

AUGUST 2020

ÖISE LADE

KOCHEN, ENTDECKEN, ERLEBEN: DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG

ÖISI CHUCHI

Süss und herzhaft: Farbenfrohe Sommerkreationen vom Blech

ÖISES DORF

Seilbahn statt Schulbus in Wolfenschiessen NW

ÖISI SCHWIZ CHOICHE UND GNÜSSE

Ein kulinarischer Streifzug durch Schweizer Kantone

Volg

frisch und fröhlich

HAUSGEMACHTES SCHMECKT AM BESTEN.

Frisch aufgebrühter Kräutertee
—
Schweizer Minze
—
Mit Obstsaft gesüsst

auch in der
150 cl PET
Flasche
erhältlich

RAMSEIER
RAMSEIER'S
HUUS-TEE
Schweizer Minze



gesüsst
mit Obstsaft

0,5L



Die Kraft der Natur

INHALT



Ösi Chuchi
Schweizer Kantons-Liebe
geht durch den Magen



Öisi Chuchi
Feuerwerk der Farben:
Sommerträume vom Blech



Öises Dorf
Wolfenschiessen NW:
Wo man in die Schule schwebt



Feins vom Dorf
Safran aus Oberstammheim ZH

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

Wie die Schweiz reich an landschaftlicher Schönheit und kultureller Vielfalt ist, ist sie reich an kulinarischer Tradition – national, kantonal und lokal. Zu unserem Kulturgut gehören seit über 60 Jahren auch die original Schweizer Militärbiscuits. Zusammen mit der beliebten Militärschoggi sind sie rechtzeitig zum Nationalfeiertag wieder in jedem Volg erhältlich. Als Snacks sind sie ein beliebter Proviant für unterwegs, aber auch als Kochzutat zu Hause für eine Überraschung gut. Vier Rezeptideen finden Sie auf Seite 20. Ein kleiner Streifzug durch unsere vielseitigen Kantonsküchen erwartet Sie ab Seite 8. Und wie genial lokal schmeckt, beweisen die vielen einzigartigen «Feins vom Dorf»-Spezialitäten aus dem Volg immer wieder aufs Neue. Entdecken Sie am «Feins vom Dorf»-Tag am Samstag, 29. August 2020, in jedem Volg Köstliches aus dem Dorf und lernen Sie einige Produzenten persönlich kennen. Mehr darüber erfahren Sie auf Seite 31. Ich wünsche Ihnen einen genussvollen August und viel Lesefreude mit dieser Ausgabe.

frisch und fründlich



Philipp Zraggen
Vorsitzender der Geschäftsleitung

- 4 **CHUCHICHÄSCHTLI**
Monatshits und Saisontipps
- 8 **ÖISI CHUCHI**
Schweizer Kantonsküche
- 20 **SAISON FÜR ...**
Militärbiscuits und -schoggi
- 22 **ÖISES DORF**
Wo man in die Schule schwebt
- 24 **ÖISE FAVORIT**
Guten Morgen mit Hero Konfi
- 27 **TRAUMPAAR**
Käse und Wein des Monats
- 29 **WEIN-AKTIONEN**
Jetzt profitieren
- 31 **CHURZ & FÜNDIG**
Neues aus der Volg-Welt
- 32 **FEINS VOM DORF**
Safran aus Oberstammheim ZH
- 35 **NEU IM VOLG**
Entdecken und ausprobieren
- 37 **VOLG-KOCHKURSE**
Es geht ans Eingemachte!
- 39 **ÖISI CHUCHI**
Sommerbouquets vom Blech
- 48 **TYPISCH SCHWEIZ - TYPISCH VOLG**
Teigwaren aus Frauenfeld TG
- 50 **ÖISI UMWÄLT**
Betriebsstrom von der Sonne
- 53 **NATURENA**
Zirkusworkshop für Kinder
- 55 **NATURENA-KURSE**
Die neuen Kurse im September
- 56 **LESERREZEPT**
Tomaten-Pfirsich-Salat mit Mozzarella
- 59 **WETTBEWERB**
Gewinnen mit Malbuner
- 61 **KREUZWORTRÄTSEL**
Gewinnen mit Kuhn Rikon
- 62 **CHRUT & RÜEBLI**
Mundartlexikon: Frühstück Vorschau Impressum



DE GRÜNEN DUUME

Kräuter auf Vorrat

Wer jetzt Kräuter trocknet, kann den Sommer in die kalte Jahreszeit hinüberretten. Der beste Zeitpunkt für die Ernte ist ein sonniger Vormittag, wenn der nächtliche Tau abgetrocknet, die Mittagshitze aber noch fern ist. Einige Kräutersorten wie etwa Pfefferminze, Schnittlauch und Dill schmecken vor der Blüte zwar am intensivsten, lassen sich aber auch danach gut konservieren. Gesunde Zweige gut ausschütteln und vergilbte Blätter entfernen. Maximal sechs Zweige mit Bast oder Schnur zusammenbinden. Wasserhaltige Kräuter wie etwa Basilikum oder Schnittlauch eher kleiner bündeln. An einem warmen, luftigen und vor direktem Sonnenlicht geschützten Ort aufhängen. Nach circa einer Woche sind die Kräuter trocken. In einem Glas mit Schraubdeckel an einem kühlen, trockenen und lichtgeschützten Ort aufbewahren.

WETTBEWERB AUF SEITE 59

Prima Proviant

Das «Pocket Sandwich» vom Traditionsunternehmen Malbuner im St. Galler Rheintal ist ein super Snack zum Mitnehmen. Gefüllt mit dezent gewürzter Salami schmeckt das Einklemmte Klein und Gross. Kein Wunder, wurde es mehrfach ausgezeichnet. Malbuner steht denn auch für hervorragendes Metzgerhandwerk, viel Innovationsfreude und nicht zuletzt für ein Stück Schweiz. Denn Malbuner setzt ausschliesslich auf Schweizer Fleisch. Wie bei allen Spezialitäten von Malbuner wird auch der Salami im «Pocket Sandwich» viel Zeit gelassen, um auf natürliche Art zur Vollendung heranzureifen.



NATIONALWURST

Der Cervelas ist ein Zipfel Heimat, sein Charakter entsprechend typisch schweizerisch. Eine Wurst für alle, da sie allen ganz viel Spielraum für persönliche Vorlieben lässt - sei es in der Art ihrer Zubereitung, sei es in den Motiven, mit denen der Cervelas eingeritzt werden kann, um beim Grillieren individuell zu brillieren.

CHUCHICHÄSCHTLI

PEPERONI- UND CHILIKERNE

RÜBIS & STÜBIS

Wer Peperoni oder Chili verwendet, entfernt zuvor meist die Kerne. Statt die Winzlinge fortzuwerfen, kann man diese auch trocknen. Vor allem Chilikerne ergeben getrocknet ein pikantes Gewürz. Dafür einfach die Kerne auf ein sauberes Küchentuch legen und von Zeit zu Zeit wenden, bis sie trocken sind. Ganz oder gemörsert in einem Glas mit Schraubdeckel aufbewahren.



NEUE MONATSHITS

Für den Grillplausch im August

Auch im August heisst es: Ran an den Grill! Die beiden Monatshits vom Volg sind wie geschaffen dafür: zarte Poulet-Spiessli aus Schweizer Poulet-Innenfilets mit klassischer Paprika-Poulet-Marinade und Schweinsteaks mit Knoblauch-Marinade, die alle Fans der charakterstarken Knolle lieben werden. Beide Spezialitäten lassen sich übrigens auch super in der Pfanne zubereiten.



«Der Tau tut dem August so not wie jedermann das täglich' Brot.»

Bauernregel im August



HOME MADE

MITBRINGSEL

Jetzt ist Erntezeit im Garten und somit der richtige Zeitpunkt, Früchte und Gemüse einzumachen. Da «Home made»-Köstlichkeiten wie Konfi, Sugo oder Pesto bekanntlich auch beliebte Mitbringsel sind, unbedingt daran denken, die Gläser nach dem Verschliessen möglichst ausführlich zu beschriften. Die Beschenkten wissen es zu schätzen, wenn nebst der Produktbezeichnung und dem Herstellungsdatum auch die Zutaten aufgeführt sind.

FÜR FILMREIFE MOMENTE

m&m's



CHUCHICHÄSCHTLI



RAUCH ERWÜNSCHT

Räuchern ist magisch und darum auch beim Grillieren zum Trend avanciert. Aus gutem Grund: Mit Kräutern parfümierter Rauch verleiht Fleisch, Fisch, Gemüse und Früchten einzigartige Aromen.

TIPPS

- Beim indirekten Grillieren Kräuter in die Tropfschale legen. Durch die Hitze fangen sie an zu rauchen und parfümieren so Gemüse, Fleisch und Fisch.
- Beim direkten Grillieren werden die Kräuter locker in Alufolie gepackt, die Päckli mit einer Gabel perforiert und so auf die Glut gelegt.
- Eine andere Möglichkeit ist, Fleisch, Fisch oder Gemüse mit dem Messer einzuschneiden und die Kräuter in die Taschen zu stecken oder – bei Pouletschenkel – diese unter die Haut zu schieben.
- Unbedingt frische Kräuter verwenden, getrocknete verbrennen zu schnell.
- Geeignete Kräuter zum Räuchern sind zum Beispiel Thymian, Salbei, Rosmarin, Oregano, Majoran, Wacholderbeeren, Lavendel, Bohnenkraut und Lorbeerzweige.



Trick 77

Pizza teilen

Eine knusprig gebackene Pizza so in Stücke zu schneiden, dass Rand und Belag einigermaßen in Form bleiben, ist ohne scharfes Pizzarad eine Herausforderung. Rasch und ruckzuck gehts mit einer Küchenschere. Diese lässt sich übrigens auch prima für Flammkuchen verwenden und leistet sogar bei Wähe gute Dienste.

Zwei, die wir lieben!

Echter Schweizer Kult, vielseitig im Genuss und perfekt für den Vorrat: Die Militärbiscuits von Kambly nach Originalrezeptur und die Militärschoggi aus feiner Milkschokolade gehören jetzt wieder zum Poschti-«Sackbefehl» im Volg – denn die muss man einfach haben! Die beiden Schweizer Armee-Produkte sind rechtzeitig zum Nationalfeiertag schon zur Tradition im Volg geworden. Sie sättigen lange und sind damit die perfekte Stärkung auf einer Wanderung oder einer Velotour. Und zu Hause? Da knuspert man sie einfach so oder bereitet Feines mit ihnen zu. Vier neue Rezeptideen finden Sie auf Seite 20 und weitere unter www.volg.ch/rezepte (Suchbegriff «Militär»). Also, Abmarsch in den Volg – «es hät, solangs hät».



