

SEPTEMBER 2023

ÖISE LADE

KOCHEN, ENTDECKEN, ERLEBEN: DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG

TRAUBEN

Backen, kochen, einmachen:
der Herbstbote zeigt Vielfalt

SPAREN

Günstige Gelegenheiten
mit «Volg Familienpreis»



BITTE MIT SAUCE!

Flüssige Glücksmacher drauf, drin, dazu und drum herum

Volg

**GEWINNEN
SIE PREISE
IM GESAMT-
WERT VON
FR. 7 500.-**



CHÖRBLI

BINGO



Chörbli fotografieren, Bild hochladen
und gewinnen: volg.ch/bingo

Volg

frisch und fründlich

INHALT



Öisi Chuchi

Saucen machen den Unterschied: von cremig bis nussig



Öisi Chuchi

Trauben verführerisch süss und herbstlich herzhaft



Typisch Schweiz, Typisch Volg

Bringt Bio-Kaffee in die Tasse: Vittorio Maspoli von Chicco d'Oro



29

Neu im Volg

Schnelle Suppen von Volg Familienpreis

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

Die Erzeugnisse aus einheimischer Produktion nehmen im Volg einen überdurchschnittlich hohen Stellenwert ein. Bei den Molkereiprodukten liegt der Anteil aus Schweizer Produktion zum Beispiel bei über 98 Prozent. Volg steht aus Überzeugung zum Produktionsstandort Schweiz. Im Fall von Landwirtschaftserzeugnissen wie der guten Milch unserer Kühe auch aus der Nähe zu den Bauern und deren hohen Tierwohlstandards. Lesen Sie mehr dazu in «Öisi Umwält» ab Seite 32. In jedem Volg finden Sie nicht nur nationale, sondern auch lokale Spezialitäten, die direkt im Dorf oder Nachbardorf hergestellt werden. Einmal im Jahr stehen diese auf besondere Weise im Mittelpunkt: Am «Feins vom Dorf»-Tag am Samstag, 2. September 2023, können Sie die Spezialitäten in jedem Volg entdecken, am Wettbewerb mitmachen und einige Produzenten persönlich kennenlernen. Wir freuen uns sehr über Ihren Besuch! Mehr über das Label «Feins vom Dorf» erfahren Sie auf Seite 47. Ich wünsche Ihnen viel Freude mit dieser Ausgabe.



frisch und fründlich

Philipp Zraggen
Philipp Zraggen
 Vorsitzender der Geschäftsleitung

- 4 **CHUCHICHÄSCHTLI**
Monatshits und Saisontippis
- 10 **ÖISI CHUCHI**
Alles in Sauce
- 19 **TRAUMPAAR**
Käse und Wein des Monats
- 21 **WEIN-AKTIONEN**
Jetzt profitieren
- 22 **SAISON FÜR ...**
Sauser
- 25 **CHURZ & FÜNDIG**
Neues aus der Volg-Welt
- 26 **VOLG FAMILIENPREIS**
Feines zum Wandern, zum Bräteln und fürs kalte Plättli
- 29 **NEU IM VOLG**
Entdecken und ausprobieren
- 32 **ÖISI UMWÄLT**
Über 98% Schweizer Molkereiprodukte
- 34 **ÖISE FAVORIT**
Das neue Hiestand Hafersauerteigbrot
- 36 **ÖISI CHUCHI**
Trauben zum Träumen

- 44 **TYPISCH SCHWEIZ, TYPISCH VOLG**
Bio-Kaffee von Chicco d'Oro aus Balerna TI
- 47 **VOLG WISSEN**
Wahre Lokalhelden
- 48 **FEINS VOM DORF**
Apfelsaft aus Founex VD
- 51 **ÖISI DEKO**
Papier blüht auf
- 53 **NATURENA**
Mini-Pigs auf dem Volg Erlebnishof in Hüttwilen TG
- 55 **NATURENA-KURSE**
Die neuen Kurse im Oktober
- 56 **LESERREZEPT**
Butternuss-Spaghetti
- 59 **WETTBEWERB**
Gewinnen mit Hiestand
- 61 **KREUZWORTRÄTSEL**
Mitmachen und gewinnen
- 62 **CHRUT & RÜEBLI**
Mundartlexikon: tief Vorschau Impressum

CHUCHICHÄSCHTLI



DE GRÜNEN DUUME

In den Startlöchern

Auch wenn die Tage wieder kürzer werden, das Gartenjahr ist beileibe noch nicht vorbei. Im September können sogenannte Schnellstarter wie Radieschen, Rucola, Spinat und Portulak problemlos ausgesät beziehungsweise gepflanzt und noch vor dem ersten Frost geerntet werden. Radieschen benötigen nur etwa vier Wochen von der Aussaat bis zur Ernte. Auch der Nüsslisalat gehört zu den späten Gesellen. Er ist sogar ein besonders robuster Kerl, denn selbst Frost kann ihm nichts anhaben. Im Garten oder im Balkonkistchen ausgesät, ist er nach zehn bis zwölf Wochen erntereif.



