

MÄRZ 2021

ÖISE LADE

KOCHEN, ENTDECKEN, ERLEBEN: DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG

ÖISI CHUCHI

So süß! Schokoladen-
Rezepte zum Träumen

ÖISE VOLG

Wo der Dorfladen
Geschichte schreibt



ALLERLEI GUTE
IDEEN FÜR OSTERN

Zmorge, Apéro, Ostermenü: Rezepte für jeden festlichen Anlass

Volg
frisch und fründlich

FIND & WIN
GOLDEN TICKETS

PREISE IM GESAMTWERT VON ÜBER

250'000! CHF



Cailler

Mehr Informationen auf www.cailler.ch/goldenticket

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

INHALT



10

Öisi Chuchi
Ideen für Ostern, die sich toll kombinieren lassen



44

Öisi Chuchi
Jetzt wirds süss!
Dessertträume aus Schokolade



57

NATURENA
Für die ganze Familie: die NATURENA Sinnespfade



24

Saison für Ostereier
Vier schnelle Kochideen

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

Vorfreude ist die schönste Freude! Die Vorfreude auf das Osterfest möchten wir in diesem «Öise Lade» wecken. Mit abwechslungsreichen Rezepten, die sich so kombinieren lassen, wie Sie das Frühlingsfest feiern und geniessen möchten: mit einem Brunch, Apéro oder mehrgängigen Menü. Für die süssen Momente im Leben gibt es ab Seite 44 Rezepte für ganz viel Schokoladenglück. Alles, was im Osternestli glücklich macht, gibt es in Ihrem Volg. Dazu gehören nebst süssen Häсли und Eili auch die farbigen hart gekochten Ostereier. Sie stammen – wie alle im Volg erhältlichen Eier – aus der Schweiz und werden im Kanton Bern bunt eingefärbt. Vier dazu passende einfache Rezepte finden Sie ab Seite 24. Das Färben von Eiern ist eine schöne Ostertradition, die viele von uns an Kindheitstage erinnert. Wie Sie selbst gefärbte Eier dekorativ verzieren, zeigen wir Ihnen auf Seite 61. Das und viel mehr Spannendes aus der Volg-Welt lesen Sie in dieser Ausgabe. Ich wünsche Ihnen viel Freude und Vorfreude dabei.



frisch und fründlich

Philipp Zraggen
Philipp Zraggen
Vorsitzender der Geschäftsleitung

- 4 **CHUCHICHÄSCHTLI**
Monatshits und Saisontipps
- 10 **ÖISI CHUCHI**
Feines für den Ostertisch
- 24 **SAISON FÜR ...**
Ostereier
- 27 **TRAUMPAAR**
Käse und Wein des Monats
- 29 **WEIN-AKTIONEN**
Jetzt profitieren
- 30 **ÖISI UMWÄLT**
Nachhaltige Fischkonserven
- 33 **NEU IM VOLG**
Entdecken und ausprobieren
- 37 **ÖISI MARKE**
Die neuen Volg Bio Pestos
- 38 **TYPISCH SCHWEIZ,**
TYPISCH VOLG
Frischfisch aus dem Thurgau
- 41 **ÖISE FAVORIT**
Schweizer Käsepass
- 43 **ÖISE VOLG**
Wo Volg Geschichte schreibt
- 44 **ÖISI CHUCHI**
Schoggiträume
- 53 **CHURZ & FÜNDIG**
Neues aus der Volg-Welt
- 54 **FEINS VOM DORF**
Wachtel Eier aus Würenlos
- 57 **NATURENA**
Unterwegs auf dem
Volg Sinnespfad im Seebachtal
- 59 **NATURENA-KURSE**
Die neuen Kurse im April
- 61 **ÖISI DEKO**
Frühlingsfrisch und österlich
- 64 **LESERREZEPT**
Zucchini-Lasagne
- 67 **WETTBEWERB**
Gewinnen mit Knoppers
- 69 **KREUZWORTRÄTSEL**
Mitmachen und gewinnen
- 70 **CHRUT & RÜEBLI**
Mundartlexikon: Brotkruste
Vorschau
Impressum

CHUCHICHÄSCHTLI



DE GRÜNEN DUUME

Bienenweide

Mit den ersten warmen Sonnenstrahlen wächst nicht nur unser Appetit auf Frühlingsgenüsse, sondern auch der von Bienen, Hummeln, Schmetterlingen und anderen Insekten. Die kleinen Nützlinge brauchen jetzt sogar besonders viel Nahrung für sich und ihren Nachwuchs. Wer den Zeitpunkt verpasst hat, im Herbst eine Bienenweide mit Frühblüheren anzulegen, kann trotzdem noch etwas fürs Summen und Brummen im Garten oder auf dem Balkon tun, indem vorgetriebene, blühende Pflanzen aus der Gärtnerei ins Beet, in den Topf oder ins Balkonkistchen gepflanzt werden. Gute Nektarquellen für Insekten sind: Märzenbecher, Christrose, Krokus, Stiefmütterchen, Wilde Tulpe, Erika, Lungenkraut, Kornelkirsche, Schlehe, Weide, Pflaume, Felsenbirne und nicht zurückgeschnittener Buchs.

GARTENKRESSE

Grünkraft für den Osterbrunch

Gartenkresse bringt Farbe auf den Tisch und bereichert erst noch den Osterbrunch. Das zarte Kraut mit dem leicht pfeffrigen Aroma schmeckt zu hart gekochten Eiern, Frischkäse, Butter oder zu geräuchertem Lachs. Damit die Keimlinge an Ostern erntebereit sind, sollten sie rund zehn Tage vor dem Fest angesät werden. Dazu die Samen auf feuchte Watte oder Erde streuen. In den nächsten Tagen darauf achten, dass die Keimlinge genügend Feuchtigkeit haben.



MONATSHITS IM MÄRZ

Bündner Cordonbleu und Brätschnitzel Spargel

Von der Bergwelt in den Frühling: Das Bündner Cordonbleu aus zartem Schweinsnierstück besticht mit einer Füllung aus Bündnerfleisch und Käse sowie einer goldigen Knusperkruste. Das Monatsbrätschnitzel entpuppt sich als Frühlingsschmecker: Das Brät ist mit knackigen Spargelstücken angereichert, fein gewürzt und mit einer knusprigen Panade umhüllt. Zwei schnelle, feine Kochideen!



«Im Märzen
kalt und
Sonnenschein,
wirds eine gute
Ernte sein.»

Bauernregel im März

RADIESCHEN

RÜBIS & STÜBIS

Ihr sattes Pink und die leichte Schärfe machen Radieschen zur begehrten Salatbeigabe. Doch auch die Blätter der hübschen Mini-Rettiche haben einiges zu bieten für den Gaumen und das Wohlbefinden. Sie sind etwas milder im Geschmack und reich an Mineralstoffen, Vitamin C und Senfölen. In der Küche erweisen sich die Blätter sogar als vielseitiger als das Gemüse selbst, denn sie schmecken nicht nur roh, etwa in Dips, Smoothies oder Pesto, sondern auch gedünstet, zum Beispiel als Alternative zu Spinat, in Suppe, Frittata oder im Ofen gebacken als Chips.



WETTBEWERB, SEITE 67

Pausen-Snack mit Kokos

Neu gibts im Volg einen Riegel von Knoppers mit Kokos: knusprige Waffel, feine Milch- und Kokoscrème mit knackigen Kokosraspeln in Caramel, umhüllt von Vollmilchschokolade. Genau die richtige Mischung für einen Pausen-Snack. Gibt Energie und schmeckt wunderbar.



Anzeige

GRANDE SINFONIA

Traditionell von Hand gelesen und bis zu 12 Monaten im Holzfass ausgebaut. Das Resultat - eine extraktreiche und fruchtbetonte Symphonie.



Nero di Troia, Primitivo und Merlot.



Weich und rund am Gaumen, gehaltvoller Körper mit feinen Tanninen.



Gegrilltes Rindfleisch, Brasato mit Polenta, Pizza, Lasagne, reifer Hartkäse.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



KLIMANEUTRAL

VON DER QUELLE BIS ZU DIR

Keine Kompromisse

VALSER reduziert die CO₂-Emissionen seiner gesamten Wertschöpfungskette aktiv auf ein Minimum und kompensiert sämtliche nicht vermeidbaren Emissionen in Partnerschaft mit Swiss Climate. Das macht VALSER zum ersten klimaneutralen Mineralwasser der Schweiz.

Seit 2020 «Klimaneutral von der Quelle bis zu dir»

VALSER berechnet für alle Getränke die CO₂-Emissionen, die von der Gewinnung des Quellwassers («von der Quelle») bis zum Verkauf an die Konsument*innen («bis zu dir») entstehen. In Zusammenarbeit mit Swiss Climate kompensiert das Unternehmen sämtliche CO₂-Emissionen über hochwertige Klimaprojekte.

VALSER   **CLIMATE NEUTRAL**
by Swiss Climate

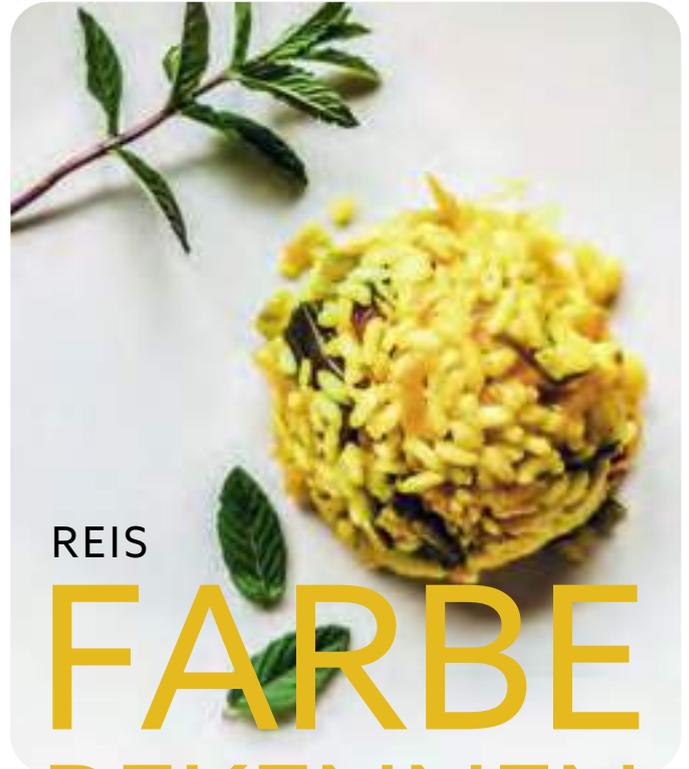


SCHOKOLADE

GUT GEHÜTET

Schokolade gehört zu Ostern wie Eiertütschen und versüsst unser Leben das ganze Jahr über. Für noch mehr Schoggiglück ein paar Tipps fürs Aufbewahren von Schokolade.

- **Schokolade immer verpackt aufbewahren.** Aufgrund des geringen Wasseranteils neigt Schoggi bei hoher Luftfeuchtigkeit dazu, Wasser aufzunehmen und so weissen Fettreif zu bilden, der zwar das Aroma nicht beeinträchtigt, aber das Aussehen der Schokolade.
- **Schokolade vor Licht und Luft schützen,** um eine Oxidation und somit eine Geschmackseinbusse zu vermeiden. Nicht alle Schokoladearten reagieren gleich empfindlich. Dunkle Schokolade ist beispielsweise widerstandsfähiger als weisse.
- **Schokolade am besten luftdicht verpackt im Kühlschrank lagern,** da sie schnell fremde Gerüche annimmt. Denn die in ihr enthaltene Kakaobutter ist durch den hohen Fettgehalt ein regelrechter Aromafänger und -träger.
- **Schokolade restlos geniessen.** Was Sie mit verschiedensten Schokoladen anrichten können, sehen Sie auf Seite 44.



REIS

FARBE BEKENNEN

Die ersten pastellfarbenen Blüten, die sich im Frühling zeigen, machen unweigerlich Lust auf Farbe. Wir wäre es mit einem Risotto in Gelb, Grün, Rot oder Violett? Farbiger Reis sieht nicht nur toll aus, sondern schmeckt auch je nach Zutat überraschend anders. Wichtig ist, dass die jeweiligen Zutaten der Kochflüssigkeit beigegeben werden, sodass sich der Reis mit den natürlichen Farbstoffen vollsaugen kann.



GELB

Der Klassiker für gelben Reis ist Safran, bekannt etwa in Risotto alla milanese. Mit einigen Safranfäden wird der Reis sonnengelb und leicht herb. Curry und Kurkuma färben ihn ebenfalls gelb, wobei ihm Kurkuma eine dezent bittere und Curry je nach Mischung eine scharfe Note verleihen.



GRÜN

Für frühlingsfrischen grünen Reis sorgen etwa Spinat oder Basilikum. Einfach Spinat, Spinatsaft oder püriertes Basilikum dem Reis vor dem Servieren beimischen.



ROT

Für Risotto kann zum Beispiel Rot- statt Weisswein verwendet werden. Eine andere Möglichkeit, um den Reis rot zu färben, ist Tomatenpüree oder Rande beziehungsweise Randensaft. In Spanien werden oft roh pürierte Peperoni verwendet.

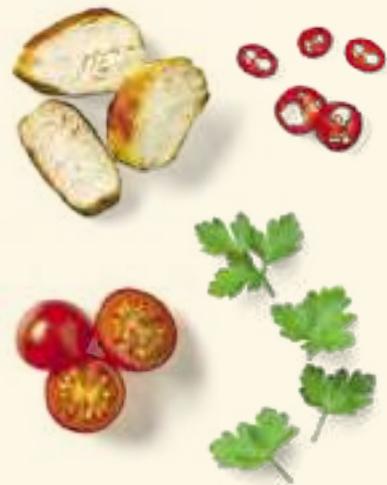


LILA

Blaubeeren respektive deren Saft färben den Reis violett. Vom Aroma her passen Beeren wunderbar zu cremigem Milchreis oder zu Trockenreis in Begleitung von Schweinsfilet oder Rindsbraten. Eine lila Tönung lässt sich mit Rotkabis erzielen.

Have a rice Day!

Uncle Ben's®



INDIVIDUELL EINLADEN, STILVOLL EINSCHENKEN

Die Volg-Weine haben im «Weinseller 2021» von Chandra Kurt erneut hervorragend abgeschnitten. Viele davon haben für ihre beachtliche Anzahl von 17 Punkten und mehr die «Weinseller Medaille d'Or» erhalten. Drei Goldmedaillenträger für Ihren Osteranlass von Apéro bis Mehrgänger.

APÉRO

Einschenken

Der Ostschweizer eröffnet den Anlass gekonnt. Würzige Noten wie zarter Muskat sowie Aromen nach Zitrusfrüchten und Äpfeln überzeugen den Gaumen vom ersten Nippen an. Weinautorin Chandra Kurt: «Mit der Goldbeere ist man für jeden Apéro gewappnet. Ein Gute-Laune-Wein.»

Auftischen

Mit feinen Kleinigkeiten mit Schweizer Note: Blätterteig-Rüebli, Chicoréesuppe mit Bündnerfleisch und Bergkäse (Rezepte ab Seite 10) oder Volg Chäschiuechli.

Goldbeere Riesling Silvaner, Schweiz, 2019, 17,25 Punkte*, 0,75 l, Fr. 10.90



HÄPPLI-HOUR

Einschenken

Wie man ihn im Land seiner Herkunft gern zu typischen Tapas genießt, macht sich dieser frische spanische Weisswein auch perfekt zu einem bunten Mix an Häppchen und Vorspeisen. Er wird aus der gebietstypischen Sorte Verdejo vinifiziert. Chandra Kurt: «Ein Wein, der das Temperament Spaniens in sich trägt. Perfekt für jedes Familienfest.»

Auftischen

Mit Sharing-Plates (Gerichte zum Teilen). Dafür einen bunten Mix an warmen und kalten Gerichten der Rezepte ab Seite 10 portionenweise in Schälchen, Gläsern, Platten anrichten. Ergänzen z. B. mit Oliven, Hartkäse oder Rohschinken.

Marqués de Riscal Rueda, DO, Spanien, 2019, 17,5 Punkte*, 0,75 l, Fr. 12.50



OSTERMENÜ

Einschenken

Der Primitivo aus Apulien bringt südländisches Flair ans Frühlingsfest! Mit einem herrlichen Bouquet von Beerenfrucht, gefolgt von Dörrfrüchten und Steinobst! Die kräftige Frucht wird ergänzt von Würze und dezenten Röstaromen. In der Struktur zeigt er sich weich und harmonisch. Chandra Kurt: «Von der Stilistik her ein Blockbuster.»

Auftischen

Grundsätzlich: hervorragend zu Käse, Risotto, Fleisch und Schokolade. Daher empfiehlt sich folgendes Menü besonders: lauwarmer Gemüsesalat, Lamm mit Kräuter-Gremolata und Zitronen-Risotto mit Prosecco (Rezepte ab Seite 10) und zum Dessert Zebra-Mousse (Rezepte ab Seite 44).

Stella d'Argento Primitivo di Manduria DOC, Italien, 2017, 17,75 Punkte, 0,75 l, Fr. 17.90



BUNTER STRAUSS AN OSTERIDEEN

LACHSMOUSSE IM GURKEN-RADIESCHEN-BEET

Die Lachsmousse bekommt dank
Meerrettich charmanten Pepp.
Rezept auf Seite 23



Brunch, Apéro, Häppchen-Festival oder eine Einladung zum stilvollen Menü: Ostern lässt sich auf verschiedenste Weise feiern. Diese frühlingsfrischen Rezepte lassen sich nach Lust, Laune und Anlass kombinieren.

PIZZA FIORENTINA
Spiegeleier verleihen
der Pizza Fiorentina
österliches Flair.
Rezept auf Seite 23



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



LAMMIERSTÜCK MIT KRÄUTER-GREMOLATA

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
NIEDERGAREN ca. 15 Minuten

LAMM

- 4 Lammierstücke, je ca. 180 g
- 4 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 2 Zweige Rosmarin, nach Belieben
- 2 EL Bratbutter
- Salz, Pfeffer

GREMOLATA

- 6 EL Peterli, fein geschnitten
- 1 EL Paniermehl
- 1 Zitrone, heiss abgespült, abgeriebene Schale
- Salz, Pfeffer

1. Blech in den Ofen schieben, Ofen auf 100 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
2. Lammierstücke mit Knoblauch und Rosmarin in der heissen Bratbutter beidseitig je 1 Minute anbraten, herausnehmen, würzen. Fleisch auf das heisse Blech legen, Rosmarin und Knoblauch darauf verteilen.
3. Im vorgeheizten Ofen 10–15 Minuten niedergaren, bis die Kerntemperatur von ca. 50 °C (à point) erreicht ist.
4. Peterli, Paniermehl und Zitronenschale mischen, würzen. Fleisch herausnehmen, Gremolata auf dem Fleisch verteilen, sofort servieren.

ÖISE TIPP

Dazu passt das Zitronen-Risotto mit Prosecco von Seite 21 oder Krokettchen.

LAUWARMER GEMÜSESALAT MIT FLEISCHSPIESSCHEN

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
MARINIEREN ca. 1 Stunde
4 Holzspiesschen

SPIESSCHEN

- 2 Schweinsnierstück-Plätzli, je 90 g, längs halbiert
- 2 EL Rapsöl
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Zitronensaft
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- 1 EL Himbeerkonfitüre
- 1 EL Bratbutter

VINAIGRETTE

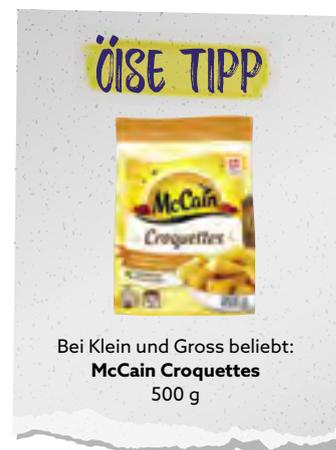
- 4 EL Condimento bianco
- 5 EL Rapsöl
- 1 TL Senf
- 1 EL Himbeerkonfitüre
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- Salz, Pfeffer

GEMÜSE

- 300 g Kohlrabi, in 1 cm grossen Stängeli
- 300 g Broccoli, in Röschen

- 2 Rüebl, mit dem Sparschäler in Streifen abgeschält
- 2 EL Butter
- 1 Eisbergsalat, 4 grosse Blätter abgelöst
- 4 EL Pinienkerne, geröstet

1. Fleischstreifen wellenförmig an die Spiesschen stecken. Rapsöl und alle Zutaten bis und mit Konfitüre verrühren. Fleisch damit bepinseln, zugedeckt ca. 1 Stunde marinieren. Bratbutter heiss werden lassen, Hitze reduzieren, Spiesschen portionenweise beidseitig je ca. 2 Minuten braten, herausnehmen, warm stellen.
2. Für die Vinaigrette alle Zutaten gut verrühren.
3. Kohlrabi, Broccoli und Rüebl in einer Bratpfanne in der warmen Butter ca. 5 Minuten anbraten, Vinaigrette darübergossen und zugedeckt bei ausgeschalteter Herdplatte ca. 10 Minuten ziehen lassen. Je ein Salatblatt auf einen Teller legen. Gebratenes Gemüse in die Blätter verteilen. Pinienkerne darüberstreuen. Spiesschen darauf anrichten und sofort servieren.





IM KÜHLREGAL



Beste Zutaten.

»» ECHTE KLASSIKER. ««
KEIN SCHNICKSCHNACK.



FÜR BESSERER.



CHICORÉESUPPE MIT BÜNDNERFLEISCH UND BERGKÄSE

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

- 1 **Zwiebel**, fein geschnitten
- 1 **Knoblauchzehe**, in Scheiben
- 2 EL **Butter**
- 150 g **Knollensellerie**, in kleinen Stücken
- 500 g **Chicorée**, in Streifen
- 2 TL **Zitronensaft**
- 1 TL **Zucker**
- 5 dl **Gemüsebouillon**
- 1,5 dl **Halbrahm**
- 60 g **Bündner Bergkäse**, gerieben
Salz, Pfeffer

- 50 g **Haselnüsse**, geröstet,
grob gehackt
- 50 g **Bündnerfleisch**, in feinen Streifen

1. Zwiebeln und Knoblauch in der warmen Butter andämpfen, Sellerie, Chicorée und Zitronensaft dazugeben, ca. 5 Minuten weiterdämpfen, Zucker dazugeben. Mit Bouillon ablöschen und bei mittlerer Hitze 10 Minuten köcheln, pürieren. Rahm und Käse dazugeben, 2-3 Minuten weiterköcheln, würzen.

2. Suppe anrichten, mit Haselnüssen und Bündnerfleisch garnieren.

ÖISE TIPP

Der Bündner Bergkäse kann durch Grana Padano ersetzt werden.





MMM... ÖPFELWEIHE
VOM MAMI!



15%
AKTION
Gültig von
9.3. - 14.3.2021





BLÄTTERTEIG-RÜEBLI

FÜR 11 Stück

ZUBEREITEN ca. 1 Stunde

KÜHL STELLEN ca. 1 Stunde

BACKEN ca. 15 Minuten

Einweg-Spritzsack

Cornet-Formen von je ca. 14 cm

Alufolie und Backpapier

Backpapier für das Blech

CORNETS

1 rechteckig ausgewallter
Blätterteig (28 × 42 cm)

1 Ei, verquirlt

RÜEBLIMOUSSE

300 g Rüebli, in ca. 2 cm dicken Scheiben

1 EL Butter

1 cm Ingwer, gerieben, nach Belieben

2 Orangen, heiss abgespült, ½ abgeriebene Schale, ganzer Saft

2 Blatt Gelatine, in kaltem Wasser eingelegt

200 g Frischkäse nature
Salz, Pfeffer

½ Bd. Peterli, gezupft

1. Blätterteig längs in 2,5 cm breite Teigstreifen schneiden. Leicht überlappend um die vorbereiteten Cornet-Formen legen, mit Ei bestreichen, auf das vorbereitete Blech legen, 30 Minuten kühl stellen.

2. Auf der untersten Rille des auf 220 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 15 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen, Cornet-Formen entfernen, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

3. Rüebli in der heissen Butter 3–5 Minuten andämpfen. Ingwer, Orangenschale und -saft dazugeben, aufkochen, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 20 Minuten weich kochen, pürieren. Abgetropfte Gelatine dazugeben, gut verrühren, auskühlen lassen, zugedeckt ca. 1 Stunde kühl stellen. Rüeblimousse mit dem Handrührgerät aufrühren. Frischkäse portionenweise daruntermischen, Masse in den Spritzsack füllen. Die Spitze des Spritzsackes abschneiden und die Masse in die Cornets spritzen. Cornets mit Peterli garnieren.

ÖISE TIPP

Wer keine Cornet-Formen besitzt, kann aus starker Backofenfolie Trichter formen und diese mit Backpapier umwickeln.



So schmöckt's Dihei!



Knorrlis Versprechen

Hergestellt in
der Schweiz

20%

VOM 08.03. - 13.03.2021
AUF AUSGEWÄHLTE KNORR BOUILLONS





SO GELINGT DAS FALTENBROT



Teig zu einem Rechteck auswallen, Füllung darauf verteilen. Teig in sechs Streifen schneiden.



Teigstreifen handorgelartig zusammenfalten.



Mit genügend Abstand locker in die Form geben, rund 30 Minuten aufgehen lassen und backen.

MEDITERRANES FALTENBROT

FÜR 6-8 Personen

ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

AUFGEHEN LASSEN ca. 1½ Stunden

BACKEN ca. 20 Minuten

1 Springform von 21 cm Ø, gefettet

- 500 g Ruchmehl**
- ½ Würfel Hefe**, frisch, zerbröckelt
- 3,5 dl Wasser**, lauwarm
- ½ EL Salz**
- 1 TL Zucker**
- 3 EL Olivenöl**
- 200 g gemischte grüne und schwarze griechische Oliven**, 50 g in feinen Ringen, Rest grob geschnitten
- 100 g getrocknete Tomaten in Öl**, fein geschnitten
- 2 EL Rosmarin oder Peterli**, fein geschnitten

- 1.** Mehl in eine Schüssel geben, Hefe im Wasser auflösen, Salz und Zucker dazugeben, zu einem glatten Teig kneten. Mit Klarsichtfolie zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Stunde aufgehen lassen.
- 2.** Teig auf die gut bemehlte Arbeitsfläche geben, rechteckig auf 55 × 45 cm auswallen. Mit einem scharfen Messer längs in 6 Streifen schneiden. Olivenöl, Oliven und Tomaten darauf verteilen, leicht andrücken. Teigstreifen zusammenfalten, mit genügend Abstand locker in die vorbereitete Form geben. Zugedeckt bei Raumtemperatur nochmals ca. 30 Minuten aufgehen lassen.
- 3.** Auf der untersten Rille des auf 200 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 35 Minuten backen.

Frohe Ostern



5.95
RIESEN-SITZHASE KILIAN
 Milch
 500 g

5.90

HASENMÄDCHEN NINA
 140 g



5.85

CAMILLE BLOCH KIRSCH-EILI IM SÄCKLI
 140 g



7.40

LINDT GOLD-HASE FLOWER
 200 g



9.90

STATT 14.85
LINDT LINDOR-EILI
 Milch, 3 für 2
 3x150 g



10.50

HASE ROBIN
 mit Mandelsplitter
 455 g



7.70

EILI
 Milch, hohl
 300 g



8.95

LINDT GOLD-HASEN BEUTEL
 120 g



2.50

SITZHASE ALEX
 Milch
 180 g



9.95

EILI
 Milch
 500 g



3.95

HASE EMMA
 130 g



ZITRONEN-RISOTTO MIT PROSECCO

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

18–20 Minuten köcheln. Zitronenschale und -saft daruntermischen, Butter, Gruyère und Prosecco dazugeben, würzen und servieren.

ÖISE TIPP

Passt gut zu Lamm oder Fisch.

- 1 **Zwiebel**,
fein geschnitten
- 1 **Knoblauchzehe**,
fein geschnitten
- 2 EL **Butter**
- 400 g **Risottoreis**,
z. B. San Andrea
- 1,5 dl **Prosecco**,
z. B. Monte Santo
- 7–8 dl **Gemüsebouillon**,
abgeseigt
- 1 **Zitrone**, heiss
abgespült, abgeriebene
Schale und Saft
- 1 EL **Butter**
- 50 g **Gruyère**, gerieben
- 0,5 dl **Prosecco**
Salz, Pfeffer

Zwiebel und Knoblauch in der warmen Butter andämpfen. Reis beifügen, mitdünsten, bis er glasig ist. Mit Prosecco ablöschen, vollständig einkochen. Bouillon nach und nach dazugießen. Risotto unter häufigem Rühren



GNOCCHI-ROULADE MIT NÜSSEN

FÜR 12 Stück
ZUBEREITEN ca. 50 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 30 Minuten
POCHIEREN ca. 40 Minuten
RUHEN LASSEN ca. 20 Minuten
Frischhaltefolie
Alufolie

GNOCCHI-TEIG

- 400 g **mehligkochende Kartoffeln**, in 5 cm grossen Stücken
- 1 **Ei**, verquirlt
- ½ TL **Salz**
- 150–200 g **Mehl**

FÜLLUNG

- 1 **Zwiebel**, fein geschnitten
- 2 **Knoblauchzehen**, in feinen Scheiben
- 2 EL **Olivenöl**
- 200 g **Frischkäse nature**
- 60 g **Parmesan**, gerieben
- 60 g **Baumnüsse**, grob gehackt
- Muskatnuss**
Salz, Pfeffer

1. Kartoffeln in siedendem Salzwasser 15–20 Minuten weich kochen. Kartoffeln gut abtropfen lassen, in der heissen Pfanne ausdämpfen. Noch heiss durch das Passevite treiben. Ei und restliche Zutaten daruntermischen. Bei Bedarf so viel Mehl beifügen, bis der Teig nicht mehr an den Händen klebt, zugedeckt 30 Minuten kühl stellen.
2. Zwiebel und Knoblauch im Öl andämpfen, auskühlen lassen. Restliche Zutaten daruntermischen, würzen.
3. Kartoffelteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 25 × 30 cm rechteckig auswallen. Füllung bis auf einen ca. 1 cm breiten Rand darauf verteilen, aufrollen. Frischhaltefolie auslegen, Roulade satt einrollen. Zusätzlich in Alufolie wickeln.
4. Knapp unter dem Siedepunkt 40 Minuten pochieren. Herausnehmen, 20 Minuten ruhen lassen. Alu- und Frischhaltefolie entfernen.

WIN

Grosser Sofortgewinn- Wettbewerb!



**Du lebst
für die Natur.**

Wir auch.

Deshalb unterstützt bio-familia das WWF Projekt «Natur verbindet». Der WWF wertet Gebiete mit neuen Teichen, zusätzlichen Bäumen und vielem mehr auf und fördert so die Natur- und Artenvielfalt schweizweit.

Mehr Infos auf bio-familia.com/naturvielfalt



Wir leben für Müesli.





PIZZA FIORENTINA

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 40 Minuten
AUFGEHEN LASSEN ca. 1 Stunde
BACKEN ca. 15 Minuten pro Blech
 Backpapier für die Bleche

TEIG

400 g Zopfmehl
10 g Hefe, frisch
2 dl Wasser
1 TL Salz
2 EL Olivenöl

BELAG

200 g Landrauschschinken oder Hinterschinken
100 g Blattspinat oder Tiefkühl-Spinat, aufgetaut
1 Zwiebel, in feinen Ringen
Salz, Pfeffer
1 EL Bratbutter
6 Eier
Salz, Pfeffer

1. Mehl in eine Schüssel geben, Hefe im Wasser auflösen, Salz und Öl dazugeben, zu einem glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Stunde aufs

Doppelte aufgehen lassen. Teig halbieren, portionenweise auf wenig Mehl 2-3 mm dick auswallen, auf die vorbereiteten Bleche legen.

2. Schinken, Spinat und Zwiebelringe darauf verteilen, würzen.

3. 1 Blech auf der untersten Rille des auf 220°C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 15 Minuten backen. 3 Eier mit der Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne knusprig braten, würzen. Auf die Pizza legen. Mit den restlichen Zutaten den Vorgang wiederholen.



LACHSMOUSSE IM GURKEN-RADIESCHEN-BEET

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
4 Gläser mit einem Inhalt von ca. 1,5 dl

LACHSMOUSSE

200 g Rauchlachs, grob geschnitten
150 g Halbfett-Quark
1 EL Meerrettich aus dem Glas
1 Zitrone, heiss abgespült, abgeriebene Schale beiseitegestellt, 1 EL Saft
1 Prise Zucker
Pfeffer

GURKEN-RADIESCHEN-BEET

200 g Salatgurke, geschält, in Würfeli
1 Bund Radieschen, davon 2 beiseitegelegt, Rest in Würfeli
1 EL Apfelessig
1 TL Honig
2 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer

1. Lachs mit dem Quark grob pürieren. Meerrettich und Zitronensaft darunter-mischen, würzen. Masse zugedeckt 1 Stunde kühl stellen.

2. Gurken mit Radieschen mischen. Essig und alle restlichen Zutaten zu einer Sauce verrühren, Sauce dazugeben und ca. 15 Minuten marinieren, in die Gläser verteilen, Lachsmousse darauf anrichten. Beiseitegelegte Radieschen halbieren, Mousse damit garnieren, beiseitegestellte Zitronenschale darüberstreuen.

ÖISE TIPP

Dazu passt getoastetes Toastbrot.

SAISON FÜR ...

OSTEREIER

Die bunten hart gekochten Ostereier schmecken einfach so.
Oder man richtet sich damit ruckzuck etwas Feines an.



EIER-CROSTINI

2 gekochte Eier hacken, mit 200 g Hüttenkäse und ½ Bund fein geschnittenem Schnittlauch mischen, mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Auf gerösteten Brotscheiben anrichten.



KARTOFFEL-SALAT MIT EI

500 g festkochende Kartoffeln je nach Größe halbieren oder vierteln. In Bouillon gar kochen und darin auskühlen lassen.

Abgießen und 0,5 dl Bouillon beiseitestellen. Bouillon, 2 EL Mayonnaise und 3 EL fertige französische Salatsauce zu einem Dressing rühren, über die Kartoffeln gießen. 6 Radieschen und 4 Eier in Viertel schneiden, auf dem Salat anrichten.



EGG-WRAPS

4 gekochte Eier grob hacken, mit 2 EL gehackten Kräutern, z. B. Schnittlauch und Peterli, Salz, Pfeffer, 2 EL Jogurt nature und 2 EL Mayonnaise mischen. 1 Gurke entkernen, in Stäbchen schneiden. 4 Tortillawraps mit 8 Tranchen geräucherter Trutenbrust belegen. Eiermischung und Gurken darauf verteilen. Ränder seitlich einklappen, Wrap von der anderen Seite her satt aufrollen.



GEFÜLLTE EIER

8 gekochte Eier halbieren. Eigelb herauslösen, hacken, mit 100 g Halbfettquark und 180 g abgetropftem Thunfisch aus der Dose pürieren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. In einen Dressiersack geben, in die Eierhälften füllen, mit wenig gehacktem Peterli garnieren.



VAYA - DER AUSGEWOGENE SNACKGENUSS

NEW



DIE CHIPS-EXPERTEN.



Käse & Wein

**BÜNDNER BERGKÄSE BIO WÜRZIG
SCHWEIZER HALBHARTKÄSE**

Otschweizer Originale

Neun ausgesuchte Sennereien produzieren den würzigen Bündner Bergkäse nach altbewährtem Rezept aus reiner Bio-Bergheumilch. Das urchige Original lässt geschmacklich die saftigen Alpweiden erahnen und harmoniert optimal mit dem aromatisch vielschichtigen Otschweizer Rotwein Goldbeere G Cuvée Prestige.

**GOLDBEERE G CUVÉE PRESTIGE,
SCHWEIZ, 75 CL**

Goldbeere G Cuvée
Prestige, Schweiz, 75 cl

-20% **11.90**
statt 14.95

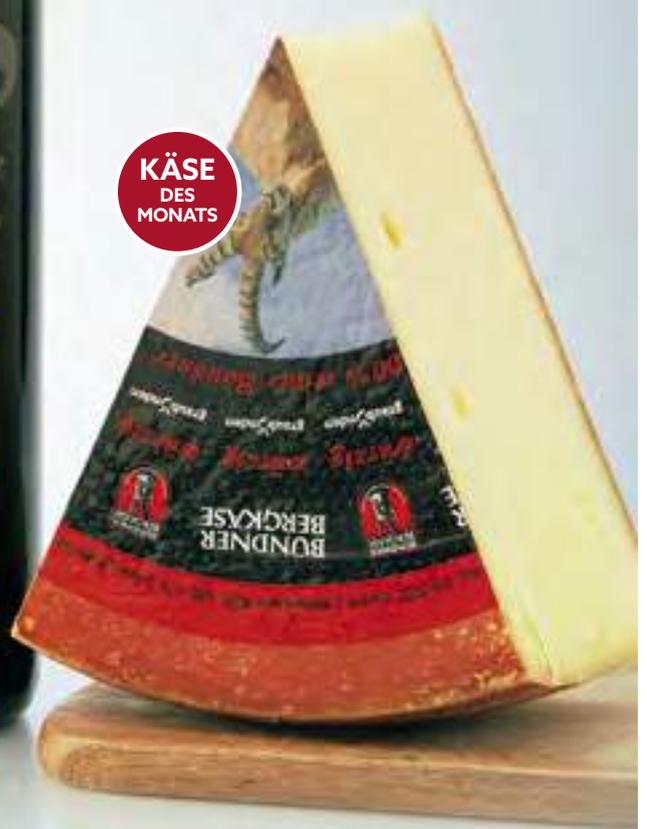
Bündner Bergkäse

Bio würzig
per 100 g
statt Fr. 2.90

Fr. 2.15

Portion, 200 g
statt Fr. 5.40

Fr. 4.30



«So schmeckt Frühling!»



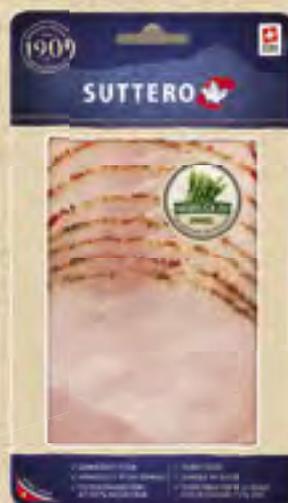
**20%
RABATT**

Spargel-Brätschnitzel,
Fein verarbeitetes Brät
mit grünen Spargeln ver-
edelt und in eine knusprige
Panade verpackt.
Dazu passen frühlinghafte
Beilagen.

20% Rabatt auf Spargel-Brätschnitzel,
gültig vom 3. bis 7. März 2021.



Bärlauch-Bratwurst,
Kleine Bratwurst mit
feinstem Brät und Bärlauch.
Passend zu einem
frühlinghaften Gericht
mit Spargeln.



Gewürzschinken,
Rohschinken oder Speck
lassen sich sehr gut
mit warmen oder kalten
Spargeln kombinieren.

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



JETZT PROFITIEREN!

WEIN
DES
MONATS**Goldbeere G Cuvée de Blancs Prestige,**
Schweiz, 2019, 75 cl, 17,5 Punkte*

✦ Chasselas, Chardonnay, Riesling-Silvaner ✦ gelb mit grünen Reflexen
✦ exotische Früchte, Zitrusnote | 8-10°C ✦ Aperitif, Ramequin

-22% 10.50
statt 13.50**Goldbeere G Cuvée Prestige**

Schweiz, 2018, 75 cl, 17 Punkte*

✦ Dornfelder, Pinot Noir, Gamaret, Merlot ✦ kräftiges Rubinrot
✦ finessenreich | 14-16°C ✦ Filet im Teig, Grilladen

-20% 11.90
statt 14.95**Humagne Rouge AOC Valais, Schweiz, 2019, 75 cl****

✦ Humagne Rouge ✦ rubinrot-violett ✦ gehaltvoll, mit Frucht,
würzig | 14-16°C ✦ Hartkäse, Trockenfleisch

-20% 12.30
statt 15.40**Johannisberg AOC Valais,**

Schweiz, 2019, 75 cl**

✦ Sylvaner ✦ helles Goldgelb ✦ fruchtig, trocken,
mineralisch | 8-10°C ✦ Aperitif, Fisch, Spargelgerichte

-20% 12.90
statt 16.30**Stella d'Oro Negroamaro Barrique IGT,**
Italien, 2017, 75 cl, 18 Punkte*

✦ Negroamaro ✦ tiefdunkel ✦ würzig-fruchtig, feine
Vanille-Aromatik | 16-18°C ✦ Braten, Rösti, Gratin

-20% 15.90
statt 19.95**Amarone della Valpolicella DCG,**
Zeni, Italien, 2017, 75 cl, 18 Punkte*

✦ Corvina, Rondinella, Molinara ✦ dichtes Rot ✦ kraftvoll samtig-
fruchtiger Schmelz | 17-19°C ✦ Rindsfilet, Schmorgerichte

22.90
statt 27.90**Fincas Valdemar Valdemacuco Roble,**

Ribera del Duero DO, Spanien, 2018, 75 cl, 17 Punkte*

✦ Tempranillo ✦ kirschtrot ✦ würzige, balsamische Noten
| 16-18°C ✦ Lamm, rotes Fleisch, Käse

-23% 12.90
statt 16.90**White Zinfandel Caswell,**

California, USA, 2019, 75 cl, 16 Punkte*

✦ Zinfandel ✦ helle Kirscharbe ✦ Himbeer- und Hagebutten-
noten | 8-10°C ✦ asiatische Gerichte, Grilladen

-30% 5.50
statt 7.90**Zinfandel Caswell,**

California, USA, 2018, 75 cl

✦ Zinfandel ✦ granatrot ✦ vollmundig, beerig
| 14-16°C ✦ Burger, Poulet, Pizza, Pasta, Grilladen

-30% 5.50
statt 7.90

Diese Aktion
gilt vom
1.3.2021 bis
28.3.2021
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». ** Regional oder über Bestellung erhältlich.

Das Fischen mit der Angel gilt als besonders naturschonend.



© Marine Stewardship Council

FISCHKONSERVEN 100% NACHHALTIG

Wer in einem der rund 600 Volg-Läden konservierten Fisch kauft, hat garantiert ein Produkt aus nachhaltigem Fischfang in der Einkaufstasche. Das blaue MSC-Label und das Zeichen der Organisation Pole & Line machen dies auf jeder Verpackung sichtbar.

Ein bunter Thonsalat, Sardinen auf der Pizza oder Sardellen mit frischem Brot: Mit konserviertem Fisch lässt sich allerhand Gutes anrichten. Noch besser schmeckt das Gericht, wenn auch für die Natur gut ist, was in der Dose steckt.

Was bedeuten MSC und Pole & Line?

Das Bekenntnis von Volg zur Nachhaltigkeit ist auf jeder Dose sichtbar: Von rosé bis zu weissem Thon, in Öl oder nature, von Sardinen bis zu Sardellen stammen alle aus nachhaltigem Fischfang. Dies erkennt man beim Einkaufen am blauen MSC-Label, das garantiert, dass die Fischbestände geschont werden. MSC unterstützt damit die Bemühungen von Fischereien, die wertvolle Ressource Fisch nachhaltig zu nutzen. Auf einigen Produkten ist ein Fischer mit Angel der Organisation Pole & Line (dt. Angel und Leine) zu sehen, welchen diese

traditionelle Fangmethode fördert. Es garantiert, dass der Fisch mit der Angel und nicht mit Schleppnetzen gefischt wurde – eine besonders naturschonende Fangmethode. Dadurch reduziert sich der Beifang stark. Darüber hinaus bleiben die Riffe und Meeresböden heil.

Konsumentinnen und Konsumenten legen immer mehr Wert auf nachhaltigen Fisch. In einer MSC-Verbraucherumfrage gaben 66 Prozent der Befragten an, ihr Einkaufsverhalten bei Fisch und Meeresfrüchten geändert zu haben. 80 Prozent aller Schweizerinnen und Schweizer kennen zudem das MSC-Label – das ist ein weltweiter Spitzenwert. Danach suchen muss man im Volg nicht. Denn hier gilt: Wo Meerfisch drin ist, ist ein Nachhaltigkeits-Zeichen drauf!

Dosenfisch bereichert den Speiseplan

Auf den im Volg erhältlichen Thon-Dosen von Raimond Frères und Rio Mare können Interessierte übrigens den gesamten Produktionsweg der Fische einsehen. Auch auf dem Speiseplan steht konservierter Fisch dem Frischfisch um nichts nach: Die wertvollen Nährstoffe wie gesunde Fette oder Vitamine bleiben bei der Konservierung praktisch erhalten. Fisch aus der Dose ist für den Speiseplan also somit ebenso wertvoll. Zudem ist er praktisch und perfekt für den Vorrat!



Klassischer Thon oder praktischer Thunfischsalat Insalatissime Messicana: Alle im Volg erhältlichen Fischkonserven stammen aus nachhaltiger Fischerei. Pole-&Line-zertifiziert.



WIR ALLE KÖNNEN ETWAS TUN

Von der Dose bis zur Pfanne

Keine Konservierungsmittel, keine Kühlung: Konservendosen haben zu Recht ihren festen Platz in der Vorratshaltung. 40 Stück pro Jahr fallen denn auch durchschnittlich in Schweizer Haushaltungen an. Als Leergut ergeben diese mehr als 13 000 Tonnen Stahlblech, die wiederverwertet werden, etwa um Bratpfannen, Werkzeuge, Rohrleitungen oder Autobleche herzustellen. Also unbedingt die leeren Stahlblechdosen sammeln und ins Recycling geben!

Muuntastische Bio Milch



BIO VOLLMILCH

Nachhaltig und fair produziert.

Bioprodukte sind gut für Natur, Tier und Mensch. Bio heisst, dass Böden schonend genutzt werden, die Biodiversität gefördert wird und nur natürliche Stoffe zum Einsatz kommen. Dafür steht die Molkerei Biedermann.



FOLGE
UNS AUF  

MOLKEREI-BIEDERMANN.CH

3-mal 1-malig

Viel Korn, viel Gemüse und eine erfrischende Würze stecken in den neuen Mehrkornsnacks «Pink Pepper & Lime» aus dem Traditionshaus Zweifel.

1. Getreidesnack

Der Graneo Multigrain Snacks Veggie bietet unvergleichlichen Genuss aus dem Kornfeld: Fünf sorgfältig ausgewählte und schonend verarbeitete Getreide – Reis, Mais, Hafer, Hirse und die Hirseart Sorghum – tragen zum Knuspererlebnis bei.



2. Geschmack

Erfrischend und würzig zugleich: Die Mehrkornsnacks sind mit dem perfekt auf den Getreidegeschmack abgestimmten Gewürz «Pink Pepper & Lime» verfeinert. In der Schweiz hergestellt mit Schweizer Alpensalz und Rapsöl.

3. Viel Gemüse

Fast 30 Prozent Gemüse steckt im knusprigen Kornsnack! Rote Bohnen und gelbe Erbsen sorgen für einen hohen Anteil an wertvollen Ballaststoffen.



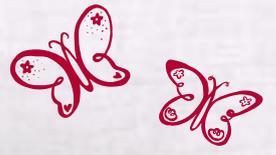
ZWEIFEL GRANEO VEGGIE

Die knusprigen Mehrkornsnacks sind eine Gaumenfreude für bewusste Geniesser. In ihnen steckt viel Gutes wie hochwertiges Rapsöl und Schweizer Alpensalz, jedoch keine künstlichen Aromen, Farb- oder Konservierungsstoffe. Das schmeckt man natürlich!



Wernli **teilt** me gernli.

Neu*



Mehr Infos auf wernli.ch

* in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

SCHATZ,
DAS NEHMEN
WIR AUF DIE
POSCHTILISTE!

Einführungs-
preise gültig
vom 1.3.2021 bis
28.3.2021



**ZWEIFEL GRANEO VEGGIE
PINK PEPPER & LIME, 100 G**
Ein Knuspererlebnis für bewusste
Snacker. Aus fünf Getreidearten
mit Rapsöl und Schweizer
Alpensalz verfeinert.

Fr. 3.20



MONSTER CORE, 35,5 CL*
Schmeckt monstermässig und
sorgt für den Extra-Energiekick,
lässt einen aber dank seines
feinen Geschmacks ganz ent-
spannt bleiben.

Fr. 1.65



**KNORR CROÛTONS,
KNOBLAUCH, 120 G***
Zum knackigen Salat oder als
knusprige Einlage in der Suppe –
diese Knoblauchcroûtons lassen
es geschmackvoll krachen.

Einführungspreis Fr. 4.60



**WC FRISCH KRAFT AKTIV GEL,
OZEAN, 750 ML**
Das Kraft Aktiv Gel verspricht
glänzende Sauberkeit und
erfrischenden Meeresduft für
das stille Örtchen.

Einführungspreis Fr. 3.75



**MAGNUM DOUBLE GOLD
CARAMEL, 85 ML**
Das cremige Glace lockt mit
Pekannussaroma, einer Schicht
gesalzener Caramelsauce und
goldener Caramelschoggihülle.

Fr. 3.20



**LOTUS BISCOFF ICE CREAM,
8 x 50 ML**
Feinste Rahmglace, Lotus
Biscoff Brotaufstrich und Lotus
Biscuits verheissen ein drei-
faches Glace-Erlebnis.

Fr. 8.90



**LUSSO CORNETTO SOFT
CHOCOLATEY MP, 4 x 140 ML***
Das zartcremige Schokoladen-
glace in knusprigem Waffelcornet
versüsst jede wohlverdiente
Pause.

Fr. 7.95



**VOLG CAFFÈ LATTE ZERO,
350 ML***
Der Volg Caffè Latte Zero ist ein
Wachmacher und spendet Ener-
gie in Pausen oder auf Ausflügen.
Ganz ohne zugesetzten Zucker!

Fr. 2.40

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

ovomaltine®



#OVOPOWER



Ovomaltine Crunchy Schokolade, 100 g



* Ovomaltine Petit Beurre, 145 g



Ovomaltine Crunchy Biscuit, 250 g



* Ovomaltine Rocks, 120 g

MIT OVOMALTINE KANNST DU'S NICHT BESSER. ABER LÄNGER.

* Diese beiden Produkte sind in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



VOLG BIO PESTO

Glas auf, Italien drauf!

Heute würziges Basilikum auf der Pasta, morgen der Duft von sonnengereiften Tomaten auf geröstetem Brot: Die zwei neuen Volg Pestos schmecken immer und überall!

Multitalent

Die Volg Bio Pestos sind wahre Verwandlungskünstler. Mit ihrem würzigen Geschmack verleihen sie nicht nur Pasta südländisches Flair, sondern auch Risotti, Apéro-Gebäck aus Blätterteig, Grilladen und gerösteten Brotscheiben, auf Italienisch Bruschette.

100 %
biologisch

Von den geschmackvollen Tomaten bis zum intensiv duftenden Basilikum: Alle Zutaten für das Volg Bio Pesto Rosso und das Volg Bio Pesto alla Genovese stammen aus biologischem Anbau. Verarbeitet zum Pesto werden sie in der Schweiz.



Was bedeutet Pesto?

Der Begriff Pesto kommt vom italienischen Wort pestare, «zerstampfen». Die Zutaten für ein Pesto werden zerquetscht, zum Beispiel im Mörser. So entfalten sie ihr ganzes Aroma und vereinen sich zu einer Paste, die sich als ungekochte cremige Sauce nach Belieben verwenden und geniessen lässt.

ALLZEIT BEREIT

Die neuen Volg Bio Pestos sind mit ihrer langen Haltbarkeit super für den Vorrat und sind dann zur Hand, wenn ein feines Essen innert Kürze auf dem Tisch stehen soll. Für den Klassiker mit Pasta: Teigwaren kochen, abtropfen und anrichten, Pesto kalt oder erwärmt darauf verteilen. Nach Belieben etwas Reibkäse und frische Kräuter darüber anrichten. E basta!

Volg Bio Pesto Rosso

Das Volg Bio Pesto Rosso, hergestellt in der Schweiz, verdankt seinen aromatischen Gout erntefrischen Bio-Tomaten. Zum guten Geschmack trägt auch feinwürziger, geriebener Sbrinz AOP bei.

Volg Bio Pesto Rosso, 145 g



Volg Bio Pesto alla Genovese

Beim Volg Bio Pesto alla Genovese, hergestellt in der Schweiz, dominiert der Duft von Basilikum. Kaltgepresstes Bio-Olivenöl, Bio-Cashewkerne und Sbrinz AOP vollenden den Geschmack.

Volg Bio Pesto alla Genovese, 135 g



Frischfisch von der Thurgauer Quelle

Der Kundelfingerhof in Schlatt TG ist einer der ältesten Fischzuchtbetriebe der Schweiz. Im sprudelnden Quellwasser fühlen sich die im Volg erhältlichen Forellen und Saiblinge munter wie der sprichwörtliche Fisch im Wasser.

Der Mühlebach ist die Lebensader der Thurgauer Gemeinde Schlatt. Er entspringt der grössten Quelle der Nordostschweiz und fliesst wenige Kilometer talwärts in den Rhein. Daran standen einst sieben Mühlen, das glasklare Wasser speist nun die Teiche und die Zuchtanlagen des Quellparks Kundelfingerhof, des wichtigsten Fischzuchtbetriebs der Deutschschweiz. Unzählige Fische tummeln sich in dessen Becken, darunter Regenbogenforellen, Lachsforellen und Saiblinge. Deren Filets sind in den rund 600 Volg-Läden erhältlich. Die Verarbeitung geschieht fangfrisch. Die Gräten werden mit grosser Sorgfalt aus dem Fischfleisch gehoben. «Die Kundinnen und Kunden sollen die Fische ohne Aufwand zubereiten und geniessen können», erklärt Martin Junker, Geschäftsführer des Kundelfingerhofs.

Volg hat das Frischfischsortiment konsequent auf einheimische Süsswasserarten ausgerichtet – und die Zusammenarbeit mit dem Ostschweizer Fischzuchtbetrieb entsprechend intensiviert. Einst war der Kundelfingerhof der grösste Bauernhof des Thurgaus. Schon 1915 begannen die damaligen Besitzer, Fische zu züchten. Vor einigen Jahren hat der Betrieb konsequent auf Fischzucht gewechselt. Drei Mal jährlich werden in den Becken tausende Fischeier ausgesetzt und die daraus geschlüpften Fische nach strengsten Auflagen gehegt und grossgezogen. Die Produktionskette ist erstaunlich kurz: 30 Minuten nach dem Fang sind die Fischfilets bereits verpackt. Und innerhalb von 24 Stunden sind sie bereits in den Volg-Läden zum Verkauf bereit. «Volg ist der einzige Partner, der unsere Fische schweizweit verkauft», sagt Geschäftsführer Martin Junker. Frischer kommt Fisch nirgends auf den Teller.

EIN WAHRES NATURPARADIES

Der Quell- und Naturpark Kundelfingerhof im Thurgau ist eine der ältesten Fischzuchten der Schweiz, umfasst knapp 20 Hektaren – und ist ein Naturparadies. Hier werden die Regenbogenforellen, Lachsforellen und Saiblinge, die in allen Volg-Läden als Frischfische erhältlich sind, aufgezogen – mit grosser Liebe zum Tier und viel Handarbeit.



KUNDELFINGERHOF.

Schweizer
Qualitätsfisch.

8210 Schlatt TG



DAS SCHMECKT MAN ...

Die Fische wachsen in Becken mit klarem, kühlem Quellwasser heran. Dieses stammt von der grössten Quelle der Nordostschweiz. «Nur gesunde Fische machen uns Freude. Für deren Gesundheit tun wir alles», sagt Geschäftsführer Martin Junker: «Damit garantieren wir jene Qualitäten, die die Frischfischfilets auszeichnen – das schmeckt man.»

«In der Schweiz lassen sich Fische äusserst naturschonend produzieren. Unsere Ideologie und jene von Volg passen zusammen. Wir bekennen uns beide zur Nachhaltigkeit.»

Martin Junker, Geschäftsführer Kundelfingerhof



FRISCH IN DEN VOLG

Statt weit her vom Meer kommen alle im Volg erhältlichen Frischfische aus dem nahen Kanton Thurgau. Das garantiert kurze Transportwege. 30 Minuten nach dem Fang sind sie auf dem Kundelfingerhof verpackt – innert 24 Stunden sind sie in den rund 600 Volg-Läden im Verkauf.



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

Hol dir dein Feldschlösschen!

**In Aktion vom
8.3. - 13.3.2021**

Feldschlösschen Original und
Alkoholfrei Lager* 10X33cl

*Nur solange Vorrat. Ist in
kleineren Verkaufsstellen evtl.
nicht erhältlich.



Mit Verantwortung
geniessen.



Feldschlösschen verbindet

Weitere Infos unter www.feldschloesschen.ch



FELDSCHLÖSSCHEN



Seit 1876 gebraut in der Schweiz

SCHWEIZER KÄSEGEHEIMNISSE ERLEBEN

Käse-Tour-de-Suisse

Reisen Sie mit dem Schweizer Käse Pass durch die Schweiz und entdecken Sie verschiedene Käsesorten. Und als Vorgeschmack auf die Reise: Sehr viel Schweizer Käse erwartet Sie auch in Ihrem Volg.



Appenzeler® Schaukäserei

Der Nase nach: In der Appenzeler Schaukäserei in Stein AR entsteht der würzigste Käse der Schweiz! Entdecken Sie sein Geheimnis ...

Emmentaler Schaukäserei

Wo Löcher Weltruh erlangen: In der Emmentaler Schaukäserei in Affoltern BE erfahren Sie, wie die Löcher in den beliebten Käse kommen.

La Maison du Gruyère

Erlebnis für alle Sinne: Im Maison du Gruyère in Pringy-Gruyères FR lernen Sie den König der Schweizer Käse auf wahrhaft sinnens-freudige Art kennen.

Käserei Engelberg

Ab ins Kloster: Die Käserei Engelberg in Engelberg OW bietet hinter Klostermauern Einblick in das Käsen mit frischer Berg- und Alpenmilch.

La Maison de la Tête de Moine

Zeitreise: Erkunden Sie im Maison de la Tête de Moine in Bellelay BE die Herstellung und die über 800-jährige Geschichte des Tête de Moine AOP.



SCHWEIZER KÄSE PASS

Entdecken Sie das Käseland Schweiz! Der Schweizer Käse Pass lädt zu einer Reise durch die typischen Käseregionen der Schweiz. Sie bekommen Einblick in fünf Schaukäsereien und profitieren von Vorteilen. Auch zu gewinnen gibt es etwas. Infos: www.schweizerkaese.ch, Stichwort Käse Pass.



Schweizer Käse
www.schweizerkaese.ch



Voll-Nuss

FÜR BEISSER. NICHT FÜR LUTSCHER.

Knackig geröstete Haselnüsse in Vollmilchschokolade machen die RITTER SPORT Voll-Nuss seit jeher zum absoluten Liebling. Liegt es an den besonders hohen Qualitätsansprüchen, die wir an unsere Nüsse stellen? Oder einfach daran, dass sie den Geschmacksnerv jedes echten Beissers trifft?

Weisse Voll-Nuss

IMMER EINE WEISSE ENTSCHEIDUNG.

Auch wenn diese Tafel rein weiss daherkommt, steckt in ihr doch ein ganzes Spektrum an Geschmacksnuancen: von aromatischer Kakaobutter über Milch- und Vanillenoten bis hin zu knackigen Haselnüssen und knusprigen Reiscrisps. Eben die helle Freude für den Gaumen.



Knusperkeks

DA BLEIBT KEIN KRÜMEL ÜBRIG.

In unserer RITTER SPORT Knusperkeks steckt ein echtes Unikat – ein quadratischer Butterkeks. Speziell für diese Tafel wird er mit einer Extraportion Butter gebacken und anschließend passgenau in seine Hülle aus Kakaocreme und knackiger Vollmilchschokolade eingelegt. Fast zu schade, ihn zu essen. Wie gesagt: fast.

Erdbeer Joghurt

FÜR DEN BEERENHUNGER.

Mit der RITTER SPORT Erdbeer Joghurt hat der Sommer das ganze Jahr Saison. Viele Fruchtstückchen, Erdbeer-Joghurt-Creme und knusprige Reiscrisps sorgen in jedem Stück für heitere Aussichten. Unsere Vorhersage: Mit diesem quadratischen Erdbeerfeld sind Sie überall heiß begehrt.





Der Volg Stein am Rhein befindet sich im historischen Mittelalterhaus.

Innen «frisch und fründlich», aussen historisch: Volg ist in vielen Häusern mit Geschichte daheim. Zum Beispiel im «Schwarzen Horn» im Mittelalter-«Städtli» Stein am Rhein SH.

Das «Schwarze Horn» ist ein imposanter Bau aus dem 15. Jahrhundert. Namensgeber ist Johann Rudolf Schmid, Freiherr von Schwarzenhorn. Dessen Einzug ins Geburtshaus zielt als Wandmalerei die Fassade. Einige Meter darunter ist das verschnörkelt eingefasste Volg-Schild angebracht. Der Aussenaustritt des Ladens fällt dezent, aber umso einzigartiger aus. «Hier gilt es die Richtlinien des Denkmalschutzes zu beachten», erklärt Patrick Eugster, Volg Leiter Ladenbau.

Frische Ware kommt durchs Gässli

«Frisch und fründlich» einkaufen kann man noch in vielen weiteren stattlichen Häusern. Darunter befinden sich Riegelhäuser im zürcherischen Stammertal, ein altes Feuerwehrmagazin im basellandschaftlichen Lupsingen oder typische mit Sgraffito verzierte Engadinerhäuser wie im bündnerischen Scuol. Häuser mit derart individuellen Gegebenheiten stellen die Verantwortlichen bei Volg immer wieder vor bauliche Herausforderungen. So dürfen beispielsweise technische Geräte für Klima und Kälte nicht

aussen angebracht und müssen im Ladeninnern integriert werden. Im Ladeninnern im Volg Stein am Rhein ist Einkaufen von heute angesagt: Hier treffen die Kunden auf einen modernen Dorfladen, der alles bietet, was es im Alltag braucht. Ein Stück Ladengeschichte schreibt wiederum die Anlieferung der Ware mit: Von den Lastwagen-Chauffeuren ist bei der Zufahrt entlang der belebten Schiffplände und durch die engen Gassen nämlich jedes Mal viel Präzision und Fahrgeckigkeit gefragt.



3 FRAGEN AN:

Barbara Vetterli
Ladenleiterin Volg Stein am Rhein

Nebst Einheimischen zählen besonders im Sommer auch viele Touristen zu Ihren Kunden. Kaufen diese anders ein? Spannend ist, zu beobachten, wie Menschen verschiedener Kulturen bei unterschiedlichen Produkten verweilen. Wir benötigen in der Hauptsaison sicherlich mehr Artikel zum Sofortgenuss für unterwegs wie Sandwiches und Getränke. Und natürlich ist Schokolade sehr beliebt.

Werden Sie von Kunden auf das historische Gebäude angesprochen? Eine Tafel an der Fassade erklärt die Geschichte des Hauses und auch die Stadtführungen machen hier halt. Daher sind Interessierte oft schon informiert, wenn sie in den Laden kommen.

Welches Produkt schreibt für Sie persönlich «Volg-Geschichte»? Da ich Süsses grundsätzlich liebe: der Volg Choc-o-Schaum. Er ist schoggiig und luftig-leicht zugleich.



**SCHOKOLADEN-
BANANEN-BROT**

Die ideale Verwendung
für reife Bananen für
eine wundervolle süsse
Versuchung.
Rezept auf Seite 51

JEDEM SEINE SCHOGGISEITE

**Alles ist gut, wenn es aus Schokolade ist. Das gilt auch für diese süssen Träume,
die sich mit Tafel- oder Osterschokolade zaubern lassen.**

ZEBRA-MOUSSE

Weisse trifft dunkle Schoggi
und wird zur Streifen-Show im Glas.
Rezept auf Seite 51



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



SCHOKOLADEN-AUFSTRICH

Weisse Schoggi gibt dem Brotaufstrich einen wunderbar milchig-süßes Gout. Rezept auf Seite 51

OSTER-EILI-COOKIES

FÜR 24 Stück

ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

KÜHL STELLEN ca. 30 Minuten

BACKEN ca. 12 Minuten

Backpapier fürs Blech

100 g Butter, weich

80 g Rohrzucker

2 Eier

1 Prise Salz

1 TL Backpulver oder Natron

130 g Milch- oder dunkle Schokoladen-
ostereier, oder dunkle und
weisse Schokolade, grob gehackt

30 g Kakaopulver

120 g Mehl

1. Butter und Zucker schaumig schlagen, Eier begeben, nochmals ca. 5 Minuten weiterschlagen.

2. Salz und Backpulver darunterrühren. Dann Schokolade, Kakao und Mehl darunterziehen, zu einem homogenen Teig zusammenfügen. In Klarsichtfolie gewickelt ca. 30 Minuten kühl stellen.

3. Aus dem Teig baumnussgrosse Kugeln formen, etwas flach drücken und mit genügend Abstand auf das vorbereitete Blech legen.

4. In der Mitte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) 10-12 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen lassen.



Lindt 

**GOLDHASE
LAPIN OR**



**FLOWER
EDITION**



RÜEBLI-SCHOGGI-SCHNITTEN

FÜR 16 Stück

ZUBEREITEN ca. 35 Minuten

BACKEN ca. 25 Minuten

Für ein Backblech von 20 x 30 cm

Backpapier

- 300 g Rüebl**i, geschält, an der Bircherraffel gerieben
- 2 EL Zitronensaft**
- 200 g Butter**, weich
- 150 g Zucker**
- 3 Eigelb**
- 200 g gemahlene Haselnüsse**
- 100 g ganze Haselnüsse**, grob gehackt
- 100 g Mehl**
- 1 Pk. Backpulver**
- 1 TL Zimtpulver**
- 3 Eiweiss**, mit 1 Prise Salz steif geschlagen

TOPPING

300 g Frischkäse nature, weich gerührt

100 g weisse Schokolade, geschmolzen

Marzipanrüebl nach Belieben

- 1.** Rüebl mit Zitronensaft mischen, beiseitestellen. Butter schaumig rühren, dann Zucker begeben, ca. 3 Minuteniterrühren. Eigelb begeben,iterrühren, bis eine schaumige Masse entsteht.
- 2.** Haselnüsse, Mehl, Backpulver, Zimt und Rüeblmischung begeben, gut mischen. Eischnee unter die Buttermasse heben und ca. 3 cm dick, rechteckig, auf das vorbereitete Blech streichen.
- 3.** In der Mitte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 25 Minuten backen, herausnehmen, auskühlen lassen.
- 4.** Frischkäse mit geschmolzener Schokolade gut verrühren. Auf dem Kuchen verstreichen und in gleich grosse Quadrate schneiden. Sofort servieren oder im Kühlschrank aufbewahren.



Für den letzten Schliff:
Dr. Oetker Marzipan Rüebl
12 Rüebl

JETZT PROFITIEREN!

Denn jeder Tag verdient einen frischen Start

Aktion mit 16% Rabatt vom:

09.03.–14.03.2021

*in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich



Bald im neuen Design &
aus 100% natürlichen Zutaten





SCHOKOLADEN-BANANEN-BROT

FÜR 10 Stück
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
BACKEN ca. 50 Minuten
Cakeform von ca. 20 cm,
mit Backpapier ausgelegt

- 100 g Butter, weich
- 150 g Zucker
- 3 Eier
- 3 reife Bananen, zwei davon mit einer Gabel zerdrückt, die dritte längs halbiert
- 100 g gemahlene Mandeln
- 50 g Kakaopulver
- 200 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 200 g dunkle Schokolade, grob gehackt
- 10 weisse Schokoladenostereier
- 30 g Cornflakes, leicht zerdrückt
- Kakaopulver

1. Butter und Zucker schaumig rühren, Eier begeben, weiterschlagen, bis eine helle homogene Masse entsteht. Zerdrückte Bananen begeben, mischen.
2. Mandeln mit Kakao, Mehl und Backpulver mischen, zusammen mit der Schokolade begeben, mischen. In die vorbereitete Cakeform füllen. Die restliche Banane hineindrücken. Cornflakes darüberstreuen, etwas andrücken.
3. In der unteren Hälfte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) 40-50 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen lassen. Nach Belieben mit Kakaopulver bestreuen.



SCHOKOLADEN-AUFSTRICH

FÜR ca. 2 dl
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
Für 1 verschliessbares Glas
von ca. 3 dl Inhalt

- 50 g Butter
- 1 dl Vollrahm
- 150 g weisse Schokolade, grob gehackt
- 1 EL Cognac

1. Butter und Rahm in einer Pfanne warm werden lassen, bis die Butter geschmolzen ist. Von der Platte ziehen, Schokolade begeben und unter Rühren schmelzen, bis eine homogene Masse entsteht. Nach Belieben mit Cognac verfeinern. In Gläser abfüllen, gut verschliessen und kühl lagern.

ÖISE TIPP

Anstelle von Cognac kann der Aufstrich auch mit Vanillemark, gehackten Nüssen oder Mandeln ergänzt werden. Der Aufstrich kann auch mit dunkler Schokolade zubereitet werden. Haltbarkeit: im Kühlschrank ca. 2 Wochen.



ZEBRA-MOUSSE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 2 Stunden

- WEISSE MOUSSE**
- 2 dl Vollrahm
 - 150 g weisse Schokolade, grob gehackt

- DUNKLE MOUSSE**
- 2 dl Vollrahm
 - 150 g Kochschokolade oder dunkle Schokoladenostereier, grob gehackt

1. Rahm aufkochen, in zwei Schüsseln verteilen. In eine Schüssel die helle, in die andere Schüssel die dunkle Schokolade geben und unter Rühren schmelzen. Dann ca. 2 Stunden kühl stellen.
2. Sobald der Rahm kalt ist, steif schlagen. Abwechslungsweise in Gläser schichten.

ÖISE TIPP

Mit je einem knusprigen Guetzli, z. B. Kambly Waffeln, und Schoggieli anrichten.



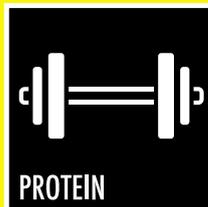


YUMMY POWER



BESTE ZUTATEN FÜR DICH

Die **Emmi ENERGY MILK High Protein** Produkte beinhalten nebst einer vollen Ladung Proteine auch Vitamine. Zudem sind sie besonders gut verträglich, da sie laktosefrei sind. Und das Beste zum Schluss: **sie enthalten keinen zugesetzten Zucker.**



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

GEBURTSTAGSKINDER FEIERN MIT VOLG

Hol dir dein Geschenk!

Schöner als Ostern und Weihnachten zusammen ist für Kinder der Geburtstag. Diesen grossen Tag feiert Volg mit seinen jüngsten Kunden. Geburtstagskinder bis 13 Jahre dürfen sich in ihrem Volg ein Geschenk aussuchen. Einfach bis eine Woche nach dem Geburtstag in den Volg kommen. Hier freuen sich unsere Mitarbeitenden, wenn die Kinder ein Foto vom grossen Tag, eine Zeichnung, die an ihren Geburtstag erinnert, oder die selbst gestaltete Einladungskarte mitbringen.



TRAUMFERIEN GEWONNEN

Stolze 30 000 Talons gingen allein für die Verlosung des Hauptpreises des grossen Volg-Sternstundenwettbewerbs vom Dezember 2020 ein. Nun stehen die zehn Gewinnerinnen und Gewinner fest. Sie kommen aus Balterswil TG, Dielsdorf ZH, Dürrenäsch AG, Ennetbürgen NW, Etzgen AG, Frauenfeld TG, Jenins GR, Krattigen BE, Nürensdorf ZH und Uster ZH. Mit je einer Begleitperson geniessen sie sieben Übernachtungen inklusive Halbpension im traditionsreichen Paxmontana Jugendstilhotel in Flüeli-Ranft. «Die Freude über den Preis war bei allen Gewinnern riesig. Die Volg-Sternstunden mit ihren wöchentlich wechselnden attraktiven Angeboten und Wettbewerben waren äusserst beliebt. Wir hoffen daher, unsere Kundinnen und Kunden auch nächstes Jahr wieder mit tollen Angeboten und Wettbewerben überraschen zu können», sagt David Krummacker, Geschäftsleitung Verkauf. Wir gratulieren von Herzen, wünschen traumhafte Ferien in der Innerschweiz und allen übrigen Gewinnern viel Freude mit ihren Preisen.

Aus dem Volg ins Osternestli

Die Volg Geschenkkarte ist das perfekte Geschenk fürs Osternest der Erwachsenen! Dieses Präsent passt immer und könnte nicht vielfältiger sein: Der Beschenkte sucht sich in einem der rund 600 Volg-Läden der Deutschschweiz und der Westschweiz das aus, was er am liebsten mag oder gerade braucht. Die Zutaten fürs nächste Znacht, den Lieblingswein, feines Gebäck zu Kaffee und Kuchen oder, oder ... Befestigt man die Volg Geschenkkarte an einem Osterhasen, einem Sack voll mit süssen Ostereili oder einem Praliné-Ei kommt sie erst noch herzig verpackt daher. Die Volg Geschenkkarte ist zu verschiedenen Fixbeträgen oder einem frei wählbaren Betrag direkt im Laden erhältlich.





Wachteleier vom Hof in den Volg

In Würenlos AG züchtet Sandra Klaus Legewachteln. Die kleinen Eier ihrer Schützlinge sind eine Delikatesse und sehr beliebt. Im Volg Würenlos und im Nachbardorf Wettingen sind sie als «Feins vom Dorf»-Spezialität erhältlich.

In geräumigen Gehegen auf dem Kempfhof am Rand von Würenlos, einer der ältesten Gemeinden des Kantons Aargau, picken und scharren 200 putzige Wachteln, nehmen ein Bad in den Hobelspänen und erkunden neugierig die Umgebung. Besitzerin Sandra Klaus könnte dem munteren Treiben stundenlang zusehen. «Ich war von Beginn weg von diesen Tieren fasziniert», sagt die Bauersfrau und gelernte Wildhüterin. «Wachteln sind im Prinzip ja nichts anderes als kleine Hühner – nur noch viel herziger.» 2016 erhielt sie die ersten sieben japanischen Legewachteln von einem

Bekanntem. Aus diesem ersten Kontakt ist eine wahre Leidenschaft geworden. «Für die Wachtelzucht benötigt man viel Wissen und Fingerspitzengefühl», erklärt Sandra Klaus. Wachteln sind kälte- und wetterempfindlich, brauchen also Schutz vor extremen Temperaturen, Nässe und Wind. Eine Unterkunft muss so gebaut, betrieben und gelüftet werden, dass darin immer das passende Klima herrscht. «Ich achte daher darauf, dass stets genügend Unterstände zur Verfügung stehen, in die sich die Vögel jederzeit zurückziehen können», sagt Sandra Klaus. Wachteln legen schon ab der siebten Woche ihres Lebens fast täglich ein

Ei. Nach etwa zwei Jahren nimmt das ab. Und dann? «Die älteren Tiere dürfen ihren Ruhestand friedlich bei uns verbringen», erklärt Tierfreundin Sandra Klaus.

Etwas intensiver als ein Hühnerei

Von den rund 150 Eiern, die Sandra Klaus täglich einsammelt, gelangt ein Teil als «Feins vom Dorf»-Spezialität in den Volg Würenlos sowie in den Volg im benachbarten Wettingen. Hier freuen sich Geniesser über die Spezialität aus dem Dorf. Und wie schmecken Wachteleier? «Ähnlich wie Hühnereier, aber etwas intensiver», erzählt Sandra Klaus. Zum Vergleich: Fünf bis sechs



FEINS VOM DORF



Wachteln sind kleine Hühner. Im Unterschied zu diesen ertragen sie jedoch keine Hitze. Auf dem Kempfhof in Würenlos leben sie in einem artgerecht temperierten Gehege mit Rückzugsmöglichkeiten. Sandra Klaus tut alles für das Wohl ihrer Tiere. Ein Wachtelei wiegt rund zehn Gramm, ein Hühnerei fünf bis sechs Mal mehr.

Wachteleier entsprechen inhaltlich einem Hühnerei. Das Kochen dauert entsprechend etwas weniger lang. Im Schnitt drei bis vier Minuten. Zum Schälen rollt man die gekochten Mini-Eier am besten sanft auf dem Tisch, bis die Schale rundum gebrochen ist. Sandra Klaus selbst bereitet sie am liebsten im Raclette-Pfännli als Spiegeleier zu, die sie auf den geschmolzenen Käse legt.

Mit ihrer speziellen Musterung sind Wachteleier auch ein Genuss fürs Auge und eine hübsche Dekoration auf dem Ostertisch – natürlich bevor man sie mit Freude verspeist!
www.kempfhof-wachteln.ch



WACHTELEIER IM VOLG WÜRENLOS UND WETTINGEN
Die Wachteleier stammen vom Kempfhof in Würenlos und sind im Volg Würenlos und im Volg Wettingen als «Feins vom Dorf»-Spezialität erhältlich.

PRODUKTE MIT LOKALCHARAKTER
Die Wachteleier 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!

MÖVENPICK®

Crafted with the Alpine Spirit



SAY HELLO! SAG HALLO! SALUT! WWW.MOEVENPICK-ICECREAM.COM #DISCOVERMOEVENPICK @ [f](https://www.facebook.com/moevenpickicecream) @MOEVENPICKICECREAM

EIN KÖNIGREICH
FÜR GENIESSER

CHOCOLAT
AMMANN
SINCE 1949

AKTION
vom 8.-14. März 2021



MINI KING STRAWBERRY
16 × 10 g



KING CLASSIC
12 × 30 g



MINI KING COFFEE
16 × 10 g



KING DARK
12 × 30 g



MINI KING VANILLA
16 × 10 g



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



MIT ALLEN SINNEN DURCHS SEEBACHTAL

Seit rund zehn Jahren lädt der Volg Sinnespfad im thurgauischen Seebachtal Klein und Gross dazu ein, die Natur mit allen Sinnen zu erleben. Begleiten Sie uns auf eine kleine Entdeckungsreise an schönster Aussichtslage am südlichen Hang des Seerückens und unweit von Frauenfeld.

Wir befinden uns vor dem drehbaren Naturperiskop, eine von acht interaktiven Erlebnisstationen, die einen Blick in die nahe und ferne Umgebung aus einer anderen Perspektive ermöglicht. Und die Aussicht ist an schönen Tagen wirklich bemerkenswert. Zu Füssen der Hüttwilsersee und die Thur, die sich durch die Gegend schlängelt, und am Horizont das fantastische Alpenpanorama. Ein paar Schritte weiter fordert ein frei schwingendes Blatt unseren Gleichgewichtssinn heraus. Das Gefühl für Zeit und Raum scheint zu verschwinden. Wie spät ist es eigentlich? Schon führt uns der Weg zur begehbaren Sonnenuhr, wo wir anhand des eigenen Schattens die aktuelle Uhrzeit herausfinden können.

Riechen, fühlen, hören

Nach einem Picknick auf dem schönen Grillplatz gleich neben der Sonnenuhr machen wir uns wieder auf den Weg. Vorbei an einem Lithophon, wo wir Steine zum Klängen bringen, geht es immer der Nase nach weiter zur Duftstation. Ob wir die verschiedenen Duftnoten wohl richtig zuordnen können? Nach diesen Eindrücken halten wir einen Moment inne und lauschen den Stimmen im Wald. Vögel zwitschern, Eichhörnchen rascheln, zwischendurch ein

Hundebellen. Um einmal ähnlich wie ein Fuchs zu hören, halten wir den Kopf zwischen die zwei riesigen Hörtrichter, welche die Geräuschkulisse verstärkt wiedergeben.

Unsere nächste Herausforderung liegt vor uns. Spielerisch testen wir unsere Geschicklichkeit im Kletternetz, versuchen, uns durch die Seile zu bewegen, ohne dass die Glöckchen anschlagen. Wieder festen Boden unter den Füssen marschieren wir weiter. Zwischen den Bäumen entdecken wir eine Holzplattform, von der aus wir das Frühlingserwachen am Waldweiher «Nägelsee» beobachten können. Auf dem Rückweg zum Ausgangspunkt ist unser Tastsinn gefragt. Wie fühlen sich verschiedene Holzarten an und wie schwer schätzen wir ihr Gewicht? Eine kurzweilige Wanderung geht zu Ende. Wir haben viel erfahren, bei jeder Station hat uns eine Informationstafel Spannendes über unsere Sinne verraten und gleichzeitig Wissenswertes über unsere einheimische Tierwelt mitgegeben.

Ab 31. März 2021 ist der Sinnespfad im Seebachtal wieder geöffnet. Startpunkt für die einstündige Rundwanderung ist bei der Bushaltestelle «Hörnliwald», Kalchrain. Informationen und Anfahrt unter www.naturena.ch



Was es da wohl zu entdecken gibt? Einfach ausprobieren!

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

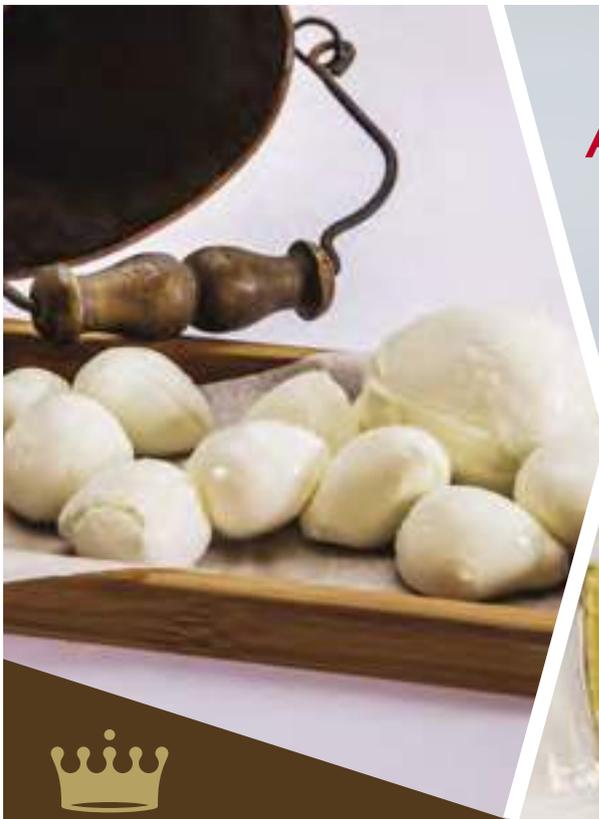


Die Volg Erlebniswelten

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

AKTION MIT 16% RABATT

09.03. - 14.03.2021



* in kleineren Verkaufsstellen ev.nicht erhältlich



Cetra
Alimentari | www.cetra.ch

Dein Morgenkick



Lösung: 1

Natürlicher Genuss aus der Schweiz.
MORGA AG, CH-9642 Ebnat-Kappel, www.morga.ch

NEUE KURSE IM APRIL

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



FRICKTAL AG

24. April (2 Halbtageskurse)

Farben- und Style-Workshop

WAS Sie erfahren, ob Ihr Hautunterton kalt oder warm ist und welche Farben dazu vorteilhaft wirken. Sie erhalten Tipps zum Thema Problemzonen, Kombinationen und wie Sie authentisch und typgerecht gekleidet sind. Ideen für Frisuren und Make-up runden den Kurs ab. **WANN** Kurs 1: Sa, 24.4.21, 9-13 h*; Kurs 2: Sa, 24.4.21, 13.30-17.30 h* **WO** Volg Erlebnishof Fricktal, Erlenhof, Wittnau **LEITUNG** Fabienne Thali, Nottwil, www.fabiennethali.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 100.- p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken



SEEBACHTAL TG

17. April (2 Halbtageskurse)

Natürliche Reinigungsmittel

WAS Die Kursleiterin mischt mit Ihnen einen Holzbalsam (50 ml) sowie einen Schmutz-/Fettreiner (5 dl) und Sanitärreiniger (5 dl) in Sprühflaschen. Die Reinigungsprodukte bereichern Sie mit ätherischen Ölen. Sie erhalten Tipps und Rezepte rund um Hausputz, Wäschepflege und Raumdufte. **WANN** Kurs 1: Sa, 17.4.21, 9-13 h*; Kurs 2: Sa, 17.4.21, 14-18 h* **WO** Volg Erlebnishof Seebachtal, Haldenhof, Hüttwilen **LEITUNG** Melanie Haltner, Duft-Workshops, Salez **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 120.- p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Reinigungsprodukte im Wert von Fr. 30.-



SEELAND BE

9. oder 10. April

Nielenkorb mit Kräutern

WAS Sie flechten einen Korb aus Waldreben (Nielen), den Sie anschliessend mit fünf Gartenkräutern bepflanzen können. Für den individuellen Touch steht Ihnen eine Auswahl an Naturmaterialien zum Dekorieren Ihres Kräuterkorbs (50 cm Ø, Höhe 20 cm) zur Verfügung. **WANN** Kurs 1: Fr, 9.4.21, 9-14.30 h, Kurs 2: Sa, 10.4.21, 9-14.30 h **WO** Volg Erlebnishof Seeland, Barryhof, Schüpberg 130, Schöpfen **LEITUNG** Marianne Guillod, Seedorf, www.fleuristik.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 18 J. **PREIS** Fr. 155.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihren Nielenkorb mit fünf Gartenkräutern



ZUGERLAND ZG

24. April (2 Halbtageskurse)

Heilkraft aus der Natur

WAS Die Kursleiterin vermittelt Ihnen Wissen zu Kräutern und deren Heilwirkung. Unter Anleitung stellen Sie eine Heilsalbe und eine Tinktur her aus saisonalen Frischpflanzen wie etwa Gundelrebe, Bärlauch, Löwenzahn, Spitzwegerich oder Storchschnabel. **WANN** Kurs 1: Sa, 24.4.21, 9-13 h*; Kurs 2: Sa, 24.4.21, 14-18 h* **WO** Volg Erlebnishof Zugerland, Hotzenhof, Deinikon 11, Baar **LEITUNG** Annamaria Rogenmoser, Unterägeri, www.wildkraeuter-power.jimdofree.com **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 10 J. **PREIS** Fr. 110.- p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Heilsalbe und Tinktur



WERDENBERG SG

16. oder 17. April

Ölgemälde nach Bob Ross

WAS Mit einer speziellen Nass-in-Nass-Technik malen Sie nach Anleitung der Kursleiterin eine mit Bäumen umrahmte Seenlandschaft. Diese Maltechnik ist bekannt aus der Fernsehsendung «The Joy of Painting» mit Bob Ross und ist so einfach, dass auch ungeübten Malern ein ausdrucksstarkes Gemälde gelingt. **WANN** Kurs 1: Fr, 16.4.2021, 9-17 h, Kurs 2: Sa, 17.4.21, 9-17 h **WO** Volg Erlebnishof Werdenberg, Büelsteihof, Winkelstrasse 20, Oberschan **LEITUNG** Stefanie Altenburger, Bauma, www.kunstmalerie-altenburger.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 260.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Werkzeugmiete und Material für Ihr Ölgemälde (60 x 45 cm) 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 15.03.21

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.

HUGO



DAS EINZIGE SCHWEIZER CORNICHON!



* in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich

REITZEL (SUISSE) SA | CH-1860 AIGLE | WWW.HUGOREITZEL.CH



DER ERSTE NATÜRLICHE KAFFEE-DRINK. SEIT 2013.



Baristaqualität zum Mitnehmen: Seit der Stunde null haben wir uns dem Ziel verschrieben, der Welt den besten Coffee to go zu bieten. Es beginnt im Hochland von Honduras. Dort pflücken unsere Bauern mit viel Liebe die Kaffeekirschen. Der Rohkaffee wird in Bern geröstet. Zum perfekten Zeitpunkt beendet der Barista die Röstung und das aromatische Herz von Lattesso blüht auf. Der frisch gebrühte Espresso küsst Walliser Milch, wird abgefüllt und findet seinen Weg ins Kühlregal, in dem er mit einzigartiger to go Verpackung und einem lässigen Look besticht.

* in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

VÄSELIBOUQUET

**Frühlingserwachen für das Sideboard oder den Ostertisch:
mit einem Strauss an Flaschen und Gläsern für Blumen, Zweige und Gräser.**

Vom Strauss zum dekorativen Einzelgänger

Mit leeren Glasflaschen, Senf-, Konfi- und Einmachgläsern lässt sich mit wenig Aufwand ein frühlingshaftes Väselibouquet gestalten. Für ein luftig-leichtes Arrangement werden mehrere Flaschen und Gläser in verschiedenen Größen jeweils mit einzelnen Blüten, Zweigen oder Gräsern bestückt. Wichtig ist, dass das Wasser regelmässig gewechselt wird. So bleiben die Pflänzchen länger frisch und die Gefässe klar. Nach Gebrauch die Gläser einfach mit etwas Zitronensaft, Essig, Natron oder Backpulver reinigen. Dann sind sie wieder glasklar und einsatzbereit. Als Pflanzenschmuck für ein Väselibouquet eignet sich, was gefällt und gerade wächst. Zu den Frühblühern im März gehören etwa Märzenbecher, Krokusse, Schneeglöckchen, Primeli, Stiefmütterchen, Forsythien, Hasel, Vogelmie, Hyazinthen, Weidekätzchen, Duftveilchen und Kornelkirsche. Auch jede Art von Gräsern und Immergrün wie zum Beispiel Farn- oder Lorbeerzweiglein sind eine Bereicherung für das Arrangement.





Schweizer Genuss seit 135 Jahren!



Der beliebteste
Senf der

SCHWEIZER



Love,

THOMY

EI, EI, ZAUBEREI

**Das Verzieren von Ostereiern bezaubert Gross und Klein.
Vier Ideen, die wenig Aufwand und ganz viel Osterfreude machen.**

Spitze Idee

Gefärbte Ostereier lassen sich mit Spitzenbändern und etwas Fingerspitzengefühl in Schmuckstücke verwandeln. Zwei, drei Leimtupfer auf das Band geben, um das gefärbte Ei legen, leicht andrücken und die beiden Enden mit Leimtupfern befestigen.



GANZ NATÜRLICH

Blätter und Blüten eignen sich bestens, um Ostereier zu verzieren. Diese anfeuchten und auf den gekochten Eiern platzieren. Mit Gaze oder Strumpf fixieren und die Eier ins Farbbad geben. Sobald die gewünschte Farbintensität erreicht ist, Eier herausnehmen, Gaze samt Blatt oder Blüte entfernen.



BATIKOPTIK

In den 1970er-Jahren war Batik gross in Mode. Das Schöne an dieser Färbemethode ist, dass der Zufall mitspielen darf. Die Eier werden von Hand partiell in das Farbbad getaucht. Durch verschieden lange Tauchgänge entstehen batikartige Muster. Nach Belieben können die Eier zuvor mit Gummibändern umwickelt werden. So lassen sich zusätzliche Muster kreieren.



KLEINKUNST

Ostereier bemalen macht Kindern mega Spass. Zum Bemalen Lebensmittel- oder Spezialfarben verwenden, da die Farbe durch die feinen Poren der Eierschale nach innen dringen kann. Ansonsten sind der Fantasie kaum Grenzen gesetzt. Für ganz kleine Künstler, die noch Schwierigkeiten haben, ein Ei festzuhalten, können auch verschiedene Farben in Schälchen gegeben werden, sodass die Kleinen die Eier darin herumwälzen können. Zwischendurch trocknen und eventuell mit Gummibändern Muster kreieren.

ZUCCHINI- LASAGNE

Eine erfolgreiche Tour beim Schneelaufen in den Bergen zelebrieren Salome und Daniel Mayer aus Allschwil BL am liebsten mit einer wärmenden, herzhaften Zucchini-Lasagne.

ZUCCHINI-LASAGNE

FÜR 4-6 Personen

ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

BACKEN ca. 40 Min.

Für eine Gratinform von ca. 2 Litern, gefettet

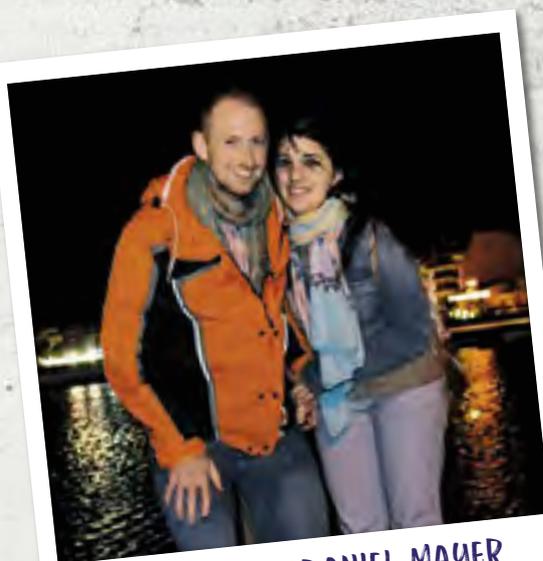
- 2 EL Olivenöl
- 1 kg Zucchini, in Scheiben
- 3 Bund Kräuter z. B. Peterli, Rosmarin, Basilikum, fein gehackt
- 3 dl Gemüsebouillon
- Salz, Pfeffer

BÉCHAMELSAUCE

- 100 g Butter
- 100 g Mehl
- 7,5 dl Vollmilch
- 1 Vanillestängel, ausgekratzte Samen
- Salz, Pfeffer

- 12 Lasagneblätter
- 120 g Grana-Padano-Reibkäse

1. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zucchini kurz andämpfen, mit Bouillon aufgiessen und etwa 10 Minuten köcheln. Die Zucchini sollten noch Biss haben. Kräuter daruntermischen, würzen.
2. Für die Béchamelsauce die Butter in einem Kochtopf zerlassen, Mehl beigegeben, zusammenfügen. Milch dazugiessen, ca. 15 Minuten unter Rühren köcheln, Vanillesamen daruntermischen, würzen.
3. Gratinform abwechselnd mit Béchamelsauce, Lasagneblätter und Zucchini lagenweise einfüllen. Mit Béchamelsauce abschliessen und mit Reibkäse bestreuen.
4. In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 40 Minuten backen.



SALOME UND DANIEL MAYER
AUS ALLSCHWIL, BL

Ihre Freizeit verbringen Salome und Daniel gern in den Bergen. Unter der Woche liebt es Salome Mayer, nach der Arbeit in die Rezeptwelt einzutauchen und an eigenen Kreationen zu tüfteln. Für den Einkauf fährt sie oft mit dem Velo Richtung Therwil, wo sich ihr Lieblings-Volg befindet. Dabei schwelgt sie in Kindheitserinnerungen, da sie früher während der Ferien in Scuol im Volg einkaufen ging. Für Salome Mayer ist das Poschten im Volg darum immer auch ein bisschen Ferien.

MACHEN
SIE MIT!

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-Mitbewohnern
oder Ihrem Partner – an
Medienart AG, «Öise Lade»
Leserrezep, Aurorastrasse 27,
5000 Aarau oder
oese.lade@volg.ch



Starke Partner!

tetesept:

Deine Rundum-Versorgung von tetesept.



tetesept.ch

Produkte in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht alle erhältlich.

GENIESSE DAS LEBEN!

100% WIRKSAMKEIT

AJAX



Mit dem E-Bike in den Frühling

Fahren Sie mit Knoppers und etwas Glück dem Frühling entgegen: Als Hauptpreis gibt es ein E-Mountainbike von Flyer zu gewinnen!



Die Natur erwacht und damit die Lust, sich in den Sattel zu schwingen. Kurzer Zwischenstopp im Volg und schon gehts dem Frühling entgegen – den Wind um die Ohren, im Gepäck ein paar feine Pausen-Snacks: Energiespender von Knoppers.

In den beliebten Knoppers Riegeln steckt alles, was Power gibt und schmeckt: luftig-leichte Waffeln, feine Milchcrème und Vollmilchschokolade. Zur Auswahl stehen der klassische Knoppers Nuss Riegel mit Haselnüssen oder der neue Knoppers Kokos Riegel. Ideal für Biketouren, Wanderungen oder ein Picknick am See.

Lesen Sie den Knoppers-Artikel im «Chuchichäschтли» auf Seite 5 und gewinnen Sie mit etwas Glück ein Elektro-Mountainbike inklusive «Fan-Päckli» des neuen Knoppers Kokos Riegel!

Wettbewerbsfrage

Nach welcher Frucht schmeckt der neue Knoppers Riegel?

- A Ananas
- B Maracuja
- C Kokos

1. Preis im Wert von Fr. 4000.-

Ein E-Mountainbike «Uproc1» von FLYER mit leichtem Rahmen, Bosch Performance Line CX Antrieb, 625-Wh-Akku. Dazu gibts ein Knoppers-Fan-Päckli (siehe unten).

2.-30. Preis im Wert von Fr. 140.-

«Knoppers Kokos Riegel»-Sommer-Fan-Päckli mit Badetuch, Luftmatratze inkl. Pumpe, Drybag-Rucksack und natürlich den Knoppers Kokos Riegeln zum Probieren.

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

Teilnahme vom 1. März bis 25. März 2021.

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

Knoppers
Riegel

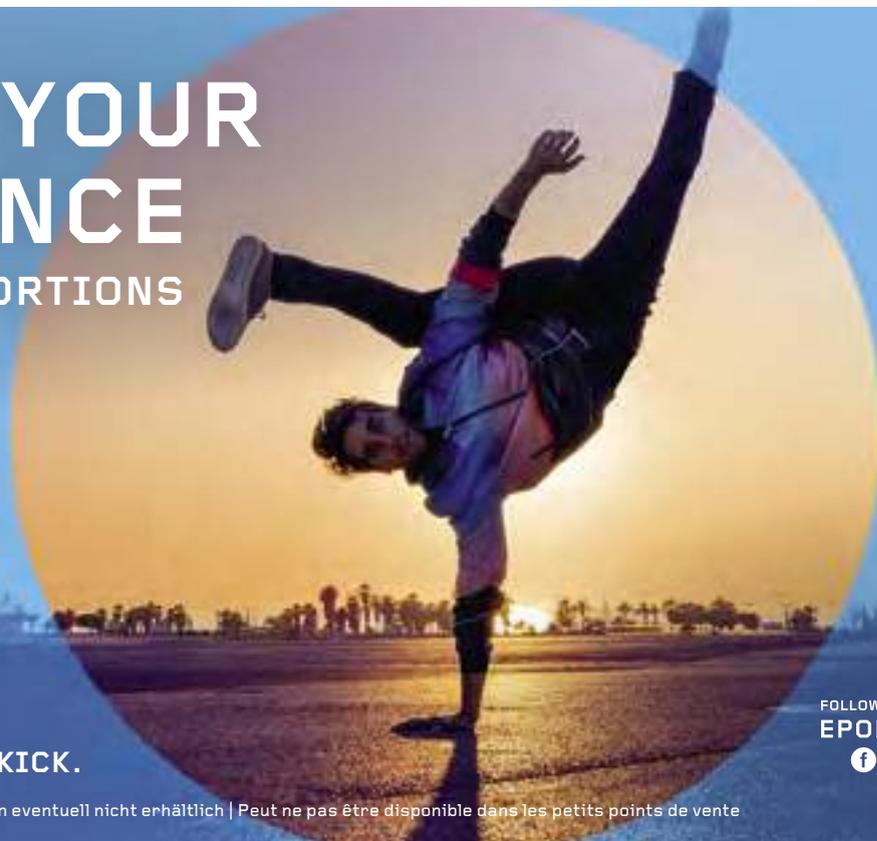
CHOOSE YOUR EXPERIENCE

ALL WHITE SNUS PORTIONS



LIP UP. EPOK IN. FEEL THE KICK.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich | Peut ne pas être disponible dans les petits points de vente



FOLLOW US ON:
EPOK.CH



Dieses Tabakerzeugnis kann ihre Gesundheit schädigen und macht abhängig.
Ce produit du tabac peut nuire à votre santé et crée une dépendance.
Questo prodotto del tabacco può nuocere alla tua salute e provoca dipendenza.



JETZT AKTUELL



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

RÄTSELN UND GEWINNEN!

versteckt die Oster-eier	kurze, witzige Spiel-szene	süd-korean. Hptst.	↘	Fahr-gestell	↘	engl. Bier-sorte	sozial-demokr. Partei d. Schweiz	↘	Halbton unter G	Mit-glieds-zahlung	kurze Kleider-länge	stoppen, aufhören
↙	↘		● 4						Abk.: Body-Mass-Index	↘	↘	↘
pflanzl. Lebens-mittel		Gewürz-pflanze		ost-schweiz. Berg-massiv	↘					↘	● 6	
↙					● 2		argentin. Steppe	dt. Vorsilbe	europ. Fluss	↘		
Bergein-schnitt	↘			Mütter in der Kinder-sprache	↘	Runde in einem Spiel						
Abk.: Chemin de fer du Jura			Greif-vogel	↘					seitene Augen-farbe		Ge-wichts-einheit	
↙						Sitz-streik (engl., 2 W.)		Palästi-nenser-stadt	↘			↘
Vorn. v. Gott-schalk	würziges Wild-gemüse		ital. Stadt u. Provinz		Gemüse-pflanze	↘				● 9		
röm. Name v. Basel	↘							exot. Früchte		Abk.: Neues Testa-ment	↘	
Back-gewürz	↘				voll-bracht, fertig		Indo-germane	↘			● 3	
ausein-ander-bringen		Not, Misere		schweiz. Olympia-siegerin (Ski)	↘	● 7				Sing-vogel	↘	
↙	● 5							Vorn. v. Cu-che	frz. Artikel			kurze Hose
↙				Faust-kämpfer	↘		unter-schied-lich	↘		● 8		
Kurz-form von Ulrike			Grund-zahl, -linie (math.)	↘				rein, unver-fälscht			Back-treib-mittel	
Bündnis	↘			● 1		Dort-munder Fussb.-verein		Wider-hall	↘			
Daten-träger	↘		Abk.: Rhode island		schweiz. Müesli-erfinder † 1939	↘						
↙		Skat-begriff	↘		ital. Provinz-kennz.: Venedig	↘		Bro-schüre	↘			
Frauen-wäsche-stück	tradit. Bündner Gebäck	↘								Roman von Stephen King (dt.)	↘	

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 drei Melitta® SOLO® Chili-red Kaffeevollautomaten im Wert von je Fr. 450.-.

Die Melitta® SOLO® konzentriert sich auf das, was einen guten Kaffeevollautomaten ausmacht: puren Kaffeegenuss, maximales Aroma und satte Crema. Mit einer Breite von nur 20 cm zählt die Melitta® SOLO® zu den kleinsten Kaffeevollautomaten der Welt. Und bietet doch genug Platz für hochwertige Melitta-Technik. Weitere Infos unter: www.melitta.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 1. März bis 25. März 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?

Brotkruste



im Schwyzerischen

Rinde

im Züribiet

Röift

in Romanischbünden

la crusta-paun

im Bernbiet

Schwaarte

im Aargauischen

Rintsche

im Wallis

Grischte

im Baselbiet

Ramf(t)

im Bündnerland

Krusta

VORSCHAU «ÖISE LADE» APRIL



Mit Leichtigkeit
Zutaten wie Quark,
Hüttenkäse, Poulet
und Co. machen
frühlingsfrisch fit.



Aus der Backstube
Süss oder pikant:
Diese Cakes kommen
als Dessert oder
beim Apéro gut an.

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



Frohe Ostern



-35%
AKTION
CHF 12.90
statt CHF 19.90
Ostermischung, 1 kg

-37%
AKTION
CHF 12.50
statt CHF 19.90
Oster-Eiil, assortiert, 1 kg

Aktion gültig
22.02. – 28.02.2021

Aktion gültig
15.03. – 21.03.2021

Hiestand[®]

WÜNSCHT FROHI OSTERE.

1.-7.3.2021

AKTION
CHF 3.80

360 G (100 G = CHF 0.76)



IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH.