

öise lade

Küche
aktuell

Hauptsache Pizza

Mehr zum Thema

Heute gibt's Gelb!

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.



Die Kraft der Natur



Editorial

Volg-Läden befinden sich dort, wo die Menschen wohnen: mitten im Dorf. Hier ist der Dorfladen oft mehr als ein Einkaufsort. Er ist ein Treffpunkt, wo man sich austauscht und wo mancher Kunde den Volg-Mitarbeitenden auch mal aus seinem Leben erzählt. Das Einkaufen im Volg steht somit nicht nur für geografische, sondern auch für persönliche Nähe. «Aus Liebe zum Dorf» ist Volg über 580

Aus Liebe zum Dorf

mal im Dorf daheim. «Aus Liebe zum Dorf» lautet auch die Kernbotschaft unserer neuen Werbekampagne. Wie jedes Dorf einzigartig ist, hat jeder Volg seine Besonderheiten – nicht zuletzt durch die unterschiedlichen Menschen, die hier einkaufen. Jeder von ihnen hat seine eigene Geschichte zu erzählen. Und diese Dorfgeschichten stehen im Zentrum unserer neuen Werbung. Einige davon erzählen wir Ihnen auch hier im «Öise Lade». Die erste lesen Sie auf Seite 22.

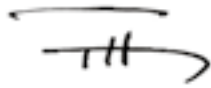
Wo Volg ist, ist auch die Natur nicht weit. «Volg-Dörfer» sind oft von der Landwirtschaft geprägt. Die Landwirtschaft und die Natur als Erlebnis für alle Sinne sind die Grundelemente von Volg NATURENA. Im bernischen Schüpfen kommt nun ein neuer Erlebnishof dazu. Wir stellen ihn Ihnen auf Seite 46 vor.

Nun wünsche ich Ihnen viel Freude mit den Dorfgeschichten, beim Entdecken des neuen Volg NATURENA Erlebnishofs und viel Lesespass mit «Öise Lade».

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



Einfach & bequem
**Schnelle
Reisgerichte**
13



Freizeit Jung,
frisch & fründlich
**Von Guinea
in den
Volg Saas-
Almagell**
45

**15 Wein- und Käseangebot
des Monats**

Wenn Sizilien auf den Thurgau trifft

19 Hausmarke

Chäschüechli, Schinkengipfeli und Pizza

20 Aktueller Tipp

Wie ein Hiestand-Brot entsteht

22 Dorfgeschichte

Wo der Rocker Sirup trinkt

25 Öisi Umwält

96 % Poulet aus der Schweiz

27 Volg-Rundgänge

Volg hinter den Kulissen erleben

37 Wettbewerb

Gewinnen mit Hiestand

39 Feins vom Dorf

«Dr. Ginger» im Volg Benken ZH

**40 Typisch Schweiz –
Typisch Volg**

Raclettekäse aus Jonschwil SG

42 Novissimo

Neu in den Volg-Läden

49 NATURENA Rezept

Dörrobst-Cookies von Helen Schmid

51 Freizeit NATURENA

März-Kurse auf den Volg-Erlebnishöfen

53 Freizeit Kochkurs

Schweizer Fisch auf den Tisch

55 Volgi & Volgine

Winterrätsel

57 Saison

Picknick-Eier



Küche aktuell
**Hauptsache
Pizza**

5



Freizeit NATURENA
**Ein neuer
NATURENA
Erlebnishof**

46



29 Das Themenheft
mehr zum
thema
Variationen in Gelb



ENTDECKEN SIE NESCAFÉ GOLD*

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

HAUPTSACHE PIZZA

In allen möglichen Formen und mit unterschiedlichen Böden: gerollt oder als Kranz, mit Reis oder Mais, Pizza geht immer – und immer wieder anders.

Kaum ein Nationalgericht hat wohl so viele Fans wie Italiens Pizza. Ein Fladenbrot, belegt mit Tomatensauce, Basilikum und Käse – so die ursprüngliche Variante – knusprig gebacken und heiss genossen. Wer kann da schon Nein sagen. Die Pizza überrascht aber nicht nur mit einer Vielfalt an Belagsmöglichkeiten, sie lässt sich auch anders in Form bringen. Ein dekorativer Kranz mit mediterranem Belag aus Oliven, getrockneten Tomaten und Artischocken, eine runde Schnecke mit Frischkäse und Gemüse oder ein handlicher Lollipop mit Spinat-Schinken-Käse-Füllung zum Reinbeissen. Das Pizzafestival kann beginnen!

TIPP
Der Volg Wein des Monats **Stella Lunare Nero d'Avola Terre Siciliane IGT Barrique** passt sehr gut zu allen Arten von Pizzas.



**Pizza-Kranz
Pizza-Schnecke
Pizza-Lollipop**

Mit ihren ausgefallenen Formen eignen sich diese Pizzas besonders gut zum Apéro.



Tortilla-Pizza

Convenience trifft auf Fast Food. Man brät den Boden in der Bratpfanne und belegt ihn danach raffiniert.



Reis-Pizza Asia

Die vegetarische Pizza mit Parfumreis fernöstlich gewürzt und mit Tête de Moine garniert

DER BODEN

MACHT'S



TIPP

Was könnte eine Polenta-Pizza schöner begleiten als ein süditalienischer Rotwein wie der **Primitivo Salento IGP Follare**.

Polenta-Pizza

Ihre Zubereitung erfordert etwas Geduld. Sie wird mit Salami und Champignons belegt.

Als Basis für die klassische Pizza dient ein Hefeteig. Wie Sie ihn herstellen, zeigen wir Ihnen auf Seite 9. Doch Pizza geht auch ganz anders. Wer nicht viel Zeit hat, dem sei die Tortilla-Pizza ans Herz gelegt. Weizen-Tortilla in der Pfanne anbraten, wenden, mit Rahmquark bestreichen und belegen – schon ist die Pizza servierbereit. Eine weitere Bodenvariante lässt sich aus Maisgriess zubereiten. Dafür kocht man eine Polenta, lässt sie über Nacht auskühlen und belegt sie dann mit pikanter Salami.

Zwei vegetarische Varianten

Mit einer Masse aus Blumenkohl, Eiern und Reibkäse entsteht eine glutenfreie Alternative zu einem Teig aus Weizenmehl. Mit Baumüssen, Gorgonzola und Rötka-bis belegt, passt sie ausgezeichnet zur kalten Jahreszeit. Auch aus Reis lässt sich ein Pizzaboden herstellen. Der Parfumreis wird dafür im Ofen gebacken und dann mit asiatisch gewürztem Wintergemüse belegt. Tête-de-Moine-Rosetten sorgen für den ganz speziellen Geschmack.

Blumenkohl-Pizza

Baumnuss trifft auf Gorgonzola und Rotkabis. Die vegetarische Pizza schmeckt nicht nur Gemüsefans.

Volg-Kochkurs im März Schweizer Fisch auf den Tisch

Lernen Sie in diesem Kochkurs alles über die Zubereitung von einheimischem Fisch: vom Filetieren über das Marinieren bis zum Braten, Dämpfen und Servieren.

Mehr Informationen
auf Seite 53.

TIPP

Als Apéritif serviert, läutet der elegante und fruchtige **Goldbeere G Cuvée de Blancs Prestige** jeden Pizza-Abend stimmig ein.



DAS BESTE AUS DER SCHWEIZ



CHrütli Schwur in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

SINCE 1899
LATELTIN
TOP OF SPIRITS

www.lateltin.com



Selbst gemacht schmeckt's am besten: Denn so kann jeder selbst wählen, wie dick oder dünn er seinen Boden mag.

TIPPS & TRICKS von Jonas Schönberger

- Die Pizza wird besonders knusprig, wenn man sie bei höchster Ofentemperatur, idealerweise auf einem Pizza-Stein, bäckt und nicht übermässig belädt.
- Mozzarella geraffelt über der Pizza verteilen, damit er gleichmässig verläuft. Für mehr Pfiff zusätzlich würzigen Reibkäse über den Mozzarella streuen.
- Zutaten wie frische Kräuter, Rohschinken, Rucola, Olivenöl erst kurz vor dem Servieren auf die heisse Pizza geben, damit sie ihr volles Aroma behalten.
- Böden aus Polenta oder Reis am Vortag zubereiten, damit sie sich später gut schneiden lassen.

SCHRITT für SCHRITT Pizzateig

Teig wie beim Pizzaiolo Knusprig und leicht muss er sein, dabei aber innen trotzdem weich und luftig – der perfekte Pizzateig ist eine Wissenschaft für sich und benötigt etwas Planung. Denn einen Pizzateig herzustellen wie beim Italiener, braucht vor allem eines: viel Geduld. Sein Geheimnis ist die Ruhe und dies 24 Stunden lang im Kühlschrank. Die Hefe muss Zeit genug haben, um zu gären, einen leicht säuerlichen Geruch und Geschmack zu entwickeln, der sich dann beim Backen zu dem typischen Pizzateig-Geschmack entwickelt. Das Warten lohnt sich auf jeden Fall!



① Den glatt gerührten Vorteig mit einem Tuch bedecken und 20–30 Min. gehen lassen.



② Den Teig kräftig kneten, sodass er nochmals Luft erhält und kleine Bläschen entstehen.



③ Das Mehl portionenweise dazugeben, bis sich der Teig von der Schüssel löst und ballenförmig ist.



④ Auch wenn der Teig noch klebrig aussieht: Mit bemehlten Händen spürt man die geschmeidige Konsistenz. Teig 20–30 Min. nochmals ruhen lassen und zu einer Kugel formen.



⑤ Kugel sechsteln und Stücke zu 6 gleich grossen Kugeln formen. Jede Kugel in einer verschliessbaren Frischhaltebox für 24 Std. in den Kühlschrank stellen.



⑥ Den Teig nochmals durchkneten, mit den Händen flach drücken, über den Handrücken ziehen und auf die gewünschte Grösse formen. Nach Belieben belegen.

EINFACH SCHNELL ZUBEREITET...



Appenzeller Brätschnitzel

mit Appenzeller Käse und Mostbröckli,
2 x ca. 150g

Crispy Chicken

Poulet Innenfilet mit Cornflakes-
Mantel, ca. 250g

Gourmetspiess Hubertus

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

Hornussersteak

Hackfleisch mit Speck umwickelt,
2 x ca. 130g



Evtl. in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich.

SUTTERO



Alles für die Pizza



Für den Boden

Fixfertiger Pizzateig, der rund und eckig erhältlich ist, Mais oder Polenta für neue Varianten.



Zum Schmelzen

Eine Gruyèremischung oder Gorgonzola ergänzen den Mozzarella mit einer würzigen Note.



Für den Belag

Salami passt am besten zur klassischen Pizza, der Rohschinken und Räucherlachs zur Pizza Bianca.



Zum Verfeinern

Oliven und Antipasti-Gemüse setzen aromatische Akzente.



Es muss nicht immer rot sein

Die meisten denken bei einer Pizza an die klassische Variante mit Tomatensauce. Die Pizza Bianca, die weisse Pizza, kommt wunderbar ohne diese aus. Stattdessen wird der Boden mit Ricotta, Crème fraîche, saurem Halbrahm, Rahmquark oder Frischkäse bestrichen oder mit geriebenem Mozzarella belegt. Eine Basis, die das typische Rauchlachs-Aroma schön zur Geltung bringt. Ein schnell gemachter, voller Pizzagenuss auch mit einem fertigen Pizzateig.

Pizza Bianca

Rahmquark und Mozzarella bilden die weisse Basis, nach dem Backen kommt der Belag, zum Beispiel Lachs und knackiger Blattsalat darauf.

TIPP

Der fruchtige La Côte AOC Lumière du Soleil ist der ideale Begleiter zu einer Pizza Bianca mit Lachs.



Monats-Hit



Kantons-Cordonbleu des Monats Februar: Berner Art

Dieses saftige Kantons-Cordonbleu erweist dem Kanton Bern die Ehre und ist jetzt im Volg erhältlich. Bei diesem setzt sich der weltbekannte Emmentaler-Käse mit zartem Schinken in Szene, umhüllt von einer feinen Panade. En Guete!



Hol dir hier dein Feldschlösschen!

CHF 1.50
statt CHF 1.80

+ Depot

Feldschlösschen Original 1 x 50 cl

Gültig vom 11.2. bis 16.2.2019 (solange Vorrat)

Mit Verantwortung
genießen.



Feldschlösschen verbindet

Weitere Infos unter www.feldschlösschen.ch



Seit 1876 gebraut in der Schweiz



Einfach & bequem

Milchreis mit Birnen, Äpfeln und Dörraprikosen

Zutaten für 4 Personen:

4 Becher **Vanille-Milchreis** à 175 g in einem Topf erwärmen und in 4 Schalen füllen. 1 entkernten **Apfel** und 1 entkernte **Birne** längs in Spalten und 6 **Dörraprikosen** in Würfel schneiden. 2 EL **Erdbeerkonfitüre** in einem Pflännchen erhitzen, die Früchte dazugeben und sorgfältig mischen, über dem Milchreis anrichten, mit 1 Msp. **Zimt** garnieren und geniessen.

Zubereitung: 15 Min.

Heiss auf Reis

Der Risotto Milanese mit Safran und Pilzen benötigt nur noch Wasser, nach Belieben etwas Butter und Reibkäse. Fertig!

Safranrisotto mit Piccata-Streifen

Zutaten für 4 Personen:

2 **Eier** in einer Schüssel gut verklopfen, 2 EL **Halbbräu** und 8 EL geriebenen **Sbrinz** dazugeben. Mit **Salz**, **Pfeffer** und **Paprika** gut würzen. 4 **Pouletbrüste** in je 4-5 grosse Streifen schneiden. Diese etwas flach klopfen, in 2 EL **Mehl** wenden und durch die Ei-Käse-Masse ziehen. Etwas abtropfen lassen und in einer beschichteten Pfanne in 4 EL heissem **Erdnussöl** beidseitig goldbraun braten und bei 80 °C warm stellen. 2 Packungen **Risotto Milanese** à 250 g gemäss Packungsanleitung zubereiten. Risotto mit Piccata-Streifen anrichten.

Zubereitung: 20 Min.



Vom Becher ins Pflännchen, erwärmen und mit heissen Früchten geniessen – ein Winterdessert-Traum.

Manche mögen ihn süss, andere lieben ihn salzig – und gerade im Winter schätzen ihn viele heiss. Zum Glück ist Reis so wandelbar.

