NOVEMBER 2023

ÖISE LADE

KOCHEN, ENTDECKEN, ERLEBEN: DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG

ORANGEN

Aufheller auf dem Teller: Rezepte mit der Winterfrucht

NATURENA

Kreativ durch den Advent: Die Kurse im Dezember

WÄRME AUF VORRAT

Tee, Konzentrat, Mischung und Sirup: Heissgetränke für kalte Tage

Volg
frisch und fründlich

PURE NATUR.
NATÜRLICH BIO.

Neu

Unser Rezept

Bio Apfelsaft.
Wasser.
Fertig.

RAMSEIER®

Die Kraft der Natur

INHALT

Öisi Chuchi
Herzhaftes und herrlich
Süsses: alles mit Orangen

Öisi Chuchi
Ein heisser Mix: wohlig
Warmes für den Wintervorrat

Feins vom Dorf
Bäckermeister Didier Grond
fördert Bündner Weizen

41 **Öisi Marke**
Bereit für die Guetzlizeit mit Volg
Nüssen, Mandeln und Kokos

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser
Mit Spannung erwarten wir jeweils die Bewertungen von Chandra Kurt, die jedes Jahr die Weine des Schweizer Detailhandels testet. Umso grösser ist die Freude darüber, dass die guten Tropfen aus dem Volg erneut hervorragend abgeschnitten haben. Mehr über die Spitzenwerte der Volg-Weine lesen Sie auf Seite 9. Unwiderstehlich fein schmecken die Spitzbuben, mit denen Sie jetzt Gutes tun können. Mit dem Kauf jedes «Theodora Herz» helfen Sie mit, Kindern im Spital mehr Lachen zu schenken. Informationen dazu erhalten Sie auf Seite 31. Ich danke Ihnen von Herzen für Ihre wertvolle Unterstützung dieser guten Sache. Selber «guetzlä», wieder vermehrt den Ofen nutzen oder häufiger das Licht anzünden: Das braucht Strom. Jener, der für den Betrieb unserer Läden genutzt wird, stammt übrigens überwiegend aus erneuerbaren Energien. Welche Massnahmen noch dazu beitragen, den Energieverbrauch in den Läden möglichst tief zu halten, lesen Sie ab Seite 50. Ich wünsche Ihnen viel Freude und Inspiration mit dieser Ausgabe.

frisch und fründlich

Philipp Zgraggen
Vorsitzender der Geschäftsleitung

4 **CHUCHICHÄSCHTLI**
Monatshits und Saisontipps
10 **ÖISI CHUCHI**
Mit der Kraft der Orange
20 **SAISON FÜR ...**
Randen
23 **TRAUMPAAR**
Käse und Wein des Monats
25 **WEIN-AKTIONEN**
Jetzt profitieren
26 **SPEZIALANGEBOT**
Edle Plozza-Weine fürs Fest
28 **FEINS VOM DORF**
Volg Sils Maria GR: Mehl aus Bündner Weizen
31 **CHURZ & FÜNDIG**
Neues aus der Volg-Welt
32 **ÖISI CHUCHI**
Warm und wohlig
41 **ÖISI MARKE**
Volg Nüsse, Mandeln und Kokos
42 **ÖISE FAVORIT**
Die Vielfalt des Käselands Schweiz
44 **TYPISCH SCHWEIZ, TYPISCH VOLG**
Bunte Fruchtkaubonbons aus Rupperswil AG
47 **NEU IM VOLG**
Entdecken und ausprobieren
50 **ÖISI UMWÄLT**
Strom überwiegend aus erneuerbaren Energien
53 **NATURENA**
Paul Widmer schafft Kunst aus Holz und Stein
55 **NATURENA-KURSE**
Die neuen Kurse im Dezember
56 **LESERREZEPT**
Bratwurst-Curry
59 **WETTBEWERB**
Gewinnen mit Toppits
61 **KREUZWORTRÄTSEL**
Mitmachen und gewinnen
62 **CHRUT & RÜEBLI**
Mundartlexikon: Käse
Vorschau
Impressum

DE GRÜEN DUUME

Unterschlupf für Tiere

Die Zugvögel habens gut – sobald die ersten kühlen Nächte anstehen, machen sie sich auf den Weg in Richtung Süden, um den Winter in wärmeren Gefilden zu verbringen. Die meisten Tierarten bleiben aber hier und müssen der Kälte trotzen. Um ihnen im heimischen Garten – oder auch auf dem Balkon – Schutz zu gewähren, ist etwas Unordnung oberstes Gebot. Verblühte Stauden und Hecken, Laub- oder Reisighaufen, Totholz, Steinhaufen oder Kompost: sie alle bieten Tieren wie Igeln, Eidechsen, Fröschen, Kröten, Wildbienen oder Käfern Unterschlupf. Daher das Herbstlaub nach dem Zusammenrechen am besten in einer ruhigen Ecke des Gartens liegen lassen, zusammen mit weiteren pflanzlichen Überresten. Die Tierwelt wird es danken.

WETTBEWERB AUF SEITE 59

Mit Freude «guetzle»

Was gibt es Schöneres, als in der Adventszeit gemeinsam Weihnachtsguetzli zu backen und diese im Freundeskreis und in der Nachbarschaft zu verschenken! Dabei sind die traditionellen Guetzlisorten bei den Schweizerinnen und Schweizern am beliebtesten. Nach wie vor belegen Mailänderli, Brunsli, Zimtsterne und Spitzbuben die Spitzenränge. Eine Umfrage hat ergeben, dass Schweizerinnen und Schweizer durchschnittlich fünf bis sechs verschiedene Sorten backen. Damit das Backen mühelos gelingt, empfehlen sich die innovativen Back-Bögen von Toppits mit rutschfester Unterseite. Damit klebt garantiert nichts an, die Bögen verrutschen nicht und die Ecken rollen sich nicht auf. So macht das Weihnachtsguetzlibacken noch mehr Freude. Und diese wird dann in ihrer süssesten (Guetzli-)Form den Liebsten geschenkt. So ganz nach dem Motto: Mit Freude backen. Freude schenken!

SELBSTGEMACHT

SCHOGGI MIT SCHUSS

Lieber eine heisse Schoggi oder einen Glühwein? Wie wär's mit einer Kombination von beidem! Ob Rotwein und Schokolade in einer Tasse vereint schmeckt? Und ob! Wie Weinkenner wissen, enthalten viele rote Rebsorten Aromen, die an Schokolade erinnern. Für zwei Portionen werden 3 dl Milch oder Haferdrink erwärmt und circa 70 g dunkle Schokolade darin geschmolzen. Dann kommen 2 dl Rotwein hinzu und die Mischung wird nur noch kurz erwärmt. Nach Belieben die «Rotwein-Schoggi» mit etwas Orangenschale, Zimt oder Muskat abschmecken und Gläser mit einem Zuckerrand dekorieren. Pst: Ab Seite 32 gibt's weitere Rezepte für Heissgetränke.

ZWIEBELN

RÜBIS & STÜBIS

Älplermagronen, Käsespätzli, Hotdog oder Hamburger: Röstzwiebel verleihen all diesen Gerichten den gewissen Extra-Knusper. Aus Zwiebeln lässt sich der aromatische Crunch selbst herstellen. Zwiebeln in Ringe oder feine Streifen schneiden, in Öl glasig braten, leicht salzen, mit Mehl bestäuben und weiterbraten, bis sie goldbraun sind. Auf einem Backblech verteilen und bei 40 °C (Heissluft/Umluft) 3 Stunden vollständig trocknen lassen. Auskühlen lassen und in ein luftdicht verschliessbares Glas geben.

TRICK 77

Teebeutel extrastark

Teebeutel wirken Wunder gegen Zwiebel-, Knoblauch- oder Fischgeruch an den Händen. Einfach einen gebrauchten Beutel aufschneiden und die Teeblätter zwischen den Händen verreiben. Gut eignen sich Sorten wie Pfefferminz oder Schwarztee. Am besten hat man sowieso immer ein paar gebrauchte, getrocknete Teebeutel zur Hand. Sie helfen unter anderem auch dabei, Gerüche zu neutralisieren, etwa im Kühlschrank oder bei muffig riechenden Schuhen.

«Wenn im November die Stern' stark leuchten, lässt dies bald auf viel Kälte deuten.»

Bauernregel im November

MONATSHITS IM NOVEMBER

Cordonbleu Traditionell und Pouletbrust Sweet Sour

Beim Cordonbleu Traditionell schmilzt nicht nur der Käse, sondern auch das Herz eines jeden Liebhabers währschafter Schweizer Küche. Ein zartes Schweinsnierstück-Plätzli, von Hand gefüllt mit Gewürzschinken und Luzerner Rahmkäse und aussen goldbraun-würzig paniert. Ebenfalls fixfertig und bereit für die Bratpfanne oder den Grill ist die Pouletbrust mit der asiatischen Sweet-Sour-Marinade, zu der gebratener Reis mit Gemüse aus dem Wok besonders gut passt. Beide Spezialitäten sind aus Schweizer Fleisch.

MACH DEINEN
BAUCH
ZU DEINEM
FREUND.
ECHTER MILCHGENUSS OHNE LAKTOSE.
Emmi
good day
Laktosefrei
sans lactose
Milk
Drink
1,5% FETT
GRAISSE
UHT
1 L

DIE ZAHL

1445

In diesem Jahr wurden Fasnachtschüechli im Kloster Klingental bei Basel erstmals schriftlich erwähnt. Die hauchdünnen, frittierten und mit Puderzucker bestäubten Teigfladen kennt man also schon seit mindestens 600 Jahren. In Basel nennt man sie «Kiechli», in der Ostschweiz sind sie als «Öhrli» bekannt und die Berner sagen auch «Chnöiblätz». Letztere Bezeichnung ist darauf zurückzuführen, dass der Teig über das Knie dünn gezogen wurde. Am 11.11. ist in vielen Schweizer Dörfern Auftakt zur Fasnachtszeit. Höchste Zeit, sich im Volg mit den feinen – grossen und kleinen – Fasnachtschüechli einzudecken und sich schon mal kulinarisch einzustimmen.

GUT ZU WISSEN

ORANGEN

Die süssen Zitrusfrüchte verleihen Desserts wie herzhaften Gerichten eine frisch-fruchtige Note. Eine Auswahl an Orangen-Rezepten gibt's ab Seite 10.

- Die Orange ist eine Züchtung. Man geht davon aus, dass die Zitrusfrucht durch eine Kreuzung aus Mandarine und Pampelmuse entstanden ist.
- Je nach Färbung des Fruchtfleischs unterscheidet man zwischen Blond-, Halbblutorangen wie Tarocco sowie Blutorangen wie Moro und Sanguinelli. Während die Blondorange das ganze Jahr über eine beliebte Frucht ist, ist die Saison der Halbblut- und Blutorangen auf die Wintermonate beschränkt.
- Die Blondorange ist die weltweit am häufigsten angebaute Zitrusfrucht.
- Die orangen Früchte liefern Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe – alles wichtige Unterstützer für das Immunsystem.
- Orangen reifen nach der Ernte nicht mehr nach. Einmal eingekauft heisst es daher: möglichst rasch geniessen, um das volle Aroma auskosten zu können.

FRISCH & KNACKIG

Was für ein Früchtchen

Die Grösse einer Tomate, die Farbe einer Orange und die Süsse von Aprikose, Birne und Honigmelone in einer Frucht. Essen lässt sich die Kaki Persimon wie ein Apfel mitsamt ihrer dünnen Schale. Mit ihrem schön festen Fruchtfleisch lässt sie sich auch schneiden wie ein solcher. Kakis reifen bei Zimmertemperatur nach, ist ihr Fruchtfleisch dabei weicher geworden, löffelt man den Softie einfach aus wie eine Kiwi. Da steckt also ganz viel Vergleichbares in der Kaki Persimon. Und doch ist die vitaminreiche Winterfrucht mit dem verführerischen Vanillearoma wundervoll einzigartig. Fans – und die, die es noch werden wollen – stürzen sich jetzt auf das orange Wunder. Die im Volg erhältliche Kaki Persimon kommt aus Spanien, wo deren Saison je nach Witterung im Oktober beginnt und circa Mitte Januar endet.

Sündhaft guet ...

... für gross und chli!

JETZT ZUGREIFEN!

Aus dem «Weinseller» in den Weinkeller

Frisch ab Druckpresse ist der «Weinseller 2024», in dem Weinautorin Chandra Kurt jedes Jahr die Weine der Schweizer Detailhändler bewertet. Grund für Volg, zu jubeln! Die Volg-Weine haben erneut hervorragend abgeschnitten.

(W)einkaufshilfe

Guter Wein muss nicht teuer sein – und mit dem praktischen Einkaufsführer «Weinseller» der renommierten Schweizer Weinautorin Chandra Kurt findet man ihn ganz einfach. Der «Weinseller» orientiert sich an einer Punkte-Skala und bewertet jedes Jahr eine Auswahl an Weinen des Schweizer Detailhandels.

Weinseller 2024, Chandra Kurt, 26. Ausgabe, Werd Verlag, ISBN 978-3-03922-171-4

GOLDMEDAILLEN

Weine, die im «Weinseller» 17 Punkte und mehr erzielen, erhalten bei Volg die Auszeichnung «Medaille d'Or». Mehr als jeder zweite verkostete Volg-Wein (50,7%) hat dieses Jahr für seine bemerkenswerte Qualität Gold abgeräumt. Sie möchten die Goldgewinner kennenlernen? Achten Sie beim Einkaufen in der Aktionswerbung, bei der Weinbestellung auf wein.volg.ch oder bei den im «Öise Lade» vorgestellten Weinen auf die Etikette «Medaille d'Or».

SPITZEN-TROPFEN

Weiss, Rosé, Rot: Drei Weine aus dem Volg-Sortiment, die Chandra Kurt im «Weinseller 2024» begeistert haben, und unsere Geheimtipps für Ihren Weinkeller.

PUNKTE UND STERNE

16,79 Punkte haben die 67 verkosteten Weine aus dem Volg-Sortiment im Durchschnitt erzielt. Das macht uns stolz! Denn damit haben Sie das Vorjahresergebnis nochmals übertroffen. Knapp die Hälfte (47,8%) davon erhält zusätzlich einen Stern für ihr hervorragendes Preis-Leistungs-Verhältnis. Den Stern vergibt Chandra Kurt für empfehlenswerte Schnäppchen und sichere Käufe.

GOLDBEERE RIESLING-SILVANER OSTSCHWEIZER LANDWEIN, SCHWEIZ
Punkte: 17,5* / JG 2022
75 cl, Fr. 10.90

BEAUREMPART ROSÉ GRANDE CUVÉE PAYS D'OC IGP, FRANKREICH
Punkte: 17* / JG 2022
75 cl, Fr. 9.95

STELLA D'ORO NEGROAMARO DI SALENTO IGP BARRIQUE, ITALIEN
Punkte: 17,75 / JG 2020
75 cl, Fr. 20.90

* speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis.

ÖISI SCHWIIZER

Schweizer Weine nehmen im Volg-Sortiment einen besonders hohen Stellenwert ein. Zu Recht – denn Schweizer Weinschaffen ist spitze! Das unterstreicht auch das Ergebnis der im «Weinseller 2024» bewerteten Schweizer Weine aus dem Volg. Sie erzielten im Durchschnitt 16,9 Punkte und rund 62 Prozent unserer «Schwiizer» erhielten die «Medaille d'Or».

MIT DER KRAFT DER ORANGE

Wie Sonnenstrahlen, die durch den Novembernebel dringen: Farb- und aromastarke Blond-, Halbblut- und Blutorangen bringen Frische in die Küche. Welche davon im Rezept verwendet werden, spielt übrigens keine Rolle.

CHICORÉESALAT MIT TRAUBEN, ORANGEN UND ROQUEFORT
Ein Wintersalat, der es in sich hat: caramellisierte Trauben, Haselnüsse, Roquefort und tiefrote Blutorangen.
Rezept auf Seite 19

Alle Rezepte finden Sie auch unter www.volg.ch/rezepte

BISKUITCAKE MIT ORANGEN-MASCARPONE-FÜLLUNG

FÜR 1 Cake
ZUBEREITEN ca. 45 Minuten
BACKEN ca. 40 Minuten
Cakeform von ca. 32 cm Länge
Backpapier für die Form, Spritzsack

BISKUIT

5	**Eigelbe**
130 g	**Zucker (1)**
2 EL	**Wasser,** heiss
5	**Eiweisse**
1 Prise	**Salz**
2 EL	**Zucker (2)**
130 g	**Weissmehl**
1 TL	**Backpulver**
4 EL	**Kakaopulver**

FÜLLUNG UND GARNITUR

4–5	**Blondorangen,** heiss abgespült, 2 abgeriebene Schalen und ganzer Saft, ergibt ca. 6 dl
80 g	**Puderzucker**
250 g	**Mascarpone**
2,5 dl	**Vollrahm,** steif geschlagen
1	**Blondorange,** Haut vollständig abgeschnitten, halbiert, in Scheiben geschnitten

1. Eigelbe, Zucker (1) und Wasser mit dem Mixer schaumig rühren. Eiweisse mit dem Salz steif schlagen, Zucker (2) dazugeben, weiterrühren, bis die Masse glänzt. Mehl, Backpulver und Kakaopulver mischen, zur Eigelbmasse sieben. Zusammen mit dem Eischnee sorgfältig unterziehen. Teig in die Form füllen, glatt streichen.
2. Im auf 160 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 40 Minuten backen, in der Form auskühlen lassen. Biskuit 2-mal waagrecht durchschneiden. Biskuitboden auf eine Platte legen.
3. Orangensaft und -schale mit Puderzucker auf 4 dl zu einem Sirup einkochen, auskühlen lassen. Davon 1 dl mit Mascarpone und Schlagrahm mischen. Masse in einen Spritzsack füllen, 15 Minuten kühl stellen.
4. Biskuitboden mit ⅓ des restlichen Sirups tränken. ⅓ der Mascarponemasse in gleichmässige Tupfen aufspritzen, mittleres Biskuit darauflegen, mit ⅓ des Sirups tränken und noch mal mit ⅓ der Mascarponemasse gleichmässige Tupfen aufspritzen. Biskuitdeckel daraufsetzen. Mit der restlichen Mascarponemasse und Orangenschnitzen garnieren, restlichen Sirup darübergiessen.

Knorr SEIT 1838

3 Minutes to ASIA

-20%

VOM 30.10. – 5.11.2023
AUF AUSGEWÄHLTE KNORR ASIA NOODLES IM TRIO

SCHWEINSSCHNITZEL AN MEDITERRANER WEINSAUCE UND BLUTORANGENFILETS

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

12	**Schweinsschnitzel Mini à 40 g**
	Salz, Pfeffer
6 EL	**Mehl**
2 EL	**Bratbutter**
1	**Zwiebel,** in feine Schnitze geschnitten
1 Glas	**eingelegte Artischocken,** abgetropft, geviertelt
2,5 dl	**Weisswein**
50 g	**Butter,** kalt, gewürfelt
2	**Blutorangen,** filetiert
	Salz, Pfeffer
2 EL	**Peterli,** fein gehackt

1. Schnitzel würzen, im Mehl wenden, restliches Mehl abklopfen. Bratbutter in einer Bratpfanne erhitzen, Schnitzel beidseitig je 1 Minute anbraten, herausnehmen, warm stellen.

2. Zwiebeln und Artischocken in derselben Bratpfanne andünsten, mit Weisswein ablöschen. Sauce aufkochen, Butter stückweise unter ständigem Rühren dazugeben. Fleisch und Orangen in die Sauce geben, nur noch heiss werden lassen, würzen. Fleisch anrichten, mit Peterli garnieren.

ÖISI TIPPS

- Als Beilage passen Kartoffelstock oder Nudeln sowie Rüebli oder Broccoli.
- Die Schweinsschnitzel Mini können durch Schweinsplätzli ersetzt werden.
- Statt Artischocken 200 g frische Champignons, in Stücke geschnitten, verwenden.

POULET «SÜSS-SAUER» À L'ORANGE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

600 g	**Pouletbrüste,** in ca. 3 cm grosse Stücke geschnitten
2 TL	**Maizena**
	Salz, Pfeffer
2 EL	**Sonnenblumenöl**
2	**Knoblauchzehen,** fein gehackt
2 cm	**Ingwer,** fein gehackt
1 EL	**Tomatenpüree**
1 EL	**grober Rohzucker**
1	**Blondorange,** ganzer Saft, ca. 1 dl
1 dl	**Gemüsebouillon**
3 EL	**Ketchup**
2 EL	**weisser Essig,** z. B. Kräuteressig
2 EL	**Sojasauce**
1	**Blondorange,** geschält, halbiert, in feine Scheiben geschnitten
1 EL	**Schnittlauch,** geschnitten

1. Poulet mit Maizena bestäuben, würzen. Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Poulet rundum kräftig anbraten (nicht durchbraten), warm stellen.
2. Knoblauch, Ingwer und Tomatenpüree in derselben Pfanne andünsten. Zucker dazugeben und caramellisieren, mit Orangensaft und Bouillon ablöschen. Ketchup dazugeben, Sauce aufkochen. Mit Essig und Sojasauce abschmecken.
3. Pouletstücke und Orangenscheiben dazugeben, nur noch heiss werden lassen. Mit Schnittlauch garnieren.

ÖISI TIPPS

- Mit Basmatireis servieren.
- Für eine vegetarische Variante Poulet durch Tofu ersetzen.

FÜR FILMREIFE MOMENTE

m&m's®

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

ORANGEN-SCHINKEN-SPAGHETTI

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

- **400 g Spaghetti**
- **2 EL Olivenöl**
- **2 EL Butter**
- **2 Knoblauchzehen,** in feine Scheiben geschnitten
- **100 g Krustenschinken,** in feine Streifen geschnitten
- **1 Blondorange,** heiss abgespült, abgeriebene Schale und ganzer Saft
- **2 Blondorangen,** filetiert
- **Salz, Pfeffer**
- **100 g Reibkäse**
- **1 Peperoncino,** in feine Ringe geschnitten

1. Spaghetti in siedendem Salzwasser bissfest kochen. Abtropfen, dabei ca. 1 dl des Kochwassers auffangen.
2. Olivenöl und Butter in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen, Knoblauch und Schinken dazugeben, kurz anbraten. Mit Orangensaft und Kochwasser ablöschen, Orangenschale beigeben. Spaghetti und Orangenfilets dazugeben, würzen, mischen.
3. Spaghetti anrichten, mit Reibkäse und Peperoncini bestreuen.

ÖISE WIITIPP

Steinböckler Pinot Noir Fläsch Gemswändler AOC Graubünden, 75 cl, Schweiz
Pasta und Rotwein geht immer! Besonders wenn es so ein tiefgründiger und eleganter Bündner ist, der nach Erdbeeren, Waldbeeren und Pfeffer duftet.

GEMÜSE-QUICHE MIT ORANGEN

FÜR 1 Quiche
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
KÜHL STELLEN 1½ Stunden
BACKEN ca. 40 Minuten
Wähenblech von 28 cm Ø
Butter und Paniermehl für das Blech

TEIG

- **250 g Halbweissmehl**
- **½ TL Salz**
- **125 g Butter,** kalt
- **1 Ei,** verquirlt
- **3 EL Milch**

BELAG

- **1 Zwiebel,** in feine Schnitze geschnitten
- **1 Avocado,** in feine Schnitze geschnitten
- **1 gekochte Rande,** in feinen Schnitzen
- **2 Blondorangen,** filetiert
- **1 Ei,** verquirlt
- **1,8 dl saurer Halbrahm**
- **80 g rezenter Hartkäse,** gerieben, oder Käsekuchen-Mischung
- **Salz, Pfeffer**

1. Mehl und Salz in eine Schüssel geben, mischen. Butter dazugeben und feinkrümelig verreiben. Eine Mulde formen, Ei und Milch hineingeben. Zu einem Teig zusammenfügen, nicht kneten. In Folie gewickelt mindestens 1 Stunde kühl stellen. Teig auf wenig Mehl auswallen. Um das Wallholz wickeln und das vorbereitete Blech damit auslegen, Rand 3 cm hochziehen, andrücken. Boden mit einer Gabel einstechen und 20–30 Minuten kühl stellen.
2. Zwiebeln, Avocado, Randen und Orangen gleichmässig auf den Teigboden verteilen.
3. Ei und übrige Zutaten mit dem Schwingbesen gut vermischen, würzen, über die Quiche giessen.
4. Im auf 170 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 40 Minuten backen.

ÖISE TIPP
Statt selbst gemachten Teig einen runden Fertig-Kuchenteig verwenden.

Lieber Määäh als Muh...

UNSER MEHRWERT FÜR SIE!

Die Lämmer wachsen auf ihrem Geburtsbetrieb auf.

BIO SCHAFMILCH ist leicht verdaulich, hat eine rahmige Konsistenz und ein feines, mildes Mandelaroma.

Molkerei Biedermann

FOLGE UNS AUF

MOLKEREI-BIEDERMANN.CH

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

ORANGEN-PASTÉIS DE NATA

FÜR 12 Stück
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
BACKEN ca. 35 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 1¼ Stunden
1 Muffinform mit 12 Vertiefungen

2 dl	**Vollmilch**
130 g	**grober Rohzucker**
2 TL	**gemahlener Zimt**
3 EL	**Maisstärke,** ca. 35 g
1 Prise	**Salz**
2,5 dl	**Vollrahm**
5	**Eigelbe**
2	**eckig ausgewallte Blätterteige**
2	**kleinere Blutorangen,** geschält, Haut vollständig abgeschnitten, in 12 Scheiben geschnitten

1. Milch aufkochen. Zucker, Zimt, Maisstärke und Salz mischen, mit dem Rahm anrühren. Eigelbe gut darunterrühren. Milch unter Rühren dazugeben, in die Pfanne zurückgiessen und unter ständigem Rühren mit dem Schwingbesen kurz aufkochen. Sofort durch ein Sieb in eine Schüssel giessen, unter häufigem Rühren auskühlen lassen. Crème zugedeckt 1 Stunde kühl stellen.
2. Blätterteige aufeinanderlegen, längs im Abstand von ca. 10 cm dritteln. Quer im Abstand von ca. 10 cm vierteln, sodass 12 gleich grosse Quadrate entstehen. Die insgesamt 24 Teigquadrate versetzt aufeinander in die Mulden der Muffinform legen, leicht andrücken, mit einer Gabel dicht einstechen.
3. Crème in die Teigmulden verteilen, 15 Minuten kühl stellen. Orangenscheiben darauflegen.
4. Im auf 160 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 30–35 Minuten backen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen, vorsichtig aus den Mulden heben, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

ÖISE TIPP
Die Puddingtörtchen Pastéis de nata sind eine Spezialität aus Portugal.

SPECK-SPÄTZLI MIT WIRZ UND ORANGEN-RAHMSAUCE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

300 g	**Frisch-Spätzli**
2 EL	**Butter**
1	**Zwiebel,** fein gehackt
200 g	**Wirz,** in feinen Streifen
200 g	**Champignons,** geviertelt
	Salz, Pfeffer
2	**Blondorangen,** von 1 Saft, 1 filetiert
1,8 dl	**Halbrahm**
120 g	**Reibkäse**
180 g	**Bratspeck-Tranchen**
½ Bund	**Peterli,** fein gehackt

1. Spätzli nach Packungsangaben zubereiten, warm halten.
2. Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen, Zwiebeln und Wirz dazugeben, andämpfen. Pilze dazugeben, kurz weiterdämpfen, würzen. Mit Orangensaft ablöschen, ca. 10 Minuten köcheln. Rahm, Reibkäse und Orangenfilets dazugeben, nur noch heiss werden lassen.
3. Speck in einer heissen Pfanne knusprig braten. Spätzli auf Tellern anrichten, Sauce darübergiessen, mit Speck und Peterli garnieren.

ÖISE TIPP
Das Gericht kann auch mit selbst gemachten klassischen Spätzli oder Quarkspätzli zubereitet werden.

ÖISE TIPP

Perfekt für Blitzgerichte:
Hilcona Bio Spätzli
300 g

NEW

Cailler

DIE NEUE GESCHMACKSEXPLOSION VON CAILLER

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

CHICORÉE-TRAUBEN-SALAT MIT ORANGEN UND ROQUEFORT

FÜR 4 Personen als Vorspeise
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

SALAT

500 g	**Chicorée**
1 EL	**Butter**
200 g	**blaue Trauben,** in kleinen Rispen
1 EL	**grober Rohzucker**

SAUCE

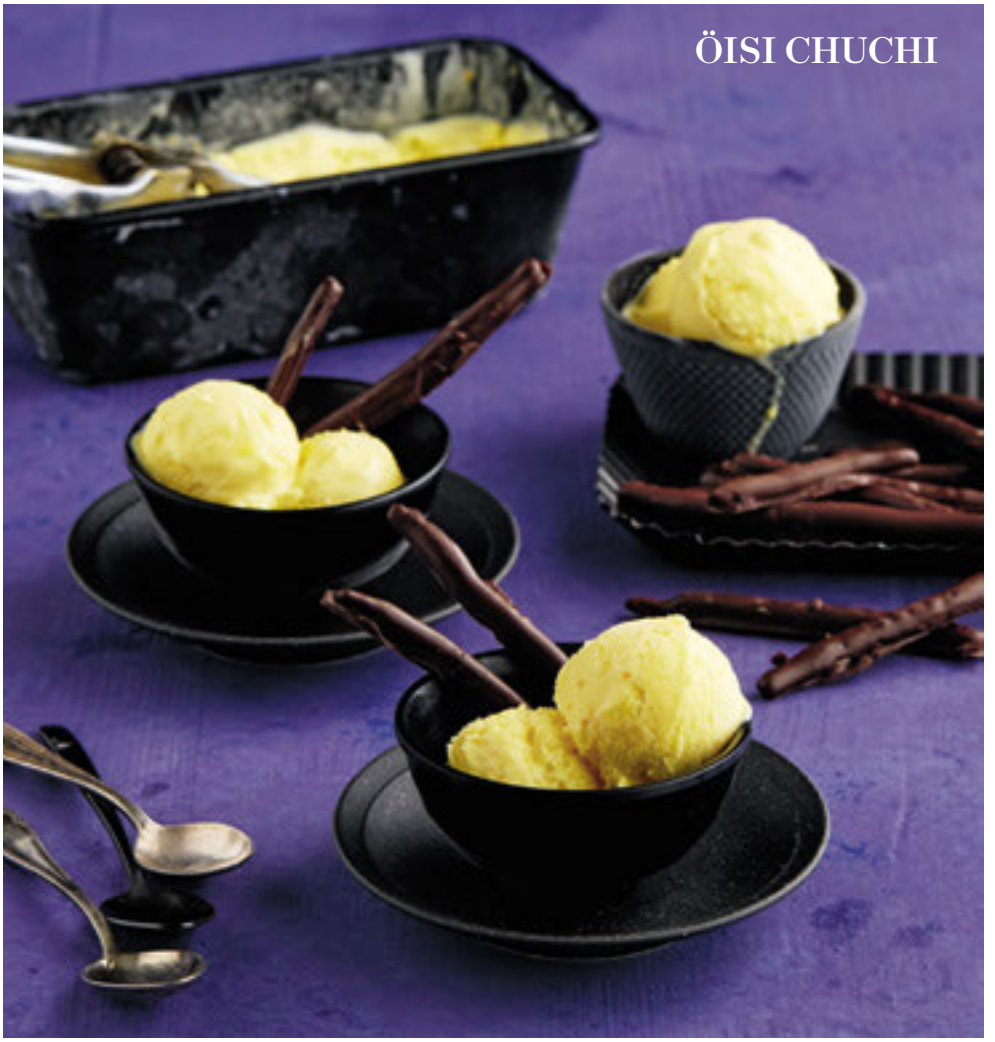
2 EL	**weisser Essig,** z. B. Apfelessig
1	**Blutorange,** ausgepresst, davon 2 EL Saft
3 EL	**Sonnenblumenöl**
1 EL	**flüssiger Honig**
	Salz, Pfeffer

GARNITUR

2	**Blutorangen,** geschält, halbiert, in 5 mm dicke Scheiben geschnitten
100 g	**Roquefort,** in ca. 1 cm grossen Stücken
30 g	**Haselnüsse,** geröstet, grob gehackt

1. Chicorée längs vierteln und die Strünke herausschneiden. In einem Sieb unter warmem Wasser kurz abspülen, abtropfen lassen.
2. Butter in einer beschichteten Bratpfanne schmelzen, Trauben dazugeben, Zucker darüberstreuen, ca. 5 Minuten caramellisieren, entstandenen Sirup in eine kleine Schüssel geben
3. Essig und alle Zutaten bis und mit Pfeffer mit dem Sirup verrühren.
4. Chicorée mit Trauben, Orangen und Roquefort auf Tellern anrichten, Sauce darüberträufeln. Mit Nüssen garnieren.

ÖISE TIPP
Statt Roquefort Gorgonzola verwenden.



ORANGEN-GLACE MIT MARZIPANSTÄNGEL

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 40 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 1 Stunde
GEFRIEREN ca. 4 Stunden
1 Form von 8 dl Inhalt

ORANGENGLACE

1	**Halbblutorange,** heiss abgespült, abgeriebene Schale und Saft (ca. 1 dl)
50 g	**Zucker (1)**
1,25 dl	**Vollmilch**
90 g	**Zucker (2)**
1 Prise	**Salz**
2	**Eigelbe**
2	**Eier**
1,5 dl	**Vollrahm,** steif geschlagen

MARZIPANSTÄNGEL

100 g	**Marzipan zum Backen**
1 EL	**Puderzucker**
½	**Halbblutorange,** heiss abgespült
1 Beutel	**dunkle Kuchenglasur à 125 g**

1. Orangensaft und -schale mit Zucker (1) aufkochen, bis sich der Zucker aufgelöst hat, abkühlen, beiseitestellen.
2. Milch in einer Pfanne aufkochen. Zucker (2), Salz, Eigelbe und Eier in einer Metallschüssel mischen, über dem warmen Wasserbad cremig schlagen. Die heisse Milch nach und nach dazugiessen und weitere 5 Minuten schlagen, bis die Masse dicklich ist. Beiseitegestellten Orangensirup untermischen; zugedeckt 1 Stunde kühl stellen. Schlagrahm unterrühren, Masse in einen tiefkühlfesten Behälter geben und mindestens 4 Stunden tiefkühlen; währenddessen regelmässig mit dem Mixer gut durcharbeiten, damit das Glace cremig wird.
3. Marzipan auf Puderzucker ca. 4 mm dünn auswallen. Orangenschale gleichmässig darüberreiben. Wieder zu einer Rolle formen, diese halbieren, jede zu einer ca. 5 mm dünnen Rollen formen und jede in ca. 5 cm lange Stängel schneiden.
4. Kuchenglasur nach Packungsangabe schmelzen, in ein Schälchen giessen. Marzipanstängel hineintauchen, sodass sie rundum mit Schokolade überzogen sind, abtropfen und auf Backpapier trocknen lassen. Bis zum Servieren kühl stellen. Die Glace damit garnieren.

ÖISE TIPP
Die Marzipanstängel sind in einer verschlossenen Dose im Kühlschrank aufbewahrt ca. 5 Tage haltbar.

SAISON FÜR ...

Randen

Sie hat ihn geschafft, den Sprung vom traditionellen Wintergemüse zum angesagten Superfood: Die Rande hat in den letzten Jahren eine echte Renaissance erlebt und ist heute wortwörtlich in aller Munde.

Gedämpft und genussbereit
Die Randen aus dem Volg stammen aus dem Berner Seeland und werden nach Richtlinien von IP-Suisse angebaut. Nebst der ganzen gedämpften Rande sind auch Randenwürfel und je nach Sortiment Randensalat erhältlich.

IP-Suisse ganze Randen gedämpft 550 g

Auf dem Weg zur Hipster-Knolle

War noch vor 20 Jahren ein saftiger Randensalat das Mass aller Dinge, haben Spitzenköchinnen wie Hobbyköche heute längst das Potenzial des dunkelroten Gemüses entdeckt. Von Randen-Spätzli, Randen-Omeletten, einer pinken Randensuppe bis hin zum Randen-Schokoladen-Gugelhopf sind der Fantasie kaum Grenzen gesetzt. Die leuchtende Farbe und ihr besonderer Geschmack, der sich mit so vielen anderen Zutaten paaren lässt, laden zum Experimentieren in der Küche geradezu ein.

GANZ SCHÖN FARBENFROH

Mit der Farbenpracht der roten Bete, wie sie auch genannt wird, können es nur wenig andere aufnehmen. Verantwortlich dafür ist der sekundäre Pflanzenstoff Betanin. Weil dieser so intensiv ist, wurde die Rande früher auch als Mittel zum Einfärben von Textilien verwendet. Übrigens: wenn sich beim Verarbeiten des Gemüses die Hände verfärben, dann hilft es, die Finger mit etwas Zitronensaft einzureiben.

Ran an die Randen!

Süsslich und leicht erdig: Die Rande schmeckt äusserst spannend. Ihre Süsse kommt nicht von ungefähr. Botanisch steht die Rande der Zuckerrübe nahe. Dazu tut sie uns auch Gutes. Die Antioxidantien, die Vitamine, die Mineralstoffe – es spricht vieles dafür, die Rande regelmässig auf den Speiseplan zu setzen. Gerade im Winter versorgt sie uns mit wichtigen Vitaminen und Nährstoffen. Randen sind ein Lagergemüse und haben ganzjährig Saison.

Randensuppe

mit Ingwer, Zitrone und Kernen-Crunch

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

CRUNCH

- **3 EL Zucker**
- **1 EL Wasser**
- **2 EL Kürbiskerne**
- **2 EL Cashewkerne**

SUPPE

- **1 Zwiebel,** gehackt
- **2 Knoblauchzehen,** gepresst
- **1 EL Ingwer,** gerieben
- **2 EL Butter**
- **1,1 kg gedämpfte Randen,** geschält, in Stücken
- **1,2 l Gemüsebouillon**
- **½–1 Zitrone,** heiss abgespült, abgeriebene Schale und Saft
- **Salz, Pfeffer**

- **75 g griechisches Jogurt nature, ungesüsst**
- **1,5 dl Vollrahm,** steif geschlagen
- **1 Zitrone,** heiss abgespült

1. Zucker und Wasser in einer weiten Chromstahlpfanne aufkochen, weiterköcheln, bis der Zucker caramellisiert. Kürbis- und Cashewkerne beifügen, sofort auf einem Backpapier verteilen, auskühlen lassen, hacken.
2. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer in Butter andämpfen. 3 EL Randenstücke für die Garnitur beiseitelegen, Rest in die Pfanne geben und mitdämpfen. Mit Bouillon ablöschen, kurz aufkochen. Suppe pürieren, Zitronenschale und -saft beifügen, würzen.
3. Suppe in Schalen oder hitzebeständige Gläser verteilen. Jogurt und Rahm mischen, daraufgeben. Beiseitegestellte Randen würfeln, mit etwas Crunch auf der Suppe anrichten, wenig Zitronenschale darüberreiben. Restlichen Crunch dazu servieren.

«So schmeckt Tradition!»

SUISSE GARANTIE

Genussvolles Schwingerplättli mit Bauernspeck, Salami und Appenzeller Rohschinken.

20% RABATT
25.-29.10.2023

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

suttero.ch

SUTTERO
Eine Marke der Ernst Sutter AG

Käse & Wein

MINI-BRIE TRÜFFEL
SCHWEIZER WEISSSCHIMMEL-WEICHKÄSE

LAVAUX AOC
SCHWEIZ, 75 CL

Zwei für Feinschmecker

Dieser Weichkäse hat es im wahrsten Sinne des Wortes in sich. Der Brie ist mit einer cremigen Frischkäsemasse mit Sommertrüffeln gefüllt. Ein echter Schweizer Käse mit Herz, der in seinem Format auch in kleineren Runden begeistert. Der gefüllte Rahmweichkäse wird bei Eberle Spezialitäten in Gossau SG veredelt und schmeckt am besten, wenn er vor dem Genuss etwas Raumtemperatur annehmen darf. Der edle Weissschimmel-Weichkäse mag denn auch einen Weisswein als Begleiter. Perfekt dazu: der fruchtige und blumige Chasselas Lavaux AOC.

Lavaux AOC
Schweiz, 75 cl

-21% **12.50** statt 15.90

Mini-Brie Trüffel
Portion 150 g
statt Fr. 7.95
Fr. 6.30

Rübis & stübis.

Schweizer Zuckerrüben werden zu 100% verwertet. Bei der nachhaltigen Zuckergewinnung entstehen aus der süssen Wurzel viele wertvolle Rohstoffe.

Zucker

Zuckerrüben bestehen bis zu 20% aus natürlicher Süsse. Nur sie steckt in Schweizer Zucker – sonst nichts.

Tierfutter

Für die Verwertung werden die Zuckerrüben klein geschnitten, aufgekocht und ausgepresst. Übrig bleiben entzuckerte Pressschnitzel – ein natürliches und schmackhaftes Futter für Hoftiere.

Melasse

Im Schleudergang trennt sich der auskristallisierende Zucker von der Melasse. Dieser dickflüssige Sirup findet vielseitige Verwendung, hauptsächlich als energie- und nährstoffreiches Tierfutter.

Ethanol

Durch Destillation entsteht aus der Melasse zudem erstklassiges Ethanol – in Form von zwei hochwertigen Produkten. CH11® ist feinstes, samtig-mildes Trinkethanol für die besten Schweizer Spirituosen, wie Gin oder Absinth. Und CH15® ist hochreines, von Swissmedic zugelassenes GMP- Ethanol in Pharmaqualität für Schweizer Heilmittel, Kosmetika und Spezialprodukte.

schweizer-ethanol.ch

Pflanzenerde

In der Zuckerfabrik wird wirklich alles verwertet. Abgewaschene Erdreste verarbeitet die angrenzende RICOTER AG zu hochwertiger Pflanzenerde für den Hausgebrauch.

Zucker
Sucre
Zucchero

zucker.ch

Natürlich natürlich.

JETZT PROFITIEREN!

Steinböckler Pinot Noir Fläsch Gemswändler AOC Graubünden
Schweiz, 2022, 75 cl, 17,25 Punkte*
Pinot Noir · Granatrot · würzig-pfeffrig, gehaltvoll
15–17 °C · kalte Platten, Bündner Spezialitäten

14.90 statt 18.50

WEIN DES MONATS

Lavaux AOC
Schweiz, 2022, 75 cl, 17 Punkte*
Chasselas · blasses Gelb · leicht, fruchtig, bekömmlich
8–10 °C · Aperitif, Süsswasserfisch, Weichkäse

–21% **12.50** statt 15.90

Stella d'Oro Negroamaro di Salento IGP Barrique
Italien, 2020, 75 cl, 17,75 Punkte*
Negroamaro · Granatrot · Johannisbeere, Dörrobst, Kakao · 16–18 °C · Braten, Gratin

–21% **16.50** statt 20.90

Animus Douro DOC
Portugal, 2021, 75 cl, 16,5 Punkte*
Tinta Roriz, Touriga Nacional, Touriga Franca, Tinta Barroca
Granatrot · Pflaumen, Birnen · 15–17 °C · Wildgerichte

–22% **6.95** statt 8.95

Animus Vinho Verde DOC
Portugal, 2022, 75 cl, 17 Punkte*
Loureiro, Arinto · sehr helles Gelb
Zitrusnote, frisch, vollmundig · 8–10 °C
Poulet, Vorspeisen, asiatische Küche

–25% **5.95** statt 7.95

Diese Aktion gilt vom 23.10.2023 bis 18.11.2023 solange Vorrat Jahrgangsänderungen vorbehalten

Fincas Valdemar Valdemacuco Roble Ribera del Duero DO
Spanien, 2021, 75 cl, 17,25 Punkte*
Tempranillo · dunkles Kirschrot · kraftvoll, schwarze Beeren · 16–18 °C · gebratenes Fleisch

–26% **12.90** statt 17.50

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».

SPEZIALANGEBOT FÜR VOLG-KUNDINNEN UND -KUNDEN

Fünf fürs Fest

Drei Veltliner Spitzen-Nebbiolo, eine Pinot-Noir-Selektion, in die nur Trauben aus den besten Malanser Reblagen gelangen, sowie ein nach der Champagner-Methode gekelterter Schaumwein aus dem Franciacorta: Fünf Festtagstropfen für glanzvolle Weinmomente.

N°1

Numero Uno, Alpi Retiche IGT, Italien

Eine wunderbare Kreation aus getrockneten Nebbiolo-Trauben; über Jahre in wertvollen französischen Eichenfässern ausgebaut. In der Nase fein und komplex mit würzigen Pfefferaromen sowie Noten von Schwarzbeerenkonfitüre. Am Gaumen Schokolade, Vanille und Röstaromen. Der «Numero Uno» passt perfekt zu rotem Fleisch und ist mit der stilvollen Verpackung ein einmaliges Geschenk.

173.40 statt 204.–

Karton 3 × 75 cl, 2019

Passione

Alpi Retiche IGT, Italien

Dieser Rotwein aus Nebbiolo-Trauben wird nach 4 bis 5 Jahren Lagerung in Kastanienholzfässern 10 bis 12 Monate in neuen, gerösteten Barriques ausgebaut. Der purpurrote «Passione» begeistert mit raffinierter Fruchtigkeit, verbunden mit Noten von Vanille und Röstaromen sowie einem vollen Körper. Schön zu rotem Fleisch, Wild, reifem Käse.

–26% **199.80** statt 270.–

Karton 6× 75 cl, 2015

Seduzione Rosso di Valtellina DOC

by Nester Formentera, Italien

Erst nach der üblichen Ernte erfolgt die Traubenlese für den «Seduzione». Er reift 12 Monate in neuen, gerösteten Barriques und wird danach in der Flasche noch während mindestens 10 Monaten gelagert. Nomen est omen, eine wahre Verführung. Er zeigt ein Bouquet von Haselnüssen und Eichenholz und am Gaumen dezente Vanilletöne. Perfekt zu rotem Fleisch, Wild und Käse.

–25% **112.20** statt 150.–

Karton 6× 75 cl, 2018

«Tradition und Innovation gehören für uns bei der Entwicklung von Weinen zusammen. Dazu braucht es für den Traum von Rebbergen, Trauben und Wein die richtige Mischung aus Kunst, Fachwissen und Mut.»

Andrea Zanolari,
Geschäftsführer Plozza Wine Group

Jetzt bestellen!

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

... und den Wein danach nah und praktisch einfach im Volg Ihrer Wahl abholen.

Diese Aktion gilt vom 23.10.2023 bis 18.11.2023
solange Vorrat

Jahrgangsänderungen vorbehalten

Plozza Franciacorta Millesimato DOCG

Dosaggio Zero, Italien

Der Franciacorta Millesimato besitzt eine Persönlichkeit, die die besondere Qualität der Pinot-Noir- und Chardonnay-Trauben des Jahrgangs widerspiegelt. Ein hochstehender Schaumwein mit 48-monatiger Lagerung auf der Hefe – komplex, harmonisch und lebhaft. Mit charakteristischen Noten nach zarten Butterbiskuits.

228.– statt 270.–

Karton 6× 75 cl, 2014

Cottinelli Pinot Noir Reserve Malans

AOC Graubünden, Schweiz

Eine besondere Auslese, in die nur Trauben aus besten Lagen in Malans gelangen. Der Ausbau des Pinot Noirs erfolgt 12 Monate in französischen Barriques. Schöner Duft nach schwarzen Johannisbeeren und Vanille; am Gaumen eine angenehm satte Frucht, langer Abgang. Passt zu Käseplatte, Capuns, Rind.

–25% 126.– statt 168.–

Karton 6× 75 cl, 2020

Der Keller mit wertvollen französischen Barriques von Cottinelli in Malans, wo Spitzenweine zu ihrer vollen Reife gelangen.

PLOZZA wine group

Die Sonne Graubündens

Im Volg Sils Maria im Engadin wird ein Mehl angeboten, dessen Weizenkorn unter der Sonne Graubündens gewachsen und gereift ist. Ein starkes Mehl, findet Bäckermeister Didier Grond und fördert es mit Leidenschaft.

Didier Grond zeigt auf den kleinen Lagerraum neben seiner Backstube. Grosse Säcke liegen hier, alle mit dem Schriftzug «Bündner Weizen». Man merkt dem agilen Bündner an, dass er stolz darauf ist. Der Geschäftsführer erzählt die Geschichte hinter dem Mehl. «Vor sechs Jahren haben wir den Entschluss gefasst, dass wir nachhaltiger und vor allem regionaler werden wollten. Natürlich stand für uns als Bäckerei das Mehl im Vordergrund.» Es war sein persönliches Ziel, dahinter stand aber auch die Unternehmensvision. Begonnen hat alles vor 19 Jahren, als im Engadiner Dorf Sils Maria, idyllisch zwischen Silser- und Silvaplanersee gelegen, eine Bäckerei mangels Nachfolge aufgeben musste. Der gelernte Bäcker-Konditor-Confiseur Didier Grond ergriff die Chance und übernahm den Betrieb. Inzwischen sind nebst jener in Sils Maria weitere Bäckereien dazugekommen. Doch Erfolg bringt auch Verantwortung mit sich. «Wir wollten etwas für die Region machen, unsere Bauern unterstützen.»

Weizen aus Graubünden

Der ursprüngliche Wunsch von Didier Grond, ausschliesslich Mehl aus dem Oberengadin zu nutzen, liess sich nicht in die Tat umsetzen. «Auf 1600 Metern über Meer wächst der Weizen leider nicht so gut, dass wir genügend ernten könnten. Gemeinsam mit einem Ostschweizer Mühleunternehmen haben wir es geschafft, Bauern mit dem IP-Suisse-Label aus dem ganzen Bündnerland für eine Zusammenarbeit zu gewinnen.» Es war auch ein Risiko, gibt er zu. «Denn das Bündner Mehl liegt preislich etwas höher.» Dank einer Informationskampagne ging alles gut. «Wir hatten bei den Kunden ein tolles Echo. Die Herkunft des Mehls aus der Nähe ist wichtiger als der Preis.» Und wie ist es denn, das Mehl aus Graubünden? «Erst hatten wir Angst, dass

Ganz links: Im Sommer haben die Weizenfelder im Bündnerland die ganze Kraft der Sonne in sich aufgesogen. Das merkt man dem Mehl an.
Oben: Bäckermeister Didier Grond ist stolz auf das Bündner Mehl, das stark und elastisch ist – perfekt zum Brotbacken.

das Mehl nicht genügend kraftvoll sein könnte», gibt der Bäckermeister zu: «Aber das Gegenteil ist der Fall: Das Bündner Mehl ist von Natur aus stark. Es hat einen guten Kleber, ist also ideal zum Brotbacken. Zudem ist es sehr elastisch, was perfekt für Nusstorten ist.»

Bündner Mehl für zu Hause
Ein Vorteil, den auch die Volg-Kundinnen und -Kunden nutzen können. Das Bündner Mehl ist in 1-Kilogramm-Säcke abgefüllt im Volg Sils Maria erhältlich. «Ein idealer Partner. Denn wie Volg setzen auch wir uns stark für Produkte aus unserer Nähe ein.»

WEISSMEHL AUS SILS MARIA
Das Weissmehl aus nachhaltig angebautem Bündner Weizen trägt das Label IP-Suisse und ist im Volg Sils Maria GR erhältlich.

PRODUKTE MIT LOKALCHARAKTER
Das Weissmehl ist 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!

Schenken Sie Freude, schenken Sie Volg!

Die Volg Geschenkkarte – die perfekte Überraschung für jede Gelegenheit.

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

VOLG SAGT AUCH ONLINE «GRÜEZI»

DORFLADEN DIGITAL

Nichts geht über einen persönlichen Austausch im Dorfladen, der oft auch ein wichtiger Treffpunkt im Dorf ist. Neues und Spannendes aus der Volg-Welt erfahren unsere Kundinnen und Kunden jedoch auch über andere Kanäle. Bereits über 4500 Nutzer folgen Volg auf Instagram unter @volgch, wo Geschichten aus der Volg-Welt, Wettbewerbe oder Rezepte geteilt und kommentiert werden. Seit Kurzem ist Volg zudem auf dem Business-Netzwerk LinkedIn vertreten, dem grössten sozialen Netzwerk. Die jüngste Generation wird über die Videoplattform TikTok angesprochen. Den Dorfladen kann man sich übrigens auch mit der kostenlosen Volg-App aufs Mobiltelefon holen. In der App stecken viele nützliche Funktionen wie die Wochenaktionen, der Wein-Scanner oder eine Einkaufsliste, Rezepte, Laden-Öffnungszeiten oder die Möglichkeit, das Guthaben der Volg-Geschenkkarte abzufragen. Wir freuen uns, Sie auch digital im Volg «frisch und fründlich» zu begrüssen!

SPITZBUBEN-HERZ FÜR GUTEN ZWECK

Süsses schenkt Kinderlachen

Vom 23. bis 29. Oktober 2023 ist ein ganz besonderes, süsses Herz im Volg erhältlich. Das «Theodora Herz» ist ein Spitzbueb und tut von Herzen Gutes. Denn für jedes verkaufte Herz-Gebäck spendet Volg 50 Rappen an die Stiftung Theodora. Die gemeinnützige Organisation erfüllt mit ihren Traumdoktoren den Alltag von Kindern in Spitälern und spezialisierten Institutionen mit Momenten wertvoller Abwechslung und Freude. Übrigens: Das feine Herz wird von der Schweizer Traditionsbäckerei Berger mit viel Liebe speziell für diesen guten Zweck hergestellt. Helfen auch Sie mit Ihrem Kauf, um Kindern ein Lachen und Augenblicke des Glücks zu schenken, und gönnen Sie sich eine süsse Pause aus Mürbeteig und Himbeerkonfitüre.

Stiftung THEODORA
Mehr als nur Lachen

AB 20. NOVEMBER 2023 IM VOLG

VORFREUDE

Die «Sternstunden» sind eine Art Adventskalender zum Geniessen und Gewinnen: Bis Weihnachten öffnet sich jede Woche ein neues Türchen mit einem kulinarischen Angebot zum einmaligen Sternstundenpreis sowie der Möglichkeit, einen der vielen attraktiven Wettbewerbspreise im Gesamtwert von über 200 000 Franken zu gewinnen. Los geht es am 20. November 2023 mit einem Schweizer Nationalgericht zum halben Preis, das die Vorweihnachtszeit noch etwas gemütlicher macht. Dazu gibt es ein traditionelles Schweizer Wintersportgerät zu gewinnen. Sie dürfen gespannt sein, welche Festtagshits und Gewinnmöglichkeiten Sie während der fünf Wochen noch erwarten. So viel sei schon verraten: Der diesjährige Hauptpreis hat richtig Stil! Mit einem von zehn Einkaufsgutscheinen von Diga Möbel wird das Zuhause noch wohnlicher.

Den «Sternstunden»-Flyer mit allen Informationen erhalten Sie ab Mitte November in Ihrem Volg.

WARM UND WOHLIG

Wenns draussen kalt und garstig ist, geht nichts über ein dampfendes Getränk. Diese Mischungen für Heissgetränke lassen sich auf Vorrat zubereiten und sind zudem ein schönes Geschenk aus der Küche.

Alle Rezepte finden Sie auch unter www.volg.ch/rezepte

«GUTE-NACHT-MILCH»-SAFRANHONIG

FÜR 5 Gläser à 1 dl Inhalt
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
5 verschliessbare Gläser à 1 dl Inhalt

500 g	**flüssiger Honig,** z. B. Blütenhonig
2 Brief.	**Safran**
½ TL	**gemahlener Zimt**

1. Gläser gründlich reinigen und ca. 10 Minuten in siedendem Wasser kochen. Auf einem sauberen Tuch abtropfen lassen.
2. Honig über einem Wasserbad leicht erhitzen (max. 40 °C). Safran und Zimt hinzugeben, unter gelegentlichem Rühren 10 Minuten im Wasserbad ziehen lassen.
3. In die vorbereiteten Gläser füllen.
4. Zubereitung «Gute-Nacht-Milch»: 2 dl Milch erwärmen, nach Belieben aufschäumen. 1–2 TL Safranhonig in der warmen Milch auflösen.

ÖISI TIPPS

- Ungeöffnet an einem kühlen und dunklen Ort 2–3 Monate haltbar.
- Einmal geöffnet, im Kühlschrank aufbewahren und innert 3 Wochen konsumieren.

Weihnachtliche
Momente
voller
Genuss
Milchschokolade
Chocolat au lait
Cioccolato al latte
Chocolaton
-39%
AKTION
CHF 12.50
statt CHF 20.70
6.11. – 12.11.2023
750 g

Für kalte
Wintertage
Rohner
basic®
Thermo Leggings
2er Pack, CHF 22.90
In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

TOFFEE-LIKÖR

FÜR 3 Flaschen à 3 dl Inhalt
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
3 Flaschen à 3 dl Inhalt

150 g	**gezuckerte Kondensmilch**
1	**Ei**
2,5 dl	**Milch**
2,5 dl	**Vollrahm**
1	**Vanilleschote,** längs halbiert
1 TL	**Kakaopulver**
50 g	**Haselnüsse,** geröstet
15	**Haselnuss-Caramel-Schokolade-Pralinen («Toffifee»)**
2,5 dl	**Wodka**

1. Flaschen gründlich reinigen, ca. 10 Minuten in siedendem Wasser kochen. Auf einem sauberen Tuch abtropfen lassen.
2. Kondensmilch und alle Zutaten bis und mit Toffifee in einer Pfanne erwärmen, bis sich die Toffifee aufgelöst haben. Flüssigkeit mit allen Zutaten sehr fein pürieren und durch ein feines Sieb giessen. Wodka hinzugeben.
3. Toffee-Likör in die vorbereiteten Flaschen abfüllen.

ÖISI TIPPS

- Im Kühlschrank aufbewahrt, hält sich der Likör 4 Wochen.
- Einmal geöffnet, den Likör innert 2 Wochen konsumieren.
- Den Toffee-Likör geniesst man im Kaffee, zum Beispiel mit einer Schlagrahmhaube, eiskalt «on the rocks» mit Eiswürfeln oder über Vanilleglace gegossen.

ÖISE TIPP

Kaffeekult mit oder ohne «Güx»:
Starbucks House Blend
10 Kapseln

nectaflor
Tradition seit 1958
BIO & FAIR GENIESSEN
Köstlicher Honig aus unserem Engagement für Bio Imkerei und fairen Handel in Mexiko.
BIO
FAIRTRADE
nectaflor
BIO BLÜTENHONIG
Miel de fleurs
Sorgfältig verarbeitet in der Schweiz.
www.nectaflor.ch

Schon entdeckt?
Jetzt neu bei Volg
Aktion
Gültig vom 30.10. bis 5.11.2023
Neu
TWININGS
Camomile, Honey & Vanilla
Kamille, Honig & Vanille*
20 × 1,5 g
TWININGS
Verbena & Orange
Eisenkraut & Orange*
20 × 1,5 g
TWININGS
Lemon & Ginger
Zitrone & Ingwer
20 × 1,5 g
*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

MOCCACCINO-MISCHUNG

FÜR 4 Gläser à 2,5 dl Inhalt
ZUBEREITEN ca. 10 Minuten
4 verschliessbare Gläser à 2,5 dl Inhalt

120 g	**Instantkaffee,** z. B. Volg löslicher Kaffee
120 g	**Zucker**
80 g	**Schokoladenpulver**
80 g	**Kakaopulver**

1. Die Zutaten schichtweise in der Reihenfolge der Zutatenliste in die Gläser verteilen.
2. Zubereitung Moccaccino: Mischung im Glas gut durchschütteln. 1 EL Moccaccino-Mischung in 1 dl kochendem Wasser auflösen. 1,5 dl warme aufgeschäumte Milch dazugiessen. Mit zusätzlichem Schokoladenpulver oder Kakaopulver bestreuen und nach Belieben garnieren (siehe «Tipps»).

ÖISI TIPPS

- Trocken und verschlossen aufbewahrt hält sich die Mischung 6 Monate oder länger.
- Gewürfelte weiche Caramel, Marshmallows oder Schaumgummi wie Sweet Mushrooms als Topping auf oder in das zubereitete Getränk geben.

ÖISE TIPP

Fürs gewisse Etwas im Getränk:
Munz Caramel Extra weich
200 g

CHAI-KONZENTRAT

FÜR 4 Flaschen à 3 dl Inhalt
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten
4 Flaschen à 3 dl Inhalt

8 dl	**Wasser**
500 g	**Rohzucker**
30 g	**Ingwer,** gerieben
1	**Vanilleschote,** längs halbiert
6	**Nelken**
4	**Zimtstangen**
½ TL	**gemahlener Pfeffer**
½ TL	**Muskatnuss**
10 Beutel	**Schwarztee**
	gemahlener Zimt, nach Belieben

1. Flaschen gründlich reinigen und ca. 10 Minuten in siedendem Wasser kochen. Auf einem sauberen Tuch abtropfen lassen.
2. Wasser und alle Zutaten bis und mit Muskat 10 Minuten köcheln lassen, Teebeutel beigeben und 10 Minuten ziehen lassen.
3. Sirup durch ein Sieb giessen und heiss in die Flaschen abfüllen.
4. Zubereiten Chai: 1–2 EL Chai-Konzentrat in einer Tasse mit 2,5 dl kochendem Wasser oder ½ Milch / ½ Wasser geniessen. Nach Belieben mit gemahlenem Zimt garnieren.

ÖISI TIPPS

- Ungeöffnet an einem kühlen und dunklen Ort aufbewahrt ist das Konzentrat 2–3 Monate haltbar.
- Einmal geöffnet, den Sirup im Kühlschrank aufbewahren und innert 3 Wochen konsumieren.
- Chai, auch Masala Chai genannt, ist ein indischer Gewürztee, der vor allem in Südasien getrunken wird. Traditionell gehört zusätzlich Kardamom in den Gewürztee.

Kambly

EXCELLENCE SUISSE DEPUIS 1910

Ein Fest für alle Sinne

Geniessen und zelebrieren Sie Weihnachten mit dem feinen Kambly Weihnachtskonfekt.

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

---

balthasar

Chalet Charme

WEITERE FARBEN UND DÜFTE:

BAUMKERZEN

weiss

ZYLINDERKERZEN RUSTICO

weiss écru taupe

DUFTKERZE UND -LICHTER

vanilla orange

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

SÜSSMOST-SIRUP

FÜR 4 Flaschen à 3 dl Inhalt
ZUBEREITEN ca. 40 Minuten
4 Flaschen à 3 dl Inhalt

400 g	**Zucker**
2 l	**Süssmost**
1 Pk.	**Vanillezucker**
1	**Vanilleschote,** längs halbiert
1	**Zimtstange**
1	**Zitrone,** heiss abgespült, abgeriebene Schale

1. Flaschen gründlich reinigen, ca. 10 Minuten in siedendem Wasser kochen. Auf einem sauberen Tuch abtropfen lassen.
2. Zucker in einer Pfanne caramellisieren, mit Süssmost ablöschen. Alle Zutaten bis und mit Zimtstange beifügen, Flüssigkeit zur Hälfte einkochen. Zitronenschale beigeben, 2 Minuten mitkochen.
3. Sirup durch ein Sieb giessen und heiss in die vorbereiteten Flaschen abfüllen.

ÖISI TIPPS

- Ungeöffnet an einem kühlen und dunklen Ort 2–3 Monate haltbar.
- Einmal geöffnet, den Sirup im Kühlschrank aufbewahren und innert 3 Wochen konsumieren.
- Den Sirup (2–3 EL pro Tasse) mit kochendem Wasser, im Tee oder als Dessertsauce mit Crêpes oder Glace geniessen.

ÖISE TIPP

Schmeckt auch im Heissgetränk:
Ramseier Süssmost
1,5 l

FRÜCHTETEE MIT RANDEN

FÜR 4 Säckchen à ca. 30 g
ZUBEREITEN ca. 15 Minuten
BACKEN ca. 2 Stunden
4 Cellophan-Säckchen
Backpapier für das Blech

2	**Clementinen,** heiss abgespült
1	**Zitrone,** heiss abgespült
3	**rotschalige Äpfel**
3	**Birnen**
1	**gedämpfte geschälte Rande**
2	**Zimtstangen,** grob zerstossen

1. Clementinen von Hand schälen, Zitrone mit dem Messer schälen. Schalen beider Früchte in kleine Würfel schneiden. Äpfel, Birnen und Rande ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Alles mit etwas Saft der Zitrone mischen und auf das vorbereitete Backblech geben.
2. Im auf 120 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen 1–2 Stunden trocknen. Dabei die Ofentür gelegentlich öffnen, um die Feuchtigkeit abzulassen.
3. Die getrocknete Mischung mit Zimt vermischen, abfüllen.
4. Zubereitung: 1 EL Teemischung mit 5 dl kochendem Wasser übergiessen, 4 Minuten ziehen lassen und danach absieben.

ÖISI TIPPS

- Alternativ zu Cellophan-Säckchen in kleine Einmachgläser abfüllen.
- Trocken und verschlossen aufbewahrt hält sich die Mischung bis zu 1 Jahr.
- Wichtig: die Teemischung muss gut getrocknet sein, damit die Haltbarkeit gewährleistet ist.
- Das Rezept kann je nach Saison oder verfügbaren Früchten angepasst werden. Dafür die Früchte klein würfeln und wie im Rezept trocknen.
- Alternativ kann im Dörrautomaten getrocknet werden.

SCJohnson
A family company
at work for a better world
glade
LIMITED EDITION
Feiere die schönen Momente
MIT DER
Nr.1
MARKE FÜR WINTERLICHE DÜFTE*
*Basierend auf Nielsen Scantrack Daten für Lufterfrischer während der Wintersaison bis Dezember 2022, Europa. Copyright® 2023, NIelsen Consumer LLC.
**in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

LÖMMER'S ZÄME
knacke!
chirat
GURKEN
CONCOMBRES
chirat
Raclette

VOLG NÜSSE UND MANDELN

Knacknüsse, Backnüsse, Snacknüsse

Geknackt ist ihre harte Schale schon, man kann sie also nur noch geniessen: Nüsse und Mandeln sind in der Backzeit wichtige Zutaten für allerhand Guetzli und andere feine Gebäcke. Den Alltag bereichern sie als wertvoller Snack.

ECHT JETZT?

Nüsse sind botanisch gesehen echte Knacknüsse. So ist die Erdnuss zum Beispiel keine Nuss, sondern eine Hülsenfrucht wie die Erbse. Waschechte Nüsse sind die Hasel- und die Baumnuss. Sie sind besonders aromaintensiv. Übrigens: Legt man angebrochene Packungen in den Tiefkühler, werden die Nüsse auch nach längerer Zeit nicht ranzig.
Backrezepte*: Baumnuss-Caramel-Taler, Nussbrot im Topf, Bündner Nusstorte.

FETT GUT!

Nüsse und Mandeln enthalten viel Fett. Doch – und das freut den Geniesser – es sind gute Fette in Form von reichlich ungesättigten Omega-3-Fettsäuren. Damit und mit ihrem Eiweissgehalt sind sie für eine ausgewogene Ernährung wichtig und wertvoll. Der Star unter den Omega-3-Lieferanten ist übrigens die Baumnuss. Also ruhig wieder mal Nüsse snacken!
Selbstgebackene Snacks mit Nüssen*: Früchtebrot, Power-Riegel.

Multitalent Mandel

Mandeln wachsen am Mandelbaum, der im Frühling wunderschön rosa blüht. Die daraus bis im Spätsommer entstandenen Steinfrüchte enthalten die Mandelkerne, die – ganz, gemahlen, gehobelt oder gestiftet – Basis vieler Gerichte und Gebäcke sind. Berühmt sind vor allem «Brönnti Mandle», die zur Chilbi gehören wie das Riesenrad, sie schmecken aber auch in herzhaften Gerichten.
Backrezepte*: Mandelgipfel, Zitronen-Mandel-Guetzli, Weihnachtsgugelhopf mit Mandeln und Rahmlikör.

Die von der Palme

Die Kokosnuss hat zwar wie eine Nuss eine harte Schale, ist aber eine Steinfrucht wie die Kirsche. Einzig die Palme, an der sie wächst, hat mit dem Chriesibaum so gar nichts gemeinsam. Die Exotik, die die Kokosnuss in die Küche bringt, lässt vom Süden und Sommer träumen.
Backrezepte*: Nuss-Kokos-Würfel, Kokos-Cake.

*** Alle Backrezepte finden Sie mit dem jeweiligen Suchbegriff auf volg.ch/rezepte.**

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

Gemahlen, geraspelt, bunt gemischt

Die top drei für die Backzeit: Haselnüsse, Mandeln und Kokosnüsse gehören jetzt in den Vorrat. Perfekt für unterwegs und ein schneller Energielieferant ist die Volg Bio Nussmischung mit Cashewkernen, Baum- und Haselnüssen sowie Mandeln.
Volg Haselnüsse gemahlen, Volg Mandeln gemahlen, Volg Kokos geraspelt, Volg Bio Nussmischung*, je 200 g.

Foto: © Switzerland Cheese Marketing

Grosse oder kleine Löcher, hart oder weich, frisch oder gereift: bei der riesigen Schweizer Käsevielfalt findet jeder seinen Lieblingskäse.

Einmalig klassisch, überraschend weich

Von Sbrinz bis Tomme, von extrahart bis cremig-weich – das Käseland Schweiz hat viel zu bieten. Nebst klassischen Käsesorten auch – was manch einen überraschen mag – viele Weichkäse. Alle stehen für Tradition, Handwerk und hohe Schweizer Qualität.

TRADITIONELL UND NATÜRLICH

Die Schweiz ist mit ihrer Geografie dafür prädestiniert, ein Käseland zu sein. Viele hügelige und bergige Gebiete sind für den Ackerbau ungeeignet, bieten sich aber als ideales Weideland für Kühe, Ziegen und Schafe an. Schliesslich ist die Herstellung von Käse die perfekte Methode, um frische Milch haltbar zu machen. Durch die Erfahrung und den Erfindungsgeist der Schweizer Käser sind über die Jahrhunderte viele einzigartige Käsesorten entstanden.

DER CREMIGE IM TANNENHOLZ

Cremig, würzig und leicht süsslich: so schmeckt eine der berühmtesten Schweizer Weichkäse-Spezialitäten. Der Vacherin Mont-d'Or AOP aus dem Waadtländer Jura ist ein schmiergereifter Weichkäse und nur in der kalten Jahreszeit erhältlich. Er steht für ein jahrhundertealtes Käsehandwerk. Mit seiner Verpackung aus Tannenholz ist er schon rein optisch unverwechselbar. Im Ofen erwärmt, kann der Käse mit Kartoffeln oder Brotwürfeln – fast wie ein Fondue – genossen werden.

Weichkäse auf Schweizer Art

Viele ausgezeichnete Weichkäse sind hier beheimatet. Ihre Reifezeit ist grundsätzlich kurz. Unterschieden werden zwei Arten von Weichkäse: einerseits jene mit Weissschimmelreifung wie Tomme, Brie Suisse oder Camembert, andererseits die Schmiergereiften, die während der Reifezeit mit Salzwasser geschmiert werden und so ihre bräunliche Rinde erhalten. Alle harmonieren schön mit Nüssen, Honig oder Früchten wie Feigen und Birnen.

So vielfältig wie das Land

Kaum zu glauben, dass aus einem so einfachen und natürlichen Grundprodukt wie Milch über 700 verschiedene Käsesorten hergestellt werden. Je nach Herstellungsart, Lagerung, Reifezeit und weiteren Zutaten wie Leidenschaft, Handwerk und Tradition entsteht eine geschmackliche Vielfalt, die ihresgleichen sucht. Und so ist der Schweizer Käse genauso unterschiedlich wie die Menschen in Stadt und Land – die trotz aller Vielfalt eines ganz fest verbindet: die Liebe zu gutem Käse.

SCHWEIZ SUISSE SVIZZERA SWITZERLAND

Unser Schweizer Käse
www.schweizerkaese.ch

Marc Lehnert «fliegt» seit seiner Kindheit auf die bunten Fruchtkaubonbons wie viele Volg-Kundinnen und -Kunden.

«Die klassischen Aromen kommen am besten an»

Die Volg Familienpreis Fruchtkaubonbons entstehen in der Zile Bonbonfabrik im aargauischen Rupperswil. Geschäftsführer Marc Lehnert leitet das Familienunternehmen in dritter Generation und liebt die Bonbons noch genauso wie in seiner Kindheit.

Herr Lehnert, welche Kindheitserinnerungen verbinden Sie mit den bunten Fruchtkaubonbons?
Ich bin natürlich damit aufgewachsen. Wir hatten die Bonbons immer zu Hause und wir durften so viele nehmen, wie wir wollten. Man könnte sagen, sie waren ein Teil meiner Kindheit. Später als Jugendlicher habe ich mir ein Sackgeld verdient, indem ich mit dem Veloanhänger Pakete voller «Täfeli» auf die Post gebracht habe.

Seit wann gibt es die Volg Familienpreis Fruchtkaubonbons?
In dieser Form seit etwa zehn Jahren. Zuvor lieferten wir die Fruchtkaubonbons unter unserer eigenen Marke an Volg. Unsere Rezeptur ist aber sehr traditionell und noch ungefähr dieselbe wie in den 1970er-Jahren.

Sind die Aromen auch dieselben wie in den 1970er-Jahren oder haben sich die Vorlieben in der Zwischenzeit verändert?
Die klassischen Aromen Zitrone, Orange, Ananas und Himbeere sind noch genauso beliebt. Dabei sind die beiden Favoriten Zitrone und Himbeere. Wir haben auch schon andere Geschmacksrichtungen ausprobiert, die kamen etwas weniger gut an.

Und zu welchen greifen Sie am liebsten?
Meine Lieblinge sind eindeutig jene mit dem Himbeeraroma. Und ja, ich mag sie übrigens auch heute noch sehr gerne.

Worin liegt das Geheimnis der so schön weichen Konsistenz der Volg Familienpreis Fruchtkaubonbons?
Ihre weiche Konsistenz und der angenehme Kaueffekt verdanken sie der Zugabe von Gelatine und Kokosfett. Ihre Süsse erhalten sie durch Zucker und Glukose.

Wie muss man sich den Herstellungsprozess vorstellen?
Die Grundzutaten werden zu einer flüssigen Masse gemischt und bei circa 120 Grad gekocht. Dann kommen unter anderem Farbstoffe und natürliche Aromen hinzu. Nun wird die Masse auf einem Förderband zu einer halbfesten Grundmasse abgekühlt. Dieser «Bonbonteppich» wird später zu einem Strang geformt und in Stücke geschnitten. Schliesslich erhalten die Bonbons ihre farbenfrohe Hülle in Form von bunten Papierchen. Wir produzieren etwa 140 000 einzelne Bonbons pro Stunde.

Rupperswil ist bekannt für die Zuckermühle, beziehen Sie den Zucker von dort?
Da in Rupperswil in erster Linie veredelt wird, kommt der Zucker meist aus Aarberg oder Frauenfeld. Nebst Rohstoffen stammt auch viel Verpackungsmaterial, etwa die Beutel, aus der Schweiz. Wir beziehen so viel wie möglich aus der Schweiz, um dazu beizutragen, Arbeitsplätze zu erhalten.

Was bedeutet die Zusammenarbeit mit Volg für Sie?
Sie ist einfach und unkompliziert. Uns gefällt besonders, dass Volg auf Schweizer Produzenten wie unser Unternehmen setzt. Wir stellen zu 100 Prozent alles in der Schweiz her.

Zile
Finest Swiss Quality

FRUCHTKAUBONBONS VON ZILE AUS RUPPERSWIL AG

Was 1947 mit Zuckereili und Bonbons im kleinen Stil begann, ist heute ein Unternehmen mit 60 Mitarbeitenden, das nebst Bonbons auch Nahrungsergänzungsmittel produziert. Marc Lehnert stieg 2004 nach seinem Maschinenbaustudium in den Familienbetrieb ein. Der Name Zile stammt von den Nachnamen der beiden Gründer: Zimmermann und Lehnert. Nach Marc Lehnerts Grossvater übernahm sein Vater, dann seine Mutter. Seit 2005 ist mit Marc Lehnert als Geschäftsführer die dritte Generation am Ruder.

ÜBER 77 %

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.

FLÜÜÜGEL FÜR JEDEN GESCHMACK.

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Findus

EIN Plätzli IN MEINEM HERZEN

70 JAHRE Plätzli

...und das seit 70 Jahren.

FINDUS Plätzli Chili Cheese* 480 g

FINDUS Plätzli Chäs 480 g

FINDUS Plätzli Spinat 480 g

FINDUS Plätzli Champignons 480 g

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

3-mal 1-malig

Pastellfarben sind zwar hübsch, aber, wenn die Kleidung weiss sein sollte, eher unerwünscht. Die neuen Maga Farbfangtücher sorgen dafür, dass Textilien so bleiben, wie sie sind.

1. Das Problem

Es ist der Klassiker: Eine einzelne rote Socke hat sich in die weisse Wäsche verirrt – und schon lächeln einem die zuvor so blütenweissen Hemden beim Entladen der Waschmaschine in einem zarten Rosa entgegen. Gerade neuere Kleidungsstücke haben die Tendenz, abzufärben. Und besonders gefährdet sind nebst weissen auch hellbeige oder pastellfarbene Textilien.

2. Die Lösung

Rettung naht in Form von Farbfangtüchern. Deren speziell behandeltes Gewebe fängt die Farbe auf, die während des Waschens von Kleidern freigesetzt wird, bevor sie sich in den übrigen Wäschestücken festsetzen kann. Das spezielle Mikrogewebe der Tücher lässt die Waschflüssigkeit gut durch, was die Aufnahme von freigesetzter Farbe erleichtert.

3. Das Resultat

Kommt bei jeder Wäsche ein Maga Waschfangtuch zum Einsatz, bleiben alle Farben dort, wo sie hingehören. Die Anwendung ist ein Kinderspiel: Ein Tuch (bei halber Ladung) beziehungsweise zwei Tücher (bei voller Ladung) in die leere Maschine geben. Die Kleider dazulegen und die Wäsche wie üblich mit Waschmittel waschen; das Farbfangtuch danach einfach entsorgen.

MAGA FARBFANGTÜCHER
Die Farbfangtücher wirken beim Waschen gegen die Übertragung von Farbe. So bleibt Weisses weiss und die Leuchtkraft erhalten.

Maga Farbfangtücher, 24 Stück
Fr. 7.95

BELFINA-
lässt nichts
anbrennen!
ohne
Palmöl
BELFINA
Classic
Bratcreme
Crème à rôtir
ohne Palmöl
5 dl
BELFINA
Cocos
hitzestabil
BELFINA
Gourmet 10
belfina.ch
* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Die Seele
Portugals in
einer Flasche!
Portugal ist eine Schatztruhe für überraschende Weine mit über 400 alteingesessenen Rebsorten und unterschiedlichsten Terroirs. Das breite Spektrum von animus umfasst einen spritzigen Weisswein von verblüffender Frische und vollfruchtige, elegante Rotweine.
Überzeugen Sie sich selbst und entdecken Sie eine faszinierende Welt der Unterschiede.
In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.
animus
DOURO
animus
VINHO VERDE
animus
DOURO
WEINSELLER
MEDAILLE D'OR
Vicente Faria

SÜESSI, VERSÜSSEN WIR UNS DEN TAG DAMIT?

DAIM BAG, 200 G*
Grosser Kult im Kleinformat: Das mit Milchschoggi umhüllte knackige Mandelkaramell ist seit Jahrzehnten in aller Munde. Sack auf für maximalen Genuss der Minis.

Fr. 5.50

RAFFAELLO*, FERRERO ROCHER ORIGINAL*, TAFELSCHOKOLADEN, JE 90 G
Auch in flacher Form eine runde Sache: Fans der berühmten Kugeln freuen sich jetzt auf genussvolle Tafelrunden.

je Fr. 2.95

CAILLER AMBASSADOR ZUM TEILEN, 127 G*
Die eleganten Pralinen haben nur eines im Sinn: Die Geschichte vom Schokoladenglück zu erzählen. Dieses Glück teilt man mit Freude mit Freunden.

Fr. 9.50

CAILLER CRUNCHY & CARAMEL, 100 G*
Der Trendgeschmack von Süsse und Salz neu kombiniert vom Traditionshaus Cailler: Milchschokolade mit gesalzenem Karamell und Knuspergetreide.

Fr. 2.95

GITS SAUCE SAMURAI, 200 ML* GITS HAUSSAUCE, 200 ML*
Streetfood ist der Ursprung von «Gits». «Gits» jetzt im Volg gleich in zwei Sorten: als scharfe Samurai- und als Haussauce mit Knoblauch, Honig und Soja.

je Fr. 6.90

VOLG BIO SCHWARZTEE, 20 BEUTEL
Schwarz der Tee, grün der Inhalt: Der beliebte Teeklassiker ist jetzt in Bio-Qualität als Volg-Eigenmarke erhältlich. Nicht abwarten, trinken!

Fr. 1.80

KEZZ ATLANTIC SEA SALT & VINEGAR, 110 G*
Kartoffeln in Schale und im Kessel knusprig frittiert: Das sind Kezz. Die mit Meersalz und Essig verfeinerte Variante ist ein Hit – kein Zweifel.

Fr. 3.95

MINOR AVELINES LAIT, 200 G*
Für die besonderen Momente im Leben: 20 edle Schweizer Premium-Pralinen aus feinster Haselnussmilchschokolade warten darauf, ausgepackt zu werden.

Fr. 11.90

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

Das Volg-Logo aussen leuchtet nur während der Ladenöffnungszeiten, im Ladeninnern dominiert die energiesparende LED-Technik.

ENERGIE SPARSAM NUTZEN

Der Strom im Volg stammt zum überwiegenden Teil aus erneuerbaren Energiequellen. Zudem werden in den Verteilzentralen und den Dorfläden wirkungsvolle Massnahmen umgesetzt, um den Energieverbrauch zu senken.

Licht aus, Tür zu. Was zuhause eine Selbstverständlichkeit ist, beherzigt man auch im Volg: Dort leuchtet das Logo der Ladenblende seit gut einem Jahr nur noch während der Öffnungszeiten. Im Innern dominiert energiesparende Technik. Wo Läden neu gebaut oder modernisiert werden und es keine technischen Hürden gibt, kommt LED-Beleuchtung zum Einsatz. LED-Leuchtstoffröhren verbrauchen rund 50 Prozent weniger Energie als herkömmliche Typen. Im Vergleich zu Halogenlampen ist der Wert mit rund satten 90 Prozent sogar noch höher.

«Türen zu» beim Kühlen

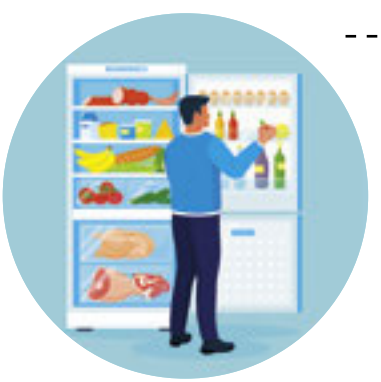
Im Detailhandel ist das Kühlen von Lebensmitteln eine zentrale Aufgabe. Die Kühlmöbel für Tiefkühl-, Frisch- und Convenience-Produkte benötigen entsprechend viel Energie. Sind sie offen gestaltet, umso mehr. Darum setzt Volg auf geschlossene Kühlsysteme mit Glassichttüren, bei denen die gekühlte Luft nicht entweicht. Bei neuen Läden kommen nur noch diese zum Einsatz; bestehende Kühlgeräte ohne Türen werden im Rahmen von Modernisierungen und Umbauten laufend ersetzt. Bis zu 30 Prozent Energie lässt sich damit gemäss «Energie Schweiz» einsparen. Im Winter wird mit Glassichttüren sogar doppelt Energie gespart: Stehen die Geräte nämlich offen, kühlen sie auch die Raumluft herunter. Das wiederum erfordert mehr Heizleistung, um den Kundinnen und Kunden während ihres Einkaufs eine angenehme Ladentemperatur bieten zu können.

Umweltfreundliche Kältemittel

Um Kühlen zu können, braucht man Kältemittel. Bei den Kühlanlagen im Volg werden solche mit möglichst geringem Treibhauspotenzial verwendet. Beispielsweise setzt die grösste Kälteanlage der Verteilzentrale Winterthur auf CO_2 als Kältemittel. Verglichen mit konventionellen Mitteln hat CO_2 ein Treibhauspotenzial, das um den Faktor Tausend tiefer ist. Entsprechend gering ist der Einfluss auf die globale Erwärmung. Ein weiteres Plus: Da CO_2 als Nebenprodukt industrieller Prozesse anfällt, muss es nicht aufwendig hergestellt werden.

4000 Quadratmeter Solarpanels

Der Strom im Volg stammt überwiegend aus den erneuerbaren Energiequellen Wasserkraft und Sonne. Das gilt für alle rund 600 Volg-Läden in der Deutschschweiz und Westschweiz ebenso wie für die drei Verteilzentralen in Winterthur, Landquart und Oberbipp, auf deren Dächern Photovoltaikanlagen installiert sind. Auf einer Fläche von total über 4000 Quadratmetern erzeugen die Solarpanels pro Jahr rund 575 000 Kilowattstunden Strom. Somit werden deutlich über 40 Prozent des gesamten Stromverbrauchs der Verteilzentralen durch «eigenen» Strom gedeckt. Hinzu kommen bauliche Investitionen: pro Jahr werden über 100 Läden teilweise oder komplett modernisiert. Die Energieeffizienz hat dabei oberste Priorität. Wie es zum Grundsatz von Volg passt, Energie sparsam zu nutzen.



WIR ALLE KÖNNEN ETWAS TUN

Kniffe in der Küche für kluges Kühlen

Energiesparen gelingt in der Küche oft mit wenigen Handgriffen. Beispielsweise beim Kühlschrank: Nach dem Einkauf die Lebensmittel am besten vorsortieren, indem man gekühlte Frischwaren zusammenstellt. Den Kühlschrank einmal aufmachen und zügig alles einräumen – öffnet man die Tür mehrmals, entweicht viel gekühlte Luft. Die Reste von gekochten Mahlzeiten auskühlen lassen, bevor sie in den Kühlschrank kommen. Angst, zu vergessen, sie später einzuräumen? Wer die Küchenuhr oder den Wecker stellt, hat eine kleine Erinnerungshilfe. Und in der kalten Jahreszeit kühlt Gekochtes prima im Freien ab, zum Beispiel auf dem Fenstersims oder dem Balkon.

SUPER FEINFOOD

Zwicky®
since 1892

Noch mehr Rezept-Ideen auf www.zwicky.swiss

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Paul Widmers Lieblingssujet sind Steinbockskulpturen. Auf bildhauer-widmer.ch kann man sich selbst ein Bild von seiner Kunst machen.

AUF DEM HOLZWEG

Paul Widmer ist Holz- und Steinbildhauer aus Leidenschaft und liebt es, mit natürlichen Werkstoffen zu arbeiten. Als NATURENA-Kursleiter gibt er sein Wissen seit vielen Jahren auf den Volg Erlebnishöfen im Werdenberg oder Zugerland weiter.

Die kreative Karriere von Paul Widmer begann als Kind mit Zeichnen und Malen. Später entdeckte er die Materialien Stein und Holz und war fasziniert von den dreidimensionalen Werken. Ihm gefielen die Tiefen und Effekte, welche er in ein Objekt einfliessen lassen konnte. Seine Leidenschaft war entflammt und er kreierte Skulpturen in seiner Freizeit. Doch schon bald reichte ihm die Zeit nicht mehr, seine Kunst nebenberuflich zu erschaffen. Und als der gelernte Werkzeugmacher und Betriebsfachmann schwarz auf weiss sah, was ihm die Holz- und Steinkunst einbrachte, machte er Nägel mit Köpfen. Der Künstler aus Uetliburg im Kanton St. Gallen lebt seinen Traum nun schon seit 28 Jahren: «Ich habe den Schritt in die Selbstständigkeit nie bereut», sagt Paul Widmer und meint: «Es brauchte schon Mut – vor allem weil nicht jeder Kunst braucht. Aber meine Stärke ist es, mich am Markt zu orientieren und auf die Wünsche meiner Kundinnen und Kunden einzugehen.»

Leidenschaft teilen

Paul Widmer unterrichtet ausserdem gerne und ist Kursleiter in der Volg NATURENA. Das Konzept der NATURENA-Kurse mit einem gemeinsamen Mittagessen findet er top und die Idylle auf den Erlebnishöfen hat es ihm ebenfalls angetan. Für ihn ist ein Kurs gelungen, wenn die Teilnehmenden die Zeit vergessen und mit Freude bei der Arbeit sind. «Ich versuche allen gerecht zu werden, und halte einen bestimmten Turnus ein, damit niemand zu kurz kommt», erklärt Paul Widmer. Er freut sich auf den 17. und 18. November 2023, wenn er auf dem Volg Erlebnishof im Zugerland in zwei Tageskursen das Samichlausschnitzen zeigt: «Wer mit einem stilvollen Chlaus das Detailschnitzen erlernen will, sollte unbedingt mitmachen», rät der Künstler. Infos unter: naturena.ch

Paul Widmer liebt natürliche Materialien wie Holz, weil die Maserungen so einzigartig sind.

Volg NATURENA
NATUR NAH ERLEBEN

Die Volg Erlebniswelten

Die fünf Volg Erlebnishöfe im Werdenberg SG, Seebachtal TG, Zugerland ZG, Fricktal AG und Seeland BE umfassen je einen Sinnespfad mit acht interaktiven Erlebnisstationen, ein Naturprojekt und einen Erlebnishof. naturena.ch

Folgen Sie Volg NATURENA auch auf naturena.erlebniswelten

DESIGNED
FOR
MIXING
ABSOLUT
VODKA
Swedish Vodka
40% ALC/VOL
IMPORTED
COUNTRY OF SWEDEN
ABSOLUT.®
PLEASE ENJOY RESPONSIBLY

PUNSCH SIRUP
Lacobi
- SEIT 1919 -
MIT TRADITION
* IN KLEINEREN
VERKAUFSSTELLEN
EVENTUELL
NICHT ERHÄLTLICH

NEUE KURSE IM DEZEMBER

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

VOLG ERLEBNISHOF WITTNAU AG
2. Dezember (2 Halbtageskurse)

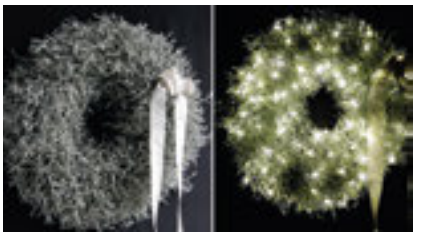
Natürliche Wohlfühlprodukte

WAS Unter Anleitung der fachkundigen Heilpflanzenfachfrau und Kursleiterin stellen Sie aus natürlichen Rohstoffen und ätherischen Ölen 1 wohltuendes Bodypeeling (15 ml), 1 fein duftenden Badezusatz (200 ml) und 1 Kräuterkissen (21 × 11 cm) her. Diese natürlichen Wohlfühlprodukte eignen sich wunderbar zum Verschenken – an sich selber und seine Lieben. **WANN** Kurs 1: Sa, 2.12.23, 9–13 h*. Kurs 2: Sa, 2.12.23, 13.30–17.30 h* **LEITUNG** Silvana Ripa, Schernelz **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 135.– p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Wohlfühlprodukte im Wert von Fr. 25.–.

VOLG ERLEBNISHOF HÜTTWILEN TG
16. Dezember (2 Halbtageskurse)

Fototransfer auf Blechdosen

WAS Sie verwandeln alte Blech- oder Guetzlidosen in individuelle, fantasievolle Geschenk- oder Aufbewahrungsbehälter mit nostalgischem Look. Erst werden die Dosen abgeschliffen und übermalt. Dann übertragen Sie mittels Fototransfer Ihre Wunschmotive auf die Dosen. Es stehen zahlreiche Vorlagen (Ornamente, Schriftzüge, Rahmen etc.) zur Auswahl. **WANN** Kurs 1: Sa, 16.12.23, 9–13 h*. Kurs 2: Sa, 16.12.23, 14–18 h* **LEITUNG** Gaby Kadar, Oberhofen, www.deinzeitfenster.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 140.– p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Blechdosen.



VOLG ERLEBNISHOF SCHÜPFEN BE
9. Dezember (2 Halbtageskurse)

Funkelnder Winterkranz

WAS Aus Zweigen der Korallengraspflanze binden Sie 1 edlen Winterkranz (Ø ca. 40 cm). Mit farblich passenden Organzabändern, Filzschnüren und einer funkelnden Lichterkette geben Sie dem eleganten Kranz einen weihnachtlichen Touch. Ein edler Tür- oder Tischschmuck, der jahrelang schön bleibt. **WANN** Kurs 1: Sa, 9.12.23, 9–13 h*. Kurs 2: Sa, 9.12.23, 13.30–17.30 h* **LEITUNG** Marianne Guillod, Seedorf, www.fleuristik.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 150.– p. P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihren Winterkranz.

VOLG ERLEBNISHOF BAAR ZG
9. Dezember (2 Halbtageskurse)

Weihnachtsdeko mit gefriergetrockneten Rosen

WAS Im Zentrum dieser aussergewöhnlichen Deko stehen gefriergetrocknete Rosen, die aufgrund eines speziellen Verfahrens ihre Form und Farbe behalten. Sie arrangieren in 3 vorgefertigten, geflochtenen Trichtern allerlei Moos, Äste, Schwemmholz, Perlen, Bänder und Weihnachtskugeln sowie je 1 Rose. **WANN** Kurs 1: Sa, 9.12.23, 9–13 h*. Kurs 2: Sa, 9.12.23, 13.30–17.30 h* **LEITUNG** Eveline Baumann, Rümlang, www.mondblume.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 150.– p. P., inkl. Mahlzeit, Getränken sowie Material für Ihre Deko (pro Gesteck: H 30–35 cm, Ø 10–15 cm) im Wert von Fr. 75.–.

VOLG ERLEBNISHOF OBERSCHAN SG
8. oder 9. Dezember

Silberschmuck mit Widmung

WAS Sie kreieren aus Silbermodelliermasse (20 g Art Clay Silver und ca. 5 g Art-Clay-Silver-Spritzmasse) unter Anleitung der Kursleiterin 3 bis 4 Schmuckstücke. Dabei haben Sie die Wahl aus Fingerringen, Anhängern, Ohrringen oder Armbändern. Mit einem persönlichen Text versehen wird der Schmuck zu einem einzigartigen Weihnachtsgeschenk. **WANN** Kurs 1: Fr, 8.12.23, 9–17 h. Kurs 2: Sa, 9.12.23, 9–17 h **LEITUNG** Gabriela Lutz-Tuor, Domat Ems, www.gabrielas.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 195.– p. P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material im Wert von Fr. 90.–.

Infos und Anmeldung

www.naturena.ch

oder Tel. 058 433 54 09
Mo bis Fr, 8–12 h und 13–17 h
Anmeldeschluss 15.11.23

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.

BRATWURST-CURRY

Vor 40 Jahren, als Curry hierzulande noch weniger gebräuchlich war, erhielt Margrit Weber dieses orientalisch angehauchte Rezept von einer Australierin. Seither gehört die Currywurst der anderen Art fix in ihre Küche. Mehr noch, geht sie mit ihr und ihrem Mann sogar auf Reisen.

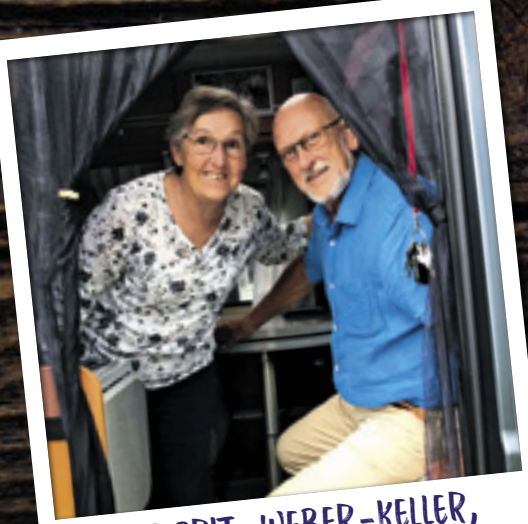
BRATWURST-CURRY

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

1 EL	**Rapsöl**
4	**Bratwürste,** z. B. St. Galler
1	**Zwiebel,** gehackt
1	**Knoblauchzehe,** gepresst
1 EL	**Currypulver**
1 EL	**Mehl**
4 dl	**Gemüsebouillon**
1	**Rüebli,** in kleinen Würfeln
50 g	**Sellerie,** in kleinen Würfeln
1	**Apfel,** geschält, in kleinen Stücken
	Salz, Pfeffer

1. Öl in einer Bratpfanne erhitzen, Würste darin ca. 3 Minuten rundum anbraten, aus der Pfanne nehmen und 1 cm dicke Scheiben schneiden.
2. In derselben Pfanne Zwiebeln und Knoblauch andünsten, Curry und Mehl dazugeben, kurz weiterdünsten. Mit Bouillon ablöschen, gut rühren.
3. Gemüse in die Sauce geben, ca. 10 Minuten weich kochen.
4. Apfel und Bratwürste in die Sauce geben, ca. 5 Minuten köcheln, würzen.

Tipp: Dazu passen Reis und ein Salat.



MARGRIT WEBER-KELLER, LAUPEN ZH

Neben dem Kochen und Backen für ihre acht Enkelkinder gehören Lesen, Singen, Politik und Reisen zu den Leidenschaften von Margrit Weber aus Laupen, der grössten Aussenwacht der Zürcher Oberländer Gemeinde Wald. Einst reiste sie während 17 Monate alleine um die ganze Welt. Heute ist sie zusammen mit ihrem Mann Hansueli im Camper in Europa unterwegs. Zum Campieren nimmt sie oft ihr tiefgefrorenes Curry-Wurstgericht mit, das sie dann aufwärmt. «Es kommt seit vielen Jahren immer wieder auf den Tisch, denn es ist orientalisch, günstig, gut vorzubereiten und sehr fein», sagt Margrit Weber.

MACHEN SIE MIT!

Verraten auch Sie uns Ihr einfaches Lieblingsrezept? Publizierte Rezepte werden mit einem Volg-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 50.– honoriert.

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

diga möbel

Alles für den Schlaf.

Wo Beratung noch Beratung ist.

GUTER SCHLAF
BRINGT POWER.

- ✓ Elektronische Liegediagnose
- ✓ Für jeden Schlaftyp
- ✓ Alle Grössen

Elektronische **Rückenvermessung:**

Anschmiegsame, stützende **SENSOflex Fieberglasfedern**

diga möbel

BON

20%

Für Kundinnen und Kunden von *frisch und fründlich* Volg

Volg-Rabatt inkl. MwSt. auf das gesamte diga-Sortiment, ausgenommen Gartenmöbel/Spezialkollektionen und reduzierte Check Out-Artikel. **Gratis Lieferung und Montage**

Gültig bis: 31.01.2024
Online-Rabattcode: VOL-135975

Das Schweizer Familienunternehmen finden Sie auch in Ihrer Nähe.

8953 Dietikon ZH
8600 Dübendorf ZH
6032 Emmen LU
8854 Galgenen SZ
1763 Granges-Paccot FR
4614 Hägendorf SO
3421 Lyssach BE
4133 Pratteln BL
9532 Rickenbach bei Wil TG

✆ **055 450 55 55 | diga.ch**

P **Gratis Parkplätze**

swiss family company

I d'diga muesch higa.

GEWINNEN MIT TOPPITS

MIT TOPPITS BACK-BÖGEN ENTSPANNT «GUETZLE» UND KAFFEE TRINKEN

1. PREIS

WETTBEWERBS-FRAGE

Wie viele Sorten Weihnachtsguetzli backen Schweizerinnen und Schweizer durchschnittlich?

A 5–6
B 2–3
C 8–9

PREISE

1. Preis im Wert von Fr. 1500.–
Kaffeevollautomat Melitta Barista Smart TS SST / F860–100

2.–4. Preis im Wert von je Fr. 1200.–
Kaffeevollautomat Melitta Latte Select F630–201

5.–14. Preis im Wert von je Fr. 110.–
Milchaufschäumer Cremio SST

15.–34. Preis im Wert von je Fr. 100.–
Wasserkocher Look Aqua Deluxe

Backpapier begleitet uns das ganze Jahr hindurch. Für Apérogebäck, für Ofen-Frites oder den Sonntagszopf. In der Adventszeit, wenn Guetzliteig um Guetzliteig ausgewallt wird, hat es Hochsaison. Und wer gerne backt, kennt das Problem: Nachdem man das Papier auf der Küchenplatte oder auf dem Blech platziert hat, bleibt es einfach nicht so, wie man es haben will.

Ohne Rutschen und ohne Kleben
Das Backpapier von Toppits bereitet diesem Problem ein Ende – dank der rutschfesten Unterseite. Die neuen Back-Bögen liegen absolut flach. Durch den Antirutsch-Effekt kann sogar problemlos direkt auf dem Bogen gearbeitet werden und die Lieblingsguetzli landen so noch schneller im Ofen. Die Guetzli müssen nach der Arbeit und vor dem Verschenken selbstverständlich noch getestet werden. Dazu passt eine richtig gute Tasse Kaffee … etwa aus dem Premium-Kaffeevollautomaten Barista Smart TS SST von Melitta. Mit Hilfe des Hinweises im «Chuchichäschtli» auf Seite 4 und etwas Glück gewinnen Sie eine Barista Smart und können Ihre Kaffeewünsche künftig bequem mit dem Smartphone vom Sofa aus erfüllen; genauso vielfältig wie in Ihrem Lieblingscafé.

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

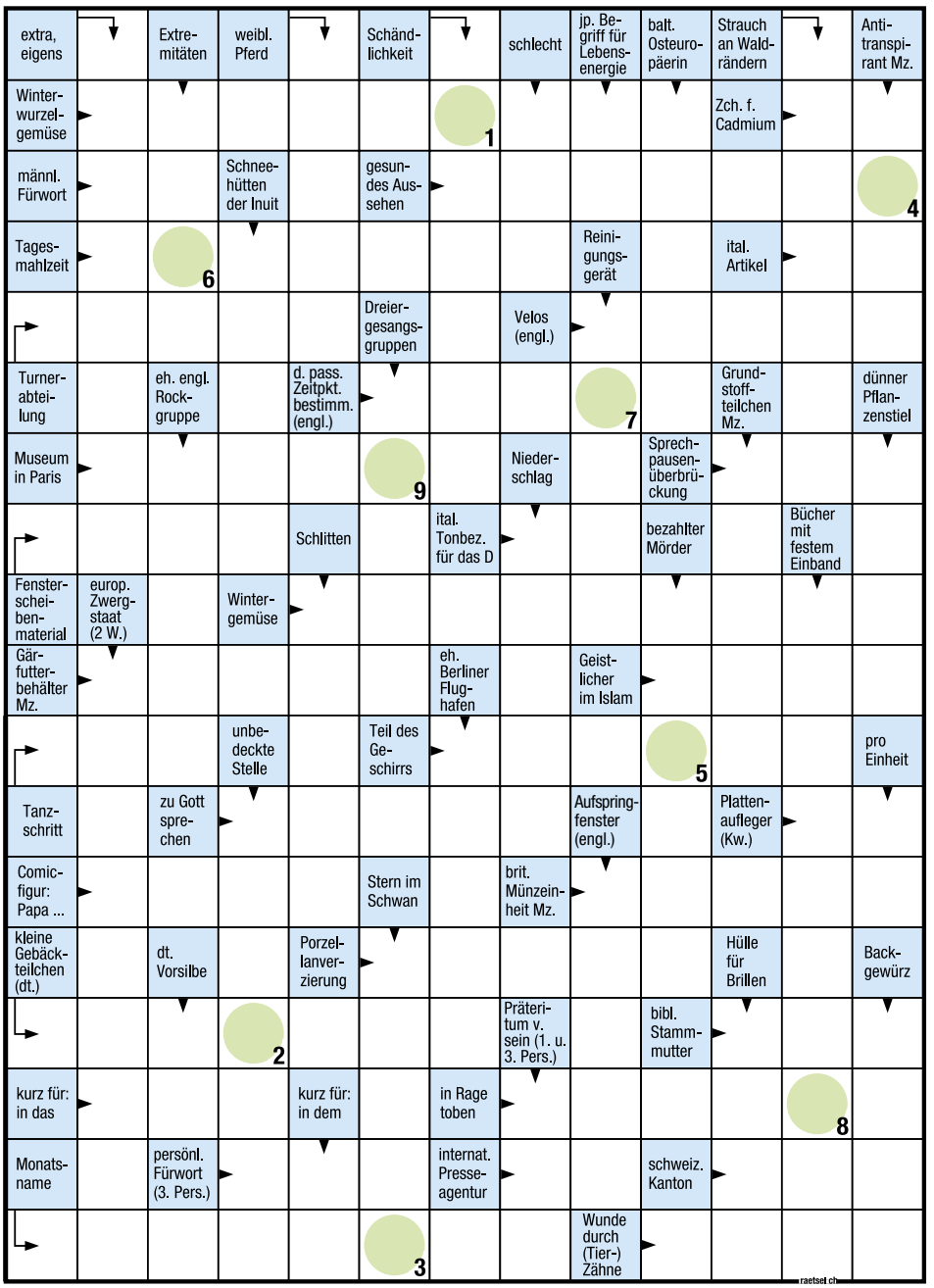
Teilnahme vom 23. Oktober bis 16. November 2023.

Teilnahmeberechtigt sind volljährige Personen mit Wohnsitz in der Schweiz. Nicht teilnahmeberechtigt sind die Mitarbeitenden von Melitta und der Volg Konsumwaren AG. Keine Barauszahlung der Preise. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

RED BULL VODKA
WHITE BULL VODKA
GREEN BULL VODKA
RED BULL VODKA
WHITE BULL VODKA
GREEN BULL VODKA
25
40%
18
BULL
WWW.BULLVODKA.CH
Verantwortungsvoll konsumieren.

Gönnen Sie sich eine fruchtige Auszeit!
FREUDE AUS DER FRUCHT!
granini
ORANGE
Orange und Fruchtcocktail 33cl in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.
granini®

RÄTSELN UND GEWINNEN!



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

Gewinnen Sie eines von fünf Duo 2-in-1 Fondue Sets von Kisag im Wert von je Fr. 227.–.

Es ist ein Must-have für Küchen mit wenig Platz: In diesem Fondue-Set gelingen sowohl Fondue Bourguignonne, Chinoise als auch das klassische Käsefondue auf Anhieb. Ein weiterer Pluspunkt: Der Gusseisentopf samt Deckel kann auf allen Herdarten und im Backofen zum Schmoren, Braten und Kochen verwendet werden. Das Set beinhaltet ausserdem einen Spritzschutz, Rechaud, Sicherheitsgasbrenner, Fonduegabeln und eine Kigas Nachfülldose à 600 ml.
Weitere Infos unter: **www.kisag.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 23. Oktober bis 16. November 2023.

Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Teilnahmeberechtigt sind volljährige Personen mit Wohnsitz in der Schweiz; nicht teilnahmeberechtigt sind die Mitarbeitenden von Kisag und der Volg Konsumwaren AG.

WIE SAGT MAN WO?

Käse

im Raum Basel
Chees

im Sensebezirk
Cheas

im St. Gallischen
Chääs

im Freiburgerland
Chies

in Romanischbünden
il chaschiel

im Urnerischen
Chaas

im Bündnerischen
Kääs

im Schaffhausischen
Cheis

VORSCHAU «ÖISE LADE» DEZEMBER

O du fröhliche
Festlich-Feines fürs Weihnachtsmenü: überraschend einfach in der Zubereitung.

Alle Jahre wieder
Guetzli in aller Form für doppelte Freude: beim Backen und später beim Geniessen.

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 klimaneutralem Schweizer Papier

Klimaneutral Papier
ClimatePartner.com/15289-2011-1002

BEA

Nestlé
Nesquik
VERWANDELT
EURE MILCH
Nestlé
Nesquik
wake up your milk!
With Vitamin D
NUTRI-SCORE
A B C D E
Nestlé. Good food, Good life

Ölz
Der Meisterbäcker
Mit frischer Alpenmilch aus Österreich.
*
* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich
...jeder schmeckt, dass Ölz mit Liebe bäckt!
oelz.com

Erwarten Sie mehr
Tasse für Tasse
Ein Kaffee mit
vollmundiges Aroma aus
100% verantwortungsvoller
Beschaffung*
*NESCAFÉ Gold in Europa. Weitere Informationen auf www.nescafe.ch
NESCAFÉ GOLD
DE LUXE
NESCAFÉ
NESCAFÉ