DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG FÜR KÜCHE, HEIM UND FREIZEIT · 10/19

öise lade

Themenheft Seite 29
Mehr zum Thema
Vielfältige Käsewelt

Küche aktuell

Jeder Tag ist Wähentag

Volg
frisch und fründlich

JETZT AKTUELL

ÖISES VOLG STEINOFENBROT DUNKEL

IP-SUISSE
Mit IP-SUISSE Mehl

07. – 12.10.2019

AKTION CHF 3.10

STATT CHF 3.50
350 G (100 G = CHF 0.89)

IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH.

Hiestand

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK

Editorial

Einheimische Produkte haben bei Volg einen hohen Stellenwert. So findet man bei uns zum Beispiel ausschliesslich Schweizer Eier und Zucker. Auch die im Volg erhältlichen frischen Champignons sind ausnahmslos in der Schweiz gewachsen und verarbeitet worden. Mehr über die einheimischen Kulturpilze aus dem luzernischen Wauwil lesen Sie auf Seite 27.

Wofür unser Land weltweit berühmt ist, ist der Käse. Über 80 Prozent der Käsespezialitäten im Volg stammen aus der Schweiz. Ergänzt werden sie durch beliebte Klassiker aus unseren Nachbarländern. Im «Mehr zum Thema» ab Seite 29 stellen wir Ihnen einen kleinen Auszug unserer Käsevielfalt vor: vom zarten Weich- über würzigen Hartkäse bis zum cremigen Raclettekäse. Passend zur kühleren Jahreszeit finden Sie dazu Rezeptideen mit Käse, die wohlig wärmen. Und in der «Küche Aktuell» ab Seite 5 steht mit der Wähe ein weiteres Schweizer Traditionsgericht im Mittelpunkt.

Käse, Wähe und viel Schweiz

Beim Nachkochen, beim Lesen und natürlich beim Einkaufen im Volg wünsche ich Ihnen viel Freude.

frisch und fründlich

Philipp Zgraggen
Vorsitzender der Geschäftsleitung

12 Einfach & bequem
In 15 Minuten auf dem Tisch

19 Aktueller Tipp
Neues Schweizer Käsemesser

20 Typisch Schweiz – Typisch Volg
Neue Volg-Dekoblenden aus Gossau ZH

22 Dorfgeschichten
Die Braumeisterin aus Rebstein SG

25 Feins vom Dorf
Pfefferbrot aus Bösingen FR

27 Öisi Umwält
100 % Champignons aus der Schweiz

37 Wettbewerb
Gewinnen mit Emmentaler Switzerland

39 Aktueller Tipp
Salami-Snack von Malbuner

41 Volg Familienpreis
Jedem sein Lieblingsfleisch

42 Novissimo
Neu in den Volg-Läden

44 Jung, frisch & fründlich
Volg-Lernender und Kochbuchautor

46 Freizeit Sportsponsoring
Triathlet Dominik Reich

49 Freizeit Kochkurs
Der Eintopf wird zum «Vielerleitopf»

51 NATURENA Rezept
Salatsauce von Edith Jäger

Küche aktuell
Wähen für jeden Tag
5

Wein- und Käseangebot des Monats
Körperreicher Spanier und Schweizer Emmentaler
15

Saison im Volg
Erntefrisch: Schweizer Äpfel
55

Freizeit NATURENA
November-Kurse: Es wird weihnachtlich
53

29 Das Themenheft **mehr zum thema** Vielfältige Käsewelt

Öise Lade, das Volg Kundenmagazin, erscheint 12-mal jährlich. Auflage: 800 000 Ex. Volg Konsumwaren AG, Postfach 344, 8401 Winterthur, 058 433 55 04, oeise.lade@volg.ch. Konzept, Realisation, Food-Fotografie: CULINEA, Zürich. Lithos: eyework, Zürich. Druck: swissprinters, Zofingen. Gedruckt in der Schweiz auf Schweizer Recyclingpapier. Druck- und Satzfehler vorbehalten. www.volg.ch

NATÜRLICH GUT

28% RABATT
VOM 15.10.
BIS 20.10.2019

IN GRÖSSEREN VERKAUFSSTELLEN ERHÄLTLICH.

ANDROS®
ICH BIN FRUCHTVERLIEBT

Wähen – Vielfalt süss und salzig

Wääe, Wäje, Chueche, Tünne, Tülle, Flade, Taatere, Tuurte – egal, wie die Wähen bei Ihnen heissen, sie sind viel zu gut, um sie nur freitags zu geniessen. Wähentag ist jeden Tag.

Teig – Belag – Guss. Das ist eine Glücksformel. Es geht nämlich nichts über eine hausgemachte, ofenwarme Wähe. Ursprünglich backte man sie freitags oder samstags am Brotbacktag, als die Bäuerinnen aus den Teigresten köstliche Kuchen mit hochgezogenem Rand kreierten, damit der Belag nicht auslief. Auch bei unseren Rezepten bleiben Teig, Belag und Guss die Hauptkomponenten. Neu und überraschend hingegen sind die Zutaten.

Orangen-Wähe mit Mandelkrokant

Auf www.volg.ch/rezepte oder ab Seite 57 finden Sie sämtliche Rezepte.

Kunstwerke vom Blech

Meist sind es eine oder zwei spezielle Zutaten, die eine Wähe besonders machen. Wer fühlt sich nicht geschmeichelt, wenn die Gäste wissen wollen, was denn ihr Geheimnis sei. Bei der Lauchwähe sind es der Rohschinken und die gerösteten Baumnüsse. Die Gemüseröschen-Wähe heimst allein schon optisch Extrapunkte ein. Sie überrascht vor allem geschmacklich, da jede Gemüsesorte einzeln erkennbar ist und die Röschen nicht vom Guss bedeckt sind. Die Randen steuern ein erdiges Aroma bei. Experimentieren darf man auch beim Käse: So gibt Feta dem Spinat-Hackfleisch-Pie die orientalische Note und die Kombination von Ziegenkäse, Rosmarin und Zwetschgen ist ohnehin ein Gedicht.

Lauchwähe mit Baumnüssen und Rohschinken

Spinat-Hackfleisch-Pie mit Zopfmuster

TIPP

*Im **Rioja DOCa Reserva Ursa Maior** findet die kräftige Lauchwähe mit Baumnüssen und Rohschinken einen perfekten Begleiter.*

TIPP

*Zu einer Gemüsewähe passt ein beeriger, aromatischer Wein wie der **Dôle AOC Valais Nuit d'Amour** besonders gut.*

Zwetschgenwähe mit Rosmarin und Ziegenkäse

Gemüseröschen-Wähe

Volg-Kochkurs im November
Eintopf, «Vielerleitopf»
Eintöpfe sättigen, wärmen und schmecken an kalten Tagen am besten. In sie passt alles, was man mag: Fleisch, Fisch, Gemüse, Hülsenfrüchte und noch viel mehr. Seien Sie dabei und entdecken Sie den Eintopf neu.
Mehr Informationen auf Seite 49.

Auf www.volg.ch/rezepte oder ab Seite 57 finden Sie sämtliche Rezepte.

Aktion

Gültig vom 7. - 12.10.2019

TWININGS™
OF LONDON

YOUR TIME. YOUR TEA.

Entdecken Sie die Vielfalt von Twinings.

Zuckerboden und Frucht Die rosenförmigen Ananas-Tartelettes sind die moderne Interpretation einer Wähe. Sie werden auf einen Zuckerboden eingeschichtet, der beim Backen karamellisiert. Statt des Gusses serviert man sie nach Belieben mit frisch geschlagenem Rahm. Wichtig ist, dass man die Ananas so fein schneidet, dass die Scheiben biegsam sind, damit man sie ziegelartig einschichten kann.

TIPPS & TRICKS von Jonas Schönberger

- Ananas reifen nicht nach, deshalb sollte man sie immer reif kaufen.
- Den harten, holzigen Strunk kann man weich dämpfen und mit etwas Ananassaft pürieren.
- Ananasstücke lassen sich problemlos einfrieren.
- Im Gegensatz zu Dosenananas wird die frische Frucht in Kombination mit Milchprodukten bitter. Deshalb sollte man Ananasstücke erst kurz vor Genuss ins Jogurt mischen.

SCHRITT für SCHRITT Ananas-Tartelettes

① Von der Ananas die Blattkrone und den Boden abschneiden. Die Frucht senkrecht aufstellen und mit einem Messer die Rinde wegschneiden und vierteln.

② Von den Vierteln den Strunk entfernen und das Fruchtfleisch in grosse, feine Streifen schneiden.

③ Förmchen gut mit Butter einfetten und den Boden mit Zucker bestreuen. Anschliessend Teig in die Förmchen füllen.

④ Ananasstreifen vom Rand bis zur Mitte rosettenartig in die Förmchen schichten und backen.

⑤ Tartelettes leicht abkühlen lassen. So lassen sie sich besser aus den Förmchen lösen.

Auf www.volg.ch/rezepte oder ab Seite 57 finden Sie sämtliche Rezepte.

*in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

Ideen für den Guss

Guss mit Plus Etwas Freestyle tut jeder Wähe gut und so kann man auch dem Guss eine individuelle Note verleihen. Für süsse Wähen eignen sich Zitronenzesten, Nüsse, Schokolade oder Dörrfrüchte, für pikante Wähen Kräuter, Gewürzpasten, Blauschimmel- oder Frischkäse. Geben Sie Ihrer Wähe so immer wieder eine neue Note.

Das Rezept für den Wähen-Grundguss finden Sie auf Seite 57.

Einfach in Milch anrühren: Süsser Grundguss für Fruchtwähen

Volg Backschokolade-Würfel, Baumnüsse und Aprikosen

Kräuterfrischkäse und würziger Gorgonzola

Peterli, Schnittlauch und Zitrone

Gewürze wie Zimt und Vanille

Monats-Hits

Cordonbleu Appenzell und Brätschnitzel Mediterran

Das Cordonbleu des Monats Oktober aus Schweizer Schweinefleisch ist mit würzigen Spezialitäten aus dem Appenzellerland wie Appenzeller Käse, Brät und Mostbröckli gefüllt. Für einen knusprigen Genuss sorgt die Paniermehl-Panade. Mit einer Füllung aus Schinken, Tomatenwürfeln und italienischen Kräutern überrascht das Brätschnitzel Mediterran. Entdecken Sie im Volg immer wieder neue Fleischspezialitäten!

Cordonbleu Appenzell

Brätschnitzel Mediterran

Auf www.volg.ch/rezepte oder ab Seite 57 finden Sie sämtliche Rezepte.

Perfekt nach einem Herbstspaziergang: eine heisse Suppe mit Schüblig und knuspriger Einlage

Minestrone mit Käse-Crostini

Für 4 Personen:
2 Sch. **Brot** rund ausstechen, in 1 EL **Butter** in einer Pfanne beidseitig hellbraun rösten. 1 Bt. **Minestrone** (z. B. Knorr) gemäss Packungsangabe zubereiten. 1 Paar **Bauernschüblige** in die Suppe geben und zugedeckt 10 Min. ziehen lassen. Schüblige herausnehmen, in Rädchen schneiden, auf 4 Suppenschüsseln verteilen und mit Suppe auffüllen. Brotscheiben mit 120 g **Reibkäse** (z. B. Emmentaler/Gruyère) bestreuen und im auf 250 °C vorgeheizten Ofen (Oberhitze) 2–3 Min. überbacken.
Als Suppeneinlage oder separat dazu servieren.
Zubereitung: 15 Min.

Für schnelle Rechner

1,2,3: Herbstsuppe mit Minestrone, Schüblig und Reibkäse

Mit zwei Mal fünf Zutaten und zwei Mal 15 Minuten Zeit lassen sich im Nu zwei chüschtige Gerichte zubereiten, die Bauch, Herz und Seele wärmen.

Toast, Ananas und Ziegenkäse ergeben einen herzhaften Snack mit Süsse.