Risotto Milanese ist die beliebte Spezialität aus dem Norden Italiens, welche durch den edlen Safran ihr unverwechselbares Gelb und Aroma erhält. Der sämige Reis passt genauso zum stilvollen Dinner wie auch in die Alltagsküche, wenn es mal schnell gehen muss. Denn dank der fertigen Risotto-Milanese-Mischung ist das Traditionsgericht innert Kürze servierbereit. Mit den saftigen Pouletbrust-Piccata-Streifen setzt man ihm die Krone auf. Reich schmücken kann man

nicht nur Risotto, sondern auch Milchreis. Auch dies ist ein Klassiker, der bei vielen Kindheitserinnerungen weckt. Der süsse Reis ist in der kalten Jahreszeit ein echter Seelenröster. Garniert mit saisonalen Früchten und Dörr Obst und mit ein wenig Zimt bestreut, wärmt er von innen. Und auch er ist in kürzester Zeit angerichtet. Der Vanille-Milchreis-Becher aus dem Kühlregal macht es möglich. Und so zaubern Sie mit wenigen Zutaten zweimal Reis einfach und bequem auf den Tisch.

Lindor. Mein kleiner Glücksmoment zum Verschenken.



*Volg Aktionsdauer
04.02.2019 – 10.02.2019

Lindt LINDOR Metallherzdose
Milch 212g, FR. 14.50



Lindt LINDOR Kugeln
Milch 200g, FR. 8.60 statt 10.20



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

lindor-moments.lindt.ch



Wein- und Käseangebot des Monats

Die Sonne und Wärme Siziliens stecken im gehaltvollen Stella Lunare aus der Nero-d'Avola-Traube. Sein beeriges Bouquet passt hervorragend zum «Füürtüfel» aus dem Thurgau.

Mit Wein und Käse verhält es sich so wie mit einem Duett. Ist der eine zu dominant, verblasst der Glanz des anderen. Mit dem Volg-Wein des Monats und dem «Füürtüfel» haben sich zwei ebenbürtige Partner gefunden, die gegenseitig das Beste aus sich herausholen. Temperamentvoll und markant sind sie beide – hier gibt die üppige Fruchtigkeit den Schmelz, dort die höllische Schärfe die Glut. Der Stella Lunare ist ein eleganter, abgerundeter Wein mit weichen, schönen Tanninen. Der sortenreine, schwarzrote Sizilianer aus der Nero-d'Avola-Traube besticht durch seine Vielfalt an Aromen. Er startet mit einer unaufdringlichen Süsse, die in konzentrierte Beerenaromen überleitet. Zarte Pflaumen- und Vanillenoten runden diesen samtigen Februar-Wein ab.

Ein Feuerwerk an Aromen

Nero d'Avola ist die in Sizilien am meisten kultivierte Rebsorte. Die Einheimischen verbinden die Traube so untrennbar mit ihrer Insel, dass sie sie «Il Principe Siciliano» nennen – den sizilianischen Fürsten. Sie braucht viel Wärme und dankt's mit einer intensiven Geschmacks- und Farbintensität.

Wein des Monats
Stella Lunare Nero d'Avola
Terre Siciliane
IGT Barrique, Italien
75 cl, statt Fr. 13.95
Fr. 10.95

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

Charakter Bei diesem vollmundigen, schwarzroten Tropfen mit beerigem Bouquet, Pflaumen- und Vanillenoten und schönen Tanninen wird die konzentrierte Frucht von einer eleganten Struktur getragen.

Trinken Bis 5 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu Risotto, Fleischgerichten, Käse

Punkte 17,25 ★

Käse des Monats
«Füürtüfel»

Portion 180 g, statt Fr. 4.50

Fr. 3.50

100 g, statt Fr. 2.60

Fr. 1.95

Zwei Charaktere aufs Schönste vereint

Ein Scharfmacher aus dem Thurgau

Auch wenn das «Tüfel» auf dem Etikett diabolisch grinst, das Teufliche bezieht sich beim «Füürtüfel» lediglich auf die scharfen Chilischoten und den pikanten Pfeffer, die in der Käselandschaft optisch und geschmacklich für Abwechslung sorgen. Liebhabern des Besonderen verspricht der cremige Halbhartkäse, der mit Rohmilch hergestellt wird, himmlische Genüsse. Die Spezialität aus der Thurgauer Käserei Studer AG verdankt ihr charakteristi-

sches Aroma der dreimonatigen Reifezeit und der Qualität der frischen Milch aus der milden, fruchtbareren Bodenseeregion. Die traditionelle Spezialitätenkäserei Studer mit Sitz in Hatswil setzt seit mehr als 20 Jahren auf kreative Rezepturen und ist die erste Spezialitätenkäserei der Schweiz. Käsermeister und Produktionsleiter Marcel Meier überwacht sämtliche Produktionsschritte, wie auf dem Bild links, wenn der Käse nach der Presse in die Form kommt.



Diese Aktion gilt vom 28. Januar bis 2. März 2019, solange Vorrat. Die Punktebewertungen stammen aus dem «Weinseller 2019» von Chandra Kurt.

★ = speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis, Jahrgangsänderungen vorbehalten

**HIESTAND
ZEIGT
CHARAKTER**



DARF ICH DIR DEN KOPF VERDREHEN?

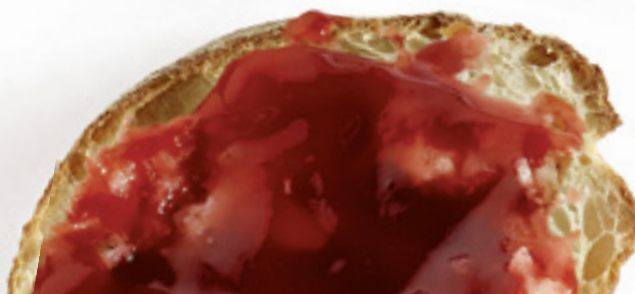
IPS Steinofen-Zwirbelbrot hell

- Charakter:** Ist knusperfrisch, luftig, mit offenherzigem Inneren. Überzeugt durch seinen lieblichen, süsslichen, milchigen Charakter – einfach unwiderstehlich.
- Säuregrad:** mild – jedoch alles andere als langweilig
- Frischhaltung:** 2 – 3 Tage
- Passt zu:** Butter und Konfi zum Zmorge, Käse und Fleisch zum Znacht

WWW.CHARAKTERBROT.CH

CHF 3.60

360 G (100 G = CHF 1.00)





75 cl, statt Fr. 11.20
Fr. 8.95

La Côte AOC Lumière du Soleil, 2017, Schweiz

Charakter Bei diesem frischen, kraftvollen und lebendigen Weisswein in blassem Hellgelb sind am Gaumen Aromen von reifen Quitten, Pfirsich und Honig sowie mineralische Noten zu erkennen.

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

Passt zu Eglifilets, Käsefondue, Raclette und als Apéritif

Punkte 16,5



75 cl, statt Fr. 13.95
Fr. 10.95

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

Charakter Bei diesem vollmundigen, schwarzen Tropfen mit beerigem Bouquet, Pflaumen- und Vanillenoten und schönen Tanninen wird die konzentrierte Frucht von einer eleganten Struktur getragen.

Trinken Bis 5 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu Risotto, Fleischgerichten, Käse

Punkte 17,25 ★



75 cl, statt Fr. 14.90
Fr. 11.95

Goldbeere G Cuvée Prestige, 2017, Schweiz

Charakter Dieser nach Beeren, Kirschen und Vanille duftende, rubinrote Wein ist eine perfekte Assemblage aus den Rebsorten Dornfelder, Pinot Noir, Gamaret und Merlot.

Trinken Bis 4 Jahre, bei 14–16 °C

Passt zu Filet, Grilladen, Bündner Spezialitäten, Wild, Lamm

Punkte 16,75 ★



75 cl, statt Fr. 9.95
Fr. 7.90

Salvagnin AOC Vaud Feu Sacré, 2017, Schweiz

Charakter Dieser ausgewogene, hellrubinrote Waadtländer mit Aromen roter Früchte besticht durch die weiche Struktur und einen fruchtigen Abgang.

Trinken Jung trinken, bis 4 Jahre, bei 14–16 °C

Passt zu Passt zu fast allem im Alltag, im Sommer kühl servieren

Punkte 16



75 cl, statt Fr. 7.95
Fr. 6.50

Primitivo Salento IGP Follare, 2017, Italien

Charakter Dieser intensiv, dicht rote Tropfen mit violetten Reflexen ist aussergewöhnlich fruchtig. Er hat eine grosszügige Struktur und eine angenehme Fülle.

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

Passt zu Fleisch, Grilladen und Käse



75 cl, statt Fr. 9.90
Fr. 7.50

Nero d'Avola Terre Siciliane IGT, 2017, Italien

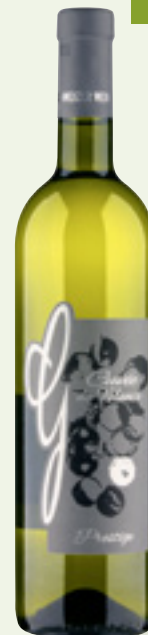
Charakter Dieser Nero d'Avola in dunklem Rot verwöhnt den Gaumen im Auftakt mit lieblichen Beerenaromen und Gewürzen. Am Gaumen ist er vollmundig, geschmeidig, mit weichen Tanninen.

Trinken Bis 4 Jahre, bei 18 °C

Passt zu rotem Fleisch, Wild, und reifem Käse

Punkte 16

Eine fruchtig frische Assemblage



Goldbeere G Cuvée de Blancs Prestige, 2017, Schweiz

Charakter Dieser elegante und erfrischend fruchtige Weisse mit Grünreflexen vereint eine harmonische Komposition aus Chasselas, Chardonnay und Riesling-Sylvaner.

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

Passt zu Eglifilets, Pouletbrüstchen, Eintöpfen, Brot-Käse-Aufläufen und als Apéritif

Punkte 17,25 ★

75 cl, statt Fr. 13.50
Fr. 8.95 **-33%**

**Direkt in Ihrem
Volg bestellen**

oder auf www.wein.volg.ch

... und in max. 10 Tagen abholen

Diese Aktion gilt vom 28. Januar bis 2. März 2019, solange Vorrat. Die Punktebewertungen stammen aus dem «Weinseller 2019» von Chandra Kurt.

★ = speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis, Jahrgangsänderungen vorbehalten

JETZT PROBIEREN!



m&m's CRISPY





Aufbacken, anrichten, auftischen

Mit Chäschüechli, Schinkengipfeli und Pizza ist im Nu ein Apéro gezaubert, der gerade an kalten Tagen für einen wohlig warmen Start in den Abend sorgt.

Aller guten Dinge sind bei einem Apéro im Winter drei: Heisse Chäschüechli, Schinkengipfeli und aufgerollte Pizzastücke.

Zarter Schinken und cremiger Käse bilden die Basis der Volg Produkte Chäschüechli, Schinkengipfeli und Pizza Prosciutto. Während in den Volg Chäschüechli die drei Käseklassiker Emmentaler, Appenzeller und Gruyère für den guten Geschmack sorgen, ist es auf der Volg Pizza Prosciutto der allseits beliebte Mozzarella. Käse pur in den Chäschüechli, reiner Schinkengemuss als Füllung der Schinkengipfeli oder beides zusammen kombiniert mit saftigen Tomaten auf der Pizza Prosciutto: Dieses Volg-Trio bietet etwas für jeden Geschmack. In Stücke geschnitten und nach Belieben aufgerollt und mit einem Zahnstocher

fixiert, bereitet man auch aus der grossen Pizza feine Häppchen zu.

Kleiner Aufwand, viel Genuss

Aus dem Tiefkühler in den Ofen, eine halbe Stunde backen und fertig sind Chäschüechli und Schinkengipfeli. Die Volg Pizza Prosciutto ist sogar schon nach rund 10 Minuten genussbereit. Da der nächste Spontanbesuch bestimmt nicht lange auf sich warten lässt, sind die drei Backwaren perfekt für den Tiefkühlvorrat. Und auch als Familienznacht, kommen sie, serviert mit einem bunten Saisonsalat, immer gut an.



Die Chäschüechli, Schinkengipfeli und die Pizza Prosciutto der Volg-Marke werden in der Schweiz hergestellt.



So entsteht Nestwärme zum Anbeissen

Voller Liebe und natürlicher Zutaten: Die Charakterbrote von Hiestand tun einfach gut und sorgen auch im Volg für ofenfrischen Brotgenuss bis Ladenschluss.

Verführerischer Duft, herzhafter Biss und knuspriges Wohlgefühl – drei Eigenschaften als Grundlage für gutes Brot. Und drei Merkmale der Charakterbrote von Hiestand, die auch die Volg-Kunden begeistern. Die Rezepturen basieren auf dem Hiestand «H67 Mutterteig», die Zutaten werden sorgfältig gemischt und geknetet. Dann wird der Teig in Ruhe gelassen, geformt und knusperfrisch gebacken. Aber überzeugen Sie sich selbst und schauen Sie dem Bäcker über die Schulter.

Die Basis

Die Bäckerei Hiestand legt grossen Wert auf die Auswahl der Zutaten. Auserlesene Rohstoffe wie IP-Suisse Mehl formen die Basis der Brote. Die Grundlage ihres Geschmacks bildet der «H67 Mutterteig». Er wurde bereits in den späten 1960er-Jahren von Hiestand-Bäckermeistern als Vorteig/Sauerteig kultiviert. Bis heute sorgt er für ein unverwechselbares Aroma der Charakterbrote.



Hiestand

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK



Hiestands Charakterbrote, wie hier die IPS Steinfabrik-Zwirbelbrote hell und dunkel, überzeugen durch ihren lieblichen, süsslichen und milchigen Charakter.



Der perfekte Zeitpunkt

Erst wenn der Mutterteig Bläschen bildet, ist es Zeit, Mehl, Salz und Wasser dazuzugeben, die Zutaten zu mischen und zu kneten. Nur aus einem gut gekneteten Teig wird ein charakterstarkes Brot. Dabei sind Timing und Fingerspitzengefühl gefragt: Denn es gilt, den genau richtigen Zeitpunkt zu erwischen. Der Teig darf weder zu kurz noch zu lang geknetet werden. Der Bäckermeister zieht zur Prüfung den Teig aus. Kann er hindurchsehen, so ist der Teig bereit, ein luftiges, knuspriges und köstliches Brot zu werden.

Die Ruhe

Nun darf der Teig ruhen, denn nur so kann er reifen und seinen vollen Charakter entwickeln. Nicht die Ruhedauer, sondern der richtige Zeitpunkt für die Weiterverarbeitung ist jetzt entscheidend. Sobald der Teig dann sorgfältig geformt wurde, ruht er ein weiteres Mal, bevor er den Weg in den Ofen findet. Jedes Charakterbrot wird genauso gebacken, dass es sein individuelles Geschmacksprofil perfekt ausbildet.