DIE ZAHL

953 kg

So schwer war der Riesenkürbis, mit dem der Schweizer Beni Meier aus Dättlikon ZH im Jahr 2014 den Schweizer Rekord aufstellte. Im Jahr 2019 kam er nahe an seinen Rekord heran mit einem Kürbis, der stolze 950 Kilogramm auf die Waage brachte. Ob die Riesenexemplare auch kulinarisch betrachtet rekordverdächtig waren, ist leider nicht überliefert.

GERICHTE-GESCHICHTE

POULET MARENGO

Man schreibt das Jahr 1800. Napoleon feiert gerade seinen Sieg über die Österreicher in der Schlacht bei Marengo im Piemont. Seine Leibköche servieren ihm ein Gericht aus Poulet, Tomaten, Knoblauch, Weisswein und Krebsen. Dem französischen Feldherrn soll es so gut geschmeckt haben, dass die Speise als Poulet oder Ragout Marengo in die französische und als Pollo Marengo in die italienische Küche einging. Ob es Ihnen genauso gut schmeckt? Das Rezept finden Sie auf Seite 17.



HÄRDÖPFELSTOCK

RÜBIS & STÜBIS

Vom Znacht ist Händöpfelstock übrig? Fabelhaft! Die Reste eignen sich für Kartoffel-Tätschli, Pommes Duchesse, zum Binden von Suppen oder für den Hackfleischgratin mit Kartoffelhaube namens Shepherd's Pie. Auf volg.ch/rezepte findet sich mit dem Suchbegriff «Hirten-Pie» ein Rezept dafür.



SELBSTGEMACHT

Raclette-Knobli

Jetzt heisst es, sich schon mal auf die Raclette-Saison vorzubereiten und sich einen Vorrat mit selbstgemachten Beilagen anzulegen. Nebst Essiggemüse sind auch eingelegte Knoblauchzehen eine tolle aromatische Ergänzung zum würzigen Käse. Dafür werden 2 dl Kräuteresig und ½ dl Wasser mit ½ TL Salz und ½ TL Zucker aufgekocht. Nun ca. 100 g geschälte Knoblauchzehen hinzufügen und alles zirka 3 Minuten köcheln. Heiss in Gläser abfüllen und direkt verschliessen. Vor dem Genuss vier Wochen ziehen lassen. Die eingelegten Knobli- zehen sind etwa ein halbes Jahr haltbar und eignen sich auch für Käsefondues oder Salatsaucen.



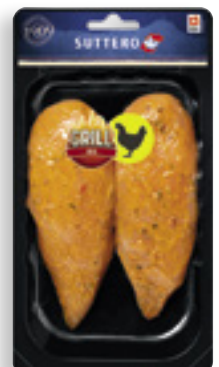
TRICK 77 IMMER INGWER

Ein Stück Ingwer verleiht vielen Gerichten Frische und eine angenehme Schärfe. Um immer einen Vorrat der patenten Knolle zur Hand zu haben, ist der Tiefkühler das ideale Zuhause. Die Wurzel in Scheiben schneiden und diese flach nebeneinander in einen Gefrierbeutel geben. Oder man raspelt den Ingwer und friert ihn flach gedrückt ein. Bevor er durchgefroren ist, mit einem Messerrücken schachbrettartige Rillen eindrücken, sodass später einfach Stücke abgebrochen werden können.

MONATSHITS IM SEPTEMBER

Pouletschenkel-Cordonbleu und Pouletbrust BBQ

Ab September ziehen die monatlich wechselnden Cordonbleu-Varietäten wieder ins Kühlregal im Volg ein. Den Anfang macht das klassisch mit Schinken und Käse gefüllte Pouletschenkel-Cordonbleu. Weil Poulet immer mehr Fans gewinnt, sind die marinierten Pouletbrüste neu auch im Winterhalbjahr erhältlich. Denn ist das Wetter zu rau für den Grill, brät man sie einfach in der Pfanne. Die Pouletbrust BBQ mit einem zart-rauchigen Aroma bringt echtes «American»-Feeling in die Stube und schmeckt grossartig mit Ofenfrites. Beide Spezialitäten sind aus Schweizer Geflügel.



