

Öise lade

Mehr zum Thema

*Schweizer Klassiker
neu interpretiert*

Küche
aktuell
.....
Kuchen und Torten

Volg
frisch und freundlich

SIMPLY your life



NEU
einfach gute
Dinkelcracker.

Voll Korn, voll schlau.

* Eventuell in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich.



Editorial

Nach über 18 Jahren als Vorsitzender der Geschäftsleitung und entsprechend vielen einleitenden Worten an dieser Stelle an Sie, liebe Leserinnen und Leser, ist dies mein letztes Editorial im «Öise Lade». Ich werde mein Amt per 1. September 2019 in neue Hände geben.

Wie das «Öise Lade» Ihnen hoffentlich jeden Monat Freude bereitet, war es mir eine grosse Freude, für die Volg-Gruppe verantwortlich sein zu dürfen.

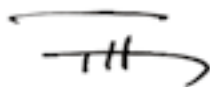
Danke und «uf Wiederluege!» Vieles hat sich in dieser Zeit verändert, wie die Kundenbedürfnisse, das Dienstleistungsangebot in unseren Läden oder die Öffnungszeiten. Geblieben ist die grosse Verbundenheit von Volg zum Dorf und seinen Bewohnern. Mehr über Volg im Wandel meiner Amtszeit lesen Sie im Interview auf Seite 22.

Kein Volg ohne Kunden, die ihrem Dorfladen die Treue halten. Ihnen, liebe Volg-Kunden, möchte ich daher besonders herzlich danken! Für Ihre regelmässigen kleinen und grösseren Einkäufe im Volg, aber auch für zahlreiche Rückmeldungen und wertvolle Anregungen. Ich wünsche Ihnen von Herzen alles Gute und sage «uf Wiederluege» – vielleicht einmal beim Einkaufen im Volg.

frisch und fründlich



Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der
Geschäftsleitung



Militärbiscuits/
Militärschoggi
Im August
im Volg

18



Dorfgeschichten
Einsiedeln SZ:
Hochburg der
Schwingerinnen

20

12 Einfach & bequem
Pikant und süss gefüllte Pitas

14 Wein- und Käseangebot des Monats

Beaurempart Grande Réserve und «Hagu-Hans, der Alte»

17 Aktueller Tipp
Appenzeller Bier aus Gerste aus den Bergen

22 In eigener Sache
Ferdinand Hirsig blickt zurück

25 Feins vom Dorf
Essbare Blüten aus Guarda GR

37 Wettbewerb
Gewinnen mit Hero

39 Hausmarke
Mit VOLGAZ Sommerfeste feiern

40 Novissimo
Neu in den Volg-Läden

42 Typisch Schweiz – Typisch Volg
«Pommel Apfel-Essig» aus Schweizer Äpfeln

45 Freizeit Kochkurs
Gemüseküche: von orientalisches bis vegan

47 Volg Jass
Nächstes Turnier im Zugerland

49 Freizeit NATURENA
September-Kurse auf den Volg Erlebnishöfen

51 NATURENA Rezept
Siedfleischsalat von Monika Flükiger

53 Saison
Cremig und cool: Schweizer Rahmgacés



Küche aktuell
**Torten, Tartes
und Kuchen**

5



«Feins vom Dorf»-Tag
**Am 31. August
2019 in jedem
Volg**

27



29 Das Themenheft
mehr zum
thema
Urchuchi

NATÜRLICH GUT

**15%
RABATT**
AUF ALLE ANDROS
SÄFTE VOM 29.7.
BIS 4.8.2019*

Citronnade
à la Menthe
mit Minze

NATURELLEMENT FRAIS / NATÜRLICH FRISCH

1Le



*IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTICH

ANDROS®

ICH BIN FRUCHTVERLIEBT



Happy Birthday, Schweiz



Numbercake
DER TRENDIGE
Der Zahlenkuchen ist zu jedem Geburtstag eine beeindruckend süsse Überraschung.

Unseren Nationalfeiertag feiern wir mit tollen Torten, Tartes und Kuchen. Sie sind aber auch an anderen Tagen und Geburtstagen eine süsse Überraschung.

Torten, Kuchen und Patisseries passen zu jedem festlichen Anlass, sei es zum Nationalfeiertag am 1. August, zu einem Geburtstag oder einfach zum stilvollen Kaffeekränzchen. Finden Sie auf den nächsten Seiten unter den süssen und einer salzigen Kreation Ihren Favoriten. Die persönlichste Art, das Geburtstagskind zu feiern, ist ein Numbercake aus Biscuit- und

Mürbeteig. Die Basis bildet ein rechteckiger Teig, aus dem man mit Kartonschablonen die jeweiligen Ziffern oder Buchstaben ausschneidet. Mit dieser Torte liegt man voll im Trend. Beim Dekorieren darf man hier aus dem Vollen schöpfen: je üppiger, umso besser. Zum Geburtstag der Schweiz dominiert bei unserer Version selbstverständlich die Farbe Rot.



Schoggi- Pfirsich-Torte

DIE SCHOKOLADIGE

Ein Boden aus Schokolade und
Baumnüssen, oben die
cremig-rahmige Haube mit
Pfirsichsaft und -schnitzen



Zitronen- Blechkuchen

DAS MITBRINGSEL

Der sommerlich frische
Blechkuchen ist, in kleine Würfel
oder grössere Stücke geschnitten,
ein wunderbares Mitbringsel
an ein Fest.

Sonnenverwöhnte, vollreife Früchte und Beeren: Der Sommer ist die Zeit der fruchtigen Torten, Kuchen und Patisseries. Wie wäre es zum Beispiel mit der Schoggi-Pfirsich-Torte? Sie ist ein kompromissloses «Ja» zu allem Sinnlichen: Schokolade, saftige Pfirsichstücke in Sirup und

süchtig viel Rahm. Wem diese Torten-Herrlichkeit doch etwas zu üppig ist, wird bestimmt mit dem Zitronen-Blechkuchen glücklich. Er punktet mit seinem erfrischenden Zitronenaroma. Die feinporige Luftigkeit verdankt der Rührteig übrigens dem Öl und dem kohlenensäurehaltigen Mineralwasser, mit

denen er anstelle von Butter zubereitet wird. Klar, bei der Beeren-Mille-Feuille kann man die Crème – analog einer Crèmeschnitte – auch auf die Blätterteigplatten streichen. Wie vom Confiseur sieht das knusprige Träumchen allerdings erst aus, wenn die Crème getupft wird.



**Volg-Kochkurs im
September
Gemüse: orien-
talisch bis vegan**

Wir verarbeiten Schweizer
Saisongemüse zu herrlich
duftenden Hauptgängen mit
Gewürzen vom Mittelmeerraum
bis zum Orient. Lassen Sie
sich von Gemüse neu
verzaubern.

**Mehr Informationen
auf Seite 45.**

**Beeren-
Mille-Feuille**
DIE FILIGRANEN

*Himbeeren, eine luftige Crème,
weisse Schokolade und ein
gezuckerter Blätterteig:
Dieser Verführung kann
niemand widerstehen.*





«Das Tierwohl hat bei mir einen hohen Stellenwert. Unter Berücksichtigung der natürlichen Flora und Fauna kann ich gesunde und hochwertige Nahrungsmittel produzieren. Dafür setze ich mich ein. Dafür trage ich die Verantwortung.»

Christian Freund, Heiterhof Eichberg



Meine Generation. Meine Verantwortung.



Unser bestes Stück Natur.



Cervelas



Hinterschinken



Vom 24. – 28. Juli 2019 in Aktion

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



AGRI NATURA beruht auf den Richtlinien von IP-Suisse.



Tomaten-Tarte-Tatin DIE HERZHAFT

Die Tarte passt zum 1. August-
Apéro oder zusammen
mit einem Salat
als Znacht.

TIPPS & TRICKS

von Jonas Schönberger

- Zum Caramellisieren eignen sich weisser und brauner Zucker.
- Trockene Gemüse wie Fenchel, Rüebli oder Schalotten eignen sich für eine herzhaft Tarte-Tatin besonders gut.
- Gemüse, die viel Wasser enthalten, mit Käse, Paniermehl oder Haselnüssen bestreuen.
- Der Teig backt schöner aus, wenn man ihn gleichmässig einsticht.
- Sobald der Teig goldbraun ist, kann man die Tarte stürzen. Falls sie sich nicht löst, schiebt man sie samt Blech mit der Teigseite nach unten nochmals in den Ofen.

TIPP

Der fruchtige Prosecco Monte Santo DOC Extra Dry passt mit seinen Apfel- und Birnennoten perfekt zur Tomaten-Tarte.



SCHRITT für SCHRITT Tomaten-Tarte-Tatin



① Zucker im Wähenblech ausstreuen und im Ofen bei 220 °C caramellisieren, bis er hellbraun wird.



② Tomaten in Scheiben schneiden und im Ofen 15 Min. bei 120 °C trocknen lassen.



③ Tomaten auf dem caramellisierten Zucker verteilen und mit Käse-Haselnuss-Paniermehl-Mischung bestreuen.



④ Die Tarte mit dem Teig bedecken, den Rand andrücken und den Teig mit einer Gabel einstechen und ca. 20 Min. fertig backen.

Salzige Tarte-Tatin Für die «herzhaften» Geburtstagskinder singt man das Happy Birthday zu einer Tomaten-Tarte-Tatin, die auf dem Kopf auf flüssigem Caramel gebacken wird. Während man beim Schmelzen von Zucker auf dem Kochherd aufpassen muss, dass der Zucker nicht verbrennt und bitter

wird, ist die Zubereitung im Ofen um einiges entspannter, da die Umgebungswärme weniger heiss ist wie bei einer direkten Hitzeübertragung. Wie Öl und Salz ist auch Zucker ein Geschmacksverstärker. Bei dieser Sommer-tarte macht er die Säure und natürliche Süsse der Tomaten besonders interessant.

Monats-Hits

August: Poulet-Spiessli Classic und Knoblauch-Steak

Probieren Sie die Grill-Hits August aus dem Volg! Zarte Poulet-Spiessli aus Schweizer Poulet-Innenfilets mit klassischer Paprika-Poulet-Marinade und Schweinssteaks mit Knoblauch-Marinade, der extravagante Genuss für alle Liebhaber der feinen Knolle. Beide Spezialitäten sind perfekt für den Grill oder den schnellen Genuss aus der Pfanne.





EIN STÜCK HEIMAT SEIT 150 JAHREN

Kinderleicht und schnell Ein American Cheesecake bringt die meisten Kuchenliebhaber ins Schwärmen. Anders als ein luftiger Quarkkuchen ist die amerikanische Version kompakt, unwahrscheinlich cremig, nicht zu süss und überrascht mit einem knusprigen und doch gut durchfeuchteten Boden. Das Beste: Die Törtchen lassen sich gut vorbereiten, denn sie wandern zuerst vier Stunden in den Kühlschrank, damit sich Crème und Boden optimal miteinander verbinden.



Johannisbeer-Cheesecake
DER CREMIGE
 Schweizer Nusstängeli im Boden und saisonale Beeren finden in diesem rot-weissen Törtchen-Glück zusammen.

Patente Helferchen



Für den Boden
 Fertige Kuchenteige sind praktisch, wenn es mal schnell gehen muss. Sie lassen sich auch tiefkühlen.



Fürs gute Gelingen
 Gelatine und Rahmhalter zum Festigen und Backpulver für luftige Teige sind wertvolle Helfer.



Für die Deko
 Schokoladeglasur, Schokoladen-Späne, Marzipanrübli und Geburtstagskerzen geben jeder süssen Kreation den letzten Schliff.



Einfach & bequem

Pita, bitte!

Aufbacken, füllen, fertig

Der Sommer in der Tasche: Pita mit Poulet, Salat und Nektarinen

Die handlichen Pita-Brote sind perfekt für den Sommer: Frisch, knackig und fruchtig gefüllt für ein herzhaftes Essen, süss, fruchtig und cremig als überraschendes Dessert.



Pita mit Poulet und Nektarinen

Für 6 Stück:

6 **Pita-Brote** gemäss Packungsangabe aufbacken und aufschneiden. 2 **Nektarinen** in Spalten schneiden. Salat und Sauce aus 2 genussbereiten **Poulet-Mischsalaten** mit den Nektarinen vermischen. 1 EL **Haselnüsse** in einer Pfanne ohne Fettzugabe rösten, grob hacken und dazugeben. Salat mit der zugehörigen Sauce vermischen, in die Pita-Taschen füllen und servieren.

Zubereitung: 10 Min.



Eins, zwei, fertig: Mit Pitabrot und einem Poulet-Mischsalat ist das Zmittag schon fast fertig.

Sie brauchen schnell einen Zmittag und müssen im Handumdrehen etwas zaubern? Nichts einfacher als das. Die Pita-Brote können ganz einfach im Ofen bei 250 Grad 2 bis 3 Minuten fertig aufgebacken werden. Nach dem Auskühlen in der Mitte einschneiden und nach Lust und Laune füllen. Das griechische Fladenbrot ist eine handliche Sandwich-Variante und eignet sich auch als Grillbeilage oder zum Dippen.

Und wenn es noch etwas Süsses sein soll? Auch dann lässt sich mit den Fladenbrotchen etwas Feines zubereiten. Aus Caramelgebäck und Rahm rasch eine süsse Crème zaubern, in die Taschen füllen und mit frischer Ananas fruchtig ergänzen. Ein paar Minzblätter geben dem Ganzen den letzten sommerlichen Frische-Kick. Einfach einmal ausprobieren und Pita-Brote neu entdecken!