Die Qualitätsprüfung

Stimmt die Qualität? Der Bäckermeister prüft sie, indem er aufs Brot klopft. Er hört und spürt, ob die Kruste dick genug ist, das Brot seinen Charakter vollends entwickelt hat – und damit den Erwartungen des anspruchsvollen Brotgeniessers genügt. Sorgen der Duft und der herzhaft Biss in ein Charakterbrot für Wohlbehagen, für ein Gefühl von «Zuhause», so spricht Hiestand von «Nestwärme zum Anbeissen»: ofenfrisch, warm, knusprig, echt.



Aus Liebe zum Dorf, wo der Rocker Sirup trinkt.

Wenn im Wallis die Früchte reifen, dann entdeckt selbst Rocker Marco Antognini die süssen Noten für sich. «Öise Lade» hat sich auf die Spuren des ehemaligen Managers der Band «Gotthard» begeben, der seine Leidenschaft für Süsses zum Beruf gemacht hat.

Aus Liebe zum Dorf, das immer für eine Geschichte gut ist.

Jedes Dorf ist einzigartig. Und genauso besonders ist jeder Volg-Laden. Mit seiner feinen Auswahl an lokalen Produkten – und mit all den Menschen, die hier einkaufen. Jeder und jede von ihnen weiss Geschichten zu erzählen, die niemand besser kennt als unsere Mitarbeitenden, die voller Stolz mittendrin sind. Die besten Geschichten lesen Sie hier.



Mit derselben Leidenschaft wie seinen Sirup produziert Antognini auch Konfitüre und – typisch fürs Wallis – diverse Liköre.

Marco Antognini und seine Lebenspartnerin Nathalie Robert sind eine von nur fünf Walliser Familien, die ihren Lebensunterhalt vollständig mit den Früchten bestreiten, die in der Region so vorzüglich reifen. Selbst gemachte Sirups, Konfitüren und sogar Liköre entstehen im Untergeschoss ihres Hauses im Dorfkern von Vex. Von hier haben sie bald einmal den Weg zum Volg im Dorf gefunden.

Seine «Feins vom Dorf»-Spezialitäten sind auch in Nachbardörfern von Vex zu finden und bei den Kunden beliebt. Kein Wunder, denn in Antogninis Fruchtkreationen steckt nicht nur extra viel Geschmack, sondern auch viel Liebe fürs Detail. Nur reife Früchte nimmt er seinen Lieferanten ab. Und auch in der Produktion setzt Antognini ganz auf die Kraft der Natur. Auf Zusatzstoffe verzichtet er komplett: «Wer seine Arbeit richtig macht, darf auf die konservierende Wirkung von Zucker und Fruchtzucker vertrauen», weiss der traditionsbewusste Produzent aus Erfahrung.

«Wer der Natur das Beste entlocken will, muss ihr Zeit lassen.»

Wer nach den Anfängen von Antogninis Sirups, Likören und Co. fragt, stösst schon bald auf die Liebe

zur Frucht: Der ehemalige Profi-Töffrennfahrer zog in jungen Jahren ins Tessin, um näher beim Mechaniker seiner italienischen Rennmaschine zu wohnen. Dort kam der Rockmusik-Freund mit den Musikern der Schweizer Rockband «Gotthard» in Kontakt, die damals noch «Kraak» hiess. Bald wurde er zu ihrem Manager. In dieser Zeit lernte er auch das Grappa-Brennen kennen. Die Neugierde war geweckt. Und sie holte Antognini Jahrzehnte später wieder ein, als er sich aus dem Showbusiness zurückzog.



Nur reifen Quitten entlockt der Rockmusik-Fan Marco Antognini den Saft für seinen Sirup.



Marco Antognini, ehemaliger Profi-Töffrennfahrer, hat noch heute einen ausgeprägten Sinn für Tuning. Und «Tuning» heisst beim Sirupkochen: zurück zur Tradition mit Gasbrenner und Kupferkessel.



Bringt seine Spezialitäten selber in den Volg Vex: Sirup-Produzent Marco Antognini.

Drei Fragen

an Marco Antognini

Was fasziniert Sie an der Arbeit mit dem Süssen?

Es ist nicht nur das Süsse, sondern auch die Kultur dahinter. Es geht darum, das historische Wissen der traditionellen Produktionstechniken im Wallis zu bewahren. Das ist faszinierend und motiviert mich zusätzlich. Darum ist die Zusammenarbeit mit Volg auch so wichtig. Das Herstellen der Spezialitäten nach traditioneller Art würde sich ohne diese Verkaufsmöglichkeit nicht lohnen und verschwinden.

Lüften Sie für «Öise Lade» das Geheimnis Ihres Sirups?

Vieles ist Erfahrungssache- oder besser gesagt Übungssache. Aber es gibt schon ein paar Handgriffe, mit denen man sich das Leben erleichtern kann. Zum Beispiel hilft traditionelles Kupfergeschirr, die Wärme gleichmässig zu verteilen. So brennt der Zucker nicht an.

Wie viele Sorten Konfitüre, Sirups und Liköre stellen Sie her?

Das hängt ganz von der Ernte ab. Dieses Jahr hatten wir zum Beispiel fantastische Aprikosen, Zwetschgen, Birnen, Quitten und auch Erdbeeren, Blaubeeren und Waldbeeren.

Feins vom Quittenbaum im Dorf.

«Feins vom Dorf» ist nicht nur ein Versprechen für unsere Kundinnen und Kunden, sondern genauso für die Tradition im Dorf. Denn so besonders wie jedes Dorf sind auch das Handwerk und die Rezepturen, die es nur hier gibt. Und die von Generation zu Generation weitergegeben werden. Das schmeckt man – und das schätzt man. So auch im Volg Vex, wo Ladenleiterin Lumnije Demukaj jeden Monat Degustationen veranstaltet, um ihren Kundinnen und Kunden lokale Spezialitäten näherzubringen. Auch Marco Antogninis Kreationen sind im Volg Vex zu finden. Und sie haben die Herzen der Kunden im Sturm erobert.



SNACK-KLASSIKER. MAL BESSER.



Mal besser. Malbuner.



Feinstes Schweizer Fleisch, nach original Familienrezept gewürzt und mit Geduld verfeinert.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Öisi Umwält

Sämtliches Poulet-Frischfleisch im Volg stammt aus der Schweiz – einheimische Qualität, die der Nachhaltigkeit dient und die schmeckt.



96%

POULET AUS DER SCHWEIZ



8 Stunden beträgt die maximale Transportdauer für Tiere in der Schweiz – 24 sind es in Europa. Die Schweiz hat damit die strengsten Transportvorschriften der Welt.



94,1 % der Tiere leben in BTS-Betrieben (besonders tierfreundliche Stallhaltung). Sie haben einen geschützten Aussenklimabereich oder gar regelmässigen Auslauf auf der Weide.



12 kg

12 kg Pouletfleisch pro Kopf essen Schweizerinnen und Schweizer jährlich. Das sind 23,5 % des gesamten Fleischkonsums.



5 °C sollte die Temperatur nie überschreiten, bei der man Pouletfleisch lagert, und es muss vor dem Konsum auf mindestens 70 °C erhitzt werden.

Verantwortungsbewusstes Handeln gehört zu den Grundwerten von Volg. Da ist es nahe liegend, auf einheimisches Pouletfleisch zu setzen, das von Tieren stammt, die nach Schweizer Tierschutzgesetz gehalten werden.

Die Verbundenheit mit dem Produktionsstandort Schweiz und die Förderung einheimischer Produkte kommen im Volg in vielerlei Hinsicht zum Tragen, auch im Fleischkühlregal. 96 Prozent aller im Volg erhältlichen Poulet-Spezialitäten, von der Pouletbrust bis zu den Chicken Nuggets, stammen aus der Schweiz. Damit ist Volg der Detailhändler mit dem höchsten Anteil Schweizer Poulet im Sortiment.

Wer Schweizer Poulet wählt, handelt nachhaltig

Wer sich im Volg für ein Pouletfleischprodukt entscheidet, wählt nicht nur Qualitätsfleisch, er handelt auch nachhaltig. Einerseits sind die Transportwege massiv kürzer,

was der Umwelt zugutekommt. Andererseits – und allem voran – fördert man die artgerechte Tierhaltung, die in der Schweiz strengen Auflagen und Kontrollen unterliegt. Anders als im benachbarten Ausland sind in der Schweiz fensterlose Ställe mit reiner Kunstlichtbeleuchtung, ohne Einstreu und erhöhten Ruheflächen verboten. Geflügel in der Schweiz ist in Ställen mit Tageslicht zu Hause, grossmehrheitlich kommen ein separater Wintergarten und Auslauf dazu, die Ställe sind komplett eingestreut, sodass die Tiere scharren, picken und staubbaden können. Auch sind Sitzstangen als Rückzugs- und Ruhebereich Pflicht und das Futter ist hochwertig. Schweizer Poulet ist also in vielerlei Hinsicht eine nachhaltige Wahl.



Chicken Nuggets, Cordonbleu, Geschnetztes oder Pouletbrust – im Volg immer aus der Schweiz

Die würzigen
Kartoffelschnitze im
neuen Glanz



Dr.Oetker

Casa di Mama.
Pizza so frisch wie bei Mama.



Im Tiefkühlregal erhältlich



* in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.



Volg hinter den Kulissen erleben



«Nach dem Rundgang fühle ich mich noch mehr mit Volg verbunden.»

Christine Frei-Häberli

Vom Hochregal in die Regale des Volg-Ladens: Schauen Sie sich auf einem Rundgang durch die Verteilzentralen an, wie Volg funktioniert.

Jeweils am ersten Montag im Monat lädt Volg Sie ein, den Dorfladen hinter den Kulissen noch näher kennenzulernen. Reto Stahel geht schon seit seiner Kindheit regelmässig im Volg einkaufen und sieht oft die Lastwagen vorbeifahren, die die Ware anliefern. Deshalb wollte er beim Rundgang in der Verteilzentrale Winterthur einmal die Logistik kennenlernen. «Mir hat imponiert, wie riesig die Lagerhallen sind. Mir war beim Einkaufen gar nicht bewusst, wie komplex die logistischen Abläufe sind», fasst er seine Eindrücke zusammen. Auch Christine Frei-Häberli, die einst ihre Lehre im Volg Rickenbach bei Winterthur absolvierte, zeigt sich beeindruckt: «Der Rundgang war sehr aufschlussreich und kundennah. Ich fühle mich jetzt noch mehr mit Volg verbunden.»



«Mir war beim Einkaufen gar nicht bewusst, wie komplex die logistischen Abläufe sind.»

Reto Stahel

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. Apéro). Jeweils um 16 und 17.30 Uhr – in Winterthur zusätzlich um 19 Uhr.

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

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

Information und Besichtigung

Ein Mitglied der Geschäftsleitung eröffnet den Anlass jeweils mit einer Unternehmenspräsentation. Auf dem anschliessenden Rundgang erfahren die Besucher, was alles notwendig ist, damit die Volg-Läden bis in die entlegensten Täler stets pünktlich mit frischen Produkten versorgt werden. Ein feiner Apéro lässt den Anlass gemütlich ausklingen.





JETZT PROBIEREN!



* In kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich.



mehr zum thema

Variationen in Gelb

Heute gibt's Gelb!

Suppe, Macarons oder Poulet: Farbe auf dem Teller wärmt Körper und Gemüt. Und keine ist dafür besser geeignet als das sonnige Gelb.

Curry gelb

Curry ist eine Gewürzmischung, in der bis zu 30 Zutaten enthalten sein können. Die wichtigste ist Kurkuma, die dem Curry seine typische Farbe verleiht. Die meisten Mischungen enthalten zudem Ingwer, Koriandersamen, Bockshornklee und Senfkörner – so auch das im Volg erhältliche Currypulver.

Auch wenn der Winter in der Schweiz viele zauberhafte Seiten hat, so ist er ab und zu einfach nur nass, kalt und grau. Dann vermissen wir die Sonne und das Licht. Mit den kräftigen Gelbtönen von Curry, Senf, Safran, Eiern, Zitrone, Bier und Mais leuchten die Teller auch im Winter in der Farbe des Sommers. Gelb steht für Lebensfreude und nicht zuletzt den Genuss, denn es regt den Appetit an.

Kokos-Curry-Suppe

Zutaten für 4 Personen:

100 g **Sellerie**, 100 g **Lauch**, ½ **Zwiebel** und 1 **Knoblauchzehe** rüsten, fein schneiden und in 50 g **Butter** dünsten. 2 EL **Currypulver** zufügen und kräftig mitrösten. Mit 5 dl **Gemüsebouillon** ablöschen. 4 dl **Kokosmilch** zufügen und ca. 30 Min. köcheln. Suppe pürieren und durch ein Sieb streichen. In Schüsseln anrichten und mit 1 EL **Kokosraspeln** und 1 EL gezupftem **Koriander** garnieren.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: Peterli statt Koriander verwenden, mit etwas aufgeschäumter Kokosmilch garnieren, mit Pouletspießli servieren

Senf_{gelb}

Glatt oder körnig, pikant oder süss, mit Kräutern oder Früchten – Senf ist von der Zutat in Salatsaucen bis hin zum Bestandteil von Marinaden und Krusten ein würziger Geschmacksträger. Hergestellt wird er aus Senfkörnern.



Senfpoulet in Pergament

Zutaten für 4 Personen:

½ **Lauchstange**, 1 **Rüebli** und 1 **Zwiebel** in grobe Stücke schneiden. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und auf dem Pergament (Backpapier) gleichmässig verteilen. 1 EL **Senf**, 1 TL **Paprika** und 1 TL **Currypulver** mischen, 4 **Pouletbrüste** damit einreiben. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf das Gemüsebett legen. Je mit 1 Zweig **Peterli** belegen und mit je 1 TL **Oliveneöl** beträufeln. Backpapier zu einem Paket verschliessen, beide Enden mit Küchenschnur zusammenbinden. Im vorgeheizten Backofen 20 Min. bei 180 °C garen.
Zubereitungszeit: 20 Min. + 20 Min. backen

Genauso intensiv wie sein Gelb, ist auch sein Geschmack: Senf. Er sorgt für eine würzige und leicht pikante Note und eignet sich hervorragend als Grundlage von Marinaden. Beim Senfpoulet in Pergament verleiht er dem Ofen-

gericht seine unverkennbare Note. Auch aus dem Ofen ist das Lamm an Bierseuchschäum. Das leicht herbe Bieraroma ergänzt den typischen Geschmack des Lammnierstücks optimal und setzt hellgelbe Akzente auf dem Teller. Weit kräftiger

in der Farbe ist das Ei – oder besser das Eigelb. Kräftig leuchtet das runde Innere des Hühnerreis, welches sich gut als Salatbeilage macht. Aber auch als Spiegelei passt es ausgezeichnet über einen orientalischen Gemüsereis.