Die vermuuuuutlich beste Milch

*Nachhaltig
und fair*

*Faire Partnerschaft
Tierfreundliche Haltung
Fördert Artenvielfalt*



Als innovativer Traditionsbetrieb produzieren wir seit jeher lokal und in einem schonenden Verfahren. Wir erfüllen die national anerkannten Nachhaltigkeits-Richtlinien und schaffen einen Mehrwert für Mensch und Umwelt. Danke, dass auch du dich für unsere nachhaltige Milch entscheidest. www.milchhuus.ch/milch



CHUCHICHÄSCHTLI



«Machen sich
d'Störch
beizeit auf d'Reis,
kommt bald der
Winter mit Schnee
und Eis.»

Bauernregel im September

POTZBLITZ WIEDER WIE NEU



Leicht, robust und praktisch sind die Frischhaltedosen aus Plastik, die in fast jedem Haushalt zu finden sind. Leider bleiben manche Verfärbungen – insbesondere von Tomatensaucen oder Randen – auch nach der normalen Reinigung am Gefäss haften. Dann hilft eine Mischung aus Backpulver und Essig, die man 30 Minuten einwirken lässt. Auch das Putzen mit Zitronensaft oder das Einreiben mit Rapsöl wirkt oft Wunder. Anschliessend immer gründlich mit Spülmittel und Wasser nachreinigen.



WETTBEWERB AUF SEITE 59

Lebensmittel mit Hafer – voll im Trend

Hafer wurde hierzulande bis vor kurzem primär als Futtermittel verwendet. Doch auch für die menschliche Ernährung ist er sehr wertvoll. Hafer liefert Inhaltsstoffe wie ungesättigte Fettsäuren, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Auch in der Schweiz wird Hafer angebaut, und zwar je länger, je mehr. Die Bäckerei Hiestand stellt aus Schweizer IP-Suisse-Hafermehl, Hafervollkornmehl und Haferflocken ein bekömmliches, von Hand gewirbeltes Sauerteigbrot her. Die gedrehten Zwirbelbrote mit den Luftlöchern gehören zu den Lieblingen der Schweizerinnen und Schweizer und sind in den Sorten hell, dunkel und neu mit Hafer ofenfrisch im Volg erhältlich. Die Brote schmecken zu jeder Tageszeit: vom Zmorge bis zum Znacht.

FRISCH & KNACKIG

Ein Kohl errötet



Mit dem Saisonbeginn seiner besten Begleiter wie Wild, glasierten Marroni oder Spätzli landet auch der Rotkohl wieder häufiger im Einkaufskorb. Dass das Gemüse überhaupt eine derart auffällige Farbe hat, ist dem natürlichen Pflanzenfarbstoff Anthocyan zu verdanken, der auch Auberginen, Kirschen oder Blaubeeren «einfärbt». Entscheidend für die Farbskala von dunkelrot bis bläulich ist wiederum der pH-Wert des Bodens, auf dem er wächst – je saurer der Boden, desto röter, je basischer, desto bläulicher die Kohlfarbe. Dieses Phänomen zieht sich bis in den Kochtopf weiter: Fügt man dem Rotkabis Säure hinzu, betont dies die rötliche Färbung, die Beigabe von Zucker die bläuliche. Und wer bei der etwas zeitintensiven Verarbeitung des Kohls zu Kraut rot sieht: Das fixfertige Schweizer Rotkraut ist frisch in den Läden eingetroffen und muss nur erwärmt werden.

Ein Rezept für Sauser-Rotkraut gibt es auf Seite 23.

SOMERSBY – JETZT IN DER DOSE ERHÄLTlich. ISN'T THAT WONDERFUL.



Mit Verantwortung
genießen.



SOMERSBY – DIE FRUCHTIG-SPRITZIGE KOMBINATION
AUS APFELSAFT UND FRUCHTWEIN – AM BESTEN AUF EIS!

SOMERSBY

CHUCHICHÄSCHTLI

GUT ZU WISSEN

TRAUBEN

Der September ist der Traubenmonat par excellence! In «Öisi Chuchi» ab Seite 36 steht die saftige Herbstfrucht deshalb im Mittelpunkt. Was die Traube noch von sich zu erzählen weiss.