Militärbiscuits
100 g, Fr. 2.50



Armee-Schokolade
3 x 50 g, Fr. 3.95

ÄMMITALER CHÄSSALAT

Radieschen bringen eine feine leichte Schärfe in den Emmentaler Käsesalat, Cornichons und Silberzwiebeln den Frischekick. Rezept auf Seite 19



ÖISI SCHWITZ ZUM ÄSSE GERN



In der Schweiz kocht jeder Kanton sein eigenes Süsschen. Das macht unser Land so abwechslungsreich wie Berg und Tal. Eine kulinarische Tour de Suisse zur Feier des 729. Geburtstags.

Alle Rezepte
finden Sie
auch unter
[www.volg.ch/
rezepte](http://www.volg.ch/rezepte)

**ST. GALLER BRATWURST
MIT ZWIEBELSAUCE**

Die St. Galler Bratwurst wird
üblicherweise von Hand
gegessen. Mit Zwiebelsauce
wird sie zur Gabelfreude.
Rezept auf Seite 19

*Das Lagerbier,
inspiriert vom
Gründungsrezept*

FELDSCHLÖSSCHEN 1876 6X50CL
CHF 10.80 STATT CHF 13.80
GÜLTIG VOM 3.8. BIS 9.8.2020 [SOLANGE VORRAT]

Mit Verantwortung
geniessen.



Feldschlösschen 1876
Das Vermächtnis unseres Gründervaters





SCHAFFHAUSER RIESLINGSUPPE

VORSPEISE für 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
KOCHEN LASSEN ca. 25 Minuten

- 80 g Lauch**, in kleinen Würfeln
- 50 g Sellerie**, in kleinen Würfeln
- 1 Zwiebel**, fein gehackt
- 1 EL Butter**
- 1 EL Weissmehl**
- 8 dl Gemüsebouillon**
- 1 Lorbeerblatt**
- 3 dl Weisswein**, z. B. Riesling-Silvaner
- 1 dl Vollrahm**
- Wenig Schnittlauch**, fein geschnitten

1. Das Gemüse in der heissen Butter 4–6 Minuten andämpfen. Mit Mehl bestäuben. Bouillon und Lorbeerblatt dazugeben, zugedeckt 20–25 Minuten köcheln lassen. Lorbeerblatt entfernen, Riesling und Rahm dazugießen, weitere 10 Minuten köcheln lassen. Suppe fein pürieren, anrichten. Mit Schnittlauch bestreuen.



ÖISE WITIPP

Goldbeere Riesling-Silvaner, Schweiz, 2018, 75 cl
 Der würzig-fruchtige Riesling-Silvaner gibt der Suppe die perfekte Note und ist auch zum Essen der ideale Begleiter.



WALLISER CHOLERA

FÜR ca. 12 Stück
ZUBEREITEN ca. 45 Minuten
BACKEN ca. 45 Minuten
1 Kuchen-/Wähenblech von 30 cm Ø
Backpapier für das Blech

FÜLLUNG

- 2 Zwiebeln**, in feinen Streifen
- 150 g Lauch**, in feinen Streifen
- 200 g Bratspeck**, in feinen Streifen
- 1 EL Butter**
- 400 g festkochende Kartoffeln**, gekocht (z. B. Gschweltli vom Vortag), geschält, in feinen Scheiben
- 300 g Raclettekäse**, nature, grob gerieben
- 1 Apfel**, fein gehobelt
- Salz, Pfeffer**
- 2 rund ausgewählte Blätterteige**
- 1 Ei**, verquirlt

1. Füllung: Zwiebeln, Lauch und Speck in der heissen Butter andämpfen, leicht auskühlen lassen. Mit Kartoffeln, Käse und Apfel mischen, würzen.
 2. Eine Blätterteigrondele mitsamt Backpapier auf das vorbereitete Blech legen, Teigboden mit einer Gabel dicht einstechen. Die Füllung daraufgeben. Teigrand mit wenig Ei bestreichen, zweite Blätterteigrondele darauflegen, Rand gut andrücken. Teigdeckel mit restlichem Ei bestreichen, mit der Gabel einstechen. In der Mitte des auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens 40–45 Minuten backen.

ÖISE TIPP

Mit einem bunten Blattsalat servieren.





**FREUDE
AUS DER
FRUCHT!**

*Gönnen Sie sich
eine fruchtige
Auszeit!*

granini®

ZÜRCHER GESCHNETZELTES

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

- 600 g** Kalbsschnitzel, in Streifen, **oder Poulet-geschnetzeltes**
- 1 EL** Bratbutter
- ¾ TL** Salz
- Wenig** Pfeffer
- 1** Zwiebel, fein gehackt
- 250 g** Champignons, in dünnen Scheiben
- 1 EL** Weissmehl
- 1 dl** Weisswein
- 1 dl** Fleischbouillon
- 2 dl** Vollrahm
- Wenig** Schnittlauch, gehackt

1. Fleisch in der sehr heissen Butter portionenweise 1-2 Minuten anbraten, würzen, im auf 80°C vorgeheizten Ofen warm stellen. Hitze der Herdplatte reduzieren, in der gleichen Pfanne die Zwiebel glasig dämpfen. Champignons begeben, kurz mitdämpfen, mit dem Mehl bestäuben. Mit Wein ablöschen, Bouillon dazugeben, zur Hälfte einkochen lassen. Rahm begeben, etwas einköcheln lassen. Fleisch begeben, kurz aufwärmen und den Schnittlauch darüberstreuen.

ÖISE TIPP

Traditionell serviert man dazu Röstli oder Nudeln.



PLAIN IN PIGNA

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
BACKEN ca. 50 Minuten
Gratinform von 2 Liter Inhalt

Wenig Butter für die Form

- 800 g** rohe, festkochende Kartoffeln, geschält, an der Röstiraffel gerieben
- 180 g** Bratspeck, in feinen Streifen
- 100 g** Bündner Rohschinken oder Bündnerfleisch, in feinen Streifen
- 1** Knoblauchzehe, gepresst
- Salz, Pfeffer**
- Wenig** Muskatnuss
- 120 g** grober Bramatamais oder Polenta Ticinese
- 2 dl** Vollmilch

1. Kartoffeln mit Speck, Trockenfleisch und Knoblauch mischen, würzen. Mais daruntermischen. Masse in die vorbereitete Form geben, Milch dazugießen. In der Mitte des auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens 40-50 Minuten backen.

ÖISE TIPP

Mit einem Blattsalat servieren.




Lactosefreier Genuss ohne Kompromisse.



BIO LACTOSEFREI Verträglicher
und bekömmlicher Bio-Genuss
mit den lactosefreien Produkten
der Molkerei Biedermann.



FOLGE
UNS AUF  

MOLKEREI-BIEDERMANN.CH



 **AARGAUER RÜEBLITORTE**

FÜR 12 Stück
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
BACKEN ca. 50 Minuten
 Springform von 24 cm Ø
 Backpapier für den Formenboden

12 Marzipanrübli zum Garnieren

Wenig Butter für die Form

1. Formenboden mit Backpapier belegen, Rand einfetten.
2. Teig: Mehl mit Backpulver und Mandeln mischen. Eiweisse mit Salz steif schlagen. Eigelbe mit Wasser verrühren, Zucker begeben und schaumig rühren. Zitronenschale, Zimt und Rübli dazugeben, mischen. Eischnee und Mandelmischung sorgfältig darunterrühren.
3. Teig in die vorbereitete Form füllen. In der unteren Ofenhälfte des auf 180°C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 50 Minuten backen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen. Form vorsichtig entfernen, Torte auf ein Gitter stellen.
4. Garnitur: Konfitüre erwärmen, durch ein Sieb streichen, Torte damit bestreichen. Puderzucker mit Zitronensaft zu einer Glasur verrühren. Torte glasieren und mit den Marzipanrübli garnieren.

TEIG

- 75 g Weissmehl**
- 1 TL Backpulver**
- 200 g geschälte geriebene Mandeln**
- 5 Eiweiss**
- 1 Prise Salz**
- 5 Eigelb**
- 2 EL Wasser, heiss**
- 150 g Zucker**
- ½ Zitrone, heiss abgospült, abgeriebene Schale**
- ½ TL Zimt**
- 350 g Rübli, geschält, an der Bircherraffel gerieben**

GARNITUR

- 6 EL Aprikosenkonfitüre**
- 250 g Puderzucker**
- Wenig Zitronensaft**

 **GLARNER ZIGERHÖRNLI**

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 35 Minuten

RÖSTZWIEBELN

- 3 Zwiebeln, in feinen Ringen**
- 1 EL Weissmehl**
- Salz, Pfeffer**
- 2 EL Bratbutter**

APFELSCHNITZE

- 3 Äpfel (z. B. Braeburn), in Schnitzen**
- 4 EL Zucker**
- 0,5 dl Wasser**

ZIGERHÖRNLI

- 2 dl Vollrahm**
- 1 dl Milch**
- 50 g Emmentaler, gerieben**
- 160 g Zigerbutter Zibu**
- Salz, Pfeffer**
- Wenig Muskatnuss**
- 400 g Hörnli**
- 2 EL Schnittlauch, fein geschnitten**

1. Röstzwiebeln: Zwiebelringe mit Mehl in einer Schüssel mischen, würzen. In Butter bei mittlerer Hitze 5–8 Minuten goldbraun braten.
2. Apfelschnitze: Schnitze mit Zucker und Wasser 5–8 Minuten köcheln lassen.
3. Zigerhörnli: Rahm und Milch aufkochen, Pfanne von der Platte ziehen, Emmentaler und Ziger begeben, würzen. Rühren, bis eine sämige Sauce entsteht. Hörnli in siedendem Salzwasser bissfest kochen, abgiessen, abtropfen lassen, mit der Sauce mischen. Mit Röstzwiebeln und Schnittlauch garnieren. Apfelschnitze dazu servieren.



Deckel auf

GET #LIPTONICED





 **OBWALDNER CHOLERMUÄS**

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 15 Minuten

- 1 dl Vollmilch**
- 2 dl Vollrahm**
- 200 g Weissmehl**
- 4 Eier, verquirlt**
- 20 g Zucker**
- 1 Prise Salz**
- 2 EL Butter**

- 300 g Himbeeren**
- 2 EL Zucker**
- 2 TL Wasser**

Wenig Zimt-Zucker-Mischung

- 1.** Milch, Rahm und Mehl mit dem Schwingbesen zu einem glatten, dickflüssigen Teig verrühren. Eier, Zucker und Salz darunter-rühren. Butter in einer Bratpfanne schmelzen lassen. Die Hälfte des Teiges hineingeben, ca. 3 Minuten stocken lassen. Vorsichtig umdrehen und ebenfalls stocken lassen. Mit einer Kelle den Teig in Stücke teilen. Herausnehmen, warm stellen. Die zweite Hälfte begeben und gleich verfahren.
- 2.** Himbeeren mit Zucker und Wasser mischen, 2 Minuten köcheln lassen. Cholermuäs mit Himbeeren anrichten, Zimt-Zucker-Mischung darüberstreuen.