Orientalischer Gemüsereis mit Ei

Zutaten für 4 Personen:

200 g **Basmatireis** gut waschen und in 4 dl kochendem **Salzwasser** garen. 200 g tiefgekühlte **Erbsen** auftauen und mit 150 g **Maiskörner** in einem Sieb abtropfen lassen. In einer Bratpfanne in wenig **Sonnenblumenöl** 4 **Spiegeleier** braten. 2 **Knoblauchzehen** und 2 cm **Ingwer** schälen, fein hacken und in einer grossen Pfanne in 2 EL Sonnenblumenöl kurz andünsten. Erbsen und Mais zufügen, 2 EL **Currypulver** einstreuen und kurz mitdünsten. Reis und 3 EL geröstete **Mandelblättchen** zufügen und unter Schwenken heiss werden lassen. 2 EL gehackten **Koriander** zum Reis geben. Mit 1 EL **Zitronensaft**, **Salz** und **Pfeffer** aus der Mühle abschmecken mit den Eiern garnieren.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: Peterli statt Koriander verwenden



Ei_{gelb}

19 Gramm wiegt im Durchschnitt das Eigelb eines mittelgrossen Eis. Es ist aus der Küche nicht mehr wegzudenken. Zum Backen, Binden, Panieren oder Glasieren – die Anwendungsmöglichkeiten sind so vielfältig wie die Rezepte.



Lamm an Bierschaum

Zutaten für 4 Personen:

150 g **Kochspeck** auslegen, 2 **Lammierstücke** mit 1 TL **Senf** bestreichen, auf den Speck legen und einwickeln. 4 **Thymianzweige** darauflegen und mit Küchenschnur binden. Lamm mit 6 halbierten **Knoblauchzehen** und 2 in Spalten geschnittene **Zwiebeln** in 1 EL **Bratbutter** beidseitig anbraten. Bei 120 °C im Ofen ca. 15 Min. nachgaren. 2 EL helles **Bier** (z. B. Volg-Bier), 2 EL **Wasser** und 2 **Eigelbe** in eine dünnwandige Schüssel geben und über dem nur leicht siedenden Wasserbad schaumig rühren. Bierschaum mit 3 Pr. **Salz** und **Pfeffer** würzen und 1 EL **Schlagrahm** darunterziehen. Lamm tranchieren und zusammen mit dem Bierschaum sofort servieren.

Zubereitung: 30 Min.

Tipp: getrockneten statt frischen Thymian verwenden, dazu passt ein Kartoffelgratin

Biergelb

Bier erhält seine Farbe durch das Malz. Dieses wird in unterschiedlich langen Trockenprozessen, die Darren genannt werden, aus Gerste erzeugt. Beim typisch goldgelben Bier wie dem Volg-Bier wird helles Malz verarbeitet.

BIERDECKEL-MAGNETE

Das braucht's:

- Kronkorken aus Metall
- Zirkel
- Fotos oder Illustrationen auf Papier in der Grösse des Bierdeckels
- Magnete
- Schere
- Sekundenleim
- durchsichtiger Klarlack
- Pinsel (nicht im Bild)



So geht's:

- Mit dem Zirkel die Fotos oder Illustrationen in der Grösse des Kronkorkens einkreisen und mit der Schere ausschneiden
- Den Kreis mit Sekundenleim in den Kronkorken kleben und mit Klarlack überpinseln
- Mit Sekundenleim den Magneten auf die Aussenseite des Kronkorkens kleben



Whisky-Lachs auf Polenta

Zutaten für 4 Personen:

4 **Lachstranchen** mit Küchenpapier trocken tupfen. 2 EL **Honig** leicht erwärmen und mit 0,5 dl **Whisky** und dem Saft 1 **Zitrone** vermischen. Lachstranchen in eine Schale legen, mit der Whisky-Marinade einreiben und 4-5 Stunden im Kühlschrank marinieren. 7,5 dl **Bouillon** und 1 EL **Butter** aufkochen, 125 g grober **Maisgriess** unter Rühren einstreuen und aufkochen. Vom Herd nehmen und zugedeckt 20 Min. quellen lassen. Auf kleiner Stufe garen, bis die Polenta weich ist. Marinade abstreifen, in einer Schüssel auffangen und mit **Salz** und **Pfeffer** kräftig würzen. Lachs in 1 EL **Bratbutter** rundum gut anbraten, dabei mit der Marinade bepinseln. Mit Salz und Pfeffer würzen und bei 80 °C im Ofen warm halten. 100 g **Mascarpone** unter die Polenta rühren, würzen und zugedeckt etwas ruhen lassen. Polenta auf Teller anrichten und den Lachs darauf platzieren.

Zubereitung: 45 Min.

Tipp: mit Lauchgemüse garnieren

Maisgelb

Es gibt mehr als 50 000 verschiedene Sorten Mais. In der Schweiz wird hauptsächlich Futtermais angebaut, der für die Viehwirtschaft gebraucht wird. Doch auch Zuckermais erfreut sich immer grösserer Beliebtheit. Er kann auch im heimischen Garten angepflanzt werden.

Weiter geht's in der gelben Kulinarik-Welt mit Mais. Das Getreide findet in Körnerform Platz im Salat oder als Kolben auf dem Grill, zudem wird es zu Maismehl und Maisgriess verarbeitet. Aus Letzterem entsteht eine feinkörnige Polenta, die in Kombination mit dem in Whisky marinierten Lachs neu interpretiert wird. Ebenfalls in voller Farbenpracht erstrahlen die Safran-Macarons. Die luftig-süssen Baisergebäcke, die mit

Mandelmehl hergestellt werden, sind eine Spezialität aus Frankreich. Weil Mandelmehl aber in der Schweiz kaum erhältlich ist, arbeitet man am besten mit einer Mischung aus gemahlenden Mandeln und Puderzucker. Zitronen verleihen den Lemoncurd-Würfeln nicht nur die zartgelbe Farbe, sondern das unvergleichliche Aroma. Lemoncurd ist vor allem in England bekannt. Die Briten geniessen die Crème auf dem Zmorgebrot.



Safran-Macaron

Zutaten für 25-30 Stück:

Backpapier auf Blechrückseiten legen. 70 g geschälte und gemahlene **Mandeln** sieben, mit 135 g **Puderzucker** mischen. 60 g **Eiweiss** (ca. 2 Stück) mit 1 Pr. **Salz** schaumig schlagen. 12 g **Zucker**, 8 g **Vanillezucker** und 2 Briefchen **Safran** unter Rühren einrieseln lassen. Weiterschlagen, bis die Masse steif und glänzend ist. Mandel-Puderzucker-Mischung löffelweise mit dem Gummischaber unter Eischnee heben. In einen Spritzsack mit glatter, grosser Tülle füllen. Masse in grossem Abstand als 4 cm grosse Tupfen aufspritzen. Mit kalt abgespültem Messer Spitzchen flach streichen. Bei Zimmertemperatur 2-3 Std. trocknen. Im 120 °C warmen Ofen 10-15 Min. backen. Papier samt Macarons vom Blech ziehen und auskühlen lassen. Macarons vom Papier lösen. Für die Füllung 30 g Eiweiss und 50 g Zucker im heissen Wasserbad aufschlagen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Mit Schwingbesen zu Schnee schlagen. 1 **Vanillestängel** längs aufschneiden, Mark auskratzen und zufügen. 60 g weiche **Butter** löffelweise darunter rühren. In Spritzsack mit glatter Tülle geben und Macarons füllen.

Zubereitung: ca. 45 Min. + 2-3 Std. trocknen

+ ca. 15 Min. backen



Safran gelb

Safran ist das teuerste Gewürz der Welt. Dies weil ein Blütenstempel des Safrankrokus gerade mal drei Blütennarben trägt, aus denen die orangeroten Stempelfäden gewonnen werden - von Hand wohlbemerkt.

Lemoncurd-Würfel mit Baiser

Zutaten für 24 Stück à 5 x 5 cm:

125 g **Butter**, 100 g **Puderzucker**, 1 Pr. **Salz**, 250 g **Mehl**, 2 **Eigelbe**, und 2 EL **Wasser** zu einem Teig kneten. Auswallen, in eine eckige Backform legen und 20 Min. kühl stellen. Anschliessend 12 Min. bei 180 °C vorbacken. Für die Crème 170 g **Zucker** und 4 **Eier** schaumig rühren. Von 5 **Zitronen** bei 2 die Schale abreiben. Alle Zitronen auspressen, Schale und Saft und 1,5 dl **Rahm** zur Masse geben. Masse auf dem vorgebackenen Boden verteilen, 40-45 Min. fertig backen und auskühlen lassen. 2 **Eiweisse** mit 1 Pr. **Salz** anschlagen, 2 EL Zucker zufügen, steif schlagen. 3 EL Zucker zufügen und weiterschlagen, bis sich Spitzchen bilden. Masse in einen Spritzsack mit Lochtülle füllen und Tupfen auf den Kuchen aufspritzen. Unter dem heissen Backgrill während 3-4 Min. hellbraun gratinieren. In Würfel schneiden.

Zubereitung: 1,5 Std.

Tipp: statt der eckigen Backform ein rundes Backblech mit 24 cm ø verwenden



Zitronengelb

Die saure, sonnengelbe Zitrone ist aus Küche und Haushalt nicht mehr wegzudenken. Ihr Saft gibt so manchen Saucen und Getränken den letzten Schliff, ist eine wahre Vitaminbombe, Hausmittel bei Insektenstichen und dient sogar als Putzmittel.



ZITRONEN-KERZEN

Das braucht's:

- ausgepresste Zitronen
- Wachs (z. B. von Kerzenresten)
- alte Konservendose
- Pfanne
- Docht aus dem Bastelladen mit Metallplättchen oder ein Stück Docht und Zahnstocher



So geht's:

- Wachs in einer Konservendose im Wasserbad langsam schmelzen
- Zitronen längs halbieren oder einen Deckel abschneiden
- Fruchtfleisch mit einem Löffel entfernen und daraus zum Beispiel mit frischem Ingwer einen Tee zubereiten
- Docht mit Metallplättchen in die Zitrone stellen oder an Zahnstocher knüpfen, Wachs langsam in die Zitrone giessen und erkalten lassen
- Kerze auf feuerfeste Unterlage stellen, nie unbeaufsichtigt lassen



12:15 Uhr
... be happy!



FINDUS Plätzli Lorraine 480g*

FINDUS Plätzli Champignons 480g

FINDUS Plätzli Käse 480g

FINDUS Plätzli Spinat 480g

FINDUS Plätzli Bolognese 480g*

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Viele Früchte erstrahlen in Sonnen-gelb. Äpfel, Birnen und gelbe Pflaumen, Ananas, Mangos und Bananen verwöhnen Schleckmäuler mit ihrer natürlichen Süsse. Ein üppiges Dessert für kalte Tage sind die mit Rum flambierten Bananen. Hier verbinden sich die karibische Wärme des Rums, die Gewürze und die Säure des Orangensaftes zu einer harmonischen Einheit. Doch auch in kalter Form macht Gelb Lust auf mehr. Der goldgelbe Honig zum Beispiel bringt, als Glacé aus Frischkäse und weisser Schokolade, die Gästeherzen zum Schmelzen.

Bananen gelb

11,5 Kilogramm Bananen essen Schweizerinnen und Schweizer jährlich pro Kopf. Die beliebten Früchte bleiben länger frisch, wenn man ihren Stiel mit Frischhaltefolie einwickelt. Zudem sollte man sie nicht neben anderen Früchten lagern.



Flambierte Bananen

Zutaten für 4 Personen:

In einer grossen Bratpfanne 4 EL **Butter** leicht erhitzen, 4 kleine **Bananen** längs halbieren, kurz anbraten und mit 6 cl **Rum** flambieren. Sofort aus der Pfanne nehmen und warm stellen. 100 g **Rohrzucker**, ½ TL **Zimt**, 1 Pr. **Muskatnuss**, Samen von 1 **Vanillestängel** und 1,5 dl **Orangensaft** zufügen. Einreduzieren, bis es sirupartig wird. Bananen auf einem Teller anrichten und mit dem Sirup begiessen.

Zubereitung: 15 Min.

Tipp: mit einer Kugel Vanille-Glacé und Minzblättern servieren



Honig gelb

Um 500 Gramm Honig herzustellen, müssen Bienen 120 000 Kilometer zurücklegen – das entspricht drei Mal dem Erdumfang. Je nachdem welche Pflanzen und Blüten die Bienen dabei anfliegen, entstehen verschiedene Sorten von Honig. In vielen Volg-Läden ist Honig von lokalen Imkern als «Feins vom Dorf»-Spezialität erhältlich.

Honig-Glacé

Zutaten für 4 Personen:

2 EL gerösteten **Sesam**, 200 g **Frischkäse nature** mit 2 EL flüssigem **Honig** glatt rühren. 1 dl **Vollrahm** steif schlagen und vorsichtig darunter heben. Masse in der Glacé-Maschine gefrieren lassen. 100 g **weisse Schokolade** im Wasserbad schmelzen. Flüssige Schokolade mit 1 EL Honig sowie 2 EL geröstetem **Sesam** marmorartig unter das Glacé mischen und 45 Min. ins Tiefkühlfach stellen. Glacé in Scheiben schneiden oder Kugeln ausstechen und servieren.

Zubereitung: 20 Min. + 45 Min. Glacé-Maschine + 45 Min. gefrieren im Tiefkühler

Tipp: Die Masse kann auch direkt im Tiefkühler gefroren werden (Dauer ca. 4–5 Std.), das Glacé wird fester und etwas weniger cremig, geröstete, grob gehackte Haselnüsse statt Sesam verwenden.

Capri-Sun

50 JAHRE
TRINKSPASS

JEDE BOX EIN GEWINN!



Garantiert:
2für1-Rabattgutschein
für Freizeitparks der Merlin
Entertainments Group.

50X 500€ CONDOR
FLUGGUTSCHEINE

5X FAMILIENURLAUBE

500X RAVENSBURGER
SPIELE

JEDER GEWINNT EINEN
2FÜR1 AKTIONSCOUPON FÜR EINE
MERLIN ATTRAKTION, Z.B. LEGOLAND®



Teilnahme unter www.capri-sun.com.
Dort auch weitere Teilnahmebedingungen und
weitere Informationen. Teilnahme ab 18 Jahren.
Aktionsprodukte: Capri-Sun 10er Box Multivitamin

Capri-Sun



Gewinnen Sie mit Hiestand Action-Tage für die ganze Familie im Europa-Park Rust.

Hier ist alles verdreht

Das Knuspern des Hiestand IPS Steinofen-Zwirbelbrot verdreht Brotliebhabern den Kopf und dies mit etwas Glück schon bald im Europa-Park Rust.