- Dass Bilder aus der Antike oft Trauben zeigen, ist kein Zufall: Die Weinrebe gehört zu den ältesten Kulturpflanzen der Menschheit.
- In der Schweiz beträgt der Pro-Kopf-Konsum von Trauben knapp sechs Kilogramm im Jahr.
- Die Landwirtschaft unterscheidet zwischen Weintrauben für die Weinherstellung sowie Tafeltrauben zum direkten Genuss. Manche Sorten eignen sich für beides.
- Der weissliche Belag auf den Trauben nennt sich «Nebeltau» und ist eine Folge von Temperaturschwankungen. Er schützt die Trauben vor dem Austrocknen und ist somit ein Qualitätsmerkmal.
- Wer sich an den Kernen stört, greift auf die kernlosen weissen Trauben zurück. Sie sind übrigens keine Erfindung der Neuzeit, sondern werden seit Urzeiten kultiviert.
- Rosé-Trauben sind sozusagen die geschmackliche Mitte: etwas weniger süss als weisse und etwas süsser als blaue Sorten.



WEINTIPP

AROMA-TURBO APPASSIMENTO

GRANDE SINFONIA APPASSIMENTO
PUGLIA IGP, ITALIEN, 2021

Im Rebberg ist jetzt die Traubenlese angesagt. Diesbezüglich weiss dieser Wein eine besondere Geschichte zu erzählen. Er wird nach der sogenannten «Appassimento»-Methode hergestellt. Dabei wird den Nero-di-Troia-, Primitivo- und Merlot-Trauben vor dem Keltern durch Austrocknen Flüssigkeit entzogen, was den Zuckergehalt steigert und dem Wein seine schöne Konzentration und Intensität verleiht. Der Grande Sinfonia Appassimento Puglia IGP ist denn auch ein wahres Wunder an Aromen, das Weinautorin Chandra Kurt im «Weinseller 2023» als Verführung am Gaumen von kandierten Früchten, Rosinen, Schokolade und Caramel beschreibt. Mit 14,5 Volumenprozent hat der elegante apulische Rotwein viel zu bieten. Etwas reifer Hartkäse dazu, e basta. Wer ihn zum Dinner geniesst, liegt mit Italiens Klassikern Lasagne, Pasta und Pizza richtig. Ein Wein, der tief beeindruckt, ohne dass man dafür tief in die Tasche greifen muss. Chandra Kurt: «Absoluter Unterhaltungswein zum Sparpreis.»

75 cl, 17 Punkte*, Fr. 9.90
* 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.

ALLES IN SAUCE



**PASTETLI MIT
KÜRBIS-RAHMSAUCE**
Statt klassisch mit Fleisch
beweist der Kürbis, wie
toll er sich als vegetarische
Pastetlifüllung macht.
Rezept auf Seite 17



POULET MARENGO

Hat Potenzial zum Lieblingsessen:
Das bunte Pouletragout steht erst
noch in weniger als 40 Minuten
auf dem Tisch. Rezept auf Seite 17

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

Alles in Butter? Von wegen! Für einmal heisst es «Alles in Sauce».

**Mit dem Glück in flüssiger Form werden Pastetli gefüllt,
Fleisch und Gemüse begleitet, die Sauce umhüllt Fisch, Tofu oder
Champignons - und ist überall das Tüpfelchen auf dem i.**



SCHWEINSPLÄTZLI AN WHISKY-PFEFFER-SAUCE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

WHISKY-PFEFFER-SAUCE

- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 4 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 4 dl Rindsbouillon
- 100 g Butter
- 2 dl Whisky
- 2 dl Vollrahm
- 2 EL schwarze Pfefferkörner, im Mörser angedrückt
- Salz

BEILAGEN

- 2 EL Butter
- 300 g Rüeblen, in Stücke geschnitten
- 1 dl Gemüsebouillon
- Salz, Pfeffer
- 300 g feine Nudeln

