

JANUAR 2021

ÖISE LADE

KOCHEN, ENTDECKEN, ERLEBEN: DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG

HEFE GEBÄCK

Wahre Aufsteiger
frisch aus dem Ofen

ÖISI UMWÄLT

Mit dem Wasserstoff-Lastwagen
klimaneutral zu den Volg-Läden



EINFACH GUT
EINFACH EIN TOPE

Klassischer Eintopf oder überraschender One Pot: Es wird heimelig!

Volg

DER LEICHTE NATURGENUSS

100% natürlich
0% künstliche Zusätze

Mit 30% bestem
Schweizer Apfelsaft

Erstklassige, hochstamm-
zertifizierte Qualität

Von Natur aus
wenig Kalorien

Neu

RAMSEIER

ZISCH

niedriges und
kalorienarmes

APFEL
VOM HOCHSTAMM

0,5l



HOCHSTAMM
SUISSE



Die Kraft der Natur

INHALT



10

Öisi Chuchi
Eintöpfe: Seelenwärmer für kalte Wintertage



34

Öisi Chuchi
Hefe krönt Gebäcke – herrlich süss und überraschend salzig



18

Saison für Lauch
Variationen mit Lauch



46

Sport-Sponsoring
Das junge Schachtalent
Gohar Tamrazyan

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

Jedes Kalenderjahr bringt neue Erfahrungen, Herausforderungen und Chancen mit sich. Für das Jahr 2020 mag dies ganz besonders gelten. Das Coronavirus hat viel von uns gefordert. Aus Volg-Sicht dürfen wir feststellen, dass es das nahe Einkufen im übersichtlichen Dorfladen noch beliebter gemacht hat, sodass wir das Jahr mit einem guten Ergebnis abschliessen können. Ein grosser Dank gebührt Ihnen, unseren geschätzten Kundinnen und Kunden. Im Namen aller Mitarbeitenden sage ich von Herzen Danke für jeden Ihrer Einkäufe im Volg! Mit viel Herzblut wollen wir Sie auch in Zukunft für das Einkufen im Dorfladen begeistern. Engagiert sind wir stets bestrebt, unser nachhaltiges Handeln weiterhin zu verstärken. Ein weiterer Meilenstein ist diesbezüglich der erste Wasserstoff-Lkw, der seit einigen Wochen Volg-Läden in der Nordwest- und der Zentralschweiz emissionslos beliefert. Lesen Sie mehr darüber auf Seite 28. Für das neue Jahr wünsche ich Ihnen von Herzen Glück, Zufriedenheit und vor allem gute Gesundheit.



frisch und fründlich

Philipp Zraggen
Vorsitzender der Geschäftsleitung

- 4 **CHUCHICHÄSCHTLI**
Monatshits und Saisontipps
- 10 **ÖISI CHUCHI**
Heiss Geliebtes aus einem Topf
- 18 **SAISON FÜR ...**
Lauch
- 21 **TRAUMPAAR**
Käse und Wein des Monats
- 23 **WEIN-AKTIONEN**
Jetzt profitieren
- 24 **FEINS VOM DORF**
Fleisch-Spezialitäten aus Dagmersellen LU
- 27 **ÖISE VOLG**
Lehre, Raclette, Schwiizerdütsch
- 28 **ÖISI UMWÄLT**
Der Volg-Wasserstoff-Lkw
- 31 **NEU IM VOLG**
Entdecken und ausprobieren
- 34 **ÖISI CHUCHI**
Feine Gebäcke mit Hefe
- 40 **VOLG FAMILIENPREIS**
Alles für Budgetbewusste
- 42 **TYPISCH SCHWEIZ - TYPISCH VOLG**
Randen aus Siselen BE
- 45 **POTZBLITZ**
Pflegetipps für Wolle
- 46 **SPORT-SPONSORING**
Schachkönigin
Gohar Tamrazyan
- 49 **VOLG-KOCHKURSE**
Kochen aus der Vorratskammer
- 51 **CHURZ & FÜNDIG**
Neues aus der Volg-Welt
- 52 **NATURENA**
Rück- und Ausblick
- 55 **NATURENA-KURSE**
Die neuen Kurse im Februar
- 56 **LESERREZEPT**
Gmüeschueche mit Speckwürfeli
- 59 **WETTBEWERB**
Gewinnen mit Findus
- 61 **KREUZWORTRÄTSEL**
Mitmachen und gewinnen
- 62 **CHRUT & RÜEBLI**
Mundartlexikon: Rote Beete
Vorschau
Impressum

CHUCHICHÄSCHTLI



DE GRÜN DUUME

Feine Keimlinge

Lust auf frisches Gartengrün? Dann sind Microgreens goldrichtig. Die trendigen Mini-Pflänzchen lassen sich prima auf dem Fenstersims ziehen und innert kurzer Zeit geniessen. Dafür braucht es lediglich eine flache Schale mit Anzuchterde (ca. 2 cm hoch) sowie Gemüse- und Kräutersamen nach Belieben (zum Beispiel von Kresse, Radieschen, Rettich) - ungeeignet dafür sind Nachtschattengewächse wie Tomaten, Kartoffeln, Auberginen und Peperoni. Relativ dicht aussäen, leicht andrücken und gut anfeuchten. Die Schale auf einer Fensterbank platzieren und die Erde stets feucht, aber nicht zu nass halten. Sobald sich nebst den Keimblättern die ersten echten Blattpaare gebildet haben, können Microgreens geerntet werden. Hübsch anzusehen und fein im Geschmack, machen sie sich super auf Salaten und Suppen, in Frischkäse oder Quark.

INGWERTEE

MUNTERMACHER

In der Naturheilkunde wird Ingwertee als morgendlicher Muntermacher gepriesen. Mehr noch: Ingwertee soll nicht nur die Verdauung und den Kreislauf anregen, sondern auch das Immunsystem stärken können. Bei Erkältungen wird Tee aus der Wurzel empfohlen, um Hustenreiz zu lindern. Zudem spendet Ingwer dank den Scharfstoffen Wärme von innen. Um alle Vorteile auskosten zu können, lohnt es sich, ein paar Punkte bei der Zubereitung von Ingwertee zu beachten: Ingwer vorzugsweise nicht schälen. Die meisten der wertvollen Inhaltsstoffe verbergen sich direkt unter der Schale. Die Wurzel reiben oder fein schneiden, damit sich die ätherischen Öle und die Scharfstoffe voll entfalten können. Tee nach Belieben mit Honig und Zitrone aromatisieren.



MONATSHITS IM JANUAR

Walliser Cordonbleu und Appenzeller Brätschnitzel

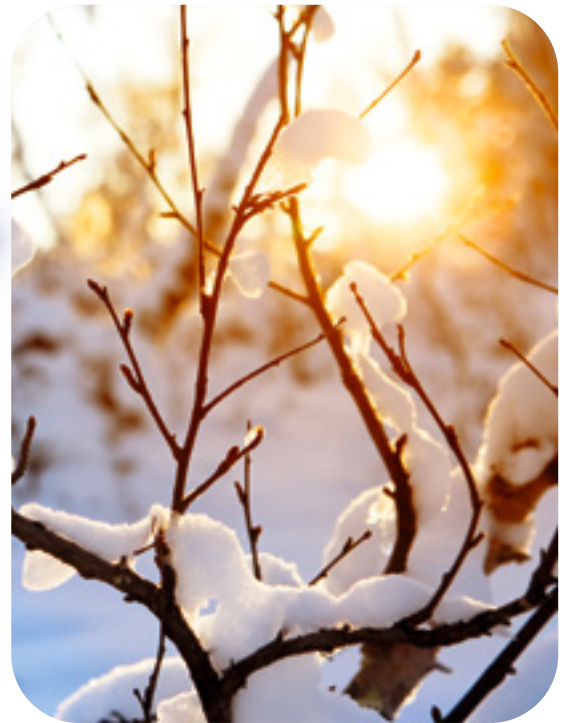
Unsere kulinarische Reise für Fleischtiger führt im Januar von der West- in die Ostschweiz: Das Walliser Cordonbleu aus saftigem Schweinsnierstück lockt mit einer Füllung aus rezentem Raclette-Käse und Walliser Rohessspeck sowie einem Knuspermantel. Das Appenzeller Brätschnitzel wiederum überrascht mit rezentem Appenzeller Käse, würzigem Mostbröckli und knuspriger Panade.

WEIHNACHTSGUETZLI

RÜBIS & STÜBIS



Zwar schmecken Weihnachtsguetzli selbst dann noch, wenn sie hart sind – zum Beispiel in Tee oder Kaffee getunkt. Aber sie sind naturgemäss Teil des vergangenen Jahrs und darum meist weniger begehrt. Macht nichts. Aus Mailänderli, Zimtsternen, Brunslis und Co. lassen sich die tollsten Desserts zaubern. Einfach die Guetzli zerbröseln und damit zum Beispiel ein Schichtdessert mit Vanille- oder Schoggicreme zaubern. Oder die Guetzli-Brösel mit geschmolzener Butter verrühren, auf dem Boden einer Springform verteilen und für einen Cheesecake verwenden.



WETTBEWERB, SEITE 59

Fischgenuss ohne Haken

Die von Hand geschnittenen Fjord-Lachs-Filets von Findus sind ein Gewinn für jeden Speiseplan. Tiefgekühlt werden sie nur einmal – und zwar innerhalb von 24h direkt nach der Verarbeitung. Sie stammen wie alle Findus Fischprodukte aus nachhaltigen Quellen. Dafür garantiert das ASC-Label für verantwortungsvolle Fischzucht. Der Findus Fjord-Lachs kommt ausschliesslich aus Norwegen und trägt deswegen die Herkunftsgarantie «Seafood from Norway».



«Ist der Januar hell und weiss, wird der Sommer gerne heiss.»

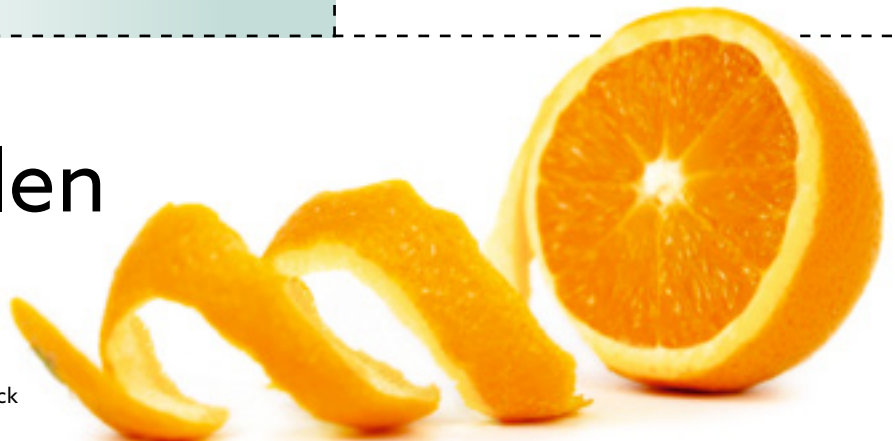
Bauernregel im Januar

TRICK 77

Orangen schälen

Jetzt haben Orangen Hochsaison. Mit folgendem Trick lassen sich die Vitaminspender superschnell schälen:

Orange von Hand ein paar Mal auf dem Tisch hin- und herrollen. Dann rundum an einigen Stellen längs einschneiden. Nun kann die Schale mit einem Esslöffel ganz einfach vom Fruchtfleisch gelöst werden. Dieser Trick funktioniert übrigens bei allen Zitrusfrüchten.





**25%
RABATT**
12.01. – 17.01.2021

three, two,
one, zero...

**0 SÜSSUNGS-
MITTEL**

**0 ZUGESETZTER
ZUCKER**



WIN
COOL PRIZES
www.emmi-caffelatte.com

* Siehe Teilnahmebedingungen, kein Kautzwanag.

CHUCHICHÄSCHTLI

DREIKÖNIGSKUCHEN

WO VERSTECKT SICH IHRE MAJESTÄT?

Jeden 6. Januar fragen wir uns: In welchem Stück versteckt sich wohl die Königin, der König? Wer das Glück nicht ganz dem Zufall überlassen will, ihre Majestät aufzuspüren, kann es mit folgenden Detektivtipps probieren: Das Stück mit dem Figürchen weicht meist in der Form etwas ab, da die Königin, der König von Hand «versteckt» werden. Auch Einstichstellen können ein Hinweis sein. Fällt weder das eine noch das andere ins Auge, lohnt es sich, nach dem kleinsten Stück zu greifen. Einige Bäcker kaschieren nämlich die Einstichstelle, indem sie die Hefeteigkugel nochmals rollen. Dadurch wird sie meist etwas kleiner. Sie möchten ein ganz neues Dreikönigskuchen-Erlebnis? Eine herzhaft Variation des Gebäcks finden Sie auf Seite 35. Viel Spass beim Backen und Aufspüren des Königs!



DUFTE TIPPS

Haben uns Fondue und Raclette «gschmückt», «schmückt» es oft auch in der guten Stube. Ein paar Hausmittel helfen, den Geruch so weit als möglich zu neutralisieren. Bewährt hat sich etwa, im Esszimmer einen Teller mit Kaffeepulver oder Essig – kein Balsamico – zu platzieren und den Raum am Morgen durchzulüften. Eine andere Möglichkeit ist, eine Handvoll Kaffeebohnen, Wacholderbeeren oder Nelken in einer Pfanne zu erwärmen und die Stube damit zu beduften.

WAS TUN MIT ...

... übrig gebliebener Hefe?

Rezepte für luftige Hefengebäcke finden Sie in diesem «Öise Lade» ab Seite 34. Bleibt dabei Hefe übrig, kann diese in Alufolie eingewickelt sowie in einer Gefrierdose oder einem Gefrierbeutel tiefgekühlt werden. Zum Auftauen die Hefe aus der Verpackung nehmen, auf einen Teller geben und über Nacht im Kühlschrank stehen lassen. Die Hefe wird dabei zwar leicht flüssig, hat aber nach wie vor Power.



BROT FÜR MORGEN

NATÜRLICHER GESCHMACK

Zur Förderung der Nachhaltigkeit setzen wir in unserer Backstube ausschliesslich IP-Suisse-Getreide aus **pestizidfreiem** Anbau und Verarbeitung ein. Damit es auch Morgen noch schmeckt.

Fredy's - so schmeckt Brot!

fredy's



Fredy's Genuss in Ihrem Volg

- Wild & Ruch*
- Huusbrot*
- Mehrkornbrot*
- Baguette*



www.fredys.ch



*In kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

GROSSER WEIN, KLEINER PREIS

Hilfe, Januarloch! Einen guten Tropfen leisten kann man sich trotzdem. Sechs Schnäppchen-Weine, die im «Weinseller 2021» grossartig gepunktet haben.

3 FRAGEN



Roman Wyss,
Volg Product Manager Getränke

- 1. Ich habe nur zehn Franken im Portemonnaie und stehe im Volg vor dem Weinregal. Was tun?** Nutzen Sie das Januarloch, um sich von einem Wein für ein Zehnerntli überraschen zu lassen! Diese Weine sind beste Beispiele dafür, welch erstaunlich hohe Qualität preisgünstige Weine aufweisen können.
- 2. Darf ich Gästen einen solchen Wein einschenken?** Unbedingt! Die hier vorgestellten Weine haben im «Weinseller 2021» von Chandra Kurt alle 17 und mehr Punkte erhalten und damit auch die «Weinseller Medaille d'Or». 17 Punkte vergibt Chandra Kurt dann, wenn es sich um Weine handelt, mit denen man seine Freunde beeindrucken kann, und es sich um «sichere Käufe» handelt.
- 3. Welchen soll ich nun nehmen?** Den La Côte AOC Lumière du Soleil oder den Rotwein Salvagnin AOC Vaud Feu Sacré, wenn Ihnen, wie uns bei Volg, ein einheimischer Wein besonders am Herzen liegt. Den Beaufort Grande Réserve Pays d'Oc, den Moscato Mirada Valencia DO oder den Grande Sinfonia Appassimento, wenn Sie modernen Trinkgenuss schätzen. Den Brunetti di Amerosa Puglia Rosso, wenn Sie Wert auf Bio-Weine legen.



**LA CÔTE AOC LUMIÈRE DU SOLEIL
SCHWEIZ, 2019, 17 PUNKTE***

Die traditionelle Rebsorte Chasselas gibt diesem Weisswein seinen lebhaften Charakter.
0,75 l, Fr. 10.70



**SALVAGNIN AOC VAUD FEU SACRÉ
SCHWEIZ, 2019, 17 PUNKTE***

Trinkgenuss aus dem Waadtland, kann gerne auch etwas gekühlt serviert werden.
0,75 l, Fr. 9.80



**MOSCATO MIRADA VALENCIA DO
SPANIEN, 2019, 17,5 PUNKTE***

Fruchtig-frischer und leicht süsslicher Wein mit Noten exotischer Früchte. Wunderbar zum Apéro!
0,75 l, Fr. 9.50



**BRUNETTI DI AMEROSA
PUGLIA ROSSO IGT ORGANIC WINE
ITALIEN, 2019, 17 PUNKTE***

Intensives Bouquet mit Kirsch- und Pflaumenduft sowie einer leichten Lakritz-Nuance. Perfekt zu Pizza.
0,75 l, Fr. 8.90



**GRANDE SINFONIA APPASSIMENTO
VINO PASSITO PUGLIA IGP
ITALIEN, 2019, 17,25 PUNKTE***

Die Trauben werden nach der Appassimento-Methode am Rebstock leicht angetrocknet und von Hand gelesen.
0,75 l, Fr. 9.90



**BEAUFORT
GRANDE RÉSERVE PAYS D'OC,
FRANKREICH, 2019, 17,5 PUNKTE***

Eine Assemblage aus den Rebsorten Merlot und Cabernet Sauvignon. Passt zu rotem, dunklem Fleisch.
0,75 l, Fr. 9.95

* speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis

HEISS GELIEBTES AUS EINEM TOPF



HACKBÄLLCHEN- SAUERKRAUT-EINTOPF

Diesen Eintopf lieben
Fleischtiger und Gemüsefans.
Rezept auf Seite 15



**MEDITERRANE
ONE-POT-PASTA
MIT SPINAT**

Dörrotomaten, Pinienkerne und Kapern bringen südländische Wärme in die Pfanne. Rezept auf Seite 15

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

Da wird es uns warm ums Herz: Eintöpfe sind heimelig und heizen uns innerlich wunderbar auf. Mit einem Topf auf dem Tisch gibt es zudem einen Hauch Hüttencharme für die gute Stimmung.



POULET-CURRY MIT REIS

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

- 2-3 **Zwiebeln**, in feinen Schnitzen
- 1 cm **frischer Ingwer**, fein gerieben
- 1 **Knoblauchzehe**, gepresst
- 2 EL **Currypulver**
- 1 EL **Bratbutter**
- 200 g **Basmatireis**, gewaschen
- 3 dl **Gemüsebouillon**
- 1 Dose **gehackte Tomaten**, 400 g, abgetropft
- ½ EL **Sambal Oelek**
- 2,5 dl **Kokosnussmilch**
- 300 g **Pouletbrust**, geschnetzelt
- Salz, Pfeffer**
- 50 g **Cashewnüsse**, geröstet, grob gehackt
- ½ **Bund Schnittlauch**, fein geschnitten

1. Zwiebeln, Ingwer, Knoblauch und Curry in der heissen Bratbutter ca. 3 Minuten dünsten. Reis dazugeben, mit Bouillon ablöschen. Gehackte Tomaten, Sambal Oelek und Kokosnussmilch dazugeben, ca. 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen.
2. Poulet dazugeben und nochmals 8 Minuten ziehen lassen, würzen. Auf Teller verteilen, Cashewnüsse und Schnittlauch darüberstreuen.

POLENTA-LAUCH-PFANNE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

- 2 EL **Butter**
- 500 g **Lauch**, schräg in 2 cm dicken Ringen
- 300 g **Rüebli**, schräg in 5 mm dicken Scheiben
- 3 dl **Weisswein**
- 5 dl **Gemüsebouillon**
- 150 g **Polenta**, grob oder fein
- 6 **pikante Würste**, z. B. Grillargentinios
- Salz, Pfeffer**

1. Butter in der Pfanne schmelzen, Lauch und Rüebli dazugeben, ca. 5 Minuten dämpfen. Mit Weisswein ablöschen, ca. 3 Minuten einköcheln, Bouillon dazugeben und Mais unter Rühren einrieseln lassen. Würste dazugeben, alles ca. 15 Minuten köcheln lassen, würzen. Eintopf auf Tellern anrichten, Würste darauf verteilen.









MEDITERRANE ONE-POT-PASTA MIT SPINAT

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

- 2 EL Pinienkerne
- 1 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 1 L Gemüsebouillon
- 200 g Teigwaren, z. B. Müscheli
- 300 g tiefgekühlter Spinat, aufgetaut
- 50 g getrocknete Tomaten in Öl eingelegt, fein geschnitten
- 50 g Kapern, abgetropft
- Salz, Pfeffer
- 100 g Grana Padano, gerieben

1. Pinienkerne in einer grossen Pfanne anrösten, herausnehmen, beiseitestellen. Öl heiss werden lassen, Zwiebel andämpfen, Bouillon dazugiessen, Teigwaren dazugeben und 5 Minuten köcheln lassen. Spinat, Tomaten und Kapern dazugeben und weitere 3 Minuten köcheln lassen. Teigwaren auf Tellern anrichten, Pinienkerne und Käse darüberstreuen.

ÖISE TIPP

Anstelle von Spinat, Rotkabis oder Federkohl verwenden.



HACKBÄLLCHEN-SAUERKRAUT-EINTOPF

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 60 Minuten

- 500 g Rindshackfleisch
- 1 Ei
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Bratbutter
- 3 Zwiebeln, in feinen Scheiben
- 2 EL Bratbutter
- 1 EL Zucker
- 1 EL Tomatenpüree

- Ca. 500 g gekochtes Sauerkraut
- 2 EL mildes Paprikapulver
- 7,5 dl Fleischbouillon
- 500 g festkochende Kartoffeln, in 2 cm grossen Würfeln
- 4 EL Schnittlauch, fein geschnitten

1. Hackfleisch bis und mit Pfeffer gut verkneten. Baumnussgrosse Bällchen formen. Bratbutter warm werden lassen und Hackbällchen portionenweise rundum ca. 3 Minuten anbraten, herausnehmen, beiseitestellen.
2. Zwiebeln in der warmen Bratbutter glasig dünsten, Zucker dazugeben und goldbraun caramellisieren, Tomatenpüree dazugeben, kurz andünsten. Sauerkraut und Paprika dazugeben, kurz mitdünsten. Bouillon dazugiessen, zugedeckt ca. 25 Minuten köcheln lassen.
3. Kartoffeln und Hackbällchen dazugeben und weitere 15 Minuten köcheln lassen. Eintopf auf Tellern anrichten und mit Schnittlauch garnieren.

GERSTEN-CHICORÉE-TOPF MIT PILZEN

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 250 g Rollgerste
- 1 TL Paprikapulver
- 1 L Gemüsebouillon
- 600 g Chicorée, in 1 cm breiten Streifen
- 1 EL flüssiger Honig
- 100 g Gorgonzola, in Stücken
- Salz, Pfeffer
- 250 g Champignons, geviertelt
- 1 EL Butter
- ½ Orange oder Zitrone, heiss abgespült, abgeriebene Schale
- 4 EL Peterli, fein geschnitten

1. Zwiebel im warmen Öl andünsten, Gerste beifügen, mitdünsten. Paprika darüberstreuen, kurz mitrösten. Mit der Hälfte der Bouillon ablöschen, ca. 35 Minuten köcheln lassen, dabei nach und nach die restliche Bouillon dazugiessen, sodass die Gerste immer bedeckt ist.

2. Chicorée, Honig und die Hälfte des Gorgonzolas dazugeben, zugedeckt 3 Minuten ziehen lassen, würzen.

3. Champignons in der warmen Butter anbraten. Gersteneintopf auf Tellern anrichten, gebratene Pilze und restlichen Gorgonzola darauf verteilen, mit Orangen- oder Zitronenschale und Peterli garnieren.



ÖISE WITIPP

Salvagnin AOC Vaud Feu Sacré, 75 cl
Mit seinem ausgewogenen Bouquet roter Früchte und der weichen Struktur ist dieser Schweizer Rotwein ein charmanter Begleiter zu Gemüse- und Pilzgerichten.



One-Pot-Pasta zum Mitnehmen:
Maggi Quick Lunch Hörnli an Käsesauce, 63 g

ÖISI CHUCHI

WINTER-SHAKSHUKA

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

- 2 **Zwiebeln**, fein geschnitten
- 2 **Knoblauchzehen**, in Scheiben
- 4 EL **Olivenöl**
- 1 Dose **rote Bohnen**, ca. 275 g, kalt ab gespült, abgetropft
- 2 Dosen **gehackte Tomaten**, je 400 g
- 0,5 dl **Gemüsebouillon**
- 1 TL **Currypulver**
- 1 TL **Paprikapulver**
- Salz, Pfeffer
- 4 **Eier**
- 4 EL **Peterli**, grob geschnitten

1. Zwiebeln und Knoblauch im warmen Öl andämpfen. Bohnen und Tomaten dazugeben, Bouillon dazugießen, würzen, ca. 10 Minuten köcheln lassen.
2. Mit dem Löffelrücken 4 Mulden eindrücken. Eier einzeln aufschlagen und in die vorbereiteten Mulden gleiten lassen, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 10 Minuten stocken lassen. Peterli darüberstreuen.

ÖISI TIPPS

- Mit Brot servieren.
- Schneller gehts, wenn die Eier separat zu Spiegeleiern gebraten werden und am Schluss auf das Gemüse gelegt werden.



HAFECHABIS

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 75 Minuten

- 250 g **Kochspeck**, Schwarte entfernt, in 2 cm grossen Würfeln
- 2 EL **Bratbutter**
- 1 **Zwiebel**, in Schnitzen
- 1 kg **Weisskabis**, in groben Stücken
- 2 dl **Gemüsebouillon**
- 1 **Lorbeerblatt**
- 500 g **festkochende Kartoffeln**, in ca. 5 cm grossen Stücken
- 1 **rotschaliger Apfel**, in Schnitzen
- Salz, Pfeffer

1. Speck in der heissen Bratbutter rundum anbraten, Zwiebel und Kabis dazugeben und ca. 5 Minuten dämpfen. Mit Bouillon ablöschen, Lorbeerblatt dazugeben, zugedeckt ca. 30 Minuten köcheln lassen.
2. Kartoffeln und Apfel dazugeben, ca. 30 Minuten weiterköcheln lassen, würzen, anrichten.

MILCHREIS MIT HIMBEEREN UND BANANEN

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

- 6 dl Milch
- 150 g Risottoreis
- 1 Orange, heiss
abgespült, abgeriebene
Schale
- 1 Pk. Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 1 dl Halbrahm
- 2 EL Zucker (1)
- 250 g tiefgekühlte
Himbeeren, aufgetaut
- 2 EL Zucker (2)
- 2 Bananen, in Scheiben
- 100 g Mandelstifte, geröstet

1. Milch mit allen Zutaten bis und mit Zucker (1) aufkochen, Hitze reduzieren, unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis ein dicker, feuchter Brei entsteht.
2. Himbeeren mit Zucker (2) mischen, marmorartig unter den Milchreis mischen, Bananen darauf verteilen. Mandelstifte darüberstreuen.



WIRZ-RAGOUT MIT FORELLE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 35 Minuten

- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel, fein
geschnitten
- 2 Knoblauchzehen,
in feinen Scheiben
- 400 g Wirz, grob geschnitten
- 3 EL Oliven, in Vierteln
- Salz, Pfeffer
- 0,5 dl Weisswein
- 6 dl Gemüsebouillon
- 1 Prise Zucker
- 280 g Forellenfilets,
ohne Haut, in 4 cm
grossen Stücken
- 4 Brotscheiben,
in Würfeln, geröstet
- ½ Bund Schnittlauch, fein
geschnitten
- ½ Zitrone, heiss
abgespült, abgeriebene
Schale
- 100 g Crème fraîche

1. Pfeffer in der heissen Pfanne kurz anrösten, Butter dazugeben, Zwiebel und Knoblauch andünsten. Wirz dazugeben, ca. 5 Minuten mitdünsten, Oliven dazugeben, würzen.
2. Mit Weisswein ablöschen, Bouillon und Zucker dazugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze 10 Minuten garen. Fisch dazugeben, zugedeckt ca. 6 Minuten ziehen lassen.
3. Eintopf auf Tellern anrichten, geröstete Brotscheiben, Schnittlauch und Zitronenschale darauf verteilen. Je einen Klacks Crème fraîche dazugeben.

ÖISI TIPPS

- Die Haut der Forellenfilets mit einem scharfen Messer wegschneiden.
- Weisswein durch Noilly Prat ersetzen.

SAISON FÜR ...

LAUCH

Geschmacklich der Zwiebel ähnlich, gibt Lauch Gerichten
Pep - von Salat über Stampf bis Spätzli.

LAUCHSALAT

500 g Lauch in ca. 4 cm lange Stücke schneiden,
im siedenden Salzwasser oder im Dampfkorbchen
weich garen. Für die Sauce 1 TL Senf
mit 3 EL Weissweinessig, 3 EL Rapsöl, 1 gehackter
Zwiebel, Salz und Pfeffer verrühren.
Über den Lauch giessen, mit gerösteten
Pinienkernen und Kapern anrichten.

LAUCHSTAMPF

750 g mehligkochende Kartoffeln in Stücke
und 250 g Lauch in feine Ringe schneiden. Beides
im siedenden Salzwasser weich kochen, ab-
giessen, in der Pfanne austrocknen lassen.
1,5 dl Milch mit 30 g Butter aufkochen, Kartoffeln
und Lauch durchs Passevite direkt in die Milch
drehen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.



LAUCHSUPPE MIT GERSTE

90 g Speckwürfel, 2 Rüeblen in Scheiben
und 300 g Lauch in ca. 2 cm grossen Stücken in
1 EL Butter andämpfen. Mit 0,5 dl Weisswein
und 5 dl Gemüsebouillon ablöschen, aufkochen.
50 g Rollgerste begeben, ca. 30 Min.
köcheln und servieren.



LAUCHSPÄTZLI

300 g Lauch in feine Ringe schneiden, in 1 EL
Butter andämpfen, Mit 1 dl Weisswein
ablöschen, 5 dl Vollrahm begeben,
ca. 5 Min. köcheln, mit Salz und Pfeffer würzen.
Spätzli in einer Pfanne mit Bratbutter
ca. 5 Min. braten. Lauch dazugeben, mit
100 g Reibkäse bestreut servieren.

BOHNEN-SNACKS MIT HOHEM ANTEIL AN BALLASTSTOFFEN

NEW



DIE CHIPS-EXPERTEN.



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Käse & Wein

**THURGAUER RAHMKÄSE
CREMIGER HALBHARTKÄSE**

Zwei zum Entdecken

Zwei Schweizer, die wunderbar harmonieren: Der feincremige Thurgauer Rahmkäse aus regionaler Bio-Milch gehört zu den Klassikern der traditionsreichen Käserei Strähl in Siegershausen. Perfekt auf frischem Brot und zu einem Glas Weisswein wie dem beliebten La Côte AOC Lumière du Soleil.

**LA CÔTE AOC LUMIÈRE DU SOLEIL
SCHWEIZ, 75 CL**

La Côte AOC
Lumière du Soleil,
Schweiz, 75 cl

-26% **7.90**
statt 10.70

Thurgauer Rahmkäse
an der Theke per 100 g
statt Fr. 2.20

Fr. 1.60

Portion, 230 g, per 100 g
statt Fr. 2.10

Fr. 1.60



**WEIN
DES
MONATS**

**KÄSE
DES
MONATS**



20%

VOM 18.01. – 23.01. 2021
AUF ALLE KNORR SUPPEN



So schmöckt's Dihei!



JETZT PROFITIEREN!

WEIN
DES
MONATS



La Côte AOC Lumière du Soleil

Schweiz, 2019, 75 cl, 17 Punkte*

☞ Chasselas ☞ gelbgold ☞ frisch, fruchtig, verspielt
☞ 8-10 °C ☞ Aperitif, Eglifilet, Käsefondue

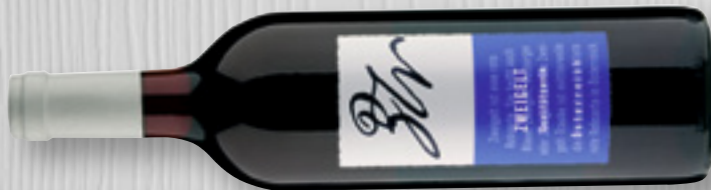
-26% **7.90**
statt 10.70

Salvagnin AOC Vaud Feu Sacré

Schweiz, 2019, 75 cl, 17 Punkte*

☞ Gamay und Pinot Noir ☞ rubinrot ☞ ausgewogen, rund,
fruchtiger Abgang ☞ 14-16 °C ☞ Wurst, Berner Platte

7.90
statt 9.80



Zweigelt

Österreich, 2019, 75 cl, 16.75 Punkte*

☞ Zweigelt ☞ kräftiges Rubinrot ☞ fruchtig,
würzig, harmonisch ☞ 15-17 °C ☞ Gulasch, Wiener Schnitzel

-25% **5.95**
statt 7.95

Salice Salentino DOC

Trentacinquesimo Parallelo, Italien, 2017, 75 cl, 16.5 Punkte*

☞ Negroamaro, Malvasia Nero ☞ tiefes Rubinrot
☞ vollmundig, samtig, harmonisch ☞ 18-20 °C ☞ Pasta, Pizza

-20% **6.30**
statt 7.95



Chardonnay Caswell

California, USA, 2019, 75 cl, 16.5 Punkte*

☞ Chardonnay ☞ helles Gelb ☞ fruchtig,
Nelken- und Vanillearomen ☞ 8-10 °C
☞ Fisch, Poulet, milder Käse

-30% **5.50**
statt 7.90



Cabernet Sauvignon Caswell

California, USA, 2018, 75 cl, 16.5 Punkte*

☞ Cabernet Sauvignon ☞ granatrot
☞ fruchtig, dunkle Beerennoten ☞ 14-16 °C
☞ Grilladen, Burger

-30% **5.50**
statt 7.90



Diese Aktion
gilt vom
28.12.2020 bis
24.01.2021
solange Vorrat
Jahgangsänderungen
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».



Metzgermeister Willimanns Erfolgsrezept

Im Luzerner Dorf Dagmersellen produziert die Metzgerei Willimann seit über 160 Jahren Delikatessen. Einige Kostproben davon gibt es im nahen Volg St. Erhard als «Feins vom Dorf»-Spezialitäten.

Die Erfolgsgeschichte beginnt 1941 mit einem Missgriff: Gottfried Willimann mischt aus Versehen die Bratwurstmasse mit Pökel- statt mit normalem Salz. Und dies zu einer Zeit, in der Mangel herrscht. Doch Not macht bekanntlich erfinderisch. Und so verfeinert Metzgermeister Willimann die Rezeptur, verschlankt die Wurst und räuchert sie – geboren ist das «Dagmersellerli». «Heute ist die geräucherte Wurst unser Spitzenprodukt», sagt Willimanns Ur-Enkel Nico stolz.

Doch nicht nur wegen der saftigen Räucherwurst sind die Spezialitäten der Metzgerei

Hugo Willimann weit über die Gemeinde Dagmersellen hinaus bekannt. Fleisch, Aufschnitt, Luzerner Speck, Cervelas oder eine der anderen 50 Wurstsorten: Die Vielfalt der Produkte ist fast legendär.

Fleisch von Tieren aus der Nachbarschaft
Das Familienunternehmen, gegründet vor 164 Jahren und 6 Generationen, verfügt denn auch über einen enormen Erfahrungsschatz. Betriebsleiter Nico Willimann erklärt, dass Wissen allein jedoch nicht ausreicht: «Ebenso wichtig ist das Fleisch in hochwertiger Qualität.» In der Dorfmetzgerei Willimann wird ausnahmslos Fleisch

von Tieren verarbeitet, die in unmittelbarer Nachbarschaft aufwachsen. «Fünf Bauernbetriebe züchten für uns die Dagmersellen-Rinder, ein Landwirt betreibt die Schweinezucht.»

Die Freiland-Rinder der Sorte Limousin leben in Mutterkuhhaltung. «Die Tiere bleiben bei der Mutter und werden nicht gleich nach der Geburt von ihr getrennt», erläutert Nico Willimann. Die Schweine wiederum haben einen grosszügigen Stall mit Innen- und Aussenbereich, Schattenplätzen und permanenten Beschäftigungsmöglichkeiten. «Die tierfreundliche Haltung



FEINS VOM DORF



Bild links: Die Metzgerei bietet über 50 verschiedene Wurstsorten an, darunter die berühmten Dagmersellerli, stolz präsentiert von Nico Willimann. Bilder rechts: Eine alte Werbetafel der Metzgerei Willimann - mit der Telefonnummer 27! Bei Willimann wird nur Fleisch aus der Region verarbeitet. Nach sieben Stunden Räuchern haben die beliebten Dagmersellerli ihren unwiderstehlichen Geschmack bekommen.

trägt zur hohen Qualität der Produkte bei», weiss Nico Willimann.

Handwerkskunst und Geheimrezept

Ebenso wie die rund 40 Mitarbeitenden der Metzgerei Willimann. Das traditionelle Handwerk erfordert trotz moderner Technik Geschick und Fingerspitzengefühl. Nico Willimann: «Sonst wird aus dem Wursten rasch ein Gewurstel.» Das Rezept für die Dagmersellerli ist übrigens geheim - was ihren Fans aber wurst sein dürfte. Schliesslich wissen die Kundinnen und Kunden vom Volg St. Erhard auch so, dass Dagmersellerli einzigartig schmecken.



DAGMERSELLERLI IM VOLG ST. ERHARD

Dagmersellerli sind einer der diversen Fleisch-Genüsse, die von der Metzgerei Willimann produziert werden und im Volg St. Erhard, Geuensee, Eich und Eschenbach als «Feins vom Dorf»-Spezialitäten erhältlich sind.

SPEZIALITÄTEN AUS DEM DORF

Die Dagmersellerli sind eine von rund 10 000 «Feins vom Dorf»-Spezialitäten. «Feins vom Dorf» hält, was der Name verspricht: Die Produkte sind nur im Volg im jeweiligen Dorf oder Nachbardorf erhältlich. Entdecken Sie die «Feins vom Dorf»-Spezialitäten in Ihrem Volg!



«So schmeckt pfannenfertig!»

Walliser Cordon Bleu –
schnell zubereitet und
im Handumdrehen geniessen.



Mit hochwertigem
Schweizer
Schweins-Nierstück...

...würzigem
Raclettekäse...

... und Walliser
Rohessspeck





LEHRE, RACLETTE, «SCHWIIZERDÜTSCH»

Der Syrer Orhan Muhammad hat mit der Lehre zum Detailhandelsfachmann EFZ im Volg Linthal GL eine Zukunft mit Perspektiven erhalten, die er begeistert anpackt.

Wolkenkratzer wie in New York. So stellte sich Orhan Muhammad die Schweiz vor. Als er im September 2014 ins Glarnerland kam, staunte er nicht schlecht: Mächtig hoch sind hier nicht die Häuser, sondern die Berge. Bis er die Aufenthaltsbewilligung hatte, die es ihm erlaubte zu arbeiten, suchte er sich eine andere Beschäftigung und fand sie beim FC Glarus. Mit ein paar Brocken Deutsch, die er sich selbst mithilfe des Internets beigebracht hatte, und einem Video, das ihn beim Fussballspielen zeigte, überzeugte er den Trainer. Er durfte «mitschutten»! Eine wichtige Integrationshilfe: Er fand erste Freunde und verbesserte seine Sprachkenntnisse laufend. Durch die Arbeit im Volg ist er heute sprachlich so versiert, dass er «Schwiizerdütsch» spricht, als wäre er hier aufgewachsen.

Am liebsten alles mit Zahlen

«Eine Lehre kennt man in Syrien nicht. Doch diese Art von Ausbildung ist einfach super! Was ich in der Schule lerne, kann ich im Laden in der Praxis anwenden», schwärmt Orhan Muhammad. Da er Statistik studiert

hat, liegen ihm Zahlen. «Bestellungen ausführen, die Kasse exakt abrechnen – diese Tätigkeiten mag er im Arbeitsalltag besonders. Durch die Lehre im Volg hat Orhan Muhammad Perspektiven erhalten. Dafür ist er dankbar und dafür lernt er hart. Denn diese Chance will er packen: «Vielleicht bei Volg – es bieten sich hier viele Karrieremöglichkeiten», sagt er.



3 FRAGEN AN:

**Orhan Muhammad
Lernender Volg Linthal**



Wie sind Sie zum Volg gekommen?

Ich wollte unbedingt im Verkauf arbeiten. Im September 2017 erhielt ich im Volg Linthal eine Praktikumsstelle. Wegen meiner guten Leistungen und Schulnoten durfte ich hier ein Jahr später die 3-jährige Lehre zum Detailhandelsfachmann EFZ beginnen, was mich sehr freut. Im August 2021 werde ich diese hoffentlich erfolgreich abschliessen.

Was schätzen Sie an der Schweiz besonders?

Den respektvollen Umgang untereinander, die Demokratie und die Viersprachigkeit.

Woran müssen Sie sich noch gewöhnen?

An die Kälte. Im Winter oder im Volg an das Arbeiten im Tiefkühlraum (lacht). Aber ich mag es, schlitteln zu gehen und mit Freunden Raclette zu essen. Raclette ist mein absolutes Lieblingsessen geworden.



«Wir fahren grün mit Wasserstoff.» Seit Kurzem werden Völg-Läden mit dem Wasserstoff-Lkw beliefert.

100% EMISSIONSLOS

Seit einigen Wochen werden rund 25 Volg-Läden der Nordwest- und der Zentralschweiz mit einem der weltweit ersten Wasserstoff-Lastwagen beliefert – ganz ohne umweltschädlichen CO₂-Ausstoss.

Auf den Strassen hält mit H₂-Lastwagen eine neue, umweltfreundliche Mobilität Einzug: Von den weltweit zehn ersten serienmässig produzierten Wasserstoff-Lkws ist einer für die Belieferung mit Frischprodukten von rund 25 Volg-Läden unterwegs. Wenn sich der neue, 19 Tonnen schwere Wasserstoff-Lkw für Volg auf die Fahrt macht, kommen aus seinem Auspuff keine umweltschädlichen Emissionen, sondern klimaneutraler Wasserdampf.

Sieben Tanks für rund 400 Kilometer
Der Volg-Wasserstoff-Lkw startet seine Belieferungsfahrten in der Volg-Verteilzentrale Oberbipp BE. Daher wurden die Routen so geplant, dass er vorwiegend Volg-Läden in der Nordwest- und der Zentralschweiz beliefert. Betankt wird er an der Wasserstoff-Tankstelle in Zofingen. Rund 400 Kilometer weit kommt

er mit seinen sieben Tanks, die 32 Kilogramm Wasserstoff fassen.

Wie ein Lkw grün fährt

Der Treibstoff Wasserstoff (H₂) wird aus Wasser (H₂O) hergestellt. Dies geschieht mittels Strom. Nutzt man dafür wie beim Volg-Wasserstoff-Lkw erneuerbare Energie aus der Natur – wie Wasserkraft –, spricht man von grüner Energie. Die getrennten Sauerstoff- und Wasserstoffmoleküle werden gesammelt, damit sie später als Gemisch im Brennstoffzellenfahrzeug Strom erzeugen und so dessen Elektromotor antreiben. Aus dem Auspuff kommt dadurch lediglich Wasserdampf als eine Art feiner Regen, was den natürlichen Kreislauf wieder schliesst. Der Wasserstoff-Lkw ist übrigens nicht nur umweltfreundlich, sondern auch leiser, was besonders bei Anlieferungen frühmorgens ein zusätzlicher Pluspunkt ist.

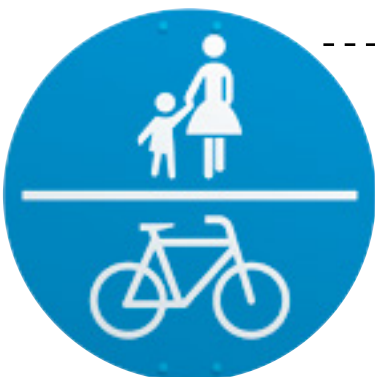


ZUKUNFTSWEISENDE MOBILITÄT

Nachhaltigkeit nimmt bei uns einen hohen Stellenwert ein.

Dass wir zu den ersten gehören, die auf der Strasse klimafreundliche, zukunftsweisende Mobilität nutzen, macht uns stolz.

Philipp Zraggen,
Vorsitzender der Geschäftsleitung



WIR ALLE KÖNNEN ETWAS TUN

Zu Fuss oder mit dem Velo statt mit dem Auto

Gemäss einer internationalen Studie legen wir durchschnittlich knapp 5000 Schritte pro Tag zurück. Gehen fördert die Gesundheit – besonders, wenn es mindestens rund 8000 Schritte pro Tag werden. Vor allem der Alltag hält uns in Schwung. Deshalb ruhig einmal mehr eine Strecke zu Fuss zurücklegen, statt das Auto zu nehmen. Zum Beispiel für den Einkauf im Volg im Dorf. Wer nicht ganz auf Räder verzichten mag: Velos haben auch welche.

Alle guten Dinge sind Ei.



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

Volg ist seinen Preis wert.

Aus 1 mach 3

Die neuen Munz Extra Milch Schoggistängeli sind so fein, dass man sich den Tag damit am liebsten von morgens bis abends versüssen möchte.



1. Als Znüni

Für einen «Schoggi-Dog» mit einem Kellenstiel ein Loch in ein längliches Brötli bohren und das Munz Extra Milch Schoggistängeli hineinstecken.

2. Als Zvieri

Für einen bärenstarken Zvieri Toastbrotscheibe toasten, mit Schoggi-Haselnuss-Aufstrich bestreichen. Mit Bananenscheiben Ohren, Augen und Schnauze legen. Munz Extra Milch Schoggistängeli in Scheiben schneiden und fertig ist das süsse Bärengesicht.



3. Als Bettmüpfeli

Für eine heisse Schoggi der besonderen Art Milch erwärmen, in ein Glas giessen und ein Munz Extra Milch Schoggistängeli hineinstellen. Etwas warten, bis es schmilzt. Umrühren und geniessen.



MUNZ EXTRA MILCH

Ein Schoggistängeli der ganz besonderen Art: aussen dank dem Überzug aus Schweizer Milkschokolade schön zartschmelzend und im Herzen wunderbar zart durch die extra cremige Milch- und Pralinéfüllung. Mmh... am besten gleich ausprobieren!



Sündhaft guet ...



*... für gross
und chli!*

JETZT ZUGREIFEN!



Einführungspreise
gültig vom
28.12.2020-
24.1.2021

Einkaufen ist immer auch eine kleine Entdeckungsreise. Spüren Sie im Volg jeden Monat neue Produkte auf und erleben Sie neue Genussmomente.



SODA TREND GASZYLINDER

Das «Blööterliwasser» selbst machen? Ganz easy! Ein Zylinder Soda Trend sprudelt bis zu 60 Liter Wasser auf und passt in alle gängigen Wassersprudler.

Fr. 13.90 (Preis beim Zylinder-Tausch)



**MUNZ EXTRA MILCH,
5 x 23 G***

Mmmh, Milch! Ein Schoggistängeli mit Schweizer Milch: ein zarter Kern aus Milch-creme, umhüllt von feinstem Milch-Praliné und einem Überzug aus Milchschoggi.

Einführungspreis Fr. 3.95



**RAMSEIER ZISCH,
50 CL***

Leicht, erfrischend und 100% natürlich! Ramseier Zisch aus Hochstammäpfeln ist ein Durstlöcher, der auch Linienbewussten gefällt und Gross und Klein schmeckt.

Einführungspreis Fr. 1.40



**DAR-VIDA CHOCO NOIR,
4 POCKET-PACKS, 184 G***

Die knusprigen Dar-Vida Vollkorncracker Choco noir sind mit milder dunkler Schweizer Schokolade belegt. Portionenweise verpackt sind sie perfekt zum Mitnehmen.

Einführungspreis Fr. 4.60

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Hefe krönt feines Gebäck

MANDELGIPFEL

Mandeln adeln die Füllung der Hefegipfel und ihre Kruste. Rezept auf S. 39



**Hefe macht Gebäcke schön luftig und gibt ihnen einen einzigartigen Geschmack:
vom pikanten Königs Kuchen bis zum süßen Brioche-Schoggi-Brötli.**



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

HERZHAFTER DREIKÖNIGSKUCHEN MIT SPECK

FÜR 8 Stück

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

AUFGEHEN LASSEN ca. 2 Stunden

BACKEN ca. 30 Minuten

Backpapier fürs Blech

FÜLLUNG

- 1 **Zwiebel**, fein gehackt
- 1 **Knoblauchzehe**, fein gehackt
- 90 g **Speckwürfeli**
- 1 EL **Butter**
- 50 g **Haselnüsse**, grob gehackt

TEIG

- 500 g **Zopfmehl**
- 1 EL **Salz**
- 10 g **Hefe**

5 EL **Wasser**

1 TL **Zucker**

50 g **Butter**, in Stücken

2 dl **Milchwasser** (½ Milch / ½ Wasser)

1 **Mandel oder Königsfigur**

1 **Eigelb**, verknüpft
Haselnüsse, in Scheibchen,
zum Bestreuen

1. Zwiebel, Knoblauch und Speck in der Butter knusprig braten. Haselnüsse begeben, mischen, auskühlen lassen.

2. Mehl mit Salz in einer Schüssel mischen und eine Mulde formen. Hefe mit Wasser und Zucker in der Mulde auflösen, ca. 15 Minuten stehen lassen, bis die Masse schäumt.

Dann Butter und Milchwasser begeben, zu einem homogenen, weichen Teig kneten. Zugedeckt ca. 1 Stunde auf das Doppelte aufgehen lassen.

3. Ein Viertel des Teiges zu einer Kugel formen, auf die Mitte des vorbereiteten Blechs legen. Restlichen Teig zu 6 gleich grossen Kugeln formen. Den König in eine Kugel drücken. Die Teigportionen mit ca. 1 cm Abstand rund um die grosse Teigkugel anordnen. Zugedeckt nochmals 30–45 Minuten aufgehen lassen. Mit Eigelb bestreichen und mit Haselnüssen bestreuen.

4. Auf der 2.-untersten Rille des auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 30 Minuten backen.



BRIOCHE-BRÖTLI MIT SCHOKOLADE

FÜR 12 Stück

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

AUFGEHEN LASSEN ca. 2 1/2 Stunden

BACKEN ca. 15 Minuten

Für 12 kleine Briocheförmchen
oder ein Muffinblech

Wenig Butter für die Förmchen

TEIG

500 g Zopfmehl
2 TL Salz
15 g Hefe, frisch
1 TL Zucker
4 EL lauwarmes Wasser

100 g Butter, weich, in Stücken
2 EL Zucker
1 dl Milch
3 Eier, verknüpft
75 g dunkle Schokolade, in Würfeli
1 Ei, verknüpft

1. Mehl und Salz in einer Schüssel mischen, dabei eine Mulde formen. Hefe mit Zucker und Wasser in der Mulde verrühren, ca. 15 Minuten stehen lassen, bis der Brei schäumt. Dann die restlichen Zutaten bis und mit Schokolade begeben, zu einem weichen, elastischen Teig verkneten. Zugedeckt ca. 2 Stunden an einem warmen Ort aufgehen lassen.

2. Teig in 12 Portionen teilen, je ein nussgrosses Stück wegschneiden. Alle Teigstücke zu Kugeln formen. Grosse Kugeln in die vorbereiteten Förmchen legen, leicht flach drücken. Teig in der Mitte kreuzförmig einschneiden, mit wenig Ei bestreichen, kleine Kugeln in die Vertiefung drücken, nochmals ca. 30 Minuten gehen lassen. Mit Eigelb bestreichen. In der Mitte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 15 Minuten backen. Herausnehmen, auskühlen lassen und aus der Form lösen.

GÂTEAU DU VULLY (SÜSSER RAHMFLADEN)

FÜR 12 Stück

ZUBEREITEN ca. 45 Minuten

AUFGEHEN LASSEN ca. 1 Stunde

BACKEN ca. 20 Minuten

Für eine Springform von ca. 28 cm ø
Backpapier für die Form

TEIG

300 g Mehl
1 TL Salz
10 g Hefe, frisch
2 dl Milch
70 g Butter, in Stücken

BELAG

30 g Butter, in Flocken
100 g Crème fraîche
1 Eigelb
3 EL Zucker

1. Mehl und Salz in einer Schüssel mischen und eine Mulde formen. Hefe mit der Milch in der Mulde auflösen. Butter begeben und zu einem homogenen weichen Teig kneten. Zugedeckt ca. 1 Stunde auf das Doppelte aufgehen lassen.

2. Teig in die mit Backpapier belegte Form drücken, mit den Fingern Mulden in die Oberfläche drücken.

3. Butterflocken in die Mulden verteilen. Dann Crème fraîche und Eigelb verrühren, die Hälfte auf der Oberfläche verteilen.

4. In der Mitte des auf 220 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 10 Minuten backen. Dann nochmals mit der restlichen Masse bestreichen und Zucker darüber verteilen, ca. 10 Minuten fertig backen. Herausnehmen, auskühlen lassen, in Stücke schneiden.



Geheimtipp für luftige Brioche:
Panflor Zopfmehl
1 kg







VANILLE-PLUNDER

FÜR 6 Stück
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
AUFGEHEN LASSEN ca. 1 Stunde
KÜHL STELLEN ca. 1 Stunde
BACKEN ca. 30 Minuten
 Backpapier fürs Blech

TEIG

300 g Weissmehl
1 TL Salz
10 g Hefe, frisch
1 EL Zucker
3 EL Wasser
2 dl Milch
120 g Butter, weich
2 EL Mehl

FÜLLUNG

1 Pk. Crème Pâtisserie (200 g),
 z. B. Dr. Oetker
1,5 dl Milch

1 Eigelb, verklopft

- Mehl mit Salz in einer Schüssel mischen, eine Mulde formen. Hefe mit Zucker und Wasser in der Mulde anrühren, ca. 15 Minuten stehen lassen, bis die Mischung schäumt. Dann Milch dazugießen und zu einem weichen, elastischen Teig verkneten. Zugedeckt ca. 1 Stunde aufgehen lassen. Butter mit Mehl gut vermischen, auf Klarsichtfolie ca. 1 cm dick ausstreichen, eingepackt kühl stellen.
- Teig auf wenig Mehl rechteckig ca. 1 cm dick auswallen, die Butter-Platte darauflegen. Teigränder darüberklappen, sodass die Butterplatte ganz mit Teig umhüllt ist, etwas andrücken und auf die Grösse von ca. 30 × 30 cm auswallen. Dann Teig bis zur Hälfte einschlagen, dann nochmals von der anderen Seite her einschlagen, bis ein Quadrat von ca. 15 × 15 cm entsteht. In Klarsichtfolie gewickelt nochmals ca. 1 Stunde kühl stellen. Dann Teig auf wenig Mehl auf ca. 30 × 45 cm auswallen, in 6 Quadrate schneiden und auf das vorbereitete Blech legen.
- Crème nach Angabe auf der Verpackung zubereiten. Je ein Sechstel der Crème auf die Mitte der Quadrate geben, die Ecken übers Eck einschlagen, sodass die Crème bedeckt ist. Mit Eigelb bestreichen.
- In der Mitte des auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 30 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

VANILLE-PLUNDER LEICHT GEMACHT



Butter 1 cm dick auf Klarsichtfolie ausstreichen, kühlen.



Teig auswallen. Butterplatte darauflegen, Teigränder einklappen.



Butter vollständig einpacken, Päckli auswallen und zu Quadraten von 15 × 15 cm formen.



In 8 Quadrate schneiden, diese mit Crème belegen, Ränder einklappen, Päckli mit Eigelb bestreichen.

MANDELGIPFEL

FÜR 12 Stück
ZUBEREITEN ca. 35 Minuten
AUFGEHEN LASSEN ca. 1 Stunde
BACKEN ca. 30 Minuten
 Backpapier für die Bleche

TEIG

300 g Zopfmehl
1 EL Zucker
1 TL Salz
5 g Hefe, frisch
3 EL Wasser
1 dl Milch

FÜLLUNG

150 g gemahlene Mandeln,
 geröstet, ausgekühlt
80 g Rohrzucker
50 g Butter
1 TL Zimt

1 Ei, verquirlt

GLASUR

50 g Puderzucker
2 EL Zitronensaft
2 EL Mandelblättchen, geröstet

- Mehl mit Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. Eine Mulde formen, Hefe mit dem Wasser in der Mulde auflösen. Ca. 15 Minuten stehen lassen, bis der Brei schäumt. Dann die restlichen Zutaten begeben, zu einem weichen, elastischen Teig verkneten. Zugedeckt ca. 1 Stunde auf das Doppelte aufgehen lassen.
- Mandeln mit allen Zutaten gut verrühren, mit dem Pürierstab pürieren, sodass eine grobe, zusammenhängende Masse entsteht, beiseitestellen.
- Formen: Teig halbieren, beide Teige auf wenig Mehl rund, ca. 5 mm dick auswallen. Teigrondellen in je 6 Dreiecke teilen. Ende der Dreiecke mit je ca. 2 EL Füllung bestreichen, dabei einen Rand von ca. 2 mm frei lassen. Dann die Dreiecke von der breiten Seite her zur Spitze hin aufrollen. Auf die vorbereiteten Bleche legen, mit Ei bestreichen.
- Im auf 160 °C (Umluft/Heissluft) vorgeheizten Ofen 20–30 Minuten backen. Herausnehmen, auf Gitter auskühlen lassen.
- Puderzucker mit Zitronensaft verrühren, Glasur über die noch warmen Gipfel giessen. Dann Mandelblättchen darüberstreuen.

8:00

FRISCH MACHEN



12:00

SPAGHETTI- PLAUSCH



18:00

SCHNELLES ZNACHT



16:00

KAFFEE- PAUSE

MIT VOLG FAMILIENPREIS DURCH DEN TAG

Volg Familienpreis ist die Linie für jedes Budget mit über 70 Produkten für den täglichen Bedarf von früh bis spät. Entdecken Sie sie jetzt in Ihrem Volg.



Spaghetti Tipo Napoli
1 kg, Fr. 1.15



Rindfleisch gehackt
Ca. 500 g, Fr. 1.60 (per 100g)



Ice Tea Classic
2l, Fr. 1.-



Nature-Jogurt
500 g, Fr. 1.-



Raclette
Ca. 600 g, Fr. 1.45 (per 100 g)



Café
1 kg, Fr. 5.20



Milch-Schokolade
3 × 100 g, Fr. 1.85



Gummibärchen
500 g, Fr. 2.75



Fleischkäse
Ca. 260 g, Fr. 1.25 (per 100g)



Senf
300 g, Fr. 1.10



Orangensaft
1,5l, Fr. 1.40



Toastbrot geschnitten
900 g, Fr. 2.50



Salami
Ca. 250 g, Fr. 1.70 (per 100g)



Tafelessig
1l, Fr. -.85



Taschentücher 4-lagig
30 × 10 Stück, Fr. 4.35



Shower Gel
500 ml, Fr. -.95



Shampoo
500 ml, Fr. 1.-



Milde Flüssigseife
500 ml, Fr. 1.35



Handcreme
125 ml, Fr. 1.15



Allzweckreiniger
1l, Fr. 1.-

Da sieht man gerne rot!

Randen sind wegen ihrer vielfältigen Art des Genusses wahre Kulinarik-Stars. Der Familienbetrieb Randenschwab im Berner Seeland hat sich auf die Verarbeitung des Gemüses spezialisiert und stellt die im Volg erhältlichen Randenspezialitäten in IP-Suisse-Qualität her.

Werden die Dampfkessel von «Randenschwab» mit Randen gefüllt, legt sich ein süsslicher Duft über die Gemeinde Siselen BE. Dann muss man im Dorf nur der Nase folgen, um das Familienunternehmen zu finden. Dieses verarbeitet seit den 1960er-Jahren jährlich tonnenweise Randen – und hat dazu beigetragen, die dunkelrote Knolle landesweit populär zu machen.

Die Randen, die in der Lagerhalle gehortet werden, stammen von den nahen Feldern des Grossen Moos, der Gemüsekammer der Schweiz. Die rund zwölf Mitarbeitenden sind damit beschäftigt, das Gemüse sorgsam zu garen, zu raffeln oder zu würfeln. Ein Teil der gegarten Knollen wird am Stück für Volg verpackt, die geschnittenen Randen kommen als Salat und Würfel in den Verkauf. «Die Herkunft lässt sich bei jedem Produkt bis aufs Feld nachverfolgen», sagt Reto Schwab, der das Unternehmen zusammen mit seinem Bruder Marco betreibt.

Volg hat massgebend an der Erfolgsgeschichte von «Randenschwab» mitgeschrieben. Die beiden Unternehmen arbeiten seit den frühen 1990er-Jahren zusammen. Im Volg-Sortiment sind alle Randen-Spezialitäten der Gebrüder Schwab erhältlich. «Das Gemüse ist dank seinem Gehalt an Eisen und Vitalstoffen nicht nur gesund, es überzeugt auch kulinarisch», sagt Reto Schwab und verweist auf den Bestseller seines Sortiments, den Randensalat in IP-Suisse-Qualität. Diesem wird einzig Tafellessig, Salz und wenig Zucker beigemischt. «Mehr braucht es nicht», sagt Reto Schwab. «Alles andere würde nur vom guten Eigengeschmack ablenken.»



randenschwab

VOM FELD IM DORF

Das Dorf Siselen mit rund 600 Einwohnern liegt im Berner Seeland, auf der Schwelle der «Gemüsekammer der Schweiz», des Grossen Moos. Hier wachsen rund 60 Gemüsearten, darunter verschiedene Randensorten. Im Spätherbst bringen die Bauern ihre Ernte mit dem Traktor direkt zu «Randenschwab». Vom Feld in den Kochtopf: Die Lagerkette ist beeindruckend kurz – und die Zusammenarbeit mit den Produzenten eng.



FARBENPRÄCHTIG UND VIELFÄLTIG

Roh, im Ofen gebacken oder geschmort, als Salat, Suppe, Carpaccio oder gar als Kuchen: Randen sind äusserst vielseitig. Ihre erdige Süsse überzeugt Geniesser jahrein, jahraus, obwohl Randen im Winter Hochsaison haben. Zudem bringt das Gemüse Farbe auf die Teller und verschafft traditionellen Gerichten wie Risotto oder Kartoffelstock einen leuchtend-starken Auftritt!



«Auf die Partnerschaft mit Volg sind wir besonders stolz. Wir sind zusammen gewachsen – und über die Jahre auch zusammengewachsen.»

Reto Schwab, Mitinhaber Randenschwab, Siselen BE



IM EINKLANG MIT DER NATUR

Die Randen, die Randenschwab verarbeitet, unterstehen den strengen Qualitätsauflagen von IP-Suisse. Das Zertifikat garantiert einen ökofreundlichen und respektvollen Umgang mit der Umwelt und steht für Lebensmittel von höchster Qualität. Alle der in den Volg-Läden erhältlichen Randenspezialitäten sind IP-Suisse-zertifiziert.



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



Schenken Sie Freude,
schenken Sie Volg!

**Die Volg Geschenkkarte –
die perfekte Überraschung
für jede Gelegenheit.**



Die Volg Geschenkkarten sind im Wert von 10, 20 und 50 Franken oder mit einem frei wählbaren Betrag in allen Volg-Läden erhältlich.

So bleibt Wolle mollig weich

Bei Frösteltemperaturen ist Wolle ein wahrer Segen. Fünf Pflegetipps, damit Ihr Lieblingspulli seine Form und kuschelige Qualität behält.

1. Frischluft

Wolle ist ein tierisches Naturprodukt, im Aufbau unserem Haar ähnlich. Die Fasern sind von einer feinen, empfindlichen Schuppenschicht umschlossen, die bei starker Reibung oder zu heissen Temperaturen kaputtgeht: Die Wolle verfilzt. Da Wolle selbstreinigende Eigenschaften hat, reicht es meist, den Pulli über Nacht auszulüften oder mit einem Textil-Erfrischer aufzufrischen, nachdem man ihn einen Tag getragen hat.

3. Handwäsche

Als besonders schonend gilt die Handwäsche in lauwarmem Wasser (maximal 30 °C). Darauf achten, dass die Kleidungsstücke gut bewegt werden können, also am besten eines nach dem andern waschen. Nicht einweichen und bei Flecken besser kneten statt reiben. Wäsche gut ausspülen. Ein Schuss Essig im Spülwasser bringt die Farbe wieder zum Leuchten.

4. Waschmaschine

In die Maschine gehört nur, was mit dem entsprechenden Waschsymboldesign ausgezeichnet ist. Auch sollte die Waschmaschine ein Hand-, Fein- oder Wollprogramm haben. Wäsche auf links drehen und in einem Wäschesack waschen. Damit die Kleidungsstücke im Wasser schwimmen können, die Trommel maximal bis zu einem Viertel füllen. Kurzzeitprogramm wählen und bei höchstens 600 Umdrehungen pro Minute schleudern.

2. Waschmittel

Unbedingt Woll- oder Feinwaschmittel verwenden. Voll- oder Color-Waschmittel sind für höhere Temperaturen gedacht und können die Struktur der Wollfasern zerstören. Als Alternative kann auch ein pH-neutrales Haarshampoo verwendet werden. Auf Weichspüler besser verzichten, da sie die Fasern verkleben können, wodurch die Wolle an Elastizität und Spannkraft verliert.

5. Trocknen

Wollwäsche weder auswringen noch aufhängen. Am besten die Kleidungsstücke in ein Frotteetuch einrollen, damit ein Teil der Feuchtigkeit aufgesaugt wird. Anschliessend die Wollsachen liegend auf dem Wäscheständer trocknen lassen. Nicht auf den Heizkörper oder an die pralle Sonne legen und die Teile - wenn überhaupt - auf links gedreht bei niedriger Temperatur bügeln.

ÖISE TIPP

Sanfte Pflege für mollig Wolliges? Gibts im Volg!

Vom schonenden Waschmittel bis zum praktischen Textil-Erfrischer: Im Volg finden Sie eine Auswahl an cleveren Produkten, die Ihren kuschelweichen Lieblingspulli auf die sanfte Tour pflegen.



**Coral Optimal
Color flüssig**
1,25 l



**Perwoll
Black & Fiber**
1,5 l



**Febreze
Textil-Erfrischer**
500 ml

«In Armenien, wo ich herkomme, ist Schach so beliebt wie hier das Jassen.» Gohar Tamrazyan, Schweizer U16-Schachkönigin.



Im Rösslisprung zur Schachkönigin

Die 16-jährige Gohar Tamrazyan setzt so manchen schachmatt - im wahrsten Sinn des Wortes. Zug um Zug bei ihrer Karriere unterstützt wird die talentierte Nachwuchs-Schachspielerin von Volg.

Blitzgescheit ist Gohar Tamrazyan, nur macht sie darum kein Aufsehen. Im Gegenteil: Der 16-Jährigen ist es eher etwas peinlich, wenn man sie auf ihre Talente anspricht. Dabei spricht sie sieben Sprachen und konnte eben eine Klasse im Gymnasium überspringen, obwohl sie mit ihrer Familie erst vor neun Jahren von Armenien in die Schweiz gezogen war. Ihr grösstes Talent aber ist das Schachspiel. Sie gehört zur Jugendelite unseres Landes: 2019 wurde sie Schweizer U16-Schachkönigin.

Mit Volg verbunden

Die Faszination für den Denksport hat Gohar Tamrazyan aus ihrer Heimat mitgebracht. «In Armenien ist das Schachspiel so beliebt wie in der Schweiz das Jassen», sagt sie. Die ersten Züge habe sie als Fünfjährige im Kindergarten gemacht. Derweil die anderen Kinder ihren Mittagsschlaf hielten, setzte sie sich ans Brett und spielte.

Seit vier Jahren wird die Aargauerin aus Erlinsbach bei der Ausübung ihres Sports von Volg unterstützt. Mit Volg verbindet sie «die Liebe zum Dorf». Gohar Tamrazyan denkt dabei auch an einen Ort im Norden ihres Heimatlandes, wo etwas besonders Kostbares in der Luft liegt: das Gefühl von Geborgenheit. «Wie Volg sich mit seinen Dorfläden den Menschen in Randregionen verpflichtet», hält sie fest. «Das passt perfekt dazu – zumal das Schachspiel ebenfalls abseits des Rampenlichts steht.»

Training mit Grossmeistern

Schachspieler werden an sogenannten Elo-Punkten gemessen. Darin werden Siege und Niederlagen hochgerechnet. Die Best-

marke steht bei 2863, Gohar Tamrazyan kann 1802 Punkte aufweisen. Ihr grosses Ziel ist einfach formuliert: «immer besser zu werden». Dafür trainiert sie über Skype mit einem Grossmeister und anderen Meistern, studiert täglich Schachliteratur und übt Eröffnungen, Theorie, Strategien.

Zeit fürs normale Teenagerleben

Die Konzentration auf den Moment und die Fähigkeit, Dinge zu verknüpfen – davon profitieren Schachspieler auch jenseits des Spielbretts. «Ausserdem übt man sich in Geduld», sagt die 16-Jährige: «Denn darin bin ich noch nicht sonderlich gut.» Ungeduldig rutscht Gohar Tamrazyan auf ihrem Stuhl hin und her. Die Hausaufgaben und das Schachtraining warten. Was, wenn der Kopf raucht? «Dann treffe ich mich mit meinen Freundinnen», sagt sie. Dann ist es an der Zeit für das ganz normale Teenagerleben.



Erfolgreich im Sport dank Volg

Beim Schachspielen und beim Training: Volg unterstützt Nachwuchssportler wie Gohar Tamrazyan dabei, ihre Ziele zu erreichen – und ihre Träume zu verwirklichen.



Gohar Tamrazyan machte schon im Kindergarten als Fünfjährige ihren ersten Zug auf dem Brett.



Mein Volg-Lieblingsprodukt

«Ich liebe Volg-Konfi. Diese erinnert mich an meine Grossmutter, die selber Konfitüre kochte. Mein Tag beginnt fast immer mit Tee und Volg-Konfi-Brötli.»

Käse mit Charakter sucht Geniesser mit Geschmack.



Der cremige Brie Suisse und der mild-würzige Volg Dorf-Chäs sind nur zwei von vielen unwiderstehlichen Käsetypen im Volg Sortiment, die man einfach gern haben muss. Die einen überzeugen mit cremigem Charme, die anderen mit würziger Rasse. Bestimmt ist der perfekte Käsepartner für Sie dabei. Lernen Sie ihn noch heute kennen. www.volg.ch

*frisch und
fründlich* **Volg**

KOCHEN AUS DER VORRATSKAMMER

Von Konfitüren über Chutneys bis zu eingelegtem Gemüse: mit selbst Eingemachtem vom Sommer und Herbst oder mit gekauften Produkten - aus dem Vorrat lässt sich allerlei Feines zaubern. Holen Sie sich im Volg-Kochkurs neue Ideen!



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. 130.- pro Person. Anmeldungen über www.volg.ch/im-fokus/volg-kochkurse oder direkt beim jeweiligen Kochstudio. Kursteilnehmende erhalten alle Rezepte schriftlich. Aktualisierte Infos auf www.volg.ch

Dies ist der vorerst letzte Volg-Kochkurs seiner Art. Mehr dazu lesen Sie auf Seite 51 im Beitrag «Kochlöffel-Übergabe».

Jetzt anmelden und Gerichte mit Feinem aus der Vorratskammer entdecken!



DARIO UND MARCUS MARXER
Wann: 3. Februar 2021, 18-22 h
Wo: Marxers Kochwelt, Fallengässli 10, Buchs SG
Anmeldung:
www.marxers.ch oder
 Tel. 081 756 11 22



MARC ALBRECHT
Wann: 2. Februar 2021, 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: 24. Februar 2021, 17.30-22 h
Wo: Kochwerkstatt, Bahnhofplatz 9a, Münsingen BE
Anmeldung:
www.kochwerkstattthauri.ch
 oder Tel. 031 721 88 11



DORIS WEIBEL- EGLI
Wann: 23. Februar 2021, 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: 24. Februar 2021, 18-22 h
Wo: Cookuk, Schachenallee 29, Aarau AG
Anmeldung:
www.volg.ch oder
 Tel. 062 823 52 92



FÜR EIN WARMES DAHEIM.



Mit AGROLA Heizöl oder Holz-Pellets Ihr Zuhause wärmen.

Nichts leichter als das! AGROLA steht Ihnen online für Bestellungen, Preisanfragen und Wunschpreisplatzierungen jederzeit zur Verfügung.

Per Telefon wählen Sie einfach die Gratisnummer 0800 300 000, um mit Ihrer regionalen AGROLA/LANDI verbunden zu werden.

agrola.ch

#meinelehrebeivolg



... weil ich auch mal der Boss meiner Chefin sein kann.



Deine Lehre bei Volg
Offene Lehrstellen auf volg.ch/lehre
und auf yousty.ch/volg



#meinelehrebeivolg

Deine Zukunft – VOLL FRESH!

Vom ersten Tag an spannend, jeden Tag anders, vielseitig und verantwortungsvoll – so ist eine Lehre in einem Volg-Laden. Während der Ausbildung geniesst du viele Vorteile und nach der Lehre erwarten dich tolle Karrierechancen von der Ladenleitung bis zum Regionalen Verkaufseiter. Genau dein Ding? Dann klick jetzt rein! Einen Einblick in die Lehre bei Volg erhältst du in coolen Kurzfilmen auf www.volg.ch/lehre und www.yousty.ch/volg. Für das Jahr 2021 haben wir noch freie Lehrstellen. Vielleicht sogar direkt in deinem Dorf? Bewirb dich jetzt! In einer Schnupperwoche erhältst du interessante Einblicke in den Arbeitsalltag. Wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen.

Offene Lehrstellen, detaillierte Informationen,
Bewerbungstipps unter www.volg.ch/lehre und www.yousty.ch/volg
oder im Flyer zum Mitnehmen im Volg.



MÄRKLI-SAMMELAKTION

Von Herzen DANKE ...



Foto: Pierre-Yves Massot

... liebe Volg-Kundinnen und -Kunden! Bei der fünfwöchigen Märkli-Sammelaktion im Herbst 2020 konnten Sie die Volg-Märkli, die Sie für jeden Einkauf erhalten, zugunsten der Stiftung Theodora spenden. Es wurden sage und schreibe Märkli und Markenbüchli im Gegenwert von über 106 000 Franken in die Sammelboxen der rund 600 Volg-Läden gelegt, die in der Volg-Verteilzentrale fleissig ausgezählt wurden. Mit Ihrer Grosszügigkeit helfen Sie mit, Kindern im Spital durch Besuche der Traumdoktoren Abwechslung und Freude zu schenken. Mit diesem Gesamtbetrag können über 5300 individuelle Kinderbesuche realisiert werden. Die Stiftung Theodora und Volg danken von Herzen für jedes gespendete Märkli.

«KOCHLÖFFEL»- ÜBERGABE



In Zusammenarbeit mit mittlerweile fünf Kochschulen hat Volg monatlich Kochkurse durchgeführt. Nun gibt Volg den Kochlöffel zurück an die Kochprofis: Der Volg-Kochkurs im Februar 2021 ist vorerst der letzte seiner Art. Kulinarische Inspirationen von Volg erhalten Sie natürlich weiterhin mit vielen Rezepten im «Öise Lade» und auf www.volg.ch/rezepte. Sie möchten Ihr Kochwissen in einem Kurs vertiefen sowie Tipps und Tricks von Profis lernen? Dann nichts wie los: Die Kochprofis von «Cookuk» in Aarau AG, «Marxers Kochwelt» in Buchs SG, «Culina Kochstudio» in Zürich-Oerlikon ZH, «Kochwerkstatt» in Münsingen BE und «Tatort Kochschule» in Wangen a. d. Aare BE sind mit ihrem eigenen Kursangebot mit Leidenschaft wie gewohnt für Sie da. Sie bieten erlebnisreiches Kochen, das gemeinsam noch mehr Spass macht, und freuen sich über Ihre Anmeldungen! Die aktuellen Kursangebote finden Sie jeweils auf deren Website (Adressen Seite 49).



Kunst mit dem Schnitzmesser:
Lindenrohlinge wurden in detailgetreue Füchlein verwandelt.



Gemütliches Beisammensein: Auftrumpfen
beim Volg-Jass auf dem Volg-Erlebnishof in Wittnau SG.



Viel Raum für Kreativität: Das Flechten von Weidenleuchten in der Chaostechnik.



Auch für Ungeübte ein Highlight: In der Acryl-/Mischtechnik
entstanden ausdrucksstarke Gemälde mit zarten Birkenwäldern.



Wie früher: Gras mähen mit der Sense auf dem Volg-Erlebnishof in Hüttwilen TG.



Einblicke in die Backkunst: NATURENA-Bäuerin Helen Schmid zeigte, wie's geht.

Erlebnisse für jeden Geschmack

Ein grosser Besucherandrang auf den Volg-Sinnespfaden und gut besuchte Hofläden der Volg-Erlebnishöfe prägten das Jahr 2020. Auch 2021 wird bei Volg NATURENA wieder viel geboten. Ein Rück- und Ausblick.

Mit Sense, Schnitzmesser, Pinsel oder Beton, in allen fünf NATURENA-Regionen wurde aktiv gelernt, gewerkelt und kreativ gestaltet. Für NATURENA-Bäuerin Helen Schmid im Fricktal war der Brotbackkurs ein absoluter Höhepunkt, konnte sie doch ihre Erfahrungen und wertvollen Tipps rund ums Backen an die begeisterten Teilnehmenden weitergeben. Zudem spielten auf dem Volg-Erlebnishof im Fricktal AG im Juli rund 60 gut gelaunte Jasserinnen und Jasser an zwei Turnieren um attraktive Tagespreise.

Familie Hotz vom Volg-Erlebnishof im Zugerland freute sich im Frühling über die Geburt von Chiara und im Sommer feierte die Generationengemeinschaft Schlup vom Volg-Erlebnishof im Berner Seeland den 1. August mit einem Brunch, den rund 400 Personen auf dem Schüpberg bei strahlendem Wetter im Schatten der Obstbäume genossen.

Anfang Herbst brachte NATURENA-Bauer und Alpmeister Markus Gabathuler vom Volg-Erlebnishof im Werdenberg seine schön geschmückten Kühe, die den Sommer über auf der Alpweide verbracht hatten, wohlbehalten ins Tal zurück, und Familie Jäger vom Volg-Erlebnishof im Seebachtal schloss die Traubenlese mit einem guten Oechsle-Grad ab.

Facettenreich und vielseitig ins 2021

Hier ein kleiner saisonaler Auszug aus dem abwechslungsreichen NATURENA-Veranstaltungsangebot 2021. NATURENA-Bäuerin Bernadette Hotz lädt im Februar in ihre Backstube und verrät, was mit Urdinkel gezaubert werden kann.

Im Frühling wird es dann sportlich, denn die Kursteilnehmenden fahren mit ihren E-Mountainbikes vor, erhalten Tipps für Pannen unterwegs und wie sie das Optimum aus ihrem Antrieb herausholen. Den Mai krönen selbstgemachte Freundschaftsringe und Schmuckstücke aus Silber und wer im Sommer den Duft und die Heilkraft seiner Gartenkräuter einfangen möchte, erfährt alles über das Destillieren von Pflanzenwasser und ätherischen Ölen. Im Herbst lässt ein Falkner seine Greifvögel fliegen und wenn so langsam der Winter einzieht, entstehen aus Wurzel- und Schwemholz wunderschöne Engelsskulpturen zur Einstimmung in die Weihnachtszeit.

Geselligkeit, Genuss und Unterhaltung versprechen natürlich auch wieder der Volg-Jass und ganz speziell dieses Jahr der Theodora-Familienbrunch für Klein und Gross.

Stöbern Sie durch das facettenreiche NATURENA-Veranstaltungsprogramm 2021. Informationen und Anmeldemöglichkeiten unter www.naturena.ch.

Stöbern Sie durch das facettenreiche NATURENA-Veranstaltungsprogramm 2021. Alle Angebote finden Sie unter naturena.ch, im NATURENA-Flyer «Veranstaltungen 2021» (erhältlich ab Mitte Januar im Volg) und monatlich im «Öise Lade».



Die Volg Erlebniswelten

Volg NATURENA sind fünf Erlebniswelten im 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



20%
vom 4.1. bis
10.1.2021



Der Ofen-Frites Klassiker
für *Gross & Klein*



Neuen Schwung
für Körper und Geist



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

frisch und
fründlich



NEUE KURSE IM FEBRUAR

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



FRICKTAL AG
6. Februar (2 Halbtageskurse)

Aufgeräumt in den Frühling

WAS Mit dieser systematischen Aufräummethode halten Sie Ihr Zuhause in Schwung. Sie lernen einfache Schritte für eine dauerhafte und lebensverändernde Ordnung kennen. Da bisherige Gewohnheiten ersetzt werden, profitieren auch Ordnungsgewohnte von diesem Kurs.

WANN Kurs 1: Sa, 6.2.21, 9.30–13 h*, Kurs 2: Sa, 6.2.21, 13.30–17 h* **WO** Volg Erlebnishof Fricktal, Erlenhof, Wittnau **LEITUNG** Monika Smeraldy, Bottmingen, www.tidytime.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 80.– p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Kursunterlagen



SEEBACHTAL TG
27. Februar (2 Halbtageskurse)

Swarovski-Armband

WAS Sie nähen mit chinesischen Rocailles (2 mm) und glitzernden Swarovski-Bicones (4 mm) in einer speziellen Technik ein funkelndes Armband. Für Ihr persönliches Swarovski-Schmuckstück können Sie verschiedenfarbige Perlen-Sets auswählen. **WANN** Kurs 1: Sa, 27.2.21, 8–13 h*, Kurs 2: Sa, 27.2.21, 13.30–18.30 h* **WO** Volg Erlebnishof Seebachtal, Haldenhof, Hüttwilen **LEITUNG** Monica Mombelli, Sonnental, www.glitzerwerkstatt.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 18 J. **PREIS** Fr. 100.– p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihr Armband im Wert von Fr. 15.–



SEELAND BE
6. Februar (2 Halbtageskurse)

Happy Painting!

WAS «Happy Painting!» heisst die einfache Methode, fröhlich-bunte Bilder zu gestalten. Sie lernen die Grundtechnik, experimentieren mit Farbe, Pinsel und Papier und realisieren Ihre eigenen Kunstwerke. Vorkenntnisse sind keine nötig. **WANN** Kurs 1: Sa, 6.2.21, 9–13 h*, Kurs 2: Sa, 6.2.21, 13.30–17.30 h* **WO** Volg Erlebnishof Seeland, Barryhof, Schüpberg 130, Schüpfen **LEITUNG** Claudia Lerch, Grosshöchstetten, www.happypainting-malkurse.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 125.– p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Zeichnungen



ZUGERLAND ZG
19. oder 20. Februar

Urdinkel-Backkurs

WAS Sie erhalten von NATURENA-Bäuerin Bernadette Hotz Tipps für die Verarbeitung von Urdinkel und das Backen mit einem Brühstück. Gemeinsam formen und verzieren Sie kleine Brötchen zum Mitnehmen. Unter Anleitung kochen Sie ein Mittagessen mit Urdinkel und lernen dabei mehr über das Backen von salzigen und süssen Backwaren mit Urdinkelmehl.

WANN Kurs 1: Fr, 19.2.21, 9.30–16 h, Kurs 2: Sa, 20.2.21, 9.30–16 h **WO** Volg Erlebnishof Zugerland, Hotzenhof, Deinikon 11, Baar **LEITUNG** Bernadette Hotz, Volg Erlebnishof, Baar, www.naturena.ch **TEILNEHMENDE** 16 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 140.– p. P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Backwaren



WERDENBERG SG
12. oder 13. Februar

So entstehen Gin, Absinth und Chrüter

WAS NATURENA-Bauer und Brennmeister Markus Gabathuler erklärt die Herstellung von Destillaten und Likören. Beim sogenannten Umbrand können Sie mithelfen und die für die Herstellung von Gin, Absinth und Chrüter im Produktionsprozess befindenden Destillate mit Kräutern versehen.

WANN Kurs 1: Fr, 12.2.21, 9–16 h, Kurs 2: Sa, 13.2.21, 9–16 h **WO** Volg Erlebnishof Werdenberg, Büelsteihof, Winkelstrasse 20, Oberschan **LEITUNG** Markus Gabathuler, Volg Erlebnishof, Oberschan, www.naturena.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 18 J. **PREIS** Fr. 120.– p. P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie ein Destillat nach Wahl

Infos und Anmeldung

www.naturena.ch

oder Tel. 058 433 54 09
Mo bis Fr, 8–12 h und 13–17 h
Anmeldeschluss 15.1.2021

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.



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.

GMÜESCHUEECHE MIT SPECKWÜRFELI

Irene Pfeiffer aus Wilchingen SH kocht und geniesst für ihr Leben gern.

Besonders der «Gmüeschueche mit Speckwürfeli» ist bei ihr und ihren Söhnen ein Allzeit-Favorit.

GMÜESCHUEECHE MIT SPECKWÜRFELI

FÜR 4–6 Personen
ZUBEREITEN ca. 1 Stunde
BACKEN ca. 45 Minuten
Kühl STELLEN ca. 30 Min.
1 Springform von 24 cm Ø,
Boden mit Backpapier belegt

TEIG
200 g Halbweissmehl
½ TL Salz
75 g Butter
0,75 dl Wasser

BELAG
Öl, zum Anbraten
150 g Speckwürfeli
1 Zwiebel, fein gehackt
200 g Lauch, in 5 mm breiten Streifen
200 g Rübli, grob gerieben
200 g Sellerie, grob gerieben
1 Bund Peterli, fein gehackt
120 g Gruyère surchoix, in Würfeli
1 TL Salz

GUSS
2,5 dl Kaffeerahm
2 Eier
1 TL Maizena
Wenig Muskatnuss
Salz, Pfeffer

1. Mehl und Salz mischen. Butter beifügen, zu einer krümeligen Masse reiben. Wasser begeben, zu einem Teig zusammenfügen, nicht kneten. In Folie gewickelt ca. 30 Min. kühl stellen.
2. Speckwürfeli in einer Bratpfanne mit Öl anbraten, herausnehmen. Gemüse in der gleichen Pfanne ca. 5 Minuten dämpfen, würzen.



IRENE PFEIFFER, WILCHINGEN SH

Irene Pfeiffer lebt mit ihren zwei Söhnen im idyllischen Wilchingen SH. Als Servicefachangestellte schätzt sie die Öffnungszeiten im Volg Wilchingen von 6 bis 21 Uhr besonders, weil diese ihrem Alltag mehr Flexibilität schenken.

- Speck wieder begeben, abkühlen lassen. Käse und Peterli daruntermischen, salzen.
3. Teig auf wenig Mehl auswallen, in die vorbereitete Form geben, Füllung darauf verteilen. Kaffeerahm und die übrigen Zutaten verrühren, über das Gemüse giessen. In der unteren Hälfte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 45 Min. backen, etwas abkühlen lassen, aus der Form nehmen und servieren.

MACHEN
AUCH SIE MIT!

Verraten 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
oese.lade@volg.ch



ZYLINDER- TAUSCH

PASSEND FÜR DIE GÄNGIGEN
WASSERSPRUDLER

Soda
Trend

CHF
13.90



Bis zu
60 L
Sprudel-
wasser*

* Ein Soda Trend-Zylinder ergibt bis zu 60 L gesprudeltes Wasser, abhängig vom Karbonisierungsgrad und vom Trinkwassersprudler.

HAUSGEMACHTES SCHMECKT AM BESTEN.

Frisch aufgebrühter Kräutertee
—
Schweizer Minze
—
Mit Obstsaft gesüsst

Neu
auch in der
100 cl PET Flasche
erhältlich.

**RAMSEIER**

Abtauchen und auftanken am Bodensee

Angeln Sie sich mit Findus und etwas Glück einen Aufenthalt im Hotel Bad Horn am Bodensee – näher am See geht nicht! Oder einen von vielen weiteren tollen Preisen.



Fischgenuss ohne Haken: Das verspricht das Schweizer Unternehmen Findus. Nebst der Qualität der Produkte steht Nachhaltigkeit ganz oben auf der Prioritätenliste. So stammen alle Fischprodukte von Findus aus verantwortungsvoller Fischerei (MSC) oder Zucht (ASC) und sind entsprechend zertifiziert. Auf jeder Packung verrät zudem ein Code, aus welchem Fanggebiet oder welcher Aquakultur der Fisch stammt. Verarbeitet werden zu 100 Prozent Fischfilets. Bei Produkten aus nachhaltiger Fischerei geschehen die Filetierung und das Tiefkühlen direkt an Bord des Fangschiffes. So bleibt die Frische optimal erhalten und unnötig lange Transportwege können vermieden werden.

Frische Energie tanken und sich wohlfühlen wie ein Fisch im Wasser – das erwartet die Hauptgewinnerin, den Hauptgewinner unseres Wettbewerbs: Findus offeriert einen Aufenthalt im Hotel & Spa Bad Horn in Horn, direkt am Bodensee im Wert von Fr. 1500.–!

Wettbewerbsfrage

Aus welchem Land stammt der im Volg erhältliche Findus Fjord-Lachs? Tipp: Lesen Sie dazu auch den Beitrag im «Chuchichäschtli» dieser Ausgabe.

- A Italien**
- B Schottland**
- C Norwegen**

1. Preis im Wert von Fr. 1500.–

Wertgutschein für einen Aufenthalt im Hotel & Spa Bad Horn am Bodensee.

2.–39. Preis im Wert von je Fr. 160.–

Je vier Gutscheine für einen Besuch im Zirkus Knie

40.–50. Preis im Wert von je Fr. 80.–

Volg Geschenkkarte

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 Lösungsbuchstabe (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, «Findus», Postfach 344, 8401 Winterthur
Online: www.volg.ch/volg-magazine

Teilnahme vom 28. Dezember 2020 bis 21. Januar 2021.

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






Der Schweizer Kirsch zum Fondue!



¡VIVA ESPAÑA!

Dieser Crianza der Extraklasse trägt die Handschrift der renommierten Bodegas Riojanas. Eleganz, Kraft und Tradition vereinen sich in diesem Rioja, der seinesgleichen sucht.

-  Komponiert aus 80% Tempranillo, Mazuelo und Graciano.
-  Frische Aromen von roten Früchten wie Brombeeren und Noten von Lakritze. Eleganter Auftakt am Gaumen mit feiner Tanninstruktur. Harmonisch und kräftig im Abgang.
-  Barbecue, mediterraner Küche, Geflügel an leichter Sauce, Pasta, Pizza, Roastbeef, Schweinsbraten.



In kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich



RÄTSELN UND GEWINNEN!

Walliser Käse-speise	Konti-nent	Lebens-abend	↓	zielge-richtetes Tun	↓	Töpfer-material	sächl. Fürwort	hebr. Frauen-name	↓	Schie-nen-weg	Gastro-nom	Stück, Ration
↓	↓	↓	↓	↓	7	↓	↓	un-gefähr	↓	↓	↓	↓
Befinden	↓	West-afrikaner	↓	Gewürz-pflanze	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
↓	↓	↓	9	↓	↓	↓	Abfall-produnkt beim Mahlen	ital. Tonbez. für das D	Sorte, Gattung	↓	↓	↓
persönl. Fürwort (1. Fall)	↓	↓	↓	sand-farben	↓	Brot-rinde	↓	↓	↓	↓	↓	↓
altägypt. Begriff f. Lebens-kraft	2	↓	Schwel-lung	↓	↓	↓	↓	↓	An-nahme, Behaup-tung	↓	Schnee-leoparden	↓
↓	↓	↓	↓	↓	↓	elektron. Buch	↓	Stück v. Ganzen	↓	↓	↓	↓
rotes Gemüse Mz.	Quittung	↓	Wunsch-bild	↓	schweiz. Musiker (Stephan)	↓	↓	↓	4	↓	Ort mit Flug-platz im Kt. TI	↓
Zutat	↓	6	↓	↓	↓	↓	unrund rollen, wackeln	↓	Zch. f. Barium	↓	↓	↓
unser Planet	↓	↓	↓	pers. Herr-scher-titel	↓	Bestand-teil von Salat-saucen	↓	↓	↓	↓	↓	↓
süsse Back-waren	↓	Sünden-bekenn-nis	↓	und auch	↓	↓	↓	↓	er-schöpft	↓	↓	↓
↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	die Heilige Schrift Mz.	↓	Abk.: Süd-südost	↓	1	↓
↓	↓	↓	↓	Schreib-geräte (ugs.)	↓	frz. Schau-spieler † (Pierre)	↓	↓	↓	↓	Gerät z. Filzher-stellung	↓
Insek-tenfres-ser	Gewinn eines Kampfes	↓	Rauch-abzug, Schorn-stein	↓	↓	↓	3	↓	Ranken-gewächs	↓	knappe Unter-hose	↓
Fussbe-kleidung	↓	↓	↓	5	↓	plötz-licher Wind-stoss	↓	Geliebte von Lo-hengrin	↓	↓	↓	↓
Abk.: Ihre Hoheit	↓	↓	Auer-ochse	↓	laute Zustim-mung	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
Schutz-hülle	↓	8	↓	↓	Abk.: Orien-tierungs-lauf	↓	↓	erzäh-lende Dicht-kunst	↓	↓	↓	↓
Bündner Spezi-ali-tät	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓

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

Das Lösungswort ergibt sich aus den Buchstaben in den Feldern 1 bis 9.
Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf www.volg.ch.

IHR GEWINN

Gewinnen Sie einen von fünf Stabmixern bamix® Mono 160 W rot Swiss Edition im Wert von je Fr. 209.-.

Neben hacken, emulgieren, Eiweiss oder Rahm steif schlagen und Mayonnaise blitzschnell zubereiten, kann der bamix® viele Arbeiten einer Küchenmaschine schneller und effizienter erfüllen. Mehr als ein Pürierstab – eine «All in one»-Küchenmaschine, die seit mehr als 60 Jahren in der Schweiz in Handarbeit hergestellt wird. Weitere Infos unter www.bamix.ch



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 28. Dezember 2020 bis 21. Januar 2021.

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.

WIE SAGT MAN WO?

Rote Beete



im Solothurnischen
Raane

im Appenzellerland
Randich

im Bernbiet
Räätech

in Romanischbünden
la rischcotschna

im Bündnerland
Randa

im Wallis
Root Retterig

im Fribourgischen
Root Rüebli

im Glarnerland
Randech

im Schaffhausischen
Roone

VORSCHAU «ÖISE LADE» FEBRUAR



Hülle und Fülle
Coole Ideen für
heisse Päckli und
Wickel mit feinen
Füllungen.



Griess - grossartig!
Kleine Griesskörner,
grossartiger Genuss
mit süssen und herz-
haften Rezeptideen.

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





DAS GANZE JAHR EIN HIGHLIGHT

Ob an einem warmen Sommertag oder in den märchenhaft verschneiten Wintermonaten, das Jugendstil-Hotel Paxmontana lädt das ganze Jahr zu einem Besuch ein.



Jugendstil-Hotel PAXMONTANA

Dossen 1 | CH-6073 Flüeli-Ranft | Telefon +41 (0)41 666 24 00
info@paxmontana.ch | www.paxmontana.ch

Echt stark, unsere Kühe bekommen bergeweise einheimisches Futter.

DER PRODUKTIONSSTANDARD
FÜR SCHWEIZER MILCH.
SWISSMILK.CH/GREEN



Schweiz. Natürlich.

Schweizer Milch und
Milchprodukte. Echt stark.

swissmilk