Ein Bestseller aus dem Brotregal: Das IPS Steinofen-Zwirbelbrot von Hiestand gehört zu den Favoriten der Schweizerinnen und Schweizer. Die Bäckerei Hiestand hat das Rezept weiter perfektioniert und das Ergebnis von langem Pröbeln liegt knusperfrisch, luftig, süsslich und mit mildem Charakter griffbereit im Volg – einfach unwiderstehlich! Das Zwirbelbrot passt zu jeder Tageszeit: zum Beispiel mittags als Sandwich zum Mitnehmen oder zum Nacht zu Käse oder Fleisch. Das gezwirbelte Brot mit seinem

verführerischen Duft verdreht so manchem den Kopf schon am Zmorgetisch. Dann darf es schon mal ein Konfitürenbrot mehr sein.

Verdreht gute Tage in Rust

Garantiert liefert ein klassischer Proviant mit Zwirbelbrot auch die sättigende Grundlage für rasante, vergnügliche Fahrten im Europa-Park Rust. Mit etwas Glück gewinnen Sie mit Hiestand den Hauptpreis: einen Aufenthalt im Europa-Park mit zwei Übernachtungen für vier Personen.

WETTBEWERB

Was stellt das Zwirbelbrot mit Brotliebhabern an?

- A: Verdreht den Kopf
- B: Bringt Augen zum Leuchten
- C: Zaubert ein Lächeln ins Gesicht

1. Preis im Wert

von **Fr. 2000.–**

2 Übernachtungen im Europa-Park Rust für 4 Personen in einem Parkhotel, inkl. Busfahrt mit Eurobus, Frühstück, Eintritte & E-Motionscard

2. Preis im Wert

von **Fr. 1500.–**

1 Volg-Einkaufsgutschein

3. Preis im Wert

von **Fr. 1000.–**

1 Volg-Einkaufsgutschein

4.–5. Preis im Wert

von je **Fr. 250.–**

Einkaufstrolley der Marke Andersen, Modell Royal Shopper Ortlieb

6.–35. Preis im Wert

von je **Fr. 100.–**

Hiestand-Gipfelmesser inkl. Brotbrett und Brotkasten

→ Mitmachen & Gewinnen

Die Teilnahme am Wettbewerb ist vom 24. Januar bis zum 24. Februar 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. Februar 2019 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Zwirbelbrot», Postfach 344, 8401 Winterthur



Das Zwirbelbrot ist ein Hit im Volg-Brotregal. Wie ein Hiestand-Brot entsteht, erfahren Sie auf den Seiten 20 und 21.

Michel - die fruchtige Vielfalt



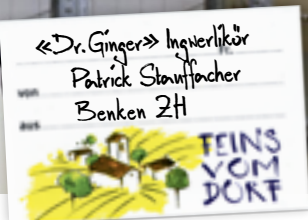
Michel
Inspired by fruits.



Feins vom Dorf



Alles hausgemacht: Patrick Stauffacher zapft den Ingwerlikör ab, der zuvor zwei Wochen im Fass gereift hat.



«Ein Drink soll Spass machen»

Aus der WG-Küche direkt ins Volg-Spirituosenregal: Mit dem Ingwerlikör «Dr. Ginger» gelingt drei Freunden aus dem Zürcher Weinland eine spritzig-frische Erfolgsstory.

Vor anderthalb Jahren hat Patrick Stauffacher (28) mit seinen Freunden Blerton Gashi (26) und Robin Schmanau (26) in ihrer WG-Küche die erste Flasche ihres selbst gemachten Ingwerlikörs abgefüllt. Mittlerweile ist der Likör aus frischem Ingwer, Zitronensaft, Holunderblüten, Rohrzucker und Wodka zum Kultgetränk geworden – und im Volg ein begehrtes «Feins vom Dorf»-Produkt. «Es ist toll, mit welcher Begeisterung uns Volg von Anfang an unterstützt hat. Ein Drink

soll Spass machen», sagt Patrick Stauffacher, der fürs Marketing und den Verkauf zuständig ist. Auf Anregung der Verantwortlichen bei Volg begann das «Dr. Ginger»-Team eine 0,35-Liter-Flasche zu produzieren, die bald zum Renner wurde. «Die Leute finden es cool, was die Jungs aus dem Dorf auf die Beine gestellt haben», freut sich Daniela Gäng, Ladenleiterin im Volg Benken, und verrät ihren Geheimtipp: «Mit etwas Mineralwasser verdünnt, schmeckt der Likör noch erfrischender.»



Man kennt sich aus dem Dorf: Patrick Stauffacher überreicht Ladenleiterin Daniela Gäng den «Dr. Ginger» Ingwerlikör.



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 Benken erhältliche «Feins vom Dorf»-Produkte...

... sind neben dem «Dr. Ginger» Ingwerlikör auch Äpfel der Familie Eichenberger aus Uhwiesen, Fleischkäse von der Metzgerei Niedermann aus Uhwiesen, Wyländer Rauchwaren von Rubli aus Marthalen, Blauburgunder Wein von Heidi Steinmann aus Benken sowie den Vidal Blanc vom Weingut Strasser, ebenfalls aus Benken.



Typisch Schweiz – Typisch Volg

Käse ist in Jonschwil SG Familiensache

Die Hardegger Käse AG stellt für Volg den beliebten Familienpreis-Raclettekäse her. Das Erfolgsrezept des Familienbetriebs basiert auf erstklassigen Zutaten und einem traditionellen Herstellungsprozess, der Know-how und Leidenschaft vereint.



Würzig-cremig, einfach
gut: Ein Raclette zum
Znacht schmeckt immer.

Josef Hardegger führt die Hardegger Käse AG in zweiter Generation und stützt sich dabei auf jahrzehntelange Erfahrung.



Im Gespräch mit Josef Hardegger

Herr Hardegger, warum schmeckt der Volg Familienpreis-Raclettekäse so gut?

Das A und O eines ausgezeichneten Raclettekäses ist eine erstklassige Rohmilchqualität. Bei uns im Familienbetrieb wird die frische Schweizer Kuhmilch täglich von Bauern aus der nächsten Umgebung angeliefert – genauso wie vor 60 Jahren, als wir als typische Dorfkäserei angefangen haben.

Worin unterscheidet sich die Produktion eines Raclettekäses von anderen Käsesorten?

Der frischen Milch werden spezielle Raclette-Kulturen beigegeben. Diese bestehen aus spezifischen Milchsäurebakterien und Labstoffen, welche sowohl die spätere Reifung als auch die Schmelzbarkeit und das Aroma steuern

und für den typischen Geschmack des Volg Familienpreis-Raclettekäses sorgen.

Für den guten Geschmack wurden Sie schon mit Preisen ausgezeichnet.

Für die Appenzeller mild-würzig, kräftig-würzig und edel-würzig, die wir Volg auch liefern, wurden wir 43 Mal ausgezeichnet. Darauf sind wir stolz.

Was verbindet Ihr Unternehmen mit Volg?

Wie Volg, verstehen auch wir uns als grosse Familie. Mittlerweile beschäftigen wir 150 vielfach langjährige Mitarbeitende. Erst vor Kurzem konnte einer unserer Mitarbeiter sein 40-jahr-Jubiläum bei uns im Betrieb feiern, so etwas ist einfach toll. Es sind gemeinsame Werte, die uns mit Volg verbinden. Wir passen gut zueinander und sind dankbar für die jahrzehntelange und sehr gute Zusammenarbeit.



Nachdem die Käseläbe sorgfältig gewaschen und in Blöcke geschnitten wurden, werden sie von Hyra Kuci von Hand in passgenaue Formen gelegt.



Traditionelles Käserei-Handwerk trifft auf moderne Technik: Dukaxhin Bytyqi steuert am Monitor den vollautomatischen Abpackungsprozess.



Dukaxhin Bytyqi zeigt die fertig geschnittenen Käseblöcke, die nun bereit sind für die unverkennbare Volg Familienpreis-Verpackung.



Nur wenige Sekunden braucht die Maschine, um den Volg Familienpreis-Raclettekäse fixfertig abzupacken. Nun ist er bereit für die Kühltheke in Ihrem Dorfladen.

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 neueste Innovation aus dem Haus Barilla: Pasta aus Linsen und Kichererbsen. In wenigen Minuten al dente gekocht, schmeckt die glutenfreie Pasta mit jeder Lieblingsauce.



Barilla Fusilli
Rote Linsen, 250 g

statt Fr. 4.65
Fr. 3.95

Barilla Casarecce
Kichererbsen, 250 g

statt Fr. 4.65
Fr. 3.95



Die neuen Fusilli und Casarecce aus Hülsenfrüchten: eine wahre Powerfood-Pasta

Die Pasta-Revolution

Jetzt leuchtet es aus dem Teigwaren-Regal im Volg in ungewohnten Farben. Die Neuen in Ihrem Dorfladen – knallrot und hellorange – läuten die schmackhafte Variante zu herkömmlicher Pasta aus Hartweizengriess oder zu Eierteigwaren ein. Die Fusilli aus 100 Prozent rotem Linsenmehl und die Casarecce aus 100 Prozent Kichererbsenmehl bringen aber nicht nur Farbe auf den Tisch, sondern weisen auch tolle innere Werte auf. Nebst vielen wertvollen Ballaststoffen liefern sie hochwertige, pflanzenbasierte Proteine und kommen ganz

ohne Gluten aus. Ein weiterer Vorteil: Sie sind langsam verdaulich, so dass man sich länger satt fühlt.

Neues Genusserlebnis

Zum Kochen ist die Hülsenfrüchte-Pasta genauso unkompliziert wie ihr grosser Bruder aus Getreide. Einfach im siedenden Wasser al dente kochen und mit einer feinen Sauce oder als Beilage zu Gemüse, Fleisch oder Fisch servieren. Die beiden Neuheiten sind auch eine kreative und ausgewogene Basis für einen Pasta-Salat der neuen Art.




statt Fr. 4.40
Fr. 3.95

Blumig-aromatischer Geschmack
Nectaflor Blütenhonig flüssig Bio, 250 g

Gewässer in der Ostschweiz	entsprechend	polizeiliche Befragung		Name Noahs in der Vulgata	Diebesgut-handel			deutsche Vorsilbe		Frauenkosenamen	12	spanischer Ausruf	mehrsätziges Tonstück	Chlorfluorkohlenwasserstoff (Abk.)	Arbeitsbeginn
				13				Stadion d. HC Ambri-Piotta (Pista la ...)							
Hackfleischgericht (franz.)		schweiz.: Trinkhalm								Vorortsgemeinde der Stadt Luzern				6	
	5				alle zwei						inner-schweiz. Autokennzeichen			Tanztheatergebäude	
schweiz. Schauspieler † 2012		Autor von 'Robinson Crusoe'		kant. Autokennzeichen							schweiz. Sängerin (Francine)		französisch: Gold		
			8												
				Vorname v. Schauspieler Flynn							Rennwagenfahrer		Wappenblume		
Märchenriese	halluzinogen aus dem Peyote-Kaktus		Eidg. Bundesamt									2			
Kapitäne beim Eisstockschessen											unbestimmter Artikel				Ruinenstätte in Italien
			Sieb für Flüssigkeiten		Lissabon in der Landessprache						span.: Schweiz	städtisch		Unvorhersehbares	
Musiker der Band Gotthard († 2010)	Alleingang beim Fussball													3	
eh. CH-Skirennfahrer (Urs)											Buss-empfindung				
4000er (Berg) im Kt. Wallis	Gegenteil von Kontra			Abk.: Sicherheitsdienst							histor. japanische Münze		Initialen Schuberts		
															10
									Zutat zur Käseproduktion	Pseudonym von Dickens		kalte Speise			
Bewohner der 'Grünen Insel'				Jubiläum im Stadion (La ...)					Blechgefässe						
Kraftstoff mit mind. 91 Oktanzahlen													Ort mit Mineralquelle im Kt. GL		

IHR GEWINN

10 x ein Jahresabonnement der Schweizer Illustrierten im Wert von je Fr. 234.-



Exklusive Geschichten, berührende Porträts, spannende Interviews, grosse Reportagen - in der Schweizer Illustrierten erfahren Sie alles über die Schweiz, ihre Stars und die Helden des Alltags. Inklusive Weekend- und Ausflugs-Tipps für die ganze Familie. Jede Woche ein überraschendes Heft zum Zurücklehnen, Geniessen und Entdecken. Weitere Wettbewerbspreise sind fünf Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und zehn à Fr. 20.-.

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

Mitmachen & Gewinnen: Teilnahme am Wettbewerb vom 24.1.-24.2.2019 möglich. Online: unter www.volg.ch/volg-magazine
 Per Telefon: 0901 260 360, für 90 Rp./Anruf. Sprechen Sie das Lösungswort, Name und Adresse nach dem Signalton.
 Per SMS: SMS mit dem Keyword VOLGK und Lösungswort an 4636, für 90 Rp./SMS
 Per Post: Lösung bis 20. Februar 2019 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Schweizer Illustrierte», Postfach 344, 8401

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



statt Fr. 2.65
Fr. 2.35

Süss-salziger Erdnussgenuss
* Chio Donuts Peanut-Caramel, 100 g



statt Fr. 2.95
Fr. 2.65

Nussiger Brotaufstrich
* Ültje Erdnuss Creme creamy, 225 g



statt Fr. 2.20
Fr. 1.95

Eins, zwei, Pasta-Plausch
Volg Pasta Sauce Bolognese, 400 ml (erhältlich ab Februar)



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

Die Lösung finden Sie ab 28. Februar 2019 online unter www.volg.ch/volg-magazine im Archiv.



Wer clever ist, rechnet mit den Volg Hausmarken. Die passen in jedes Budget und sind eine starke Sache. Wie der Volg Energy Drink und der Volg Energy Drink Mango. Für die kleinere und grössere Dosis Schwung und Power. Oder einfach nur zum Geniessen. Das Volg Energy Drink-Trio finden Sie in Ihrem Dorfladen – wie viele weitere Volg Hausmarkenprodukte.



Power zum Mitnehmen: Der Volg Energy Drink und der Volg Energy Drink Mango sind in der handlichen Dose erhältlich.

Nie mehr leere Batterien





«IN DER SCHWEIZ HABE ICH MÖGLICHKEITEN, DIE ICH IN GUINEA NIE HÄTTE»



JUNG FRISCH + FRÜNDLICH

Volg bildet jedes Jahr rund 400 Lernende zu Verkaufprofis aus. Unter dem Aspekt «von Jungen für Junge» stellen sich einige von ihnen hier persönlich vor.

Der Guineer Ismaila Barry hat in der Schweiz ein neues Leben begonnen. Seine Ausbildung im Volg und seine Leidenschaft für den Fussball geben dem Jugendlichen Halt.



Von Westafrika ins Walliser Saastal: Ismaila Barry liebt Fussball – und Raclette.

Ismaila räumt konzentriert die Teigwaren ins Regal. «Neben Raclette sind Teigwaren mein absolutes Lieblingsessen in der Schweiz», erzählt er. Der 26-Jährige absolviert seit letztem Sommer im Volg Saas Almagell eine Lehre als Detailhandelsassistent. Dass er diese Chance erhalten hat, ist für ihn nicht selbstverständlich und so sagt er dankbar: «Hier habe ich Möglichkeiten, die ich in Guinea nie hätte.» Vor rund vier Jahren ist Ismaila aus dem zu den ärmsten der Welt gehörenden Land nach Europa geflüchtet. Und auch wenn eine gewisse Wehmut mitschwingt, wenn er von seiner alten Heimat erzählt, weil er seine Familie und Freunde

vermisst, hat er sich in Saas Fee gut eingelebt und integriert.

Integriert durch Volg und Fussball

Einen Teil zur Integration hat, neben seinem Arbeitsalltag im Volg, auch seine grosse Leidenschaft beigetragen: der Fussball. Ismaila ist überglücklich, dass er seinem Hobby nachkommen kann und so neue Freunde gefunden hat. «Draussen auf dem Platz oder in der Halle – wir spielen in jeder freien Minute und organisieren jeden Sonntag ein Turnier», erzählt er lächelnd, räumt die letzte Packung Teigwaren ein und übernimmt begeistert die nächste Aufgabe im Laden.



➔ **Ismaila Barry über Volg: «An der Lehre gefällt mir die abwechslungsreiche Arbeit. Am liebsten bediene ich Kunden und kümmere mich um die angelieferte Ware, wozu auch das Einräumen in die Regale gehört.»** **Ladenleiterin Debora Heinen über ihren Lernenden: «Ismaila hat von Anfang an sehr selbstständig gearbeitet und ist immer sehr engagiert.»**

Der neue Erlebnishof in Schüpfen

Ab diesem Frühling lädt in Schüpfen BE ein fünfter Volg NATURENA Erlebnishof ein, das Bauernhofleben, die Landwirtschaft und die Hoftiere zu entdecken.

Der neue Volg NATURENA Erlebnishof liegt in Schüpfen im Berner Seeland zwischen Biel und Bern und bietet interessierten Besuchern einen Einblick in die Landwirtschaft. Die Gastgeber, Martin Schlup, Monika Flükiger und Sohn Christian Schlup, bewirtschaften auf dem Schüpberg einen stattlichen Bauernhof mit Baujahr 1675. Die abgeschiedene Idylle ist nur neun Kilometer von Bern entfernt und lockt auch wegen ihrer fantastischen Aussicht auf die Jurakette viele Ausflügler an. Der Landwirtschaftsbetrieb ist auf den Anbau von Kartoffeln, Raps, Rüben, Gerste, Weizen und Obst ausgerichtet. «Ein Teil unserer Äpfel, Kirschen, Zwetschgen, Pflaumen, Mirabellen und Birnen kommt direkt ab Baum oder zu Konfitüre verarbeitet in den Hofladen. Den Rest geniessen wir selbst», erzählt Monika Flükiger.

EINE SCHAR AN HOFTIEREN

Ein zweites Standbein ist die Nutztierhaltung mit je 20 Mutterkühen und Kälbern, einem Muni und 70 Mastschweinen. Für frische Eier sorgen knapp 30 Legehennen. Hahn Wale, eine imposante Erscheinung der federreichen Rasse Brahma, hat ein wachsames Auge über seine Hühnerschar. Dass auch noch andere Tiere auf dem Hof leben, erfahren Besucher spätestens dann, wenn sie von Bernhardiner-Hündin Baronesse freudig begrüsst werden. «Junge Besucher haben aber vor allem an unserem Esel Sämi, dem Rössli Sunny und Pony Cindy ihre Freude. Die drei sind dick befreundet und quasi unzertrennlich», sagt die Haus-

Der stattliche Volg Erlebnishof der Generationengemeinschaft Schlup.

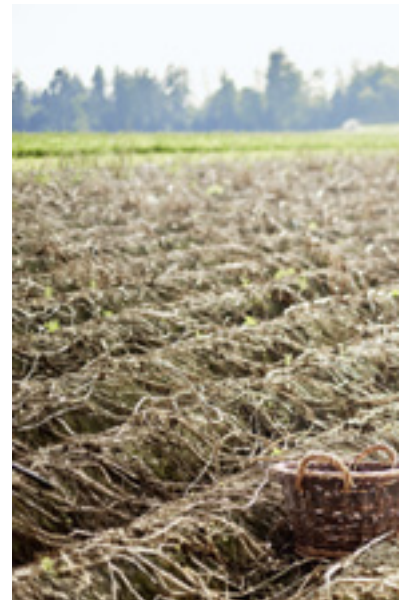


herrin lachend. Fünf Katzen und drei Langohr-Kaninchen machen die tierische Vielfalt auf dem Schüpberg komplett.

HAUSGEMACHTES VOM HOFLADEN

In kulinarischer Hinsicht hat Monika Flükiger das Zepter in der Hand. Sie ist auch für den Hofladen verantwortlich. Dieser kleine Selbstbedienungsladen ist das ganze Jahr täglich

geöffnet und bietet neben Obst, Eiern, Kartoffeln, kalt gepresstem Rapsöl auch hausgemachte Spezialitäten wie den Kartoffelschnaps «Härdöpfeler» sowie Wurst- und Fleischwaren an; Frischfleisch auf Vorbestellung. Über dem Hofladen befindet sich ein Event-Raum, der für Anlässe gemietet werden kann. Aber schauen Sie doch einmal selbst vorbei. Familie Schlup freut sich, Sie bald auf dem neuen Volg Erlebnishof zu begrüßen!



Martin Schlup bei der Kartoffelernte. Er baut die Sorten Agria und Victoria an.



Monika Flükiger und «Güggel» Wale der federreichen Rasse Brahma.



Die Gastgeber: Martin Schlup (58) mit Lebenspartnerin Monika Flükiger (55). Sohn Christian Schlup (28) und Partnerin Sandra (26) werden den Hof einmal übernehmen.

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

ADRESSE:
Martin Schlup, Monika Flükiger und Christian Schlup
Schüpberg 130
3054 Schüpfen
+41 79 258 04 70 oder
+41 78 698 36 56
barryhof@naturena.ch

GEÖFFNET:
täglich, 7.30 – 20.00 Uhr

EVENTS:
Betriebsführungen und spezielle Veranstaltungen für Gruppen ab 10 Personen sind auf Anmeldung möglich.

NATURENA-KURSE:
Bereits am Samstag, 16. Februar, finden auf dem Volg Erlebnishof die ersten NATURENA-Kurse «Flechtfrisuren für jeden Anlass» (zwei Halbtages-Kurse) statt.
Unter www.naturena.ch finden Sie Infos zum ganzen Kursprogramm 2019.



DER PERFEKTE SONNTAGSBRATEN MIT FEINER HOLLANDAISE VON KNORR!

20%

VOM 04.03. - 09.03.2019
AUF AUSGEWÄHLTE KNORR SAUCEN



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Liebesnektar *Rosière*

Tauchen Sie ein
in die Romantik
der fruchtig eleganten
Weinen von Rosière.



Rosé in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Februar 2019

Dörrobst-Cookies

Ich habe gerne etwas Selbstgemachtes bereit, falls unangemeldeter Besuch kommt. Meine Dörrobst-Cookies sind in einer luftdicht verschlossenen Büchse eine Woche haltbar. Für Cookies verwende ich meist eigenes Dörrobst von unserem Hof. Natürlich schmecken sie auch mit den Trockenfrüchten wie Aprikosen, Pflaumen oder Äpfeln aus dem Volg wunderbar. Zuerst mische ich 100 g weiche **Butter**, 125 g **Rohrzucker**, 1 Päckli **Vanillezucker**, 1 Prise **Salz** und 1 **Ei** mit dem Mixer und rühre die Masse, bis sie hell ist. Dann füge ich 150 g klein geschnittene Dörrobst-Stückchen – zum Beispiel je 50 g **Dörrzwetschgen**, **Dörrkirschen** und **Dörrbirnen** – sowie 80 g gehackte **Haselnüsse** dazu. Danach ziehe ich mit einem Gummischaber 120 g **Mehl** und 1 TL **Backpulver** unter. Mit einem Teelöffel forme ich aus dem Teig kleine Häufchen und verteile diese mit genügend Abstand auf einem mit Backpapier belegten Blech. Es ergibt ca. 30 Stück. Die Dörrobst-Cookies backe ich 12 Min. im auf 180°C vorgeheizten Ofen (Heissluft). Danach nehme ich sie heraus und lasse sie auf einem Gitter abkühlen. Zum Schluss die Cookies nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.



Helen Schmid
Erlebnishof Fricktal AG

En Givete wünscht
Helen



Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

Jeden Monat stellt eine Bäuerin der fünf Volg NATURENA-Erlebnishofen in Werdenberg SG, Fricktal AG, Zugerland SG, Seebachtal TG und Seeland BE im «Öise Lade» ein Rezept mit einer persönlichen Geschichte vor. Helen und Herbert Schmid betreiben ihren Erlebnishof im aargauischen Wittnau nach den Richtlinien der IP-Suisse mit Mutterkuhhaltung, Acker- und Rebbau sowie Obstbäumen. Auf dem Hof gibt es zudem eine Vielzahl an Kleintieren zu entdecken.

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.



BEPFLANZTE SCHNURKÖRBCHEN



- ① Sa, 2.3.2019, 9–13 Uhr*
- ② Sa, 2.3.2019, 13.30–17.30 Uhr*

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

Programm: Aus Naturschnüren flechten Sie drei bis vier Körbchen (Länge ca. 40 cm), die Sie dann auf ein schmuckes Holzbrett montieren. Die Körbchen werden frühlingshaft ausgeschmückt und fertig ist eine hübsche Dekoration für Drinnen oder Draussen. Mit wenigen Handgriffen können die Körbchen jederzeit ganz einfach saisonal umdekoriert werden.

Teilnehmende: 14 Personen ab 12 Jahren

Mitbringen: Schere

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

Leitung: Marlene Weiss, BlumenDekorationen, Sulz, www.blumendekorationen.ch

Preis: Fr. 100.– pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihr Werkstück im Wert von Fr. 35.–

BAUERNHOFTIERE SCHNITZEN



- ① Fr, 22.3. 2019, 9–17.30 Uhr
- ② Sa, 23.3. 2019, 9–17.30 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof **Seeland**,
Barryhof, Schüpberg 130, 3054 Schüpfen

Programm: Der erfahrene Holzbildhauer Paul Fuchs macht Sie mit dem Holz und seinen Eigenschaften vertraut. Er führt Sie in die Schnitztechniken ein und begleitet Sie beim Gestalten von drei Spielzeugtieren. Sie können wählen, ob Sie Kühe, Schafe, Schweine, Esel, Ziegen oder Pferde schnitzen möchten. Wer mag, kann die fertigen Objekte nach Wunsch noch speziell verzieren oder bemalen.

Teilnehmende: 14 Personen ab 14 Jahren

Mitbringen: Brille, sofern benötigt

Leitung: Paul Fuchs, Fuchs Holzschnitzkurse, Hofstetten, www.fuchs-holzschnitzkurse.ch

Preis: Fr. 150.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für drei Spielzeugtiere (Grösse 6–10 cm)

BERGFRÜHLING – ÖLGEMÄLDE NACH BOB ROSS



- ① Fr, 15.3.2019, 9–17 Uhr
- ② Sa, 16.3.2019, 9–17 Uhr

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

Programm: Nach einer speziellen Nass-in-Nass-Technik malen Sie eine Berglandschaft mit Blick auf den plätschernden Wasserfall. Die spezielle Maltechnik, bekannt aus den Fernsehsendungen «The Joy of Painting» mit Bob Ross, ist einfach zu erlernen und so gelingt auch ungeübten Malern mit etwas Training ein ausdrucksvolles Gemälde.

Teilnehmende: 10 Personen ab 16 Jahren

Kleidung: Warme Arbeitskleidung, die verschmutzt werden darf, der Kurs findet in einer beheizten Remise statt.

Leitung: Stefanie Altenburger, Kunstmalerei Altenburger, Bauma, www.kunstmalerei-altenburger.ch

Preis: Fr. 255.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihr Gemälde (60 x 45 cm) im Wert von Fr. 100.–

TISCH- ODER TÜRSCHMUCK MIT FRÜHLINGSBLÜHERN



- ① Sa, 30.3.2019, 9–13 Uhr*
- ② Sa, 30.3.2019, 14–18 Uhr*

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

Programm: Mit Naturmaterialien wie Moos, Birke und Weide kreieren Sie einen Frühlingskranz. Der wird mit Blumenzwiebeln oder Frühlingsblühern sowie Wachteleiern ausgestaltet und mit allerlei Deko-Elementen (Vögel, Häuschen, Bänder etc.) österlich geschmückt. Das Pflanzenmaterial lässt sich immer wieder passend zu den Jahreszeiten austauschen.

Teilnehmende: 12 Personen ab 15 Jahren

Mitbringen: Gartenschere, gutes Messer, kleine Drahtzange

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

Leitung: Ursula Uebelhart, Oberägeri

Preis: Fr. 135.– pro Person, inkl. Mahlzeit, Getränken und Material für den Kranz (Ø ca. 32 cm) im Wert von Fr. 50.–

SCHMUCKSTÜCKE AUS ARTCLAY-SILBER



- ① Fr, 22.3.2019, 9–15.30 Uhr
- ② Sa, 23.3.2019, 9–15.30 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof **Werdenberg**,

Büelsteihof, Winkelstrasse 20, 9479 Oberschan

Programm: ArtClay ist eine weiche Masse aus Silberstaub, Bindemittel und Wasser. Dieses Material lässt sich modellieren, prägen, auswallen und austechen. Damit kreieren Sie zwei bis drei individuelle Schmuckstücke (Fingerringe, Anhänger und/oder Ohringe). Die Objekte werden gebrannt und zurück bleibt reines Silber, das dann nur noch poliert werden muss.

Teilnehmende: 15 Personen ab 16 Jahren

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

Leitung: Claudia Anliker, Silber & Glas, Steinach, www.glasfusing-keller.ch

Preis: Fr. 175.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für 2-3 Schmuckstücke im Wert von Fr. 70.–

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: 15. FEBRUAR 2019



* In den Kurszeiten ist 1 Stunde für die Mahlzeit nach dem Kurs eingerechnet.

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

Fischers Fritz auf Fischertat ertappt!