Ihnen fehlt die Zeit zum Kochen und trotzdem möchten Sie etwas herbstlich Währschaftes servieren? Nichts ist einfacher als das. Eine einfache Minestrone aus dem Beutel zubereiten, mit Bauernschüblig anreichern und dazu mit Käse überbackene Brotcroûtons servieren. So bekommt der alte Suppenklassiker ein neues Kleid, das allen Freude macht. Wer noch schnell einen Znacht mit pikant-süsslicher Note zaubern möchte, einen Snack zwischendurch will oder einfach die «gutschweizerische Antwort» auf den «Croque Monsieur» sucht, wird mit dem halbsüssen Käsekracher garantiert glücklich. Etwas Ziegenkäse und mit Honig gesüsste Ananasringe aus der Dose zwischen zwei Toastbrotscheiben klemmen und in einer Pfanne in Butter beidseitig goldbraun backen. Viel braucht es also nicht und der zweite Gang ist genussbereit.

Handlich als Sandwich oder offen serviert: Toast mit Ananas und Ziegenkäse

Toast Hawaii mit Ziegenkäse und Honig

Für 4 Personen:
4 Sch. Toastbrot mit je 3 Sch. Ziegenkäse Petits Chèvres Doux belegen. 4 TL Honig darüber verteilen und je eine von 4 Sch. Dosen-Ananas darauf legen. Mit 4 Scheiben Toast belegen, andrücken. 1 EL Butter in einer grossen beschichteten Bratpfanne erhitzen. Toastbrote auf beiden Seiten knusprig braten. Dabei die Pfanne halb zudecken. Sofort servieren.
Zubereitung: 15 Min.
Tipp: mit Thymian garnieren; Weissbrot statt Toastbrot verwenden; als Snack für unterwegs geeignet

Feinste, handgefertigte Schokolade aus der Schweiz - in sechs köstlichen Varianten.

Chocolat Stella
swisschocolate.ch

Eventuell in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich.

DAS BESTE AUS GROSIS KÜCHE...

Eine Auswahl aus dem Sortiment

Hackbraten nach Grossmutterart
Aus gemischtem Hackfleisch, Speck, Bratspeck, Weizenmehl, Zwiebeln und Gewürzen zubereitet und mit frischen Kräutern verfeinert.

Bauernbratwurst
Das würzige Schweinefleisch und das grobe Brät machen die rohen Würste zum Genuss.

Hornussersteak
Ein mit Speck umwickeltes Brät-Steak. Das Brät und der Speck ergänzen sich hervorragend im Geschmack.

SUTTERO

Evtl. in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich.

Fruchtiges Feuer und nussige Würze

Mit dem Toro DO Seleccion Solitario Oro und dem Kaltbach Emmentaler AOP trifft spanisches Temperament auf schweizerische Bodenständigkeit.

Beim Volg-Wein des Monats, dem Toro DO Seleccion Solitario Oro, ist allein schon seine fast schwarzrote Farbe eine Verheissung. Am Gaumen entfaltet dieser körperreiche Spanier Aromen nach schwarzen Johannisbeeren, Brombeeren und elegante Vanillenoten. Auch in seinem lang anhaltenden Abgang ist dieser hocharomatische, konzentrierte Wein sehr präsent. Das sind beste Voraussetzungen, um ihn mit dem nussig würzigen Kaltbach Emmentaler AOP zu geniessen. Zudem ist er eine verlässliche Wahl zu Lamm, Grilladen und jetzt im Herbst vor allem auch zu Wild.

Ausgezeichneter Rotwein

Weinautorin Chandra Kurt sind seine Eleganz und Finesse hervorragende 17,5 Punkte und einen Stern für das ausgezeichnete Preis-Leistungs-Verhältnis wert.

Toro DO Seleccion Solitario Oro, 2015, Spanien
Charakter Dieser hocharomatische, komplexe, schwarzrote Wein verwöhnt den Gaumen mit Aromen von Brombeeren, Vanille und schwarzen Johannisbeeren.
Trinken Bis 8 Jahre, bei 16–18 °C
Passt zu diversen Fleischgerichten, Wild und Käseplatten

Spitzenkäse aus den Kaltbach-Sandsteinhöhlen

Der Kaltbach Emmentaler AOP reift während neun Monaten in den Sandsteinhöhlen von Kaltbach aus, wo er auch veredelt wird. Er ist ein erstklassiger Käse mit nussig würzigem Aroma mit einer Gesamtreifedauer von zwölf Monaten. Höhlenmeister Michael Iff (im Bild) klopft regelmässig bei seinem Rundgang auf die Rinde der dort lagernden Laibe. Aufgrund seiner jahrelangen Erfahrung hört und spürt er, welche Pflege der Emmentaler noch braucht, um seinen einzigartigen Geschmack zu entwickeln. Damit dies gelingt, braucht es die natürlichen klimatischen Bedingungen und die mineralhaltige Luft der Sandsteinhöhlen. Ein Glücksfall der Natur, der jedoch ohne die Erfahrung und das handwerkliche Geschick der Höhlenmeister wertlos wäre. Sie pflegen, wenden, fühlen und prüfen die Laibe so lange, bis sie den perfekten Reifepunkt erreicht haben.

Diese Aktion gilt vom 30. September bis 2. November 2019, solange Vorrat. Die Punktebewertungen stammen aus dem «Weinseller 2019» von Chandra Kurt.

FEINE HERBSTKÜCHE!

RAGOUT VOM LAMM-NIERSTÜCK UND FEIGEN MIT KARTOFFELSTOCK

Zutaten:

1 Lamm-Nierstück (360 g–400 g)
Jodsalz
Pfeffer
1 EL Öl
1 Beutel Knorr STOCKI 3x3 Portionen
4 Feigen
1/2 dl Portwein
2-3 EL KNORR Bratensauce aus der Tube
1 EL Honig

Zubereitung:

1. Lamm-Nierstück salzen und pfeffern und in einer Pfanne mit 1 EL Öl beidseitig scharf anbraten. Für ca. 10 Minuten in den 180°C (Umluft 160 °C) heissen Ofen schieben.
2. Währenddessen den Kartoffelstock nach Packungsangabe zubereiten. 4 Feigen schälen und je nach Grösse halbieren oder vierteln.
3. Lamm-Nierstück in mundgerechte Stücke schneiden. Den Bratensatz mit 1/2 dl Portwein und 1,5 dl Wasser ablöschen. 2 EL Saucenpaste und 1 EL Honig unterrühren. Lammfleisch und Feigenstücken in die Sauce geben, einmal kurz aufkochen lassen, nach Belieben noch einmal abschmecken.
4. Das Ragout mit Kartoffelstock anrichten.

Heida AOC Valais, 2018, Schweiz

Charakter Dieser lebhaft frische Wein von klarer, mittelgelber Farbe duftet intensiv nach Aromen von reifen und exotischen Früchten. Ein körperreicher Charakter zeichnet ihn aus.
Trinken Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–12 °C
Passt zu weissem Fleisch, Käseplatten, Fondue, Raclette und als Apéritif

Toro DO Seleccion Solitario Oro, 2015, Spanien

Charakter Dieser hocharomatische, komplexe, schwarzrote Wein verwöhnt den Gaumen mit Aromen von Brombeeren, Vanille und schwarzen Johannisbeeren.
Trinken Bis 8 Jahre, bei 16–18 °C
Passt zu diversen Fleischgerichten, Wild und Käseplatten
Punkte 17,5★

Dôle AOC Valais Nuit d'Amour, 2017, Schweiz

Charakter Dieser kräftig rubinrote Wein hinterlässt einen fruchtig frischen Eindruck. Er erfreut den Gaumen mit Aromen von schwarzen Kirschen und Brombeeren.
Trinken Bis 4 Jahre, bei 14–16 °C
Passt zu Fleischpastete, Trockenfleisch, Lamm, Käseplatten, Rindsfilet an Pfeffersauce
Punkte 16,75

Zweigelt, 2018, Österreich

Charakter Dieser dunkelrote Wein überzeugt mit feinen Tanninen und einem gut strukturierten Körper. Er besticht mit Aromen von Kirschen, Holunder, Gewürzen, Pfeffer und Holz.
Trinken Bis 3 Jahre, bei 15–17 °C
Passt zu rotem und dunklem Fleisch, Schmorgerichten, Pasta und Hartkäse

Stella Lunare Nero d'Avola Sicilia DOC, 2018, Italien

Charakter Dieser elegante, fruchtige, schwarzrote Wein überrascht mit beerigem Bouquet, Vanille- und Pflaumennoten und schönen Tanninen.
Trinken Bis 5 Jahre, bei 16–18 °C
Passt zu Risotto, Fleischgerichten, Hartkäse

Rioja DOCa Reserva Ursa Maior, 2015, Spanien

Charakter Dieser dunkelrot schimmernde Rioja bezaubert mit einem Duft von reifen roten Beeren, Vanille und Caramel sowie Röstaromen.
Trinken Bis 7 Jahre, bei 16–18 °C
Passt zu rotem Fleisch, Geflügel, Eintopf und Hartkäse

Ein fruchtiger Walliser

75 cl, statt Fr. 11.20
Fr. 8.40
–25 %

Fendant AOC Valais Blanc d'Amour, 2018, Schweiz

Charakter Dieser fruchtige, hellgelbe Wein offenbart mineralische Noten und einen intensiven Duft nach Lindenblüten und Früchten.
Trinken Jung trinken, bis 2 Jahre, bei 8–10 °C
Passt zu Fisch, Meeresfrüchten, Raclette, Fondue und als Apéritif

Direkt in Ihrem Volg bestellen

oder bequem auf www.wein.volg.ch

… und in max. 10 Tagen abholen

Diese Aktion gilt vom 30. September bis 2. November 2019, solange Vorrat. Die Punktebewertungen stammen aus dem «Weinseller 2019» von Chandra Kurt.
★ speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis, Jahrgangsänderungen vorbehalten

GRANDE SINFONIA PUGLIA IGP

Jetzt neu für Sie im Volgladen!
Entdecken Sie unsere mit 94 Luca Maroni Punkten prämierte Trouvaille aus dem zauberhaften Süden Italiens. Ein vollmundiger Spitzenwein mit intensiver Fruchtaromatik.

Appassimento Spezialität

Die Trauben für den Grande Sinfonia werden nach der Appassimento Methode am Rebstock leicht angetrocknet und anschliessend von Hand gelesen. Die Vinifikation erfolgt im Stahltank mit anschliessendem Holzausbau. Ein Genuss zu gebratenem Rind- und Lammfleich und zu typisch italienischen Gerichten (Pasta).

Aktueller *Tipp*

Fondueplausch für unterwegs

Ein Fondue auf dem Gipfel? Das wird mit dem neuen Schweizer-Käse-Messer mit integrierter Fonduegabel zum Kinderspiel. Das Fondue dazu gibt es in jedem Volg.

Im Rucksack hat alles Platz, was es für den Käsegenuss auf der Wanderung braucht.

Meistens wird Käsefondue zu Hause in gemütlicher Runde zubereitet. Ein Fondueplausch lässt sich aber auch wunderbar mit einer Wanderung verbinden. Vor der Wanderung Fondue, Brot und Früchte im Volg kaufen, in den Rucksack packen und während der Rast inmitten einer imposanten Bergkulisse ein feines Käsefondue anrühren.

Erfrischend anders

Mit dem neuen, in der Schweiz hergestellten Schweizer-Käse-Messer von Victorinox ist man für das Fondue im Freien bestens ausgerüstet: Nebst der Brot- und Käseklinge und dem Zapfenzieher ist die Fonduegabel immer mit dabei. So steht auch dem spontanen Fonduegenuss nichts im Weg. Mit der praktischen Fonduegabel können nach traditioneller Art Weissbrotwürfel im geschmolzenen Käse gerührt werden. Das Schweizer Traditionsgericht lässt sich aber auch in neuer Form geniessen. So passen verschiedene Früchte wie zum Beispiel in Stücke geschnittene Birnen, Äpfel, Ananas oder Trauben hervorragend und verleihen dem Käsefondue eine leichte, frische Note.

Fonduegabel immer im Sack

Im neuen Original Victorinox Käsemesser steckt alles, was es für den Käsegenuss unterwegs braucht. Es ist erhältlich unter:
www.schweizerkaese.ch/shop

SCHWEIZ SUISSE SVIZZERA SWITZERLAND
Schweiz. Natürlich.
Unser Schweizer Käse.
www.schweizerkaese.ch

Neuer Ladenauftritt für Volg-Läden

Volg ist nicht nur im Ladeninnern «Typisch Schweiz»: Der neue Aussenauftritt der über 580 Volg-Läden wurde durch das in Gossau ZH ansässige Unternehmen Attilio Meyer ausgeführt.