SCHWEINSPLÄTZLI

- 1 EL Bratbutter
- 8 Schweins-Nierstückplätzli à ca. 90 g
- Salz, Pfeffer

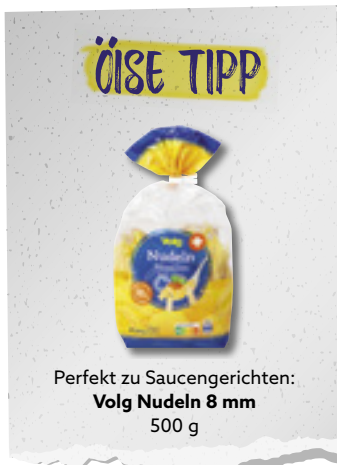
¼ Bund Peterli, fein gehackt

1. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch ca. 3 Minuten darin andämpfen, Hitze erhöhen, bei starker Hitze ca. 1 Minute caramolisieren. Mit Bouillon ablöschen, ca. 10 Minuten kochen, bis die Flüssigkeit um etwa die Hälfte reduziert ist. Butter, Whisky, Rahm und Pfefferkörner dazumischen,

ca. 10 Minuten köcheln, bis die Sauce eindickt, salzen, warm halten.
2. Beilagen: Butter in einer Pfanne erwärmen, Rüeblen ca. 3 Minuten darin andämpfen, mit Bouillon ablöschen, zugedeckt ca. 5 Minuten köcheln lassen, würzen. Nudeln in siedendem Salzwasser bissfest kochen und abgiessen.
3. Bratbutter in einer Bratpfanne erhitzen, Plätzli würzen, portionsweise beidseitig je ca. 1 Minute braten, mit Nudeln und Rüeblen auf Tellern anrichten, Sauce darüberträufeln, mit Peterli garnieren.

ÖISE TIPP

Für eine Sauce ohne Alkohol den Whisky weglassen und die Menge Bouillon auf insgesamt 6 dl erhöhen.



Perfekt zu Saucengerichten:
Volg Nudeln 8 mm
500 g

GEBRATENER CHICORÉE AN ZITRONEN-BUTTERSauce MIT SCHINKENHEU

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

ZITRONEN-BUTTERSauce

- 100 g Butter
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 1 Zitrone, heiss abgespült, abgeriebene Schale und 3 EL Saft
- 0,5 dl Weisswein
- Salz, Pfeffer

CHICORÉE

- 1 EL Butter
- 8 Chicorée, längs halbiert
- Salz, Pfeffer

SCHINKENHEU

- 100 g Hinterschinken, in feine Streifen geschnitten
- 50 g geröstete und gesalzene Pistazien, grob gehackt
- ½ Bund Peterli, fein gehackt

1. Butter in einer Pfanne erwärmen, durch ein feines Sieb giessen. Erneut in der Pfanne erwärmen, Knoblauch bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten darin andämpfen. Zitronenschale und -saft sowie Wein hinzugeben, ca. 5 Minuten köcheln lassen, würzen, warm halten.
2. Butter in einer Bratpfanne erwärmen, Chicorée portionsweise je ca. 5 Minuten darin andämpfen, würzen, herausnehmen, beiseitestellen.
3. Schinken in derselben Pfanne ca. 5 Minuten knusprig braten.
4. Chicorée auf Tellern anrichten, etwas Zitronen-Buttersauce darüberträufeln, mit Schinken, Pistazien und Peterli garnieren. Restliche Sauce dazu servieren.

ÖISI TIPPS

- Toast und Butter dazu servieren.
- Für eine vegetarische Variante anstelle des Schinkenheus das Gericht mit 4 hartgekochten, gehackten Eiern garnieren.





ORIENTALISCHES «GHACKETS» MIT KALTER MINZ-JOGURT-SAUCE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

GHACKETS

2 EL Sonnenblumenöl
500 g Rindshackfleisch
1 Zwiebel,
fein geschnitten
2 Knoblauchzehen,
fein geschnitten
1 EL Mehl
5 dl Rindsbouillon
Salz, Pfeffer,
milder Paprika

MINZ-JOGURT-SAUCE

150 g griechisches Jogurt
nature, ungesüsst,
Raumtemperatur
½ Bund Minze,
grob geschnitten, einige
Blätter beiseitegelegt
1 EL Apfelessig
1 EL Sambal Oelek
Salz, Pfeffer

500 g Hörnli

1. Für das «Ghackets» Öl in einer Bratpfanne erhitzen, Hackfleisch portionsweise je ca. 5 Minuten darin anbraten. Zwiebeln und Knoblauch begeben, ca. 2 Minuten mitdämpfen.
2. Mehl darüberstreuen, mit Bouillon ablöschen, ca. 5 Minuten einkochen, würzen.
3. Für die Sauce Jogurt mit Minze und Essig mischen, mit Sambal Oelek, Salz und Pfeffer würzen, beiseitestellen.
4. Hörnli in siedendem Salzwasser bissfest kochen, abtropfen lassen, auf Tellern anrichten. Hackfleisch- und Minz-Jogurt-Sauce darübergeben. Mit beiseitegelegter Minze garnieren.