ÖISE TIPP

Statt mit Beeren mit Apfelmus servieren. Das Cholermuäs passt zum Zmorge wie auch als süsser Znacht.

SO ENTSTEHT DAS CHOLERMUÄS



Butter in einer Bratpfanne schmelzen lassen. Die Hälfte des Teiges hineingeben.



Ca. 3 Minuten stocken lassen. Vorsichtig umdrehen und ebenfalls stocken lassen.



Mit einer Kelle den Teig in Stücke teilen.



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Veredelt von Höhle und Meister.



ÄMMITALER CHÄSSALAT

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

SAUCE

- 8 EL Rapsöl
- 3 EL Kräuteressig
- 2 EL Senf
- 1 TL Zucker
- Salz, Pfeffer

SALAT

- 500 g Emmentaler, in feinen Streifen
- 8 Radieschen, in Scheibchen
- 80 g Silberzwiebeln, halbiert
- 80 g Cornichons, in Scheibchen
- 2 EL Schnittlauch, fein geschnitten

1. Sauce: Alle Zutaten gut verrühren.
2. Salat: Alle Zutaten mit der Sauce mischen, servieren.



ST. GALLER BRATWURST MIT ZWIEBELSAUCE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

- 4 St. Galler Bratwürste
- 1 EL Butter
- 3 grosse Zwiebeln, in feinen Ringen
- 1 TL Weissmehl
- 1 EL Tomatenpüree
- 2 dl Fleischbouillon oder Bratensauce

1. Würste in der heissen Butter beidseitig je 5-7 Minuten anbraten. Herausnehmen, warm stellen. In derselben Pfanne die Zwiebelringe bei mittlerer Hitze anrösten. Mit Mehl bestäuben. Tomatenpüree dazugeben, kurz mitdünsten. Bouillon dazugießen, 5 Minuten köcheln lassen. Würste zurück in die Pfanne geben, mit der Sauce mischen, kurz ziehen lassen.

ÖISE TIPP

Dazu serviert man traditionell Rösti. Auch Kartoffelstock passt gut als Beilage.






Anzeige

WESTSCHWEIZER WEINHANDWERK

Prestige steht drauf - Prestige ist drin.

Der Chasselas bringt die Mineralität, eine Nuance Chardonnay für die Struktur und etwas Riesling-Silvaner für eine ausgewogene Säure.

-  Eine Assemblage aus Chasselas, Chardonnay und Riesling-Silvaner.
-  Vielschichtiges Bouquet mit rassigem Auftakt und lang anhaltendem Abgang.
-  Eglifilets, Pouletbrüstchen, Ramequin, Käsegerichten und als Aperitif.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



SAISON FÜR ...

MILITÄRBISCUITS UND -SCHOGGI

Jetzt gibt es im Volg wieder Militärbiscuits und Militärschoggi zum Knabbern oder Zubereiten von feinen Kleinigkeiten. Wie immer gilt: Es hät, solangs hät.

ERDNUSSWÜRFEL

50 g Militärbiscuits fein zerbröckeln, mit 20 g Butter, 100 g Volg Familienpreis Haselnussbrottaufstrich und 100 g gehackten Erdnüssen mischen, Masse in eine mit Folie ausgelegte Cakeform füllen, kühl stellen. 100 g Militärschoggi über dem Wasserbad schmelzen, darübergießen, glatt streichen, ca. 30 Minuten kühl stellen. Mit einem heißen Messer Würfel schneiden.



GÖTTERSPEISE

5 dl Vollmilch, 1 EL Maizena, 2 Eier und 5 EL Zucker in einer Pfanne unter Rühren aufkochen, kurz vors Kochen bringen. 100 g Militärschoggi, fein gehackt, darunterühren, Crème absieben, auskühlen lassen. Crème, 150 g Militärbiscuits und 200 g gemischte Beeren abwechslungsweise in eine Glasform von ca. 2 Litern schichten.





GORGONZOLA- APÉRO-GUETZLI

150 g Gorgonzola, zerbröckelt, mit 1 dl steif geschlagenem Vollrahm mischen, 30 g gehackte Baumnüsse daruntermischen. Masse auf Militärbiscuits streichen. Mit 2 Birnen, in Schnitzchen, und Basilikum garnieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.



BISCUITS MIT THONDIP

200 g Thon mit 250 g Mascarpone und 3 EL Essiggurkenwasser fein pürieren. 1 Zwiebel und 3 Essiggurken daruntermischen. Mit 5 Radieschen garnieren. Mit 100 g Militärbiscuits zum Dippen servieren.

Jasmin (9) und Luzia (4) fahren manchmal mehrmals täglich mit ihrem «Seilbähndli» von Wolfenschiessen, wo sie in die Schule gehen oder Freunde besuchen, nach Hause auf die Diegisbalm.

AUS LIEBE ZUM DORF WO MAN IN DIE SCHULE SCHWEBT



Wortwörtlich ein Kinderspiel: Jasmin kennt jeden Knopf in der Seilbahn – und pilotiert sich und ihre Schwester Luzia selbstständig ins Dorf und zurück.



Luzias ganzer Stolz: Im «Dallenwiler Geisschäs» steckt auch die Milch von «ihren» Ziegen.

Mit der eigenen Seilbahn bis vor die Haustüre auf der Alm: Der Schulweg von Luzia und Jasmin in Wolfenschiessen NW hat alles, wovon andere Kinder nur träumen können.

Ihre erste Seilbahnfahrt erlebte Jasmin (9), als sie erst wenige Stunden auf der Welt war. Und seit sie fünf Jahre alt ist, bedient sie ihr «Seilbändli» schon ganz allein. Aus gutem Grund. In Wolfenschiessen, wo die Alpschaften hoch über steilen Tälern thronen, sind Kleinseilbahnen für viele Bauernbetriebe das Rückgrat des Alltags. So wie für Familie Wyrtsch-Gwerder.

«Unseren Lieblingskäse aus der Milch unserer Ziegen kaufe ich nur im Volg.»

2010 übernahmen Anita und Max Wyrtsch-Gwerder den Hof auf der Diegisbalm, 1000 Meter über Meer. Dort führen sie seither einen Milchwirtschaftsbetrieb mit einer Kuh- und einer Ziegenherde. Die Milch, die sie geben, wird im Tal zu Käse, Butter, Rahm und im Sommer sogar zu Rahm-Glacés verarbeitet. «Besonders stolz sind wir aber alle auf den urtypischen Dallenwiler Geisschäs, den die Käserie im Nachbardorf aus unserer Ziegenmilch herstellt», erzählt Anita Wyrtsch-Gwerder und kommt sogleich ins Schwärmen: «Das ist unser absoluter Lieblingskäse.»

Auch der Volg Wolfenschiessen hat den «Dallenwiler Geisschäs» im Kühlregal – sehr zur Freude von Anita Wyrtsch-Gwerder, die ihn ausschliesslich dort kauft. «Das ist natürlich etwas ganz Besonderes, wenn man quasi die Früchte seiner Arbeit ins Poschtiwägeli legen kann.»

Der direkte Draht ins Dorfleben

Alles, was Familie Wyrtsch-Gwerder einkauft oder ausliefert, fährt den steilen Weg hoch zur Diegisbalm – oder von da hinunter – mit dem «Bändli». Es ist eine von gut zwei Dutzend Kleinseilbahnen im Kanton Nidwalden, die hauptsächlich privat betrieben werden. Für vier Familien, die auf der Alp und weiter oben wohnen, dient sie als Hauptverbindung zum Dorf und zum Dorfleben. Aber auch Jasmin (9) und Luzia (4) können dank ihr schon ganz selbstständig ins Dorf zur Schule, Freunde und Freundinnen besuchen oder einkaufen gehen. «Manchmal fahren wir mehrmals am Tag Seilbahn», sagen

die beiden lachend und betuern, während sie die Baumwipfel bestaunen: «Langweilig wird es uns aber nie!»

Obwohl privat betrieben, dürfen alle Dorfbewohner und auch Wanderer die Seilbahn nach Belieben nutzen. Auch Julia Niederberger, Leiterin im Volg Wolfenschiessen, tut das regelmässig: «Meine Grossmutter wohnt oben, gleich neben dem Hof der Familie Wyrtsch-Gwerder. So kann ich sie auch mal kurz auf einen Kaffee besuchen.» Dann wirft sie jeweils wie jeder, der die Seilbahn nutzt, den Fahrpreis ins bereitstehende Kässeli, um so zum Betrieb und Unterhalt beizutragen. «Ehrensache», sagt sie und erklärt: «Wir sind ja alle froh, dass es dieses Bändli gibt.»



Aus Liebe zum Dorf

«Aus Liebe zum Dorf» ist Volg über 580 Mal im Dorf daheim. Das Einkaufen im Volg steht für geografische wie persönliche Nähe. Deshalb stehen persönliche Dorfgeschichten auch im Zentrum unserer Werbung. Entdecken Sie alle Dorfgeschichten mit weiteren Bildern und Videos: volg.ch/dorfgeschichten





Einen versüssten Start in den Tag!

Ob Zmorge, Brunch oder Café complet: Hero Konfitüren gehören dazu. Seit über 130 Jahren krönt das Schweizer Traditionsunternehmen aus Lenzburg Zopf, Brot und Gipfeli mit besten Brotaufstrichen in vielfältiger Auswahl.



Trendig

Jam Jam Konfi von Hero ist die erste Konfitüre, die gemeinsam mit über hundert Schweizer Konfi-Fans und Food-Influencern entwickelt worden ist. Entstanden sind feine Konfitüren mit individuellem Fruchtanteil pro Sorte. So können sich etwa Aprikose und Erdbeere von ihrer besten Seite zeigen. Bei Sunny Strawberry und Happy Apricot landen übrigens ausschliesslich Schweizer Früchte im Glas. Neugierig? Die feinen Gute-Laune-Konfis gibts in jedem Volg.

CREMIG

Wer die Abwechslung auf dem Zmorgetisch liebt – für den ist der fein cremige Kakao-Nuss-Brottaufstrich genau richtig. Hero Le Cacao wird in der Schweiz mit hochwertiger Schokolade hergestellt – ohne Palmöl und mit Fair-Trade-zertifiziertem Kakao. Die bei Kindern und Erwachsenen beliebte Streichcreme muss man einfach probiert haben!

Einmalig

Knuspriges Brot, Butter und als Krönung feinste Delicia Konfitüre von Hero: So frühstücken kleine und grosse Könige in der Schweiz! Die beliebte Schweizer Konfitürenmarke wird nach Originalrezepten mit besten Früchten von ausgewählten Bauern hergestellt. Hero Delicia gibt es in bunter Auswahl für jeden Geschmack – ein Must-have auf jedem Zmorgetisch!

PFIFFIG

Alle Hero Brotaufstriche lassen sich natürlich auch prima für süsse Desserts, Kuchen und andere Gebäcke verwenden, zum Beispiel für ein Himbeertiramisu oder einen Le Cacao Russenzopf. Inspirationen und Rezepte gibt es unter www.hero.ch/konfituren, Stichwort: Zmorgestudio



MIIS HIESTAND-GRILLBROT

OFEFRÜSCH, CHNUSPRIG, GUET.



für alli Steaks

super mit Fisch

zum saftigen Poulet

zum Cervelat

mit Chnolibutter


mit Grillmües

zu Halloumi-Chäs

zur Bratwurst



IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTlich.

Hiestand 

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK

Käse & Wein

APPENZELER EXTRA-WÜRZIG
SCHWEIZER HARTKÄSE

GOLDBEERE G CUVÉE PRESTIGE
SCHWEIZ, 75 CL

Ein würziges Doppel

Edel, die schwarz-goldene Etikette, vom Feinsten sein Geschmack: Der Appenzeller Extra-Würzig wird sechs Monate mit der geheimnisvollen Kräutersulz gepflegt und erhält so ein ganz besonderes Aroma. Ein Käse, den man kennen muss! Mit der pfeffrigen Würze passt der Goldbeere G Cuvée Prestige perfekt dazu.

Goldbeere G Cuvée Prestige,
Schweiz 75 cl

-20%
11.90
statt 14.95

Appenzeller
Extra-Würzig
Portion 200 g (per 100 g)
statt CHF 2.30

CHF 1.80

Am Stück per 100 g
statt CHF 2.60

CHF 1.80

WEIN
DES
MONATS

KÄSE
DES
MONATS





Schweizer Käse hat Qualität.

Weil man sich jederzeit auf uns verlassen kann.



Schweiz. Natürlich.

Unser Schweizer Käse.
www.schweizerkaese.ch



JETZT PROFITIEREN!



Goldbeere G Cuvée de Blancs Prestige Schweiz, 2017, 75 cl, 17.25 Punkte*

Chasselas, Chardonnay, Riesling-Silvaner ☉ gelb mit grünen Reflexen ☼ frisch, fruchtig, ausgewogen ☽ 8-10 °C ☿ Aperitif

-26% **9.90**
statt 13.50

Goldbeere G Cuvée Prestige Schweiz, 2018, 75 cl, 17 Punkte*

Dornfelder, Pinot Noir, Gamaret, Merlot ☉ rubinrot ☼ tief, fruchtig, würzig ☽ 14-16 °C ☿ Wild, Lamm, Ente

-20% **11.90**
statt 14.95



WEIN
DES
MONATS



Oeil-de-Perdrix AOC Valais

Nid d'Amour, Schweiz, 2019, 75 cl, 17.5 Punkte*

Pinot Noir ☉ lachsfarben ☼ fruchtbetont, harmonisch, frisch ☽ 8-10 °C ☿ leichte Sommergerichte, Aperitif

-20% **9.70**
statt 12.20

Merlot Ticino DOC

Selezione d'Autore, Schweiz, 2018, 75 cl, 17 Punkte*

Merlot ☉ leuchtendes Rubinrot ☼ fruchtig, leicht würzig ☽ 16-18 °C ☿ Polenta, Risotto, Pilzgerichte, Salami

11.60
statt 13.95



Marqués de Riscal Rueda DO

Spanien, 2019, 75 cl

Verdejo, Viura ☉ helles Zitronengelb ☼ frisch, tropisch mit elegantem Abgang ☽ 8-10 °C ☿ Fisch, Meeresfrüchte, Teigwaren

-20% **9.90**
statt 12.50

Marqués de Riscal Rioja DOCa Reserva

Spanien, 2015, 75 cl, 17.5 Punkte*

Tempranillo, Graciano, Mazuelo ☉ kirschfarben ☼ balsamisch, würzig, vielfältig ☽ 16-18 °C ☿ Grillfleisch, Braten

-22% **16.90**
statt 21.80



Moscato Mirada

Valencia DO, Spanien, 2019, 75 cl

Moscato ☉ goldgelb leuchtend ☼ frisch, fruchtig, mit floralen Noten ☽ 6-8 °C ☿ Apéro, Früchte, Gebäck

-21% **7.50**
statt 9.50

Valpolicella Ripasso DOC Superiore

Zeni, Italien, 2017, 75 cl, 17.5 Punkte*

Corvina, Rondinella, Molinara ☉ rubinrot ☼ fruchtbetont, harmonisch ☽ 16-17 °C ☿ Pizza, Pasta

-21% **12.50**
statt 15.95



Diese Aktion
gilt vom
27.7.2020 bis
30.8.2020
solange Vorrat
Jahrgangsänderungen
vorbehalten

Bestellen Sie
diese Weine
im 6er-Karton in
Ihrem Volg oder
direkt unter
www.wein.volg.ch

* Die Punktebewertungen stammen aus dem «Weinseller» von Chandra Kurt.
Volg-Weine mit 17 oder mehr Punkten erhalten die «Weinseller Medaille d'Or».

Hol dir dein Feldschlösschen!

Feldschlösschen Original 6X50cl

**In Aktion vom
3.8. bis 9.8.2020**

(solange Vorrat)

Mit Verantwortung
genossen.



Feldschlösschen verbindet

Weitere Infos unter www.feldschloesschen.ch



Seit 1876 gebraut in der Schweiz





FÜR MEHR KINDERLACHEN HERZENSGUTER JASS



Der «Volg Jass mit Herz» am Samstag, 19. September 2020, ist wortwörtlich eine herzensgute Sache. Auf dem Volg-Erlebnishof in Hüttwilen TG erwartet Sie Spielspass in ländlicher Umgebung und Sie schenken erst noch mehr Kinderlachen: Die Teilnahmegebühren von diesem Turnier gehen vollumfänglich an die Stiftung Theodora, die Kindern im Spital und in spezialisierten Institutionen mit ihren Traumdoktoren Abwechslung und Freude bereitet. Geniessen Sie Unterhaltungsmusik, ein regionales Bauernmenü und gewinnen Sie mit Taktik und Spielgeschick feine Tagespreise vom Hof. Die drei besten Jasser sichern sich zudem den Einzug ins Finale, wo um Ferien in der Schweiz im Gesamtwert von rund 3000 Franken gespielt wird. Informationen und Anmeldung unter www.naturena.ch. Anmeldeschluss ist der 4. September 2020.

AUGUST
2020

SAMSTAG
29

Spezialitäten aus dem Dorf im Volg entdecken

Welche Spezialitäten aus dem Dorf gibt es in Ihrem Volg, was und wer steckt dahinter? Finden Sie es heraus! Am Samstag, 29. August 2020, findet in allen Volg-Läden wieder der «Feins vom Dorf»-Tag statt. Von 9 bis 16 Uhr laden wir Sie ein zur Entdeckungstour. Degustieren Sie Spezialitäten, lernen Sie einige lokale Produzenten persönlich kennen und gewinnen Sie beim Wettbewerb mit etwas Glück eine von rund 600 gefüllten Volg-Einkaufstaschen oder einen der fünf Hauptpreise – je ein 3-Minuten-Gratiseinkauf. Merken Sie sich den Tag heute schon vor – wir freuen uns auf Ihren Besuch!





Das rote Gold aus dem Weinland

Im Zürcher Weinland baut Familie Wirth Safran an. Und gehört damit zu den raren Schweizer Produzenten des roten Goldes. Im Volg Oberstammheim wird die Kostbarkeit angeboten.

Noch schlummert er im dunklen Erdreich, denn seine Blütezeit ist erst im Oktober. Doch dann bringt er den Hof der Familie Wirth bei Oberstammheim im Zürcher Weinland regelrecht zum Leuchten: der Safran.

Seit ein paar Jahren bauen Wirths Safran-Krokus an. «Das war eine richtige Bieridee damals», erzählt Koni Wirth, der den Vorschlag von einem erfolglosen Angelausflug mit nach Hause brachte. Weil kein Fisch angebissen habe, sei er mit seinem Angelkollegen zum Bier, und da habe der plötzlich gemeint: «Probiert doch mal mit dem Anbau von Safran. Das könnte funktionieren.»

Also besorgte sich Koni Wirth 500 Safranzwiebeln in Frankreich und setzte sie in den Gemüsegarten seiner Frau Doris. Gerade mal 1,1 Gramm Safran erbrachte die erste Ernte 2013, heute liefern 200 000 Pflanzen bis zu 400 Gramm «rotes Gold». Wobei es in schlechten Jahren auch mal nur 50 Gramm sein können, denn der *Crocus sativus* ist ein launisches Pflänzchen.

Die Ernte erfordert Fingerspitzengefühl

Dass der Safran in Oberstammheim so gut gedeiht, ist denn auch nicht selbstverständlich. «Es braucht den richtigen Boden, viel Sonnenschein und eine ganze Menge Erfahrung», erklärt Adrian Wirth, der Anfang Jahr

den Hof von seinen Eltern übernommen hat. Erfahrungen, die er selber machen musste. Denn, «wer Safran anbaut, gibt die Geheimnisse nicht weiter», lacht Papa Koni.

Safran ist das teuerste Gewürz der Welt. Der hohe Preis beruht auf seiner Seltenheit und vor allem der vielen Arbeit, die dahintersteckt. Jede einzelne der Krokusblüten wird sorgfältig von Hand geerntet. Danach werden die drei Safranfäden mit viel Fingerspitzengefühl aus den Kelchen gezupft. Etwa 180 Fäden ergeben 1 Gramm Safran. Doch erst nach dem sorgfältigen Trocknen und zwei Monaten Lagerzeit entfaltet das Edelgewürz sein unvergleichliches Aroma.



Koni und Doris Wirth setzen auf ihrem Hof in Oberstammheim Safranzwiebeln (oben links). Die Ernte der leuchtend roten Safranfäden erfolgt in Handarbeit, eine Blüte bietet lediglich drei davon. Adrian Wirth (Mitte unten rechts) präsentiert den Eltern «seine» erste Ernte.

Zum Kochen rechnet man mit sechs bis acht Fäden pro Person. «Es empfiehlt sich, die Fäden vor dem Gebrauch zu mörsern oder in Wasser einzulegen und dann mit dem Einweichwasser zur Speise zu geben», weiss Doris Wirth, die Safran sogar für Knöpfli oder beim Brotbacken verwendet.

Die Bäuerin füllt die Fäden in kleine Töpfchen zu einem halben oder ganzen Gramm und verpackt sie liebevoll von Hand. Erhältlich ist die Kostbarkeit ab Hof oder im Volg Oberstammheim. «Ich bin sehr froh, dass wir den Volg beliefern dürfen», sagt Doris Wirth. «So kommen viele Kunden in den Genuss unseres einmaligen Safrans.»



ENTDECKENSWERT

Eine der «Feins vom Dorf»-Spezialitäten, die es zu entdecken gibt: Safran im Volg Oberstammheim ZH.

PRODUKTE MIT LOKALCHARAKTER

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

IM KÜHLREGAL

♡ ♡
Pure » LEIDENSCHAFT «
FÜR PASTA!

NEUE
SORTEN

hilcona
FÜR BESSERES.



Biss nach Belieben:

- 5 Min. kernig
- 6 Min. al dente
- 7 Min. weich



*in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

1 für 3 Gänge

S. Pellegrino ist der perfekte Menü-Begleiter vom Apéro bis zum Dessert. Das beliebte Mineralwasser – eine wahrlich erfrischende Neuheit im Volg.

1. Apéro

S. Pellegrino prickelt, erfrischt und eignet sich darum bestens als Alternative zum Willkommens-Cüpli. Auch harmoniert das Mineralwasser dank neutralem Gout mit Apéro-Häppchen jeder Art – von Antipasti bis zu Tapas und Canapés.



2. Hauptgang

Ob Pasta, Poulet oder Braten: S. Pellegrino passt immer. Zudem fördert das Mineralwasser dank fein perlender Kohlensäure die Wahrnehmung feinsten Geschmacksunterschiede beim Essen und macht so jede Speise zum Gaumenerlebnis.



3. Dessert

Nach einem üppigen Mahl ist Mineralwasser ein Frischekick. Durch die Kohlensäure wird der Speichelfluss angeregt und so die Verdauung unterstützt. Das macht S. Pellegrino zum perfekten Begleiter von süssen oder herzhaften Desserts.



S. PELLEGRINO

Die grüne Flasche mit dem roten Stern auf der hellblauen Etikette verkörpert seit 120 Jahren italienische Grandezza und das prickelnde Mineralwasser darin südländische Lebensart. Neutral im Geschmack und ausgewogen mineralisiert passt S. Pellegrino aus den lombardischen Alpen zu allem, was schmeckt. Im Volg ist der Klassiker ab sofort in Flaschen à 125 cl erhältlich. **Einführungspreis Fr. -.70**





**DAHEIM
IN DEN BERGEN**

rivella.ch/win

**win
& HIKE**



JETZT GEHTS ANS EINGEMACHTE

Der September ist die Zeit der Ernte. Unsere Kochprofis zeigen Ihnen neue Ideen, um Früchte und Gemüse zu konservieren und so den Sommer auf feinste Art zu verlängern. Die Einmachgläser können Sie mit nach Hause nehmen. Am Kursabend selbst geniessen wir ein kleines, feines Znacht.



Jetzt anmelden und Ideen zum Einmachen entdecken!

Folgekochkurs im Februar 2021 «Kochen aus der Vorratskammer»

Infos: Alle Kurslokale sind bequem mit öffentlichen Verkehrsmitteln und in wenigen Minuten vom Bahnhof aus zu Fuss erreichbar. Die Kurskosten inklusive Apéro, Essen, Getränken und Wein betragen pauschal je nach verwendeten Grundzutaten wie Fisch oder Fleisch Fr. 150.- pro Person oder Fr. 130.-. Anmeldungen über www.volg.ch/aktuell/volg-kochkurse oder direkt beim jeweiligen Kochstudio. Kursteilnehmende erhalten alle Rezepte schriftlich. Aktualisierte Infos auf www.volg.ch

Reservieren Sie sich gleich den Februar 2021 in Ihrem Kalender. Im Folgekochkurs «Kochen aus der Vorratskammer» kochen und backen wir mit Eingemachtem.

Oktober: Pasta e Sugo
November: Backen – luftig süss bis herzhaft pikant



DARIO & MARCUS MARXER
Wann: 1. September 2020
18–22 h **Wo:** Marxers
Kochwelt, Fallengässli 10,
Buchs SG
Anmeldung:
www.marxers.ch oder
Tel. 081 756 11 22



MARC ALBRECHT
Wann: 8. September 2020
18.30–22.30 h
Wo: Culinea Kochstudio,
Affolternstrasse 52,
Zürich-Oerlikon ZH
Anmeldung:
www.culinea-kochstudio.ch
oder Tel. 044 388 44 25



CHRISTIAN THIERSTEIN
Wann: 29. September 2020
17.30–22 h
Wo: Kochwerkstatt,
Bahnhofplatz 9a,
Münsingen BE
Anmeldung:
www.kochwerkstattthauri.ch
oder Tel. 031 721 88 11



DORIS WEIBEL-EGLI
Wann: 15. September 2020
18.30–22.30 h
Wo: Tatort-Kochschule,
Vorstadt 13, Wangen an
der Aare BE
Anmeldung:
www.tatort-kochschule.ch
oder Tel. 032 682 00 08



ANDREAS EHRENSPERGER
Wann: 23. September 2020
18–22 h
Wo: Cookuk,
Schachenallee 29,
Aarau AG
Anmeldung:
www.cookuk.ch
oder Tel. 062 823 52 92

WELCHE FLÜÜÜGEL DÜRFEN'S SEIN?



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

**MEDITERRANER
BLECHKUCHEN**

Die Rucolasauce mit
Zitrone verleiht diesem
Blechkuchen Pfiff und
eine frische Note.
Rezept auf Seite 47



Sommerbouquets vom Blech

Ein komplettes Gericht oder ein herrlich süßer Sommerkuchen: Ein einfaches Blech reicht - und schon zaubert man frische, farbenfrohe Kreationen auf den Tisch.



Volg

S. PELLEGRINO



GENIESSEN
SIE DAS BESTE
AUS ITALIEN



Alle Rezepte
finden Sie
auch unter
[www.volg.ch/
rezepte](http://www.volg.ch/rezepte)

POULETBRUST MIT ZITRONEN-KARTOFFELN UND BLUMENKOHL

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
BACKEN ca. 30 Minuten
Backpapier für das Blech

MARINADE

5 EL Sonnenblumenöl
4 EL Rosmarin,
fein geschnitten
3 EL Curry
2 TL Paprika
½ EL Salz
Pfeffer

GEMÜSE UND POULET

700 g festkochende
Kartoffeln, in Schnitzen
800 g Blumenkohl,
in Röschen
200 g grüne Bohnen,
gerüstet
1 ganzer Knoblauch,
quer halbiert
1 Zitrone, heiss ab-
gespült, in Scheiben
4 Pouletbrüstli,
je 150–180 g

1. Öl und alle Zutaten bis und
mit Pfeffer mischen.
2. Kartoffeln mit den restlichen
Zutaten auf das vorbereitete
Blech geben. Marinade darauf
verteilen, mischen. Poulet
beiseitelegen.
2. In der Mitte des auf 220°C
(Ober-/Unterhitze) vorgeheizten
Ofens ca. 10 Minuten backen.
Poulets dazulegen und 20 Minu-
ten fertig backen.



Cetra
Alimentari

www.cetra.ch

AKTION 15%
11.08. - 16.08.2020



* in kleineren Verkaufsstellen
ev. nicht erhältlich

MARTINI & TONIC

REZEPT:

50% MARTINI® BIANCO
ODER ROSSO*,
50% TONIC, VIEL EIS,
LIMETTENSCHIBE
FÜR BIANCO ODER
ORANGENSCHIBE
FÜR ROSSO.



MARTINI

DRINK RESPONSIBLY.

MARTINI, ITS TRADE DRESS AND THE BALL & BAR LOGO ARE TRADEMARKS.

* in kleineren Verkaufsstellen
ev. nicht erhältlich

DAL 1863



— PRODOTTO IN ITALIA —

STEAK-STREIFEN MIT PEPERONI UND REIS

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

BACKEN ca. 30 Minuten

Backpapier für das Blech

- 600 g Cognac-Steak**, in 2 cm breiten Streifen
- 2 EL Bratbutter**
- 2 rote Peperoni**, in Stücken
- 2 Zwiebeln**, in Schnitzen
- 1 TL Salz**
- 1 TL Paprika**
- Pfeffer**
- 200 g Langkornreis**
- 150 g tiefgekühlte Erbsen**
- 3 dl Rindsbouillon**
- 3 EL frische Kräuter**, gezupft, z. B. Peterli, Pfefferminze, Oregano

1. Fleisch mit Bratbutter auf das vorbereitete Blech geben. Peperoni und Zwiebeln mit Salz, Paprika und Pfeffer würzen, beiseitestellen.
2. Fleisch in der Mitte des auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 10 Minuten anbraten, Hitze auf 180 °C reduzieren, Blech herausnehmen. Beiseitegestelltes Gemüse, Reis, Erbsen und Bouillon dazugeben, mischen. 20 Minuten fertig backen, mit Kräutern garnieren.





©2020 The Coca-Cola Company. All rights reserved. Fanta is a registered trademark of The Coca-Cola Company.



Nur regional erhältlich.

Verantwortungsvoll genießen

HIMBEER-KOKOS-STREUSEL-TARTE

FÜR 12 Stück

ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

KÜHL STELLEN ca. 1½ Stunden

BACKEN ca. 60 Minuten

Backpapier für das Blech

Rundes Wähenblech von 24 cm Ø

MÜRBETEIG

200 g Weissmehl

¼ TL Backpulver

1 Prise Salz

70 g Zucker

1 Zitrone, heiss ab gespült,
abgeriebene Schale

120 g Butter, in Würfeln, kalt

1 Ei

STREUSEL

300 g Crème fraîche

1 Vanilleschote,
Samen ausgekratzt

200 g Kokosraspel

100 g Zucker

2 EL Zitronensaft

500 g Himbeeren

1. Mehl und alle Zutaten bis und mit Zitronenschale in eine Schüssel geben, mischen. Butter dazugeben und feinkrümelig verreiben. Eine Mulde formen, Ei hineingeben. Zu einem Teig zusammenfügen, nicht kneten. In Folie gewickelt mindestens 1 Stunde kühl stellen.
2. Teig auf wenig Mehl rund auswallen. Um das Wallholz wickeln und auf das vorbereitete Blech auslegen, Rand andrücken. Teig mit einer Gabel einstechen, 30 Minuten kühl stellen.
3. Crème fraîche mit allen Zutaten bis und mit Zitronensaft mischen, mit den Händen zu einer krümeligen Masse verreiben. Die Hälfte der Masse auf den Boden des Teiges verteilen. Himbeeren daraufgeben, restliche Masse über den Himbeeren verteilen.
4. Im unteren Teil des auf 180 °C (Ober-/ Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 60 Minuten backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

ÖISE TIPP

Anstelle von Himbeeren können auch Brom-, Heidel- oder gemischte Beeren verwendet werden.