Der Volg Veltheim ist einer von über 580 Volg-Läden, bei dem das Unternehmen Attilio Meyer eine neue Ladenblende montierte.

Die Ladenbeschriftungen entstehen zunächst am Bildschirm. Der Dorfname steht in der Regel immer rechts von der Leuchtschrift «Volg».

Marc A. Meyer ist CEO und Inhaber der Firma Attilio Meyer, die in dritter Generation geführt wird.

Im Gespräch mit Marc A. Meyer

Was macht Ihr Unternehmen?
Wir sind spezialisiert auf Digitaldruck, Leuchtwerbung und «Digital Signage», das heisst digitale Beschilderungen. Das Unternehmen wurde 1945 von meinem Grossvater Attilio Meyer gegründet. Er fertigte für Kinos und Warenhäuser Grossvergrösserungen von Fotografien an.

Was ist neu am Volg-Aussenauftritt?
Die gelben Wellenelemente auf der blauen Folie sind weggefallen. Stattdessen sieht man an der Ober- und Unterkante der Blende gelbe Linien. Dies sieht geradliniger und zeitgemässer aus.

Was war die grösste Herausforderung an diesem Auftrag?
Für mich war der Auftrag mit den über 580 Volg-Dörfern natürlich eine gute Lektion in Schweizer Geographie (lacht). Eine Herausforderung war es, eine exakte Routenplanung zu erarbeiten, um das Projekt effizient und mit so wenig Fahrkilometern wie möglich umzusetzen. Da hatten wir einiges zu tüfteln. Für die Montage konnten wir zusätzlich Mitarbeitende anstellen.

Wie erleben Sie die Zusammenarbeit mit Volg?
Wir arbeiten schon seit 2011 für Volg. Unser Auftrag umfasst nebst Erstellen verschiedenster Beschriftungen auch deren regelmässigen Unterhalt. Besonders schätze ich die unkomplizierte Zusammenarbeit und die kurzen Entscheidungswege.

Typisch Schweiz Typisch Volg typiquement suisse

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.

Kurt Zollinger nimmt die exakt abgekantete Metallblende aus der Stanzermaschine. So kann sie an der Aussenfassade der Volg-Läden nur noch in die bestehenden Vorrichtungen eingehängt werden (grosses Foto).

Nenad Rodic prüft, ob die blaue Folie standgenau auf die gelben Metallblenden aufgezogen wurde. Die hochwertigen Materialien und Qualitätsfolien sind extrem robust und für die Langzeitanwendung konzipiert.

Die Leuchtbuchstaben «Volg» sind nachhaltig neu mit stromsparenden LED-Lampen ausgerüstet.

Aus Liebe zum Dorf, wo die Frau den Männern das Handwerk lehrt.

In Rebstein SG sorgt eine Frau für das perfekte Feierabendbier. Sonnenbräu produziert jedes Jahr drei Millionen Liter Bier. «Öise Lade» hat Braumeisterin Claudia Graf getroffen, die das Familienunternehmen in der fünften Generation führt.

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.

Die Rebsteiner sind stolz auf ihr Sonnenbräu. Entsprechend regelmässig sorgt Teuta Ermini im Volg Rebstein für frisch gekühlten Nachschub.

Zwischen Interview und Fotoshooting entschuldigt sich Claudia Graf: Sie muss kurz mit einem Mitarbeiter sprechen. Zielstrebig geht die zierliche Blondine in ihr Büro. Kaum eine Viertelstunde später ist sie zurück. Routiniert posiert sie für die Fotografinnen. Nachdem sie vor sechs Jahren die Leitung des Familienunternehmens übernommen hat, wurde sie zum Medienstar. Das Fernsehen, People-Magazine, die lokalen Medien: Alle berichteten über die junge Frau an der Spitze einer traditionsreichen Brauerei. Seither beherrscht sie das Spiel mit den Medien. Für «Öise Lade» nimmt sich die Unternehmerin Zeit und erzählt von ihrer Arbeit.

«Bier braucht Heimat, danach leben und arbeiten wir.»

Seit der Gründung vor über 125 Jahren gehört Sonnenbräu zu Rebstein wie die Traube im Dorfwappen. Damals gab es noch 40 Brauereien im Rheintal. Heute ist es noch eine. Diese hat dafür umso stärkere Wurzeln in der Region. Bier ist ein hoch emotionales Produkt, das stark mit seiner Herkunft verbunden ist. Deshalb setzt Claudia Graf auf diese regionale Verankerung. «Bier braucht Heimat», sagt sie. Sie bezieht die Braugerste von Bauern aus der Umgebung und kauft, wenn immer möglich, auch den Hopfen in der Schweiz. Nur das Mälzen geht nicht hier: Seit die letzte grosse Mälzerei der Schweiz ihre Produktion eingestellt hat, beziehen alle Brauereien ihr Malz aus dem Ausland. Sonnenbräu bringt die Gerste nach Deutschland und lässt daraus ihr eigenes Malz herstellen.

«Bei aller Tradition: Wir brauchen Neuerungen.»

Derzeit stehen 20 Biere im Sortiment von Sonnenbräu. Viele davon auch im Regal des Volg Rebstein. Mit Abstand am beliebtesten ist die Sorte «Lager». Trotzdem lanciert die Brauerei immer wieder neue Kreationen. Kurz nachdem Claudia Graf die Brauerei übernommen hatte, zum Beispiel «Diva», ein Bier-Cocktail mit Pfirsich und Moscato, oder das alkoholfreie Bier, gegen das sich ihr Vater immer gewehrt hatte. Damit verschafft sie sich Aufmerksamkeit. Und nicht nur das: Heute gibt ihr der Erfolg recht. Dank ihres innovativen Sortiments gelingt es Claudia Graf, die Biere auch in

Alles im Griff: Claudia Graf setzt bei ihren Bieren auf Qualität und Regionalität.

Gehört für Claudia Graf zu Rebstein wie das Sonnenbräu: der Volg mit seiner Auswahl an «Feins vom Dorf»-Spezialitäten.

Drei Fragen

an Claudia Graf

Wie war es, die Verantwortung für das Familienunternehmen zu übernehmen?

Claudia Graf: Ich habe vor sechs Jahren die Leitung übernommen. Natürlich hatte ich Respekt vor dieser Aufgabe. Dank der tollen Unterstützung durch meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Lieferanten und Kunden ist mir die Arbeit immer leichtgefallen.

Was ist für Sie ein gutes Bier?

Bier ist ein sehr emotionales Produkt. Deshalb muss nicht nur die handwerkliche Qualität stimmen, sondern auch der Moment, in dem ich es trinke: Was ist der Anlass? Was esse ich dazu? Mit wem bin ich unterwegs? Wenn das alles zusammenpasst, ist es ein gutes Bier.

Was bedeutet es für Sie, wenn Sie «Ihr» Bier beim Einkaufen im Volg sehen?

So muss es sein! (Lacht.) Diese Nähe ist uns wichtig, denn schliesslich sind wir in Rebstein seit fünf Generationen zu Hause. Und seit ich denken kann, beliefern wir den Volg hier.

Raustaurants und Bars zu platzieren, wo die Marke bislang nicht bekannt war. So kommen immer mehr Menschen in den Genuss eines Sonnenbräus. Auf diesen Erfolg «ihrer» Brauerei ist ganz Rebstein stolz.

Den Erfolg im Visier: Rund 40 Mitarbeitende beschäftigt Sonnenbräu in Rebstein. Die moderne Abfüllanlage schafft bis zu 12 000 Flaschen/Stunde.

Feins von der Brauerei im Dorf.

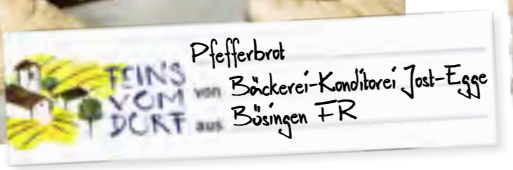
Drei Millionen Liter Bier braut Sonnenbräu jedes Jahr in Rebstein. Einige Liter davon verkauft der Volg-Laden direkt vor Ort als «Feins vom Dorf»-Spezialität. So sorgen Volg und Sonnenbräu dafür, dass das Bier aus Rebstein bis heute dort verwurzelt ist, wo es herkommt: im Dorf. Bei einer Brauerei von der Grösse Sonnenbräus ein entscheidender Mehrwert. Gefragt, wo sie herkommen, antworten die Rebsteinerinnen und Rebsteiner jedenfalls, ohne zu zögern: «Da, wo das Sonnenbräu daheim ist.» Was gibt es Schöneres?

THERMO LEGGINGS
2er Pack **CHF 19.90**

Feins vom Dorf

Bäcker Aldo Boschung formt den fertig aufgegangenen Brotteig zu seinen unverkennbaren Pfefferbroten.

Jeden Morgen bringt Aldo Boschung Volg-Ladenleiterin Astrid Stampfli seine frischgebackenen Pfefferbrote.



«Der Teig für das Pfefferbrot ruht 24 Stunden»

Die würzigen Pfefferbrote sind der Renner im Volg Wünnewil FR. Bäcker Aldo Boschung liefert sie jeden Tag ofenfrisch aus seiner Bäckerei-Konditorei «Jost-Egge» an, die im Nachbardorf Bösingen liegt.

Bäcker Aldo Boschung hatte einst vom Brotbacken noch etwas Teig übrig. Damit wagte er sich an eine neue würzige Brotkreation. Mittlerweile ist sein Pfefferbrot bei seinen Kunden sehr beliebt und eine gefragte «Feins vom Dorf»-Spezialität im Volg Wünnewil. Der einzigartige Geschmack zeichnet sich durch die sorgfältige Herstellung aus. «Ich lasse den Teig 24 Stunden lang ruhen und bestreiche ihn mit einer speziellen Mischung. Pfeffer, Meersalz und Olivenöl gehören dazu.» Die weiteren Zutaten der Mischung bleiben sein Geheimnis. Aldo Boschung geniesst das Brot mit leichter Schärfenote am liebsten zu Salat oder Trockenfleisch. «Es passt zudem ausgezeichnet zu Käsefondue», sagt er.

Frisch gebacken in den Volg

Seine Pfefferbrote bringt Aldo Boschung von Montag bis Samstag ofenfrisch in den Volg Wünnewil. «Um 5.40 Uhr nehme ich die Brote aus dem Ofen, lasse sie kurz abkühlen und bringe sie um 6 Uhr in den Volg.» Pünktlich zur Ladenöffnung sind sie für die Volg-Kunden ofenfrisch im Brotregal. «Es ist ein sehr spezielles Brot, das man nicht überall erhält. Deshalb reservieren es einige Kunden sogar bei uns», erzählt Ladenleiterin Astid Stampfli.

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

... sind nebst den Pfefferbroten von Aldo Boschung auch sein Balance-Brot, «Mama's Salatsauce» von Primatessa aus Wünnewil, hausgemachte Spitzbuben von Mina's Deko aus Flamatt, Güggeligewürz von der Familie Riedo aus Schmitten, die Wachteleier von der Familie Brülhart aus Wünnewil und der Vacherin AOP der Käserei Friesenheid aus Schmitten.

Produkte mit Lokalcharakter

Hinter dem Label «Feins vom Dorf» stehen Spezialitäten, die im Dorf oder einem Nachbardorf des Volg-Ladens hergestellt werden. Das Angebot der rund 3000 Lieferanten umfasst je nach Saison zirka 10 000 Spezialitäten und ist von Volg zu Volg unterschiedlich.

NUSS KLASSE

Mehr Nüsse. Mehr Biss.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Ritter SPORT

QUADRATISCH. PRAKTISCH. GUT.

AKTION

auf 1,5 l PET Lemon, Peach und Green*

Nur gültig vom 07.10 - 12.10.2019

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Lipton

LIVE ALIVE

100% CHAMPIGNONS AUS DER SCHWEIZ

Produktion in der Schweiz: Die Firma Wauwiler Champignons beschäftigt 96 Pflückerinnen, darunter auch Marta Kot.

Öisi Umwält. Mir achtet druf.

Volg

96,3 t

60,9 t

2018 wurde Volg mit 96 300 kg weissen und 60 900 kg braunen Champignons beliefert. Die Monate September und Oktober sind mit jeweils um die 7800 kg und 5200 kg die stärksten Monate.

Bis ein Champignon seine Erntegrösse erreicht hat, dauert es zirka 19 Tage. Pilze brauchen für ihr Wachstum kein Sonnenlicht.

19

Weltweit gibt es zirka 180 verschiedene Champignon-Arten. Die weisse Sorte entstand um 1930 aus einer spontanen Mutation des braunen Pilzes.

Die weissen und braunen Champignons aus dem Volg stammen aus Wauwil LU. Das sensible Naturprodukt gedeiht auf einem natürlichen Substrat und wird ressourcenschonend produziert.

Volg bezieht alle Champignons von der Firma Wauwiler Champignons im luzernischen Wauwil. Damit fördert Volg nicht nur ökologisch sinnvolle Transportwege, sondern stärkt auch den Produktionsstandort Schweiz. Unter den rund 190 Angestellten, die aus dem Dorf oder Nachbardörfern kommen, sind auch viele Frauen als speziell geschulte Pflückerinnen beschäftigt. Die hochsensiblen Pilze werden in 25 vollklimatisierten Hallen gezüchtet und wachsen auf einem natürlichen Substrat. Die Ernte ist immer noch reine Handarbeit und erfordert ein geschultes Auge für die unterschiedliche Grösse und Beschaffenheit der Hüte. Jeder Pilz wird einzeln gepflückt, pro Woche sind es 60 Tonnen.

Ökologische Produktion

Wauwiler Champignons produziert ressourcenschonend. So kann das Unternehmen dank einer Photovoltaik-Anlage die Hälfte ihres jährlichen Stromverbrauchs durch Sonnenenergie decken. Wo immer möglich, zum Beispiel für Reinigungsarbeiten, setzt der Betrieb entkeimtes Regenwasser ein, das spart jährlich 2,6 Millionen Liter Trinkwasser. Der organische Abfall wird einem geschlossenen Kreislauf zugeführt und in Abwärme umgewandelt.

Im Volg sind ausschliesslich Schweizer Champignons erhältlich. Sie sind mit dem Label «Typisch Schweiz – Typisch Volg» ausgezeichnet.

Da steckt soooo viel drin!

Der Holzerkäse ist ein beliebter würziger Halbhartkäse mit angenehmem Geschmack, hergestellt vom Schwyzer Milchhuus. Die handwerkliche Spezialität wird während 3-4 Monaten liebevoll gepflegt. Der Käse ist sehr bodenständig und naturverbunden, wie sein Namensgeber – der Holzer. milchhuus.ch/kaeserei/kaese/

SCHWYZER MILCHHUUS

DAS THEMENHEFT IM «ÖISE LADE» 10/19

mehr zum thema

Vielfältige Käsewelt

Fabien Gillioz in der Fromagerie d'Anniviers in Vissoie VS ist einer von vielen Käsern, die mit Leidenschaft für Volg Käse herstellen. Sein samtweicher Tomme reift einige Wochen im Keller und wird täglich gepflegt.

KÄSE: Meisterwerk und Hochgenuss

Vom Weichkäse bis zum Blauschimmelkäse: Käse ist traumhaft vielfältig und kommt jetzt in der kalten Jahreszeit am liebsten heiss auf den Tisch.

Von nationalen Klassikern bis zu lokalen «Feins vom Dorf»-Trouvaillen, die sich von Volg zu Volg unterscheiden, ist in den Dorfläden alles zu finden, was das Käseherz begehrt. Ein Streifzug durch das Käseangebot der Volg-Läden zeigt die Sortenvielfalt. Auf den nächsten Seiten sind einige ausgesuchte Spezialitäten aus dem vielfältigen Volg-Sortiment zu finden. Dazu gibt es Rezepte mit heissen Käse-Ideen für kalte Tage, vom bodenständigen Winzerfladen bis zum rässen Cordon bleu mit Raclettekäse. Und der kleine Tomme eignet sich mit seiner festen Haut und dem zarten Inneren bestens, um als Ganzes gebacken zu werden.

WEICHKÄSE

Baer Camembert Classique, 125 g

Jean-Louis Tomme à la crème, 100 g

Volg Brie Suisse Spitz, 250 g

Zartschmelzender Tomme passt ausgezeichnet zu Früchten.

Weichkäse wie Brie und Camembert haben eine von Edelschimmel geprägte, knackige Rinde mit einem weichen und manchmal leicht fliessenden Inneren. Der «Jean Louis Tomme à la Crème» hat für einen Tomme einen recht hohen Fettgehalt. Er verheiratet sich dadurch beim Überbacken mit Honig, Feigen und Weisswein zu einer harmonischen Komposition. Ein Weichkäse kann durchaus bei Zimmertemperatur einen Tag stehen gelassen werden. Dies dankt er mit einer zarten Textur und ausladendem Aroma.

Gebackener Weichkäse mit Honig und Feigen

Für 4 Personen:
Von 4 **Weichkäsen** (z. B. Tomme Jean-Louis à la Crème à 100 g) jeden Käse in eine ofenfeste Form geben. 4 frische **Feigen** in Spalten schneiden und in einer Schüssel mit ½ dl **Weisswein** und 1 EL **Honig** vermischen. Feigen mit der Sauce auf dem Käse verteilen. Je einen von 4 **Rosmarinzweigen** darauflegen und im auf 220 °C vorgeheizten Backofengrill 8–10 Min. backen.
Zubereitung: 15 Min. + 8–10 Min. backen
Tipp: statt Feigen können auch Birnen verwendet werden

Winzerfläden

Für 4 Personen:
1 eckiger, ausgewallter **Pizzateig** auslegen, in 4 Stücke teilen und von Hand rund ziehen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. 100 g **sauren Halbrahm** auf dem Teig verstreichen. 200 g blaue **Trauben** halbieren, 1 **Zwiebel** in Streifen schneiden, beides auf dem Teig verteilen. 100 g **Halbhartkäse** (z. B. Le Maréchal, Tilsiter rot oder Gottardo) entrinden, grob raffeln, über dem Teig verteilen und im auf 220 °C vorgeheizten Ofen 15–18 Min. backen.
Zubereitung: 10 Min. + 15–18 Min. backen

Winzerfläden: Bündner Bergkäse, Pizzateig und Trauben herzhaft vereint

HALBHARTKÄSE

Halbhartkäse wird beim Käsen mit etwas mehr Wasser in der Masse weicher gehalten. Er ist dadurch geschmeidig, schmilzt leicht und eignet sich wunderbar zum Überbacken. Der Winzerfladen erhält mit dem Halbhartkäse im Ofen zudem diese feine Käsekruste. Und natürlich schmeckt der Käse auch einfach so. Doch nicht direkt aus dem Kühlschrank. Ganz allgemein gilt: Käse soll Zimmertemperatur annehmen, um sein Aroma voll entfalten zu können.

Bündner Bergkäse würzig, Portion 200 g

*Volg Dorf-Chäs, Portion 180 g

*Gottardo, Portion 200 g

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Hartkäse benötigt unter allen Käsesorten die längste Reifezeit. Bei gewissen Sorten kann diese sogar bis zu drei Jahre dauern. Zu Beginn werden die jungen Käselaibe in Salzlake gebadet, was ihnen Wasser entzieht und die Rinde fest werden lässt. Vollausgereifte Käse entwickeln ein kräftiges Aroma, oft mit einer nussigen Note. Typische Vertreter sind der «Kaltbach Emmentaler AOP», der in Sandsteinhöhlen ausreift, oder der Innerschweizer «Sbrinz», der aus lokaler Milch hergestellt wird. Das würzigste Geheimnis darf da natürlich nicht fehlen. Der mit Kräutersulz eingeriebene Appenzeller ist ein unverwechselbar kräftiger Genuss.

Ravioli mit Sbrinz-Oliven-Füllung

Für 4 Personen:
300 g **Mehl** und ½ TL **Salz** in einer Schüssel vermischen. Eine Mulde formen, 3 **Eier** hineingeben, aus der Mitte anmischen und zu einem geschmeidigen Teig kneten. Für die Füllung 2 EL fein gehackte, **schwarze Oliven** mit 120 g **Sbrinzrollen** und 100 g **Frischkäse** (z. B. Philadelphia nature) gut vermischen. Teig auf einer bemehlten Fläche dünn auswallen und 4 bis 5 cm grosse Quadrate schneiden. Mit je 1 TL Füllung belegen, Rand mit Wasser benetzen und mit einem weiteren Quadrat bedecken, dabei Luft ausstreichen und Ränder mit einer Gabel gut andrücken. Ravioli in reichlich und knapp siedendem Salzwasser ca. 4 Min. ziehen lassen. 1 EL **Butter** in einem Pfännchen erhitzen, die abgetropften Ravioli darin schwenken und mit **Pfeffer** würzen. Anrichten und mit etwas Sbrinz dekorieren.
Zubereitung: 45 Min.

Würzig-cremig sind die selbst gemachten Ravioli mit einer Füllung aus Sbrinz, Frischkäse und Oliven.

HARTKÄSE

Appenzeller Kräftig-Würzig, Portion 200g

Kaltbach Emmentaler AOP, Portion 250g

Sbrinz Rollen, 120g

KÄSE ZUM SCHMELZEN

*Cremo Fondue Moitié-Moitié, 400g

Raclette Pfeffer in Scheiben, 300g

*Appenzeller Raclette in Scheiben, 200g

Zartschmelzender Raclettekäse ist die perfekte Füllung für ein Cordon bleu.

Raclettekäse bietet eine einzigartige Cremigkeit und Würze, die im Übrigen jedes Cordon bleu zu einem Kunstwerk macht. Raclettekäse aus dem Appenzellerland ist eine noch junge und daher unbekannte, dafür eine umso würzigere Variante für das Schweizer Nationalgericht. Und auch der Appenzeller Raclettekäse wird in handwerklicher Tradition mit Kuhrohmilch gekäst und mit der streng geheimen Kräutersulz gepflegt. Werden die Tage kälter, darf zudem ein Fondue im Haus nie fehlen, beispielsweise ein «Cremo Fondue Moitié-Moitié», eine sämig-würzige Kréation vom Käsermeister.

Raclette-Cordon bleu

Für 4 Personen:
4 **Schweinsplätzli** vom Nierstück in der Mitte ein-, aber nicht ganz durchschneiden (Schmetterlingsschnitt). Zwischen Frischhaltefolie legen und dünn klopfen. Je eine Hälfte der Schnitzel mit 300 g in Scheiben geschnittenem **Raclettekäse** belegen. 200 g **Rohschinken**, 5 **Silberzwiebeln** und 10 **Cornichons** fein würfeln und auf dem Käse verteilen. Rundum einen 2 cm breiten Rand frei lassen. Mit der freien Schnitzelhälfte bedecken und gut andrücken. 2 **Eier** aufschlagen und mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Cordon bleu in 3 EL **Mehl** wenden, durchs Ei ziehen und anschliessend in 250 g **Paniermehl** wenden und gut andrücken. In einer Bratpfanne 2 EL Bratbutter erhitzen und Cordon bleu rundum goldbraun braten.
Zubereitung: 25 Min.
Tipp: mit Bohnen und Raclette-Kartoffeln aus dem Ofen servieren

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Volg

26% RABATT

01.10. – 06.10.2019

So vielfältig wie du.

Emmi

Freu dich drauf.

BLAUSCHIMMELKÄSE

Blauschimmelkäse, Lauch und Haferflocken: eine überraschende Kombination

Haferflocken-Lauch-Tätschli mit Gorgonzola

Für 4 Personen:
100 g **Haferflocken** in 1,5 dl **Milch** einweichen.
1 **Lauch** fein schneiden und in 1 EL **Butter** andünsten. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und zu den Haferflocken geben. 200 g **Gorgonzola** in kleine Stücke schneiden, dazugeben und alles gut vermischen. Aus der Masse 12 Tätschli formen. Portionenweise in 1 EL Butter beidseitig anbraten, sofort servieren oder im Ofen bei 80 °C warm halten.
Zubereitung: 30 Min.
Tipp: zu einer gebratenen Pouletbrust servieren

Blauschimmel verleiht Roquefort und Gorgonzola ihr unverkennbar pikantes Aroma. Der aus Schafsmilch hergestellte, starkwürzige Käse aus dem französischen Ort Roquefort-sur-Soulzon reift in Höhlen. Der Gorgonzola hingegen kommt aus der Lombardei und aus dem Piemont und ist aus Kuhmilch gekäst. Er ist würzig-pikant, gleichzeitig cremig-süsslich und wird gerne auch mit Doppelrahm-Frischkäse zum besonders würzig-crèmigen Gorgonzola-Mascarpone zusammengefügt. Blauschimmelkäse eignet sich hervorragend zum Kochen und verleiht jedem Gericht einen unverwechselbaren Geschmack.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Persil

Tiefenrein-Technologie gegen hartnäckigste Flecken

Mit seiner Tiefenrein-Technologie beseitigt Persil auch die hartnäckigsten Flecken. Indem es tief in die Fasern eindringt, entfernt es dort selbst kleinste Schmutzpartikel und sorgt für strahlend saubere Wäsche.

Henkel

Mehr leben, Persil lieben.

Gewinnen Sie mit Emmentaler Switzerland und holen Sie sich feinsten Käsegenuss und noch viel mehr aus dem Volg nach Hause!

Mit Laib und Seele poschten

Wie kommen die Löcher in den Emmentaler? Antworten auf diese und viele weitere Fragen gibt es in der Emmentaler Schaukäserei. Und wenn Sie die Antwort auf die Wettbewerbsfrage kennen, gewinnen Sie mit etwas Glück Volg-Einkaufsgutscheine.

Idyllisch in Affoltern im Emmental, im Herzen des Emmentals, liegt die Emmentaler Schaukäserei. Sie begeistert jährlich über 300 000 Besucherinnen und Besucher. Die 1989 gegründete «Schouchäsi» ist nicht nur eine beliebte touristische Attraktion der Region, sondern auch die Heimat des Emmentaler AOP. An 365 Tagen im Jahr gibt es hier Einblicke in die moderne und gleichermassen traditionelle Käseherstellung des «Königs der Käse».

Ein Erlebnis für Gross und Klein

Hier erhält der Besucher Antworten auf alle Fragen rund um den Emmentaler AOP: Wie er seine Löcher erhält, warum die Laibe so gross sind und auch, dass ein Emmentaler AOP-Laib stolze 75 bis 120 Kilogramm wiegt. Die Kulinarik mit regionalen Spezialitäten, der vor knapp einem Jahr eröffnete Königsweg rund um die Geschichte des Emmentaler AOP, das öffentliche Frischkäsen oder das Käsen wie anno 1750 im historischen Stöckli machen den Ausflug zum genussvollen, lehrreichen und spannenden Erlebnis für Gross und Klein. Und wer jetzt gleich Lust hat auf einen Emmentaler AOP: Im Volg ist die berühmte Schweizer Käsespezialität natürlich auch erhältlich.

WETTBEWERB

Wie viel muss ein Emmentaler AOP-Laib wiegen?

A: 250 Kilogramm
B: Mindestens 200 Kilogramm
C: Zwischen 75 und 120 Kilogramm

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

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

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

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

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

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

→ Mitmachen & Gewinnen

Die Teilnahme am Wettbewerb ist vom 26. September 2019 bis zum 24. Oktober 2019 möglich.
Online: www.volg.ch/volg-magazine
Per Telefon: 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf, Festnetztarif. 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. Oktober 2019 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Emmentaler», Postfach 344, 8401 Winterthur

EMMENTALER SWITZERLAND

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

Volg

Uncle Ben's®

Geteilte Gaumenfreude ist doppelte Lebensfreude!

Gewinne mit Uncle Ben's® einen geselligen Koch-Abend mit Freunden oder frische Koch-Boxen für die ganze Familie.

Mach mit auf: unclebens.ch/win

Win a Dinner

5 x 1 Home-Dinner mit Profikoch
(für bis zu 6 Personen)

Win

10 x 6 Koch-Boxen von HelloFresh

Aktueller *Tipp*

Kleine Salami für grosse Abenteuer

Herzhaftes für unterwegs: Malbuner Partysticks aus 100 % Schweizer Fleisch sind schnelle Energielieferanten und passen überall hinein.

Der Salami-Snack im Taschenformat für den kleinen Hunger passt immer und überall. Und der «Kleine» steht dem «grossen» Salami in nichts nach. In die Partysticks von Malbuner kommt ausschliesslich 100 Prozent Schweizer Fleisch. Sie werden traditionell und sorgfältig nach bewährtem Rezept hergestellt.

Minisalami ganz gross

Die Malbuner Minisalami geniesst man Stück für Stück oder man teilt die Packung mit acht Sticks miteinander. Seit Jahrzehnten sind sie beliebt bei Gross und Klein – weil sie gut schmecken und weil sie schnell und anhaltend Energie liefern. Als herzhafte Alternative zu Süssem sind sie die ideale Zwischenverpflegung beim Wandern, auf Reisen, im Auto und auf dem Pausenplatz genauso wie zum Apéro oder am Kindergeburtstag. Die Salami-Snacks von Malbuner kommen immer gut an.

Partysticks «Classic»: der perfekte, herzhafte Snack, zum Beispiel auf einer Wanderung

Mal besser:
Malbuner®

Das Wochenende mit allen Sinnen geniessen

*

... und entspanntes Kochen dank McCain

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Jedem sein Lieblingsfleisch zum Familienpreis

Volg Familienpreis hat auch viel Fleisch am Knochen: zum Beispiel Minibacon Burger, Hackfleisch und Fleischkäse Cordon bleu – alle aus Schweizer Fleisch.

Spaghetti Bolognese, Burger und Cordon bleu sind Hits in der Alltagsküche, die der ganzen Familie schmecken. Besonders beliebt bei Kindern sind die «Falschen Cordon bleu»: Aus Fleischkäse, der sich gut schneiden und kauen lässt, und nicht allzu gross portioniert, sind sie perfekt für die Jüngsten am Familientisch. Während Kindern meist Ketchup und Mayonnaise reicht, um einen Hamburger zum Gaumenschmaus zu machen, verwandelt man die «Minibacon Burger» mit Rotkraut, Gorgonzola und Birnen zu überraschenden Herbst-Burgern für Erwachsene. Und Spaghetti Bolognese mit Hackfleisch? Wenn dieses Gericht auf den Tisch kommt, leuchten alle Augen.

Budgetbewusst geniessen

Spaghetti, Pommes frites, Reibkäse und den Icetea oder Himbeersirup dazu findet man in der Volg Familienpreislinie mit rund 70 Produkten für den täglichen Bedarf übrigens auch. Die Produkte sind von der Menge her perfekt auf Familien zugeschnitten – sie passen aber natürlich auch in andere budgetbewusste Haushalte.

Herbst-Burger

Für 4 Personen:
1 Birne rüsten und in 12 Schnitze schneiden. 1 Zwiebel hacken. Beides mit 1 EL Honig, 2 EL Zitronensaft und 1 EL Essig vermischen. 10 Min. ziehen lassen. 200 g gekochtes Rotkraut erwärmen. 4 Minibacon Burger mit Salz würzen und in der Pfanne rundum braten. 4 Burger-Buns halbieren und die Schnittflächen in der Bratpfanne anrösten. Böden auslegen, Rotkraut darauf verteilen. Minibacon Burger, 150 g Gorgonzola und Birnen gleichmässig darauf anrichten, mit dem Honig-Zitronen-Essigsaft beträufeln und mit je einer Brötchenhälfte zudecken.
Zubereitung: 20 Min.
Tipp: Übriges Rotkraut kann im Kühlschrank einige Tage aufbewahrt werden.

«Falsches Cordon bleu», «Rindfleisch gehackt» und «Minibacon Burger»: Volg Familienpreis-Produkte aus Schweizer Fleisch

neu **Novissimo**

Apfelstrudel
Natürlich süss

Fredy's «Ramseier Apfelstrudel» mit hausgemachter Füllung und gesüsst mit Apfelsaftkonzentrat ist der neue Knusper-Snack zum Znüni oder Zvieri.

Was aus der Badener Bäckerei Fredy's kommt, ist «korngesund». Verwendet werden nämlich ausschliesslich natürliche und bekömmliche Zutaten. Die Devise der Bäckerei: Nachhaltigkeit, Regionalität und Herzlichkeit. Und so schmeckt der neue «Ramseier Apfelstrudel» knusprig-knackig und natürlich süss.

Der Strudel mit Apfelsaft

Die Füllung besteht aus frischen Äpfeln. Verfeinert und gesüsst wird diese anstelle von Zucker mit dem «Original Ramseier Apfelsaftkonzentrat», hergestellt aus vollreifen, erntefrischen Schweizer Äpfeln. Für den Teig werden Glarner Bergbutter und Schweizer Freilandeier aus der Region verwendet. Und das Mehl wird zusätzlich noch mit Weizenkeimen angereichert. Das macht den «Ramseier Apfelstrudel» ganz besonders bekömmlich. So passt er bestens als gluschtiger Snack für die Znüni- oder Zvieripause oder mit Vanilleglacé als schnelles Dessert.

neu

Gefüllt mit frischen Äpfeln: Ramseier Apfelstrudel von Fredy's

Fr. 2.50

Fein als Snack oder leicht erwärmt und mit Puderzucker bestäubt als Dessert mit Vanilleglacé

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Ungeziefer, Kakerlake		folglich, deshalb		bildhafte Redewendung		steinig	Abk.: Wiener Neustadt	Film von Steven Spielberg		Teil e. Fürstentitels (... Khan)	Autokz. Georgien		Kirgisenzeltlager	grösste nordfriesische Insel	Geburt	15
	6								8	schweiz. General (2. Weltkrieg)						
eh. Name der Swiss Arena in Kloten		Gebäudeteile		Quallenfangarm							13		volkstümliche Überlieferung		griechische Unheilsgöttin	
musik.: ungebundener Ton												schweiz.: Fliegerabwehr (Kurzw.)				
englisch: Fleisch			Videorekordertechnik (Abk.)			5										
				Wasserstauanlage								alt Bundesrat		französisch, span.: in		
schweiz. Liedermacher († 1972)	Merkmal		Fusspfad	11								Abk.: Kaufmännischer Verband			weiches Schwermetall	
				9		zusammenzählen									1	
	10		Form des Kohlenstoffs		Halbinsel im Zürichsee							über-trieben		bewehrter Beton		
englisch: eins		Abstufung			12							Dienstgrad				
europ. Binnenmarkt (Abk.)		2		arab. Zupfinstrument												Arzt im Orient
					Fremdwortteil: mittel							Forschungszentrum im Kt. GE	altgriech. Philosophenschule		westl. Militärbündnis (Abk.)	14
Ort am Bielersee		Mutter von Kain (A.T.)		Abk.: Maßeinheit								schweiz. Mundartrocksängerin				
Händler von Diebesgut			7				privater TV-Sender (Abk.)		nach Art von (franz.)		gebratene Fleischschnitte		4			
Frauenkosename				Gegend am Hallwilersee		3					letzter CEO der SAir-Group					
schweiz. Parlament												Grundstoffteilchen				

IHR GEWINN

20 x einen Gutschein von ifolor im Wert von je Fr. 50.–

Ihre Erinnerungen sind einmalige Ereignisse, die nicht nur in Fotos festgehalten werden wollen, sondern lebendig sein sollen. Machen Sie ganz einfach mehr aus Ihren Bildern! Erstellen Sie Fotobücher, Fotokalender, Fotogeschenke und vieles mehr bei ifolor. Gestalten Sie Ihre Wunschprodukte online oder mit den kostenlosen Apps auf Ihrem Smartphone oder auf Ihrem Computer. www.ifolor.ch

Mitmachen & Gewinnen: Teilnahme am Wettbewerb vom 26.9.2019–24.10.2019 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. Oktober 2019 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Ifolor», Postfach 344, 8401 Winterthur

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

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

Herbst-Liebling
Marroni-Püree
2 x 175 g/350 g

Für jeden Tag
*Rama 100 % pflanzlich und ohne Palmöl, 350 g

Feinstes Fleisch
*Schweizer Beefsteak Tatar Swiss Prim, 320 g

Sudoku

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

Die Lösung finden Sie ab 31. Oktober 2019 online unter www.volg.ch/volg-magazine im Archiv.

«AUF MEIN DESSERTBUCH BIN ICH SEHR STOLZ»

Der Volg-Lernende Pascal Würth hat schon als Kind gerne gebacken. «Meine Desserts wurden zu Hause und an Familienfesten immer sehr gelobt», erinnert er sich. Seine Leidenschaft fürs Backen erfreute nicht nur sein Umfeld, sondern kam ihm auch in der Schule zugute: Als Abschlussarbeit der 3. Sekundarschule hat der 17-Jährige während rund vier Monaten sein eigenes Dessertbuch mit 22 Rezepten erarbeitet – und dafür die Bestnote erhalten. Die Rezepte hat er recherchiert und mit eigenen Zutaten angepasst. «Bei jedem Rezept habe ich ein Testessen durchgeführt und das Rezept jeweils zwei- bis dreimal überarbeitet, bis ich ganz zufrieden war.»

Freude an Lebensmitteln

Für Pascal Würth stand bei der Berufswahl fest, dass er mit Lebensmitteln arbeiten wollte. Nach seiner Ausbildung als Detailhandelsassistent absolviert er zusätzlich die Ausbildung als Detailhandelsfachmann. Die vielfältige Arbeit im Volg Neukirch-Egnach TG gefällt Pascal Würth sehr. Besonders schätzt er den Kundenkontakt. Um die Volg-Kunden persönlich zu begrüssen, schreibt er sich ihre Namen auf. «32 Kunden kenne ich schon beim Namen», sagt Pascal Würth stolz. Sogar in den Genuss seiner Backkünste sind die Kunden schon gekommen. «Ich habe einmal einen Schoggiblechkuchen gebacken und verschenkt.»

Pascal Würth bäckt in seiner Freizeit gerne und hat sein eigenes Dessertbuch herausgebracht. Seine Leidenschaft für Lebensmittel kann er auch in seiner Lehre im Volg ausleben.

Pascals Dessertbuch ist erhältlich unter: www.pascals-dessertbuch.ch

JUNG FRISCH + FRÜNDLICH

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

Pascal liebt Ananas, deshalb wollte er für sein Dessertbuch unbedingt auch ein Ananas-Rezept kreieren.

ANANAS-CAKE

Zutaten	Zubereitung
150 g Butter, weich 150 g Zucker 1 Prise Salz	in eine Schüssel geben und rühren bis die Masse hell ist
2 Eier 1 Zitrone, abgeriebene Schale	dazugeben und weiterrühren
160 g Mehl 2 TL Backpulver 2 EL Ananassaft 4 Scheiben Ananas, fein gewürfelt	Mehl und Backpulver dazusieben Saft und Ananaswürfel dazugeben, umrühren

Die Masse in eine mit Backpapier ausgelegte Cakeform geben und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C ca. 40 Minuten backen.

Nach dem Backen noch warm mit einer Puderzuckerglasur bestreichen und mit kandierten Ananasstücklein bestreuen.

Pascal Würth (17), im 1. Lehrjahr als Detailhandelsfachmann mit eidgenössischem Fähigkeitszeugnis (EFZ) im Volg Neukirch-Egnach: «Ich wollte schon immer mit Lebensmitteln arbeiten. Ich finde es auch super, dass man sich bei Volg intern weiterbilden und so sein Wissen vertiefen kann.»

«Mit Volg kann ich mich voll und ganz identifizieren»

Dominik Reich trainiert hart, um sich im abwechslungsreichen Ausdauersport weiterzuentwickeln.

Dominik Reich aus Henggart im Zürcher Weinland war sieben Jahre alt, als er beim Ironkids-Triathlon erstmals seine Freude am polysportiven Ausdauersport entdeckte. «Die abwechslungsreiche Bewegung hat mir so viel Spass gemacht, dass ich daraufhin jedes Jahr am Wettkampf teilnahm», erinnert er sich. Mit 16 Jahren gehörte Dominik dann bereits zum Leistungsteam des Clubs TG Hütten. Heute steht auf dem Trainingsplan des 21-Jährigen zweimal pro Woche Schwimmen, sechs- bis siebenmal Laufen und drei- bis viermal Velofahren.

Mit Volg über die Ziellinie

Dominik Reich bestreitet neben Triathlons auch Crossläufe im Gelände sowie Duathlons, bei denen die Disziplinen Laufen und Velofahren absolviert werden. Letztes Jahr sicherte er sich in der Duathlon U23-Kategorie der Schweizermeisterschaft die Silbermedaille und gewann dieses Jahr auch im Crosslauf den Titel als Vizeschweizermeister in der gleichen Kategorie. Nebst sportlichen Erfolgen hat er dieses Jahr im Winter zudem die Rekrutenschule als Späher absolviert. Der ehrgeizige Sportler arbeitet darauf hin, auch im nächsten Jahr einen Podestplatz in der Duathlon U23-Kategorie zu erreichen sowie internationale Erfolge im Duathlon und Crosslauf zu feiern.

Am diesjährigen Zurich Triathlon im Juli holte Dominik Reich auf der Short Distance Strecke (0,5 km Schwimmen, 20 km Velofahren, 5 km Laufen) in der Alterskategorie 20–34 den Sieg.

Mit einem Volg im Dorf aufgewachsen, schätzt es Dominik besonders, dass Volg ihn bei seiner Sportlerkarriere unterstützt. Das Sportsponsoringprogramm ermöglicht es ihm, seine Ziele zu verfolgen und seine Eltern finanziell zu entlasten. «Volg als Sponsoring-Partner hinter mir zu haben, motiviert mich sehr. Denn mit Volg kann ich mich voll und ganz identifizieren.» Dominik Reich schätzt auch den Austausch mit Volg und schickt regelmässig Postkarten und E-Mails, die über seine sportliche Entwicklung Auskunft geben.

Schwimmen, Velofahren, Rennen: Volg begleitet Dominik Reich bei seiner Sportlerkarriere im Triathlon als Sponsor.

Frisch vom Volg
www.volgshop.ch

Online einkaufen: alles für den täglichen Bedarf

Gratis-Lieferung ab Fr. 100.–

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

Mehr Informationen auf **www.volgshop.ch**

Ihr Volg kommt bis an Ihre Haustür

Logistikpartner DIE POST

Volg

DRINK IT
ICE KÜHL

DRINK RESPONSIBLY

JAGERMEISTERSCHWEIZ

EXCLUSIVELY DISTRIBUTED IN SWITZERLAND BY DiWiSA

Freizeit *Kochkurse im November*

Im Kurs «Wild – halb so wild» hat es in Buchs SG am 8. Oktober noch Plätze frei.

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.

VORSCHAU

WEIHNACHTSMENÜ: GUTE PLANUNG, MEHR GENUSS

Machen Sie sich zu Weihnachten selbst ein Geschenk und überlassen Sie die Ideensuche fürs Weihnachtsmenü unseren Kochprofis. Überraschen Sie Ihre Gäste mit einem festlichen Menü und seien Sie gleichzeitig vor Überraschungen in letzter Minute sicher. Denn das gut planbare Menü lässt sich von Vorspeise bis Dessert vorbereiten. So können auch Sie als Gastgeber das Beisammensein rundum geniessen.

3. DEZEMBER IN OERLIKON
3. DEZEMBER IN WANGEN AN DER AARE
3. DEZEMBER IN BUCHS SG
3. DEZEMBER IN MÜNSINGEN
4. DEZEMBER IN AARAU

7 TAGE – 7 REZEPTE

Nach den Festtagen, an denen die aufwändige Menüplanung zum Alltag gehörte, kommt dieser Kochkurs wie gerufen. Sie erhalten von unseren Kochprofis pfannenfertig einen durchdachten Wochenplan mit Mahlzeiten für sieben Tage, die sich spielerisch und einfach zu grösseren Menüs oder zum Mittagessen für den nächsten Tag umwandeln lassen. Einmal planen, einmal einkaufen – sieben Tage entspannt geniessen!

7. JANUAR IN OERLIKON
15. JANUAR IN AARAU
15. JANUAR IN BUCHS SG
21. JANUAR IN WANGEN AN DER AARE
22. JANUAR 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

KOCHWERKSTATT IN MÜNSINGEN
MIT CHRISTIAN THIERSTEIN:

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

MARXERS KOCHWELT IN BUCHS SG
MIT DARIO & MARCUS MARXER:

5. November 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 MARC ALBRECHT:

5. November 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

COOKUK IN AARAU
MIT RAFAEL BÖLSTERLI:

6. November 2019, 18.00–22.00 Uhr
Anmeldung:
www.cookuk.ch oder
Telefon 062 823 52 92
Cookuk
Schachenallee 29
5000 Aarau
E-Mail: info@cookuk.ch

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

12. November 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

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

Schon probiert?

Michel

Mein Wohlfühlbrot

Mestemacher
the lifestyle-bakery

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

www.mestemacher.de

Vertrieb durch TOGA FOOD SA · CH-3380 Wangen an der Aare · www.togafood.ch

NATURENA *Mein Rezept*

Edith Jäger
Erlebnishof Seebachtal TG

Oktober 2019

Meine Salatsauce

Immer wieder werde ich nach dem Rezept meiner Salatsauce gefragt. Es stammt von meiner Lieblingstante, einer leidenschaftlichen Hobbyköchin. Für die Sauce mixe ich mit dem Stabmixer 1,75 dl Weissweinessig, 1 EL Zwiebelpulver, ½ EL Knoblauchpulver, 1 EL Herbamare, 1 EL Salatkräuter, 1 EL Aromat, ½ EL Senf und 2 aufgeschlagene Eier ca. 1 Min. in einem hohen Gefäss. Danach mixe ich weiter und gebe langsam ½ Liter Rapsöl dazu, bis sich die Sauce verdickt. Als Nächstes vermische ich ½ dl kalte Bouillon und 2 ½ dl Wasser in einer kleinen Schüssel und mixe es unter die Sauce. Anschliessend fülle ich die fertige Salatsauce in eine Flasche ab. Für den Salat gebe ich 1 gerüsteten Kopfsalat und 1 entkernte, geschälte und in Scheiben geschnittene Salatgurke in eine grosse Schüssel. Ich raffle 2 geschälte Rüebli in Julienne und füge sie bei. Zum Schluss schneide ich 100 g in der Pfanne gebratenen Bratspeck in Streifen, röste 50 g Brotwürfeli und gebe alles zusammen mit 1 geschnittenen Zwiebel zum Salat. Ich vermenge ihn mit der Sauce und fertig ist ein bunter Beilagensalat.

En gsundä Gruäss us Hüttwilä

Edith

Volg NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

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

Volg

Chiquita Bananen Granatapfel Smoothie

Es ist ein internationaler Brustkrebsmonat und Chiquita möchte dazu beitragen, das Bewusstsein für diese Sache zu schärfen. Denken wir pink mit diesem leckeren Smoothie, der reich an Antioxidantien ist.

Weitere Informationen findest du auf *www.pink-ribbon.ch*

1. Chiquita Bananen in Stücke schneiden und mit Joghurt und Hafermilch zu einem Smoothie vermengen.

2. Granatapfel aufschneiden, die Kerne des Granatapfels mit der konvexen Seite eines Löffels in eine Schüssel schlagen, um etwas Saft zu sammeln.

3. Streuen Sie Samen in den Boden des Glases und gießen Sie den Smoothie hinein und fügen Sie etwas Saft hinzu, dann rühren Sie um. Mit Granatapfelkernen, Mandelschnitzeln und Kokosflocken garnieren.

Zutaten für 2 Personen:
3 gefrorene Chiquita-Bananen • 250g Nature Joghurt • 1/2 Tasse Hafermilch oder andere (pflanzliche) Milch
1 Granatapfel • Mandelschnitzel und Kokosflocken zum Garnieren • Mixer oder Stabmixer

EDLE WEIHNACHTSKARTEN

❶ Fr, 8.11.19, 9 – 16 Uhr
❷ Sa, 9.11.19, 9 – 16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof **Zugerland,**
Hotzenhof, Deinikon 11, 6340 Baar
Programm: Aus vielen unterschiedlichen Papieren können Sie Ihre Wunschfarben auswählen und danach mit Stempeln, Stanzern, Bändern und Schnüren 20 individuelle Weihnachtskarten in verschiedenen Formaten gestalten. Bei der Gestaltung Ihrer Karten steht Ihnen die versierte, künstlerisch begabte Kursleiterin zur Seite.
Teilnehmende: 16 Personen ab 10 Jahren
Mitbringen: Eigene Bilder, Sujets (sofern erwünscht)
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer beheizten Remise statt.
Leitung: Maya Langhi, Hausen a. Albis, www.atelier-langhi.ch
Preis: Fr. 115.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie das Material für 20 Karten mit Couverts

HANDLETTERING: KUNSTVOLLE SCHILDER

❶ Fr, 8.11.19, 9.30 – 16 Uhr
❷ Sa, 9.11.19, 9.30 – 16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof **Seeland,**
Schüpberg 130, 3054 Schüpfen
Programm: Im Handlettering-Stil entwerfen Sie einen Spruch oder einen Familiennamen. Sie gestalten diesen im Kreidelook auf ein mit Wandtafellack grundiertes Brett. Sie erhalten Materialkunde und Basiswissen über Handlettering, Buchstaben-Anatomie und eine Schritt-für-Schritt-Anleitung. Es können ein bis zwei Schilder (A4 oder A3) beschriftet werden.
Teilnehmende: 10 Personen ab 14 Jahren
Mitbringen: Kurze Text-Ideen, evtl. eigenes Trägermaterial (Serviertablett, Bilderrahmen, Tafel)
Kleidung: Bequeme Arbeitskleidung und Kleiderschutz
Leitung: Susanne Zuberbühler, Münchenbuchsee, www.handherzwerk.ch
Preis: Fr. 135.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihr Schilderprojekt im Wert von Fr. 35.–

ADVENTSKRANZ

❶ Sa, 16.11.19, 9 – 13 Uhr*
❷ Sa, 16.11.19, 13.30 – 17.30 Uhr*

Ort: Volg Erlebnishof **Seebachtal,**
Haldenhof, 8536 Hüttwilen
Programm: Sie wickeln Nielen (Waldreben) zu einem armdicken Ring (Ø ca. 40 cm). Nun können Sie aus einer grossen Auswahl an Kugeln, Sterne, Schleifen und anderem in verschiedenen Farbnuancen aussuchen und Ihren individuellen Adventskranz dekorieren. Vier farblich passende Kerzen vollenden Ihr Kunstwerk.
Teilnehmende: 15 Personen ab 12 Jahren
Mitbringen: Heissleimpistole
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer beheizten Remise statt.
Leitung: Sandra Isenring, Frauenfeld, Kreativwerkstatt IsenRing
Preis: Fr. 160.– pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material und Dekoration im Wert von Fr. 70.–

WINTERLICHER TÜRSCHMUCK

❶ Sa, 16.11.19, 9.30 – 13 Uhr*
❷ Sa, 16.11.19, 13.30 – 17.00 Uhr*

Ort: Volg Erlebnishof **Fricktal,**
Erlenhof, 5064 Wittnau
Programm: Zur Einstimmung auf die Adventszeit verwandeln Sie einen Holzstern in einen haltbaren Türschmuck. Diesen können Sie aus einer reichen Auswahl an weihnachtlichem Dekomaterial beliebig ausschmücken. Das zweite Werkstück ist rund und sorgt, geschmackvoll dekoriert, an einer Tür oder an der Wand für stimmungsvollen Winterzauber.
Teilnehmende: 12 Personen ab 8 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet teilweise draussen in einer gedeckten Remise statt.
Leitung: Tamara Schelling, Ehrendingen, www.schellingsblumenhandwerk.ch
Preis: Fr. 145.– pro Person, inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre zwei Werkstücke (Ø je ca. 30 cm)

FUNKELNDE FÖHRENKUGEL

❶ Mi, 27.11.19, 9 – 16 Uhr
❷ Sa, 30.11.19, 9 – 16 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof **Werdenberg,**
Büelsteihof, Winkelstrasse 20, 9479 Oberschan
Programm: Sie befestigen Zapfen auf einer Styroporkugel. Für Leuchteffekte sorgt eine LED-Lichterkette, die Sie in das Naturmaterial einarbeiten. Die edle Kugel (Ø 40-47 cm) ist nicht nur erleuchtet ein Hingucker, sie setzt auch tagsüber dezente Akzente.
Teilnehmende: 12 Personen ab 14 Jahren
Mitbringen: Zwei Einkaufstaschen gefüllt mit trockenen, offenen Föhrenzapfen; Arbeitshandschuhe, Seitenschneider, Klebepistole mit Heissleim-Patrone (runder Querschnitt)
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer beheizten Remise statt.
Leitung: Christina Hunziker, Frümsen, www.green45.ch
Preis: Fr. 150.– pro Person, inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material im Wert von Fr. 50.–

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: 16. OKTOBER 2019

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

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

FLÜÜÜGEL FÜR DEN WINTER.

MIT DEM GESCHMACK VON KIRSCHE-ZIMT.

Red Bull®

BELEBT GEIST UND KÖRPER.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Rund zwei Drittel aller Schweizer Äpfel stammen aus dem Thurgau, Wallis oder aus der Waadt.

Die Schweiz ist ein vielfältiges Apfelland. Als fruchtige Zwischenmahlzeit zum Reinbeissen, süss oder würzig im Curry: Die knackig-saftigen Früchte schmecken immer!

Gekochte oder gebackene Äpfel haben einen unvergleichlichen Geschmack. In der kalten Jahreszeit geniessen wir sie gerne auf der Wähe, als Kompott und in zahlreichen Gerichten aus Grossmutters Küche. Mit ihrer fruchtigen Säure passen sie auch hervorragend in ein Poulet-Curry. Im Volg sind verschiedene Herbstsorten erhältlich. Zum Backen und Kochen sind der säuerliche Boskoop, Golden Delicious und Elstar besonders gut geeignet. Der Golden Delicious ist saftig, aromatisch und süss; aus ihm sind die Kreuzungen Jonagold und Elstar hervorgegangen. Diese beiden Sorten sind ebenfalls saftig, aromatisch und süss-säuerlich. Gala hingegen ist der süsse, säurearme Apfel in Reinkultur. Deshalb essen ihn Kinder ganz besonders gern. Ebenfalls zu den eher süssen Sorten zählt der aromatisch-kräftige Cox Orange.

Apfel-Poulet-Curry

Für 4 Personen:
2 **Äpfel** (z. B. Gala) entkernen und würfeln. 1 EL **Butter** mit 1 in Streifen geschnittenen **Zwiebel**, 1 in Ringe geschnittenen **Peperoncini**, 2 in Würfel geschnittenen **Pouletbrüsten** und 2 EL **Currypulver** gut andünsten. 2,5 dl **Kokosmilch** und 0,5 dl **Süssmost** beifügen und etwas einköcheln lassen. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und servieren.
Zubereitung: 20 Min.
Tipp: mit Basmatireis servieren

Golden Delicious *Jonagold* *Gala* *Boskoop* *Elstar* *Cox-Orange*

Auf www.volg.ch/rezepte finden Sie unter dem Stichwort «Apfel» weitere Rezeptideen.

PURINA

felix

Ä unwiderstehlichi Uswahl für schlaui Büsi's in Ihrem Volg

Trocken

Snack*

® Reg. Trademark of Société des Produits Nestlé S.A.

Jetzt probieren!

Nass

*In kleineren Filialen eventuell nicht erhältlich

Folgen Sie FELIX jetzt auf www.facebook.com/Felix.Switzerland

PURINA Your Pet, Our Passion.

Ananas-Tartelettes

Für 12 Tartelettes:

1	Ananas, frisch
350 g	Mehl
1 TL	Backpulver
1 P.	Vanillezucker
120 g	Zucker
4	Eier
200 g	Margarine, flüssig
3 TL	Butter
4 EL	Zucker
3 dl	Vollrahm

Zubereitung:

1. Ananas schälen und vierteln. Strunk herausschneiden und Fruchtfleisch in grosse, feine Scheiben schneiden.
2. Mehl, Backpulver, Vanillezucker und Zucker vermischen. Eier und Margarine dazugeben und zu einem Teig rühren.
3. 12 Förmchen mit Butter einfetten, mit Zucker bestreuen und den Teig ca. 1 cm hoch einfüllen. Ananasstreifen rosettenmässig vom Rand zur Mitte in den Teig einschichten.
4. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 30 Min. backen (Nadelprobe). Tartelettes leicht abkühlen und aus den Förmchen lösen.
5. Rahm steif schlagen, in einen Dressiersack füllen und auf die ausgekühlten Tartelettes dressieren und servieren.

Zubereitung: 30 Min. + 30 Min. backen

Orangenwähe mit Mandelkrokant

Für 1 Blech à 26 cm Ø:

100 g	Mandeln, ganz, geschält
80 g	Zucker
½ dl	Wasser
6	Orangen
1	Blätterteig, rund, ausgewallt
4	Eier
2,5 dl	Rahm
100 g	Rahmquark
1 cl	Orangenlikör (z. B. Grand Marnier) oder Orangensaft
1 TL	Maizena, gestrichen
2 EL	Zucker
2 EL	Bitterorangenkonfitüre

Zubereitung:

1. Mandeln in einen Gefrierbeutel geben und mit dem Wallholz grob zerkleinern. Zucker in einer Pfanne mit Wasser übergiessen und langsam aufkochen. Sobald der Zucker goldbraun wird, Mandeln dazugeben und unterrühren. Masse sofort auf einem leicht geölten Backpapier ausstreichen und auskühlen. Krokant grob hacken.
2. Von den Orangen Boden und Deckel wegschneiden, Schale bis auf das Fruchtfleisch herunterschneiden. Orangen in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Teig in ein Blech legen, mit einer Gabel einstechen, Orangenscheiben auslegen.
3. Eier, Rahm, Rahmquark und Orangenlikör oder -saft aufschlagen. Maizena und Zucker vermischen, unter die Masse ziehen und gut verquirlen. Guss über die Orangen giessen. Ofen auf 220 °C vorheizen. Wähe in der Ofenmitte ca. 10 Min. backen, Temperatur auf 180 °C reduzieren und weitere 20 Min. backen. Auf einem Gitter etwas abkühlen lassen. Konfitüre in einem Pfännchen erwärmen und Wähe mit einem Pinsel überglänzen. Mit Mandelkrokant bestreuen.

Zubereitung: 40 Min. + 30 Min. backen

Wähen-Grundguss

Für 1 Wähe à 26-30 cm Ø:

3	Eier
1,8 dl	Rahm
1 Pr.	Salz
20 g	Mehl

Zubereitung:

1. Eier mit Rahm und Salz verquirlen. Mehl unterziehen und glatt rühren.

Zubereitung: 5 Min.

Tipp: Grundguss für süsse Wähen nach Belieben mit Zitronenabrieb, Zimt, gehackten Dörraprikosen oder Backschokoladenwürfeln verfeinern. Für salzige Variationen mit Pesto rosso, gehackten Baumnüssen, frischen oder getrockneten Kräutern, Sambal Oelek oder Käse wie Gorgonzola oder Kräuterfrischkäse ergänzen.

BULL

WWW.BULLVODKA.CH

Verantwortungsvoll konsumieren.

Spinat-Hackfleisch-Pie mit Zopfmuster

Für 1 Pie à 24 cm Ø:

Teig:

375 g	Mehl
¼ TL	Salz
25 g	Butter
20 g	Hefe
2,5 dl	Milch
1 TL	Rapsöl

Pie:

1 EL	Rapsöl
250 g	Rindfleisch, gehackt
50 g	Specktranchen, in Streifen geschnitten
1	Zwiebel, gehackt
250 g	Blattspinat, TK, aufgetaut
2	Eier
100 g	Feta
1	Eigelb
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Mehl und Salz vermischen, Butter und Hefe mit dem Mehl verreiben. Eine Mulde formen, Milch und Öl hineingeben und kneten, bis der Teig weich und glatt ist. Zugedeckt 1 Std. ruhen lassen. ⅔ vom Teig auswallen und das eingefettete Backblech damit auslegen. Teig am Blechrand hochziehen, mit Eigelb bestreichen und Boden mit einer Gabel einstechen.
2. Öl in einer Pfanne erhitzen, Hackfleisch und Speck gut darin andünsten. Zwiebeln und Spinat dazugeben, mitdünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Pfanne vom Herd nehmen und kurz stehen lassen. Eier unter die Masse ziehen und alles auf dem Teig verteilen. Feta darüber bröckeln.
3. Übrigen Teig zu 3 langen Strängen formen, daraus einen Zopf flechten und um die Pie legen. Mit Eigelb bestreichen und im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 25 Min. backen.

Zubereitung: 45 Min. + 1 Std. ruhen lassen + 25 Min. backen

Tipp: Die Pie kann auch mit einem Gittermuster verziert oder komplett mit Teig bedeckt werden.

Gemüseröschen-Wähe

Für 1 Blech à 32 x 40 cm:

3	Rüebli
400 g	Sellerie
3	Zucchetti
3	Lauch
3	Randen, gekocht, geschält
1	Kuchenteig, rechteckig, ausgewallt
1	Ei
250 g	Quark
220 g	Reibkäse (z. B. Emmentaler/Gruyère)
	Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung:

1. Gemüse mit dem Sparschäler in möglichst lange, dünne Streifen schneiden. Teig in das mit Backpapier belegte Blech legen und mit einer Gabel einstechen. Gemüsestreifen einrollen und auf den Teig setzen.
2. Ei, Quark und 120 g Reibkäse zu einem Guss verrühren, mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss würzen. Guss über dem Gemüse verteilen.
3. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 20 Min. backen. Übrigen Reibkäse über die Wähe streuen und weitere 10 Min. fertig backen.

Zubereitung: 30 Min. + 30 Min. backen

MARILYNS MEISTERSTÜCK

Dieses önologische Kunstwerk stammt aus der Feder der talentierten Marilyn Lasserre

Mit Merlot und Cabernet aus dem hügeligen Languedoc keltert Marilyn diese prachtvolle Grande Réserve: konzentriert, würzig, mit runden Tanninen und reifer Saftigkeit. Zu dunklem Fleisch, Pilzen oder Pasta geniessen.

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

HELFEN SIE MIT!

Mehr Informationen zu Adoptionen und Spendemöglichkeiten unter welttiertag.ch

AKTION

auf ausgewählte Artikel
vom 30.9.19 – 5.10.19

Pedigree · Cesar · Frolic · Dreamies · whiskas

Lauchwähe mit Baumnüssen und Rohschinken

Für 1 Wähe à 28 cm Ø:

- 1 Lauchstange
- 2 EL Butter
- 120 g Baumnüsse
- 8 Rohschinkentranchen
- 1 Kuchenteig, rund, ausgewallt (230 g)
- 3 Eier
- 2 dl Milch
- 150 g Saurer Halbrahm
- 120 g Reibkäse (z. B. Emmentaler/Gruyère)
- ½ TL Maizena, gestrichen
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung:

1. Lauch in 3 mm dünne Rädchen schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Lauch darin auf kleiner Stufe andünsten. Er soll weich werden, aber keine Farbe annehmen. Auskühlen lassen. Baumnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fettzugabe anrösten. 4 Tranchen Rohschinken in Streifen schneiden, mit den Nüssen und dem Lauch vermischen. Teig in das Blech legen, mit einer Gabel einstechen und Lauchmasse darauf verteilen.
2. Eier, Milch, sauren Halbrahm, Reibkäse und Maizena zu einem Guss verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und Wähe damit übergiessen.
3. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 20 Min. backen. Übrige Rohschinkentranchen zerzupfen, auf dem Kuchen verteilen und weitere 10 Min. backen.

Zubereitung: 25 Min. + 30 Min. backen

Zwetschgenwähe mit Rosmarin und Ziegenkäse

Für 1 Blech à 32 x 40 cm:

- 1 Pizzateig, rechteckig, ausgewallt
- 2 EL Paniermehl
- 750 g Zwetschgen, halbiert, entsteint
- 150 g Rahmquark
- 2 Eier
- 4 Rosmarinzweige
- 200 g Ziegenkäse Petits Chèvres doux, in Scheiben geschnitten
- 50 g Honig
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Teig in das mit Backpapier belegte Blech legen, mit einer Gabel einstechen und mit Paniermehl bestreuen. Zwetschgen in Spalten schneiden und Teig damit belegen.
2. Rahmquark und Eier gut verrühren. Rosmarin von den Zweigen zupfen, 1 TL Rosmarin fein hacken, zum Guss geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Wähe im auf 200 °C vorgeheizten Ofen 10 Min. backen. Guss einfüllen und weitere 20 Min. backen. Ziegenkäse und restlichen Rosmarin auf der Wähe verteilen und nochmals 5 Min. backen. Lauwarm servieren.

Zubereitung: 20 Min. + 35 Min. backen

In salid *rumantsch*

«Las tias reconuschess jau en gnanc ina secunda», di mes um adina cura che jau fatsch ina rasada. In bel cumpliment, ubain? Ma ditg sinceramain n'ha quai gnanc da far tant cun il gust ...

Jau fatsch gugent rasadas dultschas e saladas. Igl è bain flot da pudair prender cun ins per gentar in toc rasada da chaschiel ch'ins sto mo pli stgaudar. Il pli savens fatsch jau però rasadas da fritgs. Mes favurits èn las rasadas d'apricosas e quellas da maila. Las rasadas d'apricosas coi jau per il solit cun ina crema d'ovs, zutger e groma. Quellas da maila prepar jau tenor il recept da

Gnanc ina secunda

mia tatta. Sin la pasta sfegliada – quant pratic èsi da simplamain la pudair cumprar bella e pronta – grat jau la maila cun la paletscha, squit surengiu suc da citronas e springel per finir anc zutger sin la maila grattada. Cun coier la rasada caramelisescha il zutger levet e la dat in gust tut aparti bun.

Ma pertge duess mes um ussa pudair distinguer immediat mias rasadas da tut tschellas? Il segn d'enconuschientscha è il muster da giatter sin las rasadas. Forsa è mia furma da rasadas la culpa, ma las pastas sfegliadas cumpradas èn simplamain adina memia grondas. Perquai tagl jau mintgamai davent enturn enturn var trais centimeters da la pasta radunda, e fatsch lura cun quel rest finas strivlas che jau entaiss sco in giatter sin la rasada. E gia èn mias rasadas incumparablas.

Stai bainin e fin prest!

Angela Schmed

Wussten Sie, dass • • •

• • • Sie Ihre Volg-Märkli bis zum 6. Oktober 2019 für einen guten Zweck spenden können?

Die Stiftung Theodora erfüllt den Alltag von Kindern in 35 Schweizer Spitälern und 29 spezialisierten Institutionen mit Lachen und Freude. Die 1993 gegründete Stiftung organisiert jährlich über 100 000 Besuche von 61 Profi-Künstlern, den Traumdoktoren. Helfen Sie mit, Kindern wertvolle Momente der Freude zu schenken: In allen Volg-Läden können Sie noch bis zum 6. Oktober Ihre Volg-Märkli einzeln oder im Märkli-Heft in die gelbe Sammelbox werfen. Der in allen über 580 Volg-Läden gesammelte Gegenwert geht als Spende der Volg-Kunden an die Stiftung Theodora.

• • • in Niederbüren SG ein neuer Volg eröffnet wurde?

In Niederbüren SG sind Ladenleiterin Jeanine Zbinden und ihr Team von Montag bis Samstags von 6 bis 21 Uhr für Sie da. Das Dienstleistungsangebot umfasst eine Postagentur und im Sortiment gibt es zahlreiche «Feins vom Dorf»-Spezialitäten zu entdecken wie Eier, Honig, Alpkäse, Brot, Sirup, Wein, Frischfleisch, Wurstwaren und Jogurt aus Niederbüren sowie den Nachbardörfern Niederwil und Waldkirch.

• • • Volg Sie jeden Monat mit einer neuen Cordon-bleu-Spezialität und jeden zweiten Monat mit einer neuen Brätschnitzel-Variation überrascht?

Wie variantenreich und gluschtig ein Cordon bleu gefüllt und paniert sein kann, beweisen jeden Monat die Volg Kantons-Cordon-bleus aus saftigem Schweinefleisch. Die kulinarische Reise führt in die Kantone Appenzell (Oktober), Tessin (November), Fribourg (Dezember), Wallis (Januar), Bern (Februar) und zum Schluss nach Graubünden (März). Alle zwei Monate sorgen auch die Brätschnitzel für Abwechslung auf dem Teller. Im Oktober ist das «Brätschnitzel Mediterran» aktuell. Lassen Sie sich von weiteren Kreationen überraschen.

Rückschau ←

Novissimo

S'POSCHTI-Gwünnspiel vom Volg

Über je ein swissmade Bettwäsche-Set im Dessin «Hirsch» von Kultschtoff im Wert von Fr. 199.– freuen sich Lilian Stritt aus Meggen, Monika Wirthner aus Alchenflüh, Philippe Knecht aus Muri, Fabian Breitenstein aus Bettwil, Yvonne Zehnacker aus Zumikon, Heinz Gygax aus Esslingen, Rosemarie Martin aus Füllinsdorf, Mario Stuker aus Safnern, Ernst Pfister aus Hombrechtikon, Trudy Burgener aus Visperterminen, Hildegard Graf aus Rebstein und Annalore Indergand aus Seelisberg. An fünf Gewinnerinnen und Gewinner geht je ein Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 50.–, weitere zehn erhalten je einen Volg-Einkaufsgutschein à Fr. 20.–. Lösungswort 08/19: «Nationalfeiertag»

Auflösung des Fusetea-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 07/19. Antwort B, Hibiskusblüten

Nicole Grieb-Huggenberger, Gewinnerin des Hauptpreises, mit Simon und Salome an der Preisübergabe mit Michael Schmidt-Volkmar, Key Account Manager Coca-Cola HBC Schweiz AG (2. v. r.), Kevin Giger, Channel Manager Coca-Cola HBC Schweiz AG und Roman Wyss, Volg Produktmanager (l.)

Gewinnen mit Fusetea

Den 1. Preis, einen Gutschein von «bbacksoon» im Wert von Fr. 2000.–, gewinnt Nicole Grieb-Huggenberger aus Höri. Die 2.–51. Preise, je ein Skullcandy Wireless Over-Ear-Kopfhörer im Wert von Fr. 180.–, gehen an Gewinnerinnen und Gewinner aus Männedorf, Trachselwald, Römerswil, Wohlen, Kradolf, Sumiswald, Obergösgen, Wängi, Uster, Buchs, Russikon, Hundwil, Lichtensteig, Möhlin, Wikon, Oberhofen, Altnau, Pfäffikon, Lostorf, Schleitheim, Aesch, Felsberg, Heimenschwand, Wallbach, Dietfurt, Kleinandelfingen, Grossdietwil, Benken, Auenstein, Hersiwil, Zürich, Seuzach, Effretikon, Mühlau, Eggersriet, Vordemwald, Wichtrach, Zürich, Gähwil, Hochwald, Doppleschwand, Hunzikon, Grüsch, Samstagern, Bellmund, Winkel, Kirchberg, Zuchwil, Neukirch-Egnach und Neuenhof.

De grüen Duume

Der Garten wird im Oktober langsam auf den Winter vorbereitet. Das Laub kann unter dem Gehölz verstreut werden. Hat es noch genügend Kompost, wird es mit dem Laub vermischt und verteilt. Der Rasen und die Blumenwiese werden vor dem Einwintern nochmals geschnitten, das Laub regelmässig entfernt. Obstbäume können jetzt gepflanzt werden. Frostempfindliche Pflanzen kommen ins Winterquartier. Winterharte Pflanzen in Kübeln werden vor dem ersten Frost stark eingewässert. Robuste Rosen können bis zum ersten Schnee blühen, die Triebe werden auf Kniehöhe eingekürzt, empfindliche Rosen mit Reisig abgedeckt. Verblühte Stauden und Gräser wenn möglich stehen lassen, sie sehen im Frost schön aus und bieten nützlichen Insekten in Stängeln und Kapseln Schutz.

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

Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 11/19 erscheint am 31. Oktober 2019

Kalte Tage, heisse Suppen

Bei klirrender Kälte geniessen wir gerne eine heisse, gehaltvolle Suppe. Die Vielfalt an diesen Seelenwärmern ist so gross, dass Gemüseliebhaber ebenso auf ihre Kosten kommen wie Fleischtiger.

Apéro surprise

Guetzli, Cake Pops, Berliner oder Cupcakes kennen wir süss. Doch auch als herzhafte Version werden Sie sie lieben! Diese Häppchen überraschen von Käse-Cake-Pops über Spitzbuben mit Chili-Butter bis Schinken-Kräuter-Cupcakes.

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

Zeit für Kinder 100 BEA 100 POINTS BEA PUNKTE SEDO BRUGG www.bea.swiss

öise lade gedruckt in der Schweiz

Volg

Cailler®

PLAISIRS GOURMANDS
MIT ZARTER FÜLLUNG

NEU

*

*

*

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich