

SEPTEMBER 2022

ÖISE LADE

KOCHEN, ENTDECKEN, ERLEBEN: DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG

CHILBIZEIT

Süssigkeiten, bei denen
nicht nur Kinderaugen leuchten

ÖISI UMWÄLT

Die «Lebensmittellampe»
als Einkaufshilfe



ES HERBSTELT

Wahre «Aufschneider»-Gerichte mit Speck, Schinken und Co.

Volg
frisch und fründlich

PURER FRUCHTGESCHMACK FÜR DIE GANZE FAMILIE



AKTION

21% AUF ALLE ANDROS FRISCHSÄFTE
VOM 13.09. BIS 18.09.2022



INHALT



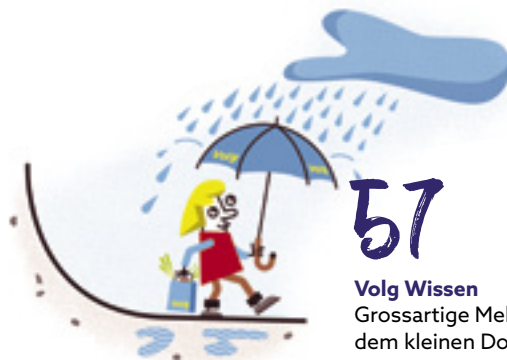
12

Ösi Chuchi
Geliebte Aufschneider:
Kochen mit Trockenfleisch und Co.



38

Ösi Chuchi
Zurück in die Kindheit: süsse
Chilbirezepte zum Schwelgen



57

Volg Wissen
Grossartige Mehrwerte unter
dem kleinen Dorfladen-Dach



51

Öise Volg
Lernende wie Colin Manser
vom Volg Neftenbach ZH sind
eine Woche lang der «Chef»

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

Vielleicht ist Ihnen beim Einkaufen schon das Bewertungssystem «Nutri-Score» mit Buchstaben von A bis E aufgefallen? Warum Volg sich als erster Schweizer Detailhändler entschlossen hat, dieses konsequent auf allen Lebensmittelverpackungen der Eigenmarken abzudrucken und wie Ihnen die sogenannte «Lebensmittelampel» eine Einkaufshilfe sein kann, erfahren Sie ab Seite 32. Zum «Poschten» im Volg gehört auch, dass Sie «Märkli» erhalten. Diese können Sie im Rahmen unserer mehrjährigen Partnerschaft mit der Stiftung Theodora ab sofort wieder für einen guten Zweck spenden und Kindern im Spital noch mehr Momente der Abwechslung und Freude schenken. Lesen Sie mehr dazu auf Seite 53. Freude am Kochen und Geniessen wollen wir Ihnen wiederum mit den Rezepten in «Ösi Chuchi» bereiten. Ab Seite 12 zeigen Aufschnitte, dass sie nicht nur auf dem kalten Plättli nach der Wanderung, sondern auch in allerlei Gerichten hervorragend schmecken. Und ab Seite 38 versüssen Chilbi-Spezialitäten den Alltag. Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen mit dieser Ausgabe.



frisch und fründlich

Philipp Zraggen
Philipp Zraggen
Vorsitzender der Geschäftsleitung

- 5 **CHUCHICHÄSCHTLI**
Monatshits und Saisontipps
- 12 **ÖSI CHUCHI**
Geliebte Aufschneider
- 25 **TRAUMPAAR**
Käse und Wein des Monats
- 27 **WEIN-AKTIONEN**
Jetzt profitieren
- 29 **SPEZIALANGEBOT**
Exklusive Walliser Weine
- 30 **SAISON FÜR ...**
Peperoni
- 32 **ÖSI UMWÄLT**
100% Nutri-Score: Alles über
die Lebensmittelampel
- 35 **NEU IM VOLG**
Volg Familienpreis Orangensaft
- 37 **ÖSI MARKE**
Volg Familienpreis Branches
und Choc-o-Schaum
- 38 **ÖSI CHUCHI**
Chilbi für daheim
- 47 **ÖISE FAVORIT**
3-Eier Teigwaren von
«Bschüssig»
- 48 **TYPISCH SCHWEIZ,
TYPISCH VOLG**
Ganzjähriger Klassiker:
Nüsslisalat aus Buchs ZH
- 51 **ÖISE VOLG**
Rollentausch in der
Führungswoche
- 53 **CHURZ & FÜNDIG**
Neues aus der Volg-Welt
- 54 **ÖISE FAVORIT**
Cailler-Branche Gipfel
von Hiestand
- 57 **VOLG WISSEN**
Volg: Mehr als ein Laden
- 58 **FEINS VOM DORF**
Scharfe Feuer-Ringe aus
dem aargauischen Widen
- 61 **NATURENA**
Winzer Philipp Hotz über
die Arbeit im Rebberg
- 63 **NATURENA-KURSE**
Die neuen Kurse im Oktober
- 64 **LESERREZEPT**
Camembert-Bohnen-Plätzli
- 67 **WETTBEWERB**
Gewinnen mit Hiestand
- 69 **KREUZWORTRÄSEL**
Mitmachen und gewinnen
- 70 **CHRUT & RÜEBLI**
Mundartlexikon: schaukeln
Vorschau
Impressum

**VERRÜCKT
VERNÜNFTIG.**



**VERRÜCKT GUT,
NATÜRLICH
VERNÜNFTIG.**

**KOFFEIN
KICK** 



* in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich.



DE GRÜNEN DUUME

Frischekick für Blumen

Sonnenblumen verlängern den Sommer und zaubern Wohlfühlambiente ins Haus. Damit die Freude länger währt, sollten die unteren Blätter immer entfernt werden, da sie im Vasenwasser zu Fäulnis führen. Besser lauwarmes Wasser verwenden, kaltes mögen sie nicht. Die Stiele schräg anschneiden und sonnenexponierte Standorte im Haus vermeiden, ebenso das Platzieren neben Äpfeln, Birnen oder Bananen. Das in den Früchten enthaltene Ethylen lässt die Blumen schneller welken. Auch Dahlienblätter sollten nicht ins Wasser ragen, die Vasen stets ganz sauber sein. Da Dahlienknospen in der Vase nicht mehr aufgehen, können alle Nebenknospen entfernt werden. Zugluft vermeiden und täglich das Wasser wechseln. Das verlängert die Haltbarkeit der Blumen um einige Tage.

GUT ZU WISSEN

PEPERONI

Die Peperoni verleiht Salaten, Suppen, Eintöpfen und kalten Platten eine bunte Note. Vier einfache Rezepte mit Peperoni finden Sie auf Seite 30 und nachfolgend ein paar Wissensbissen rund um das Gemüse.

- Frische Peperoni besser nicht im Kühlschrank lagern. Zwar bleiben sie dort länger frisch, büßen aber an Aroma und Vitaminen ein.
- Rote Peperoni enthalten besonders viel Vitamin C, nämlich 300 Milligramm pro 100 Gramm Frischgemüse.
- Die Schale der Peperoni kann Blähungen verursachen. Für Rohkost wird sie am besten mit dem Sparschäler geschält. Strunk und Kerne erst nach dem Schälen entfernen. Für Antipasti die Peperoni rüsten, vierteln und ins kochende Wasser geben. Nach ca. 2 Minuten kalt abschrecken und schälen. Wer sie im Ofen zubereiten möchte: Bei 200°C ca. 10-15 Minuten backen, bis sie schwarze Blasen wirft. Mit einem feuchten Handtuch bedecken und nach dem Erkalten die Schale abziehen.
- Die Kerne in der Peperoni können bedenkenlos gegessen werden. Im Gegensatz zu den Kernen in den verwandten Peperoncini enthalten sie kaum Scharfstoffe.



MONATSHITS SEPTEMBER

Mediterranes Brätschnitzel und Pouletschenkel-Cordonbleu

Mit den kühleren Tagen darf es gern wieder etwas wärmschaffer sein. Im Volg erwartet Sie jetzt wieder jeden Monat ein neues Brätschnitzel und ein neues Cordonbleu! Vom Süden inspiriert ist das Brätschnitzel. Es wird mit Schinken- und Tomatenwürfeln durchzogen. Dazu kommt cremiger Käse. Aus saftigem Pouletschenkelfleisch, klassisch gefüllt mit Käse und Schinken, ist das Cordonbleu des Monats. Beide panierten Fleischspezialitäten für die einfache Zubereitung in der Pfanne sind aus Schweizer Fleisch.




Wernli **teilt** me gernli.



Mehr Infos auf wernli.ch

Das Produkt Amandine ist in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich

HOCHSAISON FÜR TRAUBEN

Zum Naschen und Kochen

Dass Trauben ein Traumpaar mit Käse sind, ist bekannt. Doch die prallen Früchte können noch viel mehr und sind wahrlich kulinarische Multitalente: Sie harmonieren ebenso perfekt im Rucola-, Chabis- oder Pouletsalat, zum Beispiel mit Curry.

Ausserdem passen sie zu Wild, Pilzen und knusprig gebratenem Speck oder orientalischen Kreationen mit Reis, Hirse oder Hülsenfrüchten. Entdecken Sie die

Traubenvielfalt im Volg – von weissen, rosé bis zu blauen Trauben. Und wer sich an den Kernen stört, findet kernlose weisse Trauben. Wie wäre es mit einer Focaccia mit Trauben oder einem schönen Herbstsalat? Zwei Rezepte mit Trauben finden Sie in «Ösi Chuchi» ab Seite 12 und viele weitere auf volg.ch/rezepte.



« Wie im September tritt der Neumond ein, so wird das Wetter den Herbst durch sein. »

Bauernregel im September

* Neumond am 25.9.2022

WETTBEWERB, SEITE 67

Geglücktes Zusammenspiel

Essen lebt von Emotionen. Es bringt Menschen zusammen und beschert viele genussreiche und glückliche Momente. Vor 22 Jahren fand die Bäckerei Hiestand in Cailler den perfekten Mitspieler, um die Fans der Schoggigipfel mit einem geglückten Zusammenspiel zu begeistern:

den Cailler-Branche Gipfel, der seitdem einen unangefochtenen Spitzenplatz unter seinen Anhängern hat. Doch kann der Schoggigipfel weit mehr, als «bloss» kulinarisch begeistern. Er

ist auch Nervennahrung, wenn es im Leben spannend wird – egal, ob unterwegs, bei der Arbeit oder zu Hause. Und natürlich immer dann, wenn eine süsse Pause nötig ist.





Schweizer Käse ist Vertrauen.

Weil er von dort stammt, wo wir zu Hause sind.



Schweiz. Natürlich.

Unser Schweizer Käse.
www.schweizerkaese.ch



CHUCHICHÄSCHTLI

KALTE PLATTEN

DIE FRAGE DER MENGE

Umgangssprachlich nennt man sie schlicht und einfach «kalte Platten». Heute feiert man sie auf Social-Media-Kanälen als «Charcuterie Boards» als neuen Foodtrend. Wie man sie auch immer nennen mag: die appetitlichen Arrangements aus Tranchen verschiedener Trockenfleischarten und Trockenwürsten, Käse und Nüssen sind an Apéros und Partys ein Hingucker und werden durch die Auswahl an Delikatessen jedem Geschmack und jeder Vorliebe gerecht. Bleibt die Frage der Menge. Als Faustregel für Gastgeberinnen und Gastgeber gilt: Für einen Apéro rechnet man 50–100 Gramm pro Person, für eine Mahlzeit ca. 200–250 Gramm. Wer also eine kleine Tischrunde verwöhnen will, beschränkt sich am besten auf eine kleine, feine Auswahl an Spezialitäten. Oder aber man kauft in genügender Menge ein und bereitet sich mit den restlichen Stücken etwas Gutes zu. Ab Seite 12 finden Sie Ideen, was sich mit Mostbröckli, Landjäger, Salami und Rohschinken Feines zaubern lässt.



SCHOKOLADEN-AUFSTRICH

RÜBIS & STÜBIS

Ist das Glas mit dem Schokoladenaufstrich fast leer, lassen sich mit den Resten feine Milchshakes zubereiten. Einfach kalte Milch ins Glas geben, Deckel darauf schrauben und kräftig schütteln, bis sich die Crème vom Rand und Boden gelöst hat. Mit warmer oder heisser Milch wird daraus eine heisse Schoggi mit Haselnuss-Aroma. Perfekt für die letzten Spätsommertage: Den Shake mit einer Kugel Vanilleglacé und ein paar Eiswürfeln servieren. Herrlich erfrischend und so einfach in der Herstellung.

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

NEU im Volg



VOLG FAMILIENPREIS TORTELLONI MIT SPINAT UND RICOTTA, 500 G*

Gross in der Menge, klein im Preis – und blitzschnell zubereitet! Damit geben die neuen Volg Familienpreis Tortelloni mit Spinat und Ricotta den Ton an. Nach nur zwei Minuten Kochzeit ist das schnelle Zmittag oder Znacht für die ganze Familie fertig. Und: Wer gute Esser am Tisch hat, plant lieber gleich zwei Packungen ein.

Fr. 2.60

Cailler

DER GIPFEL MIT DER LIEBLINGSSCHOKOLADE UNSERER NATIONALTEAMS

hergestellt von der Bäckerei HIESTAND



IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTlich.



OFFICIAL
LICENSED
PRODUCT



CHUCHICHÄSCHTLI

TRICK 77

AUF EIS GELEGT

Nüsse und Kerne sind fetthaltig. Deshalb vertragen sie höhere Temperaturen, wie sie bisweilen in Küchen herrschen, schlecht. Mit einem einfachen Trick lässt sich ihre Genussbarkeit um rund ein Jahr verlängern: Gemahlene Mandeln oder Haselnüsse «frisch aus dem Volg» in den Tiefgefrierer legen. Das Fett in den Nüssen sorgt dafür, dass sie auch bei Minustemperaturen schön lose bleiben und gut portionenweise verwendet werden können. Darauf achten, dass die Verpackung nach jedem Öffnen gut verschlossen wird.



WEINTIPP

ZUM PLÄTTLI EIN PRIMITIVO



PIANA DEL SOLE PRIMITIVO SALENTO IGT, ITALIEN, 2020

Geniesst man nach einem Spätsommertag in guter Gesellschaft ein kaltes, gemischtes Plättli oder eine Käseplatte, ist dieser Primitivo aus dem sonnenverwöhnten Apulien der richtige Partner für die gesellige Runde. «Geschmeidig macht er sich im Gaumen breit und wartet nicht lange drauf, mit seiner modern-frivolen Art zu unterhalten», bringt es die renommierte Schweizer Weinautorin Chandra Kurt im «Weinseller 2022» auf den Punkt. Für sie ein «spassiger Südtaliener» – und einen solchen hat man doch immer gerne mit am Tisch! Natürlich hat er auch geschmacklich einiges zu bieten: In der Nase Nuancen von eingelegten Kirschen, Brombeerkonfitüre, Heidel- und Johannisbeere, schwarzem Pfeffer und Gewürzkräutern, im Gaumen kräftig und gradlinig mit angenehm üppigen Tanninen. Mit seinem intensiven Rubinrot und violetten Reflexen steht er den kräftigen Farben des Herbstes um nichts nach. Und ziehen schon etwas kühlere Temperaturen auf, die nach warmem Essen verlangen, ist ein Teller Pasta mit Ragout genau das Richtige dazu. Beeindruckende 17 Punkte gibt es von Chandra Kurt für diesen Rotwein und einen Stern für das herausragende Preis-Leistungs-Verhältnis obendrein.

75 cl, 17 Punkte*, Fr. 13.90

* speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis

Anzeige

Wahrer Tabakgenuss
**NOTHING
TO ADD**

▶ **JETZT SAMMELN
UND GEWINNEN!**
www.pueblotreueaktion.ch

PUEBLO
Feinschnitt 25 g 6⁹⁰ CHF
In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

SPÄTSOMMER-FOCACCIA

Saftige Trauben, süsse Feigen und herzhafter Rohschinken: ein herrlich herbstlicher Brotgenuss, den ein Glas Wein dazu perfekt macht.
Rezept auf Seite 23

GELIEBTE AUFSCHNEIDER



**HERBSTSALAT MIT
ROHSCHINKEN-CHIPS**

Ein Salat mit Pfiff: Nüsslisalat,
Trauben und Tête de Moine
sowie im Ofen gerösteter
Rohschinken für die besondere
Note. Rezept auf Seite 23

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

Aufschnitt macht gute Laune: So ist ein schönes Charcuterie-Plättli zum Apéro stets ein Hit. Schinken, Trockenfleisch und Co. verleihen aber auch Spätsommer-Gerichten mit einem Hauch Herbst ihren eigenen Charakter.



PIZOKEL MIT BÜNDNERFLEISCH UND WIRZ

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

RUHEN LASSEN ca. 30 Minuten

250 g Weissmehl
250 g Magerquark
3 Eier
Salz, Pfeffer, Muskat

1 EL Butter
80 g Schweizer Halbhartkäse,
z. B. Der scharfe Maxx,
Volg Dorfchäs oder Bündner
Bergkäse, grob gerieben
Salz, Pfeffer

500 g Wirz, in Streifen geschnitten
1 EL Butter
110 g Bündnerfleisch-Tranchen,
in Streifen geschnitten

1. Weissmehl mit Quark und Eiern zu einem glatten Teig verrühren, würzen und ca. 30 Minuten ruhen lassen.
2. Wirz in warmer Butter in einer Bratpfanne anbraten, Bündnerfleisch hinzugeben und ca. 3 Minuten mitbraten, beiseitestellen.
3. In einem grossen Topf Salzwasser aufkochen. Teig portionsweise auf ein kalt abgespültes Schneidebrett geben, mit einem Spachtel Pizokel in das kochende Salzwasser schaben, ca. 3 Minuten ziehen lassen.
4. Pizokel mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen lassen, zum Wirz und Bündnerfleisch geben. Butter und Käse hinzufügen, würzen und sofort servieren.

ÖSI TIPPS

- Dazu passt ein saisonaler Blattsalat.
- Mit Spätzli aus dem Kühlregal anstelle selbstgemachter Pizokel wird das Rezept zum Blitzgericht.

BROCCOLI-MOSTBRÖCKLI-MUFFINS MIT ZITRONEN-DIP

FÜR 4 Personen / 12 Stück

ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

BACKEN ca. 25 Minuten

Muffinform

Butter und Paniermehl für die Muffinform

MUFFINS

1 Zwiebel, fein gehackt
1 EL Olivenöl
60 g Mostbröckli Anschnitte,
grob gehackt
450 g Broccoli, 6 Röschen beiseite
gelegt, halbiert, Rest grob gehackt
1 EL Olivenöl
2 dl Gemüsebouillon
4 Eier, verklopft
1,5 dl Vollmilch
250 g Weissmehl
120 g Reibkäse, z. B. Emmentaler/
Gruyère
1 TL Backpulver
Salz, Pfeffer

1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten
½ Zitrone, heiss abgespült, Schale
abgerieben, Saft ausgepresst
Salz, Pfeffer

1. Zwiebel in heissem Öl in einer Bratpfanne anbraten, Mostbröckli hinzugeben, kurz mitbraten. Herausnehmen und beiseitestellen.
2. Broccoli in derselben Pfanne in heissem Öl andünsten. Mit Gemüsebouillon ablöschen, 5 Minuten weichkochen, abkühlen. Mit Mostbröckli, Zwiebel, Eier und Milch mischen.
3. Mehl mit Reibkäse und Backpulver mischen, Eiermasse hinzugeben, würzen.
4. Teig in vorbereitete Muffinform verteilen, beiseitegelegte Broccoli-Röschen daraufsetzen.
5. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen (Ober-/Unterhitze) ca. 25 Minuten backen.
6. Für den Dip alle Zutaten mischen und zu den Muffins servieren.

ÖISE TIPP

Die Muffins können warm oder kalt serviert werden.

ZITRONEN-DIP

1,8 dl Crème fraîche nature



Gaumenschmaus. Mal besser.



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.

 www.malbuner.ch

Mal besser:

Malbuner[®]

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

RÖSTTOMATEN-SUPPE MIT CROÛTONS UND SALAMI-TOPPING

FÜR 4 Personen als Vorspeise

ZUBEREITEN ca. 45 Minuten

BACKEN ca. 35 Minuten

Backpapier für das Backblech

SUPPE

1 kg **Tomaten**, in grobe Stücke
geschnitten

2 **Zwiebeln**, geviertelt

2 **Knoblauchzehen**

2 EL **Olivenöl**

1 TL **Zucker**

Salz, Pfeffer

2 dl **Gemüsebouillon**

½ Bund **Peterli**, grob gehackt

Salz, Pfeffer

CROÛTONS

2 EL **Butter**

1 **Knoblauchzehe**, gepresst

2 **Toastbrot**scheiben, in Würfel
geschnitten

Salz

GARNITUR

65 g **Salamischeiben**, in Streifen
geschnitten

1. Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch auf das vorbereitete Blech legen. Öl darüberträufeln, Zucker darüberstreuen, würzen.
2. In der Mitte des auf 220 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 35 Minuten backen.
3. Gemüse mit Bouillon und Peterli pürieren, würzen.
4. Butter in einer beschichteten Pfanne heiss werden lassen, Knoblauch andünsten. Toastbrotwürfel begeben, unter Rühren knusprig braten, salzen.
5. Suppe mit Croûtons und Salami servieren.

ÖISI TIPPS

- Für eine vegetarische Variante können die Salamistreifen durch geröstete Baum-
nüsse ersetzt werden.
- Mit geröstetem Brot servieren.





Jetzt in Aktion!

-15%

VOM 05.09. – 11.09.2022
AUF AUSGEWÄHLTE KNORR GROSSDOSEN



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

-20%

VOM 12.09. – 18.09.2022
AUF AUSGEWÄHLTE KNORR DUO SAUCEN



RÖSTI-BURGER MIT SCHINKEN UND WEISSWEIN-BIRNEN

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

BACKEN ca. 10 Minuten

Backpapier für das Backblech

BIRNEN

2 TL Zucker

2 dl Weisswein

2 EL Weissweinessig

1 Birne, z. B. Williams oder Gute Luise, in Scheiben

RÖSTI-BUN

700 g festkochende Kartoffeln, grob gerieben
Salz, Pfeffer

4 EL Bratbutter

RÖSTI-BURGER

2 Zwiebeln, in Ringe geschnitten

1 EL Bratbutter

4 Scheiben Hinterschinken

½ Bund Peterli, fein gehackt

100 g Raclettekäse nature, grob gerieben

1. Zucker, Wein und Essig in einer Pfanne bei starker Hitze aufkochen, Pfanne von der Platte nehmen,

Birne hinzugeben, ca. 15 Minuten ziehen lassen, beiseitestellen.

2. Geriebene Kartoffeln gut auspressen, würzen. Masse achteln, von Hand zu acht Talern formen. Buns portionenweise in heisser Bratbutter beidseitig je ca. 5 Minuten anbraten.

3. Zwiebelringe in warmer Bratbutter in einer beschichteten Pfanne anbraten, beiseitestellen.

4. Die Hälfte der Rösti-Buns auf das vorbereitete Blech legen, mit Schinken, Birnen, Zwiebeln, der Hälfte des Käses und Peterli belegen. Mit den restlichen Rösti-Buns bedecken.

5. In der Mitte des auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens 5-10 Minuten backen.

ÖISI TIPPS

- Mit einem Nüsslisalat servieren.
- Die Birnen können auch alkoholfrei zubereitet werden. Dafür den Weisswein durch Wasser ersetzen.
- Besonders schön werden die Buns, wenn man sie in einem Anrichtering in der Pfanne röstet.



ÖISI CHUCHI



GEMÜSESCHMORTOPF MIT LANDJÄGER

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

SCHMOREN ca. 40 Minuten

2 Zwiebeln, geschält, geviertelt

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

2 EL Olivenöl

500 g festkochende Kartoffeln, in Würfeln

2 rote Peperoni, in Streifen geschnitten

2 Rübli, geschält, in grobe Stücke geschnitten

2 TL Paprikapulver

2 dl Gemüsebouillon

400 g gehackte Tomaten aus der Dose

½ Bund Peterli, fein gehackt

1 Lorbeerblatt
Salz, Pfeffer

4 Landjäger, geschält, in Würfel geschnitten

1,8 dl Crème fraîche

½ Bund Peterli, fein gehackt

1. Zwiebeln und Knoblauch in heissem Öl in einem Schmortopf anbraten.

2. Kartoffeln, Peperoni und Rübli hinzufügen, 5 Minuten mitbraten.

3. Paprikapulver und alle Zutaten bis und mit Lorbeerblatt begeben, würzen, zugedeckt ca. 30 Minuten schmoren.

4. Landjäger begeben, 10 Minuten weiterschmoren, mit Crème fraîche und Peterli anrichten.

ÖISI TIPPS

- Statt Peterli frischen Thymian verwenden.
- Mit einem grünen Salat, frischem Brot oder Knobli-Brot servieren.

ZENI
1870



*

IN DIESEN WEINEN WIDERSPIEGELT SICH LANGE TRADITION.

Seit über 150 Jahren keltert die Familie Zeni ihre Weine auf den zauberhaften Moränenhügeln am Gardasee. Die Liebe und der Respekt für das Land und der Wunsch, das Beste daraus zu machen, entdeckt man in den Weinen der Cantina Zeni wieder.

AUCH ALS
***37.5 CL**
ERHÄLTlich

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



KÜRBIS-SCHINKEN-GRATIN

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
BACKEN ca. 45 Minuten
Gratinform von ca. 1 l Inhalt

Butter für die Form

- 2 Zwiebeln**, in Streifen geschnitten
- 2 Knoblauchzehe**, gepresst
- 1 EL Butter**
- 1 kg Kürbis**, z. B. Butternut oder Oranger Knirps, in Scheiben
- Salz, Pfeffer**

- 250 g Hinterschinken**, in Streifen geschnitten
- 50 g Baumnüsse**, grob gehackt
- 1 dl Gemüsebouillon**
- 1,8 dl Saucehalbrahm**
- 120 g Hartkäse**, z. B. Parmigiano reggiano oder Gruyère surchoix, gerieben
- Salz, Pfeffer**
- 30 g Kürbiskerne**, geröstet

1. Zwiebeln und Knoblauch in warmer Butter in einer Bratpfanne anbraten. Kürbis hinzugeben, würzen, ca. 5 Minuten mitbraten, in die vorbereitete Gratinform geben.

2. Schinken mit allen Zutaten bis und mit Saucehalbrahm mischen. Die Hälfte des Käses begeben, würzen, über den Kürbis giessen. Restlichen Käse und Kürbiskerne darüberstreuen.

3. In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 45 Minuten backen.

ÖISI TIPPS

- Anstelle von Saucehalbrahm Vollrahm verwenden.
- Mit einem bunten, saisonalen Salat servieren.
- Für eine vegetarische Variante den Schinken weglassen, dafür die doppelte Menge geriebenen Käse verwenden.

GEBACKENE POULETBRÜSTLI IM SPECKMANTEL MIT KAREMELL-MARRONI

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
BACKEN ca. 25 Minuten
Gratinform von ca. 1,5 l Inhalt

Butter für die Form

- 250 g Champignons**, geviertelt
- 1 EL Butter**
- Salz, Pfeffer**
- 4 Pouletbrüstli**
- Salz, Pfeffer**
- 180 g Specktranchen**
- 250 g Marroni in Karamell-Sauce**
- 1,8 dl Crème fraîche**
- 1 dl Hühnerbouillon**
- 3 EL Vieille Prune**
- ½ Bund Peterli**, fein gehackt

- 3.** Crème fraîche mit allen Zutaten bis und mit Peterli mischen, darübergiessen.
- 4.** In der Mitte des auf 220 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 25 Minuten backen.

ÖISI TIPPS

- Vieille Prune kann durch Cognac ersetzt oder in diesem Rezept auch weggelassen werden.
- Dazu passt Trockenreis, Nudeln und gedünstete Rüebli.



Klassiker zum Herbstanfang:
Malbuner Kastanien an Karamell-Sauce
 250 g

- 1.** Champignons in in warmer Butter in einer Bratpfanne anbraten, würzen, beiseitestellen.
- 2.** Pouletbrüstli würzen, mit Speck umwickeln. Mit Champignons und Marroni in die vorbereitete Form legen.



«So schmeckt Gold!»



Weitere Gold-Medaillengewinner
finden Sie im Snacksortiment.

DLG = Deutsche Landwirtschafts-Gesellschaft

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

SUTTERO 
Eine Marke der Ernst Sutter AG



HERBSTSALAT MIT ROHSCHINKEN-CHIPS

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
BACKEN ca. 20 Minuten
Backpapier für das Backblech

SAUCE

3 EL Olivenöl
1 EL Mayonnaise
1 EL Zitronensaft
1 EL Kräuteressig
1 EL flüssiger Honig
¼ Bund Peterli, fein gehackt
Salz, Pfeffer

SALAT

250 g Cherry-Tomaten
2 EL Olivenöl
1 EL flüssiger Honig
Salz, Pfeffer
8 Tranchen Bündner Rohschinken
100 g Nüsslisalat
250 g weisse und blaue Trauben gemischt
1 Rüebli, geschält, längs mit dem Sparschäler in dünne Streifen geschält
100 g Tête-de-Moine-Rosetten

1. Öl mit allen Zutaten bis und mit Pfeffer mischen.
2. Cherry-Tomaten mit Öl und Honig mischen, würzen, mit Rohschinken separat auf dasselbe vorbereitete Blech legen.
3. In der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 5 Minuten backen. Rohschinken herausnehmen, Tomaten 15 Minuten weiterbacken. Etwas abkühlen lassen.
4. Nüsslisalat mit restlichen Zutaten anrichten.
5. Tomaten und Rohschinken-Chips darauf anrichten, Sauce darüberträufeln.

ÖISE TIPP

Mit frischem Brot oder aufgebackenem Knobli-Brot servieren.



SPÄTSOMMER-FOCACCIA

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
AUFGEHEN LASSEN ca. 60 Min.
BACKEN ca. 35 Minuten
Backform 30 cm Ø, Backpapier

500 g Weissmehl
2 TL Salz
½ Würfel frische Hefe, ca. 20 g
4 dl lauwarmes Wasser
3 EL Olivenöl
250 g weisse Trauben
2 frische Feigen, halbiert
2 EL Olivenöl
Salz
6 Tranchen Rohschinken, halbiert

1. Mehl und Salz mischen, eine Mulde formen. Hefe in 3 EL Wasser auflösen, in der Mulde verrühren. Dann Öl und restliches Wasser begeben, zu einem homogenen Teig kneten.
2. Teig in die vorbereitete Form legen, zugedeckt ca. 60 Minuten aufgehen lassen.
3. Finger mit Öl einfetten, kleine Mulden in den Teig eindrücken. Trauben und Feigen leicht in Teig drücken, mit Öl beträufeln, salzen.
4. In der Mitte des auf 220 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) 30-35 Minuten backen.
5. Focaccia abkühlen und mit Rohschinken belegen.

ÖISI TIPPS

- Statt Feigen können auch Zwetschgen verwendet werden.
- Für eine vegetarische Focaccia den Rohschinken durch geriebenen Hartkäse ersetzen.





Für den perfekten
Risotto-Genuss

Käse & Wein

**PARMIGIANO REGGIANO DOP
ITALIENISCHER EXTRAHARTKÄSE**

Zwei des guten Geschmacks

Ein guter Parmigiano Reggiano macht so vieles einfach besser: die Lasagne, die Pasta und natürlich die Käseplatte. Der Parmigiano Reggiano DOP gehört zu den Weltstars unter den Käsesorten. Er ist ein süsslich-würziger Extrahartkäse aus Italien, verdankt seinen unvergleichbaren Geschmack unter anderem der Reifezeit von 24 Monaten und steht für Dolce vita pur! Wenn sich dann noch der fruchtige und vollmundige Petite Arvine AOC Valais dazugesellt, entsteht eine vorzügliche Kombination in Form eines wahren Traumpaars!

**PETITE ARVINE AOC VALAIS,
SCHWEIZ, 75 CL**

Petite Arvine AOC Valais,
Schweiz, 75 cl

-20% **13.20**
statt 16.50

Parmigiano Reggiano DOP
Portion 240 g, per 100 g
statt Fr. 3.60

Fr. 2.80

Reibkäse 80 g
statt Fr. 3.-

Fr. 2.40





Mit Leisi gelingt's!



**Aktion gültig vom
30.08.–04.09.2022**

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



*in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.

JETZT PROFITIEREN!



+ **Féchy AOC La Côte**
Soir Soleil, Schweiz, 2020, 75 cl, 17 Punkte*

☞ Chasselas ☞ helles Strohgelb ☞ in der Nase blumige und fruchtige Noten ☞ 8-10°C ☞ Apéro, Süsswasserfisch, weisses Fleisch

-20% **9.50**
statt 11.90

☞ Eil-de-Perdrix AOC Valais Nid d'Amour
Schweiz, 2020, 75 cl, 17 Punkte* **+**

☞ Pinot Noir ☞ helles Lachsrosa ☞ harmonisch, am Gaumen fruchtbetont ☞ 8-10°C ☞ geräucherter Lachs, Käseplatten

-20% **9.50**
statt 11.90



+ **Humagne Rouge AOC Valais**
Schweiz, 2020, 75 cl**

☞ Humagne Rouge ☞ Rubinrot ☞ fruchtbetont, schöne Würzigkeit ☞ 14-16°C ☞ Hartkäse, Wild

-20% **12.30**
statt 15.40



+ **Petite Arvine AOC Valais**
Schweiz, 2020, 75 cl, 17 Punkte*

☞ Petite Arvine ☞ Hellgelb ☞ lebendig, Aromen von Zitrusfrüchten ☞ 8-10°C ☞ Apéro, Meeresfisch, Käse

-20% **13.20**
statt 16.50



+ **l'amorino Negroamaro Puglia IGP**
Italien, 2020, 75 cl, 17,25 Punkte*

☞ Negroamaro ☞ Rubinrot ☞ fruchtig, lieblich, geschmeidig ☞ 16-18°C ☞ italienische Küche, Apéro, Weichkäse aus Ziegen- oder Schafmilch

-22% **8.50**
statt 10.90



+ **l'amorino Vino Bianco d'Italia**
Italien, 2021, 75 cl

☞ Cuvée aus klassischen Rebsorten ☞ Hellgelb ☞ intensiv blumig, fruchtig ☞ 9-12°C ☞ Apéro

-22% **8.50**
statt 10.90



+ **Stella Solare Negroamaro Primitivo Puglia IGP**
Italien, 2020, 75 cl, 17,25 Punkte*

☞ Negroamaro, Primitivo ☞ Granatrot, intensiv violett schimmernd ☞ kräftiges Bouquet, beerig ☞ 16-18°C ☞ Pasta, Pizza, Braten, Wild, Käse

-20% **9.90**
statt 12.50



+ **Animus Reserva Douro DOC**
Portugal, 2019, 75 cl, 17 Punkte*

☞ Tinta Roriz, Touriga Franca, Touriga Nacional ☞ intensives Granatrot ☞ gehaltvoller Körper ☞ 16-18°C ☞ Lamm, Lasagne, Paella

-20% **10.80**
statt 13.50



+ **La Capitana Merlot Barrel Reserve**
Chile, 2019, 75 cl, 16,5 Punkte*

☞ Merlot ☞ Rubinrot bis Dunkelviolett ☞ Aromen von Pflaumen und Beeren ☞ 16-18°C ☞ Ente, Käseplatten

-22% **9.95**
statt 12.90



WEIN
DES
MONATS

Diese Aktion
gilt vom
29.8.2022 bis
24.9.2022
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.



FÜR BESSERES.

Jetzt wird's wild!

Geniesse unsere Saison-Spezialität –
nur für kurze Zeit.

Jetzt
probieren!



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



SPEZIALANGEBOT

ZWEI WEINLINIEN ZUM ENTDECKEN

«Walliser» mit Stil



Das Geheimnis der «Les Titans»-Weine liegt tief im Innern der Grande-Dixence-Staumauer, wo sie mehrere Monate ruhen. Die vorherrschenden extremen Bedingungen verleihen den Weinen Eleganz und Frische. Die Collection Chandra Kurt ist eine Hommage an das Wallis und Trinkgenuss pur! Lernen Sie die zwei Weinlinien jetzt zum Spezialpreis kennen.



«Les Titans» assortiert AOC Valais

Die Weinlinie aus der Staumauer Grande Dixence zum Ausprobieren. Die Degustationsauswahl der «Les Titans»-Weine enthält je eine Flasche: Petite Arvine 2018, Défi Blanc 2020 (Assemblage aus Petite Arvine, Pinot Gris, Muscat), Merlot 2018, Défi Noir 2018 (Assemblage aus Cornalin, Diolinoir, Syrah), Syrah 2018, Diolinoir Rosé 2020.

-24% 165.-
statt 219.-

Holzboxe 6 x 75 cl

**Jetzt
bestellen!**

unter www.wein.volg.ch
in der Volg-App oder
telefonisch unter
058 433 54 08

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

Diese Aktion
gilt vom
29.8.2022 bis
24.9.2022
solange Vorrat
Jahrgangsänderungen
vorbehalten

COLLECTION CHANDRA KURT

Die Weinlinie der renommierten Schweizer Weinautorin



Collection Chandra Kurt assortiert AOC Valais

Sechs Walliser Rebsorten in einer Box: Heida 2021, Humagne Blanche 2020, Petite Arvine 2020, Dôle 2019, Humagne Rouge 2020, Syrah 2020.

-25% 89.40
statt 119.70

Karton 6 x 75 cl



Collection Chandra Kurt Heida AOC Valais

☞ Heida ☞ Goldgelb ☞ filigrane Mineralität, Noten von Fleur de Sel, Nektarinen und Melone ☞ 10-12 °C ☞ Aperitif, weisses Fleisch, Käse

-25% 89.40
statt 119.70

Karton 6 x 75 cl, 2021



Collection Chandra Kurt Humagne Rouge AOC Valais

☞ Humagne Rouge ☞ Rubinrot ☞ kräftig mit seidigen Tanninen, Aromen von Unterholz und Brombeeren ☞ 16-18 °C ☞ kräftige Gerichte, rotes Fleisch, Wild

-25% 89.40
statt 119.70

Karton 6 x 75 cl, 2020



PROVINS
DEPUIS 1833

SAISON FÜR ...

PEPERONI

Das knackige, farbenfrohe Gemüse hat zurecht eine grosse Fangemeinde: Peperoni überzeugen mit ihrem leicht süsslichen Aroma und bereichern die Küche auf vielfältigste Art - von Dip bis zum Hauptgericht.



PEPERONI-FETA-DIP

Für 4 Personen zum Apéro: 2 rote Peperoni in feine Würfel schneiden. 1 fein geschnittene Knoblauchzehe mit 1 EL Olivenöl andämpfen, Peperoni beigebraten, ca. 5 Minuten braten, auskühlen. Peperoni mit 100 g Feta und 1 EL Honig pürieren. Mit Pfeffer würzen, 2 EL fein geschnittenen Schnittlauch darüberstreuen und mit Brot servieren.



RÖSTPEPERONI-SALAT MIT PINIENKERNEN

Für 4 Personen als Vorspeise: 2 EL Pinienkerne in einer Bratpfanne anrösten, herausnehmen. 3 Peperoni, z. B. rote und gelbe, in ca. 3 cm breite Spalten, 1 Zwiebel in Schnitze schneiden. 2 EL Olivenöl in derselben Pfanne erhitzen, Peperoni und Zwiebeln darin ca. 10 Minuten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. 2 EL Condimento bianco dazugeben, zugedeckt auskühlen. Peperoni auf Teller anrichten. Pinienkerne, 1 EL Sultaninen und ½ Bund grob geschnittenen Peterli darüberstreuen.





RINDSPLÄTZLI UNGARISCHE ART

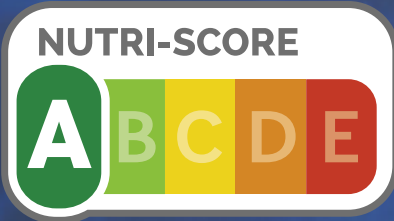
Für 4 Personen: 400 g Rindsplätzli in 2 EL heisser Bratbutter beidseitig kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen. 1 Zwiebel in feine Ringe schneiden. 1 rote Peperoni in ca. 5 mm dünne Stängeli schneiden. 1 EL Bratbutter in derselben Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Peperoni ca. 5 Minuten anbraten. 1 EL Tomatenpüree und 1 EL Mehl dazugeben, kurz mitrösten. 1 EL Bratensauce mit 3 dl Wasser mischen, dazugiessen. 2 Essiggurken in feine Streifen schneiden, dazugeben, ca. 5 Minuten köcheln. Fleisch dazugeben, nur noch warm werden lassen. 1 dl Vollrahm steif schlagen, daruntermischen, ½ Bund gehackter Peterli darüber streuen. Dazu passt Reis.



PEPERONI-SPIEGELEIER

Für 4 Stück: 2 gelbe Peperoni in insgesamt 4 ca. 2 cm dicke Ringe schneiden. Restliche Peperoni fein würfeln, in 1 EL Margarine andämpfen, herausnehmen, beiseitestellen. Peperoniringe in derselben Pfanne 1 Minute anbraten, wenden. 4 Eier aufschlagen und direkt in die Peperoniringe gleiten lassen. Eier bei kleiner Hitze mit geschlossenem Deckel ca. 6 Minuten stocken lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. 4 Brotscheiben toasten oder in der Pfanne rösten, Peperoniwürfel und Peperoni-Spiegeleier darauf verteilen. Schmeckt zum Beispiel zum Zmore.





Auf den ersten Blick: Fünf Buchstaben und verschiedene Farben vereinfachen das Vergleichen von Lebensmittelprodukten derselben Kategorie.



100% NUTRI-SCORE

Alle Produkte der Volg-Eigenmarken enthalten auf der Verpackung die sogenannte Lebensmittel-Ampel «Nutri-Score». Was hinter der Farbskala und den Buchstaben steckt und welche Vorteile der «Nutri-Score» beim Einkaufen bietet.

Eine mit Buchstaben versehene, farblich abgestufte Bewertungsskala von Grün bis Rot kennt man bereits seit geraumer Zeit von Haushaltsgeräten wie Waschmaschinen, Geschirrspülern oder Kaffeemaschinen, die Produkte anhand ihres Energieverbrauchs vergleichbar machen. Immer häufiger findet man ein ähnliches Bewertungssystem auch auf Lebensmittelverpackungen wieder. Der «Nutri-Score» hat im Grunde denselben Zweck: Er ermöglicht das rasche Vergleichen von Produkten der gleichen Kategorie. Im Zuge der neuen Verpackungsgestaltung von «Volg Marke» und «Volg Familienpreis» hat Volg als erster Schweizer Detailhändler beschlossen, den «Nutri-Score» auf allen Lebensmittelverpackungen der beiden Eigenmarkenlinien abzubilden.

Was ist der «Nutri-Score»?

Der «Nutri-Score» - vom Englischen «Nutrition» für «Ernährung» und «Score» für «Punktzahl», «Ergebnis» - ist eine vereinfachte Nährwertkennzeichnung mit Buchstaben von A bis E, wobei das A im Sinne einer ausgewogenen Ernährung für ein Produkt mit besonders vorteilhaften Nährwerten steht, ein Lebensmittel mit der Kennzeichnung E hingegen mit Mass genossen werden sollte. Für die Ermittlung des Buchstabens werden günstige Nährwertelemente wie Früchte, Gemüse, Nüsse, Nahrungsfasern oder Proteine und eher ungünstige wie die Gesamtenergie, gesättigte Fettsäuren, der Zucker- oder Natrium-

gehalt miteinander verrechnet. Der «Nutri-Score» ist jedoch eines nicht: eine absolute Empfehlung. Ein grünes A ist kein Freipass, das Lebensmittel masslos zu konsumieren, und ein rotes E kein Verbot, sich das Lebensmittel bewusst zu gönnen.

Was der «Nutri-Score» nützt

Möchte man sich morgens vor dem Weg zur Arbeit noch ein ein kühles Getränk kaufen, kann man beispielsweise Milchmoder Getränke wie einen Caffé Latte Macchiato oder einen Choco Drink miteinander vergleichen. Dasselbe gilt bei der Wahl von Cerealien fürs Zmorge, die Biscuits zum Zvieri oder die Getreideriegel für die Wanderung am Wochenende. Und wenn es beim Poschten pressiert? Kein Problem: Die Vergleiche lassen sich auf einen Blick erstellen, ohne dass man zuerst einzelne Nährwerte und Kalorien im Kleingedruckten durchlesen und miteinander abgleichen und dann auch noch richtig werten muss.

Rezepturen angepasst

Während der «Nutri-Score» für die Kundinnen und Kunden eine praktische Hilfe sein kann, hat dessen Einführung auf den Verpackungen bei Volg dazu geführt, einige Rezepturen zu optimieren. «Teils haben wir den Zuckergehalt reduziert oder setzen bessere Fette ein», erklärt Engelbert Dähler, Geschäftsleitung Beschaffung bei Volg. Das Apfelmus, der Getreideriegel Chocolat-Nature Soft oder der Choco Drink enthalten neu weniger Zucker, bei der Raps Margarine

wurde der Fettgehalt verringert sowie mehr Milch - und somit mehr Proteine - stecken jetzt im Volg Caffé Latte Zero oder Caffé Latte Macchiato.

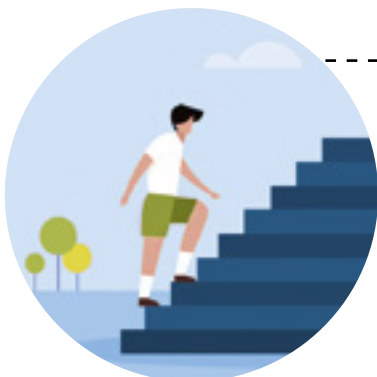


MEHRWERT UND TRANSPARENZ

«Die Abbildung des «Nutri-Score» ist keine Pflicht. Volg hat sich aus eigener Überzeugung entschieden, das Bewertungssystem auf den Lebensmittelverpackungen der Eigenmarken zu integrieren, um den Kundinnen und Kunden einen Mehrwert zu bieten und Transparenz zu schaffen.»

Engelbert Dähler

Volg-Geschäftsleitung Beschaffung



WIR ALLE KÖNNEN ETWAS TUN

Aktiver sein und dafür umso mehr geniessen

Schluss mit dem schlechten Gewissen wegen zu vielen Kalorien. Wer sich ausreichend bewegt, braucht auch Energie. Kleine, aber feine Tipps für den Alltag gefällig? Schauen Sie den nächsten Film auf dem Boden, so verbrennen die Muskeln mehr, weil sie an der Haltung arbeiten. Auch Fensterputzen oder Bügeln sorgen für eine extra Sporteinheit, Treppe statt Lift sowieso. Und: Wer ausreichend schläft, isst automatisch weniger: Das Stresslevel sinkt und damit die Lust auf Süsses.



100% GENUSS - NUR 3 ZUTATEN



*

3-mal 1-malig

Seine leuchtende Farbe macht schon frühmorgens gute Laune: Der neue Volg Familienpreis Orangensaft aus dem Kühlregal wird aus frischen Früchten gepresst. Das macht ihn im Geschmack herrlich frisch und fruchtig!

1. Süsse aus der Natur

Sie sorgen für muntere Momente: Orangen. Frisch gepresst und abgefüllt in der Schweiz machen sie im Volg Familienpreis Orangensaft eine wunderbare Figur. Dieser kommt nämlich ganz ohne Konzentrat und Konservierungsstoffe aus und punktet mit seiner authentisch fruchtigen Frische.



2. Sonne im Glas

Zum Zmorge bereitet er einen schwungvollen Start in den Tag. Zwischendurch oder als süss-fruchtiges Extra beim Apéro verbreitet er gute Laune. Und zurück im Kühlschrank ist der frische Volg Familienpreis Orangensaft in der praktischen PET-Flasche übrigens rund drei Tage haltbar.



3. Freude für alle

Es erstaunt nicht, dass Orangensaft der meistgetrunkene Saft der Welt ist: Begeistert sein Geschmack doch Gross und Klein. Dass er auch noch wertvolle Vitamine und Antioxidantien enthält, macht ihn zum stärkenden Liebling der ganzen Familie.

VOLG FAMILIENPREIS ORANGENSAFT

Der neue Volg Familienpreis Orangensaft ist ein direkt gepresster Fruchtsaft – ohne Konzentrat. Er ist in der wiederverschliessbaren PET-Flasche erhältlich und bietet viel Orangen zum Volg Familienpreis.

Volg Familienpreis Orangensaft, 1 l*

Fr. 2.25



FLÜÜÜGEL FÜR JEDEN GESCHMACK.



In grösseren Verkaufsstellen zusätzlich erhältlich: Die Red Bull White Edition und die Red Bull Green Edition.

AUF WOLKE SCHOGGI

Genüssliche Alltagspause oder fröhlicher Kindergeburtstag: Diese beiden schokoladigen Klassiker der Linie Volg Familienpreis machen Schleckmäuler glücklich!

4.95

Volg Familienpreis
Branches Classic,
10 × 27 g

ZEHN FEINE STÄNGELI

Schokoladiger geht's kaum! Schoggistängeli sind die wohl typischste Form von Schweizer Schokolade. Die Branches Classic bringen süsse Momente in den Alltag und machen schon mit ihrer bunten Verpackung gute Laune. Einpacken, auswickeln und im Schoggiglück schmelgen!



Volg
FAMILIENPREIS
CHOC-O-SCHAUM
CHOC-O-MOUSSE

LUFTIGE KÜSSCHEN

Ein Traum aus Schaum! Die luftige Eiweissmasse mit dem zarten Schokoladenüberzug dürfen an keiner Kinderparty fehlen. Und Erwachsene werden Biss für Biss in Kindheitstage zurückversetzt. Und mit zehn Stück in der Packung darf es ruhig auch mal ein zweiter Choc-o-Schaum sein.



3.50

Volg Familienpreis
Choc-o-Schaum,
10 Stück, 230 g

VOLG FAMILIENPREIS

Über 70 Produkte zum kleinen Preis: das ist Volg Familienpreis. Die Linie für Budgetbewusste hat in allen Bereichen des täglichen Bedarfs viel zu bieten. Die Mengen lassen sich sehen; sind also ideal für Familien mit Kindern. Aber natürlich nicht nur! Entdecken Sie die Vorteile von Volg Familienpreis.

SCHWEIZERISCH UND NACHHALTIG

Beide Produkte werden in der Schweiz für Volg hergestellt und enthalten Schweizer Milchpulver und Schweizer Zucker. Der verwendete Kakao ist «Rainforest Alliance»-zertifiziert: Das Siegel mit dem Frosch garantiert unter anderem einen nachhaltigen Anbau.



LEBKUCHENHERZEN

Mit Liebe gebacken und süß anzusehen wie der Honig, der dem Lebkuchenteig den authentischen Geschmack gibt. Rezept auf Seite 45

Chilbi für daheim

Verführerische Düfte gehören zur Chilbi wie die Achterbahn. Typische Süßigkeiten wie «Brönnti Mandle», Magenbrot oder «Öpfelchüechli» bringen Hochgefühle nach Hause.



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

GEBRANNT MANDELN

ERGIBT 400 g

ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

Backpapier

1 dl Wasser
1 Pk. Vanillezucker
200 g Zucker
200 g ungeschälte ganze Mandeln

1. Wasser mit allen Zutaten bis und mit Zucker in einer grossen Gusseisen- oder Chromstahlpfanne aufkochen. Mandeln zugeben und unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze einkochen, bis der Zucker trocken und krümelig wird.
2. Weiterrühren, bis der Zucker wieder leicht zu schmelzen beginnt und die

Mandeln glänzend überzieht. Sofort auf dem Backpapier verteilen und auskühlen lassen.

ÖISE TIPP

Die Mandeln sind in einer verschlossenen Dose trocken gelagert ca. 2 Wochen haltbar.

Cailler



WEN MACHST DU HEUTE GLÜCKLICH?



SCHOGGIKÜSSE

FÜR 40 Stück

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

TROCKNEN LASSEN ca. 1 Stunde

2 Einweg-Spritzsäcke

2 Eiweisse

1 Prise Salz

100 g Zucker

½ TL Backpulver

Wenig rote Lebensmittelfarbe,
nach Belieben

100 g möglichst dünne Biscuits,
z. B. Butterfly oder
Butterherzli

2 Beutel dunkle Kuchenglasur,
je 125 g

2 EL Kokosraspel

einige Tropfen rote Lebensmittelfarbe,
nach Belieben

1. Eiweisse, Salz und Zucker in eine Schüssel geben. Schüssel in das warme Wasserbad stellen. Masse bei mittlerer Stufe mit dem Mixer 5-7 Minuten schlagen, bis sich der Zucker gelöst hat.

2. Backpulver dazugeben. Schüssel aus dem Wasserbad nehmen, ca. 5 Minuten auf höchster Stufeiterrühren. Masse halbieren, 1 Masse mit einigen Tropfen Lebensmittelfarbe einfärben. Massen in die Spritzsäcke geben, Spitzen abschneiden und auf die Biscuits spritzen. 1 Stunde trocknen lassen.

3. Schoggiküsse auf ein Kuchengitter stellen. Kuchenglasur nach Anleitung schmelzen, vorsichtig darübergiessen, Kokosraspel darüberstreuen, trocknen lassen.

ÖISI TIPPS

- Die Schoggiküsse sind im Kühlschrank 2 Tage haltbar.
- Schoggiküsse nach Belieben einfärben.

ÖISE TIPP



Für den süßen Überzug:
Oetker Kuchenglasur dunkel
125 g



TOBLERONE

TAUCHE MIT DIESEM KÖSTLICHEN REZEPT IN DIE TOBLERONE-WELT EIN



Für 8–10 Personen
bei Verwendung einer
geriffelten Kuchenform (23 cm)

ZUTATEN

Für den Teig

125 g ungesalzene Butter, gekühlt
250 g Mehl
eine Prise feines Meersalz oder Salz
1 Eigelb
2 – 3 Esslöffel kaltes Wasser

Für die Füllung

100 g TOBLERONE Milkschokolade
100 g ungesalzene Butter
100 g feinsten Zucker
2 mittelgrosse Eier
100 g gemahlene Mandeln
½ Teelöffel Mandelextrakt (optional)
2 Esslöffel Mehl
1 Esslöffel dunkles Kakaopulver
2 reife rotbraune Birnen, geschält,
entkernt und in 8 Stücke geschnitten
Crème fraîche oder Glacé zum Servieren

Vorbereitung: 50 Minuten

Backzeit: 1 Stunde 10 Minuten, plus Kühlung

TOBLERONE MILKSCHOKOLADE-, MANDEL- UND BIRNENKUCHEN

Diese Torte sieht nicht nur toll aus, sondern schmeckt auch so.

Für den Teig: Verarbeite **Butter, Mehl und Salz** mit einem Handmixer zu einer krümeligen Konsistenz. Füge das **Eigelb** und die **2 Esslöffel Wasser** hinzu. Der Teig sollte sich langsam zusammenfügen, könnte aber noch einen Teelöffel Wasser benötigen. Achte darauf, nicht zu lange zu mixen, sonst wird der Teig zäh. Forme ihn zu einer flachen Scheibe, wickle ihn in Frischhaltefolie ein und kühle ihn 10 Minuten lang im Gefrierschrank.

2. Bestäube eine saubere Fläche mit **Mehl** und rolle den Teig auf 3 – 4 mm aus. Leg den Teig auf die Kuchenform und drücke ihn vorsichtig in die Form. Schneide anschliessend den überschüssigen Teig ab und leg die Form mit dem Teig für 20 Minuten in den Gefrierschrank.

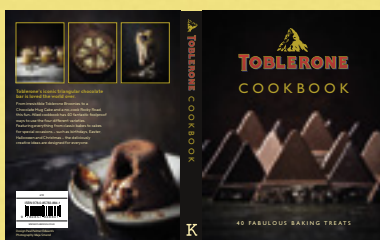
3. Heize in der Zwischenzeit den Backofen auf 220 °C/200 °C Umluft vor. Hol anschliessend die Kuchenform aus dem Gefrierschrank, leg sie auf ein Backblech und backe den Teig 20 Minuten lang, bis seine Unterseite sandig ist. Nimm die Form aus dem Ofen, lass den Teig abkühlen und reduziere die Ofentemperatur auf 190 °C / 170 °C Umluft.

4. Schmelze die **TOBLERONE Milkschokolade** vorsichtig in einer hitzebeständigen Schüssel über einem Topf mit knapp kochendem Wasser, wobei die Schüssel das Wasser nicht berühren darf. Rühr die Masse um, bis sie glatt ist, und stell sie beiseite.

5. Für die Füllung: Gib **Butter** und **Zucker** in eine grosse Rührschüssel und schlag sie mit einem elektrischen Schwingbesen auf, bis die Masse leicht und schaumig ist. Zieh nach und nach die **Eier** unter, bis eine einheitliche Mischung entsteht. Rühr auch die gemahlene **Mandeln**, das **Mandelextrakt**, das **Mehl** und das **Kakaopulver** unter. Rühr nun die geschmolzene **TOBLERONE Milkschokolade** darunter und gib dann die Füllung in die vorbereitete Backform.

6. Verteil die **Birnen** auf der Füllung und backe den Kuchen 40–45 Minuten lang, bis die Mandelcreme fest geworden ist und die **Birnen** weich sind. Lass den Kuchen vor dem Anschneiden etwas abkühlen oder lass ihn ganz kalt werden und geniess ihn mit einem **Klecks Crème fraîche** oder **Glacé**.

Du kannst den Kuchen in einem luftdichten Behälter im Kühlschrank 2 – 3 Tage lang aufbewahren.



Text copyright© Kyle Books, Fotografie© Maja Smend,
aus The Toblerone Cookbook, veröffentlicht von Kyle Books.



Toblerone Milch 100g

Toblerone Milch 360g*

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

GEBACKENE ÖPFELCHÜECHLI

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 45 Minuten

RUHEN LASSEN ca. 30 Minuten

BACKEN ca. 15 Minuten

Backpapier für das Blech

ÄPFEL

- 2 EL Zitronensaft
- 1 EL Zucker
- 2-3 säuerliche Äpfel, z. B. Elstar,
Kerngehäuse ausgestochen,
in 1 cm dicken Ringen

TEIG

- 75 g Weissmehl
- 1 Prise Salz
- 2 EL Zucker
- 0,5 dl Süssmost
- ¼ dl Vollmilch
- 1 Eigelb
- 1 TL Rapsöl
- 1 Vanilleschote,
Samen ausgekratzt
- 1 Eiweiss
- 1 Prise Salz
- 1 ½ EL Zucker
- ½ TL gemahlener Zimt

1. Zitronensaft und Zucker verrühren. Äpfel begeben, mischen.
2. Mehl, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen. Süssmost und Milch dazugießen, glatt rühren. Eigelb, Öl und Vanillesamen unterrühren. Zugedeckt 30 Minuten ruhen lassen.
3. Eiweiss mit dem Salz steif schlagen, sorgfältig unter den Teig mischen.
4. Apfelringe portionenweise durch den Teig ziehen und sofort auf das vorbereitete Blech legen.
5. In der Mitte des auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 10-15 Minuten goldbraun backen.
6. Zucker und Zimt mischen, die noch warmen Apfelküchlein darin wenden.



ÖISI CHUCHI





BIO & FAIR GENIESSEN

Köstlicher Honig aus unserem Engagement
für Bio Imkerei und fairen Handel in Mexiko.



Sorgfältig verarbeitet in der Schweiz.
www.nectaflor.ch



Natürlich han ich's gern.



* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



LEBKUCHENHERZEN

FÜR 6 Stück
ZUBEREITEN ca. 2 Stunden
KÜHL STELLEN ca. 2 Stunden
BACKEN ca. 20 Minuten
1 Herzausstecher von ca. 15 × 15 cm
Backpapiere für die Bleche
2 Spritzsäcke
Tüllen nach Wahl

TEIG

2 dl Vollmilch
2 TL Backpulver
250 g flüssiger Honig
75 g grober Rohrzucker
2 EL gemahlener Zimt
2 EL Kakaopulver
100 g geschälte gemahlene Mandeln
500 g Halbweissmehl
1 EL Vollmilch

ZUCKERGUSS

200 g Puderzucker
1 Eiweiss

Einige Tropfen rote, blaue, grüne oder gelbe Lebensmittelfarbe

- Milch und Backpulver in einer Schüssel verrühren, Honig und Rohrzucker begeben, mit dem Schwingbesen rühren, bis sich Honig und Zucker gelöst haben. Zimt, Kakaopulver und Mandeln unterrühren. Mehl portionenweise mit einer Kelle unterrühren. Herausnehmen, zu einem geschmeidigen Teig kneten. Flach drücken, in einem Plastikbeutel ca. 2 Std. kühl stellen.
- Teig auf wenig Mehl ca. 1 cm dick auswallen, Herzen ausstechen oder ausschneiden (siehe Tipp). Auf 2 vorbereitete Bleche legen, Herzen mit Milch bestreichen.
- In der Mitte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 15–20 Minuten backen. Herausnehmen, sofort auf einem Gitter auskühlen lassen.
- Puderzucker und Eiweiss zu einer dicklichen Masse aufschlagen. Masse evtl. portionieren, mit wenigen Tropfen Lebensmittelfarbe einfärben. In die Spritzsäcke verteilen, Herzen verzieren.

ÖISI TIPPS

- Wer keinen Herzausstecher hat, schneidet eine Vorlage aus Karton aus.
- Für die Befestigung des Bündels: In das noch warme Herz mit einem Holzspieß vorsichtig ein Loch stechen.



MAGENBROT MIT SALTED CARAMEL

ERGIBT ca. 36 Stück
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten
BACKEN ca. 15 Minuten
Backpapier für das Blech

MAGENBROT

400 g Ruch- oder Halbweissmehl
200 g grober Rohrzucker
½ P. Backpulver
2 EL Kakaopulver
1 EL gemahlener Zimt
1 Prise Muskatnuss
1 Prise Salz
2,5 dl Milchwasser (½ Milch / ½ Wasser)
75 g flüssiger Honig

GLASUR

40 g Zucker
¼ TL Salz
1 dl Wasser
200 g Puderzucker

- Ruchmehl und alle Zutaten bis und mit Salz in einer Schüssel mischen. Wasser mit Honig kurz aufkochen, abkühlen. Dann dazugiessen, alles gut mischen. Masse auf dem vorbereiteten Blech ca. 1,5 cm dick rechteckig auswallen. Falls nötig wenig Mehl verwenden.
- In der Mitte des auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 15 Minuten backen. Herausnehmen, abkühlen.
- Zucker in einer Pfanne caramelisieren, mit Wasser ablöschen, ca. 2 Minuten weiterköcheln, Sirup auskühlen. Puderzucker mit Sirup mischen. Magenbrot in ca. 1,5 × 3 cm grosse Rauten schneiden, Rauten mit Zuckercaramel bestreichen, auf dem Kuchengitter abtropfen und trocknen lassen.

ÖISE TIPP

Magenbrot gut verschlossen in einer Dose aufbewahren. Haltbarkeit: ca. 1 Woche.

Lieber klassisch...

Hero

...oder italienisch?



Das Schweizer Original.



Die beliebtesten Ravioli der Schweiz - fixfertig, schnell und einfach.

Die perfekte Zwischenmahlzeit.



20% Aktion!
(19.09.-25.09.2022)

NEU



Leicht gewürzte Pizza Sauce* mit italienischen Tomaten.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

THOMY



**DER LIEBLINGSENF
DER WANDERER**

Die wahren Teigwaren

Wenn es draussen wieder kälter wird, sind heisse Teigwaren immer willkommen! Die Pasta von Bschüssig überzeugt mit ihrem authentischen Geschmack und gleichzeitig mit ihrer nachhaltigen Verpackung.

Grün gedacht beim Verpacken

Die Verpackungen von Bschüssig bestehen zu 100 Prozent aus Papier und können daher direkt mit dem Altpapier entsorgt werden. Auch damit setzt Bschüssig neue Massstäbe in Bezug auf Nachhaltigkeit – so einfach kann umweltfreundlicher Genuss sein.

DAS GELBE VOM EI

Für den währschafte Znacht nur beste Schweizer Qualität: Alle 3-Eier Teigwaren von Bschüssig bestehen zu 100 Prozent aus Schweizer Voll-Ei aus Freilandhaltung. Und beim Genuss? Da gehört zu den Äpler Magronen natürlich ein Apfelmus. So viel Heimat muss sein!

FARBE BEKENNEN

Was ist eigentlich drin? Die sogenannte Lebensmittelampel «Nutri-Score» auf den Teigwaren-Verpackungen informiert auf einen Blick. Die Farbskala gibt an, wie empfehlenswert die Nährwerte sind:

Ein grünes «A» bedeutet etwa vorteilhafte Eigenschaften wie ein hoher Ballaststoffgehalt.

SEIT BALD 150 JAHREN

Bschüssig-Teigwaren gibt es im Volg in verschiedenster Form. Von breiten Nudeln über Spätzli bis Spiralen: Damit lässt sich tagein, tagaus kreativ Kochen. In der Schweiz hergestellt sind sie aus den hiesigen Stuben nicht mehr wegzudenken.



*

BSCHÜSSIG
Schweizer Teigwaren seit 1876



Markus Meier am Produktionsstandort in Buchs. Er liefert seinen Nüsslisalat regelmässig und erntefrisch an Volg.



«Nüsslisalat ist allein schon wegen seiner Form einzigartig»

Der satt-grüne Nüsslisalat mit seiner Rosettenform gehört zu den beliebtesten Salaten.

Der Nüsslisalat für Volg wächst im zürcherischen Buchs und kommt erntefrisch in die Läden. Markus Meier von den «Gebrüder Meier Gemüseulturen» über die Besonderheiten des Salats.

Herr Meier, die Welt der Salate bietet eine grosse Vielfalt. Womit setzt sich Nüsslisalat von anderen Salaten ab?

Er hat einen ganz eigenen, fein nussigen Geschmack. Ausserdem ist er allein schon von seiner Form her einzigartig.

Welches sind die Hauptkriterien für einen perfekten Nüsslisalat?

Er sollte nicht zu lange respektive zu gross sein. Als «schön» gilt der Salat, wenn die Rosetten gleichmässig gewachsen sind.

Wie mögen Sie Nüsslisalat am liebsten?

Mit etwas Öl und Balsamico sowie gekochten Eiern, Croûtons und Pilzen.

Einst galt er als reiner «Wintersalat», inzwischen ist Nüsslisalat ganzjährig gefragt. Gibt es dennoch eine typische Hochsaison?

Er ist sicherlich im Herbst noch etwas beliebter sowie ganz besonders an Festtagen wie Weihnachten und Ostern.

Sie produzieren Nüsslisalat in Gewächshäusern. Wie wächst dieser heran?

In der Erde, wie man es vom Feld kennt. Einen geschmacklichen Unterschied

zu Freilandsalat merkt man beim Genuss nicht, im Biss ist er jedoch anders.

Wie gelangt er danach von Ihrem Betrieb in den Volg?

Gewaschen, gerüstet und jederzeit topfrisch! Denn wir liefern ihn so rasch wie möglich nach der Ernte an Volg. Wichtig dabei ist, dass er während des ganzen Ablaufes immer gekühlt und bei optimalen Bedingungen aufbereitet wird.

Der gerüstete Nüsslisalat in der Schale ist von einer Plastikhülle umgeben. Warum?

Da Nüsslisalat eine eher zarte, empfindliche Pflanze ist, geht es vor allem um den Schutz der Pflanze und den Erhalt der Qualität. Auch bleibt er dadurch besser frisch beziehungsweise würde sonst rascher welk werden. Die Verpackung wirkt also der Lebensmittelverschwendung entgegen.

Wie lange kann ich zuhause eine geöffnete Packung aufbewahren?

Nüsslisalat ist kein Lagerprodukt, sollte also nach dem Einkauf möglichst rasch geges-

sen werden. Man kann ihn aber schon noch einige Tage im Kühlschrank frisch halten.

Ihr Unternehmen wurde verschiedentlich ausgezeichnet, etwa mit dem «Klimapreis» und dem «Watt d'Or». Liegt der Ökologie-Gedanke in der Familie?

Bei uns gehören Ökologie und Nachhaltigkeit seit jeher zur Philosophie. Es ist uns wichtig, so viele Kreisläufe wie nur möglich zu schliessen. Vor weit über zehn Jahren, als wir in Hinwil unser Gewächshaus bauten, war beispielsweise fossilfreies Beheizen noch kein Thema. Damals wurden wir von vielen belächelt. Heute ist dies eines der grossen Themen. Zudem bringen wir unsere Rüstabfälle, die nach der Ernte anfallen, in die benachbarte Biogasanlage für die Weiterverwendung.

Was schätzen Sie am Einkaufen im Volg?

Der private Einkauf liegt glücklicherweise nicht in meiner Verantwortung. Lässt es die Zeit zu, besuche ich gerne einen Volg und sehe mir dort natürlich am liebsten das Gemüse und die Früchte an.



NÜSSLISALAT AUS BUCHS ZH

1948 erwarb Fritz Meier den Wiesenhof in Buchs und widmete sich der Produktion von Lagergemüse. In den folgenden Jahrzehnten kam ein weiterer Hof im Nachbardorf Dällikon dazu, es wurden Gewächshäuser in Buchs und Hinwil erstellt sowie die Produktion erweitert. Heute führen die Brüder Fritz und Markus Meier den Familienbetrieb ihres Grossvaters in dritter Generation. Ein Klassiker: Der gerüstete und genussbereite Nüsslisalat, der im Volg erhältlich ist und von dem jährlich über 300 000 Stück produziert werden. Die Geschäftsleitung teilen sich fünf Familienmitglieder.



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.



Kanu Klub BeO Spiez BE

Aus Liebe zum Dorf, wo man gerne ins Rudern kommt.

Aare, Simme, Kander, Briener- und Thunersee sind nur einige der Gewässer, die vom Kanu Klub BeO Spiez befahren werden. Von der entspannten Seetour bis zur Wildwasserfahrt ist alles mit dabei. Als Verein gehört er zum Dorfleben wie Volg mit seinen rund 600 Dorfläden. Diese bieten alles, was es für den täglichen Bedarf braucht. Immer in der Nähe, immer überschaubar und stets mit einer persönlichen Note, die zum Dorf passt.

Volg
frisch und fründlich



Colin Manser und
Manuela Bernet:
Der damalige Lernende
gab 2021 sein «L»
eine Woche lang ab.

Jetzt ist der Lernende der Chef: Jeweils im September findet in vielen Volg-Läden ein Rollentausch statt, der Lernenden erste Führungskompetenzen vermittelt.

Beim Einkaufen im Volg von Mitte bis Ende September kann es sein, dass die Volg-Kundinnen und -Kunden in ihrem Dorf einen Laden betreten, dessen Leitung gerade in den Händen des Lernenden liegt. Im Rahmen der internen Nachwuchsförderung haben die Auszubildenden im dritten Lehrjahr die Möglichkeit, in der eigenen Verkaufsstelle eine Woche lang die Leitung zu übernehmen.

Bestellen, Kritik üben, Einsätze planen
Im September 2021 führte Volg die Führungswoche erstmals durch. Aufgrund seiner guten Leistungen qualifizierte sich damals auch Colin Manser, Lernender im Volg Neftenbach ZH, dafür. Im Gegenzug schlüpfte Ladenleiterin Manuela Bernet in die Rolle der «gewöhnlichen» Mitarbeiterin. «Es war für mich anfangs gar nicht einfach, mich zurückzuhalten und nicht überall einzugreifen», erinnert sie sich. Doch sie merkte rasch: Ihr Lernender kann sehr gut selbst entscheiden. Colin Manser bestimmte beispielsweise allein, wie viele Produkte er bestellte, so dass sie der Kundennachfrage entsprachen. Gerade bei den Früchten und Gemüsen, die täglich topfrisch sein müssen, keine einfache Aufgabe. «Ich stützte mich auf Erfahrungswerte. Trotzdem: Die Bestellungen in der richtigen Menge fand ich am schwie-

rigsten», erzählt er. Komplettes Neuland betrat er bei der Einsatzplanung der Mitarbeitenden mit verschiedenen Stellenprozenten, dem Üben von konstruktiver Kritik im Team, wenn er sich etwas anders vorgestellt hatte, oder der Aufgabenverteilung während seiner beiden Schultage: «War ich abwesend, musste der Laden ja trotzdem laufen». «Mir hat die Führungswoche mega Spass gemacht. Es war toll, einmal Chef zu sein, und ich konnte an der mir übertragenen Verantwortung wachsen», sagt er, der im August seine Lehre als Detailhandelsfachmann erfolgreich abgeschlossen hat. Auch Manuela Bernet zieht ein durchwegs positives Fazit: «Colin hat gewisse Sachen anders gemacht als ich, was mir gezeigt hat, dass man Dinge unterschiedlich angehen kann.»



3 FRAGEN AN:



Erika Loosli
Ressortleiterin
Berufsbildung Volg Academy

Was ist das Ziel der Führungswoche?

Sie soll das Verantwortungsbewusstsein fördern, das vernetzte Denken ausbauen und den Lernenden ermöglichen, erste Führungserfahrung zu sammeln.

Was geschieht nach der Woche?

Die Ladenleiterin beurteilt in ihrer Funktion als Berufsbildnerin die Leistung des Lernenden. Ein erfolgreicher Abschluss ermöglicht eventuelle nächste Schritte für die Laufbahnplanung. Zudem bietet sich den Lernenden die Möglichkeit, sich für die interne Projektwoche zu nominieren, die weitere Kompetenzen vermittelt. Die Führungswoche ist also ein Türöffner für die zukünftige persönliche Entwicklung.

Welches Volg-Produkt verbinden Sie mit Ihrer eigenen Lehre?

Da ich meine Lehre in einer Bäckerei absolviert habe: Ganz klar ein ofenfrisches Brot aus dem vielseitigen Brotsortiment.

ZUM KAFFEE GEHÖRT LOTUS BISCOFF.



*Aktionsdauer 5.9. – 11.9.2022. In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



LINDOR.
Mein kleiner
Glücksmoment.



Wann immer und wo immer
Sie LINDOR geniessen,
es ist ein magischer Moment.
Unendlich zartschmelzend.

Von den *Lindt Maîtres Chocolatiers*.

CHURZ & FÜNDIG

Foto: Pierre-Yves Massot



VOLG NATURENA SINNESPFAD

FÜR ENTDECKER MIT SCHARFSINN

Die Spätsommertage sind perfekt für einen Ausflug in die Natur – am besten einer, der der ganzen Familie Spass macht. Mit allen Sinnen etwas erleben kann man auf einem der Sinnespfade, die zu jeder der fünf Erlebniswelten von Volg NATURENA gehören. Die Sinnespfade im Fricktal AG, Seebachtal TG, Seeland BE, Werdenberg SG und Zugerland ZG bieten je acht interaktive Stationen zum Staunen und um Spannendes über Tiere und die Natur zu erfahren! Wer unterwegs «bräteln» möchte, legt auf dem Grillplatz eine Pause ein. Wir wünschen viel Spass.

Mehr Informationen unter naturena.ch

MÄRKLI FÜR EINEN GUTEN ZWECK

«MÄRKLI» SCHENKEN KINDERN FREUDE

Im Volg einkaufen und Gutes tun: Ab sofort bis zum 2. Oktober 2022 können Sie die Volg-Märkli, die Sie für jeden Einkauf erhalten, wieder für einen guten Zweck spenden und damit noch mehr Kinderlachen schenken. Werfen Sie die Märkli einzeln oder eingeklebt im Sammelheft einfach in die bereitgestellten Sammelboxen im Laden. Der Gegenwert der gespendeten Märkli aller rund 600 Volg-Läden in der Deutschschweiz und Westschweiz geht danach an die Stiftung Theodora. Die Traumdoktoren der Stiftung verschaffen Kindern in Spitälern und spezialisierten Institutionen in der ganzen Schweiz auf jährlich über 100 000 Besuchen wertvolle Momente der Abwechslung und Freude. Die Stiftung Theodora und Volg danken Ihnen von Herzen für Ihre Unterstützung!



Anzeige

Butty
DEPUIS 1890

Für
unwiderstehliche
**SCHWEIZER
GERICHTE**





Perfekt für die Kaffeepause: die ofenfrischen Cailler-Branche Gipfel bieten luftig-süsse Momente.

HIESTAND UND CAILLER

Doppeltes Glück

Wenn zwei sich lieben: Dass sich die grossen Schweizer Bäckerskünstler und Schokoladenkenner zusammentun, liegt auf der Hand. Mit dem Cailler-Branche Gipfel treffen Hiestand und Cailler ins Schwarze - und schaffen einen zeitlosen Klassiker.

MIT SCHOGGI ODER PUR

Ein ofenfrisches Hiestand-Buttergipfeli macht glücklich, keine Frage. Ein ofenfrisches Hiestand-Buttergipfeli mit einem zartschmelzenden Cailler Branche: macht doppelt glücklich! Die Kombination aus luftigem Gipfeli und feinsten Schoggi lässt sich einfach sehen. Weitere waschechte Glücksbringer zum Zmorge, Znüni oder Zvieri sind etwa das Rustico- oder Laugen-Buttergipfeli.



DIE GIPFELI-KUNST

Qualitativ hochstehendes Schweizer Backhandwerk seit über 50 Jahren: Das ist Hiestand. Der Name steht für ofenfrische Vielfalt bei Backwaren. Hiestand setzt auf Erfahrung und beste Schweizer Rohstoffe. Die Zürcher Traditionsmarke blickt auf eine einmalige Erfolgsgeschichte zurück, die von der Leidenschaft für einmalig gute Gipfeli und der Freude am Backhandwerk erzählt.



Das süsse Innere

Das Schoggigängeli von Cailler verleiht dem Hiestand-Branche-Gipfel sein ganz besonderes Herz! Das Westschweizer Familienunternehmen verwöhnt Fans vom Süssem seit über 200 Jahren. Im Maison Cailler entstehen zahlreiche Schokoladenkreationen: Frische Milch aus der Region, nachhaltiger Kakao und ganz viel Schoggi-Know-how - das sind die Zutaten für puren Genuss.



Da steckt sooooo viel drin!



Der Holzerkäse ist genauso bodenständig und naturverbunden, wie sein Namensgeber – der Holzer (Holzfäller). Diese handwerkliche Spezialität ist ein beliebter würziger Halbhartkäse mit cremiger Textur, welcher vom Schwyzer Milchhuus hergestellt und während 3 – 4 Monaten liebevoll gepflegt wird. milchhuus.ch/kaeserei/kaese/

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



Mehr als ein Laden

Volg bietet alles für den täglichen Bedarf. Unter einem Ladendach stecken aber noch viele Mehrwerte über das Einkaufen hinaus, die für das nahe «Poschten» im Laden um die Ecke sprechen.

Feins mit Lokalcharakter

Einige Erzeugnisse von Produzenten aus dem Dorf oder Nachbardorf findet man im Volg als «Feins vom Dorf»-Spezialität. Das Angebot variiert von Volg zu Volg. Je nach Saison sind es rund 10 000 verschiedene Produkte, die es zu entdecken gibt.



Märkli: die Dorf-Währung

Treue wird im Volg belohnt: Für jeden Einkauf gibt es im Gegenwert Volg-Märkli. Ist das Markenbüchli voll, tauscht man es an der Kasse gegen eine Zehnernote in bar ein. Direkt und persönlich, wie es zu Volg passt.

«Hoi, wie geht's?»

Volg ist dort zuhause, wo Menschen wohnen und arbeiten, und das bis in die entlegensten Täler. Gerade das vermehrte Homeoffice macht Volg noch mehr zu dem, was er seit jeher ist: einem wichtigen Treffpunkt im Dorf, wo man sich kennt.



Post beim «Poschten»

Bereits in 400 der rund 600 Dorfläden kann man auch seine Postgeschäfte erledigen: Päckli abholen, Briefe verschicken, Briefmarken kaufen oder Bargeld beziehen, und das solange der Laden offen ist, also oft noch vor dem Zmorge oder nach dem Znacht.



Guten Heimweg!

Es herrscht nicht alle Tage Sonnenschein. Wenn es unverhofft zu regnen beginnt, stehen im Volg Leihschirme bereit. Beim nächsten Einkauf bringt man ihn wieder mit – damit auch die nächste Kundin und der nächste Kunde nicht im Regen stehen.



Eine Leidenschaft, die Feuer entfacht

Fein, knackig und feurig: Im Volg Berikon ist man scharf auf eine «Feins vom Dorf»-Spezialität aus dem Nachbardorf Widen: die «Feuerringe» des Aargauer Kleinunternehmens «Chili Star».

Robert Keusch beugt sich über die kleine Pflanze und betrachtet zufrieden die zehn Zentimeter lange, grüne Paprika-Schote. «Das wird eine gute Ernte», sagt er überzeugt und lächelt dabei. Der Chili-Liebhaber steht in einem 32 Meter langen Treibhaus. Es ist noch früh am Morgen – die einzige Zeit, in der er hier arbeiten kann. «Danach wird es hier mit bis zu 35 Grad richtig heiss.» Kein angenehmes Klima für Menschen, dafür perfekte Bedingungen für die Paprika-Pflanzen, die ursprünglich aus Mittel- und Südamerika stammen. Die Liebe zum scharfen Genuss wurde bei Robert Keusch aber in Süditalien geweckt. Er erinnert sich:

«Ich mochte die Art, wie sie in Kalabrien verarbeitet werden.» Dort werden Peperoncini oft in dünne Scheiben geschnitten, mit Salz gepökelt und dann in Öl eingelegt. «Durch die sanfte Verarbeitung ohne Erhitzung bleibt der volle Geschmack erhalten», weiss der Kenner. Denn: «Chilis müssen nicht nur scharf sein, sondern auch Aroma haben.»

«Geheimrezept» von einem Freund

Das Problem war, dass er in der Schweiz nirgends solche Chilis fand. «Da habe ich kurzerhand beschlossen, sie selber zu produzieren», erzählt Robert Keusch. Das klingt einfacher, als es schlussendlich war.

«Ich bekam ein Geheimrezept von einem kalabrischen Freund, habe im Garten meiner Mutter zehn verschiedene Sorten angebaut und versucht, das perfekte Ergebnis zu bekommen.» Der gelernte Prozessingenieur erinnert sich: «Es gingen viele hundert Gläser drauf, bis ich mit dem Resultat zufrieden war.» Doch danach sprach sich das schnell herum, immer mehr Freunde und Bekannte wollten ebenfalls in den scharfen Genuss kommen. So stieg die Nachfrage und Robert Keusch musste immer mehr Pflanzen und mehr Raum für diese schaffen. Eine Arbeit, die er alleine nicht mehr stemmen konnte. So gründete er 2019 mit seinem Bruder Marius und einem Freund das Unternehmen



Ganz links: Drei Freunde, eine Passion. Robert Keusch, Lorenz Burri und Marius Keusch (v.l.) in ihrem 32 Meter langen Treibhaus. Oben: Aus kleinen Pflanzen werden innert drei Monaten mannshohe Gewächse. Und: aus grünem Chili feuerrote Scharfmacher.

Chili Star und fand in Volg seinen ersten grossen Kunden. «Das war ein echter Glücksfall.»

Mit Zutaten von hier natürlich produziert
Seither arbeiten die drei in ihrer Freizeit an der Aufzucht der Chili-Pflanzen und veredeln diese nach der Ernte in Widen auf dem Mutschellen. Dabei setzen sie voll auf einheimische Zutaten. Das Pökelsalz kommt aus dem Jura, das Sonnenblumenöl ist ebenfalls aus der Schweiz. Bis zur Ernte, die jeweils im August stattfindet, sind die Pflanzen 1,80 Meter hoch gewachsen und geben eine Tonne Chili ab. Genug für 10 000 Gläser scharfen Genuss, den man unter dem Namen «Feuerringe» im Volg Berikon als «Feins vom Dorf»-Spezialität erhält.



FEUERRINGE AUS WIDEN
Schmecken zu Grilliertem, zur kalten Platte oder auch zum Raclette: Die Chili-Ringe von Chili Star sind im Volg Berikon AG als «Feins vom Dorf»-Spezialität erhältlich.

PRODUKTE MIT LOKALCHARAKTER
Die Feuerringe 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!



BACARDÍ

ORIGINAL BACARDÍ MOJITO

5cl BACARDÍ Carta Blanca, 1,5cl Limettensaft und 2TL weißen Zucker in ein Glas geben. 8–10 Minzblätter hinzufügen und mit einem Stößel andrücken. Mit Crushed Ice und etwas Soda auffüllen und umrühren.

BACARDÍ CARTA NEGRA & COLA

Ein Glas mit Eiswürfel füllen. 5cl BACARDÍ Carta Negra hinzufügen und mit 10cl Cola auffüllen. Umrühren und mit einer Limettenscheibe garnieren.

in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

DRINK RESPONSIBLY. BACARDÍ, ITS TRADE DRESS AND THE BAT DEVICE ARE TRADEMARKS OF BACARDÍ & COMPANY LIMITED.

JACOBS

GENIESSEN SIE DIE LETZTEN SOMMERTAGE MIT DEN BESTEN VON JACOBS

JACOBS ESPRESSO CLASSIC

JACOBS LUNGO 8 INTENSIV

JACOBS LUNGO 6 CLASSICO

JACOBS SPRESSO 10 INTENSIV

JACOBS ESPRESSO 12 INTENSIV

GEEIGNET FÜR KAFFEEMASCHINEN VON NESPRESSO®*

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

*Markenkennzeichen eines Unternehmens, das nicht in Verbindung steht mit: JACOBS DOUWE EGBERTS.

Philipp Hotz: «Je sorgfältiger wir die Trauben anschauen, desto besser wird die Qualität des Weins sein.»

VON DER TRAUBE BIS INS GLAS

In seinen Weinbergen setzt NATURENA-Bauer und Winzer Philipp Hotz vom Volg Erlebnishof Hotzenhof in Baar ganz auf effiziente, biologische Bewirtschaftung. Auch Regionalität liegt ihm am Herzen. So stammt die Eiche für den Barrique-Ausbau aus Küsnacht am Rigi.

Es ist ein sonniger Herbstnachmittag, die Trauben im eineinhalb Hektaren grossen Rebberg sind reif und zahlreiche Erntehelfer sind dem Aufruf zum Wümmet von Philipp Hotz über die sozialen Medien gefolgt. Das Zeitfenster ist kurz, es bleiben genau vier Stunden, bis die Ernte mit dem Lastwagen vom Hof abgeholt wird. Bevor es mit der Rebschere an den neuntausend Rebstöcken zur Sache geht, erklärt der ausgebildete Winzer und Sommelier: «Je sorgfältiger wir die Trauben anschauen und faule Beeren gleich an der Rispe rausschneiden, desto besser wird die Qualität des Weins sein.» Ob letztlich ein guter Weinjahrgang resultiert, hängt aber auch vom Boden, den klimatischen Bedingungen und den Vorarbeiten an den Rebstöcken ab. Wenn er dann am Abend nach getaner Arbeit mit den Erntehelfern bei einem feinen Znacht und einem Glas Wein zusammensitzt, erzählt Philipp Hotz gerne von seiner Leidenschaft für den Weinbau und – ganz Sommelier – kombiniert er natürlich zu jedem Gang den richtigen Wein.

Hotzenhof mit Weinvergangenheit

Bis Ende des 19. Jahrhunderts wurden auf dem Hotzenhof Reben angebaut, bevor die Reblaus in ganz Europa die Rebstöcke zerstörte. Diese Weinvergangenheit war ausschlaggebend, dass Familie Hotz 2015

erstmals wieder Rebstöcke pflanzte. Zudem ging für Philipp Hotz ein Traum in Erfüllung, da er sich 2012 an der Fachhochschule für Obstbau, Weinbau, Vinifizierung und Brennereitechnik im Südtirol regelrecht in den Weinbau verliebte. Mittlerweile führt er unter dem Namen Baareba vier Rot- und Weissweine im Angebot, davon einen Barrique-Ausbau in Eichenfässern aus Küsnacht am Rigi sowie einen Schaumwein. Der aktuelle Lieblingswein von Philipp Hotz ist ein Rosé aus der Cabernet-Jura-Traube, den er 2020 erstmals produziert hat. «Ein Trend, vor allem auch bei jungen Leuten», stellt er erfreut fest. Beim Rosé werden rote Trauben weiss gekeltert, das heisst, die Beeren werden abgepresst und nur der Saft vergoren, was die hellrote Färbung des Weins erklärt.

NATURENA-Kurse im September:

«Von der Traube bis ins Glas»: Am 23. und 24. September 2022 gibt Philipp Hotz eine Einführung in die Weinkunde. «Wir besichtigen den Rebberg, machen einen kleinen Praxisdurchlauf hinsichtlich Weinkelterung und degustieren mehrere Weine über den Tag», erklärt der passionierte Winzer und Sommelier.

Infos über freie Plätze und Anmeldung unter naturena.ch



Auf dem Hotzenhof in Baar treffen sich im September Weininteressierte.

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



Folgen Sie Volg NATURENA auch auf naturena.erlebniswelten

EIN SCHLUCK **SONNE** FÜR DEINEN ESSTISCH



Genießen mit einem guten Gefühl

Seit mehr als 130 Jahren liefern wir beste tropische Früchte angebaut mit Respekt für Mensch und Natur. In den letzten 15 Jahren ist Fyffes zum führenden Anbieter von Fairtrade-Bananen in Europa geworden. Alle Fyffes Fairtrade-Bananen bei Volg stammen aus Kolumbien.

Hier wird zusätzlich zu den generellen Fairtrade Leistungen von jeder Fyffes Fairtrade-Banane, die Sie kaufen, ein fester Betrag an die Fundauniban Stiftung entrichtet. Diese Stiftung unterstützt die Erzeugergemeinschaften in Kolumbien und realisiert Projekte für die örtlichen Gemeinden.

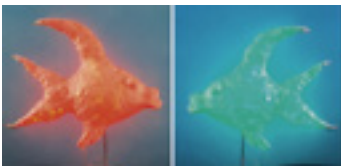
**Wir übernehmen Verantwortung –
Natürlich für die Zukunft.**



Erfahren Sie mehr darüber: www.fyffes.ch und folgen Sie uns auf Facebook

NEUE KURSE IM OKTOBER

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



FRICKTAL AG
7. oder 8. Oktober

Lichtspiel

WAS Mit Sicherheit ein Hingucker ist diese Papier-Lampe in Fischform. Mit ihrem dezenten Licht verströmt sie eine freundliche Stimmung im Wohn-, Schlaf- oder Kinderzimmer. Zuerst wird aus Hasendraht ein Modell gefertigt, danach mit Naturpapier kaschiert und im Inneren ein LED-Band eingearbeitet, welches den Fisch zum Leuchten bringt. Das Lichtspiel im Pop-Art-Design ist ca. 50 cm hoch, 60 cm lang und wird auf einem Kiefernholzständer präsentiert. **WANN** Kurs 1: Fr, 7.10.22, 9-18 h, Kurs 2: Sa, 8.10.22, 9-18 h **WO** Volg Erlebnishof Fricktal, Erlenhof, Wittnau **LEITUNG** Daniela Häbig, Freiburg i. Br., www.daniela-haebig.de **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 14 J. **PREIS** Fr. 160.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihr Lichtspiel im Wert von Fr.25.-.



SEEBACHTAL TG
7. oder 8. Oktober

Flauschiger Koala aus Nadelfilz

WAS Ganz ohne Wasser und Seife, dafür mit speziellen Nadeln formen Sie Schweizer Schafwolle zu einem ca. 15 cm grossen, flauschigen Koala-Bärchen. Losgelöst von Vorlagen lernen Sie die kreativen Möglichkeiten dieser Technik kennen, die Sie auch zuhause für weitere Objekte anwenden können. **WANN** Kurs 1: Fr, 7.10.22, 9-16 h, Kurs 2: Sa, 8.10.22, 9-16 h **WO** Volg Erlebnishof Seebachtal, Haldenhof 1, Hüttwilen **LEITUNG** Tamara Schubert, Gockhausen, www.filzschule.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 14 J. **PREIS** Fr. 145.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihr Koala-Bärchen im Wert von Fr.35.-.



SEELAND BE
29. Oktober (2 Halbtageskurse)

Herbstlicher Nusskranz

WAS Dieser Nusskranz sorgt in Ihrem Zuhause für Herbststimmung. Die Grundform (Ø ca. 28 cm) wird mit Baumnüssen und Baumnusschalen beklebt. Für farbliche Akzente sorgen andere Nüsse oder Pfirsichkerne. Der fertige Kranz wird Sie lange erfreuen, denn die Nüsse und Kerne behalten ihre schönen, herbstlichen Farbtöne, ohne zu verblassen. **WANN** Kurs 1: Sa, 29.10.22, 9-13 h*, Kurs 2: Sa, 29.10.22, 13.30-17.30 h* **WO** Volg Erlebnishof Seeland, Barryhof, Schüpberg 130, Schüpfen **LEITUNG** Irma Moser, Affoltern i. E., www.imkreativstuebli.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 18 J. **PREIS** Fr. 120.- p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihren Nusskranz.



ZUGERLAND ZG
22. Oktober (2 Halbtageskurse)

Herbstschätze der Natur für Gesundheit und Wohlbefinden

WAS In der Natur wachsen unzählige, wertvolle Heilkräuter und Pflanzen. Die Kursleiterin und Wildkräuterexpertin vermittelt Ihnen interessantes Wissen zu ausgewählten Kräutern und deren Heilwirkung. Unter Anleitung stellen Sie aus saisonalen Beeren, Wurzeln und Kräutern eine Tinktur (2 dl) sowie ein Oxymel (2 dl) her, ein Elixier aus Honig, Essig und weiteren Zutaten wie Kräuter, Wurzeln, Gewürze oder Früchte. **WANN** Kurs 1: Sa, 22.10.22, 9-13 h*, Kurs 2: Sa, 22.10.22, 14-18 h* **WO** Volg Erlebnishof Zugerland, Hotzenhof, Deinikon 11, Baar **LEITUNG** Annamaria Roggenmoser, Unterägeri, www.wildkraeuter-power.jimdofree.com **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 10 J. **PREIS** Fr. 105.- p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Produkte.



WERDENBERG SG
28. oder 29. Oktober

Silberschmuck mit natürlichen Strukturen

WAS Fein strukturierte Blätter von Bäumen und Sträuchern sowie kleine Holzstücke oder Ästchen sind die Vorlage für einzigartigen Silberschmuck. Sie lernen die Herstellung von Silikonabdrücken kennen und kreieren mit 20 g SilverClay und Feinsilber wunderschönen und einzigartigen Silberschmuck. Im Kurs können Sie 2 bis 3 Fingerringe, Ohrhinge oder Anhänger anfertigen. **WANN** Kurs 1: Fr, 28.10.22, 9-16 h, Kurs 2: Sa, 29.10.22, 9-16 h **WO** Volg Erlebnishof Werdenberg, Büelsteihof, Winkelstrasse 20, Oberschan **LEITUNG** Claudia Anliker, Arbon, www.glasfusing-keller.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 18 J. **PREIS** Fr. 190.- p. P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Schmuckstücke im Wert von Fr.70.-.

Infos und Anmeldung

www.naturena.ch

oder Tel. 058 433 54 09

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

Anmeldeschluss 15.9.2022

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.

Volg

NATURENA

NATUR NAH ERLEBEN

Von Natur aus kreativ

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

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

CAMEMBERT- BOHNEN-PLÄTZLI

Leserin Alina Alessandra Lutz ist schon jetzt ein Kochbuch-Star. Als Abschlussarbeit schrieb die junge Bündnerin in der Sekundarschule auf Deutsch und Rätoromanisch ein Kochbuch mit Familienrezepten, wovon ihr dieses ganz besonders am Herzen liegt.

CAMEMBERT- BOHNEN-PLÄTZLI

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
BACKEN ca. 30 Minuten

- 500 g frische Bohnen, vorgekocht
- 4 Tomaten, halbiert
- Salz, Pfeffer
- Etwas Aromat
- Etwas Peterli, gezupft
- 8 Schweins-Nierstück Plätzli
- 2 Camemberts, je längs und quer halbiert
- 5 dl Vollrahm

1. Bohnen und Tomaten in einen Schmortopf oder eine Gratinform legen, würzen.
2. Fleisch würzen, beidseitig je 1 Min. in einer heissen Bratpfanne anbraten, auf das Gemüse legen und etwas abkühlen lassen.
3. Camembert auf das Fleisch geben, mit Rahm übergossen und in der Mitte des auf 220°C vorgeheizten Ofens (Ober-/Unterhitze) ca. 30 Minuten backen.

Tipp: Statt frischer Bohnen können auch Tiefkühlbohnen oder solche aus der Dose verwendet werden. Dazu passen Teigwaren oder Reis.



Bereits 250 Kochbücher hat Alina Alessandra Lutz schon verkauft, Tendenz steigend. «Das war meine Abschlussarbeit», erzählt die angehende Coiffeuse, die das Kochen liebt. «Ich habe viel Zeit in die Umsetzung investiert. Und da wir zuhause Rätoromanisch sprechen, habe ich es zweisprachig verfasst.» Ihr Highlight: Die Camembert-Plätzli, die es an Familienfeierlichkeiten gibt. «Ich mag alles Familiäre», sagt sie. «Darum kaufe ich auch gerne im Volg Sumvitg ein, wo meine Grosseltern wohnen. Hier kennt man sich und hat meist Zeit für ein kurzes «Wie gehts?»»

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
oeise.lade@volg.ch





ORIGINAL
APPENZELLER ALPENBITTER

**SWISS MADE.
SEIT 120 JAHREN.**

APPENZELLER.COM



**Schweizer
Kulturglut**

* in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich

villiger Original-Krumme
würzig-feine Virginia-Cigarren

GEWINNEN MIT HIESTAND

EIN GLÜCKSTREFFER FÜR ALLE GIPFEL- UND SCHOGGIFANS



1.
PREIS

**WETTBEWERBS-
FRAGE**

Seit wann gibt es den
Cailler-Branche Gipfel?

A Seit 5 Jahren
B Seit 10 Jahren
C Seit 22 Jahren

PREISE

- 1. Preis im Wert von Fr. 1500.-**
Geschenkkarte von Agrola
- 2. Preis im Wert von Fr. 1000.-**
Geschenkkarte von Agrola
- 3.-4. Preis im Wert von Fr. 500.-**
Geschenkkarte von Agrola
- 5.-10. Preis im Wert von je Fr. 250.-**
Geschenkkarte von Agrola
- 11.-20. Preis im Wert von je Fr. 200.-**
Geschenkkarte von Agrola
- 21.-30. Preis im Wert von je Fr. 100.-**
Geschenkkarte von Agrola

Beim Cailler-Branche Gipfel vereinen die beiden traditionellen Schweizer Marken Hiestand und Cailler doppelten Genuss: Qualitätshandwerk, gepaart mit den besten Zutaten. Ofenfrisch bescheren die knusprigen Hiestand-Buttergipfel mit dem zartschmelzenden Cailler Branche allen Liebhabern von schokoladigen Backwaren glückliche Geschmacks- und Pausenmomente.

Noch mehr glückliche Momente

Wer ihn noch nicht kennt, sollte den süssen Volltreffer unbedingt kennenlernen. Denn der Cailler-Branche Gipfel ist der ideale Begleiter durch den Tag. Er ist immer dann ein willkommener Snack, wenn einem

der Sinn nach etwas Süssem, oder auch Nervennahrung, steht. Nerven schonen können die Gewinner dieses Wettbewerbs mit den Geschenkkarten von Agrola. Wollen Sie den Weg zur Tankstelle entspannt angehen? Dann blättern Sie zurück zum «Chuchichäschtl», wo die Antwort auf die Wettbewerbsfrage zu finden ist. Dazu braucht es natürlich noch eine Portion Glück! Das Genuss-Glück gibt es jedoch auf sicher - im Volg mit dem Cailler-Branche Gipfel.



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

Teilnahme vom 29. August bis 22. September 2022.

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

Vitakraft®

LECKERLIES FÜR IHRE LIEBLINGE

...macht glücklich!

#UNSERGLÜCKSMOMENT



MIT DEN LECKEREN STICKS BRINGEN SIE TOLLE ABWECHSLUNG IN DEN ALLTAG.

Beef Sticks®*: mit extra hohem Fleischanteil überzeugt grosse und kleine Vierbeiner gleichermaßen.
Cat Sticks®: beste Qualität, ein extra hoher Fleischanteil und ein unwiderstehlicher Geschmack.

VITAKRAFT.
AUS LIEBE.

VITAKRAFT.CH



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

DER RICHTIGE SCHUTZ

UM MICH SICHER UND
FRISCH ZU FÜHLEN

Jetzt testen!

Blasenschwäche? Kein Problem!
TENA Discreet bietet maximalen Schutz bei
höchster Diskretion. Sie ist dünn und sicher dank
DREIFACHSCHUTZ vor Auslaufen, Feuchtigkeit und
Gerüchen. Für ein befreites, unbeschwertes Leben.



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

TENA, eine Marke von Essity

RÄTSELN UND GEWINNEN!

befest. Ufer am Hafen	schweiz. Sängerin † 2018 (Lys)		Rat, Empfehlung	Greifvogel		flüchtig, Brennstoff	Hausplan	den Telefonhörer nehmen		Frau des nord. Meeresgottes	Bindewort	Prüfungen, Stichproben
↳	↳		Süssgebäck	↳								
... und Trank					5	bergauf, nach oben		Besitz, Eigentum	↳			
schweiz. Partei			Schutzdamm am Meer			Schiffsanlegeplatz	2				Zwiebelpflanze	
Talente		zu dem Zweck						eh. schweiz. Zirkus		Abk.: Tischtennis		
↳			7			Service-durchbruch (Tennis)		Bruder von Romulus	↳		4	
gerösteter Mais	med. verwendete Droge	Störung, Schaden		Freiherr						Schwebeteilchen		Likörgewürz
↳							Weissweingebiet im VD		Wellnesseinrichtung	6		
geringschätziger Ausruf				schweiz. Autor (Paul)		Verzicht auf Nahrung						
Präposition			Mobiltelefon (ugs.)						Geräusch b. Glasbruch		schweiz. Laugengebäck	
zum Altertum gehörend					1	Stadt im Kanton Genf		Liebebeziehung				
↳			Urkunde i. Völkerrecht			schweiz. Jahrmarkt			9			lat.: und
Figur d. Nibelungenliedes	Techno-party	schweiz. Möbeldesigner † 1991						e. Auto mit Extras ausbauen		frz. Artikel		
↳						Raumbegrenzung		Stiftung, Fonds (engl.)				
Vorfahr		Wintersportort im Kt. GL		Frage nach e. Ort				Autokz. Kanton Uri		stellenweise: ... und da		Halbton unter G
Nahrung im Körper verarbeiten									Initialen d. phant. Malers Giger †		3	
↳		8		Nasallaut				Verban-nungs-ort Mz.				
Nomadenbehausung	gebrannte ...								Glacé			

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 bamix® SwissLine inkl. Fleischmesser im Wert von je Fr. 299.-.

Der Schweizer bamix® SwissLine mit erhöhter Leistung erledigt alle Arbeiten in der Küche. Als Pürierstab einsetzbar, um Suppen, von Kürbiscremesuppe bis hin zu Schaumsuppen, perfekt zuzubereiten. Der Zaubermixer SwissLine ist mehr als ein Küchenhelfer, der herkömmliche Küchenmaschinen weitgehend ersetzen kann, da er mit seinen vielen Zubehörtteilen die gleichen Aufgaben schneller und einfacher erledigt.
Weitere Infos unter: www.bamix.ch.



So nehmen Sie an der Verlosung teil:

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

Teilnahme vom 30. August bis 23. September 2022.

Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Die Mitarbeitenden von Bamix und der Volg Konsumwaren AG sind nicht teilnahmeberechtigt.

WIE SAGT MAN WO?

schaukeln



im Luzernischen
riitiseile

im Bündnerland
schaukla

in Romanischbünden
far ballabaina

im Rheintal
gireeza

im Thurgauischen
reizle

im Urnerischen
giigampfe

im Wallis
ggeite

in Unterwalden
seiliplampe

im Appenzellischen
seiliriite

VORSCHAU «ÖISE LADE» OKTOBER



Herbsternte
Saisonale Frische in Form
von Trauben, Äpfeln
oder Kürbis begeistert
auf dem Teller.



Flechtwerke
Zöpfe, Kränze und
Knöpfe für die süssen
und herzhaften
Momente im Leben.

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

🇨🇭 Gedruckt in der Schweiz auf Schweizer Papier



BARILLA AL BRONZO

DIE NEUE DIMENSION VON PASTA

NEU BEI
VOLG



RAUE OBERFLÄCHE. INTENSIVER GENUSS.



AL BRONZO
DAL 1877
Barilla
LAVORAZIONE GREZZA

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

DER GESCHMACK, DEN ALLE LIEBEN



DAL 1877
Barilla

EIN ZEICHEN DER LIEBE

Tempo[®]



**Schweizer
Berghilfe**

FÜR MEHR INFOS:
CODE SCANNEN



Tempo unterstützt die
SCHWEIZER BERGHILFE



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



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



Tempo Feuchte Toilettentücher
Sanft & Pflegend · 42 Tücher

Perfekte Tempo-Sauberkeit.

*Recyclingfähig gemäss ISO 18604, für verschiedene Verwendungszwecke. Das tatsächliche Recycling hängt von mehreren Faktoren ab, z.B. von der regionalen Verfügbarkeit eines Recyclingsystems. Reduzierung des CO₂-Fussabdrucks der Verpackung durch die Verwendung von recyceltem Plastik, basierend auf von Essity durchgeführten und von einer dritten Partei verifizierten Lebenszyklusanalysen.



Tempo,
eine Marke von Essity

www.tempo-world.com