Süßes in der Tasche:
Pita mit Ananas,
Caramelgebäck und
Rahm

Pita mit Biscuit und Ananas

Für 6 Stück:

Von 125 g **Lotus Biscoff** drei Viertel in einem Gefrierbeutel fein zerbröckeln. 1 dl **Halbrahm** in einem Pfännchen kurz aufkochen. Vom Herd ziehen und Biscuitbrösmeli darin verrühren. Restliche Lotus Biscoff ebenfalls in den Gefrierbeutel füllen und nur grob zerdrücken. Biscuitstückchen unter die Crème ziehen. 6 **Pita-Brote** gemäss Packungsangabe aufbacken und aufschneiden. Biscuitmasse in die Pita-Taschen füllen. 1 EL **Pfefferminzblätter** in Streifen schneiden, mit 340 g frischen **Ananaswürfeln** aus dem Becher vermischen, in die Pita-Taschen füllen und servieren.

Zubereitung: 20 Min.

Tip: Es kann auch Ananas aus der Dose verwendet werden.



Drei für ein originelles Dessert: genussbereite Ananas, Rahm und Caramelguetzli



Wein- und Käseangebot des Monats

Ein starkes

Zusammenspiel

Der Beaurempart Grande Réserve Pays d'Oc IGP wird im südfranzösischen Languedoc-Roussillon gekeltert. Zu ihm passt ein charaktvoller Käse, wie der «Hagu-Hans, der Alte».

Elegant und füllig mit Aromen von Schwarzkirsche und Heidelbeere sowie der zarten Würze von Holz, Caramel, Vanille und mediterranen Kräutern präsentiert sich der Beaurempart Grande Réserve Pays d'Oc IGP. Am Gaumen ist er dicht, voll und in guter Balance und Struktur. Er entfaltet das für einen Cuvée aus Merlot- und Cabernet-Trauben typisch fruchtige und aromareiche Bouquet. Die sanften Tannine hinterlassen ein seidiges Mundgefühl. Der Volg-Wein des Monats findet im rezenten «Hagu-Hans, der Alte» einen ebenbürtigen Partner. Generell passt dieser markante Wein nicht nur zum Käseplättli, sondern zu allem, was herzhaft und pikant ist: rotes Fleisch, Eintöpfe, Schmor- und Pilzgerichte, Wild oder Lamm.

Qualität zum Schnäppchenpreis

Dem Jahrgang 2017 verleiht Chandra Kurt in ihrem aktuellen Weinseller hervorragende 17,75 Punkte und einen Stern für das sehr gute Preis-Leistungs-Verhältnis. Denn mit einem Preis unter 10 Franken ist der Beaurempart Grande Réserve Pays d'Oc IGP ein wahres Schnäppchen im Weinregal.



Diese Aktion gilt vom 29. Juli bis 31. August 2019, solange Vorrat.

**Wein
des Monats**
Beaurempart Grande
Réserve Pays d'Oc IGP,
2017, Frankreich
75 cl, statt Fr. 9.95
Fr. 7.95



**Käse
des Monats**
Hagu-Hans, der Alte
pro 100 g, statt Fr. 2.80
Fr. 1.95
Portion 160 g, pro 100 g
statt Fr. 2.70
Fr. 1.95

Ein uraltes Rezept war Inspiration

Die Käserei Vorderrinderbach im unteren Emmental wird seit 40 Jahren von Alfred und Annerös Fankhauser (im Bild) geführt. Der Familienbetrieb ist vor allem für seine Eigenkreation, den Rohmilchkäse «Hagu-Hans, der Alte» berühmt. Dieser extra würzige Halbhartkäse kam 1997 zum 200. Geburtstag von

Jeremias Gotthelf auf den Markt. Seine Reifezeit beträgt 150 bis 200 Tage. Der «Hagu-Hans, der Alte» passt als Schnittkäse auf jede Käseplatte und eignet sich hervorragend zum Würzen und Gratiniieren in der warmen Küche. Wird er für die Pizza oder das Fondue verwendet, kommen selbst Kenner ins Schwärmen.



75 cl, statt Fr. 13.50
Fr. 10.50

Goldbeere G Cuvée de Blancs Prestige, 2017, Schweiz

Charakter Dieser fruchtig frische Weisswein mit Grünreflexen betört mit Aromen von exotischen Früchten, Kernobst und Zitrusnoten.

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

Passt zu Eglifilets, Pouletbrüsten, Eintöpfen und als Apéritif

Punkte 17,25 ★



75 cl, statt Fr. 9.50
Fr. 7.50

Moscato Mirada Valencia DO, 2018, Spanien

Charakter Dieser hellgelbe, perlende, angenehm süssliche Wein punktet mit blumigen Noten und einer ausgewogenen Säure und Süsse. Er ist weich und füllig.

Trinken Jung trinken, bis 2 Jahre, bei 6–8 °C

Passt zu Fruchtdesserts, Gebäck, Tapas, Käse und als Apéritif



75 cl, statt Fr. 12.50
Fr. 9.90

Marqués de Riscal Rueda DO, 2018, Spanien

Charakter Dieser aromatische, frische Weisswein in hellem Gelb umspielt die Nase mit Duftnoten von tropischen Früchten und frischem Gras.

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

Passt zu Meeresfrüchten, Teigwaren, Poulet und kalten Fleischplatten



75 cl, statt Fr. 9.95
Fr. 7.95

Baurepart Grande Réserve Pays d'Oc IGP, 2017/2018, Frankreich

Charakter Dieser tiefrote Wein beeindruckt mit Aromen von Schwarzkirsche, Heidelbeere, mediterranen Kräutern sowie Caramel und Vanillenuancen.

Trinken Bis 4 Jahre, bei 16–18 °C

Passt zu rotem und dunklem Fleisch, Schmorgerichten und Hartkäse

Punkte 17,75 ★



75 cl, statt Fr. 14.95
Fr. 11.95

Goldbeere G Cuvée Prestige, 2017, Schweiz

Charakter Dieser rubinrote Wein präsentiert Aromen von Beeren, Kirschen und Vanille. Er ist eine Assemblage aus den Rebsorten Dornfelder, Pinot Noir, Gamaret und Merlot, was eine fulminante Komposition an Tiefe, Frucht und Würze ergibt.

Trinken Bis 4 Jahre, bei 14–16 °C

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

Punkte 16,75 ★



75 cl, statt Fr. 15.95
Fr. 12.50

Valpolicella Ripasso DOC Superiore Zeni, 2016, Italien

Charakter Dieser dunkelrote Wein überzeugt mit Aromen reifer Beerenfrüchte und Sauerkirschen sowie einem fruchtbetonten, gehaltvollen Körper.

Trinken Jung trinken, bis 5 Jahre, bei 16–17 °C

Passt zu rotem Fleisch, reifem Käse, Pizza und Nudelgerichten

Punkte 17,5 ★



75 cl, statt Fr. 21.80
Fr. 16.90

Marqués de Riscal Rioja DOCa Reserva, 2014, Spanien

Charakter Dieser würzige, kirschfarbene Wein, der an geröstete Eiche erinnert, umspielt den Gaumen mit balsamischen Aromen, Nuancen von reifem Obst und sanften Tanninen.

Trinken Bis 7 Jahre, bei 16–17 °C

Passt zu Hartkäse, Geflügel, rotem Fleisch, Braten und Eintopf

Punkte 17,25

Ein Sommerwein aus Frankreich



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

Charakter Dieser verspielte, lachsrosa Rosé duftet dezent nach roten Beeren. Er punktet mit viel Finesse und Frische.

Trinken Jung trinken, bis 2 Jahre, bei 7–8 °C

Passt zu Vorspeisen, Shrimps, grilliertem Fisch und als Apéritif

Punkte 16,25 ★

-27%

75 cl, statt Fr. 6.80
Fr. 4.95

**Direkt in Ihrem
Volg bestellen**

oder bequem auf www.wein.volg.ch

...und in max. 10 Tagen abholen

Diese Aktion gilt vom 29. Juli bis 31. August 2019, solange Vorrat. Die Punktebewertungen stammen aus dem «Weinseller 2019» von Chandra Kurt.

★ speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis, Jahrgangsänderungen vorbehalten

FÜR FILMREIFE MOMENTE

m&m's



Einzigartiger Geschmack aus Schweizer Berghöhen

Die Braugerste für das Appenzeller Bier «Quöllfrisch» gedeiht auf 1200 bis 1700 Metern über Meer und entfaltet ihren vollmundigen Geschmack zusammen mit frischem Quellwasser.

Landwirt Renzo Blumenthal bewirtschaftet Braugerste in Vella in den Bündner Bergen.



APPENZELLER BIER



Alkoholfreie Erfrischung: das vollmundige «Sonnwendlig» und das Biermischgetränk «Bschorle» sind regional in den Volg-Läden der Ostschweiz erhältlich.

Für die Appenzeller Brauerei Locher ist Schweizer Qualität bei ihren Bieren das A und O. Als erste Brauerei brachte das Familienunternehmen den kommerziellen Anbau von Braugerste in die Schweiz zurück. Die Brauerei holte für diese Idee 50 Bergbauern mit ins Boot, die es wagten, auf 1200 bis 1700 Metern die Felder zu bestellen. Für beide Seiten eine Herausforderung, denn in der Höhe wächst die Braugerste unter erschwerten Bedingungen heran. Doch das besondere Bergklima steigert die Qualität der Gerste und wirkt sich positiv auf das Aroma des Bieres aus. Im Zusammenspiel mit frischem Quellwasser werden aus der Gerste die beliebten Appenzeller Biere gebraut, wie beispielsweise das

«Quöllfrisch». Das Bier zeichnet sich durch einen vollmundigen Geschmack mit einer feinen Hefenote aus.

Hochwertiger alkoholfreier Genuss

Appenzeller Biere bieten auch alkoholfreien Genuss: Das sonnenblumengelbe «Sonnwendlig» wird aus drei verschiedenen Malz- und zwei Hopfensorten gebraut und enthält keinen Tropfen Alkohol. Das Biermischgetränk «Bschorle» hingegen wird aus dem Saft von 28 Apfel- und Birnensorten aus der Region Oberegg mit hochwertigem Malz hergestellt. Wer «Bschorle» kauft, unterstützt damit die Förderung der regionalen Hochstamm-Obstgärten und deren Artenvielfalt.



Echt eidgenössisch geniessen

Zum Nationalfeiertag gibt es im Volg ab sofort wieder Militärbiscuits und Militärschoggi. Einfach so geniessen oder als Zutat für kreative Gerichte.



Gemüse-Tatar mit Knusperchips

Für 4 Personen:

1 **Salatgurke** schälen, entkernen, in kleine Stücke schneiden und mit 1 TL **Salz** vermischen. 1 Bd. **Radiesli** in feine Streifen schneiden, 2 **Knoblauchzehen** fein hacken, 50 g **Rüebli** fein raffeln. Gurken etwas ausdrücken, mit Radiesli, Knoblauch, Rüebli und 80 g **Frischkäse nature** vermischen. 1 EL **Schnittlauch** klein schneiden, beigegeben und die Masse mit **Pfeffer** würzen. Tatar mithilfe eines 5 cm Ø grossen Ausstechers auf Tellern anrichten. 50 g **Militärbiscuits** in eine Schüssel grob zerbröckeln, mit 2 EL **Oliveöl** und 50 g geriebenem **Sbrinz** vermischen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech streichen und im auf 200 °C vorgeheizten Ofen 5–7 Min. backen. Auskühlen, in grobe Stücke brechen und Knusperchips über dem Gemüse-Tatar verteilen. Mit Militärbiscuits servieren.

Zubereitung: 25 Min. + 5–7 Min. backen

*Das Guetzi der Nation
und Schweizer
Käse krönen das
sommerlich frische
Gemüse-Tatar.*

Das hat im Volg schon Tradition: Rechtzeitig zum Nationalfeiertag kommen auch das Guetzli und die Schoggi der Nation wieder in die Dorfläden. Die Militärbiscuits und die Militärschokolade aus feinsten Milch schmecken zum 1. August-Fest mit der Familie und Freunden – als Gemüse-Tatar mit Knusperchips oder im Coupe Caramel mit Schoggisauce und Salznüssen – aber natürlich nicht nur. Die nahrhaften Knabbereien sind der ideale Proviant für unterwegs, sei es auf einem längeren Marsch bei einer Sommerwanderung oder für die Fahrt in die Ferien.

Biscuits nach Originalrezept

Das Emmental, wo der berühmte löchrige Käse und die luftigen Merängge herkommen, ist auch die Heimat der Militärbiscuits. Im Schweizer Traditionsunternehmen Kambly werden sie nach Originalrezept liebevoll gebacken. Während man Emmentaler und Meringues das ganze Jahr im Volg erhält, gibt es die Militärbiscuits und die Armee-Schoggi jeweils nur «solang's hät». Also, zugreifen und einen Vorrat anlegen – denn beide Spezialitäten sind über ein Jahr haltbar.



Militärbiscuits, 100 g

Fr. 2.50

Militärschoggi,
3 x 50 g

Fr. 3.95

Caramelglacé mit Salznüsschen und Schoggisauce

Für 4 Personen:

1 dl **Vollrahm** aufkochen, vom Herd nehmen. 300 g **Militärschokolade** in Stücke brechen und im Rahm auflösen. Sauce auf sehr kleiner Stufe warm halten, gelegentlich umrühren. 50 g **gesalzene Erdnüsse** in einer Pfanne ohne Fettzugabe rösten, bis sich ein nussiges Aroma verbreitet, auskühlen und grob hacken. 600 ml **Caramelita Glacé** als Kugeln oder in Scheiben geschnitten anrichten, mit Schokoladensauce garnieren und mit den Nüssen bestreuen.

Zubereitung: 15 Min.

Tipp: mit Schlagrahm und frischen Birnenschnitzen garnieren



Geröstete gesalzene Erdnüsse passen zusammen mit der Sauce aus zartschmelzender Militärschoggi gut zur Caramelglacé.



Aus Liebe zum Dorf, wo auch die Mädchen die Bösen sind.

Stolze Mädchen im Sport der «Bösen» gehören zu Einsiedeln SZ wie der Volg. «Öise Lade» hat zwei talentierte Jungschwingerinnen getroffen und sie gefragt, wie sie zur Schwingerfamilie gekommen sind. Ihre Geschichte erzählt, was die Nachwuchsförderung in Einsiedeln so besonders macht.

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.

Einsiedeln ist eine Hochburg der Schwinger. Und seit einigen Jahren noch viel mehr eine Hochburg der Schwingerinnen. Dafür sorgt Sonia Kälin, vierfache Schwingerkönigin und erfolgreiche Frauen-Nachwuchstrainerin. «Öise Lade» hat zwei ihrer Jungtalente kennengelernt: Katja (12) und Amélie (10). Beide steigen seit rund einem Jahr in die Zwilchhosen und wissen schon ganz genau, wohin der Sport sie führen soll:

So schlecht stehen ihre Chancen nicht. Noch ist die Konkurrenz bei den Schwingerinnen überschaubar. Etwas mehr als 130 Aktive und Jungschwingerinnen

kämpfen aktuell um Kränze und den Königinnentitel, wie aus den Mitgliederzahlen des Eidgenössischen Frauenschwingerverbands hervorgeht. Vor zwei Jahren waren es gerade mal 100. Und Sonia Kälin erinnert sich noch gut: «Als ich vor 16 Jahren anfang, konnte ich meist nur gegen Buben antreten.»

«Wir wollen auch mal Schwingerköniginnen werden.»

Heute trainieren Amélie und Katja in Einsiedeln in einem Umfeld, das ganz auf die Nachwuchsförderung der Mädchen ausgerichtet ist. Aber bis sie zu den gefürchteten «Bösen» zählen, werden sie sich noch viel Sägemehl vom Rücken klopfen lassen müssen. Rund 100 Schwünge gilt es zu beherrschen oder zu parieren, um auch gestandene Konkurrentinnen aufs Kreuz legen zu können. Ihre ersten paar Schwünge haben Katja und Amélie zur Freude von Trainerin Sonia Kälin schnell verinnerlicht. Und auch einen Lieblingsschwung haben sie schon: «Das ist der Hüfter», verraten beide unisono und blicken erwartungsvoll zu Sonia Kälin. Sie wird dafür sorgen, dass pro Saison ein bis zwei neue Schwünge hinzukommen. Sodass ihre Schützlinge bald auf dem besten Weg in die Kränze sein werden.



«Je besser eine schwingt, desto böser ist sie», verraten Katja (links) und Amélie (Mitte). Mit Schwingerkönigin Sonia Kälin haben sie die richtige Trainerin, um einmal die Allerbösesten zu werden.



Der Trend ist eindeutig: Schwingen erlebt nicht nur beim Publikum einen Boom, sondern auch unter den Aktiven. Über eines der grössten Frauen- und Mädchenkader verfügt der Frauenschwingclub Urschweiz, der in Einsiedeln eines seiner zwei Trainingscenter betreibt. Hier haben auch Katja (links) und Amélie (rechts) ihre ersten Trainingsstunden besucht.



Drei Fragen an Katja und Amélie

Wie seid ihr zum Schwingen gekommen?

Katja: In meiner Familie sind alle begeistert von dieser Sportart. Die Schwingfeste haben wir immer im Fernsehen angeschaut, und so bekam ich selber Lust aufs Sägemehl.

Amélie: Mein Bruder hat mich darauf gebracht, er schwingt selber auch. Als ich dann zu Sonias Probetraining ging, wusste ich schnell: Das will ich mal richtig können!

Was macht euch am Schwingen am meisten Spass?

Katja: Dass ich Königin werden kann! (Lacht.)

Und natürlich die Trainings mit Amélie.

Amélie: Das will ich auch. Und einmal den Muni am Eidgenössischen gewinnen.

Wenn ihr nach dem Training im Volg vorbeischaud, was sucht ihr euch aus?

Amélie und Katja: Heute unbedingt ein Glacé (und schon rennen sie beide los).



Frisch und fründlich und mit den Schwingern auf Du und Du.

In der Schwingerhochburg Einsiedeln ist eben jeder ein bisschen «böse»: Hat am Wochenende ein Schwingfest stattgefunden, ist das am Montagmorgen auch im Volg Einsiedeln Thema Nummer eins. Erst recht, wenn Mitarbeiterin Trudi Schönbächler im Laden anzutreffen ist. Sie kennt nicht nur Sonja Kälin's Mutter und viele Top-Schwinger höchstpersönlich, sondern stieg als Mädchen sogar selber ins Sägemehl – zumindest versuchsweise gegen ihren Bruder.



In eigener Sache Wechsel Geschäftsleitung

Wolig

«Die Kundenanliegen
standen bei meinen
Entscheidungen immer
an erster Stelle»

Ferdinand Hirsig (63), Vorsitzender der
Geschäftsleitung der Volg-Gruppe, gibt per
1. September 2019 sein Amt in neue Hände.
Sein Dank gilt in erster Linie den Kunden
und Mitarbeitenden.



Herr Hirsig, wenn Sie nur ein Wort wählen dürften, das am besten zu Volg passt, welches wäre es?

(Ohne zu zögern) Dorf.

Weshalb dieses Wort?

Weil das Dorf seit jeher zu Volg gehört und der Volg zum Dorf. Daran hat sich in all den Jahren meiner Tätigkeit bei Volg nichts geändert und es wird sich auch in Zukunft nichts ändern. Unsere neue Werbekampagne «Aus Liebe zum Dorf» könnte die Volg-Philosophie nicht besser auf den Punkt bringen.

Wie ist Volg ins Dorf gekommen?

Die Segmente «grosser Detaillist» und «günstiger Discounter» waren schon erfolgreich besetzt, als wir uns überlegten, wie wir Volg im Markt positionieren. Also suchten wir ausserhalb davon eine Nische und fanden sie im Dorf. Mir wurde oft gesagt, im Dorf hätten wir keine Chance. Entgegen dieser Prophezeiungen packten wir also die einzige Chance, die wir angeblich nicht hatten.

Zurück auf Null: Wie hat Ihr Erfolgsweg mit Volg vor über 18 Jahren angefangen?

Mit einer ernüchternden Erfahrung. Ich hatte meine Zusage zu dieser Stelle gegeben, ohne je einen Volg von innen gesehen zu haben, da es im Kanton Solothurn, wo ich zu Hause bin, noch keine Volg-Läden gab. Die Fahrt an ein geschäftliches Meeting in der Ostschweiz nahm ich dann zum Anlass, erstmals einen Volg zu besuchen. Das war kurz vor meinem offiziellen Stellenantritt.

Was trafen Sie an?

Einen Krämerladen im schlechtesten Sinn: mit Regalen zugestellte Fensterfronten und ein konzeptloses Sammelsurium an Produkten. Zurück im Auto überlegte ich mir ernsthaft, ob ich überhaupt noch an das Meeting fahren oder lieber umkehren und die Stelle gar nicht antreten sollte. Eine meiner ersten Handlungen in meiner Position war denn

auch, die zugestellten Läden zu öffnen und einheitliche, gepflegte Auftritte zu schaffen.

Was zeichnet Volg heute aus?

Das Sortiment für den täglichen Bedarf ist so ausgerichtet, dass es den Dorfbewohnern keinen Anlass gibt, ihren Wohnort zum Einkaufen verlassen zu müssen. Ausserdem bietet Volg viele Mehrwerte. Im Volg kauft man nicht nur ein, die Läden sind ein Treffpunkt für die Dorfbewohner. In über 360 Volg-Läden kann man zudem seine Postgeschäfte erledigen. Und durch die Möglichkeit des Bargeldbezugs in den Läden ist Volg seit diesem Jahr auch ein Geldautomat.

Was hat sich im Laufe der Zeit geändert?

Das Sortiment von Volg wird immer auf den täglichen Bedarf ausgerichtet sein. Doch die Ansprüche an diesen haben sich in den letzten Jahren stark verändert. Produkte zum Sofortgenuss wie Take-away-Salate oder Sandwichs zählte früher niemand dazu. Das Convenience-Angebot ist denn auch am stärksten gewachsen und wird laufend erweitert. Eine weitere markante Veränderung erlebte ich bezüglich der Ladenöffnungszeiten. Heute sind unsere Dorfläden von 6 bis 20 oder sogar 21 Uhr geöffnet. Solche Öffnungszeiten kannte man zuerst nur von Tankstellen.

Wieso taten beziehungsweise wagten Sie diesen Schritt?

Weil ich – wie ich es in die Wiege gelegt bekam – jede Situation immer aus Sicht der Kunden betrachte. Das heisst: Wir müssen dann für die Menschen da sein, wenn sie da sind. Also dann, wenn sie im Dorf sind und von hier zur Arbeit pendeln oder von dort heimkehren. Nicht dann, wenn sie in der Stadt sind und sich dort ihren Zmorge, Zmittag oder Znacht kaufen, weil der Laden im Dorf geschlossen ist.

Was wünschen Sie Volg?

Weiterhin viele treue Volg-Kunden und Mitarbeitende, die mit derart viel Herzblut und

Engagement für Volg tätig sind. Den Kunden und Mitarbeitenden gehört an dieser Stelle mein grösster Dank. Ohne sie wäre die Volg-Geschichte keine Erfolgsgeschichte.

Gehen Sie mit dem lachenden oder weinenden Auge?

Mit einem lachenden und einem halb zugekniffenen Auge, das gespannt auf den neuen Lebensabschnitt blickt (lacht). Aber ich gehe ohne das berühmte weinende Auge, denn ich darf etwas übergeben, das funktioniert und ich darf es in gute Hände geben. Mit Philipp Zraggen steht ein erfahrener Detailhandelsprofi bereit, um die Erfolgsgeschichte von Volg weiterzuschreiben.

Philipp Zraggen stellt sich den «Öise Lade»-Leserinnen und -Lesern in der nächsten Ausgabe vor.



Ein «angefressener Detaillist»

Ferdinand Hirsig wurde 1956 in eine Detailhändlerfamilie hineingeboren, bezeichnet sich selbst als «angefressenen Detaillisten» und ist seit Anfang 2001 Vorsitzender der Geschäftsleitung der Volg-Gruppe. Seit 2004 gehört er zusätzlich der Geschäftsleitung der Muttergesellschaft fenaco an. Diese Funktion wird er bis Ende 2020 als Zuständiger für die Division Detailhandel/Energie weiterhin ausüben, bevor er ab 2021 in den wohlverdienten Ruhestand tritt.

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.

Feins vom Dorf



Cornelia Knapp in ihrer Manufaktur in Guarda. Die Mischung aus Korn- und Ringelblumen, Goldmelisse und Malvenblüten heisst «Blumenstrauss».



Lucrezia Morell, Ladenleiterin im Volg Guarda, freut sich über die neue Lieferung essbarer Blüten von Cornelia Knapp.



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.

«Blumen inspirieren mich zu neuen Ideen»



In Salaten, über Suppen, Desserts und Kuchen: Essbare Blüten machen jedes Gericht zu etwas Besonderem. Die Blütenmischungen von Cornelia Knapp bringen im Volg Guarda GR Farbe ins «Feins vom Dorf»-Sortiment.

Ein Beutel der essbaren Blüten enthält über hundert Blüten und Blätter», sagt Cornelia Knapp, die vor 32 Jahren das Label «Guarda Kräuter» gründete. Mit viel Liebe arrangiert sie die Kostbarkeiten sorgfältig im Zellophanbeutel, bis ein kunstvolles Muster aus verschiedenen Formen, Grössen, Farben und Strukturen entsteht. Ihre Kunstwerke sind bei Touristen, die das Schellenursli-Dorf Guarda besuchen, ein gefragtes Souvenir. Erhältlich sind diese beispielsweise im Volg im Dorf, wo sie das «Feins vom Dorf»-Sortiment bereichern. Die Kräuterexpertin hat hohe Ansprüche an die Qualität: «Man muss der Natur

Achtung erweisen.» So hat sie vor einigen Jahren mit ihren Mitarbeitenden auf einer felsigen Sonnenterrasse Felder zusammengelegt und den Boden von Hand bearbeitet. Heute ist der einstige Getreideacker vom Frühling bis in den Herbst ein blühender Park mit einer gesteigerten Biodiversität.

Magische Anziehungskraft

Ladenleiterin Lucrezia Morell ist stolz auf diese Partnerschaft: «Ich freue mich, dass ich so eine Exklusivität in meinem Volg anbieten kann. Ich beobachte oft, wie Touristen lange fasziniert vor dem Gestell verweilen.»



Im Volg Guarda erhältlich «Feins vom Dorf»-Produkte...

... sind neben den «Blüten für die Küche» das «Äpli-Salz» und das Teebild «Blütenzauber» von «Guarda Kräuter», die Salsiz von Jachen Schlegel aus Guarda, Arvenzapfen-Guetzli und Birnenbrot von der Bäckerei Giacometti in Lavin, «Ivalikör» von Heidi Badel aus Guarda sowie Wurstwaren von Ulrike und Reto Viletta aus Guarda.

* in kleinere Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

SO KANN MAN DIE SONNE DAS GANZE JAHR GENIEßEN!



Capri-Sun

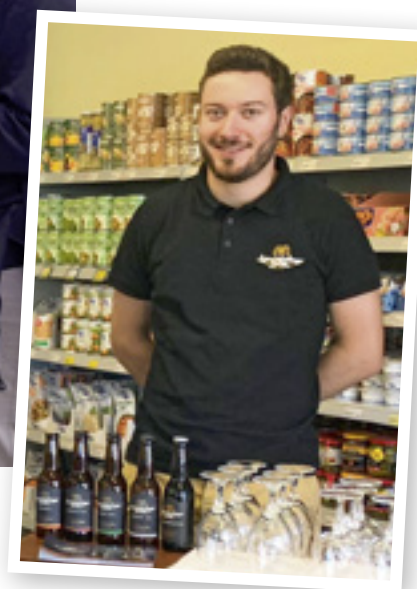
THE TASTE OF FUN

Feins vom Dorf



Am «Feins vom Dorf»-Tag haben Sie die Gelegenheit, verschiedene Spezialitäten zu probieren und die Produzenten kennenzulernen.

Erfahren Sie am «Feins vom Dorf»-Tag mehr über die Herstellung der lokalen Produkte.



Wir laden Sie ein zum «Feins vom Dorf»-Tag!

Entdecken Sie am «Feins vom Dorf»-Tag am Samstag, 31. August 2019, in jedem Volg-Laden die lokalen Spezialitäten und lernen Sie die Produzenten kennen.

Volg lädt Sie auch dieses Jahr ein, am «Feins vom Dorf»-Tag die lokalen Produzenten persönlich kennenzulernen und natürlich auch ein paar ihrer Köstlichkeiten zu degustieren. Kommen Sie am 31. August 2019 von 9 bis 16 Uhr in Ihrem Volg vorbei und erfahren Sie mehr über die Herstellung der Spezialitäten und lernen Sie einige Produzenten persönlich kennen. Nebst der kulinarischen Entdeckungstour haben Sie am «Feins vom Dorf»-

Tag die Gelegenheit, einen Drei-Minuten-Gratiseinkauf sowie einen von 580 gefüllten Volg-Einkaufstaschen zu gewinnen.

3000 lokale Produzenten

Das «Feins vom Dorf»-Sortiment reicht von Brot, Honig und Eiern über hausgemachte Würste bis hin zu Konfitüren und Likören. Je nach Saison sind rund 10000 Spezialitäten erhältlich, die von über 3000 Produzenten oft von Hand hergestellt werden.



Alle wichtigen Informationen zum «Feins vom Dorf»-Tag finden Sie im Flyer, der in jedem Volg-Laden aufliegt.

DECKEL AUF, *Sonnig drauf!*

Code im Deckel auf
www.lipton-festivals.ch
eingeben und Festivaltickets
gewinnen.*



LIVE **A**LIVE

*Teilnahme vom 16.4.2019 bis 31.8.2019 möglich.
Mehr als 200 Festivaltickets im Gesamtwert von
CHF 50'000 werden verlost. Alle Informationen &
Teilnahmebedingungen findest du unter
www.lipton-festivals.ch.

mehr zum thema

Urchuchi

Vertraut und doch ganz anders

Traditionelle Schweizer Gerichte aus wenigen, währschaften Zutaten, dafür steht die Urchuchi. Die nachfolgenden Rezepte zeigen, wie etwas überraschend Neues entsteht, wenn man die Grundzutaten neu komponiert.



«Hackets mit Hörnli» wird zu

Backapfel mit Hörnli

Für 4 Personen:

Von 4 säuerlichen Äpfeln je einen Deckel abschneiden. Äpfel bis auf 1 cm Dicke aushöhlen und in eine mit 1 TL Butter ausgefettete, feuerfeste Form stellen. 250 g gehacktes Rindfleisch mit ½ gehackten Zwiebel, 2 EL Paniermehl und ½ TL Paprika in eine Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen, gut verkneten und in die Äpfel füllen. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 45 Min. backen. 350 g Hörnli in reichlich Salzwasser bissfest kochen. ½ dl Wasser mit 50 g Butter einreduzieren. Hörnli in der Reduktion vermischen, auf Teller anrichten und mit den Backäpfeln servieren.

Zubereitung: 25 Min. + 45 Min. backen

Tipp: etwas Paniermehl und Pfeffer über die Hörnli streuen

Ghackets und Hörnli mit Apfelmus ist für viele Schweizer das Lieblingsmenü schlechthin. Ein Gute-Laune-Gericht aus Grosis Küche, das Kindheitserinnerungen weckt. Vertraut, doch geschmacklich anders nuanciert, präsentiert sich dessen Neuinterpretation Backapfel mit Hörnli: Beim Backen nämlich entfaltet der Apfel vor allem

seine süssen Aromen, weil durch die grosse Hitze der Fruchtzucker caramellisiert. Zudem ergibt sich bei dieser Zubereitungsart eine schöne Balance von Süss, Sauer und Salzig, da das Hackfleisch im ausgehöhlten Apfel gart. Für glänzende Augen bei Gross und Klein sorgt dieses fruchtig-pikante Überraschungspäckli allemal.

Wie kreativ man aus den gleichen Basiszutaten geschmacklich und optisch etwas völlig Neues und ganz anderes schaffen kann, zeigt sich beim Rahmschaum-Kotelett mit Apfelchips. Äplermagronen sind die Inspiration zu diesem Gericht. Während bei der urchigen Sennenspeise von der Alp – vom Apfelmus abgesehen – Rahm, Teigwaren, Kartoffeln und Fleisch vermischt sind, werden diese Komponenten bei der Neuinterpretation auseinander genommen. Nicht anders die spielerische Freiheit im Umgang mit den Zutaten bei den Gnocchi: In ihnen finden die Teigwaren und Kartoffeln aus dem Ursprungsgericht zusammen.

Apfelchips statt Öpfelmues: Diese fruchtige Komponente gehört auch zur modernen Version der Äplermagronen dazu.



«Äplermagronen» wird zu

Rahmschaum-Kotelett mit Apfelchips

Für 4 Personen:

2 **Äpfel** in hauchdünne Scheiben schneiden. 1 dl **Wasser** mit 100 g **Zucker** aufkochen, Apfelscheiben durch die Zuckerlösung ziehen, abtropfen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im auf 170°C vorgeheizten Ofen 15 Min. backen. Auf einem Gitter auskühlen. 4 EL geriebenen **Sbrinz** auf einem mit Backpapier belegten Blech häufchenweise ausstreuen und im auf 180°C vorgeheizten Ofen 5 Min. backen. Auskühlen. 2,5 dl **Halbrahm** aufkochen, 1 TL **Butter** einrühren, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. In einen Rahmbläser füllen, mit der Patrone begasen und schütteln. 4 **Schweinskotelettes** mit Salz und Pfeffer würzen. Beidseitig gut anbraten und im Ofen bei 80 °C warm stellen. 500 g **Gnocchi** in heissem Öl goldbraun schwimmend backen, auf Tellern anrichten. Kotelettes auf die Gnocchi legen. Rahm über die Gnocchi und Kotelettes verteilen. Mit Apfel- und Käsechips garnieren und servieren.

Zubereitung: 30 Min. + 20 Min. backen

Tipp: mit Magronen oder Spätzli statt mit Gnocchi zubereiten

Ein klein wenig anders als gewohnt: Rösti mit pochiertem Ei und einem Knusper topping mit Speck



Pochier-Tipp

Normalerweise pochiert man Eier in Essigwasser. Viel einfacher geht es mit der im Rezept beschriebenen Methode mit der Frischhaltefolie. Je frischer das Ei, umso besser legt sich das Eiweiss um das Eigelb. Das Ei sollte gekühlt sein.

Kartoffelknusper mit pochiertem Ei

Für 4 Personen:

600 g festkochende **Kartoffeln** schälen und an der Röstiraffel in eine Schüssel reiben. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. 1 EL Butter in der Bratpfanne erhitzen. Kartoffelspäne unter ständigem Rühren rundum anbraten, bis sie knusprig sind. 60 g **Proteinbrot** oder **Pumpenrösti** verreiben, in der Bratpfanne ohne Fettzugabe kurz rösten und in eine Schüssel geben. 6 **Bratspecktranchen** in der Bratpfanne knusprig braten und auf einem Küchenpapier abtropfen. Speck fein zerdrücken, mit Brot und 2 EL geschnittenem **Schnittlauch** zu einem Crunch vermischen. Ein Schüsselchen mit Frischhaltefolie auslegen. Von 4 **Eiern** jeweils 1 Ei in das Schüsselchen geben, Folie oben zudrehen und zuknöpfen. Mit einer Wäscheklammer am Pfannenrand befestigen und im leicht siedenden Wasser 4–5 Min. pochieren. Kartoffelknusper auf Tellern anrichten. Pochierte Eier darauf geben und mit Crunch und Schnittlauch garnieren.

Zubereitung: 30 Min.

«Rösti mit Spiegelei»
wird zu



Halbhartkäse kommt als
Füllung in die Kartoffeln,
der Hüttenkäse als
Topping dazu.



«Gschwelli mit Chäs»
wird zu

Gebackene Käsekartoffeln

Für 4 Personen:

8 mehligkochende **Kartoffeln** mit 2 EL **Rapsöl** einstreichen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im auf 200 °C vorgeheizten Ofen 45 Min. backen. Kartoffeln aufstellen, kreuzweise einschneiden, mit einem Löffel aushöhlen und Kartoffelmasse mit einer Gabel zerdrücken. 50 g Käse «**Hagu-Hans, der Alte**» und 50 g **Luzerner Rahmkäse** fein reiben, mit 3 EL **Butter** zur Kartoffelmasse geben und alles gut vermischen. Mischung in die Kartoffeln füllen und nochmals 15 Min. in den Ofen geben. 1 Bd. **Schnittlauch** und 1 Bd. **Radiesli** fein schneiden, mit 1 TL fein gehacktem **Peperoncino** und 200 g **Hüttenkäse** vermischen, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und zu den Kartoffeln servieren.

Zubereitung: 15 Min. + 1 Std. backen

Tipp: Dazu passt grilliertes oder gebratenes Fleisch.

Kartoffeln spielen in der Schweizer Urchuchi, die bäuerlich geprägt ist, eine zentrale Rolle. So einfach und bodenständig Rösti mit Spiegelei oder Gschwelli mit Chäs sind, so einfach lassen sie sich auch in etwas Neues verwandeln: mit einem pochierten statt einem Spiegelei sowie einem knusprigen Speck-Brot-Topping zum Beispiel. Und warum nicht Chäs und Kräuterquark einmal zur Abwechslung in und nicht neben den Kartoffeln servieren?

Verändere die Konsistenz und du hast etwas Neues auf dem Teller: Getreu diesem Motto werden jetzt beim traditionellen Pastetli die Rollen getauscht. Die Erbsen avancieren in pürierter Form zum Hauptdarsteller und Champignons, Rübeli und Rahm übernehmen für einmal die Nebenrollen. Nach dem gleichen Prinzip funktioniert es auch mit der Bündner Gerstensuppe, die mit einem höheren Anteil an Rollgerste und mit weniger Flüssigkeit zu einem herzhaften Gerstotto wird.

«Pastetli mit Brätchügeli»
wird zu

Pastetli mit «Chügelipüree» aus Erbsen

Für 4 Personen:

400 g tiefgekühlte **Erbsen** auftauen. 50 g **Butter** in einem Pfännchen nussbraun werden lassen. Erbsen darin erhitzen und mit der braunen Butter pürieren. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. 250 g **Champignons** in Scheiben schneiden, in 1 EL Butter andünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. 4 **Pastetli** gemäss Packungsanleitung aufbacken. ½ **Rübli** in feine Würfelchen schneiden. 2 dl **Rahmsauce zum Anrühren** (z. B. Knorr Rahmsauce) zubereiten. Erbsenpüree auf den Tellern verstreichen. Pastetli in Ringe schneiden und ins Erbsenpüree stecken, mit Pilzen anrichten. Mit Rübli garnieren und mit der **Rahmsauce** servieren.

Zubereitung: 30 Min.

Tipp: 540 g Erbsen aus der Dose statt tiefgekühlte Erbsen verwenden

Aus den traditionellen Pastetli mit Brätchügeli wird ein optisch ansprechendes Gericht für Gäste.

Rüebli, Lauch, Sellerie, Zwiebeln und Rohschinken geben dem innovativen Gerstotto den urchigen Geschmack.

Gerstotto mit Rosmarin-gemüse und Rohschinken

Für 4 Personen:

Für das Ofengemüse 2 **Rüebli**, 1 **Lauch**, ½ **Sellerie**, 1 **Zwiebel** grob würfeln. In einer Schüssel mit 2 EL **Olivöl** und etwas **Salz** und **Pfeffer** vermischen, 1 **Rosmarin**zweig dazu geben. Gemüse auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im auf 175 °C vorgeheizten Ofen 45 Min. backen. Für das Gerstotto 3 dl **Weisswein** und 7 dl heisse **Gemüsebouillon** bereit stellen. 1 fein gehackte **Zwiebel** und 400 g **Rollgerste** mit ½ EL **Butter** glasig dünsten. Mit etwas Wein ablöschen und einkochen. Ca. 20 Min. köcheln lassen, dabei regelmässig Wein und Bouillon nachgiessen. 70 g geriebenen **Sbrinz** und ½ EL Butter darunter rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gerstotto auf Teller geben. Ofengemüse darauf anrichten und mit 4 **Rohschinken**tranchen garnieren.

Zubereitung: 45 Min. + 45 Min. backen

«Bündner Gerstensuppe» wird zu



HAUSGEMACHTES SCHMECKT AM BESTEN.

Frisch aufgebrühter Kräutertee
—
Schweizer Minze
—
Mit Obstsaft gesüsst

Neu
auch in
der 150 cl PET
Flasche.



Die Kraft der Natur

Diese Pie mögen auch Kinder: Bratwurst und Zwiebelmus schmecken mild und süsslich.

Bratwurst-Zwiebel-Pie

Für 1 Blech à 30 cm Ø:

1 kg **Salz** auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen. 6 **Zwiebeln** in das Salz setzen und im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 45 Min. backen. Zwiebeln aus der Schale lösen und mit dem Stabmixer pürieren. 1 von 2 runden, ausgewählten **Mürbeteigen** in das mit 1 TL **Butter** ausgefettete Blech legen. Hälfte vom Zwiebelmus darauf verteilen. 2 gebratene **Bratwürste** in Scheiben schneiden und auf das Zwiebelmus geben. Mit dem restlichen Mus bedecken. Einen zweiten Mürbeteig als Deckel aufsetzen, Ränder mit einer Gabel gut zudrücken. Mit 1 **Eigelb** bestreichen und im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 45 Min. goldbraun backen.

Zubereitung: 30 Min. + ca. 1,5 Std. backen

Tipp: Blätterteig statt Mürbeteig verwenden. Die Pies können auch mit 3 Blechen à 13 cm Ø zubereitet werden.

«Bratwurst an
Zwiebelsauce»
wird zu

Bratwurst und Zwiebelsauce, oft mit Rösti serviert, sind ein eingespieltes Gespann. Ebenso köstlich, aber doch überraschend anders schmeckt's, wenn man das Duo in einen Teig verpackt. Anders als im ursprünglichen Rezept figurieren die Zwiebeln diesmal nicht als Sauce, sondern als Mus. Durch das scho-

nende Caramellisieren im Ofen auf Salz erhalten sie einen aussergewöhnlichen salzig-süßen Geschmack. Probieren Sie diese Interpretationen doch einmal aus und entdecken Sie im Neuen das Vertraute, denn Innovation und Tradition sind gut schweizerische Werte, die sich auch bei diesen Rezepten bewähren.



DIE SCHWEIZ FEIERT – FEIERN SIE MIT!



**JETZT
NUR FÜR
KURZE ZEIT:**

der 1. August-Koffer 390g*
mit vier ausgewählten
Kambly Feingebäck-
Spezialitäten.

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

ZÜGER HÜTTENKÄSE
OFFIZIELLER PARTNER DEINER
Protein-Kur.



Rezepte und Zubereitungsideen jetzt auf freshandcheesy.ch
Produkt in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich



Wettbewerb



Gewinnen Sie mit Hero vier Übernachtungen im Sunstar Viersterne-Hotel Arosa für die ganze Familie.

Bergferien vom Feinsten

Bei einer Wanderung in den Schweizer Bergen sind die Schweizer Fleischkreationen von Hero der perfekte Proviant. Gewinnen Sie mit etwas Glück die Bergferien dazu!

Zu einer Wanderung in den Schweizer Bergen gehören wie das Sackmesser die beiden neuen, cremig-leichten Fleischaufstriche von Hero im praktischen Becher dazu. Der eine aus zartem Poulet, der andere eine pikantere Schinkenvariante. Die beiden Fleischkreationen, für die Hero ausschliesslich zertifiziertes Schweizer Fleisch verwendet, sind auch im Alltag optimale Wegbegleiter: im Znümbrot oder bei einem gemütlichen Sommer-

znacht zu Hause mit Schweizer Käse und ofenfrischem Brot.

«Bergeweise» tolle Preise

Mit etwas Glück können Sie den Aufenthalt in den Schweizer Bergen jetzt gewinnen – in Arosa oder Klosters – oder Sie bestaunen die Bergwelt bei einem Alpenrundflug aus der Vogelperspektive. Dazu kommen viele weitere tolle Preise. Hero und Volg wünschen «En Guete» und viel Glück!

Cremig-leichte
Fleischaufstriche von
Hero: mit Schweizer
Poulet und als pikante
Schinkenvariante



WETTBEWERB

Die neuen Fleischkreationen von Hero sind aus pikantem Schinken und ...

- A: Käse
- B: Kräutern
- C: Schweizer Poulet

1. Preis im Wert

von **Fr. 2300.–**

4 Übernachtungen/HP im Sunstar**** Hotel Arosa für 2 Erwachsene und 2 Kinder in der Sommersaison 2019/2020/2021

2. Preis im Wert

von **Fr. 1200.–**

2 Übernachtungen/HP im Sunstar**** Hotel Klosters für 2 Personen inkl. 2 Stunden Private Spa in der Sommersaison 2019/2020/2021

3. Preis im Wert

von **Fr. 790.–**

Alpenrundflug (60 Min.) für 2 Personen ab/bis Beromünster oder Altenrhein

4.–8. Preis im Wert

von je **Fr. 580.–**

je 1 hochwertiger Reisekoffer von Victorinox

9.–30. Preis im Wert

von je **Fr. 40.–**

je 1 Hero-Geschenkkorb

→ Mitmachen & Gewinnen

Die Teilnahme am Wettbewerb ist vom 25. Juli 2019 bis zum 24. August 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. August 2019 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Hero», Postfach 344, 8401 Winterthur



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



IM KÜHLREGAL

WIR HABEN
EINFACH RAUS,
Was ∞
»» REIN GEHÖRT. ««



FÜR BESSERES.

Dieses Frischgericht
ist garantiert:

- ✓ ohne künstliche Farbstoffe
- ✓ ohne geschmacksverstärkende Zusatzstoffe
- ✓ ohne gehärtete Fette



Kalbsbratwurst mit
Kartoffelstock

Saucisse à rôtir de veau avec de la purée
de pommes de terre

410 g

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Feinperlig, fruchtig und verspielt

Der VOLGAZ Vin Mousseux ist ein eleganter Auftakt zu einem unbeschwer-ten Sommerfest. Als echter «Schweizer» ist er die passende Wahl, um am 1. August auf den Nationalfeiertag anzustossen.

Ein «Karussell an Aromen», «Regenbogenkultur in jedem Tropfen», ein «sicherer Verführer aus der Ostschweiz» – Wein-
autorin Chandra Kurt ist in ihrem aktuellen Weinseller vom Schaumwein VOLGAZ einmal mehr derart begeistert, dass sie jedem ans Herz legt, stets ein paar Flaschen im Kühl-
schrank zu lagern. VOLGAZ glänzt mit filigranen Aromen von Holunder, Zitrusfrüchten, edlem Muskat und perlt und prickelt, dass es eine wahre Freude ist. Kreiert wird dieser aroma-
tische Vin Mousseux von den VOLG Wein-
kellereien. Mit 13.50 Franken pro Flasche bietet er ein perfektes Preis-Leistungs-Ver-
hältnis. Von Chandra Kurt gibt dies einen Stern für ein «empfehlenswertes Schnäp-
chen» und hervorragende 17,75 Punkte.

Fruchtige Aromen

VOLGAZ wird aus Riesling-Silvaner-Trauben gekeltert und passt mit seiner Fruchtig-
keit herrlich zu einem Apéro. Allein schon die Flasche und das Etikett mit der Goldprägung wirken edel und festlich. Als originelle Häppchen empfehlen sich ge-
kühlte Wassermelonenschnitze am Stiel, die eingetaucht in den Schaumwein zum prickelnden Genuss werden.

VOLGAZ, 75 cl, 17,75 ★
Fr. 13.50



Gekühlte Wassermelonenschnitze auf dicke Holzspiesse stecken, Oliven, Cracker mit Frischkäse und Kräutern anrichten – mit VOLGAZ ist der Apéro genussbereit.



neu Novissimo

Ausgewogener Snack-Genuss

«Vaya Hummus Creamy Herbs» mit wertvollen Kicher- und Gelberbsen ist ein wunderbar leichter Knabberspass.

Vaya, die neue Produktlinie von Zweifel, steht für natürliche Snacks ohne Kompromisse im Geschmack. Neu in der Vaya-Familie und neu im Volg sind die «Vaya Hummus Creamy Herbs» mit wertvollen Kicher- und Gelberbsen. Die knusprigen Snacks enthalten einen hohen Anteil an reichhaltigen Ballaststoffen und sind nicht frittiert. Der natürliche Apéro-Snack, mit schwarzen Bohnen und feinen Kräutern angereichert, wird durch eine leicht cremige Note abgerundet.

Ausgewogener Snack

Seit 60 Jahren ist das Schweizer Familienunternehmen Zweifel vor allem für seine knackigen Chips bekannt. Mit dem ausgewogenen Vaya Snack ist ihm ein Knabberspass gelungen, der dem Trend der Zeit entspricht. Vaya lädt zum geselligen Beisammensein ein: beim Picknick oder Apéro. Entdecken Sie im Volg weitere Varianten: «Vaya Protein Paprika» und «Vaya Bean Salt».





Vaya besteht aus wertvollen Kicher- und Gelberbsen, angereichert mit feinen Kräutern und schwarzen Bohnen. Die natürlichen Snacks sind vegan, laktose- und glutenfrei.

höchstgelegener See an der Aare	alberner Clown		Schlagzeile (engl.)	Abk.: Automobilclub der Schweiz	Gartenblume	wirklich, tatsächlich	Gallertmasse	16		schweizerdeutsche Vereinigung		Geheimdienst d. eh. Sowjetunion	Beruf im Verkehrswesen		Boots- teil	Älplerin
										Zahn- ersatz				4		
Basler Spezialität		2							11	flüssige Speise						
Schweizer Nationalheld			Binnen- ge- wässer									Initialen des Autors Lenz †			Körper- bau- spezia- list	
				biblische Männer- gestalt				8				Fluss im Röstigraben	9	nicht ausge- schaltet		
schweiz. Eis- hockeys- goalie			flüssiges Fett												1	
		10				Deck- blatt						Kopf- bewuchs				
			böser Mensch		Box- begriff (Abk.)							zement- artiger Baustoff		Back- masse		
eng- lische Bier- sorte	eh. brit. Formel 1- Fahrer (Nigel)	Feuer- kröte												3		
Insel in der Irischen See				Zustim- mung (Abk.)				5								Direkt- verbin- dung (EDV)
					Aussatz							schweiz. Bildhauer (Rolf) † 2014	schweiz.: bis jetzt			Initialen von US- Filmstar Murphy
schweiz.: Früchte- kuchen	Schutz- patronin der Mütter			kant. Auto- kenn- zeichen									15			
Lohn								13				an- beissen, knab- ern		Flüssig- keits- mass (Abk.)		
		6		Initialen Schwar- zen- eggers		modern				Barbies Puppen- freund	englisch: essen				Initialen von US- Filmstar Cruise	kurz für: bevor
geistl Gericht im MA.			Solo- stück in der Oper							schweiz.: Reisebus		7		schweiz. Ex-Boxer (Sepp)		
schweiz. Kantons- haupt- stadt											Fleisch- scheibe					12

IHR GEWINN

12 x 1 swissmade Bettwäsche- Set im Dessin «Hirsch» von Kultschtoff im Wert von je Fr. 199.-

Das Bettwäsche-Set im herbstlichen Hirsch-Dessin besteht aus einem Duvet (160 x 210 cm) und einem Kissen (65 x 100 cm) mit praktischen Reissverschlüssen. Die hochwertige Baumwoll-Cretonne-Wäsche schafft ein gesundes Schlafklima. Entdecken Sie weitere kultige Wohn- und Heimtextilien im beliebten Alpenchic-Stil aus der Kultschtoff-Webmanufaktur im Toggenburg unter www.rigotex.swiss. Weitere Wettbewerbspreise sind fünf Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.- und zehn à Fr. 20.-.

Mitmachen & Gewinnen: Teilnahme am Wettbewerb vom 25.07.2019–24.08.2019 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. August 2019 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Rigotex», Postfach 344, 8401 Winterthur

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

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



Fr. 3.80

Extra knusprig
Zweifel Kezz Extra Crunchy Chips Cheese & Onion, 110 g



Fr. 3.95

Schweizer Qualität
* Rahmweichkäse Tomme Jean-Louis Minis, 5 x 30 g



statt Fr. 2.95
Fr. 2.65

Süss und fruchtig
Hero Konfitüre Jam Jam Aprikose/Erdbeere, 200 g




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

Die Lösung finden Sie ab 29. August 2019 online unter www.volg.ch/volg-magazine im Archiv.

Das aktuelle Wochenaktionsangebot finden Sie unter www.volg.ch. Alle Einführungspreise sind vom 29. Juli bis 31. August 2019 gültig.



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Typisch Schweiz – *Typisch Volg*

Delikatess-Essig aus Schweizer Äpfeln

Honig, viele Kräuter und Molke verleihen dem «Pommel Apfel-Essig» sein mild-würziges Aroma. Seit 1964 produziert das Familienunternehmen «Zweifel 1898» den Premium-Essig nach der gleichen Rezeptur.

Aus «Pomme» und «miel» entsteht «Pommel», ein milder Apfelessig, den mancher gern auch trinkt.



Drei Generationen: Patron Paul Zweifel (m.) mit Sohn Urs Zweifel (l.) und Enkel Pascal Zweifel. Das Familienunternehmen «Zweifel 1898» existiert bereits seit fünf Generationen.

Im Gespräch mit Pascal Zweifel, Produktmanager Zweifel verbindet man in erster Linie mit Chips und Weinen. Seit wann stellen Sie «Pommel» her?

Bereits seit 55 Jahren. Mein Urgrossvater Heinrich Zweifel war in den 1920er-Jahren schweizweit einer der Ersten, der Essig in grösserem Rahmen produzierte. Pionier- und Innovationsgeist gehören zur DNA unserer Familie. In unserem Stammhaus in Zürich-Höngg produzieren und vertreiben wir Weine, an zwei weiteren Standorten Chips und Essig.

Was ist das Besondere an «Pommel»?

Er ist an sich schon einzigartig. Es gibt keinen anderen Essig, der Honig, rechtsdrehende Milchsäure, Molke und so viele verschiedene Kräuter enthält. «Pommel» ist ein Premium-Produkt. Wir stellen ihn in einer Mos-

tereie im aargauischen Muri aus 100 Prozent frischem Apfelsaft aus Schweizer Äpfeln und nicht aus Konzentrat her, wie es bei Essig oft üblich ist.

Haben Sie mit dem Essig Zukunftspläne?

Tradition ist gut. So wurde die Rezeptur von «Pommel» nie verändert, ebenfalls die braune Glasflasche ist seit jeher dieselbe. Tradition darf aber den Weg in die Zukunft nicht verhindern. Wir sind daran, weitere Varietäten zu entwickeln.

Wie passen Volg und Sie zusammen?

Es ist eine erfreuliche, partnerschaftliche Zusammenarbeit. Wir beliefern Volg schon seit Jahrzehnten mit unseren Produkten. Für unseren hochwertigen Essig ist Volg ein sehr wichtiger Absatzkanal.



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.



Verfeinert Salate, schmeckt aber auch pur: der «Pommel Apfel-Essig» von «Typisch Schweiz - Typisch Volg».



Pascal (l.) und Urs Zweifel füllen im Stammhaus in Zürich-Höngg die Kräutermischung für den «Pommel Apfel-Essig» in die Transportbehälter.



Die Kräutermischung wird anschliessend zur Mosterei Fremo nach Muri transportiert. Hier wird «Pommel» produziert und gelagert.



Pascal Zweifel nimmt eine Probe. Der Essig muss drei Monate lagern, damit die Säure ihr ganzes Spektrum an Aromen entfaltet.



CHF 7.60
 statt CHF 9.60
 Feldschlösschen Weizen oder
 Hopfen* 4x50 cl
 Gültig vom 5.8. bis 10.8.2019
 (solange Vorrat)

Mit Verantwortung
 genießen. 



Die Leidenschaft einer neuen Generation
 Feldschlösschen verbindet

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



VORSCHAU

WILD – HALB SO WILD!

Wild ist eigen – bezüglich der Konsistenz, dem kräftigen Fleischgeschmack und nicht zuletzt in seiner Zubereitung. Dass die Zubereitung von Wild jedoch halb so wild ist, zeigen wir Ihnen in diesem Kochkurs. Wir entdecken verschiedene Zubereitungsarten wie Braten, Schmoren, Flambieren, Dämpfen oder Pochieren. Dazu lernen Sie passende Gewürze und Saucen kennen und richten mit typischen Beilagen wie Rotkraut, Spätzli, Marroni oder Birnen ein wahres Wildfestival an.

1. OKTOBER IN BUCHS SG

16. OKTOBER IN AARAU

22. OKTOBER IN OERLIKON

22. OKTOBER IN MÜNSINGEN

29. OKTOBER IN WANGEN AN DER AARE

DER EINTOPF, EIN «VIELERLEITOPF»

Eintöpfe sind im Winter besonders beliebt. Sie sättigen, wärmen und schmecken an kalten Tagen am besten. In erster Linie denkt man beim Eintopf an Speck, Würste, Kartoffeln und Bohnen. Doch der Eintopf ist ein Vielerleitopf. In ihn passt alles, was man mag: Fleisch, Fisch, Gemüse, Hülsenfrüchte und ... Da gibt es noch viel mehr! Denn der Eintopf ist auch ein «Überraschungstopf» für ein Brot oder Dessert. Seien Sie dabei und entdecken Sie den Eintopf neu.

5. NOVEMBER IN OERLIKON

5. NOVEMBER IN BUCHS SG

6. NOVEMBER IN AARAU

12. NOVEMBER IN WANGEN AN DER AARE

12. NOVEMBER 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



Gemüseküche: von orientalisches bis vegan

Eine Vielfalt an Gewürzen vom Mittelmeer bis zum Orient und knackfrisches Gemüse von Schweizer Feldern vereinen sich in diesem Kochkurs zu feinen Kreationen. Dabei verar-

beiten wir Saisongemüse nach internationalen Rezepturen zu herrlich duftenden Gerichten, darunter auch die eine oder andere vegane Kreation: facettenreich, leicht und vitaminreich.

Jetzt
anmelden
und neue
Gemüse-
kreationen
entdecken!



MARXERS KOCHWELT IN BUCHS SG MIT DARIO & MARCUS MARXER:

3. September 2019, 18.00–22.00 Uhr
Anmeldung:
www.marxers.ch oder
Telefon 081 756 11 22
Marxers Kochwelt
Fallengässli 10
9470 Buchs, St. Gallen
E-Mail: geniessen@marxers.ch



CULINEA IN OERLIKON MIT JONAS SCHÖNBERGER:

3. September 2019, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.culinea-kochstudio.ch oder
Telefon 044 388 44 66
Culinea Kochstudio
Affolternstrasse 52
8050 Zürich-Oerlikon
E-Mail: info@culinea-kochstudio.ch



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

10. September 2019, 18.30–22.30 Uhr
Anmeldung:
www.tatort-kochschule.ch oder
Telefon 032 682 00 08
Tatort-Kochschule
Vorstadt 13
3380 Wangen an der Aare
E-Mail: info@tatort-kochschule.ch



KOCHWERKSTATT IN MÜNSINGEN MIT CHRISTIAN THIERSTEIN:

17. September 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



COOKUP IN AARAU MIT RAFAEL BÖLSTERLI:

18. September 2019, 18.00–22.00 Uhr
Anmeldung:
www.volg.ch oder
Telefon 062 823 52 92
Cookup
Schachenallee 29
5000 Aarau
E-Mail: info@cookup.ch



BACARDÍ®

BACARDÍ MOJITO

5 cl BACARDÍ Carta Blanca
4 Limettenachtel, 12 frische Minzblätter,
2 TL feiner weißer Zucker,
2,5 cl Soda oder Mineralwasser,
Minzweig zur Dekoration, Crushed Ice

Limettenachtel und Zucker in ein großes Longdrink-Glas geben und Zutaten mit einem Stößel zerdrücken. Minzblätter mit einem Barlöffel zerstoßen um Aroma freizusetzen, anschließend vorsichtig unter den Limettensaft heben. Glas bis zur Hälfte mit Crushed Ice befüllen und BACARDÍ Carta Blanca darübergießen. Vorsichtig umrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat, mit Crushed Ice auffüllen, einen Schuss Mineralwasser dazugeben und mit einem frischen Zweig Minze garnieren.



DRINK RESPONSIBLY.
BACARDÍ, ITS TRADE DRESS AND THE BAT DEVICE ARE TRADEMARKS OF BACARDÍ & COMPANY LIMITED.

**AUF DAS BESTE
VON FRÜHER.**



**JETZT
PROBIEREN**

In kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich

UND HEUTE.

Verantwortungsvoll genießen

Schweizer Tradition im Zugerland



Der Volg Jass widmet sich ganz dem beliebten Schweizer Nationalsport. Am 31. August 2019 geht es im Zugerland wieder um Spiel, Spass und den Einzug ins Finalturnier.

Der Volg Jass ist Treffpunkt für Jasstalente und wird mit Franz Kellers Alphornklängen eröffnet.

Volg lädt auf dem Erlebnishof in Baar zur nächsten geselligen Jassrunde ein. Unter kundiger Leitung von Köbi Früh jassen Sie wahlweise am Morgen oder am Nachmittag und können dabei tolle Preise gewinnen. Die drei besten Spieler beider Gruppen erhalten Volg-Einkaufsgutscheine sowie gluschtige Spezialitäten vom Hof und sind zudem ans Finale in Schüpfen BE eingeladen, wo es Ferien im Gesamtwert von über 2000 Franken zu gewinnen gibt.

Unterhaltung und Genuss

Passend zum geselligen Jass wird der Anlass von lüpfigen Klängen umrahmt. Den musikalischen Auftakt macht Franz Keller, der Sie mit urchigen Alphornklängen begrüsst. Im Anschluss an das Turnier verwöhnt Sie die Bauernfamilie Hotz mit einem feinen Essen aus der Hofküche, über Mittag begleitet von volkstümlicher Musik vom Trio Bügel-Spez.

ANMELDUNG, REGELN UND INFOS

Es wird ein Einzelschieber über vier Runden gespielt. Alles wird einfach gezählt, ohne «Stöck und Wyys». In Wittnau AG und Schüpfen BE wird mit französischen Karten gejasst, ansonsten mit deutschen Karten. Im Finale wird wahlweise mit deutschen oder französischen Karten gejasst. Die drei Teilnehmenden mit der höchsten Punktzahl gewinnen Volg-Einkaufsgutscheine sowie Preise vom Bauernhof. Sie erhalten überdies SBB-Gutscheine und reisen am 28. September 2019 ans Finale nach Schüpfen BE.

TEILNEHMENDE: MAX. 32 PERSONEN PRO JASSHALBTAG, AB 16 JAHREN
MORGENJASS: 09.00 – 13.00 UHR* (WARTELISTE)
NACHMITTAGSJASS: 14.00 – 18.00 UHR*
ANMELDESCHLUSS: 16. AUGUST 2019

Kosten: Fr. 50.– pro Jasshalbtage, Bauernmenü inklusive
 Anmeldung per **Telefon:** 058 433 55 35 oder
 per **Post:** Volg Konsumwaren AG,
 Kundendienst «Volg Jass», 8404 Winterthur
Online: naturena.ch

*In den aufgeführten Zeiten ist jeweils eine Stunde für die Mahlzeit eingerechnet.

NÄCHSTES TURNIERDATUM IM SEELAND BE:
 28. SEPTEMBER, VORMITTAG,
 9 – 13 UHR, ERLEBNISHOF SCHÜPFEN
FINALE IM SEELAND BE:
 28. SEPTEMBER, NACHMITTAG,
 AB 14 UHR, ERLEBNISHOF SCHÜPFEN

chirat®

Wurstsalat

Zubereitung:

1. 2 geschälte Cervelats, 1 Chirat Essiggurke, 100g Emmentaler und ¼ Bund Frühlingszwiebeln fein schneiden.
2. Für das Dressing 1 TL Senf, 1 ½ EL Kressi Weissweinessig, 3 EL Öl und etwas Pfeffer in einer Salatschüssel verrühren.
3. Vorbereitete Salatzutaten unter die fertige Sauce mischen und fertig ist der Wurstsalat!



Sbrinz AOP – der zeitlos gute Käse aus der Innerschweiz

Zeit hat für den Sbrinz eine besondere Dimension. Nicht nur, dass er mindestens 24 Monate reifen soll, er ist auch seit Jahrhunderten beliebt.

Reine Natur und viel Zeit

Der Sbrinz AOP stammt aus 26 ausgesuchten Tal- und Alpkäsereien in der Innerschweiz. Nach überlieferter Tradition verarbeiten sie reine Naturprodukte nach strengen Richtlinien. Erst nach einer Reifezeit von zwei Jahren ist der Sbrinz konsumbereit. Je länger die Reifedauer, desto aromatischer und würziger wird das Bouquet. Sbrinz ist als Möckli, als Hobelrolle und auch gerieben ein Käseerlebnis besonderer Art. Hart und herzhaft: Der Sbrinz ist ein Käse mit sehr viel Charakter.



www.sbrinz.ch

TEXTILDRUCK MIT HOLZSTEMPELN



- ① Fr, 6.9.19, 09.30 – 16.30 Uhr
- ② Sa, 7.9.19, 09.30 – 16.30 Uhr

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

Programm: Sie lernen die Technik des Holzstempel-
drucks, welche in Indien seit Jahrhunderten angewen-
det wird. Aus über 400 verschiedenen Holzstempeln
können Sie sich Ihre Wunschmotive aussuchen und
Ihre mitgebrachten Textilien individuell bedrucken.

Teilnehmende: 10 Personen ab 12 Jahren

Mitbringen: Eine Auswahl an gewaschenen und gebügelten
Textilien aus 100 Prozent Naturfasern (keine tierischen
 Fasern) wie z. B. Baumwolle, Leinen, Viskose

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

Leitung: Anja Vanal, Wädenswil, www.maasa.ch

Preis: Fr. 130.– pro Person, inkl. Mittagessen und
Getränken sowie Material im Wert von Fr. 18.–

UNTERWEGS MIT DEM FALKNER



- ① Sa, 7.9.19, 10 – 13 Uhr*
- ② Sa, 7.9.19, 14 – 17 Uhr*

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

Programm: Sie erfahren viel Wissenswertes über
das Falknereihandwerk, die Beizjagd und über Le-
bensweise und Eigenschaften von Greifvögeln. Sie
sehen Jagdflüge auf Beuteattrappen und erleben die
erstaunlichen Flugfähigkeiten der Jäger der Lüfte.
Wer sich traut, darf die Greifvögel ab der behand-
schuhten Faust fliegen oder darauf landen lassen.

Teilnehmende: 30 Personen ab 8 Jahren
(Kinder in Begleitung Erwachsener)

Kleidung: Der Witterung angepasste Kleidung, der Kurs
findet im Freien statt.

Leitung: Ulrich Lüthi, Kriechenwil, www.viaanimenti.ch

Preis: Fr. 45.– pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränken

FAMILIENSCHILD IM VINTAGE-LOOK



- ① Fr, 13.9.19, 10 – 15.30 Uhr
- ② Sa, 14.9.19, 10 – 15.30 Uhr

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

Programm: Sie bearbeiten ein Holzbrett in der Shabby
Chic-Technik und übertragen Ihren Familiennamen auf
das Brett (20 x 32 x 1,5 cm). Für jeden Vornamen er-
stellen Sie einen Anhänger in Herzform (max. 6 Stück,
Ø ca. 5 cm), der an das Brett montiert wird.

Teilnehmende: 12 Personen ab 15 Jahren

Mitbringen: Kleine Plastikschüssel (Ø ca. 20–25 cm), Fön
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer
beheizten Remise statt.

Leitung: Tina Imhof, Ehrendingen, www.bsundrix.ch

Preis: Fr. 140.– pro Person, inkl. Mittagessen und
Getränken sowie Material für ein Familienschild mit max.
sechs Vornamen im Wert von Fr. 40.–

TIFFANY – NEU INTERPRETIERT



- ① Fr, 20.9.19, 9 – 16 Uhr
- ② Sa, 21.9.19, 9 – 16 Uhr

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

Programm: Bei der Tiffany-Technik werden Glas-
stücke mit Kupferfolie ummantelt und durch Verlöten
mit Zinn zu geschmackvollen Objekten zusammen-
gefügt. Sie stellen mit fertig geschliffenen oder ge-
schmolzenen Scherben aus Altglas und Glasnuggets
fünf bis sechs Blumenstecker (Höhe ca. 20 cm), eine
kleine Schale (Ø ca. 10 cm) oder kleine Objekte nach
eigenen Ideen her.

Teilnehmende: 12 Personen ab 14 Jahren

Mitbringen: Eine Schachtel für den Transport der filigranen
Objekte

Leitung: Elisabeth Fuchs, Suhr, www.ausaltglas.ch

Preis: Fr. 90.– pro Person, inkl. Mittagessen und
Getränken sowie Material für Ihr/e Tiffany-Objekt/e
im Wert von Fr. 15.–

BIENENPRODUKTE FÜR HAUT UND GESUNDHEIT



- ① Fr, 27.9.19, 9 – 16 Uhr
- ② Sa, 28.9.19, 9 – 16 Uhr

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

Programm: Propolis ist ein Harz, das Bienen von
Rinden und Knospen der Bäume sammeln und zu
einer Kittmasse verarbeiten. Unter fachkundiger
Anleitung arbeiten Sie mit Heilpflanzenauszügen
und stellen ein Arnika-Gel mit Propolis (50 ml), eine
Bienensalbe mit Bienenwachs, Propolis und Honig
(50 ml) sowie eine Erkältungscrème (50 ml) her.

Teilnehmende: 12 Personen ab 14 Jahren

Mitbringen: Küchenschürze

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

Leitung: Hans Gisler, Altdorf, www.bienenhüsl.ch

Preis: Fr. 155.– pro Person, inkl. Mittagessen
und Getränken sowie Unterlagen und Material für Ihre
Bienenprodukte

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. AUGUST 2019



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

Abmeldungen bis zum offiziellen Anmelde-
schluss des Kurses/Workshops sind ohne
Kostenfolge. Bei verspäteten Abmeldungen
werden 50% und bei Nichterscheinen am Ver-
anstaltungstag ohne Abmeldung 100% des
Kurspreises in Rechnung gestellt.

Ein Rioja Reserva wie aus dem Bilderbuch

«Vielschichtige Aromen in Nase und Gaumen von reifen Beeren wunderbar vermählt mit den Röstnoten des Holzfassausbaus, weich und füllig im Gaumen mit lang anhaltendem Abgang.»

Ein Klassewein zu einem unschlagbaren Preis.



URSA MAIOR

RIOJA DOCA RESERVA

Probieren Sie jetzt!

Lindt
LINDOR

LINDOR.
MEIN KLEINER
GLÜCKSMOMENT.

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

lindor-moments.lindt.ch



August 2019

Siedfleischsalat

Mit Siedfleisch kann man einen herrlichen Sommerznacht zubereiten. Ich verwende dafür zum Beispiel unser Natura Beef vom Schüpberg. Als Erstes bringe ich einen grossen Topf mit Wasser zum Kochen, löse darin 2-3 Würfel **Rindsbouillon** auf und füge 700 g mageres **Siedfleisch** dazu, das ich auf kleiner Stufe köcheln lasse. Anschliessend schneide ich 2 **Rüebli** sowie $\frac{1}{2}$ geschälten **Sellerie** in mundgerechte Stücke und spicke 1 grosse **Zwiebel** mit 1 **Lorbeerblatt** und ein paar **Nelken**. Gemüse und Zwiebeln gebe ich zum Fleisch und lasse das Ganze ca. 2 $\frac{1}{2}$ Std. auf niedriger Stufe zugedeckt ziehen. In der Zwischenzeit bereite ich eine Vinaigrette zu. Dafür schneide ich 1 **rote Peperoni** und 1 **Zwiebel** in feine Ringe und hacke einige Zweige **Peterli** fein. Die Zutaten gebe ich in eine Schüssel und vermische sie mit 4 EL **Aceto balsamico**, 4 EL kaltgepresstes **Rapsöl**, 4 EL Bouillon, **Salz** und **Pfeffer**. Das fertig gegarte Fleisch nehme ich aus der Bouillon und lasse es abkühlen. Danach schneide ich es in dünne Streifen, vermische es in der Schüssel mit der Vinaigrette und dekoriere den Salat mit etwas grob zerzupftem Peterli und ein paar **Kapern**. Tipp: Aus der Bouillon bereite ich ein anderes Mal einen feinen Suppenznacht zu.



Monika Flükiger
Erlebnishof Seeland BE

Ä Guetel!
Monika

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

Jeden Monat stellt eine Bäuerin der fünf Volg NATURENA-Erlebnishofen im Werdenberg SG, Fricktal AG, Zugerland ZG, Seebachtal TG und Seeland BE im «Öise Lade» ein Rezept mit einer persönlichen Geschichte vor. Der Erlebnishof in Schüpfen im Berner Seeland thront auf dem Schüpberg mit fantastischer Aussicht. Monika Flükiger und Martin Schlup laden Sie gerne zu einem Rundgang ein, auf dem Sie nebst Nutztieren auch ein Pferd, ein Pony und einen Esel sowie Kleintiere antreffen oder im kleinen Selbstbedienungsladen hauseigene Spezialitäten kaufen können.



Volg

Eifach guet!

Aktion
vom 06.08. – 11.08.2019



Cristallina



Birchermiesli



Banane



Vanille*



Kirsche



Haselnuss



Heubeeri



Kafi



Pfirsich-Vanille



Natiir



Stracciatella



Aprikose



Ananas



Caramel



Schoggi



Ärdbeeri



Zitrone*



SAISON



Mango*

* in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



Rahmglacés sorgen für kleine Verwönmomente im Leben. Wer cool plant, hat die cremigen Verführer immer im Vorrat.



Eiskaffee «Express»

Für 4 Gläser:

2 EL gesalzene **Pistazien** schälen und grob hacken. Aus 900 ml **Vanilleglacé** 12 Kugeln ausstechen, in hohe Gläser verteilen, mit **Zimt** bestäuben und mit 2 gekühlten **Milchmischgetränken** (z. B. Volg Caffè Latte Macchiato à 350 ml) übergiessen. Mit Pistazien und **Halbrahm aus der Dose** dekorieren.

Zubereitung: 10 Min.

Tipp: 4 frisch zubereitete Espressos und 5,5 dl kalte Milch statt fertigem Milchmischgetränk verwenden

Ist das nicht schön? Nachmittags an einem schattigen Plätzchen im Garten oder auf dem Balkon sitzen und genüsslich einen erfrischenden Eiskaffee oder einen feinen Coup löffeln. Gut, wenn man zu Hause immer «Volg Rahmglacé» vorrätig hat – für spontane Gäste oder Genussmomente. Mit wenigen Zutaten wie frischen Beeren,

Früchten, Schokoladen- oder Caramelsauce, Meringues und Rahm lassen sich schnell und einfach fantasievolle Coup-Kreationen zaubern. «Volg Rahmglacés» werden nicht nur in der Schweiz produziert, sondern ausschliesslich aus frischer Schweizer Rohmilch direkt vom Bauernhof sowie einheimischem Rahm und Zucker hergestellt.

Gross genug für viel Glacégenuss: «Volg Rahmglacés» für jeden Geschmack aus Schweizer Milch, Rahm und Zucker.



ALLE ANDEREN SIND WÜRSTCHEN

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



 /minipic.original

www.minipic.ch

minipic
the swiss snack



Neuen Schwung für Körper und Geist



Volg Traubenzucker – Sofortenergie mit natürlich-fruchtigem Geschmack.
Hergestellt in der Schweiz durch Domaco Dr. med. Aufdermaur AG | www.volg.ch

frisch und
fründlich

Volg

Tomaten-Tarte-Tatin

Für 1 Tarte à 30 cm Ø:

- 600 g Tomaten
- 80 g Zucker
- 40 g Paniermehl
- 40 g Haselnüsse, gemahlen
- 80 g Grana Padano, gerieben
- 1 Blätterteig, rund, ausgewallt
- Basilikumblätter zum Garnieren
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Tomaten in Scheiben schneiden, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im auf 130 °C vorgeheizten Ofen ca. 15 Min. antrocknen. Ofentemperatur auf 220 °C erhöhen.
2. Zucker auf dem Backblech verstreuen. Bei 220 °C 5–10 Min. backen, bis der Zucker zu caramellisieren beginnt.
3. Tomaten ins Blech legen. Paniermehl mit Nüssen und Grana Padano vermischen. Über den Tomaten verteilen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Mit Blätterteig bedecken. Rand auf allen Seiten gut andrücken. Mit einer Gabel einstechen und bei 200 °C im Ofen 15 Min. backen. Tarte mithilfe eines Tellers wenden. Mit Basilikumblättern garnieren und servieren.

Zubereitung: 30 Min. + ca. 35 Min. backen



Schoggi-Pfirsich-Torte

Für 1 Torte à 24 cm Ø:

Boden:

- 140 g Mehl
- 150 g Milkschokolade, gehackt
- 150 g Zucker
- 1 Pr. Salz
- 1 TL Backpulver
- 80 g Baumnüsse, grob gehackt
- 80 g Butter, weich
- 2 Eier, verquirlt
- Butter zum Einfetten

Belag:

- 500 g Pfirsiche, gewürfelt
- 200 g Zucker
- 1,5 dl Wasser
- 2 TL Maizena
- 2 EL Cognac, nach Belieben
- 6 Bl. Gelatine
- 5 dl Vollrahm
- Pfirsiche, in Spalten, zum Garnieren



Zubereitung:

1. Ofen auf 180 °C vorheizen, Springform einfetten. Alle Zutaten für den Boden bis und mit den Baumnüssen in einer Schüssel vermischen. Butter und Eier begeben und mit dem Mixer so lange rühren, bis ein Teig entsteht. In die Form füllen und ca. 25 Min. backen, Ring entfernen, auskühlen. Boden auf eine Tortenplatte geben und den Ring wieder satt ansetzen.

2. Pfirsiche und Zucker in einer kleinen Pfanne kurz aufkochen, mit Wasser ablöschen. Maizena mit Cognac verrühren oder in etwas Wasser auflösen, zu den Pfirsichen geben und alles zu einem dickflüssigen Sirup einkochen.
3. Gelatineblätter einweichen, in 0,5 dl erwärmtem Rahm auflösen und verrühren. Mit restlichem Rahm vermischen und steif schlagen. 3 EL vom Pfirsichsirup mit einem

Holzspieß marmorartig in die Crème einziehen.

4. Ausgekühlte Pfirsichmasse auf dem Boden verteilen, mit der marmorierten Crème bedecken und 45 Min. in den Tiefkühler stellen. Springform entfernen, nach Belieben mit Pfirsichspalten garnieren und servieren.

Zubereitung: 1 ½ Std. + 25 Min. backen + 45 Min. tiefkühlen

Tempo
Mit dir durchs Leben

NEU

verbesserte
Weichheit



Tempo Toilettenpapier PREMIUM
9 x 110 Blatt • 4-lagig weiss



Tempo Toilettenpapier CLASSIC
9 x 150 Blatt • 3-lagig weiss oder blau



Tempo Feuchte Toilettentücher
Sanft & pflegend, 42 Tücher

Perfekte Tempo-Sauberkeit.



Tempo,
eine Marke von Essity

www.tempo-world.com

Beeren-Mille-Feuille

Für 8 Stück:

- 5 Eigelbe
- 50 g Zucker
- 50 g Honig
- 30 g Maizena
- 5 dl Milch
- 1 Vanillestängel
- 3 dl Vollrahm, geschlagen
- 250 g Himbeeren
- 1 Blätterteig, eckig, ausgewählt
- 1 EL Zucker

Zubereitung:

1. Eigelbe, Zucker, Honig und Maizena verrühren. Milch in eine Pfanne giessen, Vanillestängel aufschneiden, in die Milch geben und aufkochen. Milch in die Eimasse giessen, gut verrühren und alles zurück in die Pfanne geben. 100 g Himbeeren durch ein Sieb streichen, in die Pfanne geben und auf kleiner Stufe langsam erwärmen. Abkühlen und Rahm darunter ziehen.

2. Blätterteig auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Zucker bestreuen und einem Wallholz gut andrücken. Mit einer Gabel einstechen und im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 12–15 Min. backen. Auf einem Gitter auskühlen und in 16 gleich grosse Rechtecke schneiden.

3. Crème in einen Spritzsack mit Lochtülle füllen und in Tupfen auf 8 Blätterteigplatten spritzen. Mit den restlichen Blätterteigplatten bedecken und den restlichen Himbeeren garnieren.

Zubereitung: 45 Min. + ca. 15 Min. backen

Tipp: Übrige Eiweisse können tiefgekühlt werden.



Zitronen-Blechkuchen

Für 1 Blech à 22 x 38 cm:

- 200 g Zucker
- 6 Eier
- 1,5 dl Milch
- 1,5 dl Mineralwasser
- 50 g Erdnussöl
- 1 Zitrone, Saft und Abrieb
- 450 g Mehl
- 1 P. Backpulver
- 4 EL Dörrfrüchte und Nüsse, grob gehackt (z. B. Aprikosen und Haselnüsse)
- 2 EL Puderzucker
- Butter zum Einfetten

Zubereitung:

1. Zucker und Eier schaumig rühren. Milch, Mineralwasser, Öl, Zitronenabrieb und Hälfte des Saftes langsam dazugeben. Mehl und Backpulver vermischen und sorgfältig unterheben.

2. Ein normales Backblech mit Backpapier belegen, Rand einfetten, Masse einfüllen und gleichzeitig Dörrfrüchte und Nüsse einstreuen. Blech leicht auf die Arbeitsfläche klopfen, sodass sich grössere Luftblasen aus dem Teig lösen. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 30–40 Min. backen, auskühlen.

3. Puderzucker mit Zitronensaft gut vermischen und auf dem Kuchen verstreichen. Blechkuchen in Würfel schneiden und servieren.

Zubereitung: 30 Min. + 30–40 Min. backen. + 30 Min. auskühlen

Tipp: mit Zitronenzesten dekorieren

SOMMER, SONNE, ROSÉ!

Dieser noble Rosé überzeugt mit Finesse und seinem vollen Körper.



Oeil-de-Perdrix stammt aus edlen Pinot Noir Trauben die nach kurzem Maischekontakt gepresst werden. Fruchtig, frisch und aromatisch eignet sich dieser delikate Rosé zu Fisch, weissem Fleisch und leichten Sommergerichten.

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

MAGA wöscht MEGA!



Maga Color Gel Duo
18 Wäschen

**Das Schwizer
Traditions-
wöschmittel**



MAGA auch
als **Pulver**
erhältlich

Maga Color Compact Pulver
18 Wäschen



Number-Cake 1.8.

Für 1 Number-Cake:

Biscuitboden:

- 6 Eier
- 100 g Puderzucker
- 1 Pr. Salz
- 100 g Mehl
- 30 g Maizena
- 1 Mürbeteig, eckig, ausgewallt
- Butter zum Einfetten

Crème:

- 100 g Himbeeren
- 2 EL Puderzucker
- 250 g weisse Schokolade (z. B. Galak)
- 100 g Butter, weich
- 250 g Mascarpone

Tortendeko:

- 2 EL Himbeerkonfitüre
- 1 dl Orangensaft
- 125 g Yogurette
- ca. 18 Giotto
- 200 g Beeren, frisch, gemischt (z. B. Himbeeren, Heidelbeeren)

Zubereitung:

1. Eier trennen. Eigelbe und Puderzucker schaumig rühren. Eiweisse mit Salz steif schlagen. Mehl und Maizena vermischen.
2. Portionenweise Eischnee zur Eigelbmasse geben und etwas Mehl-Maizena-Mischung dazu sieben, vorsichtig unter die Masse heben. Wiederholen, bis alle Zutaten eine luftige Masse ergeben.



3. Normales Backblech mit Backpapier belegen, Ränder einfetten und die Masse auf dem Blech flach ausstreichen. Gefülltes Backblech leicht auf die Arbeitsfläche klopfen, so dass sich grössere Luftblasen aus dem Teig lösen.

4. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 30–40 Min. backen. Ofentemperatur auf 175 °C reduzieren. Auskühlen und anschliessend horizontal halbieren. «Schnittmuster» für die gewünschte Zahl oder Buchstaben auflegen und mit einem Brotmesser ausschneiden.

5. Mürbeteig auslegen. Zahlen ebenfalls aus dem Mürbeteig schneiden, dabei rundum 1 cm zugeben. Teigboden mit einer Gabel gut einstechen, zudecken und 20 Min. kühl stellen. Bei 175 °C 25 Min. backen und auskühlen.

6. Himbeeren durch ein feines Sieb streichen, Sauce mit dem Puderzucker verrühren. Schokolade schmelzen, Butter und Mascarpone verrühren, Schokolade und Himbeersauce dazugeben und zu einer cremigen Masse vermischen.

7. Gebackenen Mürbeteig mit Konfitüre bestreichen. Biscuit aufsetzen, mit Orangensaft beträufeln. Crème in einen Spritzsack mit Lochtülle füllen und auf das Biscuit spritzen. Yogurette in grobe Stücke schneiden und mit den Giotto und Beeren als Deko in der Crème platzieren. Vor dem Schneiden 1 Std. kühl stellen.

Zubereitung: 1 Std. + ca. 65 Min. backen + 85 Min. kühl stellen / Tipp: Teigreste können beispielsweise zu Cake-Pops verarbeitet werden.

POCKETS FILTER

SWEET COGNAC

AL CAPONE SWEETS FILTER

AL CAPONE CBD CIGARILLOS

IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTlich



Weißfisch mit Bananen-Mango Salsa



- 1/3** Die Mango, die Banane, die Paprika und Chilischoten sowie die rote Zwiebel waschen, schälen und in feine Stücke schneiden. Den Koriander fein hacken und zu den Zutaten hinzugeben.
- 2/3** Erhitze das Öl in einer Bratpfanne und brate die Fischfilets circa 6 Minuten lang, bis sie außen gebräunt und innen noch leicht glasig sind.
- 3/3** Verteile den Fisch auf die Teller und serviere die Bananen-Mango-Salsa daneben. Mit Zitronensaft und etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für 2 personen

- 1 Mango
- 2 Mittelreife Chiquita-Bananen
- 1 Paprika
- 1/2 Chilischote
- 1 rote Zwiebel
- 1 Kleines Bündel Koriander
- 1 Zitrone
- 4 Filets fester Weißfisch zum Braten

Nährwerte pro person:

339 Kalorien • 10 g Fett • 1,5 g gesättigtes Fett • 27,6 g Kohlenhydrate • 22,7 g Zucker • 4,1 g Faser • 30,7 g Eiweiß • 800 mg Natrium



Johannisbeer-Cheesecake

Für 4 Stück à 8 cm Ø:

250 g Guetzi, z. B. Nussstängeli
 50 g Butter, flüssig
 3 Eier
 100 g Frischkäse, nature, z. B. Philadelphia
 300 g Rahmquark
 100 g Puderzucker

Topping:

100 g Johannisbeergelée
 100 g Johannisbeeren, gewaschen, abgetropft
 4 Mikado-Schoggi-Stäbchen

Zubereitung:

1. Guetzi klein hacken und mit flüssiger Butter vermischen. 4 Backringe mit 8 cm Ø auf ein mit Backpapier belegtes Blech stellen. Guetzlimischung auf die 4 Ringe verteilen und gut andrücken. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 10 Min. backen, auskühlen. Ofentemperatur auf 175 °C reduzieren.

2. Eier, Frischkäse, Quark und Puderzucker zu einer glatten Crème verrühren. Crème auf den vorbereiteten Böden verteilen. Törtchen 20 Min. bei 175 °C backen und auskühlen.

3. Johannisbeergelée in einem Pfännchen bei mittlerer Hitze flüssig werden lassen. Kurz auskühlen und knapp flüssig über den Törtchen verteilen. Johannisbeeren in das Gelée setzen und nochmals 30 Min. kalt stellen.

4. Mit Mikado-Stäbchen und frischen Johannisbeeren servieren.

Zubereitung: 10 Min. + 30 Min. backen + 3-4 Std. kühl stellen

Tipp: kann auch in einer Springform von 26 cm Ø zubereitet werden; gemischte Beeren statt Johannisbeeren verwenden

BORN TO BE SWEET

constellationcigars.com

No.1 Cigarillo in Switzerland*

SWEETS

PIÑA COLADA

CAIPIRINHA

villiger

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

In solid rumantsch

Per mintgin da nus hai num exact ina giada l'onn: tut il bun per l'anniversari! Tgi giada pli fitg da festivar en in rudè pli pitschen e tgi organischescha quel di gugent festunas. Per ils 14 da zercladur na survegn mai insatgi in invit – almain betg da mai, ed jau pens era betg da Donald Trump, cun il qual jau stoss parter mes di d'anniversari. Jau na sun numnadain betg ina persuna che studegia gugent mottos, trametta invites e decorescha la stiva cun ghirlandas e balluns. Jau hai però plaschair da mintga singula visita che pensa quel di a mai ed ha temp da vegnir sperasvi e baiver in café. Tar il café datti natiralmain er in toc turta, tiramisu u crema. Jau emprov da ma regurdar da mes ultims anni-



Il teddy d'anniversari

versaris... Per mai na datti betg LA turta u IL dessert d'anniversari. Auter era quai avant 20 fin 25 onns. Jau ma regord anc vi da quel dessert tut spezial ch'i deva da quellas uras mintgamai da mes anniversari u da quel da mia sora che po festivar precis in'emna suenter mai. Nossa mamma fascheva numnadain adina in puding da tschigulatta – e lura betg x in puding, mabain in en furma da teddy. Quel decorava ella cun smarties e groma – il hit per mintga uffant.

Tgi sa, forsa che Donald Trump survegn anc oz mintgamai ils 14 da zercladur in puding da tschigulatta en furma da teddy?

Marina Wyss
Marina Wyss

Wussten Sie, dass • • •

- • • das grosse Volg-Dorfturnier 2019 Ende August angepiffen wird?

Fiebern Sie mit und feuern Sie Ihre Lieblingsmannschaft an! Ab dem 25. August kicken fussballbegeisterte Mädchen und Jungen von 8 bis 13 Jahren bereits zum dritten Mal beim Volg-Dorfturnier für ihr Dorf um den begehrten Pokal. Der Anlass ist ein voller Erfolg: 2017 traten 60, 2018 bereits 70 Mannschaften an, dieses Jahr sind es schon 96. Auch 2019 ist an fünf Sonntagen für die ganze Familie jede Menge Spiel und Spass angesagt. Eltern, Geschwister, Freunde und Verwandte dürfen nämlich nicht nur mitfiebern, sondern beim Fussballtennis, bei der Schussgeschwindigkeitsanlage und bei weiteren Highlights selber aktiv werden. Auch fürs Kulinarische ist in der Festwirtschaft zu günstigen Preisen gesorgt.

Hier wird gespielt:

Qualifikationsturniere in Eich LU (25.8.), Bäretswil ZH (1.9.), Gerlafingen SO (8.9.) und Kirchberg SG (15.9.). Am 22. September findet das grosse Finalturnier in Eschenbach LU statt.

Infos: www.volg-dorfturnier.ch



- • • im Basisweinseminar in Münchenbuchsee BE noch Plätze frei sind?



Wo: DiVino SA, Caves Garnier, Im Eggacker 14, 3053 Münchenbuchsee
Anmeldung: DiVino SA, Seminare, Postfach 344, 8401 Winterthur, 058 433 71 11
mailbox@divino.ch oder kurt.feser@divino.ch

Interessieren Sie sich für die faszinierende Welt der Weine, kennen sich aber noch nicht so gut aus? Dann melden Sie sich für das Basisweinseminar in Münchenbuchsee an. Am Dienstag, 19. November vermittelt Ihnen der Weinexperte Kurt Feser von 18 bis 22 Uhr ein solides Grundlagenwissen über den Anbau und die Herstellung von Wein. Bei einer Degustation lernen Sie zwölf verschiedene Weine nach Herkunft, Sorte und Herstellungsverfahren zu unterscheiden. In der Teilnahmegebühr von 95 Franken ist ein Imbiss inbegriffen. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen beschränkt.

Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI- Gwünnspiel vom Volg

Über je einen Kisag-Bläser «hot & cold» 0,5 l aus Edelstahl inkl. 10 Kisag-Kapseln im Wert von Fr. 139.- freuen sich Emil Tobler aus Amlikon-Bissegg, Rosmarie Grimbichler aus Gunzgen, Uschi Zwahlen aus Engelburg, Dolophine Okach aus Hirschthal, Elisabeth Iseli aus Winkel, Heidi Widmer aus Grüt, Guido Eisenlohr aus Altstätten, Dieter Hummer aus Stallikon, Margot Müller aus Oberentfelden, Mary Keller aus Oberembrach, Franziska Bissegger aus Dübendorf und Dominik Adam aus Oberdorf. An fünf Gewinnerinnen und Gewinner geht je ein Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 50.-, weitere zehn erhalten je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.-. Lösungswort 06/19: «Sommerpicknick»

Auflösung des Hiestand-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 05/19. Antwort C, Freiburg

*Simone Schnyder
(2.v.l.), Gewinnerin
des Hauptpreises,
mit Beatrice
Häusler, Key
Account Managerin
Hiestand (3.v.l.),
Prisca Birrer,
stv. Ladenleiterin
Volg Hildisrieden,
und Marcel
Baggenstos,
Bereichsleiter
Frischprodukte
Volg*



Gewinnen mit Hiestand

Den 1. Preis, 5 Übernachtungen im Hotel Cailler für 2 Erwachsene mit 2 oder 3 Kindern im Wert von Fr. 2325.-, gewinnt Simone Schnyder aus Rothenburg. Über den 2.- 5. Preis, je 2 Übernachtungen im Hotel Cailler für 2 Erwachsene mit 2 oder 3 Kindern im Wert von Fr. 998.-, freuen sich Hansjörg Wittenbach aus Matten, Claudia Turri aus Rafz, Silvan Fürst aus Gunzwil und Regula Trütsch aus Rotkreuz. Die 6.-15. Preise, je 4 Eintrittskarten für einen Cailler Chocolatier-Kurs in Broc im Wert von Fr. 148.-, gehen an Leser aus Lichtensteig, Embrach, Innertkirchen, Bauma, Büren, Sulgen, Belp, Pratteln, Regensdorf und Kaltbrunn. Weitere 9 Gewinner erhalten je 2 Eintrittskarten für die Schokoladenwelt Cailler im Maison Cailler in Broc im Wert von Fr. 30.-.

De grünen Duume



Im August steht der Sommerflor in seiner vollen Blüte. Besonders geeignet für Blumensträuße sind Ringelblumen, Kornblumen, Schafgarbe, Glockenblumen, Prachtscharte und Mädchenauge. Ein schräger Anschnitt fördert die Wasseraufnahme, das Wasser soll zimmerwarm sein. Wenn der Lavendel leicht zu verblühen beginnt, kräftig zurückschneiden, so blüht er auch im nächsten Jahr wieder schön. Bei Tomaten wöchentlich die Seitentriebe ausbrechen. Gibt es im Garten nach der Ernte freie Flächen, dann für eine Bodenverbesserung mit einer Gründüngung wie Ringelblume oder Kapuzinerkresse bepflanzen. Obst und Beeren können nun geerntet werden. Ganz ausreifen lassen, damit sie neben dem Geschmack auch alle Vitamine und die sekundären Pflanzenstoffe entwickeln können.

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

Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 09/19 erscheint am 29. August 2019

Bunte Herbstküche



Nach der leichten Sommerküche sehnt man sich wieder nach währschaften Herbstgerichten. Gekocht wird mit saisonalen Zutaten: sei es ein Ofenrisotto mit Pilzen, Kürbisspalten mit Feta oder eine Birnen-Sellerie-Suppe.



Ernten, einmachen und geniessen

Jetzt heisst es ernten, auch für die fünf NATURENA-Bäuerinnen. Sie verraten uns, was sie aus Trauben, Zwetschgen, Goldmelisse, Kürbis und Quitten zubereiten. Daraus zaubern wir fünf herzhaft und süsse Kreationen.

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



öise lade
gedruckt in der
Schweiz



**FREUDE
AUS DER
FRUCHT!**



ORANGE



granini®