*Für einmal sind Kinder und Eltern gleicher Meinung:
Fischstäbchen vom Volg sind ein ausgezeichnete Fang!
Sie sind knusprig vorgebraten, garantiert grätenfrei
und schmecken so gut, dass Klein und Gross davon
einfach nicht genug kriegen können.*

*Volg Hausmarken.
Ist doch naheliegend.*



VORSCHAU

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 Frühlingboten. Das Ergebnis: ein feines Menü für entspannende Osterfeiertage.

2. APRIL IN OERLIKON

2. APRIL IN MÜNSINGEN

2. APRIL IN BUCHS SG

10. APRIL IN AARAU

30. APRIL IN WANGEN AN DER AARE

MÄNNERKOCKKURS: HAUPTSACHE FLEISCH

Das Beste auf dem Teller ist für viele Männer ein gutes Stück Fleisch. Gut gewürzt und ohne grosses Drumherum. Wie viel mehr Fleisch kulinarisch zu bieten hat, entdecken Sie am besten an einem geselligen Männerkochabend, der viel Fleisch am Knochen hat. Fleisch aussen knusprig, innen saftig, mal als Gericht für ernährungsbewusste Sportler, mal für den besonderen Anlass oder als romantisches Dinner für die Liebste mit passenden Beilagen zubereitet.

7. MAI IN OERLIKON

7. MAI IN BUCHS SG

8. MAI IN AARAU

14. MAI IN WANGEN AN DER AARE

14. MAI IN MÜNSINGEN

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

Angeln
Sie sich Ihren
Kursplatz
noch heute!



Schweizer Fisch auf den Tisch

Fisch ist mit seinen Nährstoffen, dem hochwertigen Eiweiss und den mehrfach gesättigten Fettsäuren wichtig für eine ausgewogene Ernährung. 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 Fische mit passenden Beilagen und Saucen.



CULINEA IN OERLIKON MIT JONAS SCHÖNBERGER & OLIVER BISSEGGER:

12. März 2019, 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



MARXERS KOCHWELT IN BUCHS SG MIT DARIO & MARCUS MARXER:

12. März 2019, 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



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

12. März 2019, 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



COOKUK IN AARAU MIT PAULA BLÖCHLINGER:

13. März 2019, 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



KOCHWERKSTATT IN MÜNSINGEN MIT CHRISTIAN THIERSTEIN:

19. März 2019, 17.30–22.00 Uhr
Anmeldung:
www.kochwerkstattthauri.ch
oder Telefon 031 721 88 11
Kochwerkstatt
Bahnhofplatz 9a
3110 Münsingen
E-Mail: info@kochwerkstattthauri.ch

HARIBO

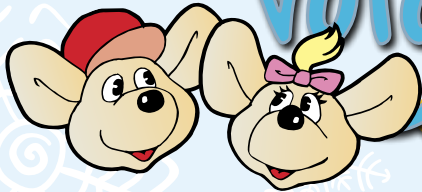
30%
**WENIGER
ZUCKER**
**GLEICHER
VOLLER
GESCHMACK**



www.haribo.ch

Haribo macht Kinder froh und Erwachsene ebenso!

volgi & volgine



JUHU, ES HAT GESCHNEIT!

1 Als Volgi & Volgine aufwachen, trauen sie ihren Augen kaum: «So viel Schnee!» Die beiden wollen einen Schneemann bauen und schreiben eine Liste mit den Dingen, die sie dafür brauchen. Leider sind die Buchstaben durcheinandergeraten. Hilf Volgi & Volgine, die Buchstaben wieder richtig zu ordnen!

LIRÜEB TSIEN
 ETZMÜ
 LAHCS ÄTES



3 Auf dem Heimweg treffen Volgi & Volgine auf ihre Freunde Miro und Tim und sie liefern sich eine Schneeballschlacht. Volgine hat 1 Schneeball weniger geworfen als Volgi. Miro hat 3 Bälle geworfen, Tim doppelt so viele wie Miro. Volgi und Miro haben insgesamt 7 Bälle geworfen. Wie viele Schneebälle sind insgesamt durch die Luft geflogen?



Geburikinder, ab in den Volg!

Volg möchte deinen grossen Tag mit dir feiern: Komm an deinem Geburtstag oder bis eine Woche danach in deinen Volg und suche dir aus der Geschenktruhe eine Überraschung aus.



Nimm zum Beispiel die Einladungskarte für deine Freunde, ein Foto oder etwas anderes von deinem Geburtstag mit.

2 Später unternehmen Volgi & Volgine einen Winterspaziergang im Wald und entdecken dabei Spuren im Schnee. Welche Tiere haben diese Spuren hinterlassen?



Lösungen Rätsel:
 Rätsel 1: RÜEBLI | STEINE | MÜTZE | SCHAL | ÄSTE
 Rätsel 2: A: Hase | B: Vogel | C: Reh | D: Fuchs
 Rätsel 3: Lösung: 16 Schneebälle

**25%
RABATT**
In Aktion vom 05.02. bis 10.02.2019

Natürlich natürlich.

Viel Geschmack, nur drei Zutaten, null Zusatzstoffe.



**100%
PUR**

GANZ OHNE
ZUSATZSTOFFE

- Keine Verdickungsmittel
- Keine Farb- und Konservierungsstoffe
- Keine Aromen



Freu dich drauf.



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Ei, wie fein – Picknick-Eier lassen sich in kalten und warmen Gerichten schnell und einfach verarbeiten. Nur schälen muss man sie noch selber.

Wer sagt denn, dass man Picknick-Eier nur zum Picknick essen soll? Die bunt gefärbten Eier haben das ganze Jahr Saison und lassen sich fantasievoll in den winterlichen Menüplan einbauen. Der Klassiker schlechthin, der Nüsslisalat mit Ei, ist mit Picknick-Eiern im Nu zubereitet. Auch in der warmen Küche ist aus den Picknick-Eiern mit wenig Aufwand eine Vorspeise oder kleine Hauptmahlzeit gezaubert. Paniert und frittiert bieten sie ein knuspriges Vergnügen. Wie man sie auch am liebsten genießt, Eier sind in jedem Fall wertvolle Lieferanten von Proteinen und Vitaminen. Und - da schmeckt es gleich noch besser: Ob Picknick-, Oster- oder rohes Ei: Alle im Volg erhältlichen Eier kommen ausschliesslich aus der Schweiz.



Knusprige Eier an Senfsauce

Zutaten für 4 Personen:
3 EL **Cornflakes** leicht zerdrücken und mit 100 g **Paniermehl** vermischen. 1 **Ei** in einem Schüsselchen aufschlagen, verquirlen. 4 **Picknick-Eier** in 100 g **Mehl** wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. Durch das verquirlte Ei ziehen und in der Paniermehl-Mischung wenden. Vorgang wiederholen. Auf einen mit Paniermehl bestreuten Teller legen. 1 EL **Senf** (z. B. Körnerseuf) in 2 dl warmer **Béchamelsauce** einrühren, unter Rühren erhitzen. 1 EL gehackter **Estragon** dazugeben und mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. **Volg Erdnussöl** in einer Fritteuse oder einem hohen Topf auf 180 °C erhitzen. Eier darin ca. 2 Min. knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit der Sauce servieren.
Zubereitung: 20 Min.
Tipp: Peterli statt Estragon verwenden, ein Béchamelsaucen-Rezept finden Sie auf www.volg.ch/rezepte



Schweizer Picknick-Eier aus dem Volg, auch zum Sofortgenuss inklusive Aromatgewürz in der 2er-Packung




Flexibel, zuverlässig,
nicht zu spüren.

Jetzt testen!



**NEUTRALISIERT
GERÜCHE IN
SEKUNDENSCHNELLE
UND BIETET
STUNDENLANGE
FRISCHE!**

always
dailies

 biottaCH

Biotta[®]

Der Schweizer Bio-Pionier

*Seit Jahren
bewährt*



Mehr Natur geht in keine Flasche

www.biotta.ch



Pizzateig

Zutaten für 6 Pizzas à ca. 250 g:

- 1 kg Mehl
- 6 dl Wasser
- 10 g Hefe (¼ Würfel)
- 35 g Salz

Zubereitung:

1. Für den Vorteig 600 g Mehl mit Wasser, Hefe und Salz in einer Schüssel zu einem glatten Teig verrühren. Mit einem Tuch bedecken und 20–30 Min. stehen lassen.
2. Den Teig nochmals kräftig kneten, sodass kleine Bläschen entstehen. Das restliche Mehl in 4–5 Portionen dazugeben. Dabei laufend die Teigkonsistenz prüfen und die Mehlgabe gegebenenfalls stoppen. Der Teig soll sich von der Schüssel lösen und ballenförmig sein. Den fertigen Teig 2–3 Min. kneten. Da-

nach sollte der Teig in seiner Konsistenz geschmeidig sein.

3. Nach weiteren 20–30 Min. Ruhezeit den Teig auf eine gut bemehlte Arbeitsfläche legen. Rundum Mehl dazugeben und rasch zu einer elastischen Kugel formen. In 6 gleiche Stücke schneiden. Die Stücke mit Mehl zu Kugeln formen. Jede Kugel einzeln in eine verschliessbare und ausreichend grosse Frischhaltedose geben, sodass der Teig Platz hat, um sich auszudehnen. Dose verschliessen und 24 Std. in den Kühlschrank stellen.

4. Teig wieder mit etwas Mehl durchkneten. Mit den Händen flach und von innen nach aussen drücken, sodass ein Rand entsteht. Über den Handrücken ziehen, von Hand zu Hand werfen und drehen und so den Teig auf die gewünschte Grösse formen.

5. Pizzateig nach Wunsch belegen.

Zubereitung: 40 Min. + 1 Std. reifen + 24 Std. ruhen

Polenta-Pizza

Zutaten für ein Blech à Ø 26 cm:

- 1,2l Bouillon
- 250 g Maisgriess (Polenta)
- 150 g Tomatensauce
- 225 g Mozzarella, in kleine Würfel geschnitten
- 2 Tomaten, in kleine Würfel geschnitten
- 100 g Salamischeiben
- 100 g Gorgonzola
- 120 g Champignons, in Scheiben geschnitten
- 1 TL Oregano, getrocknet
- Butter zum Einfetten
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Bouillon aufkochen, Maisgriess einrühren. Vom Herd nehmen und zugedeckt 20 Min. quellen lassen. Auf kleiner Stufe garen, bis die Polenta weich ist.

2. Das Backblech ausbuttern, Polenta darauf verteilen, mit Frischhaltefolie bedecken und mit dem Wallholz flach drücken. Den vorbereiteten Boden über Nacht auskühlen lassen.

3. Ofen auf 220 °C vorheizen. Tomatensauce auf den Boden streichen. Mozzarella darüber verteilen. Mit Tomaten, Salami, Gorgonzola und Champignons belegen.

4. In der Ofenmitte ca. 20 Min. backen. Mit Oregano bestreuen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zubereitung: 45 Min. + 12 Std. auskühlen + 20 Min. backen





Rote Curry Paste / Sweet Chili Sauce in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Real Thai steht für authentische und traditionelle Rezepturen der thailändischen Küche. Es werden nur authentische Zutaten eingesetzt, auf den Einsatz von künstlichen Farbstoffen wird hierbei komplett verzichtet. Das Sortiment beinhaltet Saucen, Pasten, Nudeln und vieles mehr. Alle Real Thai Produkte werden in Thailand produziert.

Blumenkohl-Pizza

Zutaten für ein Kuchenblech à Ø 26 cm:

- 450 g Blumenkohl
- 120 g Reibkäse Emmentaler-Gruyère
- 1 Ei
- 100 g Rotkabis, in feine Streifen geschnitten
- ½ Lauch, in feine Ringe geschnitten
- ½ Zwiebel, in feine Ringe geschnitten
- 20 g Baumnüsse, geröstet, gehackt
- 2 EL Peterli, gehackt
- 1 Orange, Abrieb
- 200 g Petits Chèvres Doux
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

1. Blumenkohl an der Röstiraffel in eine Schüssel reiben, mit Käse und Ei mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Blech mit Backpapier auslegen, Masse auf dem Blech flach drücken. Im auf 200 °C vorgeheizten Ofen 10 Min. backen.
2. Kabis, Lauch, Zwiebeln, Baumnüsse und Peterli mit dem Orangenabrieb mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Belag auf dem Blumenkohlboden verteilen und löffelweise Petits Chèvres darüber verteilen. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 20 Min. überbacken.

Zubereitung: 30 Min. + 30 Min. backen / Tipp: Gorgonzola-Mascarpone statt Petit Chèvres verwenden

Tortilla-Pizza

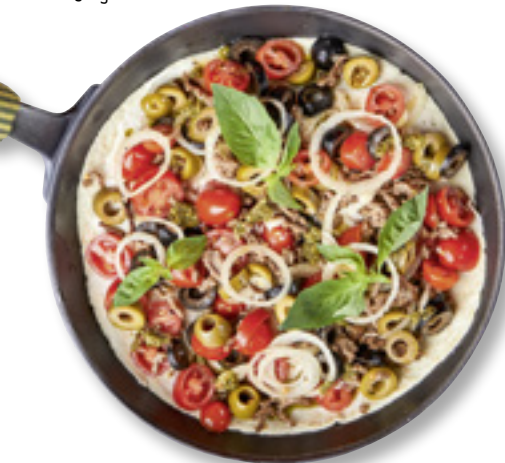
Zutaten für 1 Pizza:

Für den Belag:

- 100 g Hackfleisch
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 5-10 Cherrytomaten, in Scheiben geschnitten
- 1 Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- 5-10 Oliven, grün/schwarz gemischt, in Scheiben geschnitten
- 1 EL Apfelessig
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Basilikum-Pesto, aus dem Glas
- Salz, Pfeffer

Für den Boden:

- 1 TL Butter
- 1 Weizen-Tortilla
- 50 g Crème fraîche



Zubereitung:

1. Hackfleisch in Öl anbraten.
2. Hackfleisch, Tomaten, Zwiebeln, Knoblauch und Oliven in einer Schüssel mischen, mit Essig, Öl, Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Tortilla in die Pfanne geben. Sobald sich die Unterseite bräunt, Tortilla wenden.
4. Crème fraîche auf der Tortilla verstreichen und den Belag darauf verteilen, mit Pesto und nach Belieben mit frischem Basilikum garnieren.

Zubereitung: 15 Min.

Tipp: Tortilla wie eine klassische Pizza belegen und im Ofen 12-15 Min. bei 200 °C backen

Pizza-Schnecken

Zutaten für 2 Stück:

Für den Teig:

- 500 g Mehl
- 2 TL Salz
- 1 Hefewürfel
- 2,5 dl Wasser
- 1 Pr. Zucker
- 5 EL Olivenöl



Zubereitung:

1. Mehl und Salz vermischen. Hefe dazu bröckeln, etwas Wasser und Zucker darübergerben und kurz stehen lassen. Restliches Wasser und Olivenöl dazugeben und zu einem elastischen Teig kneten. Teig zu einer Kugel formen, in die Schüssel legen und zugedeckt 1 Std. gehen lassen.
2. Zucchini, Aubergine, Knoblauch, Ricotta und Käse in eine Schüssel geben, gut vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und 15 Min. ziehen lassen.

Für den Belag:

- 1 Zucchini, in feine Streifen geschnitten
- ½ Aubergine, in feine Streifen geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, in feine Scheiben geschnitten
- 200 g Frischkäse
- 3 EL Appenzeller, würzig, gerieben
- Salz, Pfeffer

3. Teig nochmals gut durchkneten und in 4 Stücke teilen. Jedes mit bemehlten Händen zu einem Strang rollen. 2 Backbleche mit Backpapier belegen. Teigstränge spiralförmig mit einem Abstand von 1 cm auflegen. Füllung in die Zwischenräume geben.
4. Im auf 200 °C vorgeheizten Ofen (Umluft) 15-20 Min. backen.

Zubereitung: 30 Min. + 1 Std. gehen lassen + 20 Min. backen

Tipp: statt Aubergine 1 Rübli mit dem Sparschäler in dünne Streifen schneiden

Pizza Bianca

Zutaten für 1 Pizza:

- 80 g Rahmquark
- 1 Knoblauchzehe, grob gehackt
- 3 EL Peterli, gehackt
- 1 Pizza-Teigling à 250 g
- 80 g Mozzarella, grob geraffelt
- 100 g Rauchlachs
- 1 Handvoll Blattsalat
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Rahmquark verrühren, Knoblauch und Peterli beifügen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.
2. Teigling rund auswallen, auf einem mit Backpapier belegten Blech auslegen. Rahmquark darauf verteilen und mit Mozzarella bestreuen.



3. Im auf 220 °C vorgeheizten Ofen 10-12 Min. knusprig backen. Mit Rauchlachs und Blattsalat belegen und sofort servieren.

Zubereitung: 15 Min. + 10-12 Min. backen

Tipp: Es kann auch ein Fertiggizzateig statt eines selbst gemachten Teiglings verwendet werden.

Pizza-Lollipop

Zutaten für 12–14 Stück:

- 250 g Blattspinat, TK
- 1 gelbe Peperoni,
in kleine Würfel geschnitten
- 100 g Gewürzschinken,
in feine Streifen geschnitten
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 1 EL Weisswein
- 120 g Sbrinz, gerieben
- 570 g Pizzateig, rechteckig, ausgewallt
- 150 g Mozzarella,
in kleine Würfel geschnitten
- 1 Eigelb
- 1 EL Wasser
- 12–14 dicke Holzstäbe oder Karton-Trinkhalme
- Muskatnuss, Olivenöl,
Salz, Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung:

1. Spinat auftauen, ausdrücken und grob hacken.
2. Peperoni, Schinken und Zwiebel in einer Pfanne leicht andünsten, Blattspinat dazugeben und kurz mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen, einreduzieren, mit Muskatnuss, Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken und kühl stellen.
3. Teig auslegen, Gemüse-Schinken-Mischung, Sbrinz und Mozzarella auf dem Pizzateig verteilen.
4. Teig satt aufrollen und 30–60 Min. kalt stellen. Rolle in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Eigelb und Wasser vermischen und mit einem Pinsel die Oberfläche bestreichen.
5. Mit genügend Abstand auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen.
6. Im auf 220 °C vorgeheizten Ofen 10–12 Min. backen. Holzstäbe in die heisse Pizza stecken und servieren.

Zubereitung: ca. 15 Min. + 1 Std. kalt stellen + 10–12 Min. backen

Tipp: Salami statt Gewürzschinken verwenden

Reis-Pizza Asia

Zutaten für ein Blech à Ø 26 cm:

- 200 g Parfurreis
- ½ Rüebli
- 50 g Kabis, weiss
- 50 g Lauch
- 1 Zwiebel
- 140 g Maiskörner aus der Dose
- ½ EL Öl
- 1–2 TL Curry
- 3 EL Sojasauce,
- 1 Zitrone, Saft
- Salz, Pfeffer
- 100 g «Tête de Moine»-Rosetten

Zubereitung:

1. Reis waschen und auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Einen Fingerbreit mit heissem Wasser bedecken. Blech mit einem passenden Deckel oder Alufolie bedecken. Im auf 170 °C vorgeheizten Ofen 45 Min. backen, bis das Wasser verdunstet und der Reis gar ist. Aus dem Ofen nehmen, 10 Min. abkühlen.

2. Rüebli und Kabis rüsten und fein hobeln. Lauch und Zwiebeln in feine Streifen schneiden,

Mais abtropfen lassen. Öl, Curry, Sojasauce und Zitronensaft in eine grosse Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce und Gemüse gut mischen.

3. Die Gemüsemischung auf dem Reis verteilen und im auf 200 °C vorgeheizten Ofen 15 Min. backen. Mit «Tête de Moine»-Rosetten garnieren.

Zubereitung: 20 Min. + 1 Std. kochen/backen



Pizza-Kranz

Zutaten für 1 Stück:

- 260 g Pizzateig, rund, ausgewallt
- 200 g Pasta Sauce Napoli
- 150 g Mozzarella, geraffelt
- 3 EL Grana Padano, gerieben
- 2 EL Oliven, gemischt,
in Scheiben geschnitten
- 8 Artischocken, aus dem Öl, halbiert
- 8 getrocknete Tomaten,
aus dem Öl, halbiert
- 1 EL Pizzakräuter, getrocknet

Zubereitung:

1. Teig auslegen und Napolisaucе darauf verteilen. Rundum einen 1 cm breiten Rand frei lassen. Käse, Oliven, Artischocken, Tomaten sowie Kräuter auf der Sauce verteilen.

2. Pizza mit einem scharfen Messer von der Mitte Richtung Rand bis zur Hälfte achtmal einschneiden. Die so entstandenen 8 «Spitzen» nach aussen hin umlegen, sodass ein Kranz entsteht.

3. Pizza-Kranz im auf 220 °C vorgeheizten Ofen 40 Min. backen.

Zubereitung: 15 Min. + 40 Min. backen



In solid rumantsch

Mes stivals da gumma mellens che jau hai cumprà en ina butia a Bergen en Norvegia, mes mongets mellens da launa-nursa che stgaudan sco duas pignas-scalegl, mia schlingia melna cun muster d'elans, mia rassa melna cun si pitschens skiunzs, mia giacca da plievgia melna che fa ils dis bruts in zic pli colorads – jau als am fitg, tut mes accessoris mellens. Adina cura che jau ves in toc mellen, e quel na sto betg sfurzadamain esser da taila, el po er esser da porcellana, gumma, palpieri, vaider u lain, vegn jau flaivla. E sche mes um ma dumonda lura per exempel: «N'avain nus betg gia quella cuppi-



In defect genetic

na?», al respund jau tut consternada: «Na, segir betg. Lezza vesa ora tut auter!», sun persuadida pli che mai e la cumprel cun grond gust. E pir a chasa ves jau savens che mes char ha forsa tuttina gi in tscherta raschun, ma quai na laschass jau sa chapescha mai valair.

Uschè gugent sco quai che jau hai la color melna datti però in punct, en il qual jau disdesch dal tutfatg. Mes ris da safran na vegn simplamain betg mellen, tuttina sche jau al cuschin cun fils u pulvra. Jau poss agiuntar ed agiuntar pulvra e laschar trair e trair ils fils, il ris resta mellen cler. Jau hai emprendi da viver cun quel defect genetic da betg esser pipa da colorar mellen il ris e cumpensesch quella mancanza simplamain cun cumprar adina novs tochins mellens.

Stai bainin ed a bainbaud.

Angela Schmed
Angela Schmed

Herausgepickt

Wussten Sie, dass • • •

• • • Sie im Volg noch bis zum 2. Februar doppelt Treuepunkte sammeln können?

Jetzt, in den letzten Tagen der Volg Treueaktion, lohnt sich das Sammeln doppelt: Bis zum 2. Februar 2019 erhalten Sie für jeden 10-Franken-Einkauf nicht nur einen, sondern zwei Treuepunkte. Bereits ab 15 gesammelten Punkten können Sie handgefertigte Glasprodukte der Glasi Hergiswil mit 50 Prozent Rabatt beziehen. Salatschüssel, Dessertschale oder Kerzenhalter – was darf es sein? Wählen Sie in Ruhe aus – einlösen können Sie die Treuepunkte noch bis zum 23. Februar 2019 in jedem Volg.



• • • in Immensee SZ ein neuer Volg eröffnet hat?



Seit dem 5. Dezember 2018 begrüsst Ladenleiterin Nadia Gubser im Volg Immensee von montags bis freitags ab 6 Uhr jeweils die Kunden. Der neue Dorfladen bietet viele Annehmlichkeiten wie die integrierte Postagentur, eine chemische Reinigung, Kaffee zum Mitnehmen, gute Parkmöglichkeiten sowie attraktive Öffnungszeiten am Wochenende. Zum «Feins vom Dorf»-Sortiment zählen Milchprodukte der Chäshütte aus Meierskappel, Brot vom Hänggi Beck aus Küssnacht und Fleisch der Sternen Metzgerei aus Arth.

Diese Volg-Geschichte • • •

• • • erzählt von einem Einkauf, der etwas grösser ausfiel als geplant.

Einmal pro Woche macht Regula Müller im Volg Oberrüti AG einen Grosseinkauf für ihre sechsköpfige Familie. «Mir gefällt besonders, dass der Volg so überschaubar ist und ich die Mitarbeitenden und die anderen Kunden kenne», sagt die Familienfrau. Auf dem Poschtizettel stehen immer auch die Volg Familienpreis-Produkte, die dank dem kleinen Preis und den grossen Mengen optimal für die zahlreichen hungrigen Mäuler in ihrem Haushalt sind. Auch Töchterchen Lena ist beim Einkaufen immer gerne dabei – am liebsten, wenn sie im Wägeli sitzen darf. Eines Tages fiel der Einkauf etwas grösser als geplant aus und Lena konnte grade noch knapp über die Einkäufe hinausschauen. Das zog die Aufmerksamkeit einer anderen Kundin auf sich, die meinte: «Das wäre doch ein gutes Motiv für eine Volg-Geschichte!» Gesagt – getan. Hier ist das Foto!



Rückschau ←

Novissimo

S'POSCHTI-Gwünnspiel vom Volg

Über einen Gutschein an ein AquaLux Qualitäts-Wasserbett oder Bettwaren im Wert von Fr. 2000.– freut sich Regula Gander aus Ennetbürgen. An Konrad Burgermeister aus Islikon, Daniel Bissegger aus Rehetobel, Sonja Homberger aus Wichtrach, Hanspeter Kessler aus Oberägeri und Ursula Pelloli aus Mellingen geht je ein Volg-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 50.–. Michaela Widmer aus Oftringen, Christina Schwaller aus Rapperswil, Madlen Jäger aus Untervaz, Reto Springer aus Reinach, Dieter Knopf aus Buchrain, Ingrid Fichtl aus Buchs, Rosmarie Ledermann aus Dürnten, Liliane Urech aus Gebenstorf, Sabine Frei aus Nuglar und Dominik Ernst aus Kirchleerau erhalten je einen Volg-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 20.–.

Lösungswort 12/18: «Gluehweinromantik»

Auflösung des Melitta-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 11/18: Antwort B, eine App

Sandro Moccetti, Vater des Hauptpreisgewinners, bei der Preisübergabe mit René Wyss, Gebietsbereichsleiter Melitta (r.) und Regula Kurth, Volg Produktmanagerin (l.)



Gewinnen mit Melitta

Den 1. Preis, einen Kaffeevollautomaten Melitta Caffeo Barista TS SST im Wert von Fr. 1500.–, gewinnt Manuel Moccetti aus Schaffhausen. Über den 2. bis 6. Preis, je einen Kaffeevollautomaten Melitta Caffeo Barista TS Black im Wert von Fr. 1400.–, dürfen sich Katharina Sigenthaler aus Schliern, Doris Odermatt aus Rain, Hans Huber aus Meiringen, Susanne Ulrich aus Zihlschlacht und Urs Meier aus Kloten freuen. An 14 weitere Leserinnen und Leser geht das Buch «Die besten Kaffeerezepte der Welt» im Wert von je Fr. 10.–.

De grünen Duume



Der Frühling schickt im Februar erste Boten und Zeichen: Die ersten Frühblüher wie Schneeglöckchen und Krokusse sind bereits da, Tulpen und Narzissen zeigen erste Triebe. Im Keller überwinterte Dahlienknollen werden jetzt geteilt, sauber geputzt und an einem hellen, leicht beheizten Ort angetrieben. Obstbäume bekommen ihren Schnitt und Sträucher werden ausgelichtet. Bei Zimmer- und Balkonpflanzen, denen es eng im Topf geworden

ist, wird umgetopft: dafür Abgestorbenes entfernen, staubige Blätter reinigen und neue Erde einfüllen. Bei Gehölzen und wintergrünen Pflanzen regelmässig kontrollieren, ob sie nicht trocken haben und bei Bedarf an frostfreien Tagen ausgiebig wässern. Der Schaden zeigt sich oft erst im April mit verfärbten Blättern und wenig Austrieb.

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

Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 03/19 erscheint am 28. Februar 2019



Träume aus Schokolade

«Alles ist gut, besonders wenn es aus Schokolade ist»: Dementsprechend widmen wir uns Schokoladenträumen. Schoggi in der luftigen Mousse, Schoggi im Kuchen, Schoggi pur hübsch dekoriert und Schoggi sogar zu Fleisch. Tauchen Sie ein ins Schoggi-Schlaraffenland.



Alles in Ordnung

Der alljährliche Frühlingssputz steht an. Um aber für strahlende Sauberkeit zu sorgen, muss erst einmal Ordnung geschaffen werden. Doch bloss wie? Ordnungsgoach Martina Frischknecht verrät Tipps und Tricks für ein sauberes und organisiertes Heim.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz



Durch und durch nachhaltig.

+5 Rp.
für die Nachhaltigkeit



Unsere Pastmilch wird nachhaltig: Mit neuen Richtlinien soll der Respekt gegenüber unseren Tieren gestärkt werden. Ebenfalls wird mit fairen Milchpreisen, einer optimalen Ressourcennutzung und besserer Biodiversität Mehrwert für Mensch und Umwelt geschaffen.

Wir entschädigen Lieferanten, welche die Richtlinien für die Produktion nachhaltiger Milch erfüllen, mit einem höheren Milchpreis.