PFIRSICH-BISKUITKUCHEN

FÜR 36 Stück

ZUBEREITEN ca. 35 Minuten

BACKEN ca. 15 Minuten

Backpapier für das Blech

BISKUIT

- 5 Eiweiss
- 1 Prise Salz
- 120 g Zucker (1)
- 5 Eigelb
- 65 g Zucker (2)
- 2 EL Wasser, heiss
- 70 g gemahlene Mandeln
- 70 g Weissmehl

BELAG

- 180 g Saurer Halbrahm
- 250 g Mascarpone
- ½ Zitrone, heiss abgespült, abgeriebene Schale und Saft
- 50 g Puderzucker
- 2 EL Butter
- 1 kg Pfirsiche, in Schnitten
- 2 EL Rohrzucker
- ½ Bd. Thymianzweige

1. Eiweiss mit Salz steif schlagen. Zucker (1) einrieseln lassen und weiterschlagen, bis die Masse glänzt. Eigelb und Zucker (2) zu einer hellen, dicklichen und schaumigen Masse rühren. Eischnee auf die Eigelbmasse geben, sorgfältig darunterziehen. Mandeln und Mehl dazusieben, vorsichtig darunterziehen. Nicht rühren! Masse auf das vorbereitete Blech streichen.

2. Im unteren Teil des auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 15 Minuten backen. Herausnehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

3. Sauren Halbrahm und alle Zutaten bis und mit Puderzucker mit dem Mixer glatt rühren. Masse auf dem Biskuit verteilen, ca. 20 Minuten kühl stellen.

Butter in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Pfirsiche, Zitronensaft und Rohrzucker dazugeben, ca. 3 Minuten braten, bis der Zucker leicht caramellisiert, auskühlen lassen. Pfirsichstücke auf dem Kuchen verteilen, mit Thymian garnieren.

ÖISE TIPP

Auch Pfirsiche aus der Dose oder frische Nektarinen mit Beeren können verwendet werden.

MEDITERRANER BLECHKUCHEN

FÜR 6 Personen

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

BACKEN ca. 35 Minuten

Backpapier für das Blech

- 2 rechteckig ausgewallte Blätterteige, ca. 550 g
- 70 g Paniermehl
- 400 g Zucchini, in 1 cm dicken Scheiben
- 2 gelbe Peperoni, in Streifen
- 2 Frühlingszwiebeln oder Zwiebeln, in Ringen
- 200 g Cherrytomaten
- 2 EL Olivenöl
- 2 TL Salz
- 1 Mini-Salami, in feinen Scheiben (ca. 70 g)
- 200 g schwarze Oliven
- 80 g Rucola
- 4 EL Olivenöl
- 1 Zitrone, heiss abgespült, abgeriebene Schale

1. Teige quer nebeneinander auf das vorbereitete Blech legen, Teigrand rundum ca. 3 cm einschlagen, Teigboden mit der Gabel einstechen. Blech ca. 10 Minuten kühl stellen. Paniermehl über den Teig streuen. Zucchini, Peperoni, Frühlingszwiebeln und Tomaten mit Öl und Salz mischen. Gemüse darauf verteilen. Mit Salami und Oliven belegen.

2. In der unteren Hälfte des auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens 30–35 Minuten backen.

3. Rucola mit Öl und Zitronenschale fein pürieren. Sauce über den Kuchen verteilen. Warm servieren.



Sönd willkomm!

Geniessen Sie einen Sommer-Apéro nach Appenzeller Art:
feine Häppchen mit Appenzeller Spezialitäten und dazu ein erfrischend kühles
Quöllfrisch Appenzeller Bier der Traditionsbrauerei Locher.

APPENZELL ZUM APÉRO

Appenzeller Käse, Appenzeller Pantli
und Pfirsich in mundgerechte
Würfel schneiden, Himbeeren waschen.
Käse, Pantli und Früchte abwechslungsweise
auf Zahnstocher stecken. Mit Pfeffer
würzen. Statt Appenzeller Pantli kann auch
Landjäger verwendet werden.

GERSTE AUS DER SCHWEIZ

Die Braugerste für das Appenzeller
«Quöllfrisch» kommt aus vielen Regionen
der Schweiz. Auch aus dem Berggebiet, wo
sie auf 1200 bis 1700 Metern über Meer
gedeiht. Das Bergklima wirkt sich positiv auf
das Aroma des Bieres aus. Zusammen mit
frischem Quellwasser aus dem Alpstein
entfaltet sie ihren unvergleichlichen Ge-
schmack. Vollmundig und mit einer feinen
Hefenote ist das «Quöllfrisch» ein ganz
besonderes Bier von hier!



* In kleineren Verkaufsstellen
evtl. nicht erhältlich



HEUTE BITTE OHNE ALKOHOL?

Nebst einer Auswahl an Spezialitätenbieren braut die Appenzeller Brauerei Locher auch alkoholfreie Erfrischungen wie das vollmundige «Sonnenwendlig»* und das Biermischgetränk «Bschorle»* aus dem Saft von 28 Apfel- und Birnensorten und Malz. Diese beiden Spezialitäten sind regional in den Volg-Läden der Ostschweiz erhältlich.



Hoch lebe das Hörnli!

Die traditionelle Teigwarenmarke Bschüssig steht seit 144 Jahren für beste Schweizer Qualität – fast ebenso lange wie das Hörnli, die beliebteste Teigware hierzulande.

Klein und fein: So präsentiert sich das Hörnli, des Schweizers liebste Teigware. 1872 erstmals schriftlich erwähnt, hat es hierzulande schon fast Kultstatus, etwa als Hörnli mit Ghackets. Besonders fein schmeckt das helvetische Nationalgericht mit groben Hörnli, wie es sie von Bschüssig im Volg gibt. Denn: Fast doppelt so gross wie ihre kleinen Schwestern, nehmen sie doppelt so viel Sauce auf!

Produziert werden die hochwertigen Hörnli von der Pasta Premium AG in Frauenfeld. Unter der Leitung von Inhaber Beat Grüter stellen rund 50 Mitarbeitende nebst dem Klassiker über 120 Teigwaren-Formen her für Marken wie Bschüssig und La Chinoise – allesamt aus besten Zutaten, beispielsweise reinstem Hartweizengriess, frischem Schweizer Trinkwasser und seit 2011 ausschliesslich mit Schweizer Eiern aus Freilandhaltung. «Wir setzen auf beste Produkte, das ist unsere Stärke», betont Beat Grüter. Der Entscheid, exklusiv Schweizer Freiland Eier zu verwenden, war für den Innerschweizer mehr als eine Qualitätsfrage. «Ich komme aus einer Bauernfamilie, meine Tochter ist Bäuerin, also liegt mir das Tierwohl sehr am Herzen», erklärt er.

Doch nicht nur die Tiere sind Beat Grüter wichtig: «Wir unterstützen die Schweizer Landwirtschaft, indem wir ihre Produkte verarbeiten.» Das garantiert einzigartige Qualität und Nachhaltigkeit. Dafür steht auch die Traditionsmarke Bschüssig, die es fast so lange gibt wie das Hörnli selbst.

BESTE PASTA

In Frauenfeld produziert Pasta Premium über 120 Teigwaren-Formen. Von der Marke Bschüssig gibt es zahlreiche Formen im Volg: von Krawättli über Buchstaben bis Müscheli. Ebenfalls im Volg-Sortiment sind Nüdeli der Pasta-Premium-Marke La Chinoise.



BSCHÜSSIG
Schweizer Teigwaren seit 1872



HOCHGESCHÄTZTES HÖRNLI

Das Hörnli ist des Schweizer Liebste Teigware. Aus gutem Grund: Die Mini-Makkaroni sind Basis für das Schweizer Nationalgericht Hörnli mit Ghackets. Bschüssig Hörnli grob eignen sich besonders gut dafür, weil schön viel Sauce an ihnen haften bleibt.



«Im Markengeschäft ist Volg unser grösster Kunde und ich bin froh, dass wir seit der Gründung von Pasta Premium eine so gute Partnerschaft pflegen.»

Beat Grüter, Inhaber von Pasta Premium



EIER VON GLÜCKLICHEN HÜHNERN

Die Pasta Premium AG verwendet einzig Schweizer Eier von Hühnern aus Freilandhaltung. Dafür wurde das Traditionsunternehmen von der internationalen Tierschutzorganisation Compassion in World Farming mit dem «Goldenen Ei» ausgezeichnet.



DIESES LABEL steht für kleine Unternehmen, deren Produkte unverwechselbar schweizerisch sind und dadurch Qualität, Nachhaltigkeit und Arbeitsplätze sichern.



Sonnenenergie dank Photovoltaik-Anlagen: Blick auf die Dächer der Volg-Verteilzentralen Oberbipp BE (oben), Winterthur ZH (unten links) und Landquart GR.



VOLG-VERTEILZENTRALEN

100%-NUTZUNG DER SONNENENERGIE

Die Dächer aller Volg-Verteilzentralen sind mit Photovoltaik-Anlagen ausgerüstet. Dank diesen kann über die Hälfte des Betriebsstrombedarfs mittels Sonnenenergie gedeckt werden.

Fleisch aus artgerechter Tierhaltung, Zucker aus IP-Produktion, Bananen aus fairem Handel: Dass Volg auf nachhaltig produzierte Lebensmittel setzt, spiegelt das Sortiment in den rund 600 Dorfläden. Doch wie sieht es hinter den Kulissen aus? Ein Blick in die Volg-Verteilzentralen Winterthur ZH, Oberbipp BE und Landquart GR zeigt, dass Nachhaltigkeit auch bei der Lagerung, Kühlung und Auslieferung der Ware erste Priorität geniesst. Die aufwendige Logistik wird mit Öko-Strom betrieben, produziert von modernsten Photovoltaik-Anlagen, mit denen Volg die Dächer der Verteilzentralen in den letzten vier Jahren ausgerüstet hat.

«Photovoltaik» ist zusammengesetzt aus dem griechischen Wort Phos (Licht) und Voltaik, eine Reverenz an den Physiker Alessandro Volta (1745-1827), den Erfinder der Batterie und Namenspaten für Volt, die

Masseinheit für elektrische Spannung. Photovoltaik-Anlagen wandeln – einfach ausgedrückt – Sonnenenergie in Strom um. In der Verteilzentrale Oberbipp zum Beispiel produzieren 2480 Module auf 2525 m² jährlich rund die Hälfte des Betriebsstroms. Eine zusätzlich integrierte grosse USV-Anlage (USV kurz für: unterbrechungsfreie Stromversorgung) stellt sicher, dass auch bei einem Stromausfall weitergearbeitet werden kann.

Zum Nachhaltigkeitskonzept hinter den Kulissen von Volg gehören nebst den Photovoltaik-Anlagen auf den Dächern der Vertriebszentralen auch Holzschneitzheizungen, der Verzicht auf Klimaanlage zugunsten von Kälteanlagen auf Basis von klimafreundlicher CO₂-Technologie, Ladestationen für Elektromobile, konsequente Abfalltrennung und Stromausschalter an jedem Arbeitsplatz.



VOLG MIT SOLARENERGIE

«Mit den Photovoltaik-Anlagen und deren stetiger Erweiterung leistet Volg einen wichtigen Beitrag für eine CO₂-reduzierte Zukunft. Aktuell decken wir ca. 55% des gesamten Strombedarfs mit Solarenergie ab.»

Stefan Näf
Geschäftsleitung Logistik/
Informatik/Dienste

WIR ALLE KÖNNEN ETWAS TUN

Beim Kaffeegeniessen Energie sparen

Schweizer lieben Kaffee. Der Pro-Kopf-Verbrauch beträgt rund 1100 Tassen jährlich. Folglich gehören Kaffeemaschinen zu den meistgekauften Haushaltsgeräten hierzulande, die mit rund 400 Millionen kWh pro Jahr so viel Strom verbrauchen wie 110 000 Durchschnittshaushalte. Drei Viertel des Stromverbrauchs fallen im Stand-by-Modus an. Wer Energie sparen will, schaltet die Kaffeemaschine oder die beheizte Warmhalteplatte nach Gebrauch aus.



Fruchtiger Schwung für Hals und Stimme



Dr Doolittle's feinste Weichpastillen mit 100% natürlichem Johannisbeeren Extrakt basierend auf einem Original Englischen Rezept.
Hergestellt in der Schweiz durch Dr. med. Aufdermaur AG | www.domaco.com

Neu erhältlich bei*



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

ALLE ANDEREN SIND WÜRSTCHEN

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



minipic
the swiss snack

 /minipic.original

www.minipic.ch



Im Zirkus mitmachen ist der Traum vieler Kinder. Als Clown mit einer roten Nase andere zum Lachen bringen, auf dem Seil tanzen oder akrobatische Kunststücke meistern – all dies wird im Zirkusworkshop an zwei Samstagen im September auf dem Volg-Erlebnishof in Hüttwilten wahr.

Was erwartet die kleinen Artistinnen und Artisten am Zirkusworkshop? «Für die Kinder ist es wunderbar, selbst entscheiden zu können, in welchen Disziplinen sie sich präsentieren wollen», erklärt Marty Pfister, Mitwirkende beim Circolino Pipistrello und Leiterin des Zirkusworkshops, die selbst soziale Arbeit studiert hat und seit der Kindheit in Zirkusgruppen tätig war.

Am Vormittag wird wild ausprobiert: In einer Theatergruppe mitspielen, mit Tüchern oder Trapez akrobatische Kunststücke erlernen, jonglieren oder das Balancieren auf dem Fass und dem Seil einüben. Pro Disziplin steht den Kindern eine Betreuungsperson zur Seite, die sie begleitet und wertvolle Tipps und Tricks verrät.

«Es ist faszinierend, zu sehen, wie innerhalb von nur einem Tag ganz spielerisch ein Programm entsteht, das die Kinder selbst entwerfen.» Marty Pfister

Am Nachmittag vertiefen sich die Kinder in der gewählten Disziplin und haben

unendlich viele Ideen. Den Abschluss des bunten Zirkusworkshops macht eine Vorstellung mit vielen Überraschungen. Doch was sicher ist, das sind Gelächter, Erfolgserlebnisse und Freude.

Zirkus machen können alle Menschen

Dieser Idee ist der Circolino Pipistrello seit gut 40 Jahren treu. Der Mitmachzirkus bietet neben seiner eigenen Show Projektwochen und Tagesworkshops für alle, die sich für die Welt des Zirkus interessieren. Halt macht er überall dort, wo er gewünscht wird. Vor dem nostalgisch blauen Zirkuszelt erklingt dann Musik, der rote Teppich ist ausgerollt und es riecht nach Popcorn. Das fröhliche Lachen von Klein und Gross verrät, dass es sich um keinen normalen Zirkus handelt. Das heisst jedoch nicht, dass es hier weniger Attraktionen zu sehen gibt – im Gegenteil: Im Circolino Pipistrello ist jeder ein Star und jede Nummer eine Hauptattraktion.

Infos rund um den Workshop und zur Anmeldung finden Sie auf Seite 55 und in der Rubrik Kurse & Veranstaltungen auf www.naturena.ch.



Marty Pfister,
Leiterin des
Zirkusworkshops

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN



Die Volg Erlebniswelten

Volg NATURENA sind fünf Erlebniswelten in Werdenberg SG, Seebachtal TG, Zugerland ZG, Fricktal AG und Seeland BE. Sie umfassen je einen Sinnespfad mit acht interaktiven Erlebnisstationen, ein Naturprojekt und einen Erlebnishof. naturena.ch



SAUBERER ÖKOHELD FÜR DEIN ZUHAUSE

#LETSLIVECLEAN

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



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!

NEUE KURSE IM SEPTEMBER

**Machen, schaffen und das Wissen erweitern in ländlicher Umgebung:
Das bieten die Volg NATURENA Erlebnishöfe an fünf Standorten in der Schweiz.**



FRICKTAL AG
19. September (zwei Halbtageskurse)
Fantasievoll aus Glas

WAS Mit der Sandstrahlpistole und verschiedenen Motiven verwandeln Sie Ihre Glaswaren wie Vasen, Windlichter, Trinkgläser oder Karaffen in Unikate. Sie können in der vorgegebenen Zeit 6 kleinere oder 3 grössere Objekte herstellen.
WANN Kurs 1: Sa, 19.9.2020, 9-13 h*; Kurs 2: Sa, 19.9.2020, 14-18 h* **WO** Volg-Erlebnishof Fricktal, Erlenhof, Wittnau **LEITUNG** Elisabeth Fuchs, Aarau Rohr, www.ausaltglas.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 12 J. **PREIS** Fr. 90.- p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material und Werkzeugmiete für Ihre Glaswaren



SEEBACHTAL TG
12. oder 26. September
Zirkus-Workshop für Kinder

WAS Zirkusluft schnuppern: Unter Anleitung von ehemaligen Artistinnen des «Circolino Pipistrello» können Kinder Zirkusdisziplinen ausprobieren, Kunststücke üben und erfinden. Wer Lust hat, kann gemeinsam in Gruppen eine kleine Zirkusnummer vorbereiten, die zum Abschluss des Tages präsentiert wird. **WANN** Kurs 1: Sa, 12.9.2020, 10-16 h, Kurs 2: Sa, 26.9.2020, 10-16 h **WO** Volg-Erlebnishof Seebachtal, Haldenhof, Hüttwilen **LEITUNG** Marty Pfister, Winterquartier Pipistrello, www.pipistrello.ch/winterquartier **TEILNEHMENDE** 30 Kinder ab 7 J. **PREIS** Fr. 80.- p. Kind, inkl. Mittagessen und Getränken



SEELAND BE
4. oder 5. September
Feuerschale für den Garten

WAS Sie schleifen, biegen und schweissen verschiedene Eisenstücke zu einer robusten, edlen Feuerschale für den Garten mit ca. 50 cm Ø. Zwei fachkundige Kursleiter betreuen Sie individuell, damit Sie eine gelungene Feuerschale mit nach Hause nehmen können. **WANN** Kurs 1: Fr, 4.9.2020, 9-17 h, Kurs 2: Sa, 5.9.2020, 9-17 h **WO** Volg-Erlebnishof Seeland, Barryhof, Schüpberg 130, Schüpfen **LEITUNG** Matthias Schulze und Andi Schenker, Suhr **TEILNEHMENDE** 16 P. ab 12 J. **PREIS** Fr. 335.- p.P., inkl. Mittagessen, Getränken sowie Werkzeug-/Maschinenmiete und Material für Ihre Feuerschale im Wert von Fr. 175.-



ZUGERLAND ZG
25. oder 26. September
Kosmetik aus Bienenprodukten

WAS Gelée royale ist Lebens- und Hautpflegemittel in einem. Erfahren Sie vom Bienen- und Kosmetikexperten, wofür Sie Gelée royale verwenden können sowie Spannendes über Bienen und deren Produkte. Sie stellen mit Gelée royale und Bienenwachs einen Lippenstift her (5 ml), eine Gesichtscrème (50 ml) und eine Bodylotion (100 ml). **WANN** Kurs 1: Fr, 25.9.2020, 9-16 h, Kurs 2: Sa, 26.9.2020, 9-16 h **WO** Volg-Erlebnishof Zugerland, Hotzenhof, Deinikon 11, Baar **LEITUNG** Jonas Zenhäusern, Naters, www.apinatura.ch **TEILNEHMENDE** 20 P. ab 14 J. **PREIS** Fr. 155.- p.P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Pflegeprodukte



WERDENBERG SG
4./5. oder 11./12. September
Mosaikkugel mit Flusststeinen

WAS Sie gestalten eine halboffene Steinkugel, in der sich wunderschön verspieltes Licht einer Kerze widerspiegeln kann. Sie starten mit einer hohlen Styroporkugel (30 cm Ø), die Sie innen mit Spiegelmosaik auskleiden, ausfugen und aussen mit Flusststeinen bekleben. Ein wunderbares Accessoire für Haus und Garten. **WANN** Kurs 1: Fr/Sa, 4./5.9.2020, 9-16 h, Kurs 2: Fr/Sa, 11./12.9.2020, 9-16 h **WO** Volg-Erlebnishof Werdenberg, Büelsteihof, Winkelstrasse 20, Oberschan **LEITUNG** Käthi Baumgartner, Betschwanden, www.bastelatelier.ch **TEILNEHMENDE** 20 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 175.- p.P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Mosaikkugel im Wert von Fr. 100.-

Infos und Anmeldung

www.naturena.ch

oder Tel. 058 433 54 09

Mo bis Fr, 8-12 h und 13-17 h

Anmeldeschluss 17. August 2020

Die Kurse finden teilweise in beheizten Remisen, draussen in gedeckten Remisen oder im Freien statt. Bitte beachten Sie die Kleiderhinweise und die Rubrik «Mitbringen» auf der Website.

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.

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

Von Natur aus kreativ

Gestalterisches Potenzial entfalten und eigene Ideen kreativ umsetzen: Das bieten Ihnen die Kurse und Workshops auf den Volg-Erlebnishöfen.

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

TOMATEN- PFIRSICH-SALAT MIT MOZZARELLA

Familie Fröhlich aus Greppen LU lässt sich gern auf Eigenkreationen ein, wie der bunte Tomaten-Pfirsich-Salat zeigt, und genauso geniesst sie das Zusammensein am Tisch.

TOMATEN- PFIRSICH-SALAT MIT MOZZARELLA

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN: ca. 20 Minuten

- 1 **Zwiebel**, gehackt
- Wenig Peperoncini**, in Scheibchen
- 4 EL **Olivenöl**
- 1 EL **Currypulver**
- 0,5 dl **Gemüsebouillon**
oder Weisswein
- 2 EL **Zitronensaft**
- ½ TL **Salz**
- ¼ TL **Zucker**
- 6 **Tomaten**, in Schnitzen
- 3 **Pfirsiche**, in Schnitzen
- 2 **Kugeln Mozzarella**, in
Scheiben
- Basilikum**, nach Belieben

1. Zwiebel und Peperoncini im Olivenöl andünsten. Currypulver darüberstäuben und mitdünsten. Restliche Zutaten begeben, mischen.
2. Tomaten, Pfirsiche und Mozzarella auf einem grossen Teller verteilen, Sauce darüberträufeln, mit Basilikum garnieren.



Familie Fröhlich ist glücklich, in Dorfnähe einen Volg zu haben, in dem sie ihre alltäglichen Einkäufe erledigen kann: «Am Volg schätzen wir, dass er Produkte von umliegenden Bauernhöfen anbietet, sodass die Lokalität gelebt werden kann.» Während die ältere Tochter bereits allein einkaufen geht, schiebt die jüngere stolz den kleinen Kinder-Poschtswagen durch den Volg, wenn sie Mami und Papi begleitet.

IHR REZEPT

**Verraten auch Sie uns Ihr
einfaches Lieblingsrezept?**

Publizierte Rezepte
werden mit einem
Volg-Einkaufsgutschein
im Wert von Fr. 50.-
honoriert.

Schicken Sie uns Ihr Rezept,
ein paar Stichworte dazu und
ein Foto - mit sich, Ihren
Liebsten, Ihren WG-Mitbewoh-
nern oder Ihrem Partner - an
Medienart AG, «Öise Lade»
Leserrezept, Aurorastrasse 27,
5000 Aarau oder
oeise.lade@volg.ch





BULL

WWW.BULLVODKA.CH

Verantwortungsvoll konsumieren.



Garantiert
KRATZFREI

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

villiger

CIGARS SINCE 1888

Ein Stück Schweiz geniessen

Gewinnen Sie mit Malbuner und etwas Glück eine Woche Ferien im legendären Walliser Dorf Leukerbad inklusive Panoramablick und Badeplausch.



Malbuner steht für jahrzehntelange Tradition: Vor über 60 Jahren begann die Erfolgsgeschichte in einer kleinen alpenländischen Metzgerei. Heute steckt in den Produkten die ganze Erfahrung dieser Zeit, grosse Innovationsfreude und nicht zuletzt viel Schweiz – zum Beispiel setzt Malbuner ausschliesslich auf Schweizer Fleisch. Mehrfach ausgezeichnet worden sind Snacks wie das «Pocket Sandwich». Es ist perfekt für den kleinen Hunger unterwegs! Das Besondere am Pocket Sandwich ist die dezent gewürzte Salami. Wie bei allen Malbuner-Spezialitäten wird ihr viel Zeit gelassen, damit sie auf natürliche Art zur Vollendung reifen kann.

Wettbewerbsfrage

In welcher Region sind Malbuner und die Spezialitäten zu Hause? Tipp: Schauen Sie im «Chuchichäschli» dieser Ausgabe nach!

- A St. Galler Rheintal
- B Basel
- C Genf

1. Preis im Wert von Fr. 2500.-

1 Woche Ferien für 4 Personen (2 Erw./ 2 Kinder) im Hotel Alfa in Leukerbad mit Frühstück inkl. Berg- und Badepässen mit je einem Thermi-Schlüsselanhängers.

2. Preis im Wert von Fr. 500.-

Erlebnis-Bahnfahrt auf den Gemmi in Leukerbad für 4 Personen inkl. Mittagessen und Getränken mit je einem Thermi-Schlüsselanhängers.

3.-10. Preis im Wert von Fr. 100.-

Heuwiese Marken-Lachs sowie ein Thermi-Schlüsselanhängers.

11.-15. Preis im Wert von Fr. 60.-

Je zwei Eintritte für die Leukerbad-Therme mit einem Thermi-Schlüsselanhängers.

16.-20. Preis im Wert von Fr. 55.-

Eine Tageskarte der Torrent-Bahnen in Leukerbad mit einem Thermi-Schlüsselanhängers.

21.-50. Preis im Wert von Fr. 50.-

Ospelt Snacktasche mit einem Thermi-Schlüsselanhängers.

Mitmachen und gewinnen

Per Telefon: 0901 240 340 (Fr. 1.-/Anruf)
Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Ihren Namen und Ihre Adresse nach dem Signalton.

Per SMS: Nachricht mit VOLGW und Lösungsbuchstaben (z. B. VOLGWA), danach Leerzeichen und Name und Adresse an **4636** (Fr. 1.-/SMS).

Per Post: Lösungsbuchstabe auf Postkarte (keine Briefe) an: VOLG Konsumwaren AG, «Malbuner», Postfach 344, 8401 Winterthur
Online: www.volg.ch/volg-magazine

Teilnahme vom 27. Juli bis 27. August 2020.

Die Mitarbeitenden von Malbuner und der Volg Konsumwaren AG sind nicht teilnahmeberechtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Mal besser!

Malbuner

Jem^o
Mit dir durchs Leben



Tempo Toilettenpapier PREMIUM
9 x 110 Blatt · 4-lagig weiss oder mit Kamille & Aloe Vera Duft



Tempo Toilettenpapier CLASSIC
9 x 150 Blatt · 3-lagig weiss



Tempo Feuchte Toiletentücher
Sanft & Pflegend · 42 Tücher

Perfekte Tempo-Sauberkeit.



Tempo,
eine Marke von Essity

www.tempo-world.com

RÄTSELN UND GEWINNEN!

Delikatessenliebhaber	schweiz. Jodlerin (Melanie)	dt. Vorsilbe	Brustknochen		Grossmutter	heisse Getränke	Wasservogel		Flächenmass	Tatsachen verfälschen	blaue Alpenblume	Autokz. Argentinien
							Besucher e. Technoparty	11				
					alt Bundesrat † 1985 (Rudolf)		Kampfpflicht im Amphitheater				6	
ostafrikan. Staat		Nordkap v. Rügen	Speisezutat			5						Computereingabetaste
Bündner Krautwickel							finn. Dampfbäder		best. Artikel			
	1		Viehhüterin		Gewürz aus Blütenstempeln							
besitzanzeig. Fürwort	flüssiger Brennstoff		hierhin	4					dt. Vorsilbe			
Produkt der Bienen		2			Abk.: Ultraschall				Angeh. e. Weltreligion		Naturerscheinung	
			Autokz. Indonesien		Bildung, Zivilisation		Abk.: hebräisch			10		
internat. Autorenverband			Schweinehackfleisch		Spielbank							schlimm, böse
Stadt im Südtirol		abzüglich				9	Anrufung Gottes		russ.: ja			
					Reitersitz		Zch. f. Gadolinium		männl. Fürwort			
Hochebene		von eigenartigem Reiz		statist. Abweichung								
							Computerbenutzer (engl.)	abgeschrägte Kante	Nahrungsbestandteil			Studentenausweis (Kw.)
ital. Grusswort	Jupitermond		span. Ausruf	wertvolle Pilzart						7		
				ital. Artikel		glatte Stücke						
						8		Teil der Brille				3
Neigung	schweiz. Nationalheld						histor. Ort am Urnersee					

IHR GEWINN

Gewinnen Sie eines von fünf Kuhn Rikon «Allround-Sets» im Wert von je Fr. 159.-!

Die Stielkasserolle (1,5 l), der Kochtopf (3,1 l) sowie die Bratpfanne (24 cm) sind aus hochwertigem Edelstahl gefertigt und verkörpern Eleganz, Widerstandsfähigkeit und Langlebigkeit. Die Edelstahlgriffe sind hohl, wodurch sie kühl bleiben und Verbrennungen verhindern. Die Bratpfanne ist vielfältig einsetzbar und eignet sich für fettreduziertes Braten. Weitere Informationen auf www.kuhnriikon.com



So nehmen Sie an der Verlosung teil:

- Per Telefon:** 0901 260 360 (Fr. 1.-/Anruf)
Sprechen Sie das Lösungswort, Ihren Namen und Ihre Adresse nach dem Signalton.
- Per SMS:** Nachricht mit VOLGK, danach Leerzeichen und Lösungswort, Leerzeichen und Name/Adresse an **4636** (Fr. 1.-/SMS).
- Per Post:** Lösungswort auf Postkarte (keine Briefe) an: VOLG Konsumwaren AG, Postfach 344, 8401 Winterthur
- Online:** www.volg.ch/volg-magazine

Teilnahme vom 27. Juli bis 27. August 2020.

Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Mitarbeitende der Volg-Gruppe sind nicht teilnahmeberechtigt.

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

Das Lösungswort ergibt sich aus den Buchstaben in den Feldern 1 bis 11.
Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf www.volg.ch

WIE SAGT MAN WO?

Frühstück

im Bern- und Züribiet
Zmorge

im Muotathal
Zmorgäd

im Urnerland
Kalätzä

im Glarus
Morgedässe

im Lötschental
Früäschtuck

im Bündnerland
Zmorga

in Romanischbünden
l'ensolver

VORSCHAU «ÖISE LADE» SEPTEMBER

In den Rucksack
Rucksack packen und los gehts: Selbst gemachter Proviant für unterwegs.



Ab ins Glas
Tolle Ideen, um Früchte und Gemüse für den Winter haltbar zu machen.



IMPRESSUM Herausgeber Volg Konsumwaren AG, Postfach 344, 8401 Winterthur **Gesamtverantwortung** Tamara Scheibli, Leiterin Volg Kommunikation/Werbung **Publizistische Gesamtleitung** Christina Sedens, Volg Kommunikation/Werbung **Konzept, Redaktion, Gestaltung** Medienart AG, 5000 Aarau, www.medienart.ch **Erscheinungsweise** 12 mal pro Jahr **Auflage** 800 000 Exemplare **Druck** Swissprinters AG, Zofingen **Kontakt** Tel. 058 433 55 04, oeise.lade@volg.ch, www.volg.ch

🇨🇭 Gedruckt in der Schweiz auf Schweizer Papier



MAGA wöscht MEGA!



Maga Color Gel Duo
18 Wäschen

**Das Schweizer
Traditions-
wöschmittel**



MAGA auch
als **Pulver**
erhältlich

Maga Color Compact Pulver
18 Wäschen



The Sheba logo is positioned in the top right corner, featuring the brand name in a stylized script font with a silhouette of a cat's head above the letter 'a'.

Sheba

Entdecken Sie die verführerische Vielfalt von Sheba®:

FÜR IHREN LIEBLING NUR DAS BESTE.



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich