

APRIL 2022

ÖISE LADE

KOCHEN, ENTDECKEN, ERLEBEN: DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG

CHEESECAKE

Verblüffend anders: Neue Ideen für einen alten Bekannten

VOLG JASS

Jetzt anmelden und in fünf Regionen um tolle Preise jassen



FEINE OSTERN!

Herzig, herzhaft und ganz schön süß: Ideen fürs Ostermenü

Volg
frisch und fründlich



FÜR BESSERER.

(Wär)schafft, wird hungrig

Der währschafte Salat (für unterwegs)



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

INHALT



12

Öisi Chuchi
Ideen fürs Ostermenü,
die sonnige Laune machen



44

Öisi Chuchi
Cheesecake und Quarkkuchen:
klassisch und erfrischend anders



26

Saison für Rhabarber
Vier schnelle Rezepte
mit dem Frühlingsboten



60

NATURENA
Spiel, Spass und Tradition: Der Volg
Jass geht in die nächste Runde

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

Während sich Kinder an Ostern vor allem auf das Suchen des Osternests freuen, ist das Frühlingsfest für manche Hobbyköchin und manchen Hobbykoch ein willkommener Anlass, Gäste wieder einmal auf ganz besondere Art zu verwöhnen. Frühlingsfrische und festliche Ideen vom Apérohäppchen bis zum süssen Kuchentraum aus Frischkäse finden Sie in diesem «Öise Lade». Bereiten Sie an Karfreitag traditionell Fisch zu? Mit den Frischfischen aus dem Volg setzen Sie in jedem Fall auf einen Schweizer Fisch, der unserer Umwelt zuliebe aus dem nahen Thurgau in Ihren Dorfladen gelangt. Lesen Sie mehr dazu auf Seite 34. Ich persönlich freue mich besonders, dass wir dieses Jahr wieder zwei beliebte Traditionsanlässe durchführen können: Melden Sie sich jetzt für den «Volg Jass 2022» auf den NATURENA Erlebnishöfen oder Ihre fussballbegeisterten Kids für «Das grosse Volg-Dorfturnier» an. Mehr Informationen finden Sie auf Seite 57 und Seite 60. Ich wünsche Ihnen frohe Ostern und viel Freude beim Lesen.



frisch und fründlich

Philipp Zraggen

Philipp Zraggen
Vorsitzender der Geschäftsleitung

- 5 **CHUCHICHÄSCHTLI**
Monatshits und Saisontipps
- 12 **ÖISI CHUCHI**
Ostern wird ein Gaumenfest
- 26 **SAISON FÜR ...**
Rhabarber
- 29 **TRAUMPAAR**
Käse und Wein des Monats
- 31 **WEIN-AKTIONEN**
Jetzt profitieren
- 33 **ÖISE FAVORIT**
Frey's «Wild & Ruch»
- 34 **ÖISI UMWÄLT**
100% Schweizer Frischfisch
- 37 **NEU IM VOLG**
Entdecken und ausprobieren
- 40 **TYPISCH SCHWEIZ,
TYPISCH VOLG**
Volg Frischbackgipfeli und -Zopf
- 43 **ÖISI MARKE**
Volg-Mehle
- 44 **ÖISI CHUCHI**
Hoch lebe der Cheesecake!
- 52 **FEINS VOM DORF**
Schoggihasen aus Meikirch BE
- 55 **ÖISE FAVORIT**
Appenzeller «Quöllfrisch»
- 57 **CHURZ & FÜNDIG**
Neues aus der Volg-Welt
- 59 **ÖISI DEKO**
Sackstarke Blumenvase
- 60 **NATURENA**
Volg Jass 2022
- 63 **NATURENA-KURSE**
Die neuen Kurse im Mai
- 64 **LESERREZEPT**
Penne al Wodka
- 67 **WETTBEWERB**
Gewinnen mit Findus
- 69 **KREUZWORTRÄTSEL**
Mitmachen und gewinnen
- 70 **CHRUT & RÜEBLI**
Mundartlexikon: Hahn
Vorschau
Impressum

Hero
DELICIA

20% RABATT
vom 18.04. bis 24.04.2022

DEIN KLEINES MORGENGLÜCK

JETZT IM
NEUEN DESIGN!



JETZT NEU!

Hero DELICIA Weniger Zucker
60% Frucht - 30% weniger Zucker.
Ohne Süßungsmittel.



NEU AB MAI
BEI VOLG!

CHUCHICHÄSCHTLI



DE GRÜNEN DUUME

Saisonstart für Erbsenzähler

Sie sind süss und darum auch bei Kindern beliebt: Erbsen und Zuckererbsen alias Kefen. Beide Gemüse lassen sich prima auf dem Balkon ziehen. Die hübschen Pflanzen sind pflegeleicht und helfen sogar, die Topferde vom vergangenen Jahr wieder aufzubereiten. Allerdings dürfen keine Pflanzen derselben Familie, also Bohnen, darin gewachsen sein. Je nach Sorte erfolgt die Aussaat von März bis Mai. Geerntet wird zwei bis drei Monate später. Etwa vier Stunden Sonne pro Tag sind ideal. Hitze vertragen Erbsen nicht. Niedrige Sorten mit einer Höhe bis zu 50 cm fühlen sich in einem Gefäss mit 10 cm Tiefe wohl, zum Beispiel in einem Blumenkistli. Für höher wachsende Sorten empfiehlt sich ein Topf mit rund 30 cm Tiefe oder ein Hochbeet. Im Blumenkistli wird nur eine einzelne Reihe gesät, mit einem Abstand von 5 cm von Erbse zu Erbse. Im Hochbeet ist ein Abstand von 8 cm in alle Richtungen ideal. Tipp: Erbsen sind zwar keine Vieltrinker, mögen aber regelmässige Wassergaben.



VOLG OSTERHASENGUETZLI

BUTTERZART UND 8000 SÜSS!

Psst... Die süssesten Häslü für Guetzlifans? Die gibt es jetzt im Volg! Fast zu herzig zum Anknabbern und zu gut, um nur eines zu essen. Die neuen Volg Osterhasenguetzli aus butterzartem Mürbeteig mit dunklem Schoggiboden, dekoriert mit farbigen Streuseln, sind die perfekte Osternascherei für Klein und Gross. 320 Gramm stecken in der Packung. Da gibt es ein paar zur Vorfreude aufs bevorstehende Frühlingsfest, ein paar zum Nachmittagskafi mit der besten Freundin, ein paar zum Zvieri für die Kinder und ihre Gspänli... Bis man sie alle vernascht hat und sich im Volg noch eine Packung davon holt - fürs Osternestli oder zur essbaren Tischdekoration am Osterbrunch. Und, psst: Natürlich hoppelt das Volg Osterhasenguetzli in der Schweiz vom Backblech in die Verpackung und wird mit nachhaltigem Kakao hergestellt!



TRICK 77 Glatte Sache

Speisequark lässt sich ganz einfach aus der Plastikschale lösen, indem man mit einem spitzen Messer zwei Mal in den Boden sticht. Anschliessend den Deckel abziehen, die Packung umdrehen und den Quark im Ganzen in die Rührschüssel gleiten lassen. Mit diesem genialen Trick entfällt das lästige Auskratzen mit einem Löffel und: Rückstände und Lebensmittelverschwendung gibt es somit auch keine.



Wir waren nie transparenter.

Stolz darauf Teil von B Corp zu sein.
Erfahre mehr darüber unter www.evian.com



Diese Flaschen bestehen aus 100% recyceltem PET, Deckel und Etikett ausgenommen.

CHUCHICHÄSCHTLI



RÜEBLISCHALEN-CHIPS

RÜBIS & STÜBIS

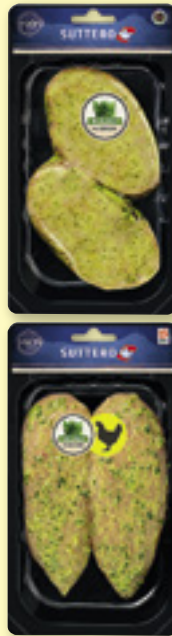
Rüebli gehören zu Ostern wie Schoggihasen. Meist werden sie zu einer feinen Rüebli-torte verarbeitet oder zu einer farbenfrohen Gemüsebeilage. Aus den sogenannten Rüstabfällen, also den Rüeblichalen, lassen sich feine Chips zaubern. Dafür die Rüebli gründlich waschen, trocknen und rüsten. Die Schalen mit etwas Öl, Salz, Pfeffer und Gewürzen nach Belieben mischen. Den Ofen auf 140°C Umluft vorheizen, die Rüeblichalen gut verteilt auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und ca. 40-50 Minuten im Ofen backen.



SPEZIALITÄTEN IM APRIL

Bärlauch-Steak und Bärlauch-Pouletbrust

Der Sommer kann kommen! Ab April erwarten Sie im Volg wieder jeden Monat neue Fleischspezialitäten, die sich zum Grillieren eignen, aber natürlich auch aus der Pfanne wunderbar schmecken. Freuen Sie sich dabei jeweils auf eine neue raffinierte Marinade! Diesen Monat gibt der Frühlingsbote Bärlauch den Ton in der Marinade bei den Schweinsnierstück-Steaks und den zarten Pouletbrüsten an. Beide Spezialitäten sind im April im Volg erhältlich und aus Schweizer Fleisch.



«Aprilsturm
und Regenwucht
kündet
Wein und goldene
Frucht.»

Bauernregel im April



OSTERBRUNCH

EI, EI, EI ...

Gefüllte Eier waren in den 1970er-Jahren *der Party-Renner* schlechthin. Eigentlich unverständlich, dass die Fingerfood-Klassiker etwas aus der Mode geraten sind. Schnell zubereitet, begeistern sie nämlich die ganze Familie. Daher muss ein Revival her! Hartgekochte Eier längs halbieren und die Eigelbe herausnehmen. Nach Belieben mit fein gehacktem Thon, Räucherlachs, Cornichons, Crème fraîche oder Mayonnaise zu einer homogenen Masse verrühren und mithilfe eines Spritzsacks in die leeren Eihälften geben. Vor dem Servieren mit frischen Kräutern garnieren. Thunfisch-Eiercrème in die Ausbuchtungen der Eier füllen.

DEINE EXTRA- PORTION LACHEN



Neu im Kühlregal
mit **100%**
milchbasierten Zutaten*

*Rundschachtel



**LA VACHE QUI RIT
WÄHLE EIN LACHEN!**

**In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



GUT ZU WISSEN

RHABARBER

Rhabarber ist einer der ersten einheimischen kulinarischen Frühlingsboten.

Vier Ideen, was man aus den rot-grünen Stängeln und weiteren Zutaten aus dem Volg zaubern kann, stellen wir Ihnen auf Seite 26 vor. Nachfolgend ein paar Wissensbisse zu dem beliebten Gemüse. Und ja, richtig gelesen: Der Rhabarber ist ein Gemüse, auch wenn er meist süss zubereitet wird.

- Aufbewahren: Die frischen Stängel im Gemüsefach des Kühlschranks lagern, am besten in ein feuchtes Baumwolltuch gewickelt.
- Schälen: Mit einem scharfen Messer am oberen Ende an einer festen Faser ansetzen und diese nach unten abziehen. Diesen Vorgang wiederholen, bis sich keine Fäden mehr ziehen lassen.
- Konservieren: Die einfachste Methode, die Rhabarbersaison zu verlängern, ist, die Stängel in Stücke zu schneiden und einzufrieren.
- Rüsten: Die Blätter sind nicht zum Essen geeignet, da sie viel Oxalsäure enthalten, die zur Bildung von Nieren- und Blasensteinen führen kann.
- Apropos Säure: Rhabarbergerichte nicht mit Aluminiumfolie abdecken oder in Aluschalen aufbewahren. Die starke Säure löst das Metall.

CHEESE-CHAMPION WELTMEISTER SEINES GESCHMACKS

In Ihrem Volg ist jetzt ein echter Weltmeister zu Gast, und den sollten Käseliebhaber unbedingt kennenlernen! Der Gallus Grand Cru aus dem Familienbetrieb Hardegger im Toggenburg stach am World Championship Cheese Contest 2020 nämlich alle seine Mitbewerber aus und holte in der Kategorie «Halbhartkäse» die Goldmedaille. Über alle Kategorien hinweg wurde er erst noch Vizeweltmeister. Wow, was für ein Schweizer Käse! Ist es die frische Heumilch, aus der der Gallus Grand Cru gekäst wird, sein uriger Geschmack, die liebevolle Pflege oder das besondere Klima der Affinage, das ihn so einzigartig macht? Finden Sie jetzt selbst heraus, wie der amtierende Weltmeister schmeckt. Mehr über diesen Käse-Champion lesen Sie auf Seite 29. Übrigens: Der Wettbewerb für Käse-Spezialitäten ist ein Anlass mit langer Tradition. Er wird seit 1957 alle zwei bis drei Jahre durchgeführt.



WETTBEWERB, SEITE 67

Grünes Gewissen für die ganze Familie

Voller Burger-Genuss ganz ohne Fleisch? Das geht! Im neuen Plant Based Burger von Findus Green Cuisine steckt nämlich hochwertiges Erbsenprotein statt herkömmlichem Hackfleisch. Die goldgelben Plant Based Nuggets hingegen sind aus wertvollem Weizenprotein: Das pflanzliche Eiweiss enthält weniger Fett, dafür umso mehr Veggie-Power. «Findus» verzichtet bei seiner «Green Cuisine»-Linie ganz bewusst auf die Verwendung von Sojaprotein, da dieses beim Anbau einen – im Vergleich zu anderen Pflanzenproteinen – sehr hohen Flächenverbrauch hat. Gut für die Umwelt, gut für das Gewissen. Und der Geschmack: unwiderstehlich durch die Verfeinerung mit aromatischen Gewürzen und Kräutern. Dazu ein cremiger Dip – und das Fingerfood-Glück ist perfekt.

It all starts with a
NESCAFÉ

ENTDECKEN SIE JETZT
NESCAFÉ GOLD BIO

RESPEKTVOLLER
ANBAU,



VON EXPERTEN
HERGESTELLT.

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Volg

CHUCHICHÄSCHTLI

OSTEREIER NATÜRLICH FÄRBEN

Keine Frage: Zu Ostern gehören farbige Eier. Um die Farbpalette zu erweitern, reicht der Gang in die Küche oder die Natur. Für eine blauviolette Färbung sorgen Rotkohl, Randen, Heidel- oder Holunderbeeren, grün werden sie dank Spinat, Peterli oder Brennnesseln. Safranpulver färbt gelb, für einen rostbraunen Farbton Zwiebelschalen verwenden. Feste oder auch tiefgefrorene Lebensmittel zuerst klein schneiden oder pürieren, zu einem Sud aufkochen, abseihen und abkühlen lassen. Weisse Eier 10 Minuten hart kochen, erkalten lassen und mit Essigwasser abreiben. Die Säure öffnet die Poren und sorgt dafür, dass die Schale die Farbe besser aufnehmen kann. Die gekochten Eier mehrere Stunden oder noch besser über Nacht ins Farbbad geben, auf einem Gitter trocknen lassen und für ein glanzvolles Finish mit etwas Speiseöl einreiben.



EXTRA PFIFF ZU FISCH

G CUVÉE DE BLANCS PRESTIGE, SCHWEIZ, 2020

Fisch ist fester Bestandteil der Frühlingsküche und gehört zudem in vielen Haushalten an Karfreitag traditionell auf den Tisch. Aus dem Einmaleins des Weinwissens hat man sich gemerkt: «Zu Fisch auf dem Teller hol' Weisswein aus dem Keller.» Obschon der passende Rotwein besonders zu kräftigem Fisch längst nicht mehr als Fauxpas gilt, ist ein frischer Weisswein immer noch die sicherste Wahl.

Seine prägnante Säure verleiht Fisch einen extra Pfiff! Der Weisswein sollte das zarte Aroma des Fisches keinesfalls übertrumpfen. Vielschichtig, aber nicht zu dominant präsentiert sich der G Cuvée de Blancs Prestige. Aromen von grünen Äpfeln, weissen Blüten, Pfirsich, Zitrus und Honig im Bouquet, der Körper fein strukturiert mit Frucht und Schmelz – mit diesem Westschweizer Weisswein liegen Sie bei Fisch goldrichtig. Die moderne Assemblage bietet Weinautorin Chandra Kurt «perfekte Gaumenunterhaltung», wie sie im «Weinseller 2022» schreibt. «Bunt, frivol, spassig und locker.» Zusammen Nachtessen kochen und sich von Wein inspirieren lassen, lautet ihr Tipp. Und wenn es mal kein Fisch sein soll? Der Wein passt zu jedem Apéro ebenso wie zu Poulet, Kalbfleisch oder Gemüsegerichten.



75 cl, 17 Punkte*, Fr. 13.50

*speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis

Anzeige

Cheesecake „Cookie Dough Style“

Portionen ca. 12 Stücke

Zubereitung ca. 1 Std.

Gesamtzeit ca. 5 Std.

1 | Biskuits fein zerbröseln, mit flüssiger Butter und Schokotropfchen mischen. Ca. 1/3 des Teigs als Boden in eine geölte Springform (22 cm Ø) geben, andrücken und ca. 15 Minuten kalt stellen. Rest Teig mit 50 g Philadelphia vermengen, ca. 12 kleine Eier daraus formen und kalt stellen.

2 | Rest Philadelphia mit Zucker cremig rühren. Rahm halbsteif schlagen. Agar-Agar mit 100 ml Wasser verrühren und aufkochen. 1/2 Philadelphia-Creme mit der Agar-Agar-Mischung verrühren und anschließend unter die restliche Creme heben. Rahm unter die Creme heben.

3 | 250 g Erdbeeren putzen, längs halbieren und mit der Schnittfläche nach außen entlang des Rands auf dem Cookie-Boden verteilen. Creme einfüllen und die Springform leicht auf die Arbeitsfläche klopfen, damit Luftbläschen entweichen können. Cheesecake für mindestens 4 Stunden kalt stellen.

4 | Restliche Erdbeeren putzen und vierteln. Cheesecake mit Cookie-Dough-Eiern und Erdbeeren dekorieren.

Zutaten

200 g Löffelbiskuits
150 g flüssige Butter
100 g Vollmilch-Schokotropfchen
525 g Philadelphia Nature
100 g Zucker
500 g Rahm
1 Pck. Agar-Agar (à 15 g)
300 g Erdbeeren
Öl für die Form



weitere Rezepte auf philadelphia.ch

**ZWEIERLEI MOUSSE
MIT ROHSCHINKEN**

Ein lockerer und luftiger
Start ins Ostermenü: die
Vorspeise aus Meerrettich,
Randen und Vollrahm.
Rezept auf Seite 23



OSTERN WIRD
EIN GAUMENFEST



**BLÄTTERTEIGHÄSLI
MIT LACHS-SPINAT-
MASCARPONE-FÜLLUNG**
Zum Apéro, als Vorspeise oder
auch zum Brunch gibts herzig-
herzhafte Häsli. Das Rezept
dazu auf Seite 23.

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

**Für die Gäste nur das Beste? Mit diesen Menü-Ideen wissen Sie,
wie der Hase an Ostern richtig gut läuft! Zarte Frühlingsblumen und ein
Tisch in Gelb verbreiten zusätzlich Festlichkeit und sonnige Laune.**



SPARGELSUPPE MIT VERLORENEM EI

FÜR 4 Personen als Vorspeise
ZUBEREITEN ca. 35 Minuten

SUPPE

- 1 **Zwiebel**, fein gehackt
- 1 EL **Butter**
- 250 g **grüner Spargel**, Enden geschält, in Stücken
- 1 dl **Weisswein**
- 7 dl **Gemüsebouillon**

CROÛTONS

- 1 **Knoblauchzehe**, fein gehackt
- 1 EL **Butter**
- 2 **Toastbrot**scheiben, in kleinen Würfeln
- ½ TL **Salz**

VERLORENES EI

- 1 Liter **Wasser**
- 2 EL **Weissweinessig**
- 4 **Eier**
- Wenig **Salz, Pfeffer**

1. Zwiebel in der Butter andämpfen. Spargelstücke beigegeben, mitdämpfen. Wein dazugießen, aufkochen. Bouillon dazugießen und ca. 15 Minuten köcheln. Einige Spargelspitzen herausnehmen, beiseitestellen. Restliche Suppe fein pürieren, würzen.
2. Knoblauch in der Butter andämpfen, Toastbrotwürfel beigegeben, rundum goldbraun braten, salzen.
3. Wasser und Essig in einer weiten Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren. Jedes Ei einzeln

in einer Tasse aufschlagen und sorgfältig ins leicht siedende Wasser gleiten lassen.

3–5 Minuten knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Herausnehmen, abtropfen, auf einer Platte warm stellen.

4. Suppe mit Spargelspitzen, Croûtons und Eiern anrichten, würzen.

ÖISE TIPP

Verlorene Eier werden auch als pochierte Eier bezeichnet. Die Zubereitung erfolgt jeweils mit zuvor einzeln in eine Tasse aufgeschlagenen Eiern in knapp siedendem Kochwasser mit einem guten Schuss Essig darin. Der Essig bewirkt, dass das Eiweiss besser gerinnt und es sich nicht vollständig im Wasser verteilen kann.

**FRÜHKARTOFFEL-
CANAPÉS**

Belegt mit Rauchlachs,
Tête de Moine und Speck:
Die Kartoffel beweist,
wie elegant sie sich als
Fingerfood macht.
Wer es klassisch mag,
wählt als Unterlage einfach
Toastbrot.
Rezept auf Seite 23



FRISCHE VITAMINE
AUS DEM KÜHLREGAL



AKTION

25% AUF ALLE ANDROS FRISCHSÄFTE
VOM 05.04. BIS 17.04.2022





LAMMIERSTÜCK MIT NUSSKRUSTE UND KRÄUTERPOLENTA

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

BACKEN ca. 15 Minuten

NUSSKRUSTE

50 g Butter, weich

50 g Haselnüsse, fein gehackt

1 EL Paniermehl

½ Bund Peterli, fein gehackt

1 TL Salz, Pfeffer

LAMM

4 Lammierstücke

Bratbutter zum Braten

Salz, Pfeffer

KRÄUTERPOLENTA

1 Liter Gemüsebouillon

2 Lorbeerblätter

200 g feinkörnige Polenta

20 g Butter

½ Bund gemischte Kräuter, z.B. Peterli,

Schnittlauch, fein geschnitten

Salz, Pfeffer

1. Butter mit den restlichen Zutaten gut mischen, zugedeckt kühl stellen.

2. Lammierstücke in der heissen Butter beidseitig je ca. 2 Minuten anbraten, würzen. Auf eine vorgewärmte Platte legen. Kern-temperaturmesser an der dicksten Stelle des

Fleisches einstechen. Nussmasse darauf verteilen. In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 15 Minuten fertigbraten, bis die Kerntemperatur ca. 55–60 °C beträgt.

3. Bouillon mit Lorbeerblättern aufkochen, Hitze auf kleinste Stufe reduzieren. Polenta unter Rühren einrieseln lassen, zugedeckt 10 Minuten köcheln lassen, dabei zwischendurch mit einer Holzgabel rühren. Butter und Kräuter begeben, würzen.

ÖISE TIPP

Dazu passen gebratene grüne Spargeln, gedämpfter Spinat oder Rübli.

KLIMANEUTRAL

VON DER QUELLE BIS ZU DIR

VALSER   **CLIMATE NEUTRAL**
by Swiss Climate



Erfahre alles über
unser klimaneutral
hergestelltes VALSER:
valser.ch



5.40 CHF

statt 7.95 CHF

Valser Prickelnd, Valser Still und
Valser Still Calcium + Magnesium, 6 x 1,5 L*

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich. Gültig von Montag, 04.04. bis Samstag, 09.04.2022, solange Vorrat.

MORCHEL-LASAGNE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 50 Minuten
BACKEN ca. 30 Minuten
Gratinform

BÉCHAMELSAUCE

- 2 EL Butter
- 2 EL Weissmehl
- 2 dl Gemüsebouillon
- 180 g Crème fraîche
- Salz, Pfeffer

FÜLLUNG

- 2 Zwiebeln, fein gehackt
 - 1 EL Olivenöl
 - 60 g getrocknete Morcheln, in kaltem Wasser eingeweicht, ausgedrückt, evtl. halbiert, gewaschen
 - 1 dl Weisswein
 - 1 dl Gemüsebouillon
 - 200 g tiefgekühlte Erbsen
 - 2 Zucchini, in Streifen
 - Salz, Pfeffer
- Ca. 12 Lasagneblätter
100 g Reibkäse, z. B. Emmentaler/Gruyère

1. Butter erhitzen, Mehl beigegeben, kurz anschwitzen. Bouillon dazugeben, aufkochen, ca. 20 Minuten köcheln lassen. Crème fraîche darunterühren, würzen.
2. Zwiebeln im Öl andämpfen, Morcheln beigegeben, mitdämpfen. Wein dazugießen, aufkochen. Bouillon, Erbsli und Zucchini beigegeben, ca. 10 Minuten köcheln, würzen.
3. Gratinform abwechselnd mit Béchamelsauce, Lasagneblätter und Gemüse lagenweise einfüllen. Mit Béchamelsauce abschliessen und mit Reibkäse bestreuen.
4. Gratinieren: 20-30 Minuten in der Mitte des auf 220 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze).



LACHSFORELLENFILETS AUF RÜEBLI-STAMPF MIT PROSECCO-SCHAUM

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 45 Minuten

RÜEBLI-STAMPF

- 200 g mehlig kochende Kartoffeln, in Stücken
- 500 g Rüebl, in Stücken

- 0,5 dl Halbrahm
- 1 EL Butter
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- ½ Bund Peterli, fein gehackt

FISCH

- 4 Lachsforellenfilets
- 2 EL Mehl
- Bratbutter zum Braten
- Salz, Pfeffer

PROSECCO-SCHAUM

- 2 dl Prosecco oder anderer Schaumwein
- 2 dl Halbrahm
- Salz, Pfeffer
- 30 g Butter, kalt, in Stücken

1. Kartoffeln und Rüebl in siedendem Salzwasser ca. 20 Minuten weich kochen. Abgiessen, zurück in die Pfanne geben und ausdampfen. Dann durch ein Passevite treiben, mit Rahm und Butter mischen, würzen. Peterli darüberstreuen.
2. Lachsforellenfilets beidseitig im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. Fischfilets in der Bratbutter beidseitig je ca. 3 Minuten anbraten, würzen und warm stellen.
3. Schaumwein auf die Hälfte einkochen, Rahm beigegeben, aufkochen und würzen. Dann Butter nach und nach mit dem Schwingbesen darunterühren, bis die Sauce bindet. Kurz vor dem Servieren mit dem Stabmixer aufschäumen.
4. Fischfilets auf dem Rüeblstampf anrichten, wenig Prosecco-Schaum darüberträufeln, Rest der Sauce separat dazu servieren.

Frohe Ostern

5.95

HASE FLORIAN

Milch
200 g



5.95

7 CAMILLE BLOCH KIRSCH-EILI IM SÄCKLI

140 g



7.40

LINDT GOLDHASE FLOWER

200 g



5.90

HASEN-MÄDCHEN NINA

140 g



3.95

VOLG OSTERHASEN-GUETZLI

320 g



8.90

GROSSE HOHLEIER

Milch
305 g



5.95

RIESEN-SITZHASE KILIAN

Milch
500 g



9.95

EILI

Milch
500 g



3.60

SITZHASE FLORA

Milch
250 g



9.90

STATT 14.85

LINDT LINDOR-EILI

Milch, 3 für 2
3 x 150 g



2.95

COLOMBINA CLASSICA

100 g



8.95

LINDT GOLDHASE BEUTEL

120 g



10.50

HASE ROBIN

mit Mandelsplittern
455 g



SCHWEINSFILET-MEDAILLONS AN COGNAC-SENF-SAUCE MIT KOHLRABI

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

SCHWEINSFILET-MEDAILLONS

Ca. 800 g **Schweinsfilet**,
in ca. 3 cm dicken
Medaillons
**Bratbutter zum
Braten**
1 TL **Salz, Pfeffer**

SAUCE

1 **Zwiebel**, fein gehackt
2 EL **Butter**
1 EL **Mehl**
1 dl **Weisswein**
1 dl **Fleischbouillon**
2 dl **Halbrahm**
1 EL **Senf**
Salz, Pfeffer
0,5 dl **Cognac**

GLASIERTE KOHLRABI

400 g **Kohlrabi**, gerüstet,
in Schnitzen
1 EL **Butter**
1 TL **Zucker**
0,5 dl **Gemüsebouillon**
Salz, Pfeffer

1. Medaillons in der heissen Bratbutter beidseitig ca. 4 Minuten anbraten, würzen, warm stellen.
2. In derselben Pfanne Zwiebel in der Butter andämpfen, Mehl begeben, mitdämpfen, ohne dass das Mehl braun wird. Mit Wein und Bouillon ablöschen. Unter ständigem Rühren aufkochen, sodass keine Klümpchen entstehen und die Saue bindet. Dann Rahm und Senf begeben, würzen, etwas köcheln lassen. Cognac am Schluss dazugeben, Fleisch wieder begeben, nur noch warm werden lassen.
3. Kohlrabi in der Butter beidseitig andämpfen. Zucker begeben, sodass er leicht carameliert. Bouillon dazugießen, einköcheln, würzen. Gemüse zum Fleisch servieren.

ÖISE TIPP

Kohlrabi mit Schnittlauch bestreuen. Als Beilage passen Krokette.



EIERLIKÖRSCHAUM-TARTELETTES

FÜR 12 Stück
ZUBEREITEN ca. 50 Minuten

EIERLIKÖR

1 dl **Vollrahm**
1 dl **Vollmilch**
½ **Vanilleschote**, halbiert,
Mark herausgekratzt
2 **Eigelbe**
100 g **Puderrucker**
1 dl **Kirsch oder Wodka**

CREME

100 g **Mascarpone**
1 dl **Eierlikör**
1 dl **Vollrahm**, steif geschlagen
12 **Dessert-Bödeli**
50 g **dunkle Schokolade**,
geschmolzen (oder
Kuchenglasur)

Einige **Zucker-Ostereili**

1. Vollrahm und Milch mit dem Vanillemark und der Schote aufkochen. Abkühlen lassen, absieben. Eigelb mit dem Zucker schaumig rühren, nach und nach Rahm-Milch-Mischung dazugießen. Dann Kirsch unter ständigem Rühren dazugeben.

In eine sterile Flasche abfüllen, sofort verschliessen.
2. Mascarpone aufschlagen, mit Eierlikör mischen, Schlagrahm darunterziehen. Dessert-Bödeli mit Schokolade ausstreichen. Creme hineinfüllen. Mit Ostereili dekorieren, sofort servieren.

ÖISI TIPP

- Statt selbstgemachtem Eierlikör, einen anderen Creme-Likör, z. B. Baileys, verwenden.
- Einmal geöffnet ist Eierlikör ca. 3 Wochen im Kühlschrank haltbar.





Mit Leisi gelingt's!



**Aktion gültig vom
12.04. – 17.04.2022**

Wähen, Quiches, Flammkuchen
oder Schinkengipfeli – mit LEISI
Teigen aus sorgfältig auserlesenen
Zutaten gelingt's!



*in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.



ZWEIERLEI MOUSSE MIT ROHSCHINKEN

FÜR 4 Personen als Vorspeise
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 2 Stunden

RANDENMOUSSE

- 150 g gekochte Randen, in Stücken
- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Vollrahm
- 1 dl Vollrahm, steif geschlagen
- Salz, Pfeffer

MEERRETTICHMOUSSE

- 1 EL Meerrettich aus dem Glas
- 0,5 dl Vollrahm, steif geschlagen
- Salz, Pfeffer

8 Rohschinkentranchen

1. Randen mit Zitronensaft und 1 EL Rahm fein pürieren. Mit Schlagrahm mischen, würzen, in 4 Gläser füllen.
2. Meerrettich mit Schlagrahm gut verrühren, würzen, auf das Randenmousse geben, zugedeckt ca. 2 Stunden kühl stellen.
3. Rohschinken eindrehen und auf jedem Glas zwei Rohschinkenrosen anrichten, sofort servieren.

ÖISE TIPP

Mit dunklem Brot servieren.



ÖISE WII TIPP

Volgaz Rosé Brut Vin Mousseux, Schweiz, 75 cl

Die Rosé-«Schwester» des Volgaz demi-sec eröffnet das Ostermenü gebührend. Die fruchtbetonte Volgaz-Variante jetzt bestellen und die Gäste überraschen! Mehr Informationen auf Seite 25.



BLÄTTERTEIGHÄSLI MIT LACHS-SPINAT-MASCARPONE-FÜLLUNG

FÜR ca. 12 Stück
ZUBEREITEN ca. 50 Minuten
BACKEN ca. 8 Minuten
Backpapiere fürs Blech
Häsli-Ausstecher von ca. 6 cm Höhe oder Papierschablone

FÜLLUNG

- 1 kleine Zwiebel, fein gehackt
- 1 EL Butter
- 120 g tiefgekühlter Spinat, aufgetaut
- 0,5 dl Gemüsebouillon
- 100 g Mascarpone
- Salz, Pfeffer

TEIG-HÄSLI

- 2 rechteckig ausgewalzte Blätterteige
- 1-2 Eier, verquirlt
- 50 g Rauchlachs in Tranchen, zerzupft
- 4 Zweige Dill, zerzupft, nach Belieben

1. Zwiebel in der Butter andämpfen, Spinat und Bouillon begeben, offen die ganze Flüssigkeit einköcheln lassen. Etwas abkühlen, mit Mascarpone mischen, fein pürieren, würzen, kühl stellen.
2. Blätterteige auslegen und ca. 2 mm dünn gleich gross auswallen. Einen Teig mit Ei bestreichen, den zweiten Teig darauflegen. Aus dem Teig 10-12 Hasenformen ausstechen oder mit Hilfe von Formen ausschneiden. Auf mit Backpapier belegte Bleche legen, mit Ei bepinseln.
3. Nacheinander in der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) 8-10 Minuten backen. Herausnehmen, auskühlen lassen.
4. Jedes Häsli mit einem Brotmesser quer halbieren. Untere Hälfte mit der Spinatcreme bestreichen, mit Lachs belegen. Evtl. mit Dill garnieren, Deckel darauflegen, sofort servieren.

ÖISE TIPP

Papierschablonen für die Häsli finden sich ganz einfach im Internet mit dem Suchbegriff «Hasen Schablone».



FRÜHKARTOFFEL-CANAPÉS

FÜR 20 Stück zum Apéro
ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

KARTOFFELN

- 10 Frühkartoffeln oder kleine festkochende Kartoffeln

FÜLLUNG

- Ca. 100 g Frischkäse, z. B. Cantadou Meerrettich
- Ca. 100 g Hummus nature
- Ca. 50 g Rauchlachs in Tranchen
- 2 Specktranchen, fein gehackt, gebraten
- Ca. 30 g Tête-de-Moine-Röschen
- 20 g Kresse oder Kräuter, z. B. Peterli oder Schnittlauch, fein gehackt
- 1-2 TL Kapern
- 1 kleine Zwiebel, in feinen Ringen
- Wenig Sambal Oelek

1. Kartoffeln im siedenden Salzwasser bissfest garen. Etwas abkühlen, dann quer halbieren.
2. Die Hälfte der Kartoffeln je mit Frischkäse und Hummus bestreichen. Mit Lachs, Speck oder Tête de Moine belegen. Mit Kresse oder Kräutern, Kapern, Zwiebelringen und Sambal Oelek garnieren.

Gemacht zum Geniessen

Profitieren Sie
vom 5. bis 10. April 2022
von 16% Rabatt auf den
Sorten Emmentaler AOP
Surchoix* und Mild.

* evtl. in kleineren
Verkaufsstellen
nicht erhältlich



Entdecken Sie die gesamte
Geschmacksvielfalt auf
[emmentaler.ch](https://www.emmentaler.ch)



EMMENTALER
SWITZERLAND

«Volgaz» blüht neu auf

Prickelnde Neuigkeiten für Volgaz-Fans: Der beliebte Schweizer Schaumwein ist jetzt für kurze Zeit auch als Rosé sowie als klassischer demi-sec in der kleinen Flasche erhältlich.

Rechtzeitig zum bevorstehenden Osterfest wechselt der prämierte Schweizer Schaumwein «Volgaz» in ein zartes Rosé-Kleid und blüht wie die Natur frühlingstreu auf. Rosé-Schaumweine sind aktuell die absoluten Lieblinge unter den Schaumweinen! Wie «Volgaz» als Rosé schmeckt, kann man jetzt entdecken. So viel sei schon verraten: Mit seiner sehr feinen Perlage und seinem fruchtigen Bouquet von Himbeeren, Erdbeeren und Eisbonbons ist er ein Schaumwein zum Verlieben.

Kleine Flasche für grosse Momente

Immer gefragter sind auch Schaumweine in der kleinen Flasche. Kein Wunder, sie ist perfekt für den trauten Schaumweingenuss zu zweit, zum Mitnehmen auf den Frühlingausflug oder zum Mischen von Cocktails. Umso schöner, gibt es den beliebten Volgaz demi-sec jetzt auch im praktischen Kleinformat. Beide «Volgaz»-Kreationen können ab sofort und nur für kurze Zeit bestellt werden.

Jetzt bestellen!

unter www.wein.volgaz.ch
in der Volgaz-App oder
telefonisch unter 058 433 54 08

... und den Schaumwein danach einfach
im Volg Ihrer Wahl abholen!



**Kleine
Flasche**

Volgaz Rosé Brut

Vin Mousseux, 75 cl

- ☞ Rosé ☞ sehr feine Perlage, fruchtbetonter, rassiger Auftakt, gehaltvoller Körper mit frischer Säure, aromaintensiver Abgang ☞ 8-10 °C
- ☞ leichte Vorspeisen, Gemüselasagne, Fischgerichte, Rauchlachs, als Aperitif

65.40
statt 77.40

Karton 6 x 75 cl

10.90
statt 12.90

pro Flasche

Volgaz demi-sec

Vin Mousseux, 37.5 cl

- ☞ helles Gelb mit grünlichen Reflexen
- ☞ feingliedrige Perlage, florale Noten, dezente Zitrusfrucht, erfrischender Auftakt, harmonische Restsüsse ☞ 8-10 °C
- ☞ reifer Hartkäse, Fruchtdesserts, als Aperitif

40.20
statt 47.40

Karton 6 x 37.5 cl

6.70
statt 7.90

pro Flasche

**Diese Aktion
gilt vom
28.3.2022 bis
23.4.2022
solange Vorrat**

SAISON FÜR ...


RHABARBER

Botanisch gesehen ist die «Wurzel der Barbaren» ein Gemüse, doch wird Rhabarber fast ausschliesslich wie eine Frucht zubereitet. Seine säuerlichen Stängel begeistern in diesen vier Blitzrezepten.



RHABARBER-COBBLER MIT PISTAZIEN

Für 6 Personen: 200 g Weissmehl, 4 EL gehackte Pistazien mit 100 g Zucker und 1 TL Vanillezucker mischen. Mit 80 g Butterflocken zu Streuseln verreiben. Aus der Masse ca. 12 Kugeln formen. 1 kg Rhabarberwürfel mit 1 EL Maisstärke und 2 EL flüssigem Honig mischen, in eine Auflaufform geben. Streuselkugeln auf dem Rhabarber verteilen, in der Mitte des auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 40 Minuten backen. Cobbler ist ein Auflauf mit einer einzigen Fruchtart, der mit einer Teigkruste überbacken wird.



RHABARBER- INGWER-SCHORLE

Für 4 Gläser: 200 g Rhabarber würfeln, mit 150 g Zucker, 1 dl Wasser und 2 cm geriebenem Ingwer 5 Minuten kochen lassen. Durch ein Sieb drücken. Rhabarber-Ingwer-Mus auf 4 Gläser verteilen, mit kaltem kohlesäurehaltigem Mineralwasser aufgiessen, mit Ingwerscheiben und je einem Zitronenschnitt servieren.



RHABARBERKOPF MIT VANILLEGACÉ UND BUTTERSTREUSELN

Für 4 Personen: 1 kg Rhabarberwürfel mit 200 g Rohrzucker 5 Minuten köcheln lassen. 4 EL Paniermehl mit 1 EL Rohrzucker in 1 EL Butter anrösten. Rhabarberkompott mit Streuseln bestreuen und mit Vanilleglacé servieren.



RHABARBER- ERDBEER-«FROYO»

Für 4 Personen: 450 g griechischer Joghurt nature, gesüßt mit 1,5 dl steif geschlagenem Vollrahm, verrühren. 200 g Rhabarberwürfel mit 100 g Erdbeeren und 50 g Zucker 5 Minuten köcheln, abkühlen. Drei Viertel davon unter die Joghurt-Rahm-Masse mischen, in eine Auflaufform geben. Im Tiefkühler 4-5 Stunden gefrieren lassen, dabei zwischendurch umrühren. «Froyo» (kurz für: Frozen Joghurt) mit dem restlichen Rhabarber-Erdbeerkompott servieren.



FÜR EINEN FRISCHEN START IN DEN TAG

... feines Frühstück ganz nach deinem Geschmack



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Käse & Wein

GALLUS GRAND CRU SCHWEIZER HALBHARTKÄSE

Zwei Sieger für den Gaumen

Er ist wahrlich ein Goldjunge, der Gallus Grand Cru. 2020 wurde der Toggenburger Halbhartkäse, der nach alter Rezeptur aus frischer Heumilch hergestellt wird, beim World Cheese Championship Contest zum besten Halbhartkäse der Welt gekürt. Er ist nach dem Gründer des Klosters St. Gallen, dem Heiligen Gallus, benannt. Die liebevolle Pflege und das besondere Klima der Affinage verleihen der Spezialität aus der Käserei Hardegger ihren kräftig-würzigen Geschmack. Die erste Weinwahl zum preisgekrönten Käse? - Der Ostschweizer Rotwein G Cuvée Prestige mit schöner Kirscharomatik.

G CUVÉE PRESTIGE SCHWEIZ, 75 CL

G Cuvée Prestige,
Schweiz, 75 cl

-20% **11.90**
statt 14.90

Gallus Grand Cru
an der Theke, per 100 g
statt Fr. 2.50

Fr. 1.80

Portion 200 g, per 100 g
statt Fr. 2.40

Fr. 1.80



**WEIN
DES
MONATS**

**KÄSE
DES
MONATS**



«So schmeckt Grillieren!»



Aktion gültig vom 6. bis 10. April 2022 auf
Schweins-Nierstück Steak Bärlauch (2 x ca. 200g).
In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

Spezialitäten seit 1909.

SUTTERO



JETZT PROFITIEREN!



+ G Cuvée de Blancs Prestige
 Schweiz, 2020, 75 cl, 17 Punkte*
 ☞ Chasselas, Chardonnay, Riesling-Silvaner ☞ helles Goldgelb
 ☞ rassisger Auftakt, intensive Gaumenaromatik | 8-10 °C
 ☞ Eglifilets, Pouletbrüstchen, asiatische Gerichte

-22% 10.50
 statt 13.50



G Cuvée Prestige +
 Schweiz, 2020, 75 cl, 17,5 Punkte*
 ☞ Pinot Noir, Dornfelder, Cabernet Dorsa ☞ Rubinrot
 ☞ geschmeidig, mit schöner Kirscharomatik | 14-16 °C
 ☞ Filet im Teig, Grilladen, Bündner Spezialitäten

-20% 11.90
 statt 14.90



+ Oeil-de-Perdrix AOC Valais
 Nid d'Amour, Schweiz, 2020, 75 cl, 17 Punkte*
 ☞ Pinot Noir ☞ helles Lachsrosa ☞ fruchtiges Bouquet
 | 8-10 °C ☞ Fisch, Vorspeisen

-20% 9.50
 statt 11.90

Gemswändler Pinot Noir Fläsch +
 AOC Graubünden, Schweiz, 2019, 75 cl, 17 Punkte*
 ☞ Pinot Noir ☞ Granatrot ☞ komplex, würzig-pfeffrig, tiefgründig
 | 15-17 °C ☞ Wild, Kaninchen, Risotto

-20% 14.30
 statt 17.90



Zeni Amarone della Valpolicella DOCG
 Italien, 2018, 75 cl, 18 Punkte*
 ☞ Corvina, Rondinella, Molinara ☞ intensives Rubinrot ☞ weicher
 Auftakt, gehaltvoller Körper | 17-19 °C ☞ italienische Spezialitäten

22.90
 statt 27.90

Stella d'Argento Primitivo di Manduria DOC
 Italien, 2019, 75 cl, 18 Punkte*
 ☞ Primitivo ☞ intensives Rubinrot ☞ leichte Auftaktsüsse,
 fülliger Körper | 16-18 °C ☞ Rind, Lamm, Hartkäse

-20% 14.30
 statt 17.90



Beaurepart Grande Réserve Pays d'Oc IGP
 Frankreich, 2020, 75 cl, 17,5 Punkte*
 ☞ Merlot, Cabernet Sauvignon ☞ kräftiges Kirschrot
 ☞ dicht, gute Balance und Struktur | 16-18 °C
 ☞ rotes Fleisch, herzhaftes Eintöpfe

-20% 7.90
 statt 9.95



Animus Reserva Douro DOC
 Portugal, 2019, 75 cl, 17 Punkte*
 ☞ Tinta Roriz, Touriga Franca, Touriga Nacional
 ☞ intensives Granatrot ☞ gehaltvoller Körper, schön
 integrierte Tannine | 16-18 °C ☞ Lamm, Paella

-20% 10.80
 statt 13.50



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».

Gaumenschmaus. Mal besser.



* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

Ein Genuss für die ganze Familie. Durch seine feine Kruste mit der erlesenen Rauchnote erhält der Malbuner Krustenschinken einen zarten, ausgewogenen Geschmack. Geniessen Sie diese herrliche Schweizer Spezialität.

Mal besser:

Malbuner[®]

 www.malbuner.ch

REZEPT:

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

MARTINI & TONIC



MARTINI

DRINK RESPONSIBLY.

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

* in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



— DAL 1863 —
— PRODOTTO IN ITALIA —

Wild auf Brot

Die Liebe zum Handwerk und herausragende Zutaten sind Mehrwerte in den Brotspezialitäten von «Fredy's», die man schmeckt. Ofenfrisch im Volg erhältlich ist zum Beispiel das urchige «Wild & Ruch» mit wildem, rustikalem Riss.



WERTVOLL

Die Verarbeitung des Weizenkeims, dem wertvollsten Teil des Getreides, ist «Fredy's» ein grosses Anliegen. Die Brote werden deshalb mit einem Anteil dieser hochkonzentrierten, vor Folsäure und Vitaminen strotzenden Nährstoffquelle versehen.

Feuer und Flamme

Auf Naturstein im Holzofen gebacken, kann sich die Kruste optimal entfalten und das Innere sein intensives Aroma entwickeln. Dazu trägt auch das eigens dafür verwendete Buchenholz aus dem Zürcher Bachsertal bei.

Alpensalz

Es ist das besonders reine Alpensalz aus dem waadtländischen Bex, das die Brotspezialitäten von «Fredy's» veredelt. Das weisse Gold wird von Hand gewonnen und ökologisch produziert. Durch die kurzen Transportwege wird ausserdem ein aktiver Beitrag zum Umwelt- und Klimaschutz geleistet.

PESTIZIDE? NEIN!

«Fredy's» verwendet ausschliesslich IP-Suisse-Getreide aus pestizidfreiem Anbau. Dies nicht nur zur Förderung der Nachhaltigkeit, sondern auch für natürlich gesunden Genuss.



fredy's
SO SCHMECKT BROT



Im idyllisch gelegenen
Quellpark Kundelfinger-
hof im Kanton Thurgau
wachsen die Fische
in reinem, sprudelndem
Quellwasser heran.



100% SCHWEIZER FRISCHFISCH

Fisch passt mit seiner Leichtigkeit hervorragend in die Frühlingsküche. Traditionell gehört er zudem für viele an Karfreitag auf den Teller. Nicht von weit her vom Meer, sondern ganz aus der Nähe kommen die Frischfische aus dem Volg: Sie wachsen im Kanton Thurgau heran.

Ostern ist für Martin Junker das, was der Valentinstag für Floristen ist: einer der wichtigsten Festtage des Jahres. «In der Woche vor Karfreitag liefern wir zehnmal mehr Fisch für die Volg-Läden aus als sonst», erzählt der Geschäftsführer vom Kundelfingerhof. Seit 1915 bietet hier im thurgauischen Schlatt das klare, sprudelnde Quellwasser den Tieren optimale Lebensbedingungen. Im Quell- und Naturpark Kundelfingerhof nahe dem Rheinfall entspringt die grösste Quelle der Nordwestschweiz und bietet den Tieren eine hervorragende Wasserqualität.

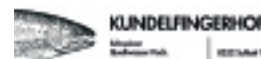
Langsames Wachstum, zartes Fleisch
Das Wasser in den idyllisch gelegenen Zuchtanlagen bleibt selbst im heissesten Sommer mit maximal zehn Grad angenehm kühl. Eine Temperatur, die besonders Forellen und Lachsforellen lieben. Letztere sind übrigens keine spezielle Züchtung, sondern dieselbe Fischart, die ihre intensive Rotfärbung durch eine spezielle Zufütterung, unter anderem von Karotin, erhält. Die Fische werden auf dem Kundelfingerhof tiergerecht, umweltschonend und von

Hand grossgezogen. «Bis eine Lachsforelle mit rund 75 Zentimetern ausgewachsen ist, dauert es bis zu drei Jahre», erzählt Junker. Dieses langsame Wachstum schmeckt man später auf dem Teller: das Fleisch ist wunderbar zart, fest und geschmacklich rein. Die Aufzucht erfolgt mit grosser Sorgfalt und viel Handarbeit; auch die Verarbeitung der Tiere geschieht direkt vor Ort. Bereits 30 Minuten nach Fang sind die Fischfilets – wortwörtlich fangfrisch – verpackt und innerhalb 24 Stunden für den Transport in den Volg bereit. Fisch ist

besonders in der leichten Küche an heissen Tagen beliebt – und natürlich am Fischtag des Jahres, Karfreitag. Da gehört er in vielen Haushalten traditionell auf den Teller.

Filetiert, entgrätet – pfannenfertig
Einfach in der Handhabung sind die bereits pfannenfertigen und entgräteten Schweizer Frischfischfilets aus dem Volg. In einigen Läden ist jetzt zudem eine weitere Fischdelikatesse vom Kundelfingerhof erhältlich: mit reinen Buchenspänen heiss geräucherte Forelle. Auch das Räuchern stellt auf dem Kundelfingerhof eine lange Tradition dar. Während früher die längere Haltbarkeit im Vordergrund stand, ist es heute der Geschmack mit der zarten Räuchernote.

Appetit bekommen? Ein Rezept mit Lachsforellenfilets finden Sie auf Seite 19 in dieser Ausgabe.



Garantiert aus der Schweiz: Die Forellen- und die natürlich rötlichen Lachsforellenfilets aus dem Volg.



WIR ALLE KÖNNEN ETWAS TUN

Fischeinkauf: gut planen und Food Waste vermeiden

Frischfisch muss rasch genossen werden. Kaufen Sie Fisch daher gut überlegt. Nehmen Sie nur so viel Fisch, wie tatsächlich gegessen wird oder laut Rezept benötigt wird. Lagern Sie ihn direkt nach dem Einkauf im Kühlschrank in der kältesten Zone, also unmittelbar über der Glasplatte, die das Gemüse abgrenzt. Bei der Verarbeitung abwaschen, trocken tupfen. Nicht rechtzeitig konsumierten Fisch (Verbrauchsdatum beachten!) können Sie einfrieren, Reste von Fischgerichten können – gut verschlossen und gekühlt aufbewahrt – am Folgetag bei mindestens 70 Grad aufgewärmt werden.

frifrench
Das Original 



Der Schweizer Klassiker
für vollendeten Genuss!

www.frifrench.com

SEIT 1838
Knorr

FÜR GIANNI GILT
AN OSTERN:
„KEIS EI
OHNI AROMAT“



So schmöckt's Dihei!



Knorr's Versprechen

Hergestellt in
der Schweiz

Aus 1 mach 3

Grosser Beutel, kleines Geld: Der neue Volg Familienpreis Mischsalat ist da! Bereits gerüstet eignet er sich perfekt als Salat to go für Schule und Büro.

1. Einschichten

Im Glas oder Weckglas lässt sich der Volg Familienpreis Mischsalat gut transportieren und später mit der Sauce mischen. Damit der Salat schön satt macht, mit kohlehydratreichen Lebensmitteln anreichern, zum Beispiel mit Randen gekochte Gerste. Die schwere Schicht kommt zuunterst ins Glas.

2. Knusprig toppen

Eine geröstete Knusper-Garnitur aus karamellisierten Nüssen verleiht dem Salat das gewisse Extra: Für das Nuss-Topping 200 g gemischte Nüsse, 1 EL Rapsöl, 1 EL Honig, 1 TL Salz, etwas gehackten Rosmarin, nach Belieben mit wenig Curry-, Paprikapulver oder Chiliflocken mischen und im vorgeheizten Ofen bei 180°C (Ober- und Unterhitze) ca. 8-10 Minuten backen, dabei einmal wenden. Abkühlen lassen und grob zerstossen oder hacken.

3. Lieblingsauce

Passende Dressings gibt es fixfertig im Volg. Oder aber man mischt sich seine Lieblingsauce selbst. Für das beliebte Dressing Caesar-Art: 1 frisches Eigelb, 1 TL Senf, 2 EL Condimento bianco, 1 ½ EL Zitronensaft, 2 EL Olivenöl, ½ gepresste Knoblauchzehe, etwas Salz und Pfeffer, 1 Prise Zucker und 1 EL fein geriebenen Parmesan zu einer Sauce verrühren. Wer es würziger mag, fügt 1 fein gehacktes Sardellenfilet hinzu.

VOLG FAMILIENPREIS MISCHSALAT

Knackig und praktisch: Die bunte Mischung aus frischen Salaten und Gemüse ist bereits gewaschen und gerüstet. Endivien, Frisée, Zuckerhut, Cicorino rosso, Chinakohl, saisonale Blattsalate, Rübli, Weiss- und Rotkabis sowie Gemüse je nach Saison stecken im Beutel.

Volg Familienpreis Mischsalat, 350 g





15%
vom 28.3. bis
3.4.2022



*Für alle Vorlieben
die passende Beilage*



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Rahmig & echt

Nur kurze Zeit zum Aktionspreis:
Die zwei Käse-Klassiker aus
dem Thurgau – der feincremige
und der kräftige.

Aktion 23%

**Thurgauer
Rahmkäse**

29.3. – 3.4.22

**Echter
Thurgauer**

19.4. – 24.4.22



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



strahl.ch

HASE, SCHON
GESEHEN,
WAS ES NEUES
GIBT?



**VOLG FAMILIENPREIS
MISCHSALAT, 350 G***

Endivie trifft Frisée, Zuckerhut, saisonale Blattsalate und Gemüse. Der Mischsalat ist fertig gerüstet und bietet den perfekten Mix zum knackigen Preis.

Fr. 2.95



**VOLG FAMILIENPREIS GOUDA
SUISSE, IN SCHEIBEN, 200 G***

Der holländische Käsehit aus dem Volg ist ein Schweizer aus Schweizer Milch. Im Geschmack mild und fein säuerlich, wie ein Gouda schmecken muss!

Fr. 2.30



**MOZZARELLA BURRATINA,
125 G***

Ein wahrer Frischkäsetraum: Wer Mozzarella mag, wird diesen Burratina lieben! Er ist noch cremiger und zergeht förmlich auf der Zunge.

Fr. 3.95



**VOLG FAMILIENPREIS
WESTERNSPIESSLI, 2 x 100 G**

Grillgenuss, der in jedes Familienbudget passt: Die marinierten saftigen Fleischstücke vom Schwein sind der Hit bei kleinen und grossen Cowboys.

Fr. 3.40



**PANETTA SANDWICH CHICKEN
TARTARE, MINI, 120 G***

Das beliebte Poulet-Sandwich im Laugenbrot mit Tartaresauce gibt es jetzt auch in Klein: Perfekt zum Znüni oder für den Gluscht zwischendurch.

Fr. 3.90



**CHIEFS PROTEIN BAR
SALTY CARAMEL, 3 x 55 G***

Aussen knusprig, innen weich sind alle Proteinriegel von Chiefs. Dieser begeistert mit weichem Caramell und einer Prise Salz.

Einführungspreis Fr. 7.65



**CHIEFS PROTEIN BAR
CRISPY COOKIE, 3 x 55 G***

20 Gramm Protein, kein zugesetzter Zucker, kein Palmöl, dazu der beliebte Trendgeschmack Cookies & Cream. Power vom Feinsten!

Einführungspreis Fr. 7.65

**Einführungs-
preise
gültig vom
28.3. bis
30.4.2022**

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich



Markus Brantner bäckt für
Volg: «Das Wichtigste
für den guten Geschmack
ist die Auswahl
der Zutaten», sagt er.

«In jedem Gipfeli steckt viel Erfahrung»

Auspacken, aufbacken: Zmörgele ist mit den Volg-Frischbackprodukten aus der Traditionsbäckerei Bertschi so herrlich einfach. Geschäftsführer Markus Brantner über Handwerk in modernen Backstuben, Geschmacksgeheimnisse und seinen Bezug zum Volg im Dorf.

Herr Brantner, wann haben Sie letztmals zu Hause ein Gipfeli frisch aus dem Ofen oder eine Scheibe Butterzopf gegessen?

Ein Gipfeli gönne ich mir jeden Tag – direkt aus unserer Backstube. Am Sonntag nehmen wir uns gern Zeit für einen gemütlichen Brunch, da gehören ein Butterzopf und frisch aufgebackene Buttergipfeli selbstverständlich dazu.

Kann man sich heute mit dem «Alltagsprodukt» Brot überhaupt noch abheben?

Ja! Denn Brot ist Vertrauenssache. Mit erstklassigen Zutaten und einer traditionellen Herstellung, bei der viel Wert auf Zeit gelegt wird, bekommt man ein Brot gebacken, dessen Geschmack über Generationen für Genuss sorgt. Ausserdem sind wir an 365 Tagen im Jahr präsent und können dadurch auf fast alle Bestellungen und Wünsche eingehen.

Besonders praktisch sind Frischbackprodukte. Was macht die Volg IP-Suisse Frischbackgipfeli so besonders?

Sie bleiben nach dem Aufbacken schön lange knusprig. In jedem unserer Gipfeli

steckt ausserdem über ein Jahrhundert Erfahrung. Sowas schmeckt man einfach.

Und was gibt dem Volg IP-Suisse Butterzopf aus Ihrer Backstube so viel Geschmack?

Das Wichtigste ist die Auswahl der Zutaten. Etwa Mehl aus IP-Suisse-Anbau, Freilandeier aus dem Nachbardorf und Butter aus der Ostschweiz. Von Hand geflochten und perfekt gebacken, verspricht jeder unserer Butterzöpfe höchsten Genuss. Dasselbe gilt für die Gipfeli. Auch sie werden aus Mehl aus IP-Suisse-Anbau, Freilandeiern und Schweizer Butter gemacht.

Was zeichnet die Bäckerei Bertschi aus?

Wir arbeiten nach dem Motto «Tradition verpflichtet». Unsere erstklassigen Rohstoffe beziehen wir, wo immer möglich, aus der Region. An den traditionellen Methoden hat sich seit 1896 gar nicht so viel geändert; trotzdem verfügen wir in unserer Backstube natürlich auch über eine moderne Infrastruktur. Wir vereinen sozusagen das Beste aus diesen zwei Welten und komponieren daraus unsere Handwerkskreationen.

Gibt es in einer modernen Backstube überhaupt noch Handarbeit?

Ja, sehr viel sogar! Zum Beispiel Arbeitsschritte wie das Hebeln, also den Vorteig ansetzen und Teige aufziehen, um dadurch mehr Sauerstoff in den Teig zu bekommen. Auch das Aufarbeiten unserer Zöpfe, Brote und Kleinbrote oder das kunstvolle Einschneiden und Anstreichen der Brote sind Handarbeit.

Wie halten Sie es mit der Nachhaltigkeit?

Als KMU-Betrieb bekennen wir uns zu unserer Heimat. Von der Beschaffung der Rohstoffe bis zur Wahl der Lieferanten und dem Blick auf die Umwelt. Bertschi verzichtet ganz auf Palmöl und tierische Gelatine und verarbeitet ausschliesslich Freilandeier. Ausserdem beziehen wir nachhaltigen Strom und verarbeiten seit Mitte 2021 ausschliesslich Mehl aus IP-Suisse-Getreide.

Was verbindet Sie persönlich mit Volg?

Ich wohne in einem kleinen Dorf und bin daher sehr vertraut mit Volg. Ich kaufe gerne in unserem Dorfladen ein. Es bedeutet für mich Nähe, Regionalität – das Persönliche.



BERTSCHI



BÄCKERHANDWERK AUS KLOTEN ZH

1896 wurde die Bertschi Bäckerei in der Altstadt von Zürich eröffnet. Heute ist das Unternehmen in Kloten zuhause. Über 125 Jahre später hat das hochwertige Bäckerhandwerk des Familienbetriebs weiterhin Bestand, unterstützt von fortschrittlicher Technik. In einer modernen Backstube entstehen seit 2009 an 365 Tagen im Jahr beste Gebäcke wie die Volg IP-Suisse Frischbackgipfeli sowie Volg IP-Suisse Butterzöpfe. Die Bertschi Bäckerei wird in fünfter Generation geführt. Geschäftsführer ist Markus Brantner, ursprünglich gelernter Bäcker.



ÜBER 75%

des Umsatzes erzielt Volg mit Produkten aus der Schweiz. Die Verbundenheit zu der Schweiz und ihren Produzenten gehört seit jeher zur Grundhaltung von Volg. Viele Produkte stammen von kleinen und mittelgrossen Unternehmen, die für die Region oft wichtige Arbeitgeber sind. Mit dieser Verbundenheit zum Produktionsstandort Schweiz trägt Volg zur Sicherung von Arbeitsplätzen in der Schweiz bei.

THOMY

HOLLANDAISE

*Nach Spargelust
& Laune*



ZÜGER MASCARPONE UND RICOTTA
OFFIZIELLER PARTNER DEINES
Ostermenüs.



Rezept zur Randen-Tarte mit Ricotta jetzt auf frischkaese.ch entdecken.
*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Natürlich von



VOLG-MEHLE

Das kriegen wir gebacken

Mehl ist unverzichtbar: in Teigen für Brot, Kuchen oder Omeletten oder beim Binden von Saucen. Das vielfältige Sortiment der Volg-Mehle ist mit dem IP-Suisse Urdinkelmehl sowie dem neuen Volg Bio Halbweissmehl noch nachhaltiger geworden.

FÜR ALLE FÄLLE

Mehl ist nicht gleich Mehl. Je nachdem, ob helles oder dunkles Mehl verwendet wird, schmeckt ein Gebäck anders. Neben Weiss-, Halbweiss-, Urdinkel- und Ruchmehl gibt es im Volg je nach Sortiment weitere Mehlsorten, zum Beispiel für Zopf oder Knöpfli. Übrigens: Ein Zopfmehl kriegt nicht nur Zöpfe gebacken. Es eignet sich auch für alle Hefengebäcke, wie Russenzopf oder Plunder.

AUS SCHWEIZER MÜHLEN

Alle Volg-Mehle werden in der Schweiz produziert. Das Volg Weissmehl trägt zudem das Suisse-Garantie-Label, ein Versprechen für Frische, einheimisches Handwerk, regionale Vielfalt und Schweizer Herkunft der Inhaltsstoffe.

Noch nachhaltiger

Das am meisten verwendete Weissmehl – und neu zusätzlich das Halbweissmehl – gibt's im Volg auch in Bio-Qualität. Nach den strengen Richtlinien von IP-Suisse wird das Volg Urdinkelmehl produziert. Das Käfer-Logo garantiert einen umweltfreundlichen Getreideanbau.

Mit Rezept-Inspiration

Die Verpackung der Volg-Mehle ist ein zusätzlicher Mehrwert: Lust auf Bierstangen, Bürlibrot oder ein knuspriges Baguette? Nichts leichter als das! Auf jeder Verpackungsrückseite findet sich ein dazu passendes Rezept. Von der Focaccia bis zum Sonntagszopf.



Volg-Mehle

Alles, was das Bäckerherz begehrt: Im Volg erhalten Sie verschiedenste Mehlsorten, beispielsweise Weiss- oder Halbweissmehl, Urdinkel- und Ruchmehl für dunklere Gebäcke und perfekt zum Mischen.

Bio Weissmehl, Bio Halbweissmehl, IP-Suisse Urdinkelmehl*, Ruchmehl* und Weissmehl, je 1 kg.



Hoch lebe der Cheesecake!

Süss, cremig und eindrucksvoll kommen diese Torten und Kuchen aus Quark und Frischkäse daher. Erfrischende Varianten, die die Fangemeinde von Cheesecakes und Quarkkuchen garantiert noch grösser werden lässt.



RÜEBLI-ROULADE MIT FRISCHKÄSEFÜLLUNG

Wow-Effekt garantiert:
eine aussergewöhnliche
Roulade, die auch
perfekt zu Ostern passt.
Rezept auf Seite 51

«NO BAKE»-ERDBEER-
QUARKTORTE

Für einmal bleibt der Ofen
beim Tortenbacken kalt:
Diese Köstlichkeit kommt
ganz ohne Hitze aus.
Rezept auf Seite 51

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



GEFRORENE HIMBEER-CHEESECAKETÖRTCHEN

FÜR 10 Stück

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

GEFRIEREN ca. 4 Stunden

Muffinsblech mit 10 Vertiefungen,
mit Papierförmchen ausgelegt

300 g frische oder tiefgekühlte
Himbeeren, aufgetaut

1 EL Zitronensaft

30 g Zucker

200 g Frischkäse nature

100 g Crème fraîche

$\frac{1}{2}$ Zitrone, heiss abgespült,
abgeriebene Schale

80 g Puderzucker

2 dl Vollrahm, steifgeschlagen

100 g Mandelguetzli

30 g Butter, flüssig

100 g frische Himbeeren

1. Himbeeren mit Zitronensaft und Zucker kurz aufkochen, durch ein Sieb streichen, beiseitestellen.
2. Frischkäse bis und mit Puderzucker mit dem Schwingbesen gut verrühren. Schlagrahm vorsichtig daruntermischen. Die Hälfte der Himbeersauce darunterziehen. Masse in die vorbereitete Muffinform verteilen, 1 Stunde tiefkühlen.
3. Guetzli in einem Plastikbeutel mit dem Wallholz fein zerstoßen, mit Butter mischen. Guetzli auf das Himbeer-Frischkäse-Glacé verteilen, 3 Stunden tiefkühlen.
4. Törtchen aus den Formen lösen, mit restlicher Himbeersauce und frischen Himbeeren garnieren.

ÖISE TIPP

Himbeeren können durch beliebige Beeren ersetzt werden.



**NEW YORK STYLE
CHEESECAKE**

Er ist der Klassiker schlechthin:
der New York Cheesecake.
Die Marmorierung mit Himbeer-
konfitüre macht ihn zur
besonderen Schönheit.
Rezept auf Seite 51





EIN STÜCK LEBENSQUALITÄT



www.kambly.ch

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

TAKE IT TO THE EXTREME



IN AKTION

vom 28. 03. – 03. 04. 2022



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



SCHOKOLADEN-QUARK-CAKE

FÜR 15 Stücke

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

BACKEN ca. 60 Minuten

KÜHL STELLEN über Nacht

Cakeform von ca. 30 cm Länge

Backpapier für die Form

- 50 g Butter
- 150 g Bärenatzten, verrieben
- 3 EL Aprikosenkonfitüre, glattgerührt

- 250 g Kochschokolade,
davon 50 g kühl gestellt
- 600 g Magerquark
- 75 g Rohzucker
- 1 TL Salz
- 2 ½ EL Mehl
- 3 Eier

1. Butter in einer Pfanne schmelzen. Bärenatzten darunterermischen. Masse in der vorbereiteten Form verteilen, mit einem Löffel oder Glas gut andrücken, Konfitüre daraufgeben und glattstreichen, ca. 40 Minuten kühl stellen.
2. Schokolade im Wasserbad schmelzen und etwas abkühlen.
3. Quark mit Zucker, Salz und Mehl glattrühren. Eier nacheinander darunter-rühren, dabei jeweils 1 Minute weiter-rühren. Abgekühlte Schokolade darunterermischen. Masse auf den Kuchenboden giessen, glattstreichen.
4. In der unteren Hälfte des auf 160 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 60 Minuten backen. Im ausgeschalteten, leicht geöffneten Ofen auskühlen lassen. Über Nacht zugedeckt kühl stellen.
5. Mit einem scharfen Messer Schokoladen-raspel abschaben, über den Kuchen streuen.

ÖISE TIPP

Der Cake ist 2 Tage gekühlt haltbar.



HAUSGEMACHTES SCHMECKT AM BESTEN.

Frisch aufgebrühter Kräutertee
—
Schweizer Minze
—
Mit Obstsaft gesüsst



LASS DIE SONNE RAUS.

PUNKT FÜR DICH

+
Hergestellt
in der
Schweiz





RÜEBLI-ROULADE MIT FRISCHKÄSEFÜLLUNG

FÜR 14 Stücke
ZUBEREITEN ca. 50 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 6 Stunden
BACKEN ca. 7 Minuten
 Backpapier für das Blech
 Spritzsack

BISKUIT

- 4 Eiweisse
- 1 Prise Salz
- 55 g Zucker (1)
- 4 Eigelbe
- 55 g Zucker (2)
- 75 g Weissmehl
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise gemahlener Zimt
- 20 g Maisstärke
- 110 g Rüebl, fein geraffelt

FÜLLUNG

- 100 g Magerquark
- 300 g Frischkäse nature
- 70 g Puderzucker
- 1 EL Ingwer, fein gerieben
- 12 Marzipanrüebli

1. Eiweiss mit Salz steif schlagen. Zucker (1) einrieseln lassen und weiterschlagen, bis die Masse glänzt. Eigelb und Zucker (2) zu einer hellen, dicklichen und schaumigen Masse rühren. Eischnee auf die Masse geben, sorgfältig darunterziehen. Mehl und alle Zutaten bis und mit den Rüebl mischen, vorsichtig darunterziehen. Nicht rühren! Masse auf dem vorbereiteten Blechrücken ca. 1 cm dick rechteckig ausstreichen.
2. In der Mitte des auf 200 °C (Ober-/ Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 7 Minuten backen. Herausnehmen, sofort auf ein Küchentuch stürzen und mit dem heissen Backblech zudecken, auskühlen lassen.
3. Quark und alle Zutaten bis und mit Ingwer mischen. Davon ca. 4 EL in den Spritzsack geben, kühl stellen.
4. Backpapier abziehen. Biskuit auf einem Küchentuch wenden. Füllung bis auf einen ca. 1 cm breiten Rand daraufstreichen. Biskuit satt aufrollen, bis zum Servieren kühl stellen. Vor dem Servieren, Roulade mit der restlichen Füllung und den Marzipanrüebli garnieren.



«NO BAKE»-ERDBEER-QUARKTORTE

FÜR 12 Stücke
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
KÜHL STELLEN über Nacht
 Springform von ca. 24 cm Ø,
 mit Klarsichtfolie ausgelegt

BODEN

- 120 g Löffelbiskuits

FÜLLUNG

- 500 g Erdbeeren, in Stücken
- 1 Vanilleschote, Samen ausgekratzt
- 100 g Puderzucker
- 750 g Rahmquark
- 2 EL Wasser
- 2 EL Zitronensaft
- 8 Blatt Gelatine, in kaltem Wasser eingeweicht
- 2 dl Vollrahm, steif geschlagen

GARNITUR

- 1 dl Vollrahm, steif geschlagen
- 100 g Erdbeeren, in Scheiben
- Minze, nach Belieben
- 1 EL Puderzucker

1. Biskuits auf dem vorbereiteten Formenboden dicht auslegen.
2. Erdbeeren bis und mit Quark pürieren.
3. Wasser und Zitronensaft aufkochen, Gelatine ausdrücken, beigegeben, mit dem Schwingbesen gut verrühren, bis sie ganz aufgelöst ist. 2-3 EL der Quark-Masse unter Rühren zur Gelatine geben. Gelatine unter Rühren zur restlichen Quark-Masse rühren. Schlagrahm darunterziehen, sofort in die Form füllen. Zugedeckt über Nacht kühl stellen und fest werden lassen.
4. Torte aus der Form lösen, auf einer Platte anrichten, mit Schlagrahm, Erdbeeren und Minze garnieren, Puderzucker darüber sieben.

ÖISE TIPP

Erdbeeren durch Himbeeren, Heidelbeeren oder tiefgekühlte Beeren ersetzen.



NEW YORK STYLE CHEESECAKE

FÜR 12 Stücke
ZUBEREITEN ca. 35 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 6 Stunden
BACKEN ca. 75 Minuten
 Springform von ca. 24 cm Ø
 Backpapier für die Form

BODEN

- 110 g Butter
- 330 g Mürbe Guetzli, z. B. Hug Knusper Pur Himbeer & Haselnuss
- 1 Prise Salz

FÜLLUNG

- 600 g Frischkäse nature
- 4 Eier
- 1 Prise Salz
- 1 Pack Vanillezucker
- 90 g Puderzucker
- 2 EL Maisstärke
- 1 Zitrone, heiss abgespült, abgeriebene Schale
- 360 g Crème fraîche
- 4 EL Himbeerkonfitüre, erhitzt, durch ein Sieb gestrichen

1. Butter in einer Pfanne schmelzen. Guetzli in einem Plastikbeutel mit dem Wallholz fein zerstoßen. Guetzli und Salz mischen, Butter daruntermischen. Masse in der vorbereiteten Form verteilen, mit einem Löffel oder Glas gut andrücken, dabei einen Rand von 5 cm formen, 30 Minuten kühl stellen.
2. Frischkäse und alle Zutaten bis und mit Zitronenschale in einer Schüssel mit dem Schwingbesen gut verrühren. Masse auf den Tortenboden verteilen.
3. In der Mitte des auf 160 °C (Ober-/ Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 60 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Gitter in der Form ca. 2 Stunden abkühlen. Crème fraîche auf dem Kuchen verteilen. Konfitüre punktuell darauf verteilen, mit einem Holzspiessli marmorieren.
4. Cheesecake ca. 15 Min. fertig backen. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen. Cheesecake mind. 6 Stunden kühl stellen.



Hopp, Häsli, in den Volg

Im Volg Meikirch erwarten die Kunden Osterhasen, die direkt im Dorf aus der Form gehüpft sind. Rita Zingg stellt sie mit viel Liebe zum Detail her.

Osterhasen sind vielfältige Gesellen: Sie fahren Traktor und schwere Töfss, sind Gärtner, Piraten, Musiker, Fussballspieler und vieles mehr. Zumindest, wenn es sich um die Osterhasen aus der Backstube von Rita Zingg handelt. «Aber der absolute Renner ist der Berner-Young-Boys-Hase. Und der auf dem Traktor. Wir sind hier eben auf dem Land», sagt die gelernte Konditorin-Confiseurin und lacht. Im idyllischen Dorf Meikirch mit rund 2500 Einwohnern im Berner Mittelland spielt die Landwirtschaft noch immer eine grosse Rolle. Über 2000 Schoggihäsinnen und -hasen sowie Hasenkinder produziert Rita Zingg von Januar bis

Ostern, sie sind im Volg Meikirch als «Feins vom Dorf»-Spezialität. Die Confiseurin verziert jeden Einzelnen liebevoll und kreiert immer wieder neue Exemplare. «Das liebe ich an diesem Beruf. Er ist abwechslungsreich und kreativ.» Gerne reagiert sie auch auf aktuelle Ereignisse: Fliegt Abenteuerer Bertrand Piccard beispielsweise mit seinem Ballon um die Welt, sitzen ihre Osterhasen ebenfalls in einem Flugfahrzeug.

WIE DER HASE IN FORM KOMMT

Vor allem freut sich Rita Zingg, wenn es anspruchsvolle Sonderwünsche gibt. Wie der Hase für einen Schlagzeuger, der FC-Basel-Fan und Hobby-Imker war.

Das alles hat sie in einer einzigen Figur vereint. Selbst vegane Osterhasen aus Kokosmilch-Schoggi sind im Angebot. Doch nicht nur die ausgefeilten Ideen sind speziell an den Osterhasen, auch die viele Arbeit, die dahintersteckt. «Bis er fertig ist, nehme ich jeden Hasen sicher 20 Mal in die Hand», erklärt die gebürtige Luzernerin und demonstriert, wie das geht. In drei Behältern wird dunkle, Milch- und weisse Kuvertüre langsam zum Schmelzen gebracht. «Ich mag das Färben von Schokolade nicht, das ist unnatürlich. Alles muss mit diesen drei Farben funktionieren.» Anschliessend sucht sie aus ihren 60 verschiedenen Grundformen eine aus.



FEINS VOM DORF

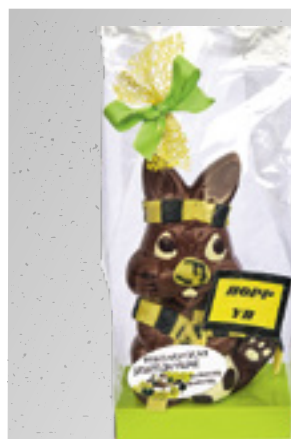


Ganz links: Die Berner-Young-Boys-Schoggihasen bringen nicht nur Fussballfans in Verückung. Oben: Die Kuvertüre wird langsam zum Schmelzen gebracht. Für die Details wird sie in der Form in Schichten aufgetragen. Unten: Es steckt viel Liebe, Zeit und Handarbeit in den Unikaten von Rita Zingg.

«Ich habe sie über Jahre hinweg gesammelt. Einige sind über 100 Jahre alt», erzählt sie stolz. Mit einer erstaunlichen Geschwindigkeit setzt die Confiseurin erste Schoggitupfer in die Form. Dann muss die Masse erkalten, damit nach und nach weitere Schichten aufgetragen werden können. Am Schluss wird kurz auf die Form geklopft bis sich der Hase daraus entnehmen lässt.

FEINSCHLIFF ZUM SCHLUSS

Dann geht es ans Verzieren: eine Augenbinde für den Piraten, das YB-Fähnchen für den Fussballer, eine Handorgel für den Musikanter. Damit im Volg Meikirch jeder den Hasen findet, der ihm am besten gefällt.



OSTERHASEN AUS MEIKIRCH

Die süssen Schoggihasen von Rita Zingg sind im Volg Meikirch BE als «Feins vom Dorf»-Spezialität erhältlich.

PRODUKTE MIT LOKALCHARAKTER

Diese Osterhasen 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!



Ospelt
Food matters

*Frische Wraps und
Cauapés in Ihrem Volz
hergestellt in der Schweiz*



in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich



DEPUIS **PÈRE** 1983
OLIVE

Aktion vom 05.-10. April 2022

** in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich*



Hoch die Dosen!

Das «Quöllfrisch hell» begeistert mit seiner leichten Fruchtigkeit und dem milden Charakter. Nebst diesem beliebten Appenzeller Bier ist im Volg regional nun das «Naturtrüb» erhältlich.

HELLER STERN AM BIERHIMMEL

Reines Pilsener Malz, drei verschiedene Hopfensorten und weiches Quellwasser aus dem Appenzeller Alpstein: Das «Quöllfrisch hell» ist ein beliebter Klassiker im Volg-Sortiment. Die dreimonatige Lagerung verleiht dem Bier ausserdem seine Ausgewogenheit.

TRÜBES BIER

«Quöllfrisch naturtrüb» wird direkt nach dem Gärprozess abgefüllt und nicht filtriert. Dadurch enthält es noch Schweb- und Trübstoffe wie Hopfenreste, wenig Hefe und Eiweisse, die beim Brauen natürlich entstehen. Wird einfallendes Licht durch diese gestreut, erscheint das Bier trüb.

Vollmundige Neuheit

Das «Quöllfrisch naturtrüb*» wird aus Pilsener Malz und drei verschiedenen Hopfensorten gebraut. Für viele Menschen sind die Hefesterke und Trübstoffe ein wichtiger Geschmacksträger, die das Bier milder, vollmundiger und vielschichtiger schmecken lassen. Neu ist es in Halbliter-Dosen in den Volg-Läden der Ostschweiz erhältlich.



Tradition verpflichtet

Als Familienunternehmen legt die Appenzeller Brauerei Locher grossen Wert auf Qualität, Nachhaltigkeit und Tradition. Auch in fünfter Generation braut sie noch nach überlieferten Rezepten. Trotz technischen Fortschritts gilt es, der alten Braukunst treu zu bleiben und auf möglichst viel Handwerk zu setzen. Dank Innovation schaffen es aber auch immer wieder Neuheiten ins Glas.

FRISCHE BIERE MIT UND OHNE ALKOHOL

Im Volg ist neben dem «Quöllfrisch hell» auch eine Auswahl an Spezialitätenbieren der Appenzeller Brauerei Locher erhältlich. Regional führen die Läden der Ostschweiz die alkoholfreien Durstlöcher Sonnwendli und Bschorle sowie neu die Variante «Quöllfrisch naturtrüb» im Sortiment.



APPENZELLER BIER

Jetzt probieren!

Erhältlich in
Ihrem **Volg**



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Tilsiter
SWITZERLAND
DER SCHWEIZER KÄSE.

Die Botschafter, USA

100 g Butter enthalten:

100% natürlichen Genuss

0% künstliche Geschmacksverstärker

Schweizer Butter. Genial einfach.

Unsere Schweizer Butter ist ein naturbelassenes Produkt mit echtem, unverkennbarem Geschmack. Sie besteht ausschliesslich aus Schweizer Rahm und dieser wiederum aus Schweizer Milch. Regionaler, natürlicher und besser kann Genuss nicht sein. Mehr auf swissmilk.ch



Schweiz, Natürlich.

Schweizer Milch und
Milchprodukte. Echt stark.



swissmilk

SÜSSE GESCHENKIDEE

Einkaufen à la Carte

Wie könnte man sich bei den Gastgebern für die Einladung zum Osterbrunch bedanken, was dem Götti oder Grosi ins Osternestli legen? Die gute Idee liegt ganz nah im Dorfladen um die Ecke. Die Volg-Geschenkkarte ist ein kleines Präsent, das vielfältiger nicht sein könnte: Der Beschenkte sucht sich in einem der rund 600 Volg-Läden das aus, was er am liebsten geniesst oder gerade braucht. An einem Schoggi-Osterhasen oder einem Sack mit bunten Ostereili befestigt, erhält die praktische Karte im Kreditkartenformat einen liebevollen süssen Rahmen. Die Volg-Geschenkkarte bietet auch dem Schenkenden Flexibilität: Sie ist zu verschiedenen Fixbeträgen oder einem frei wählbaren Betrag in jedem Volg erhältlich.



@VOLGCH: VOLG AUF INSTAGRAM

FOLGEN SIE VOLG SCHON?

Neues aus der Volg-Welt erfahren Sie jeden Monat im «Öise Lade» – und noch etwas schneller und aktueller jederzeit auf Instagram! Folgen Sie uns auf @volgch und erfahren Sie, was es alles Spannendes aus der Welt der Dorfläden zu erzählen gibt. Darunter sind Storys über neue Läden, Aktivitäten in und um die Volg-Läden, Informationen über neue Produkte oder Dienstleistungen, aber auch einzigartige Einkaufsgeschichten wie jene aus Baltschieder im Kanton Wallis, wo man offenbar auch einmal hoch zu Ross in den Dorfladen trabt und das Pferd und nicht den Personenwagen vor den Ladentüren parkt. Nebst kurzweiligem Lesestoff erhalten Sie auch Inspiration in Form von Rezepten und Kochideen. Übrigens: Es gibt auch immer wieder einmal etwas zu gewinnen. Wir freuen uns, Sie auch digital «frisch und fründlich» zu begrüssen. Auf bald auf @volgch!



VOLG-DORFTURNIER 2022

FÜRS DORF AM BALL

Dribbeln, passen, Goals schiessen, und das alles mit viel Spass am Spiel: Dieses Jahr sind fussball-begeisterte Mädchen und Knaben im Alter von 7 bis 12 Jahren wieder am Ball für ihr Dorf!

Am Volg-Dorfturnier, das Volg in Zusammenarbeit mit MS Sports bereits zum vierten Mal durchführt, wird wieder um den Volg-Schweizermeister «geschüttet». Gespielt wird in zwei Kategorien (7-9 Jahre und 10-12 Jahre). Die Qualifikationsturniere finden am 21. August 2022 an vier aufeinanderfolgenden Sonntagen in Eschenbach LU, Bäretswil ZH, Konolfingen BE und Kirchberg SG statt und das Finalturnier schliesslich am 18. September 2022 in Eich LU. Spieler und Trainer erhalten Dress und Verpflegung am Spieltag geschenkt.

Die Finalisten erwarten zudem tolle Preise. Achtung, fertig, los: Anmeldeformulare gibt es ab Montag, 4. April 2022, zum Download unter volg-dorfturnier.ch oder zum Mitnehmen in jedem Volg. Das Anmeldeformular einfach bis am 4. Juni 2022 im Volg in die bereitgestellte Sammelbox werfen.

Mehr Infos: volg-dorfturnier.ch



SAUBERER ÖKOHELD FÜR DEIN ZUHAUSE

#LETLIVECLEAN

in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Mit pflanzenbasierten,
biologisch abbaubaren
Inhaltsstoffen



Flaschenkörper
aus 100% recyceltem
Plastik



Hergestellt in unserer
Zero Waste
zertifizierten Fabrik



Seit über 90 Jahren auf
der Mission für ein
saubereres Sauber

MADE
FOR
MIXING >>



ABSOLUT.®

PLEASE ENJOY RESPONSIBLY

SACKSTARK

Ostern ohne Dekoration? Unvorstellbar! Mit dieser einfachen, aber effektvollen Idee kommen garantiert Frühlingsgefühle auf.

Paperbag Vasen

Schlichte Vasen oder grosse Gläser, zum Beispiel leere Gurkengläser, lassen sich versteckt in kleinen bemalten Papiertaschen toll in Szene setzen. Wer in diese frühlingshafte Deko-Idee so wenig Zeit wie möglich investieren möchte, kauft die Papierbeutel, statt sie selbst zu falten, beispielsweise in einer Papeterie. Bastel-Minimalisten verzieren sie anschliessend mit Klebebuchstaben, Freestyler schwingen selbst die Stifte und Perfektionisten pausen dafür Buchstaben-Schablonen an der Fensterscheibe ab. Wer das Opulente am Tisch oder auf dem Sideboard liebt, nimmt für jeden einzelnen Buchstaben der Osterbotschaft eine separate Tüte. Anschliessend die Vase oder das Glas hineinstellen und mit Blumen bestücken.





VOLG JASS 2022

Spiel und Spass in geselliger Runde

Ab 21. Mai 2022 heisst es wieder ran an die Karten: der Volg Jass lädt in fünf Regionen der Schweiz zum beliebten Kartenspiel. Jasserinnen und Jasser können sich an zehn Turnieren messen und um den Einzug ins Finale spielen.

Kennen Sie die Grundregeln beim Jassen? Falls ja, dann haben Sie die erste Hürde bereits genommen. Machen Sie mit und melden Sie sich an, die halbtägigen Jassturniere finden jeweils am Morgen oder am Nachmittag statt. Es erwarten Sie tolle Preise, musikalische Unterhaltung sowie ein feines Bauernmenü zu Turnierende.

Jassen für mehr Kinderlachen

Im September ist der Volg Erlebnishof von Familie Hotz im Zugerland Austragungsort des «Jass mit Herz». Die Teilnahmegebüh-

ren kommen vollumfänglich der Stiftung Theodora zugute, die mit ihren Traumdoktoren Kindern in Spitälern Momente der Freude und Unbeschwertheit schenkt. Als besonderen Programmpunkt erwartet Sie vor dem Abendessen eine unterhaltsame Farm-Safari. Auf der einstündigen Fahrt im speziellen Safari-Mobil lernen Sie den Betrieb von Familie Hotz kennen.

Regeln und Preise

Es wird ein Einzelschieber über vier Runden gespielt. Alles wird einfach gezählt, ohne «Stöck und Wyys». Im Fricktal AG

und Seeland BE wird mit französischen Karten gejasst, ansonsten mit deutschen Karten. Im Finale kann mit deutschen oder französischen Karten gespielt werden. Die drei Teilnehmenden mit der höchsten Punktzahl gewinnen an den Halbtagesturnieren und am «Jass mit Herz» Volg-Einkaufsgutscheine sowie Spezialitäten vom Erlebnishof. Sie erhalten zudem SBB-Gutscheine und qualifizieren sich für das Finale am 29. Oktober 2022 in Baar ZG, wo um Ferien in der Schweiz im Gesamtwert von rund 3000 Franken gespielt wird.

Jassleiter Köbi
Früh sorgt mit
Fachkompetenz
und Erfahrung für
den regelkon-
formen Ablauf der
Jassturniere.



Das volkstümliche
«Trio Urs Liechti»
unterhält im Seeland.



ZUGERLAND ZG
JASS MIT HERZ

ZUGUNSTEN DER
Stiftung
THEODORA

SAMSTAG, 3. SEPTEMBER 2022

ANMELDESCHLUSS:
19. AUGUST 2022

Informationen und Anmeldung

Morgenjass 9–13 h*

Nachmittagsjass 14–18 h*

«Jass mit Herz» 13.30–19 h*

* In den aufgeführten Turnierzeiten
ist jeweils eine Stunde für die
Mahlzeit nach Turnierende
eingerechnet.

Teilnahmegebühr

Fr. 50.– pro Halbtage,
inkl. Bauernmenü und
alkoholfreien Getränken

**Teilnehmende pro
Jasshalbtage, ab 16 Jahren**

Seebachtal/Zugerland: max. 32 P.

Fricktal/Werdenberg: max. 28 P.

Seeland: max. 24 P.

Anmeldung

Online: naturena.ch
Telefon: 058 433 54 09

Mo bis Fr, 8–12 und 13–17 h
Post: Volg Konsumwaren AG,
Kundendienst «Volg Jass»,
Postfach 344, 8401 Winterthur

Bei Abmeldungen nach Anmelde-
schluss werden 50% und bei Nicht-
erscheinen am Veranstaltungstag
ohne Abmeldung 100% der Teilnah-
megebühr in Rechnung gestellt.



21. MAI 2022

**ERLEBNISHOF
Seebachtal TG**

Volg Erlebnishof «Haldenhof»
Familie Jäger
Haldenhof 1,
8536 Hüttwilen
Anmeldeschluss: 6. Mai 2022

18. JUNI 2022

**ERLEBNISHOF
Werdenberg SG**

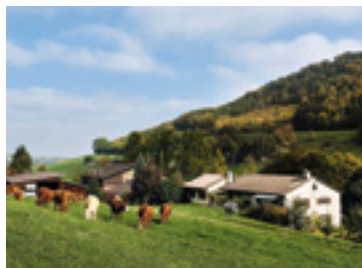
Volg Erlebnishof «Büelsteihof»
Familie Gabathuler
Winkelstrasse 20,
9479 Oberschan
Anmeldeschluss: 3. Juni 2022



16. JULI 2022

**ERLEBNISHOF
Fricktal AG**

Volg Erlebnishof «Erlenhof»
Familie Schmid
5064 Wittnau
Anmeldeschluss: 1. Juli 2022



13. AUGUST 2022

**ERLEBNISHOF
Seeland BE**

Volg Erlebnishof «Barryhof»
Martin Schlup, Monika Flükiger
und Christian Schlup
Schüpfberg 130,
3054 Schüpfen
Anmeldeschluss: 29. Juli 2022



29. OKTOBER 2022

**ERLEBNISHOF
Zugerland ZG**

Volg Erlebnishof «Hotzenhof»
Familie Hotz
Deinikon 11,
6340 Baar
Anmeldeschluss: 14. Oktober 2022



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

Folgen Sie Volg NATURENA auch auf naturena.erlebniswelten



AKTION
15% RABATT
 11.04.-17.04.2022



ENTDECKEN
 SIE DIE

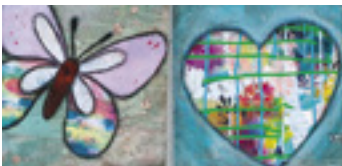
STELLA LINIE

Wir freuen uns
 ganz besonders über
4 Mal Gold

* in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich.

NEUE KURSE IM MAI

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



FRICKTAL AG
6. oder 7. Mai

Mixed Media: Kunst ohne Grenzen

WAS Durch das Zusammenspiel von verschiedenen Farben, Techniken und Materialien entstehen faszinierende Kunstwerke. Egal, ob Pinsel, Kreide, Stifte, Stempel, Schablonen oder Papier: Alles darf miteinander kombiniert werden. Sie werden sich kreativ inspirieren lassen sowie Neues ausprobieren können und am Ende des Tages mit einer einzigartig gestalteten Leinwand (30 x 40 cm) nach Hause gehen. **WANN** Kurs 1: Fr, 6.5.22, 9.30-15 h, Kurs 2: Sa, 7.5.22, 9.30-15 h **WO** Volg Erlebnishof Fricktal, Erlenhof, Wittnau **LEITUNG** Sandra Kurth, Gontenschwil, www.kreative-kunstwelt.ch **TEILNEHMENDE** 15 P. ab 8 J. **PREIS** Fr. 160.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränke sowie Material für Ihr Werk



SEEBACHTAL TG
27. oder 28. Mai

Wikingermesser schmieden

WAS Sie tauchen in das Frühmittelalter ein und schmieden aus nicht rostfreiem Federstahl ein Wikingermesser nach alter Tradition (L: 15 cm). Der passionierte Kunstschmied und Kursleiter zeigt Ihnen das Arbeiten an der Kohlenesse und wie Sie mit Hammer und Amboss die Klinge formen, härten und schleifen. **WANN** Kurs 1: Fr, 27.5.22, 9-17 h, Kurs 2: Sa, 28.5.22, 9-17 h **WO** Volg Erlebnishof Seebachtal, Haldenhof 1, Hüttwilen **LEITUNG** Bruno Staub, Zürich, www.eisenformer.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 140.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränke sowie Material für Ihr Messer

**Kurse
ausgebucht**
Weitere Kurse im
Seebachtal auf
naturena.ch



SEELAND BE
13. oder 14. April

Geflochtener Nielenkorb mit Gartenkräutern

WAS Für diesen schmucken Küchengarten flechten Sie einen robusten Korb aus Waldreben (Nielen), den Sie anschliessend mit fünf Gartenkräutern (Rosmarin, Thymian, Salbei, Oregano, Schnittlauch) bepflanzen können. Für den individuellen Touch steht Ihnen eine Auswahl an Naturmaterialien zum Ausdekoriieren Ihres Kräuterkorbs (Ø 50 cm, Höhe 20 cm) zur Verfügung. **WANN** Kurs 1: Fr, 13.5.22, 9-14.30 h, Kurs 2: Sa, 14.5.22, 9-14.30 h **WO** Volg Erlebnishof Seeland, Barryhof, Schüpberg 130, Schüpfen **LEITUNG** Marianne Guillod, Seedorf, www.fleuristik.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 18 J. **PREIS** Fr. 155.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränke sowie Material für Ihren Nielenkorb mit fünf Gartenkräutern.



ZUGERLAND ZG
13. oder 14. Mai

Handlettering mit dem iPad

WAS Am Morgen erlernen Sie die Grundkenntnisse rund um das Thema Handlettering auf Papier. Am Nachmittag werden Sie in das digitale Lettern auf dem iPad eingeführt und schon bald können Sie zum Beispiel Etiketten für den Sirup oder Eingemachtes selbst designen und ausdrucken. Sie erhalten ein Starterset mit drei Stiften und je ein Skript «Handlettering für Einsteiger» sowie «Lettern und visualisieren auf dem iPad». **WANN** Kurs 1: Fr, 13.5.22, 9-16 h, Kurs 2: Sa, 14.5.22, 9-16 h **WO** Volg Erlebnishof Zugerland, Hotzenhof, Deinikon 11, Baar **LEITUNG** Gabi Schwiter, Lachen, www.schoenerschulen.ch **TEILNEHMENDE** 16 P. ab 11 J. **PREIS** Fr. 170.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material im Wert von Fr. 15.-



WERDENBERG SG
20. oder 21. Mai

Kunstvolles aus Beton

WAS Ein Herz, eine Vogeltränke oder eine Skulptur? In diesem Betonkurs wird nicht modelliert, sondern geschnitzt - die Methode nennt sich auch «wet carving». Zu Beginn giessen Sie aus Skulptierbeton einen Block, den Sie dann marmorieren können. Bereits nach kurzer Wartezeit lässt sich der Block bearbeiten und Sie können daraus Ihr Objekt in der gewünschten Form schnitzen. **WANN** Kurs 1: Fr, 20.5.22, 9-17 h, Kurs 2: Sa, 21.5.22, 9-17 h **WO** Volg Erlebnishof Werdenberg, Büelsteihof, Winkelstrasse 20, Oberschan **LEITUNG** Peter Wanner, Niederbüren, www.wannerhof.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 205.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränke sowie Material für Ihr Betonobjekt (ca. 30 x 38-45 cm, bis 20 kg)

Infos und Anmeldung

www.naturena.ch

oder Tel. 058 433 54 09

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

Anmeldeschluss 15.4.2022

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.

PENNE AL WODKA

Dieses Rezept macht nicht nur die Familie von Leserin Sonja Bieri aus dem Berner Oberland glücklich. Auch sie selbst profitiert von der schnellen Zubereitung und geniesst umso mehr Zeit beim Aktivsein in der Natur.

PENNE AL WODKA

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

- 400 g Penne
- 8 Sch. Hinterschinken, in Streifen
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 Knoblauch, gepresst
- 1 Bund Peterli, fein gehackt
- 1 EL Olivenöl
- 4 EL Tomatenpüree
- 5 dl Halbrahm
- 2-3 EL Wodka
- Salz
- Pfeffer oder Tabasco
- 50 g Reibkäse, z. B. Grana Padano

1. Penne in kochendem Salzwasser al dente kochen.
2. Schinken mit Zwiebeln, Knoblauch und Peterli im heissen Öl andämpfen. Tomatenpüree daruntermischen, Rahm dazugliessen und kurz aufkochen, Wodka daruntermischen, würzen.
3. Penne abgiessen, mit der Sauce mischen. Reibkäse darüberstreuen.



SONJA BIERI, ZWEISIMMEN BE

Im Winter trifft man Sonja Bieri auf der Loipe oder beim Schneeschuhwandern, im Sommer geht sie mit ihrem Ehemann am liebsten wandern oder biken. Da bleibt nur wenig Zeit für ausufernde Kochexzesse. «Dieses Rezept benötigt nur wenige Zutaten und ist schnell gemacht», schwärmt die Bernerin, die gern im Volg Boltigen einkauft. «Und dank des Wodkas hat das Gericht einen aussergewöhnlichen Geschmack.» Kommen ihre beiden Töchter zum Znacht, macht sie grundsätzlich mehr davon. «Weil's so gut schmeckt und fast niemand aufhören kann.»

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-Mitbewoh-
nern oder Ihrem Partner - an
Medienart AG, «Öise Lade»
Leserrezept, Aurorastrasse 27,
5000 Aarau oder
oese.lade@volg.ch



SIPURO



Sipuro
Backofen & Grill
500ml*



Sipuro
Küche
500ml



Sipuro
Bad
500ml



Sipuro Backofen
& Grill Schaum
500ml*



Sipuro
Glaskeramik
225ml*



Sipuro
Chromstahl
225ml*



*in kleineren Verkaufsstellen evtl.

Energizer
MAX.

**VOLLE POWER
OSTERN FEIERN!**

Mit der **Nr.1**, der meistverkauften Alkali-Batterie.

BIS ZU
50%
LÄNGERE LEISTUNG*



NUR FÜR KURZE ZEIT:
**MEHR
POWER**
ZUM GLEICHEN PREIS!*

AKTION
CHF **14.90**
statt CHF **25.50**



**FREE
GRATIS**



* In Digitalkameras im Vergleich zu Standard Alkali-Batterien; nur AA
** Aktionszeitraum: 28. März bis 03. April 2022.

TM

GEWINNEN MIT FINDUS

EINKAUFSGLÜCK IM DORFLADEN MIT DER VOLG-GESCHENKKARTE



1.
PREIS

WETTBEWERBS- FRAGE

Aus welchem Protein bestehen die Findus Green Cuisine Nuggets? Die Lösung finden Sie im «Chuchichäschтли» dieser Ausgabe.

- A Sojaprotein
- B Weizenprotein
- C Linsenprotein

PREISE

1. Preis im Wert von Fr. 1500.-
Eine Volg-Geschenkkarte

2.-10. Preis im Wert von je Fr. 600.-
Ein Tiefkühlschrank gefüllt mit Findus-Produkten

11.-30. Preis im Wert von je Fr. 55.-
Ein Warenkorb gefüllt mit Findus-Produkten

Vegetarier, Veganer, Flexitarier oder neugierige Gwundernase? Egal, denn Findus möchte die volle pflanzliche Power allen Geniesserinnen und Geniessern zugänglich machen. Für die veganen «Green Cuisine»-Produkte werden daher wertvolle Pflanzenproteine mit aromatischen Gewürzen und Kräutern kombiniert. Die Fleischalternativen kommen ganz ohne Zusatz von Geschmacksverstärkern und Zucker aus und sind noch dazu frei von Palm- und Sojaöl.

Grün auch bei der Herstellung

Findus verzichtet bei seiner Plant-based-Linie «Green Cuisine» bewusst auf die Verwendung von Soja, da dieses im Anbau im Vergleich zu anderen Pflanzenproteinen einen hohen Flächenverbrauch hat. Die veganen «Green Cuisine Nuggets» und der «Green Cuisine

Burger» sind damit nicht nur einzigartig im Geschmack, sondern schonen auch Umwelt und Ressourcen. Um Material und Platz beim Transport zu sparen, sind die Verpackungen ausserdem nur so gross wie nötig. Die beiden «Green Cuisine»-Produkte sind also in vielerlei Hinsicht grün. Nachhaltig ist auch das Einkaufen – zu Fuss oder mit dem Velo – im Volg im Dorf. Und mit einer Volg-Geschenkkarte, die es als Hauptpreis zu gewinnen gibt, macht das Einkaufen noch mehr Spass!



MITMACHEN & 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. März bis 21. April 2022

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.

YUMMY POWER

Emmi
ENERGY
MILK

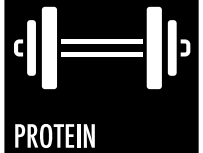


NR. 1
PROTEIN
DRINK*

26 GRAMM PROTEIN

Proteine machen nicht nur satt, sondern haben auch eine unterstützende Funktion beim Muskelaufbau und der Regeneration nach dem Sport. Die Emmi ENERGY MILK High Protein Produkte beinhalten eine volle Ladung Proteine und zusätzlich auch wertvolle Vitamine. Zudem sind sie besonders gut verträglich, da sie laktosefrei sind. Und das Beste zum Schluss:

Sie enthalten **keinen zugesetzten Zucker.**



PROTEIN



VITAMINS



LACTOSE FREE



NO ADDED SUGAR

**HOLE DIR JETZT
26 % RABATT!**

19.04.2022 BIS 24.04.2022

* No. 1 Protein Drink Brand; Nielsen DH CH; Sales MAT CW40/2021
** in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

RÄTSELN UND GEWINNEN!

engl.: Ostern	klösterl. Stift	Strudelwirkung	Doppelkonsonant	Haushaltspläne	grosser Papagei	Winter-sportgeräte	Glaubensbekenntnisse	hin und ...	ugs.: sowieso	Warenhausabteilung
		8			kleiner Herd					
schweiz. Architekt (Mario)				3	Musikrichtung: Heavy ...	Massnahme z. Heilung (Kw.)			6	
Abk.: Tag			Fluss im Kanton Aargau		Mitglied d. Gruppe Yello (Dieter)		4		Laubbaum	
bösart. Computerprogramm		Kaviarfisch				Sondergut-schrift		ital. Artikel		
				Trauben ernten		Überbringerin				
Gemüsepflanze	wasserabweisendes Gewebe	dt. Schauspieler (Mario)		nigerian. Grossstadt				poet.: standhaft		Backgewürz
					9	Körperstellung		schweiz. Aussenministerium		
feierl. Gedicht				Staat in Süd-arabien		süsse Backware				
Gesäss			widerstandsfähige Hose				2	krautige Pflanze		Beleuchtungskörper
Nachlass erhalten					Betrüger beim Spiel	zwölf Dutzend			5	
			südam. Volkstanz		grosse subtrop. Beerenfrucht					Fecht-waffe, Degen
zweistellige Zahl		zementartiger Baustoff					1	Sprechpausenüberbrückung		Zch. f. Lawrencium
Edelgas				Flugabwehrkanone (Kw.)		Quellgebiet des Rheins				
Essgeschirr für Soldaten	kurz für: an das	Tapferkeit, Verwegenheit		Flugblatt (ugs.)				internat. Presseagentur		
	7					engl.: gehen		ital. Tonbez. für das E		
bloss, lediglich				schlecht			Tonband (engl.)			
Gehilfe					span. Ausruf				männl. Fürwort	

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 zwölf Wasserkochern Melitta® Look® Aqua DeLux im Wert von je Fr. 95.-

Der Look®-Aqua-DeLux-Wasserkocher von Melitta® mit 1,7 Liter Fassungsvermögen bringt das Wasser per Knopfdruck auf die gewünschte Temperatur: 80°C für Tee, 95°C für Kaffee oder bei Bedarf siedend heisses Wasser mit 100°C. Die Warmhaltefunktion sorgt zudem bis zu 30 Minuten lang für eine gleichbleibende Temperatur. Die beleuchtete Wasserstandsanzeige ist von beiden Seiten gut ablesbar. Weitere Informationen: 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 28. März bis 21. April 2022.

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?

Hahn



im Aargauischen
Güggel

in Romanischbünden
il cot

im Bernbiet
Gügger, Han

im Thurgauischen
Gööggel

im Glarnerland
Guli

im Baselbiet
Güggel

im Rheintal
Hähn

im Schwyzerischen
Güli

VORSCHAU «ÖISE LADE» MAI



Rot wie die Liebe
Von flüssig bis cremig: Ein Mix an kulinarischen Ideen für unsere liebste Beere.



Es wird angefeuert
Fleisch, Gemüse und Käse: Leichte Grillrezepte, die an warmen Tagen glücklich machen.

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



Heimat ist unser Bier.

In unserem Land braut sich einiges zusammen – im wahrsten Sinn des Wortes. Denn wie jede Region einzigartig ist, weiss sie einzigartige Biere zu brauen. Und weil Volg der Schweiz und ihren Produzenten aus Überzeugung die Stange hält, ist Schweizer Bier immer unser Bier. Welches ist Ihr Bier? Entdecken Sie Bierspezialitäten von der Ostschweiz bis in die Westschweiz, gebraut in Berg und Tal – erhältlich direkt vor Ihrer Haustür im Volg im Dorf.
www.volg.ch



CHOPFAB



Nicht jedes Bier ist in jeder Verkaufsstelle erhältlich.

 PURINA®

NEU

felix®

KATZE MÜSSTE MAN SEIN!

So unwiderstehlich

OHNE
ZUSATZ VON
FARBSTOFFEN

OHNE
ZUGESetzte
KONSERVIER-
UNGSSTOFFE



 PURINA®

Your Pet, Our Passion.®