig zulangem konnte. Um ihre Entstehung



Das perfekte Getränk für kalte Wintertage: ein Tee mit Zitrone und Ingwer, die das Immunsystem stärken

Zitrus-Ingwer-Tee

Zutaten für 1 Liter:

½ **Zitrone** und ½ **Orange** in Scheiben schneiden. Ein 6 cm langes Stück **Ingwer** ebenfalls in Scheiben schneiden und mit 1 **Nelke** in einen hitzebeständigen Krug geben. Mit 1 l heissem **Wasser** übergiessen, 2 EL **Rohrzucker** dazugeben, verrühren und heiss servieren.

Zubereitung: 15 Min.



Heisse Schokolade mal weiss: die süsseste Versuchung des Winters

Auch fürs Auge ein Genuss: dekorierte Donuts aus dem Volg mit Schoggi- oder Vanillefüllung

Weisser Schokoladentraum

Zutaten für 2 Tassen:

50 g weisse **Schokolade** in ca. 5 x 5 mm grosse Stücke schneiden und diese mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. 5 Min. im auf 180 °C vorgeheizten Ofen backen, bis die Schokolade eine haselnussbraune Farbe aufweist. Kurz auskühlen lassen. 4 dl **Milch** erhitzen, ¾ der Schokolade darin auflösen und in Tassen giessen. 20 g **Vollrahm** schlagen und die heisse Schokoladenmilch damit garnieren. Die restlichen Schokoladenstücke über den Rahm zerbröckeln und servieren.

Zubereitung: 15 Min.



Der neueste Donut-Hit im Volg: der Oreo Donut mit Crèmefüllung

ranken sich unterschiedliche Legenden. So wurde der Berliner vermutlich von einer Wiener Zuckerbäckerin erfunden und das erste Rezept des Zigerkrapfens stammt aus der Innerschweiz. Ursprünglich aus Holland, kamen die Donuts in New York zu dem für sie typischen Loch. Hier wurde in die Mitte eine Nuss gelegt, damit der Teig rundum goldgelb durchgebacken werden konnte. Daher

stammt auch ihr Name: dough (Teig) und nut (Nuss). Die Backköstlichkeiten selbst herzustellen, bedeutet viel Aufwand. Viel einfacher fällt es da, diese genussbereit und direkt zum Reinbeissen im Volg zu kaufen. Sie schmecken wie selbst gemacht. Und wer möchte, verwöhnt sich passend dazu noch mit einem heissen Traum aus weisser Schokolade oder mit einem Zitrus-Ingwer-Tee.



Wein- und Käseangebot des Monats

Oftmals ist eine ganze Flasche Wein zu viel zu einem Käseplättli zu zweit. Da kommt das Halbeli gerade recht. Die perfekte Kombination für das Tête-à-Tête gibt es im Volg: den Cabernet Sauvignon Warramba Dreaming und den Volg Dorf-Chäs.

Grosser Genuss für die kleine Runde

Denkt man an Australien, denkt man an Kängurus und Koalas, an atemberaubende Sandstrände und vielseitige Landschaften. Schön sind auch die Weine, die hier gekeltert werden. Dank den vorherrschenden, fast schon mediterranen Bedingungen – nämlich viel Sonnenschein und fruchtbare Böden – gedeiht der Cabernet Sauvignon besonders gut.

Ferienstimmung am Gaumen

Aus Cabernet Sauvignon Trauben wird auch ein ganz ausgezeichneter Rotwein gekeltert. Sein intensives Kirschrot begeistert im Glas und auch am Gaumen vermag der Warramba Dreaming zu überzeugen. Seine vollen Aromen von schwarzen Beeren und Eukalyptus zaubern Australien in die heimische Stube, sein fruchtiger Abgang passt hervorragend zu intensivem Fleisch und Käse. Als Halbeli beispielsweise zum Volg Dorf-Chäs. So steht dem gemeinsamen in die Ferneschweifen bei Rotwein und Käseplättli nichts mehr im Weg.



Käse
des Monats
Volg Dorf-Chäs
100 g, statt Fr. 1.75
Fr. 1.45

Wein
des Monats
Cabernet Sauvignon
Warramba Dreaming,
Australien
50 cl, statt Fr. 4.50
Fr. 3.60



Gelebte Käsetradition

Auf 950 Metern über Meer, eingebettet zwischen den Hügeln des Appenzellerlandes, entsteht in der Berg-Käserei von Andreas Hinterberger in Gais der Dorf-Chäs vom Volg – eine ganz besondere Schweizer Käsespezialität. Hier wird Tradition noch gelebt und gepflegt. Und so wird für die Herstellung ausschliesslich Milch aus der Umgebung verarbeitet: Aus den vielen Dörfern der Region, wo noch jede

Kuh einen Namen hat und frisches Weidegras und kräuterreiches Heu zu fressen bekommt. Viel Würze und Charakter stecken damit im Dorf-Chäs, den die Käsermeister exklusiv für Volg herstellen. Den hohen Qualitätsansprüchen verschreibt sich auch das Schwyzer Milchhuus, wo die Affinage und Distribution des Dorf-Chäs erfolgen. Beste Arbeit für höchsten Käsegenuss.



50 cl, statt Fr. 4.95
Fr. 3.95

Pinot Grigio di Sicilia IGT, Italien

Charakter Dieser zart hellgelbe Weisswein überzeugt mit einem komplexen, fruchtigen Aroma nach exotischen Früchten, Stachelbeeren und Limetten und einer angenehmen Säure.

Trinken Jung trinken, bei 8–10 °C

Passt zu Antipasti, Tapas, weissem Fleisch, Frischkäse oder als Apéritif



50 cl, statt Fr. 4.30
Fr. 3.40

Chardonnay Billabong Dreaming, Australien

Charakter Hellgelb und mit erfrischenden Aromen von Zitrusfrüchten und Kokos hat dieser Chardonnay einen rassigen und fruchtbetonten, mittleren Körper.

Trinken Jung trinken, bei 8–10 °C

Passt zu Fischgerichten, hellem Fleisch, Spargelgerichten oder als Apéritif



50 cl, statt Fr. 5.20
Fr. 3.95

Primitivo Salento IGT, Italien

Charakter In der Nase hat dieser rubinrote Italiener Nuancen von Beeren, Rhabarber, Tabak, schwarzem Pfeffer und Gewürzkräutern. Am Gaumen ist er kräftig und gradlinig mit üppigen Tanninen.

Trinken Bis 6 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu Pastagerichten mit Fleischragout, rotem Fleisch, kalter Platte, Pizza und Käse



50 cl, statt Fr. 7.95
Fr. 6.30

Rioja DOCa Crianza Sancho Garcés, 2015, Spanien

Charakter Dieser rubinrote und sehr gut ausbalancierte Rotwein begeistert mit intensiven Aromen von Beeren, süssen Gewürzen, Nelken und Zedernholz.

Trinken Bis 7 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu Wildgerichten, Paella, Kalbsleber mit Rösti, Mistkratzerli mit Polenta und Käse



50 cl, statt Fr. 4.50
Fr. 3.60

Cabernet Sauvignon Warramba Dreaming, Australien

Charakter Mit seinem intensiven Kirschrot und schönen Aromen von schwarzen Beeren und Eukalyptus bringt dieser gehaltvolle Rotwein Australien nach Hause.

Trinken Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 16–18 °C

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

Schweizer Klassiker aus dem La Côte



Féchy AOC La Côte, Schweiz

Charakter Dieser strohgelbe Waadtländer Weisswein erinnert mit seiner blumigen und fruchtigen Note in der Nase an Lindenblüten, weissen Pfirsich und Zitrusfrüchte.

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

Passt zu Süsswasserfisch, weissem und schwach gewürzten Fleisch, Raclette, Fondue oder 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



Frisches Schweizer Gemüse – auch im Winter

Bei der Frigemo AG in Cressier NE werden Kartoffeln zu Volg Familienpreis-Backofenfrites verarbeitet und in Mellingen AG entstehen aus frisch geernteten Rüebli, Bohnen, Blumenkohl und Broccoli aus der Schweiz innert weniger Stunden die Zutaten für die Volg Gemüse Mischung.

Farbig, knackig und voller Vitamine: ein frischer Gemüseteller ist dank der Volg Gemüse Mischung auch im Winter möglich.



Vor wenigen Stunden waren die Rüebli noch in der Erde. Angekommen bei Frigemo macht Lebensmittelingenieur Beat Harsch eine erste Qualitätskontrolle.



Bei 2,5 Tonnen Rüebli pro Stunde werden Grünstellen entfernt, bevor sie nach dem Aussortieren von unschön Verfärbten geschnitten, blanchiert und tiefgekühlt werden.

Im Gespräch mit Beat Wittmer

Volg und Frigemo vereint eine lange und erfolgreiche Zusammenarbeit. Wieso?

Die beiden Unternehmen verbinden die gleichen Werte. Gerade der Volg-Slogan «Typisch Schweiz – Typisch Volg» kann ich für die Frigemo ebenso unterschreiben. Wir sind ein Schweizer Unternehmen, das auf Beständigkeit, Verlässlichkeit und Qualität setzt.

Was zeichnet die Frigemo denn aus?

Wir stellen aus besten Schweizer Rohwaren qualitativ hochwertige Schweizer Produkte her. Unsere Mitarbeiter sind Spezialisten ihres Fachs und

wir agieren sehr nachhaltig – und das nicht erst seitdem das Wort in aller Munde ist. Regionalität wird gelebt, Strom nur aus Wasserkraft gewonnen, auf Palmöl wird vollständig verzichtet und Restprodukte werden nie weggeworfen, sondern nach dem Prinzip «Teller, Trog, Tank» gespendet, zu Tierfutter oder Biogas weiterverarbeitet.

Welches sind die Vorteile von Tiefkühlgemüse?

Der Vitamingehalt ist oft höher als bei Frischprodukten. Denn wir ernten, waschen, rüsten, blanchieren, schockfrostern und verpacken das

Gemüse innert weniger Stunden. So machen wir frisches, saisonales Gemüse natürlich haltbar.

Die Volg Gemüse Mischung und die Familienpreis-Backofenfrites sind sehr beliebt.

Was verbindet Sie persönlich mit dem Volg?

Der Volg ist der Laden im Dorf – mein Laden im Dorf. Ich durfte als Kind jeweils alleine mit dem Postzettel kleine Einkäufe erledigen und war darauf unglaublich stolz. Heute schicke ich meine Kinder zum Einkauf in den Volg. Der Volg ist für mich ein Teil Familiengeschichte: regional, nah und sympathisch.



Beat Wittmer,
Vorsitz Geschäftsleitung
der Frigemo AG

Was ist «Typisch Schweiz – Typisch Volg»?

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



Die gefrorenen Stäbchen gelangen per Förderband auf die Waage. In einem nächsten Schritt werden die Rüebli portioniert und abgepackt.



Ajkuna Hukic macht eine letzte visuelle Kontrolle der Rüebli, die dann kurze Zeit später mit gelben Rüebli-Würfeln, Broccoli, Blumenkohl und Bohnen zur Volg Gemüse Mischung abgepackt werden.



Überraschung! Kinder wie Levin und Sydney bis 13 Jahre dürfen sich zum Geburtstag ab sofort im Volg ein Geschenk aussuchen.

Herzlichen Glückwunsch zum Geburi mit Volg

Weil für Volg auch die Kleinsten die Grössten sind, möchten wir mit unseren jüngsten Kunden bis 13 Jahre auch ihren grössten Tag im Jahr feiern: Mit einem Geschenk, das sie sich zum Geburtstag in ihrem Volg-Laden aussuchen dürfen.

Endlich! Wieder ein Jahr älter – und eine Zahl mehr, die man an den Fingern abzählen oder stolz nennen kann, wenn man nach dem Alter gefragt wird. Während es sich für Erwachsene beim Geburtstag oft nur um eine Zahl handelt, die man mit fortschreitendem Alter gar nicht so gern steigen sieht, ist der Geburtstag für Kinder das Grösste überhaupt. An diesem Tag gehen Wünsche in Erfüllung, man steht ganz allein im Mittelpunkt, wird beglückwünscht und er-



Einfach die Einladung zum Geburtstagsfest, eine Zeichnung oder etwas anderes, was mit dem Geburtstag in Verbindung steht, in den Volg mitbringen.

Überraschung. Diese dürfen sie sich aus verschiedensten spielerischen und nützlichen Geschenken selbst aussuchen. Pocket-Games vom bekannten Spielehersteller Ravensburger, etwas für den Kindergarten- und Schulalltag, fürs Spiel im Freien oder für kreative Momente Zu Hause: Da ist für Mädchen und Buben verschiedenster Altersstufen etwas Lässiges dabei. Und sogar die aller kleinsten Volg-Kunden im Babyalter erhalten eine herzige Überraschung. Wir wünschen allen Geburi-Kindern schon heute viel Freude mit ihrem Geschenk.

Du hast Geburi? Komm vorbei!

Dass du Geburtstag hast, finden wir riesig und möchten dir herzlich gratulieren. Komm an deinem Geburtstag oder bis eine Woche danach in deinem Volg vorbei und suche dir aus mehreren Geschenken das aus, welches dir am besten gefällt. Vielleicht hat dein Mami ein Foto von dir an deinem Geburtstag gemacht oder du hast noch die Einladungskarte zu deinem Geburifest, die du deinen Freunden verteilt hast oder du hast gezeichnet, was du an deinem Geburtstag besonderes gemacht oder erlebt hast? Zeig das **Foto**, die **Einladungskarte**, die **Zeichnung** oder **etwas Anderes** von deinem Geburtstag einfach den Mitarbeitenden in deinem Volg und suche dir dein Geschenk aus.



Bis eine Woche nach dem Geburtstag kann die Überraschung im Volg ausgesucht werden - zum Beispiel mit einem Erinnerungsfoto ans Geburifest.

hält – nicht ganz nebensächlich – schön verpackte Geschenke. Je nach Familientradition darf man sich vom Mami das Lieblingsessen wünschen, wird mit einem Ausflug überrascht, bekommt einen Geburtstagskuchen mit Kerzen oder feiert vielleicht sogar ein tolles Fest mit seinen Freunden.

Geschenke für jedes Alter

Diesen ganz besonderen Tag möchte auch Volg mit seinen jüngsten Kunden feiern. Ab diesem Jahr erhalten Kinder bis 13 Jahre in ihrem Volg-Laden eine Geburtstags-





Aktueller Tipp

Zwei Küchenklassiker jubilieren

Mit Hero Ravioli wickelt Vreneli ihren italienischen Bräutigam Angelo um den Finger. Mit diesen kann sie ihm ein Stück Italianità beschenken: So die Geschichte des vierminütigen Ravioli-Werbespots «Hurra, der Bräutigam kommt!» aus den Fünfzigerjahren. Innert kürzester Zeit eroberten danach die Hero Ravioli die Schweizer Küchen. Bis heute stehen sie hierzulande in vielen Chuchichäschtle und werden in drei Variationen genossen: Nebst den Original Eier-Ravioli sind auch Ravioli Bolognese sowie Gemüse-Ravioli erhältlich.

Hero Ravioli sind einzigartig in ihrer Formgebung: Sie werden nicht gefaltet, sondern aus zwei einzelnen Teigteilen liebevoll zu den Ravioli mit den vier gezackten Seiten geformt. Für den Teig werden ausschliesslich Eier aus Freilandhaltung verwendet, für die Füllung nur hochwertiges Schweizer Rind- und Schweinefleisch. Ihr Geschmack wird durch die spezielle Kräuter-Gewürzmischung und die raffinierte Tomatensauce abgerundet.

Die Röstli mit Hausmacherschnitt

1968 kam die Hero Röstli in die Schweizer Läden. Verpackt wurde die fixfertige Röstli damals noch in einer Dose. Das Schweizer Traditionsgericht war in kürzester Zeit wortwörtlich in aller Munde. Einige Jahre später erhielt die Röstli ihr neues Gewand: seither kommt sie im Beutel daher.

Hero Röstli zeichnet sich durch ihr schonendes Herstellungsverfahren und ihre Gewürzmischung aus. Unverwechselbar ist sie durch ihren Hausmacherschnitt mit einer speziellen Schweizer Hausmacher-Raffel. Je nach Region kennt man andere Röstli-Spezialitäten: Neben der Original Röstli gehören deshalb auch weitere Sorten wie die Berner oder die Äpler Röstli zum Hero-Sortiment.

Die beliebten Hero Klassiker Ravioli und Röstli feiern Geburtstag – zusammen sind sie schon stolze 120 Jahre alt! Noch heute sind sie genauso beliebt wie früher.



Schnell und frisch: Hero Ravioli schmecken auf vielerlei Art, zum Beispiel mit Cherrytomaten und Basilikum.



Hero Ravioli enthalten ausschliesslich Freiland Eier und Schweizer Fleisch.



**70
Jahre
Hero
Ravioli**





50
Jahre
Hero
Rösti



Nebst der Original Rösti gibt es auch die Berner Rösti, die mit Speck, Schinken und Zwiebeln verfeinert ist.



Schnell, fein, variantenreich: die Hero Rösti knusprig gebraten oder zu kleinen Tätschli geformt und mit Gemüse und Knoblauch serviert



Familienpreis



VORSPEISE

Minibacon-Burger-Häppli

Zutaten für 4 Personen:

230 g **Kuchenteig** in 16 Kreise von Ø 8 cm ausstechen. 1 **Eigelb** und 1 TL **Wasser** vermischen und Teig damit bestreichen. Im auf 200 °C vorgeheizten Ofen 10 Min. backen. Von 1 P. **Familienpreis-Minibacon Burger** 8 Burger anbraten, mit 2 EL **Sojasauc**e und 1 EL **Wasser** ablöschen und dieses etwas einkochen. 1 in feine Streifen geschnittenes **Rüebli**, 1 in Ringe geschnittene **Bundzwiebel** mit 1 EL **Oliv**enöl, **Salz** und **Pfeffer** vermischen. Burger in die Brötchen mit Rüebli-Zwiebel-Mischung darauf verteilen. Mit 2-3 **Nüsslisalatblättern** garnieren. **Zubereitung: 15 Min.**

Tipp: statt Bundzwiebel Lauch verwenden

Nicht nur als Hauptgang schmecken Burger ausgezeichnet – aus den Minibacon-Burgern lassen sich auch kleine Häppli zaubern.

Drei Gänge für Vier zum kleinen Preis

Volg Familienpreis-Produkte bieten grossen Genuss zum kleinen Preis. Eins, zwei, drei ist damit ein tolles Menü mit Vorspeise, Hauptgang und Dessert gezaubert.

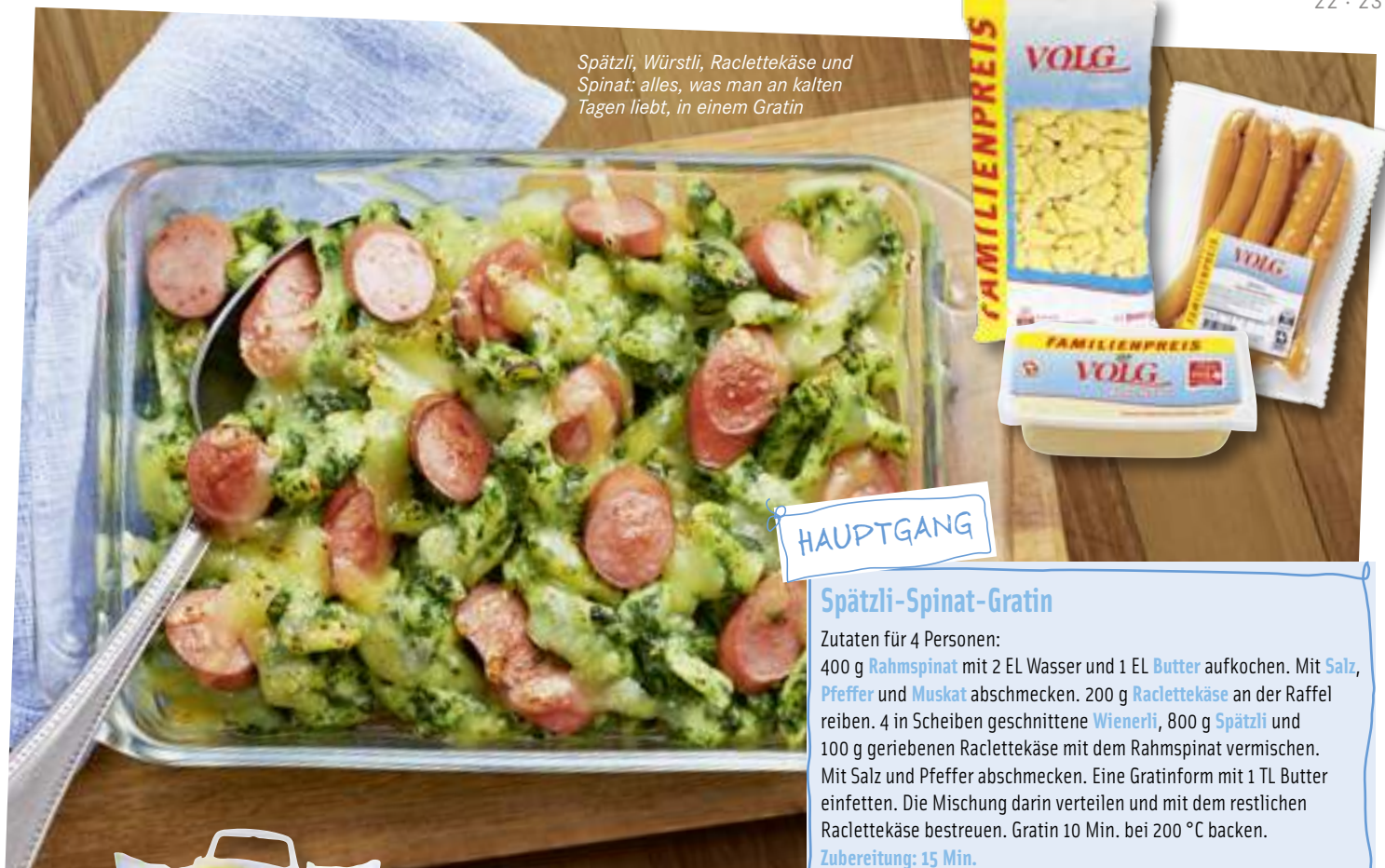
Mit den Familienpreis-Produkten überraschen Sie Ihre Freunde oder Familie mit einem feinen Drei-Gang-Menü, welches das Portemonnaie schont: Als kleiner Appetitanreger werden Mini-bacon-Burger-Häppli serviert. Es folgt ein währschafter, knuspriger Spätzli-Spinat-Gratin, der mit Wienerli verfeinert wird. Die süsse Krönung bildet ein sorgfältig dekoriertes Glacé-Türmchen. Je grösser die Gesellschaft um den Esstisch, desto wichtiger sind Einkäufe zu attraktiven Preisen und mit grosszügiger Portionierung – so wie es die Volg Familienpreis-Produkte bieten.

Mehr drin für weniger Geld

Das Volg Familienpreis-Sortiment umfasst über 70 Produkte aus allen Bereichen des täglichen Bedarfs: Lebensmittel, Frischprodukte, Getränke, Hygieneartikel, Tierfutter und vieles mehr. Den Flyer mit der Übersicht aller Produkte erhalten Sie in der zweiten Januarwoche in Ihren Briefkasten verteilt.



Spätzli, Würstli, Raclettekäse und Spinat: alles, was man an kalten Tagen liebt, in einem Gratin



HAUPTGANG

Spätzli-Spinat-Gratin

Zutaten für 4 Personen:

400 g **Rahmspinat** mit 2 EL Wasser und 1 EL **Butter** aufkochen. Mit **Salz**, **Pfeffer** und **Muskat** abschmecken. 200 g **Raclettekäse** an der Raffel reiben. 4 in Scheiben geschnittene **Wienerli**, 800 g **Spätzli** und 100 g geriebenen Raclettekäse mit dem Rahmspinat vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eine Gratinform mit 1 TL Butter einfetten. Die Mischung darin verteilen und mit dem restlichen Raclettekäse bestreuen. Gratin 10 Min. bei 200 °C backen.

Zubereitung: 15 Min.



DESSERT

Glacé-Türmchen mit Apfel

Zutaten für 4 Stück:

300 g **Guetzli-Mischung** zerbröckeln, mit 50 g flüssiger **Butter** vermischen und in vier Anrichterringe mit Ø 7 cm fest eindrücken. 4 Kugeln **Vanille-Rahmglacé** darauf verteilen, flach streichen und 1 Std. in den Tiefkühler stellen. Aus 1 **Apfel** Spalten schneiden. Mit 1 Prise **Zucker** und 1 Spritzer **Zitronensaft** abschmecken. Glacé-Türmchen mit einem Messer aus dem Ring lösen, auf 4 Tellern anrichten und mit Apfelspalten garnieren. Von 1 Tafel **Milch-Schokolade** feine Stücke raspeln und damit die Glacé-Türmchen dekorieren.

Zubereitung: 20 Min. + 1 Std. tiefkühlen



Guetzli, Glacé, frische Äpfel und Schokolade bereiten ein fulminantes Familienpreis-Menü-Finale



Volg öffnet seine Türen für Sie

Was braucht es, damit der Volg funktioniert? Bei einem spannenden Rundgang durch die Verteilzentrale oder die Frischdienste erfahren Sie mehr über Volg und seine Logistik.



Dank Mitarbeitern wie Alessandro Contaldo wird ein reibungsloser logistischer Ablauf sichergestellt.



Bei Ihrem Einkauf im Volg gelangen die Produkte im Nu vom Regal aufs Förderband und von da zu Ihnen nach Hause. Doch haben Sie sich schon einmal gefragt, was alles im Hintergrund passiert, damit Sie in Ihrem Volg jeden Tag volle Regale und frische Produkte vorfinden? Um einen reibungslosen Ablauf zu garantieren, wird jeder logistische Schritt genauestens geplant. Erfahren Sie auf dem Volg-Rundgang, wie Lagerung, Kommissionierung und Verteilung der Ware zusammenspielen.

Termine 2019

Die Rundgänge in der Verteilzentrale Winterthur oder in den Frischdiensten Landquart und Oberbipp erfreuen sich grosser Beliebtheit, sichern Sie sich am besten gleich heute Ihren Besichtigungstermin. Dauer: ca. 2 Stunden (inkl. Verpflegung). Jeweils um 16 und 17.30 Uhr – in Winterthur zusätzlich um 19 Uhr.

Montag, 4. Februar
Montag, 4. März
Montag, 1. April
Montag, 6. Mai
Montag, 3. Juni
Montag, 1. Juli
Montag, 5. August
Montag, 2. September
Montag, 7. Oktober
Montag, 4. November
Montag, 2. Dezember

Anmeldungen für die Volg-Rundgänge

Internet: www.volg.ch/rundgaenge
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

Volg stellt sich vor

Ab Februar lädt Sie Volg wieder jeweils am ersten Montag des Monats ein, hinter die Kulissen zu blicken: Bei einer Besichtigung der Verteilzentrale Winterthur oder einer der Frischdienste in Oberbipp und Landquart. Die Betriebsbesichtigung beginnt mit einer Präsentation und einem Kurzfilm über Volg, bei denen Sie spannende Fakten über das Unternehmen erfahren. Beim anschliessenden Rundgang lernen Sie Wissenswertes über die besondere Logistik von Volg. Zum Abschluss lassen Sie den Besuch bei einem feinen Imbiss gemütlich ausklingen.

12 Sterne für 12 Weine



Gute Weine für jedes Budget findet man im «Weinseller 2019» der Weinautorin Chandra Kurt.

Seit 21 Jahren degustiert Chandra Kurt für den «Weinseller» beliebte Weine von Schweizer Detaillisten – darunter auch eine Auswahl aus dem Volg. 36 Volg-Weine erhielten in der aktuellen Ausgabe «Weinseller 2019» einen Stern für ihr

herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis. Zwölf davon stellen wir Ihnen hier vor, je weitere zwölf wurden in den November- und Dezember-Ausgaben des «Öise Lade» präsentiert. Freuen Sie sich auf önologische Highlights und Entdeckungen.



① 16,5 Punkte*
75 cl./Fr. 12.30

② 16,75 Punkte*
75 cl./Fr. 10.90

③ 16 Punkte*
75 cl./Fr. 5.95

④ 16,25 Punkte*
75 cl./Fr. 6.80

⑤ 17,25 Punkte*
75 cl./Fr. 13.95

⑥ 17,75 Punkte*
75 cl./Fr. 9.95

⑦ 17,25 Punkte*
75 cl./Fr. 9.90

⑧ 16,5 Punkte*
75 cl./Fr. 7.90

⑨ 16,75 Punkte*
75 cl./Fr. 14.95

⑩ 16,5 Punkte*
75 cl./Fr. 7.90

⑪ 16,5 Punkte*
75 cl./Fr. 10.20

⑫ 17,5 Punkte*
75 cl./Fr. 12.90

1 Dôle Blanche AOC Valais Fleur d'Amour, 2017, Schweiz

Charakter aromatisch, süss-fruchtig, füllig
Passt zu Apéro, Bowlen, vegetarischen Gerichten, Gemüsewähen, Aufschnitt, Reisgerichten

2 Goldbeere Riesling-Silvaner, 2017, Schweiz

Charakter verspielt, süffig, mit exotischen Fruchtaromen
Passt zu Apéro, exotischen Vorspeisen, Eglifilet, Gemüsegerichten, Kalbfleisch

3 Rosière Chardonnay Viognier, 2017, Frankreich

Charakter charmant, bunt und romantisch süss
Passt zu Grilladen, Fisch, Geflügel, Hamburger, exotischer Küche

4 L'Esprit Rosé Pays d'Oc IGP, 2017, Frankreich

Charakter erfrischend, rassig und süffig
Passt zu Apéro, Tapas, Antipasti, würzigen Vorspeisen, Fischgerichten, mediterraner Küche

5 Stella Lunare Nero d'Avola Terre Siciliane IGT Barrique, 2017, Italien

Charakter üppig, Himbeer- und Cassisaromen
Passt zu Pasta, Pizza, Lasagne, Braten, Risotto, Hamburger

6 Beaurempart Grande Réserve Pays d'Oc, 2017, Frankreich

Charakter üppig, elegant und wunderbar samtig
Passt zu Grilladen, Fleischgerichten, Wild, Lamm, exotischer Küche, Picknick, Ente

7 Alves Vieira Vinho Branco, 2017, Portugal

Charakter dezente Blumigkeit, verspielt
Passt zu Krustentieren, Antipasti, Geflügel, Fisch

8 White Zinfandel Caswell, 2017, USA

Charakter extrovertierte Aromatik, fröhlich
Passt zu Apéro, Antipasti, exotischen Vorspeisen, vegetarischen Gerichten, Fisch-Grilladen

9 Goldbeere G Cuvée Prestige, 2017, Schweiz

Charakter schöner Schmelz, dichte und dunkelbeerige Frucht
Passt zu Plätzli à la minute, Hamburger, Zürcher Geschnetzeltem mit Rösti, Braten

10 Zinfandel Caswell, 2017, USA

Charakter easy drinking, fruchtig und aromatisch
Passt zu exotischer Küche, Grilladen, Hamburger, Hotdog, Spareribis

11 Negroamaro del Salento IGP, 2017, Italien

Charakter strukturiert, dynamisch, süsse Aromatik
Passt zu Pasta, Pizza, Grilladen, Lasagne, Wildgeflügel, Schweinebraten

12 Costalago Rosso Veronese IGT, 2016, Italien

Charakter Finesse, moderner Charme, reife Fruchtaromen
Passt zu Lasagne, Ossobuco, Saltimbocca, Pasta, Gnocchi

★ speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis
Die Punktebewertungen stammen aus dem «Weinseller 2019» von Chandra Kurt.

Machen frisch & munter

Vier Volg-Hausmarkenprodukte plus frisches Wasser lautet das kleine Schönheitsgeheimnis für Pflegespass im Alltag. Die pH-hautneutralen Volg Shampoo, Volg Cremedusch und Volg Bodylotion machen die Körperpflege zur sanften Sache. Für ein gutes Mundgefühl und beste Zahnhigiene sorgt die Volg Zahnpasta mit natürlichem Minzaroma. Alle vier Volg-Hausmarken-Pflegeprodukte werden in der Schweiz hergestellt und zeichnen sich durch erstklassige Qualität zum attraktiven Preis aus.





Öisi Umwält

100%
RECYCLING
ODER FSC-ZERTIFIZIERT



Roberto Todaro ist Geschäftsführer der Cartaseta Friedrich & Co in Gretzenbach SO, die als Pionierin in nachhaltige Produktionsverfahren investierte.

Nachhaltigkeit wird bei Volg grossgeschrieben. So setzt der Dorfladen auch beim Hygienepapier auf eine umweltschonende Herstellung.

Volg ist allein durch die Philosophie des nahen Einkaufens direkt vor der Haustür nachhaltig. An die Umwelt denkt man auch bei der Produktion und der Wahl der Produzenten. So sind auch die Hygienepapiere der Volg Eigenmarken eine rundum saubere Sache. Sie werden vom Unternehmen Cartaseta Friedrich & CO nach hohen Umweltstandards im solothurnischen Gretzenbach hergestellt. Alle Kartoninnenrollen bestehen zu 100 Prozent aus Altpapier. Die Artikel sind zudem in umweltschonende PE-Folie verpackt. Das Volg Familienpreis-Toilettenpapier ist ausserdem 100 Prozent Recycling, da es von A bis Z aus Altpapier hergestellt wird. Dafür bürgt das interna-

tional anerkannte Umweltzeichen «Blauer Engel». Die Herstellung von Recyclingpapier ist wassersparender und energieschonender als die Verarbeitung von Frischfasern. Weitere positive Aspekte sind weniger Abfall und ein geringerer Holzverbrauch.

FSC: nachhaltige Waldbewirtschaftung

Beim FSC-zertifizierten Toilettenpapier der Volg-Hausmarke und dem Familienpreis-Haushaltspapier steht ebenfalls die Nachhaltigkeit im Mittelpunkt. Das Label stellt sicher, dass Holz- und Papierprodukte über die gesamte Verarbeitungs- und Handelskette aus verantwortungsvoller Waldwirtschaft stammen.



Im Vergleich zu Frischfaserpapier spart die Herstellung von Recyclingpapier bis zu 70 % Wasser und bis zu 60 % Energie.



21 kg

Der durchschnittliche Pro-Kopf-Verbrauch von Hygienepapier in der Schweiz liegt bei 21 kg.



Für das Toilettenpapier der Volg Hausmarke wird 100 % chlorfrei gebleichter Zellstoff verwendet.



Von der Rolle bis zum Verpackungsmaterial wird das Volg Toiletten- und Haushaltspapier nach hohen Umweltstandards produziert.



PATROCINIO
B O D E G A S

RIOJA VOM FEINSTEN

Endlich den Wein selber ausbauen! Das war der Antriebs von rund 200 Winzern, die sich 1986 zur Bodegas Patrocinio zusammenschlossen. Sitz der Bodegas Patrocinio ist Kleinstadt Unuela in der Rioja Alta. Die erfahrene und überaus charismatische Kellermeisterin María Martínez keltert mit hohen Qualitätsstandards Spitzenqualitäten.



Kellermeisterin María Martínez

Dieser Crianza ist der perfekte Allrounder für Gerichte mit Rind, Geflügel oder Paella. Rund mit samtigen Tanninen und Noten dunkler Früchte.

Eine Gaumenfreude!



mehr zum thema



Wintergemüse

Leuchtend orange Rüebli, kräftig grüner Kohl und tiefrote Randen bringen im Winter viel Farbe auf den Teller. Knusprig oder knackig, als Törtchen oder Taler: Mit Schweizer Wintergemüse lässt sich allerhand Feines anrichten.

Christian Thierstein in seiner Kochwerkstatt in Münsigen: «Ich liebe es, Wintergemüse neu zu interpretieren.»

BUNTE VIELFALT

AUS HEIMISCHEM BODEN

Wintergemüse ist bei Spitzenkoch Christian Thierstein Trumpf. Frische und Saisonalität sind die Eckpfeiler seiner Küche. In Münsingen BE verzaubert er damit im Restaurant «Kochwerkstatt» seine Gäste, im dazugehörigen Kochstudio mit dem gleichen Namen gibt er Workshops für Hobbyköche, darunter auch jeden Monat einen neuen Volg-Kochkurs. Dabei greift er gerne auf lokale Produkte zurück. «Hier im Aaretal befindet sich die Gemüsekammer der Schweiz. Dass wir also auf die Schätze unseres Bodens setzen, ist naheliegend», erklärt der Koch. Wie macht man Chicorée und Rosenkohl weniger bitter oder gelagerte Rüebli wieder knackig? Christian Thierstein gibt auf den nächsten Seiten Tipps rund um die Verarbeitung von Wintergemüse.



Ofengerösteter Rosenkohl

Zutaten für 4 Personen:

500 g **Rosenkohl** waschen, nach Belieben halbieren und in eine Schüssel geben. Bei 150 g **Kochspeck** Schwarte entfernen und Speck in 5 mm dicke Stifte schneiden, 2 **Zwiebeln** in grobe Streifen schneiden, mit dem Speck und 1 EL **Butter** zum Rosenkohl geben. 1 TL **Meersalz** darüber streuen und gut mischen. Auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Im vorgeheizten Ofen 20 Min. bei 200 °C rösten, 5 Min. vor Garzeitende 1 dl **Weisswein** darüber giessen. Herausnehmen, mit **Pfeffer** würzen, nochmals gut mischen und servieren.

Zubereitung: 15 Min. + 20 Min. backen



ROSENKOHL Schmeckt der Rosenkohl bitter? Das muss nicht sein. Marinieren Sie die kleinen grünen Knospen mit Honig und lassen Sie sie dann caramellisieren. Der nussige, süssliche und gar milde Geschmack wird Sie überzeugen.



Federkohl-Orecchiette

Zutaten für 4 Personen:

Für den Teig 200 g **Mehl**, 100 g **Hartweizengriess**, 1,5 dl **Wasser**, 2 EL **Olivenöl** und 1 Prise **Salz** zu einem geschmeidigen, elastischen Teig kneten. Mindestens 2 Std. ruhen lassen. Teig in 4–5 Stücke teilen und auf einer bemehlten Fläche zu daumendicken Rollen formen. Die Rollen in Scheiben schneiden und in jede Scheibe mit dem Finger eine Mulde eindrücken. Orecchiette mit einem Küchentuch bedecken und ca. 30 Min. trocknen lassen. 500 g **Federkohl** rüsten, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. 2–3 Min. in reichlich Salzwasser kochen, abschrecken und gut abtropfen. 2 **Knoblauchzehen** und 1 rote **Peperoncini** in Scheiben schneiden und in 0,5 dl Olivenöl andünsten. 4 **Sardellenfilets** beifügen und mit einem Holzlöffel etwas zerdrücken. Federkohl beigeben und mit Salz und Pfeffer gut abschmecken. Orecchiette in reichlich Salzwasser ca. 10–12 Min. al dente kochen, abtropfen, zurück in den Topf geben und mit etwas Kochwasser und der Gemüse Mischung schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen, auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit 2 EL fein gehacktem **Peterli** und geriebenem **Parmesan** bestreuen.

Zubereitung: 1 Std. + 2 Std. ruhen lassen

Tipp: anstelle von Federkohl Wirz verwenden

Wintergemüse ist weit mehr als nur Beilage. Die saisonalen Schweizer Schätze können durchaus auch Hauptdarsteller auf dem Teller sein. «Da darf man sich etwas trauen», rät Christian Thierstein. Auch beim Rosenkohl, den viele als Kind so gar nicht

auf dem Teller sehen mochten. Der Profi röstet ihn im Ganzen oder hobelt und verfeinert ihn mit Rahm. Wie alle Kohlarten ist der Rosenkohl intensiv im Geschmack und sehr nahrhaft. Denn Kohl ist reich an Vitaminen und Mineralstoffen und spendet jede Menge Energie.

Wirz-Chips

Zutaten für 4 Personen:

10 **Wirzblätter** waschen und in mittelgrosse Stücke reissen. 1 l **Wasser**, 150 g **Zucker** und 1 EL **Salz** aufkochen. Wirzstücke im heissen Sud 2-3 Min. ziehen lassen, herausnehmen und abtropfen. Auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Im auf 110 °C vorgeheizten Ofen 45 Min. backen. Auf einem Haushaltspapier abtropfen lassen und servieren.

Zubereitung: 10 Min. + 45 Min. backen

Tipp: schmeckt auch als Fleischbeilage



KOHLDAMPF

AUF KOHL



Knödel mit Sauerkrautfüllung

Zutaten für 4 Personen:

Für die Knödelmasse 500 g **Rahmquark** durch ein Sieb streichen, mit 40 g **Butter** und 2 **Eiern** verrühren. 120 g **Hartweizengriess**, 80 g **Paniermehl** und ¼ TL **Salz** einarbeiten, 30 Min. quellen lassen. Für die Füllung 4 Tranchen **Bratspeck** in Streifen schneiden, in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett kurz anbraten. ½ **Peperoni** in kleine Würfel schneiden. 120 g gekochtes **Sauerkraut**, 1 TL **Kümmel** und 1 EL **Peperoniwürfel** dazugeben. Alles leicht andünsten, abschmecken und auskühlen lassen. Etwas Knödelmasse in die Hand nehmen, ein Häufchen Sauerkrautmasse daraufsetzen, satt mit Knödelmasse umschliessen. Auf diese Weise 8 Knödel herstellen. Knödel in leicht gesalzenem Wasser sieden, aber nicht sprudelnd kochen. In einer Bratpfanne 1 EL **Butter** erhitzen, 3 EL **Paniermehl** dazugeben, Knödel darin wenden und servieren.

Zubereitung: 1,5 Std.

Tipp: mit Kresse oder Peterli garnieren, dazu passt ein Voressen



SAUERKRAUT Um Sauerkraut selbst herzustellen, sind bloss zwei Zutaten notwendig: Weisskohl und Salz. Den Weisskohl fein hobeln und in einer Schüssel mit Salz vermengen. Kräftig kneten, bis Saft austritt, das Kraut in Gläser abfüllen und mit dem Saft bedecken. Das Ganze in den gut verschlossenen Gläsern drei Wochen gären lassen.



Farbe auf dem Teller ist in der dunklen Jahreszeit eine willkommene Abwechslung. Das Wintergemüse ist auch da zur Stelle. Neben dem kräftigen Grün mancher Kohlart bringt es mit dem satten Rot der Randen und dem leuchtenden Orange der Rüebli bunte Vielfalt in den Menüplan.

Und kulinarisch überzeugen die Gemüsesorten sowieso – auch den Profikoch. Er nennt als einen seiner Favoriten den Lauch und erklärt: «Ihn mag ich besonders gern, weil er einerseits roh fast etwas zwiebelartiges hat und andererseits gekocht eine aussergewöhnliche Süsse aufweist».

LAUCH UND WURZELGEMÜSE

FARBENFROHER WINTERGRUSS



Lauch-Schinken-Taler mit Gorgonzola

Zutaten für 16 Stück:

500 g **Mehl**, ½ EL **Salz** und 1 TL **Zucker** in einer Schüssel mischen. Eine Mulde formen und ½ **Hefewürfel** hineingeben. 50 g **Butter** in einer Pfanne schmelzen, 3,5 dl **Milch** dazugießen und mit dem Mehl mischen. 10 Min. kneten, bis ein weicher, glatter Teig entsteht. Zugedeckt ca. 60 Min. aufs Doppelte aufgehen lassen. Ofen auf 200 °C vorheizen. 1 **Lauch** rüsten und in Ringe schneiden. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen. 100 g **Vorderschinken** in Streifen schneiden und mit dem Lauch darin kräftig andünsten. In eine Schüssel geben und etwas auskühlen lassen. 100 g **Gorgonzola** klein schneiden und darunter mischen. Mit **Pfeffer** abschmecken. Teig 2 cm dick auswallen, Lauchmischung daraufgeben, satt einrollen und in 3 cm dicke Scheiben schneiden. Mit genügend Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im Ofen bei 200 °C 15–20 Min. backen.

Zubereitung: ca. 1 ¼ Std. + aufgehen lassen + ca. 20 Min. backen

Tipp: Schnecken in Alu-Chäschüechli-Formen backen, so fallen sie nicht auseinander

Randen-Rosen-Tartelettes

Zutaten für 4 Stück:

Aus 1 ausgewählten **Blätterteig** Rondellen ausschneiden, 4 runde Backförmchen von Ø 15 cm damit auslegen, Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen. 2 gekochte **Randen** schälen, halbieren und in hauchdünne Spalten schneiden. Teigboden mit 2 EL gemahlener **Mandeln** bestreuen. Je einen Viertel der Randen-Spalten auf eine Linie halb überlappend aneinander reihen und aufrollen, so dass eine Rose entsteht. Diese in die Mitte des Teigbodens stellen und wieder etwas auseinander «zupfen». 1 **Ei**, 1 dl **Rahm**, 2 TL **Meerrettich-Crème** und ½ EL **Mehl** zu einem Guss verrühren, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Die Förmchen im Ofen bei 185 °C ohne Guss 10 Min. backen. Guss einfüllen und 15 Min. bei 180 °C fertig backen.

Zubereitung 30 Min. + 25–30 Min. backen



RANDE Beim Randenschälen ist es ratsam, Einweghandschuhe zu tragen, da die rote Knolle stark abfärbt. Sollte trotzdem mal was daneben gehen, hilft Zitronensaft beim Entfernen der Flecken.

Käse-Rüebli-Sticks

Zutaten für 4 Personen:

250 g **Rüebli** in Stäbchen schneiden. In eine Schüssel geben, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und mit 3 EL **Rapsöl** gut vermischen. 1 gepresste **Knoblauchzehe**, 3 EL geriebener **Sbrinz**, 2 EL **Paniermehl** und 1 EL gehackter **Peterli** in einer weiteren Schüssel vermischen und Rüebli einzeln darin wenden. Rüebli-Stäbchen auf einem mit Backpapier belegten Blech auslegen und im vorgeheizten Ofen 15 Min. bei 220 °C backen.

Zubereitung: 20 Min.

Tipp: mit Sauerrahm zum Dippen servieren



RÜEBLI Auch die knackigsten Rüebli werden in der Gemüseschublade mit der Zeit etwas welk. Man kann sie aber einfach wiederbeleben, in dem man sie ein paar Minuten im Eiswasser badet.



Der heimliche Star in der Küche von Christian Thierstein ist der Sellerie. Durch seinen hohen Zuckeranteil entwickelt dieser – je nach Zubereitungsart – ein Caramel-Aroma. «Probieren Sie unbedingt, Sellerie im Ganzen zu backen. Den Ofen auf 180 Grad vorheizen, die Knolle mit Olivenöl einreiben, salzen und für zwei Stunden auf einem mit Backpapier

belegten Blech backen – was da passiert, ist einzigartig. Denn sein süss-erdiges Aroma kommt so voll und ganz zum Vorschein und er wird butterweich», schwärmt der Koch. Aber auch in kleiner Form wie in feingeschnittenen, kurz blanchierten Würfeln überzeugt das Wintergemüse. Zum Beispiel in einer Remoulade zu gebratenen Forellenfilets.



Forellenfilets mit Sellerie-Remoulade

Zutaten für 4 Personen:

4 **Forellenfilets** mit Haushaltspapier trocken tupfen, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen, in 1 EL heisser **Butter** beidseitig kurz anbraten und im Ofen bei 75 °C nachgaren. 300 g **Knollensellerie** schälen und in kleine Würfel schneiden, in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Abschütten und gut abtropfen. 2 hartgekochte **Eier** schälen und in kleine Würfel schneiden. 1 **Eigelb** und 1 TL **Senf** in einer Schüssel verrühren und in ein hohes Gefäss füllen. 2,5 dl **Sonnenblumenöl** in einem dünnen Strahl dazugießen und dabei laufend mit dem Stabmixer zu einer Mayonnaise aufmixen. Saft von 1 **Zitrone** und 100 g **Nature-Jogurt** darunterziehen und mit Salz und Pfeffer würzen. 1 ½ TL **Kapern**, ½ EL gehackten **Peterli** und ½ EL geschnittenen **Schnittlauch** dazugeben und vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf Sellerie-Remoulade anrichten und nach Belieben mit Peterli und eingelegten **Leinsamen** garnieren.

Zubereitung: 45 Min.



Aktion!

vom 14.01. bis 20.01.2019



FINDUS Fisch Sticks MSC 10er



FINDUS Crack-Sticks MSC 300g



FINDUS Fisch Sticks MSC 24er

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Nüsslisalat mit Zwiebelbrot

Zutaten für 4 Personen:

Für das Zwiebelbrot 250 g **Mehl** und 1 TL **Salz** in eine Schüssel geben und eine Mulde formen. 125 g lauwarmes **Wasser**, ½ P. **Trockenhefe** und 0,5 dl **Olivenöl** vermischen. Flüssigkeit zum Mehl geben und gut kneten, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Aus dem Teig 2 Kugeln formen, auf ein Blech legen, mit einem Tuch bedecken und ca. 1 Std. ruhen lassen. Beide Teige ca. 5 mm dünn auswallen und auf ein mit Öl bestrichenes Blech legen. 1 grosse **Zwiebel** in Streifen schneiden. Teig mit 100 g **Vorderschinken**, 150 g geraffeltem **Mozzarella** und den Zwiebeln belegen, und mit ½ TL getrocknetem **Oregano** bestreuen. Mit dem zweiten, dünn ausgewallten Teig zudecken. Zu einer Rolle formen und im vorgeheizten Ofen 45 Min. bei 200 °C backen. Für das Dressing 50 g **Roquefort** mit ½ dl **Milch** und 1 EL **Rapsöl** vermischen und mit **Pfeffer** würzen. 1 P.

Nüsslisalat rüsten und waschen und mit Dressing beträufeln, 50 g **Roquefort** darüber bröseln und mit dem Zwiebelbrot servieren.

Zubereitung: 45 Min. + 1 Std. gehen lassen



FRISCHE SALATE

FÜR DIE KALTE JAHRESZEIT



CHICORÉE Der Chicorée hält sich mit einem feuchten Tuch umwickelt bis zu einer Woche im Kühlschrank. Die Bitterstoffe wird man übrigens durch ein kurzes Einlegen in lauwarmes Salzwasser oder Milch los.



Salat im Winter? Und wie! Neben dem Nüsslisalat – der übrigens nicht nur mit Speck und Ei schmeckt, sondern auch mit Roquefort und einem herzhaften Zwiebelbrot – ist auch der schneeweiße Chicorée ein klassischer Wintersalat. Leicht bitter harmoniert er perfekt mit Zitrusfrüchten wie Orangen. Abgerundet wird der Wintersalat mit Avocados, Bündnerfleisch und Baumnüssen. «Eine unerwartete und äusserst gelungene Geschmackskombination, die sowohl als Vorspeise als auch als Hauptgericht funktioniert», findet Christian Thierstein. Der Koch ist überzeugt: Ob neu interpretiert oder wie von Grosi gekocht – Wintergemüse gehört auf jeden Teller.

Chicoréesalat mit Orangen und Avocado

Zutaten für 4 Personen:

3 **Chicorées** halbieren, Strunk herausschneiden und Chicorées in 1 cm breite Streifen schneiden. In einem Sieb unter kaltem Wasser kurz abspülen und gut abtropfen. 2 **Orangen** schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden.

2 **Avocados** halbieren, Stein und Schale entfernen, Fruchtfleisch in Spalten schneiden und mit ½ EL **Zitronensaft** beträufeln.

½ EL Zitronensaft mit 1 EL **Körnersenf**, 1 EL **Honig**, 3 EL **Kräuteressig** und 4 EL **Olivenöl** gut verrühren. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen.

Chicorée-Streifen, Avocado und Orangen in die Sauce geben und sorgfältig mischen. Salat auf Tellern anrichten, 80 g **Baumnüsse** in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett rösten und grob hacken. Salat mit den Nüssen und 80 g Tranchen **Bündnerfleisch** garnieren.

Zubereitung: 15 Min.

Tipp: statt Avocado 150 g gebackene Selleriestücke verwenden



Für Ihre nächste Glanzleistung.

Erzielen Sie glänzende Resultate mit den Reinigern der Volg-Hausmarke. Küche, Bad und Böden strahlen hygienisch sauber um die Wette. Reichen Sie Glanzleistung an Glanzleistung beim Entkalken, Reinigen und Spülen. Mit den sanften Kraftpaketen bringen Sie Ihren Haushalt in Windeseile auf Volg-Glanz.

Volg Hausmarken.
Ist doch naheliegend.



Wettbewerb



Gewinnen Sie einen Weber Gasgrill Genesis II E-410 GBS. Weil Schweizer Qualitätsfleisch vom Grill besonders gut schmeckt.

Mit Agri Natura für den nächsten Sommer gewappnet

Agri Natura steht für eine naturnahe, tierfreundliche Landwirtschaft und hat dieses Jahr Grund zu feiern. Feiern Sie mit und gewinnen Sie einen Weber Gasgrill.

Als erstes Fleisch-Label der Schweiz verscrieb sich Agri Natura 1989 nachhaltig produzierten Lebensmitteln. 30 Jahre später hält diese Philosophie immer noch an. Die Natur bietet die besten Rohstoffe und so ist Nachhaltigkeit heute wichtiger denn je. Gerade deshalb sind das Tierwohl sowie ein schonender Umgang mit den Ressourcen entscheidend, denn auch die Nachfrage nach Produkten dieser Art steigt stetig an. Agri Natura bietet genau

diesen Mehrwert. Ein grosses Sortiment dieser Produkte finden Sie in Ihrem Volg.

Fleischgenuss vom Feinsten

Spätestens dann, wenn die Tage wieder länger und wärmer werden, schmeckt das Fleisch von Agri Natura direkt vom Grill besonders gut. Machen Sie mit beim Wettbewerb und gewinnen Sie einen Weber Gasgrill Genesis – mit etwas Glück sind Sie schon für die nächste Grillsaison gerüstet.



AGRI NATURA
Unser bestes Stück Natur.

Die naturnahe und tierfreundlich hergestellten Qualitätsprodukte von Agri Natura sind exklusiv im Volg erhältlich.

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

Volg

WETTBEWERB

Wann verscrieb sich Agri Natura der nachhaltigen Lebensmittelproduktion?

A: 1979

B: 1998

C: 1989

1. Preis im Wert

von **Fr. 1790.–**

1 Weber Gasgrill Genesis II E-410 GBS

2.–3. Preis im Wert

von je **Fr. 1290.–**

Weber Gasgrill Genesis II E-310 GBS

4.–6. Preis im Wert

von je **Fr. 959.–**

Weber Gasgrill Genesis II E-210 GBS

7.–16. Preis im Wert

von je **Fr. 74.90**

Weber Premium Grillbesteck, 3-teilig, Edelstahl, schwarz

17.–30. Preis im Wert

von je **Fr. 23.90**

Weber Digital Taschenthermometer

→ Mitmachen & Gewinnen

Die Teilnahme am Wettbewerb ist vom 27. Dezember 2018 bis zum 23. Januar 2019 möglich.

Online: www.volg.ch/volg-magazine

Per Telefon: 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf,

Festnetzstarif. Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Name und Adresse nach dem Signalton.

Per SMS: SMS mit dem Keyword VOLGW und Lösungsbuchstabe (Abstand) Ihrem Namen und Ihrer Adresse an 4636, für 90 Rp./SMS

Per Post: Lösung bis 20. Januar 2019 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Agri Natura», Postfach 344, 8401 Winterthur

Alle guten Dinge sind Ei.

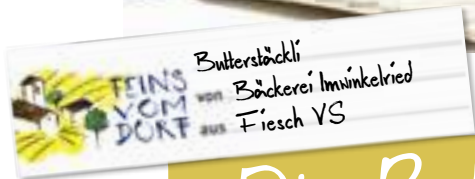


Familie Schweizer liebt Teigwaren so sehr, dass sie meistens als Hauptgericht auf den Tisch kommen. Da sollte man schon auf gute Qualität und hohen Nährwert achten. Alle 6 Sorten Volg Hausmarke-Teigwaren enthalten **drei Schweizer Eier pro Kilogramm Mehl** und bleiben beim Kochen bestens in Form. Picken Sie sich etwas Feines raus!

Volg ist seinen Preis wert.



Feins vom Dorf



«Die Butterstäckli gehören einfach zum Goms»

In der Bäckerei Imwinkelried in Fiesch VS werden Butterstäckli hergestellt. Gemeinsam mit Volg wird die Tradition des Apérogebäcks aus dem Oberwallis weitergeführt.

Tradition wird in der Bäckerei Imwinkelried grossgeschrieben. Inhaber Robert Zurgilgen stellt alle seine Produkte in der Backstube ohne Teiglinge her. Auch beim typischen Gebäck aus dem Oberwallis ist er dem altbewährten Rezept, das von Generation zu Generation weitergegeben wurde, treu geblieben. Aus dem hausgemachten Teig aus Mehl, Milch und natürlich Butter rollt er jedes Butterstäckli von Hand: So ist jedes Stück einzigartig. Die knusprigen Stäckli werden besonders gerne im Winter zum «warme Wii» genossen. Die

Butterstäckli sind im Volg im Nachbardorf Ernen als «Feins vom Dorf»-Spezialität erhältlich. Isabell Kurmann, Ladenleiterin im Volg Ernen, schätzt auch, dass der Lieferant aufgrund der Nähe rasch Nachschub liefern kann.

Bewährtes Konzept

Robert Zurgilgen ist vom Volg-Konzept begeistert und schätzt, dass Volg an die kleineren Betriebe denkt. «Ich finde es sehr wichtig, die Tradition der Butterstäckli zusammen mit Volg zu erhalten.»



Volg-Ladenleiterin Isabell Kurmann bestellt die Butterstäckli von Robert Zurgilgen auf Nachfrage.



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.



Im Volg Ernen erhältliche «Feins vom Dorf»-Produkte...

... sind nebst den Butterstäckli von Robert Zurgilgen auch sein Nussroggenbrot. Zum weiteren Sortiment zählen auch die Hauswurst «Gommerli» der Metzgerei Nessier in Münster, das Heidelbeer Bio-Jogurt aus der Bio-Bergkäserei Goms in Glurigen und die Roggen Tulpen (salzige Biscuits) von Klaus Leuenberger Speisewerk in Ernen aus dem Landschaftspark Binntal.

Der Huus-Tee von Ramseier aus erfrischender Minze und Obstsaft ist jetzt auch in der 1,5-Liter-Flasche erhältlich – für ein maximales Geschmackserlebnis.



Ramseier's Huus-Tee Schweizer Minze, 150 cl

statt Fr. 2.50
Fr. 1.95

Ramseier's Huus-Tee Schweizer Minze, 6 x 150 cl

statt Fr. 15.–
Fr. 11.70

Der kalorienarme Huus-Tee von Ramseier sorgt mit seiner Kombination aus Schweizer Minzeblättern und einem Schuss natürlichen Obstsaft für ein erfrischendes Geschmackserlebnis. Für noch mehr Frische lässt sich der Tee auch sehr gut mit Minzeblättern in den Eiswürfeln kombinieren. Das Erfolgsrezept des Huus-Tees liegt in seiner Zubereitung: Die Minzeblätter aus dem bernischen Oberaargau werden nur kurz im heissen Wasser aufgebriht. Der Obstsaft aus Schweizer Äpfeln und Birnen verleiht dem Huus-Tee eine leichte Süsse.

Erfrischend natürlich

Mit dem Huus-Tee ist Ramseier ein leichtes und natürliches Getränk gelungen, das ohne Zuckerzusätze und künstliche Konservierungsmittel auskommt. Neben der 0,5-Liter-Flasche ist der erfrischende Tee im Volg jetzt auch in der 1,5-Liter-Flasche erhältlich.



Nach dem Sport oder zwischendurch: Ramseier's Huus-Tee mit Schweizer Minze schmeckt am erfrischendsten kalt serviert.

Minze-Erfrischung für den grossen Durst



statt Fr. 2.95
Fr. 2.65

statt Fr. 3.15
Fr. 2.80

statt Fr. 3.20
Fr. 2.80

In Kürze genussbereit

- *Knorr Soup Snack Tomato Pasta, 49 g
- *Knorr Soup Snack Cheesy Pasta, 49 g

Perfekt für kalte Tage

- *Knorr 100 % Kartoffel-Lauch Suppe, 59 g
- *Knorr Asia Soups Thai Tom Kha Gai, 57 g

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Ristorante.

So fein wie in Ihrer Pizzeria.



 im Tiefkühlregal erhältlich



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Spielen neu eine wichtige Rolle beim Zvieri: die runden Volg Rondos mit den Zuckerstreuseln

Volg Rondo, 245 g

Fr. 2.40

Die zarten Runden für genüssliche Stunden

Die Feiertage sind vorbei. Auch wenn alle Weihnachtsguetzlis verzehrt sind, heisst das noch lange nicht, dass die Lust auf Süsses vergangen ist. Was für ein Glück gibt es die Volg Rondos.

Dank den neuen Volg Rondos ist – ganz ohne Backen – der Guetzligenuss auch nach Weihnachten noch garantiert. Beim neuen Gebäck von Volg finden nur bewährte Schweizer Zutaten zueinander: Weizenmehl, Zucker und Rapsöl werden zu einem saftigen Teig verarbeitet, zu runden Biscuits geformt, gebacken, mit feinen Zuckerstreuseln bestreut und in die handlichen Rollen verpackt. Dieses Biscuit

überzeugt mit seiner Schlichtheit. Süss und knusprig sind die Volg Rondos perfekt für eine genussvolle Pause zwischendurch: mit Freunden beim Kaffee oder Tee, nach einem winterlichen Spaziergang in eine kuschlige Decke eingewickelt auf dem Sofa, zum Dessert nach dem Znacht oder eben auch nur einfach so. Man braucht schliesslich nicht immer einen triftigen Grund für eine süsse Pause mit den zarten Runden.



«Das Sponsoring durch Volg ermöglicht meine Ausbildung»

Bianca Buholzer stand erstmals mit drei Jahren auf den Ski – heute gewinnt sie bereits Medaillen bei den Schweizermeisterschaften im Langlauf.



Ihre Leidenschaft für den Leistungssport hat Bianca Buholzer sozusagen in die Wiege gelegt bekommen, denn schon ihre Mutter lief Skilanglauf-Rennen. Aus dem Hobby hat Bianca ehrgeizige Ziele entwickelt. Die bald 17-Jährige aus Schwarzenberg im Kanton Luzern macht ihre Ausbildung an der Sportmittelschule in Engelberg, die junge Athletinnen und Athleten mit ausserordentlichem Talent fördert. Die Sportmittelschule ermöglicht es ihr, parallel zur sportlichen Ausbildung auch die kaufmännische Grundbildung zu absolvieren. Beinahe täglich trainiert sie für ihren grossen Langlauf-Traum, gerade mal einen einzigen Ruhetag gönnt sie sich in der Woche.

Mit Volg Sport-Sponsoring zum Ziel

Ihr grosser Traum, das ist die Teilnahme am Weltcup. Damit diese eines Tages Realität werden kann, ist die junge Sportlerin auf Unterstützung angewiesen. Diese hat sie bei Volg gefunden. Sie wird im Rahmen des Volg Sport-Sponsoringprogramms unterstützt. «Das Sponsoring ist sehr wichtig für mich. So weiss ich, dass meine Eltern finanziell nicht alles alleine tragen müssen. Es gibt mir eine gewisse Sicherheit», erzählt sie. Zum Dank schickt Bianca Buholzer regelmässig Postkarten und E-Mails und informiert Volg so über wichtige Neuigkeiten. «Ich schätze es sehr, dass ich immer eine persönliche Rückmeldung erhalte.» Die Buholzers sind mit dem Volg sowieso eng verbunden, denn Biancas Mutter hat ihre Lehre in einem Volg-Laden absolviert.

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

Bianca Buholzer
an den Schweizer-
meisterschaften
2018 in Sedrun



Auch wenn Bianca Buholzer noch am Anfang ihrer Karriere steht, kann sie schon beachtenswerte Erfolge verzeichnen. In der letzten Saison gewann sie als jüngste Teilnehmerin an der Elite Schweizermeisterschaft zusammen mit zwei Teamkolleginnen vom Skiclub Horw in der Damenstaffel Silber. Letzten Frühling wurde die ehrgeizige Sportlerin zudem in die Kandidatengruppe des Schweizerischen Skiverbands Swiss-Ski aufgenommen. Die Gruppe setzt sich aus jungen, talentierten Athletinnen und Athleten zusammen, denen der Aufstieg in das Swiss-Ski-Kader zugetraut wird. Volg begleitet Bianca Buholzer auf ihrem Weg, sich diesen Traum zu erfüllen.



Bestens ausgerüstet:
Das Sponsoring
ermöglicht auch die
Ausstattung mit
Profi-Material.

Frisch vom Volg

www.volgshop.ch



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

Viel zu erleben

auf den NATURENA-Höfen

Im Zentrum des Volg NATURENA-Jahres 2018 standen Tiergeschichten, kreatives Werken und Abenteuer.

In den Volg NATURENA-Erlebnisswelten in den Regionen Fricktal AG, Seebachtal TG, Werdenberg SG und Zugerland ZG war 2018 wieder viel los. Die Kreativität stand bei den Kursen und Workshops im Mittelpunkt. Zudem fand auf allen Höfen der Volg Jass statt.

WERDENBERG



Im Schnitzkurs haben sich Gross und Klein eine Gabel geschnitzt, die beim anschliessenden Mittagessen sofort ausprobiert wurde.

WERDENBERG



WERDENBERG: WERKEN MIT DEM SACKMESSER

Familie Gabathuler vom Erlebnishof Werdenberg konnte sich nicht nur über grosse Früchteerträge im Sommer freuen, auch bei den Anlässen lief es dank des Erlebnishofs rund. Einige Kindergarten- und Schulklassen waren zu Besuch und erfuhren Wissenswertes über die Tiere auf dem Hof. Beim Kurs «Keramikkugeln» stand die kreative Arbeit mit Ton im Vordergrund. Ein besonders grosser Erfolg war der Eltern-Kind-Workshop. Im Kurs wurden der sichere Umgang mit dem Sackmesser vermittelt und die wichtigsten Schnitztechniken gezeigt. An den offiziellen Schaubrenntagen erhielten die Besucher Informationen zu den feinen Edelbränden und durften diese natürlich auch degustieren.

Aus Ton entstanden auf dem Erlebnishof in Oberschan einzigartige Keramikkugeln.



Konzentriert und mit grosser Sorgfalt fertigten die Kursteilnehmenden auf dem Erlebnishof Zugerland anmutige Steinböcke aus Lindenholz.

ZUGERLAND

TIERISCHES VERGNÜGEN IM ZUGERLAND

Auch auf dem Erlebnishof Zugerland von Familie Hotz begeisterte man wieder zahlreiche Besucher. Die Kursteilnehmenden schätzten die angenehme Atmosphäre auf dem Hof. Besonders beliebt waren die Kurse «Steinbock-Schnitzen» sowie das Malen von abstrakten Bildern in der Baumbaube. Auch der Streichelzoo erfreute die Besucher, vor allem die jungen Ouessantschafe sorgten im Frühling für ein spezielles «Jöh-Erlebnis». Weitere Höhepunkte waren der erstmals durchgeführte BAAREBA-Tag – bei dem die Besucher den hofeigenen, gleichnamigen Wein kennenlernen konnten und bei schönstem Wetter durch die Rebberge geführt wurden, sowie der 1. Augustbrunch. Nicht zuletzt freute sich Volg NATURENA-Hofbäuerin Bernadette Hotz über die vielen positiven Rückmeldungen zu ihren Rezepten im «Öise Lade».

FRICKTAL



Wo ist der Schatz versteckt? Auf der Suche begegneten die Teilnehmenden vielen tierischen Freunden.

SCHATZSUCHE IM FRICKTAL

Auf dem Erlenhof waren auch dieses Jahr viele Besucher und Kursteilnehmende zu Gast. Beim anhaltend schönen Sommer- und Herbstwetter war der Besucherstrom entsprechend lückenlos. Familie Schmid sammelte viele positive und interessante Eindrücke während der Kurstage. Ein grosser Erfolg war die Schatzsuche von Juli bis Oktober, die über den Sinnespfad bis zum Erlebnishof führte. Viele Familien entdeckten dabei die Volg Erlebniswelt im Fricktal auf der Suche nach dem verborgenen Schatz. Die Rückmeldungen einer Schulklasse freute Familie Schmid besonders: Denn so mancher Schüler wollte den Weg nochmals mit dem Mami besuchen.

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

Erlebnis, Natur und Kreativität

Volg NATURENA, das sind naturnahe Erlebniswelten für Gross und Klein in den Regionen Werdenberg SG, Fricktal AG, Zugerland ZG, Seebachtal TG und neu auch im Seeland BE. Sie erhalten Einblick in den Alltag auf dem Bauernhof, erleben faszinierende Eindrücke auf dem Sinnespfad und lernen die Lebensgemeinschaft von Pflanzen und Tieren in der Natur kennen. Alle Naturprojekte sind je nach Witterung das ganze Jahr über zugänglich. Die Erlebnishöfe und Sinnespfade laden ab 21. März 2019 wieder zum Besuch ein. Jeden Monat finden auf allen Höfen Kurse und Workshops statt. Die neuen Kurse finden Sie im NATURENA-Flyer Veranstaltungen 2019 (erhältlich ab Mitte Januar im Volg oder als Download auf der NATURENA-Website) und in jedem «Öise Lade». Auf www.naturena.ch finden Sie alle Informationen.



MODELLIEREN UND TANZEN IM THURGAU

Familie Jäger blickt auch in der siebten NATURENA-Saison auf ein erfolgreiches Jahr zurück. Rund 4000 Gäste besuchten den Erlebnishof Seebachtal und erfreuten sich an über 70 verschiedenen Anlässen, wie beispielsweise am Modellierkurs, an dem eine Betonskulptur hergestellt wurde. Ein voller Erfolg war auch die CD-Taufe der legendären Tanzmusik «Gino-Boys», an der 500 Gäste bei schönstem Juni-Wetter einen unvergesslichen Tag genossen. Einen gemütlichen Abend verbrachten Besucher an der 1. Augustfeier auf dem Rebgut und im Herbst wurden natürliche Pflegeseifen hergestellt.

SEEBACHTAL



Die Teilnehmenden liessen sich von ihrer Inspiration treiben – alle Figuren waren zum Schluss einzigartig.

Volg

FEUER- ODER PFLANZEN- SCHALE AUS TON



- ① Fr, 8.2.19, 9 – 13 Uhr*
- ② Fr, 8.2.19, 14 – 18 Uhr*

Ort: Volg Erlebnishof **Zugerland**,
Hotzenhof, Deinikon 11, 6340 Baar

Programm: Von Hand formen Sie dunklen Ton zu einer wetterfesten Schale, die Sie zu Hause bepflanzen oder mit Brennpaste befeuern können. So setzt sie sowohl in den Wohnräumen als auch draussen zauberhafte Akzente. Die Tonschale wird nach dem Kurs getrocknet, gebrannt und Ihnen dann per Post zugeschickt.

Teilnehmende: 10 Personen ab 12 Jahren

Mitbringen: Küchenmesser mit glatter Klinge, Gabel, altes Frotteehandtuch, Kartonschachtel mit Deckel (ca. 25 x 25 x 25 cm) und Polstermaterial für den Versand
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer beheizten Remise statt.

Leitung: Regula Wolfensberger, Zumikon

Preis: Fr. 100.– pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Tonschale (Ø ca. 17 cm) im Wert von Fr. 18.– mit Brennen und Versand

GARTENGESTALTUNG – MEIN SITZPLATZ



- ① Sa, 23.2.19, 8 – 13 Uhr*
- ② Sa, 23.2.19, 13.30 – 18.30 Uhr*

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

Programm: Für einen harmonisch gestalteten Sitzplatz geben Ihnen zwei Gartenbau-Profis Tipps und Ideen bezüglich Wahl sowie Planung und stellen verschiedene Materialien und Möglichkeiten zur Umsetzung vor. Individuelle Fragen und Anliegen können anhand von Plänen und Fotos besprochen werden.

Teilnehmende: 12 Personen ab 16 Jahren

Mitbringen: Fotos, Pläne oder Skizzen Ihres Gartens zur individuellen Beratung

Leitung: Markus Schär, Schär Gärten, Wittnau,
www.schaer-gaerten.ch

Jonas Aebersold, Aebersold Garten- und Landschaftsarchitektur, Wittnau

Preis: Fr. 105.– pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränken

DEKORATIVE FILZSTEINE



- ① Fr, 8.2.19, 9 – 16 Uhr
- ② Sa, 9.2.19, 9 – 16 Uhr

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

Programm: Die Filzsteine wirken täuschend echt: sie filzen in der Hohlformtechnik die Steinhülle und füllen sie je nach Verwendungszweck mit unterschiedlichen Materialien, dabei können Sie zwischen einem Filzstein in Fussballgrösse oder 2–3 kleineren Steinen wählen.

Teilnehmende: 12 Personen ab 14 Jahren

Mitbringen: Schreibzeug, Papier, Schere, Nähzeug, 3 Frottee-/Küchentücher

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

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

Preis: Fr. 125.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre/n Filzstein/e im Wert von Fr. 20.–

EDELBRAND – VON DER FRUCHT BIS ZUM DESTILLAT



- ① Sa, 23.2.19, 9 – 17 Uhr
- ② Mo, 25.2.19, 9 – 17 Uhr

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

Programm: Bauer und Brennmeister Markus Gabathuler zeigt Ihnen, wie aus Stein- und Kernobst edle Destillate und Liköre hergestellt werden. Während des Brands vor Ort können Sie tatkräftig mithelfen, erfahren dabei allerlei Wissenswertes über die einzelnen Schritte von der Frucht bis zum Edelbrand und nehmen zum Schluss auch ein Destillat mit nach Hause.

Teilnehmende: 12 Personen ab 18 Jahren

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

Leitung: Markus Gabathuler, Büelsteihof, Oberschan,
www.buelsteihof.ch

Preis: Fr. 120.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material und ein Destillat im Wert von Fr. 30.–

FLECHTFRISUREN FÜR JEDEN ANLASS



- ① Sa, 16.2.19, 9.30 – 13 Uhr*
- ② Sa, 16.2.19, 13.30 – 17 Uhr*

Ort: Volg Erlebnishof **Seeland**,
Schüpfberg 130, 3054 Schüpfen

Programm: Ob für einen speziellen Anlass oder einfach aus Lust auf einen lässigen Style – mit Flechtfrisuren liegen Sie immer im Trend. Angeleitet von einer professionellen Hairstylisten lernen Sie am Übungskopf oder an sich selbst verschiedene Flechtarten kennen, vom klassischen Zopf bis hin zur kunstvoll geflochtenen Strähne. Ein toller Look!

Teilnehmende: 12 Personen ab 12 Jahren

Leitung: Denja Priebs, ltingen, www.deintag-styling.ch

Preis: Fr. 95.– pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material

NEU AB 2019

KURSPROGRAMM AUCH IM BERNER SEELAND
AUF DEM VOLG ERLEBNISHOF IN SCHÜPFEN

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

INFOS & ANMELDUNG

INTERNET: WWW.NATURENA.CH

TELEFON: 058 433 54 09

MO BIS FR, 8–12 UND 13–17 UHR

ANMELDESCHLUSS: 17. JANUAR 2019



* In den Kurszeiten ist 1 Stunde für die Mahlzeiten eingerechnet.

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

Januar 2019

Zuger Eiskaffee à la Bernadette

Mein legendärer Zuger Eiskaffee darf bei keinem Dessertbuffet auf dem Hotzenhof fehlen. Denn auch in der kalten Jahreszeit ist dieser Klassiker beliebt und passt zu Süßspeisen aller Art. Für 12-14 Kaffeegläser, die ich auf einem Serviertablett bereitstelle, schlage ich 5 dl Vollrahm nicht ganz steif und stelle ihn kühl. Dann rühre ich in einer Schüssel 4 Eier (200 g) schaumig, gebe löffelweise 7 EL Zucker dazu und rühre die Masse weiter, bis sie schaumig ist. In einer zweiten grossen Schüssel löse ich 30 g Incarom-Kaffeepulver in 7-8 cl Zuger Kirsch (40% Vol.) auf. Diese beiden Zutaten verleihen dem Eiskaffee das besondere Etwas. Jetzt kommt der kühle Schlagrahm in die Kaffeekirsch-Flüssigkeit. Zuletzt ziehe ich mit einem Gummischaber sorgfältig den Eierschaum unter die Rahmmasse und fülle sie mit Hilfe eines Kruges sofort in die Kaffeegläser ab. Ich decke die Gläser mit einer Klarsichtfolie ab und stelle sie für mindestens 8 Std. in den Gefrierschrank. Vor dem Servieren garniere ich die Zuger Eiskaffees mit Schlagrahm, Schoggi-Kaffeebohnen oder Mikado-Stängeln.



Bernadette Hotz
Erlebnishof Baar ZG

Einen erfrischenden Dessertgenuss wünscht euch,
Bernadette

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

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



Volg



Man kann sie drehen und wenden ganz nach dem eigenen Geschmack – das feine Resultat ist immer ein Erfolg. Volg-Röstli im praktischen Beutel à 500 g gelingt Gross und Klein im Handumdrehen. So wie es sich Familie und Gäste wünschen: knusprig, chüschtig und wunderbar goldgelb. Mit Speck oder ohne – gute Laune ist garantiert.

**Typisch Schweiz.
Typisch Volg.**

Bitte wenden!



**Schnell
anmelden
und
entspannt
geniessen!**

VORSCHAU

SCHWEIZER FISCH AUF DEN TISCH

Fisch ist mit seinen wichtigen Nährstoffen, hochwertigem Eiweiss und den mehrfach gesättigten Fettsäuren ein wichtiges Element für eine ausgewogene Ernährung. So gesund er ist, so vielseitig ist er in seiner Zubereitung. Getreu dem Motto «Das Gute liegt so nah», bereiten wir ausschliesslich Fische zu, die aus einheimischen Gewässern stammen. Wir braten, dämpfen, pochieren, marinieren, filetieren und servieren die Schweizer Fische mit passenden Beilagen und Saucen.

12. MÄRZ IN BUCHS, ST. GALLEN

12. MÄRZ IN OERLIKON

12. MÄRZ IN WANGEN AN DER AARE

13. MÄRZ IN AARAU

19. MÄRZ IN MÜNSINGEN

OSTERMENÜ MIT FRÜHLINGSBOTEN

«Festliches Ostermenü ohne Hott und Hü» lautet das Motto dieses Kurses. Denn gestresst mal hott, mal hü durch die Küche rennen, um ein Ostermenü zuzubereiten, muss nach diesem Kochkurs niemand mehr. Unsere Ostermenü-Ideen lassen sich von Vorspeise bis Dessert teilweise schon im Voraus zubereiten. Wir verwenden, was der Garten hergibt, und kochen mit kulinarischen Frühlingsboten. Das Ergebnis: ein festlich-feines Menü für entspannende Osterfeiertage.

2. APRIL IN OERLIKON

2. APRIL IN MÜNSINGEN

2. APRIL IN BUCHS, ST. GALLEN

10. APRIL IN AARAU

30. APRIL IN WANGEN AN DER AARE

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 (Fleisch- und Weinkurse Fr. 150.–). Anmeldungen über die Volg-Website oder direkt beim jeweiligen Kochstudio – via Internet oder Telefon. Die Rezepte werden den Kursteilnehmenden schriftlich abgegeben.

Aktualisierte Infos auf www.volg.ch



**Fast Food
hausgemacht**

Dass sich Zeitknappheit, Frische und Geschmack wunderbar unter einen Hut – beziehungsweise auf einen Teller – bringen lassen, erleben Sie in diesem Kochkurs. Was die Zubereitung angeht, sind wir auf Zack. Denn gekocht wird für Zeiten in Eile,

genossen wird mit Weile. Mit wenigen Zutaten und cleveren Garmethoden bereiten wir ruckzuck raffinierte Gerichte zu, die sich auch bestens zum Mitnehmen eignen und erst noch frisch sind und der bewussten Ernährung entsprechen.



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

5. Februar 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



**COOKUK IN AARAU
MIT SUSANNE VÖGELI:**

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



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

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



**KOCHWERKSTATT IN MÜNSINGEN
MIT CHRISTIAN THIERSTEIN:**

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



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

26. Feb. 2018, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.tatort-kochschule.ch
oder Telefon 078 713 76 35
Tatort-Kochschule
Vorstadt 13
3380 Wangen an der Aare
E-Mail: info@tatort-kochschule.ch

Sündhaft guet ...



*... für gross
und chli!*

JETZT ZUGREIFEN!

volgi & volgine

Schritte oder Schüsse – wie entstehen Geräusche im Film?



Wusstest du, dass es bei jedem Film Menschen gibt, die nur für die Geräusche zuständig sind? Volgi & Volgine zeigen dir, wie auch du mit Alltagsgegenständen ganz einfach selber filmreife Geräusche machst.

Beruf: Geräuschemacher

Bei Spielfilmen sind die Originaltöne manchmal zu leise und müssen nach dem Dreh noch vom Geräuschemacher verstärkt werden. Für diesen Beruf muss man sehr erfinderisch sein und mit Alltagsgegenständen vieles ausprobieren. Nur schon, um die richtige Gangart eines Schauspielers treffend zu vertonen, braucht der Geräuschemacher ganz verschiedene Schuhe und Bodenmaterialien, denn: Schritte auf einem Teppich klingen anders als auf Steinboden. Und auch klappernde Stöckelschuhe oder quietschende Turnschuhe machen ganz unterschiedliche Töne. Auch Schüsse in einem Krimi werden mit Tricks nachvertont.

Pssst – es schneit!

In alten Filmen wurden früher für rieselnden Schnee weiss angemalte Cornflakes verwendet. Diese fielen jedoch so laut zu Boden, dass die Filmdialoge im Nachhinein nochmals neu aufgenommen werden mussten.

In der Schweiz gibt es viele Bräuche, bei denen der Winter vertrieben wird. Volgi & Volgine stellen dir einige vor. Unsere Mäuse waren auch in einem Eishockey-Verein zu Besuch und sie erklären dir Spannendes über eines der beliebtesten Heissgetränke – Tee. Jetzt im neuen HEY!

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

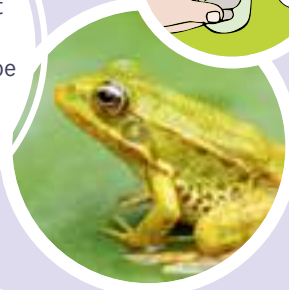


Mache selbst Geräusche!

Mit Alltagsgegenständen und dem richtigen Bild vor Augen lassen sich ganz leicht Geräusche nachahmen.

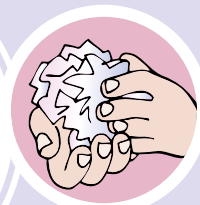
Quaken wie ein Frosch

Du brauchst ein leeres Glas und eine Schüssel mit Wasser. Tauche deinen Daumen ins Wasser und reibe den befeuchteten Daumen an der Innenseite des Glases – quak!



Wie gemütlich ist es am Cheminée?

Entspannung vor einem knisternden Feuer? Kein Problem: Dafür brauchst du nur etwas Geschenkfolie, die du langsam zusammenknüllst.



Meeresrauschen im Schlafzimmer

Im Winter sehnen sich viele Menschen nach Strandferien. Für Meeresrauschen brauchst du ein Kissen und zwei Bürsten. Mache mit beiden Bürsten gleichzeitig kreisende Bewegungen auf dem Kissen, schliesse die Augen und schwups – schon fühlst du dich wie auf einer Insel!





*in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

MEISTERLEISTUNG

FREDY'S BACKHANDWERK

Das Wissen um traditionelle Handwerkskunst und der bewusste Umgang mit modernster Technologie bedeutet für uns: beides in Einklang zu bringen.

Die Kombination von korngesunden Rohstoffen und ehrlichem Handwerk ist das Geheimnis für die hohe Qualität unserer Backwaren. Wir verzichten bewusst auf die Verwendung künstlicher Backhilfsmittel und chemischer Zusätze.

Vielmehr setzen wir auf die Urkraft der Natur und lassen den Teigen viel Zeit, um in natürlichen Reifeprozessen, mit ausgedehnten Ruhezeiten, ihr volles Aroma zu entfalten. Das macht unsere Brote und Backwaren nicht nur bekömmlicher, sondern sie schmecken auch besser und bleiben länger frisch, bis zum letzten «Brösmeli».

Hausgemacht ist bei uns tatsächlich selbstgemacht. Dazu gehört zum Beispiel die selbst gerührte Polenta für unser köstliches Maisbrot.

Original Schweizer Backtradition.
www.fredys.ch

Fredy's – so schmeckt Brot!

- ✓ 100 % bestes IP-Suisse-Mehl aus der Region
- ✓ 100 % natürliche Zutaten und Rohstoffe
- ✓ Traditionell von Hand geformt
- ✓ Im Holzofen mit der Urkraft des Feuers gebacken



Weiss-schimmelkäse bringt Herzen zum Schmelzen. Mit seiner samtigen Haut und seinem schmelzenden Kern ist der Klassiker in all seinen Variationen eine Bereicherung auf jeder Käseplatte.

Ein gutes Brot, eine schön assortierte Käseplatte und schon ist das gleichzeitig heimelige als auch feine Abendessen bereit. Weiss-schimmelkäse dürfen darauf nicht fehlen. Sie gehören zu den Weichkäsesorten, die für ihre cremige Konsistenz bekannt sind, welche durch den relativ hohen Wassergehalt erreicht wird. Das macht sie zu einem leichten und bekömmlichen Genuss. Wohl sind sie aussen alle weiss, geschmacklich hat aber jeder seine eigenen Feinessen.

Grosse Auswahl

Sorgen Sie also auch auf Ihrer Käseplatte für Abwechslung mit Geschmacksvariationen von mild-aromatisch bis würzig-scharf. Zum Beispiel mit dem klassischen Volg Brie Suisse, dem cremigen, IP-Suisse zertifizierten Wiesenmilch Tomme, dem mild-aromatischen «Hohle Gasse» mit seiner feinen, leicht roten Rinde und den in der Ostschweiz veredelten und teils saisonal wechselnden Mini-Brie-Variationen Schnittolino, Trüffelino und Chilino mit den raffinierten Frischkäsefüllungen aus Schnittlauch, Trüffel und Chili.



Fünf cremige Weiss-schimmelkäse aus dem Volg, jeder einzigartig auf seine Art



Der selbst gefüllte Volg Brie Suisse mit Füllung aus Dörrpflaumen, Portwein und Feta ist einfach in der Zubereitung.

Pflaumen-Brie

Zutaten für 1 Spitz Volg Brie Suisse:
4 **Dörrpflaumen** hacken und mit ½ dl **Portwein** übergiessen. Zugedeckt über Nacht stehen lassen. 70 g **Feta** mit den Dörrpflaumen zu einer streichfähigen Masse verkneten. 1 **Volg Brie Suisse** quer durchschneiden. Masse auf die untere Brie-Hälfte streichen, obere Hälfte aufsetzen und leicht andrücken. Im Kühlschrank für 4-5 Std. oder besser über Nacht ruhen lassen.
Zubereitung: 15 Min. + 2 x über Nacht ziehen lassen
Tipp: statt Portwein ½ dl heisses Wasser verwenden

*in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Auf www.volg.ch/rezepte finden Sie weitere Rezepte mit den Stichworten «Camembert», «Brie» und «Tomme».



Frühlingserwachen im Süden

Kurz und günstig nach Italien & Kroatien

Sofort-Preis-Rabatt:
bis Fr. 155.–
sparen!

Amalfi–Capri–Sorrento

Ihr Reiseprogramm

- 1. Tag: Schweiz–Perugia.**
- 2. Tag: Assisi und Perugia.**
Besuch vom bedeutenden Wallfahrtsort Assisi und der mittelalterlichen Stadt Perugia.
- 3. Tag: Perugia–Neapel–Maiori.**
Stadtführung in Neapel. Danach Fahrt zur Amalfiküste.
- 4. Tag: Fak. Ausflug Capri.**
Ausflug mit dem Schiff zur Insel Capri.
- 5. Tag: Ausflug Amalfiküste.**
Ein ganztägiger Ausflug entlang der schönsten Küste Italiens wird Sie bezaubern.
- 6. Tag: Ausflug Pompeji.**
Geführte Besichtigung der antiken Stadt Pompeji, dann Fahrt zum Vesuv.
- 7. Tag: Amalfiküste–Montecassino.**
Besichtigung von Montecassino, eines der bedeutendsten Klöster der Christenzeit.
- 8. Tag: Chianciano Terme–Schweiz.**

Reise-Hits • Sparangebote

8 Tage ab Fr. **895.–**

Reisedaten 2019 (Sa – Sa)

1: 06.04.–13.04. 4: 04.05.–11.05.
2: 13.04.–20.04. 5: 11.05.–18.05.
3: 27.04.–04.05. 6: 18.05.–25.05.

Pro Person Katalog-Preis* Sofort-Preis

8 Tage inkl. HP 1050 **945**
Einzelzimmerzuschlag **225**
Reduktion Reise 1 und 11 **– 50**

Ihre Hotels

Mittelklasshotels T-●●● (off. Kat. ***)
in Maiori, Perugia und Chianciano Terme.

Internet-Buchungscode: hamal

Malerisches Istrien

Ihr Reiseprogramm

- 1. Tag: Schweiz–Umag.**
Fahrt nach Umag an der Istrischen Riviera.
- 2. Tag: Grožnjan und Motovun.**
Heute besuchen wir das Hinterland der Adria-Halbinsel Istriens. Wir besichtigen die traumhaft gelegenen Orte Grožnjan und Motovun. In einer Weinkellerei degustieren wir feine Tropfen mit kleinem Imbiss.
- 3. Tag: Fak. Ausflug Brioni-Inseln–Pula.**
Freier Tag am Meer oder fakultativer Ausflug in die Römerstadt Pula mit ihrem beeindruckenden Amphitheater und zu den Inseln im Nationalpark Brioni.
- 4. Tag: Poreč und Rovinj.**
Die Küste der Adriatischen Halbinsel wird Sie begeistern. Wir besichtigen unter anderem Poreč und Rovinj.
- 5. Tag: Umag–Schweiz.**

Reise-Hits • Sparangebote

5 Tage ab Fr. **395.–**

Reisedaten 2019 (So – Do)

1: 07.04.–11.04. 4: 12.05.–16.05.
2: 28.04.–02.05. 5: 19.05.–23.05.
3: 05.05.–09.05.

Pro Person Katalog-Preis* Sofort-Preis

5 Tage inkl. HP 530 **475**
Kein Einzelzimmerzuschlag!
(Anzahl der Zimmer beschränkt)
Reduktion Reise 1 und 10 **– 80**

Ihr Hotel

Gutes Mittelklasshotel Sol Garden Istra T-●●●* (off. Kat. ***)

Internet-Buchungscode: hisum

Toscana und Florenz

Ihr Reiseprogramm

- 1. Tag: Schweiz–Forte dei Marmi.**
- 2. Tag: Lucca und Pisa.**
Morgens geführter Stadtrundgang der mittelalterlichen Stadt Lucca. Am Nachmittag Besuch von Pisa. Die Stadt ist weltbekannt für ihren Dom und den Schiefen Turm.
- 3. Tag: Florenz.**
Während der Stadtführung sehen wir die Piazza Duomo mit dem Dom und dem weltberühmten Baptisterium, die Piazza della Signoria, die Kirche von Santa Croce u.v.m.
- 4. Tag: Fak. Ausflug Cinque Terre.**
Eine der schönsten Regionen Italiens erwartet uns heute. Die kleinen Ortschaften kleben wie Schwalbennester an der Küste und sind nur durch schmale Strassen, mit der Bahn oder vom Wasser aus zu erreichen.
- 5. Tag: Forte dei Marmi–Schweiz.**

Reise-Hits • Sparangebote

5 Tage ab Fr. **495.–**

Reisedaten 2019 (So – Do)

1: 07.04.–11.04. 4: 05.05.–09.05.
2: 14.04.–18.04. 5: 12.05.–16.05.
3: 28.04.–02.05.

Pro Person Katalog-Preis* Sofort-Preis

5 Tage inkl. HP 605 **545**
Doppel zur Alleinbenutzung **99**
Reduktion Reise 1 und 9 **– 50**

Ihr Hotel

Gutes Mittelklasshotel Grand Hotel Forte dei Marmi T-●●●* (off. Kat. ****).

Internet-Buchungscode: htocl

Gardasee–Verona

Ihr Reiseprogramm

- 1. Tag: Schweiz–Gardasee.**
 - 2. Tag: Verona.**
Stadtbesichtigung in Verona und Nachmittag zur freien Verfügung.
 - 3. Tag: Venedig.***
Geführter Rundgang in Venedig entlang der Piazza San Marco, Markuskirche und dem Canale Grande.
 - 4. Tag: Gardasee–Panoramafahrt.***
Fahrt ins alte Fischerdorf Bardolino und weiter auf die Halbinsel Sirmione. Zeit zur freien Verfügung. Anschliessend Führung in einer Ölmühle.
 - 5. Tag: Gardasee–Schweiz.**
- *Das Ausflugspaket mit 2 Ausflügen ist nur im Voraus buchbar (Sie sparen mind. 10%). Einzelbuchungen der Ausflüge vor Ort nur bei Verfügbarkeit möglich.

Reise-Hits • Sparangebote

5 Tage ab Fr. **425.–**

Reisedaten 2019 (So – Do)

1: 07.04.–11.04.
2: 14.04.–18.04.
3: 28.04.–02.05.
4: 20.05.–24.05. Mo–Fr

Pro Person Katalog-Preis* Sofort-Preis

5 Tage inkl. HP 495 **445**
Doppel zur Alleinbenutzung **99**
Reduktion Reise 1 und 7 **– 20**

Ihr Hotel

Gutes Mittelklasshotel La Perla T-●●●* (off. Kat. ***) in Garda.

Internet-Buchungscode: hgave

Abfahrtsorte: Burgdorf, Basel, Pratteln, Aarau, Baden-Rüthof, Zürich-Flughafen, Winterthur, Wil, Arth Goldau (ausgen. Gardasee)
Und wie immer bei allen Reisen: Fahrt mit modernem Komfortklasse-Bus, Audio-System auf Rundgängen, erfahrener Reisechauffeur.
Nicht inbegriffen: Fakultative Ausflüge bzw. Ausflugspaket (nur hgave), Annullationschutz und Assistance-Versicherung.
Auftragspauschale von Fr. 20.– entfällt bei Online-Buchung. *KATALOG-PREIS: Zuschlag 10% auf den Sofort-Preis, bei starker Nachfrage und 1 Monat vor Abreise.

REISEGARANTIE

Bestellen Sie jetzt den aktuellen Katalog
Jetzt buchen & informieren www.twerenbold.ch oder 056 484 84 84
Im Steiacher 1, 5406 Baden-Rüthof

Reisen in guter Gesellschaft

TWERENBOLD



Frischkäse-Krawättli mit Broccoli und Lachs

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Broccoli, in kleine Röschen geschnitten
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel, gehackt
- 1 dl Weisswein
- 400 g Krawättli
- 150 g Frischkäse nach Wahl (z. B. Cantadou Meerrettich)
- 150 g Rauchlachs
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Broccoli in Salzwasser knapp weich kochen und mit Eiswasser abschrecken. In einer Pfanne Butter erhitzen, Zwiebeln glasig dünsten. Mit Weisswein ablöschen.
2. Broccoli dazugeben und zugedeckt kurz warm werden lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Krawättli in reichlich Salzwasser al dente kochen. Frischkäse unter den Broccoli rühren, Krawättli dazugeben, alles durchmischen und auf Tellern anrichten. Rauchlachs darüber zupfen und servieren.

Zubereitung: 25 Min.

Tip: mit gerösteten Mandelstiften garnieren

Zibu-Risotto mit Saucisson

Zutaten für 4 Personen:

- 50 g Butter
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 200 g Risottoreis
- 1 Lauch, in Ringe geschnitten
- 4,5 dl Gemüsebouillon
- 2 Saucisson
- 80 g Zibu
- 2 EL Sbrinz, gerieben
- Pfeffer



Zubereitung:

1. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Reis beigegeben, glasig dünsten. Lauch dazugeben, kurz mitdämpfen. Mit Bouillon ablöschen.
2. Saucisson enthäuten, Wurstfleisch mit Gabel zerdrücken. Mit der Hälfte des Zibu ins Risotto geben. Risotto köcheln, bis er noch leicht Biss hat. Nach Bedarf Bouillon nachgiessen.
3. Restlichen Zibu untermischen, mit Pfeffer würzen und dem Sbrinz garnieren.

Zubereitung: 45 Min.

Grüner Quarkkuchen

Zutaten für eine Springform mit Ø 20 cm:

- 800 g Magerquark
- 5 Eier
- 100 g Mehl
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel, gehackt
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 2-3 EL Peterli, gehackt
- 1 Mürbeteig, rund, ausgewählt
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Quark in eine Schüssel geben. Eier aufschlagen und mit Mehl unter den Quark mischen.
2. Butter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Peterli dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit dem Stabmixer zu einer Paste verarbeiten.
3. Paste mit dem Quark verrühren, mit Salz

und Pfeffer abschmecken.

4. Springform einfetten. Teig auslegen und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Quarkmasse einfüllen. Bei 170 °C während 30-40 Min. backen. Etwas abkühlen lassen und servieren.

Zubereitung: 20 Min. + 30-40 Min. backen

Tip: mit Frischkäse-Nocken und frischen Kräutern servieren

Power-Salat mit Hüttenkäse

Zutaten für 4 Personen:

- 280 g Maiskörner, aus der Dose
- 2 Eier, hart gekocht
- 1 Bd. Schnittlauch
- 100 g Haferflocken, eingeweicht
- 50 g Baumnüsse, grob gehackt
- 400 g Hüttenkäse
- 1 TL Paprikapulver
- 2 TL Honig
- 8 EL Joghurt-Dressing
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Maiskörner abschütten, abspülen und gut abtropfen lassen. Eier schälen und mit dem Eierschneider in Würfel schneiden. Schnittlauch fein schneiden.
2. Mit den restlichen Zutaten sorgfältig mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit je 2 EL Joghurt-Dressing in ein Glas füllen.

Zubereitung: 5 Min.





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.**

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

HEISS UND ALKOHOLFREI

Lacobi PUNSCH MIT TRADITION
www.lacobi.ch

Hergestellt in der Schweiz
In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Gala-Schnitzel Stroganoff

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Rindsplätzli à la minute
- 1 EL Rapsöl
- 4 Gala-Käse
- 1 Peperoni, rot, in Streifen geschnitten
- 2 Essiggurken, in Streifen geschnitten
- 1 Zwiebel, gehackt
- ½ EL Butter
- 150 g Champignons, frisch, in Scheiben
- 1 EL Peterli, gehackt
- 1 TL Paprikapulver Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Plätzli mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Bratpfanne im heissen Öl beidseitig kurz anbraten. Sofort herausnehmen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
2. Je 1 Gala-Käse auf ein Plätzli streichen. Peperoni- und Gurkenstreifen auf den Käse legen.
3. Zwiebeln in Butter andünsten, Champignons und Peterli dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen.
4. Die Champignons-Mischung auf die Plätzli und Gemüsestreifen geben. Im vorgeheizten Ofen bei 220 °C während 5 Min. überbacken und sofort servieren.

Zubereitung: 20 Min.



Mango-Mascarpone-Tarte

Zutaten für 1 Backform à 35 x 11 cm:

- 1 Blätterteig, rechteckig, ausgewallt
- 3 EL Zucker
- 1 Mango, geschält
- 150 g Aprikosenquark
- 250 g Mascarpone
- 2 Eier
- 100 g Puderzucker
- 6 Bl. Gelatine
- 1 dl Rahm, steif geschlagen

Zubereitung:

1. Teig zuschneiden, auf beiden Seiten mit Zucker bestreuen und diesen mit dem Wallholz etwas andrücken. Mit dem restlichen Teig Seitenränder verzieren (z. B. Zöpfe flechten). Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Im Backofen 12–15 Min. bei 185 °C backen, auf einem Gitter auskühlen lassen.
2. Mango halbieren und Stein entfernen. Die Hälfte des Fruchtfleisches pürieren, den Rest

in feine Spalten schneiden. Eier trennen. Mangopüree, Aprikosenquark, Mascarpone, Eigelbe und Puderzucker zu einer glatten Crème verrühren.

3. Gelatine mit wenig Wasser im Wasserbad flüssig werden lassen und zur Crème geben, 30–40 Min. kühl stellen.

4. Eiweisse steif schlagen und mit dem Schlagrahm unter die Mango-Crème ziehen.

5. Crème auf dem Blätterteigboden verteilen. Mangospalten fächerartig in die Crème stecken. Tarte 2–3 Std. im Kühlschrank fest werden lassen.

Zubereitung: 40 Min. + ca. 4 Std. kühl stellen

Tipp: 2–3 EL Aprikosen-Konfitüre erwärmen und Mangoschnitze damit bestreichen, mit Minzeblättern garnieren. Die Tarte kann auch mit rundem Blätterteig wie eine Wähe gebacken werden.



Ricotta-Pancakes

Zutaten für 4 Personen:

- 8 EL Mehl
- 300 g Ricotta
- 2 Eier
- 3 EL Milch
- ½ TL Natron
- 2 EL Peterli, gehackt
- 1 Pr. Salz
- 2 EL Bratbutter

Für den Salat:

- 1 Grapefruit
- 2 Fenchel
- 1 Zitrone, Saft
- 0,5 dl Rapsöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Mehl mit Ricotta verrühren. Eier trennen. Eigelbe, Milch, Natron und Peterli dazugeben und gut mixen. Eiweisse mit Salz steif schlagen, sorgfältig unter den Teig heben.
2. Bratbutter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Teig portionenweise zu 12 kleinen Pancakes beidseitig goldbraun ausbacken und warm stellen.
3. Grapefruit filetieren. Fenchel rüsten und in dünne Scheiben hobeln. Zitronensaft mit Salz und Pfeffer würzen, Öl unter ständigem Rühren dazugiessen. Fenchelstreifen und Grapefruitfilets mit der Sauce vermengen und abschmecken.
4. Salat mit je 4 Pancakes anrichten.

Zubereitung: 45 Min.

*Die würzigen
Kartoffelschnitze im
neuen Glanz*



HAUSGEMACHTES SCHMECKT AM BESTEN.

Frisch aufgebrühter Kräutertee
—
Schweizer Minze
—
Mit Obstsaft gesüsst

Neu
auch in der
150 cl PET Flasche
erhältlich.



Sfogliatelle

Zutaten für ca. 25 Stück:

300 g Mehl	2 dl Wasser
100 g Hartweizengriess	5 EL Öl
1 TL Salz	150 g Butter, weich
2 EL Zucker	

Zubereitung:

1. Mehl, Hartweizengriess, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen. Wasser und Öl begeben und zu einem weichen, elastischen Teig kneten. Teig zu einer Kugel formen und 1 Std. ruhen lassen.
2. Teig in 8 Portionen teilen und mit einem feuchten Tuch zudecken. Ein Teigstück auf

wenig Mehl längs auswallen, beidseitig mit wenig Mehl bestäuben. Teig von Hand oder mit der Nudelmaschine möglichst dünn walzen.

3. Teigstreifen sorgfältig in die Breite ziehen, mit Butter dünn bestreichen und zu einer satten Rolle aufrollen. Restlicher Teig nacheinander gleich auswallen, wieder mit Butter dünn bestreichen und auf die Teigrolle aufrollen, sodass eine grosse Rolle entsteht. Teigrolle mit beiden Händen sorgfältig zu einer gleichmässigen, ca. 27 cm

langen Rolle formen. In Folie eingepackt über Nacht kühl stellen.

4. Teigrolle an den Enden gerade schneiden, in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, zugedeckt kühl stellen.
5. Eine gewünschte Füllungen herstellen und eine Wunschform wählen.
6. Je 14–16 Min. in der Mitte des auf 220 °C vorgeheizten Ofens backen. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen, mit Puderzucker bestäuben.

Zubereitung: 2 Std. + über Nacht kühl stellen



mit Limonenfüllung

3 dl Milch
¼ TL Salz
½ Vanillestängel, ausgekratztes Mark
½ TL Zimt
2 Zitronen, abgeriebene Schale
50 g Hartweizengriess
80 g Zucker
250 g Ricotta
1 Ei

Limonenfüllung:

Milch mit Salz, Vanille, Zimt und der Hälfte des Zitronenabriebs aufkochen. Griess einrühren, Hitze reduzieren, unter Rühren bei schwacher Hitze ca. 5 Min. zu einem dicken Brei kochen. Zucker darunterziehen, kurz weiterkochen. Ricotta, Ei und die andere Hälfte des Zitronenabriebs begeben, gut verrühren, auskühlen. Zugedeckt über Nacht kühl stellen.



Teigform 1

Eine Teigscheibe auf beide Daumen setzen, mit den Fingern von der Mitte her rundum nach aussen streichen, sodass ein Kegel entsteht. Mit wenig Masse füllen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben.

mit Schokoladenfüllung

3 dl Milch
¼ TL Salz
1 Vanillestängel, ausgekratztes Mark
½ TL Zimt
50 g Hartweizengriess
80 g Zucker
250 g Ricotta
1 Ei
80 g Volg Kochschokolade, fein gehackt

Schokoladenfüllung:

Milch mit Salz, Vanille und Zimt aufkochen. Griess einrühren, Hitze reduzieren, unter Rühren bei schwacher Hitze ca. 5 Min. zu einem dicken Brei kochen. Zucker darunterziehen, kurz weiterkochen. Ricotta, Ei und Schokolade begeben, gut verrühren, auskühlen. Zugedeckt über Nacht kühl stellen.



Teigform 2

Eine Teigscheibe auf beide Daumen setzen, mit den Fingern von der Mitte her rundum nach aussen streichen, sodass ein Kegel entsteht. Masse zu kleinen Kugeln formen, diese mit zwei Teigkegeln umhüllen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben.

mit Vanillefüllung

3 dl Milch
¼ TL Salz
1 Vanillestängel, ausgekratztes Mark
½ TL Zimt
50 g Hartweizengriess
60 g Zucker
1 P. Vanillezucker
250 g Ricotta
1 Ei

Vanillefüllung:

Milch mit Salz, Vanille und Zimt aufkochen. Griess einrühren, Hitze reduzieren, unter Rühren bei schwacher Hitze ca. 5 Min. zu einem dicken Brei kochen. Zucker und Vanillezucker darunterziehen, kurz weiterkochen. Ricotta und das Ei dazugeben, gut verrühren, auskühlen. Zugedeckt über Nacht kühl stellen.



Teigform 3

Eine Teigscheibe auf beide Daumen setzen, mit den Fingern von der Mitte her rundum nach aussen streichen, sodass ein Kegel entsteht. Mit Masse füllen, zusammenklappen und Öffnung gut zusammendrücken. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

In solid rumantsch

La stgala giu en tschaler. Ina stgala privlusa. La stgiraglia spessa maglia tut quai che ristga da metter pe da la cuort illuminada vers la stgala. «Vas spert per in giabus cotschen?» scheva mamma. E lura stuev jau ir giu da la stgala privlusa, adina pront che in maun misterius tschiffass mes pe. U che in auter maun misterius stum-plass mai giu da stgala, giu en il stgir profund. Lura curriv'jau spert giu da stgala, spert en il tschaler cun il funs natiral, saviond precis nua trair en il chau per betg batter cunter la miraglia veglia. La curuna cunla verdira d'enviern chattav'jau be cun palpar, spert prender in giabus cotschen e



Tschaler

puspè si da stgala en la glisch che salvava. La stgala giu en tschaler. Anc adina la medema. La stgiraglia n'è dentant betg pli la medema. Ils monsters èn sparids. Nagin che prova da tschiffar mes pe u da ma bittar giu da stgala. Il tschaler antic cun ses funs natiral e tut ses chantuns. Cun sia pitschna fanestra che lascha vegnir en aria ed in zichel glisch da la giassa. Il tschaler è oz in lieu da gourmet, in lieu per conservar. In giabus cotschen che resta frestg, las buttiglias da vin che fan parada en la curuna. Il chaschiel d'alp che jau stoss adina puspè volver ed unscher.

Il tschaler da la chasa veglia. Oz in dals lieus ils pli bels ed impurtants da la chasa. Tut ina chaussa da l'optica.

David Spinnler
David Spinnler

Wussten Sie, dass • • •

• • • Sie noch bis zum 2. Februar 2019 im Volg für jeden 10 Franken-Einkauf einen Treuepunkt erhalten?

Mit den gesammelten Treuepunkten können Sie von den einmaligen Angeboten der Volg-Treueaktion profitieren. Bereits ab 15 gesammelten Punkten können Sie handgefertigten Produkte der Glasi Hergiswil mit 50 Prozent Preisvorteil beziehen und Ihren Esstisch beispielsweise mit Kerzenhaltern, Salat- oder Dessertschalen decken. Die Goldangebote für besonders treue Kunden umfassen Fondue-Rechaud oder ein Chinoise-Teller-Set.

Die gesammelten Treuepunkte können bis zum 23. Februar 2019 in jedem Volg eingelöst werden. Weitere Informationen erhalten Sie in Ihrem Volg.



Robert Niederer

• • • in Vorderthal SZ und in Chardonne VD neue Volg-Läden eröffnet wurden?



Am 15. November eröffnete in Vorderthal ein Volg seine Ladentüren. Ladenleiterin Esther Friedli und ihr Team begrüßen Sie von Montag bis Samstag bereits ab 5.45 Uhr. Dank der integrierten Postagentur können Sie die Einkäufe bequem mit der Erledigung der Postgeschäfte verbinden. Zum «Feins vom Dorf»-Sortiment gehören Eier, Honig und Alpkäse der Familie Mächler aus Vorderthal sowie Brot von Wendolin Bruhin aus Siebnen.



Seit dem 2. November lädt auch der Volg Chardonne von Ladenleiterin Corinne Jaunin-Jaccard und ihrem Team zum «frisch und freundlichen» Einkaufen ein. Der Laden öffnet von Montag bis Samstag um 6 Uhr und bietet mit der integrierten Postagentur einen willkommenen Service. Nebst Produkten für den täglichen Bedarf erhalten Sie hier «Feins vom Dorf»-Produkte der Bäckerei Maillard Gourmandises et Traditions in Châtel-Saint-Denis, Spezialitäten aus der Metzgerei Stuby in Vevey sowie Weine von lokalen Winzern.

Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Über je ein Rechaud «Long Fire» von Kisag inkl. Gasdose im Wert von Fr. 145.– freuen sich Jean-Claude Pfaeffli aus Muttenz, Rosmarie Wenger aus Schinznach-Dorf, Franz Wollschlegel aus Dulliken, Irene Spörri aus Buochs, Emmi Gschwind aus Unterägeri, Alfred Zbinden aus Kirchenthurnen, Rosmarie Ramseyer aus Ittigen, Margrit Hofstetter aus Wettingen, Hans Fässler aus Appenzell, Annelies Schatzmann aus Rudolfstetten, Werner Weber aus Sarmenstorf, Heidi Obrecht aus Oberwangen, Arthur Huber aus Rümlang, Claire Kern aus Hettlingen. An fünf Gewinnerinnen und Gewinner geht je ein Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 50.–. Weitere zehn Leser erhalten je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.–.

Lösungswort 11/18: «Dressierkunstwerke»

Auflösung des Hiestand-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 10/18: Antwort C, Mutterteig

Teresa Berardi, die Gewinnerin des Hauptpreises, bei der Preisübergabe mit Beatrice Häusler, Key Account Managerin bei Hiestand (r.) und Marcel Baggenstos, Volg Bereichsleiter Beschaffung Frischprodukte (l.)



Gewinnen mit Hiestand

Über den 1. Preis, eine persönliche Stylingberatung mit Luisa Rossi inkl. Cüpli und Shoppingtour für ein neues Outfit im Wert von Fr. 500.– im PKZ sowie einen Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 1500.–, darf sich Teresa Berardi aus Winterthur freuen. Der 2. bis 6. Preis, je eine persönliche Stylingberatung mit Luisa Rossi inkl. Cüpli und Shoppingtour für ein neues Outfit im Wert von Fr. 500.– im PKZ sowie einen Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 700.–, gehen an Ruth Beeler aus Greifensee, Ursula Landolt aus Bonstetten, Gaby Macias aus Rorschacherberg, Adriano Iapozzuto aus Volketswil und Sarah Glauser aus Bonstetten.

De grünen Duume



Auch im Winter gilt es, den Garten im Auge zu behalten. An frostfreien Tagen müssen immergrüne Gewächse, wie Buchs oder andere Kübelpflanzen, unbedingt leicht gewässert werden, damit sie nicht vertrocknen. Ein schneebedeckter Rasen sollte übrigens nicht betreten werden, da die Luft bei festgetretenem Schnee nicht mehr zirkulieren und Schneeschimmel entstehen kann. Wer das Säen vermisst und Kresse mag, kann diese jetzt auf dem Fensterbrett bei Zimmertemperatur in kleinen Schalen aussäen und nach zehn Tagen ernten. Die kalten Tage sind zudem ideal für die Gartenplanung. Beim Studieren von Gartenkatalogen in der gemütlich warmen Stube kann man sich allerhand Ideen für den nächsten Frühling holen.

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

Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 02/19 erscheint am 24. Januar 2019

Hauptsache Pizza



Pizza ist in aller Munde. Begleiten Sie uns auf die kulinarische Reise ins Pizzaland und lassen Sie sich von Formen und Varianten inspirieren. Staunen Sie, wie man aus Blumenkohl, Reis oder Polenta verschiedene Pizzaböden herstellt und erfahren Sie das Geheimnis des perfekten Pizzateigs.



Der Geschmack von Gelb

Kalt und oft grau sind die Tage im Winter. Höchste Zeit, sich warme Farben und wärmenden Genuss auf den Tisch zu holen. Von Currygelb über Senfgelb bis Zitronengelb – entdecken Sie neun Gerichte, die in verschiedenen Gelbtönen Sonne auf den Teller bringen.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz

Volg



JETZT PROFITIEREN!

25%

VOM 31.12. – 05.01.2019
AUF AUSGEWÄHLTE KNORR SUPPEN