ÖISI TIPPS

- Anstatt Minze Peterli verwenden.
- Es können auch andere kurze Teigwaren, z.B. Penne oder Schwingerhörnli, verwendet werden.

GEBACKENE THONBÄLLCHEN AN ERBSENSAUCE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
BACKEN ca. 15 Minuten
Backpapier für das Blech

THONBÄLLCHEN

100 g Weissbrot oder Toast,
in kleine Würfel
geschnitten
300 g Thon in Sonnen-
blumenöl, abgetropft,
zerzupft
1 Zwiebel, fein
geschnitten
2 Eier, verquirlt
½ Bund Peterli, fein geschnitten
1 TL Salz
½ TL Pfeffer

ERBSENSAUCE

300 g Tiefkühl-Erbсен,
aufgetaut
200 g Nature-Frischkäse,
z. B. Züger Filona
½ Bund Schnittlauch, geschnit-
ten, 1 EL beiseitegelegt
½ Zitrone, heiss ab-
gespült, abgeriebene
Schale und Saft
Salz, Pfeffer

1. Für die Thonbällchen Brot und die restlichen Zutaten in einer Schüssel zu einem Teig kneten.
2. Aus der Masse mit nassen Händen ca. 20 Bällchen formen, auf das vorbereitete Blech legen.
3. Im auf 200 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen.
4. Für die Erbsensauce alle Zutaten bis und mit Zitronensaft mischen, fein pürieren und würzen.
5. Erbsensauce als Spiegel auf 4 Teller verteilen, Thonbällchen darauf anrichten, mit beiseitegelegtem Schnittlauch garnieren.

ÖISI TIPPS

- Mit ofenfrischem Tessinerbrot servieren.
- Für die Sauce statt Schnittlauch frische Minze verwenden.





LACHS IN SENFSAUCE MIT SALZKARTOFFELN

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

SALZKARTOFFELN
400 g festkochende Kartoffeln, geschält, in Stücke geschnitten

LACHS
1 EL Olivenöl
480 g Tiefkühl-Lachsfilets, aufgetaut
Salz, Pfeffer

SENFSAUCE
1 EL Olivenöl
4 Knoblauchzehen, gepresst
1 dl Gemüsebouillon
3 EL Senf
180 g Crème fraîche
Salz, Pfeffer
200 g Tiefkühl-Blattspinat
30 g gehobelte Mandeln, geröstet
¼ Bund Peterli, fein gehackt

1. Die Kartoffeln in siedendem Salzwasser ca. 15 Minuten köcheln, abtropfen, warm halten.
2. Öl in einer Bratpfanne erhitzen, Lachs würzen, beidseitig je ca. 3 Minuten anbraten und beiseitestellen.
3. Für die Senfsauce Öl in derselben Pfanne erhitzen, Knoblauch ca. 1 Minute darin andämpfen, mit Bouillon ablöschen, Senf und Crème fraîche hinzugeben, würzen, bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten köcheln.
4. Spinat und Lachs in die Sauce geben, 10-15 Minuten köcheln, mit den Salzkartoffeln auf Tellern anrichten, mit Mandeln und Peterli garnieren.

ÖISE TIPP
Anstelle von Tiefkühl-Lachsfilets kann dieselbe Menge frische Lachsforellenfilets verwendet werden. Die Garzeit des Fisches bleibt dieselbe.

BANANEN-ERDNUSS-TOFU

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten
MARINIEREN ca. 15 Minuten
KÖCHELN ca. 20 Minuten

2 Tofu à 260 g, in Würfel geschnitten
3 EL Sojasauce
1 EL Sonnenblumenöl (1)
2 Lauchstangen, in feine Ringe geschnitten
200 g Broccoli, in Röschen geteilt
200 g geröstete und gesalzene Erdnüsse, 2 EL beiseitegelegt
2 Bananen, in Scheiben geschnitten, ⅓ beiseitegelegt
3 EL Sonnenblumenöl (2)
2,5 dl Kokosmilch
2 dl Gemüsebouillon
2 EL mildes Curry
Pfeffer
Sojasauce

1. Tofu ca. 15 Minuten in der Sojasauce marinieren. Öl (1) in einer Bratpfanne erhitzen, Tofu

- darin rundum ca. 5 Minuten anbraten, beiseitestellen. In derselben Pfanne Lauch ca. 5 Minuten andämpfen, beiseitestellen.
2. Broccoli in siedendem Salzwasser ca. 5 Minuten garen, abtropfen, beiseitestellen.
 3. Erdnüsse, Bananen und 2 EL Öl (2) mischen, fein pürieren. Kokosmilch und Bouillon hinzugeben, erneut pürieren, in einer Pfanne bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen, mit Curry, Pfeffer und Sojasauce würzen.
 4. Restliches Öl erhitzen, beiseitegelegte Bananen ca. 3 Minuten darin anbraten.
 5. Lauch, Tofu und Broccoli zur Sauce geben, ca. 5 Minuten mitköcheln. Bananen-Erdnuss-Tofu anrichten, mit beiseitegelegten Erdnüssen und angebratenen Bananen servieren.

ÖISI TIPPS

- Dazu passt Basmati- oder Langkornreis.
- Das Gericht statt mit Tofu mit Pouletwürfeln zubereiten.





Wild auf Wild.



Entdecke dieses und weitere Rezepte unter
knorr.ch



PASTETLI MIT KÜRBIS-RAHMSAUCE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
KÖCHELN LASSEN ca. 15 Minuten
Backpapier für das Blech

- 2 EL Rapsöl
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 500 g Kürbis, z. B. Butternut, geschält, in Würfel geschnitten
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 2 dl Weisswein
- 4 dl Gemüsebouillon
- 2 dl Halbrahm
- 100 g Reibkäse, z. B. Gruyère oder Emmentaler/Gruyère
- Salz, Pfeffer
- 8 Pastetli
- ¼ Bund Peterli, fein geschnitten

1. Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Kürbis ca. 5 Minuten darin andämpfen, würcen.
2. Mit Wein ablöschen, Bouillon hinzugiessen, zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln lassen. Die Hälfte der Kürbiswürfel herausnehmen, beiseitestellen. Restlichen Kürbis mit Rahm und Reibkäse mischen, zu einer Sauce pürieren, würcen. Die beiseitegestellten Kürbiswürfel mit der Sauce mischen, warm halten.
3. Pastetli auf das vorbereitete Blech legen, gemäss Packungsangabe backen.
4. Pastetli mit Kürbis-Rahmsauce füllen und mit Peterli garnieren.

ÖISE TIPP

Nach Belieben mit gebratenen Pouletbrüstli und einem Salat servieren.



POULET MARENGO

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
KÖCHELN LASSEN ca. 15 Minuten

- 1 EL Sonnenblumenöl (1)
- 2 Lauchstangen, längs halbiert, in Halbringe geschnitten
- 1 rote Peperoni, in Streifen geschnitten
- 1 EL Sonnenblumenöl (2)
- 600 g Pouletgeschnetzeltes
- 100 g Mehl
- 250 g Champignons, halbiert
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 1 dl Weisswein
- 2 dl Hühnerbouillon
- 400 g gehackte Tomaten
- 1 Lorbeerblatt
- ½ Bund Peterli, fein gehackt, 1 EL beiseitegelegt
- 1 TL Zucker
- Salz, Pfeffer

1. Öl (1) in einer Brat- oder Wokpfanne erhitzen, Lauch und Peperoni ca. 5 Minuten darin andämpfen, beiseitestellen.
2. Öl (2) in derselben Pfanne erhitzen, Poulet im Mehl wenden, portionsweise je ca. 5 Minuten anbraten, beiseitestellen.
3. Champignons und Knoblauch in derselben Pfanne ca. 2 Minuten scharf anbraten, mit Wein ablöschen. Bouillon und alle Zutaten bis und mit Peterli hinzugeben, würcen, aufkochen. Beiseitegestelltes Gemüse und Poulet zurück in die Pfanne geben, Hitze reduzieren, bei mittlerer Hitze 10-15 Minuten köcheln lassen.
4. Lorbeerblatt entfernen, Poulet Marengo auf Tellern anrichten, mit beiseitegelegtem Peterli garnieren.

ÖISE TIPPS

- Dazu passt Kartoffelstock.
- Das Gericht ist in der französischen und italienischen Küche als Ragout Marengo bzw. Pollo Marengo zu Hause. Typische Zutaten des Geflügelragouts sind nebst Poulet Champignons, Weisswein und Tomaten.



BALSAMICO-HONIG-CHAMPIGNONS

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

- 1 EL Rapsöl
- 500 g braune oder weisse Champignons
- 3 EL flüssiger Honig
- 0,75 dl Aceto balsamico
- 1 TL Maisstärke
- 0,5 dl Gemüsebouillon, kalt
- Salz, Pfeffer
- ½ Bund Schnittlauch, geschnitten

1. Öl in einer Bratpfanne erhitzen. Pilze portionsweise rundum je ca. 3 Minuten scharf anbraten.
2. Honig und Aceto balsamico verrühren, über die Pilze giessen, ca. 2 Minuten weiterbraten.
3. Maisstärke in Bouillon auflösen, über die Pilze giessen, unter gelegentlichem Rühren ca. 5 Minuten köcheln, bis die Sauce eindickt, würcen.
4. Champignons anrichten, mit Schnittlauch garnieren.

ÖISE TIPPS

- Nach Belieben Peperonistreifen mitbraten.
- Dazu passen Langkornreis, ein Safranrisotto, Teigwaren oder gebratene Schweinskoteletts.
- Auf Zahnstocher stecken und als Apéro servieren.

«Unsere Gold-Gewinner!»



In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich



Käse & Wein

**ENGADIN BERGTRAUM
SCHWEIZER HALBHARTKÄSE**

Von Berg und Süd

Frische Engadiner Bergmilch verleiht dem cremigen «Engadin Bergtraum» seine Würze. Der Halbhartkäse wird auf 1706 Metern über Meer in der Lalaria Engiadinaisa in Bever GR hergestellt, einer der höchstgelegenen Molkereien Europas. Nach drei bis vier Monaten im Reifekeller verzaubert der Bergkäse mit seinem gehaltvollen Geschmack. Perfekt wird der Traum, wenn er mit einem genauso traumhaften vollmundigen Wein gepaart wird: Der Selezione d'Autore Merlot Ticino DOC duftet intensiv nach frischen Waldbeeren und weist eine leichte Gewürznote auf.

**SELEZIONE D'AUTORE MERLOT
TICINO DOC, SCHWEIZ, 75 CL**

Selezione d'Autore Merlot
Ticino DOC, Schweiz, 75 cl

-21% **10.90**
statt 13.90

Engadin Bergtraum
Portion à 220 g

statt Fr. 5.30

Fr. 4.20



Protein. Mal besser.



Mal besser:

Malbuner[®]

 www.malbuner.ch

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

JETZT PROFITIEREN!



+ **Oeil-de-Perdrix AOC Valais Nid d'Amour**
Schweiz, 2021, 75 cl, 16,75 Punkte*

🍷 Pinot Noir 🍷 helles Lachsrosa 🍷 fruchtiges Bouquet
🍷 8-10°C 🍷 Süsswasserfisch, Käseplatten, Aperitif

-20% **10.30**
statt 12.90

Féchy AOC La Côte Soir Soleil **+**
Schweiz, 2021, 75 cl, 16,75 Punkte*

🍷 Chasselas 🍷 helles Strohgelb 🍷 blumige Noten, Lindenblüten,
weisser Pfirsich 🍷 8-10°C 🍷 Aperitif, Fisch, Raclette, Fondue

-20% **10.70**
statt 13.40



+ **Selezione d'Autore Merlot Ticino DOC**
Schweiz, 2019, 75 cl, 17 Punkte*

🍷 Merlot 🍷 Rubinrot 🍷 Waldbeeren, feine Gewürznoten
🍷 16-18°C 🍷 Hartkäse, Rindsbraten, Polenta mit Pilzen

-21% **10.90**
statt 13.90

**WEIN
DES
MONATS**



l'amorino Negroamaro Puglia IGP
Italien, 2021, 75 cl, 17 Punkte*

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

-22% **8.50**
statt 10.90



l'amorino Vino Bianco d'Italia
Italien, 2021, 75 cl, 16,25 Punkte*

🍷 Cuvée aus klassischen Rebsorten 🍷 Hellgelb
🍷 intensiv blumig, fruchtig 🍷 9-12°C 🍷 Aperitif

-22% **8.50**
statt 10.90



Bardolino DOC
Italien, 2021, 75 cl, 15,5 Punkte*

🍷 Corvina Veronese, Rondinella, Molinara 🍷 sattes Rubinrot
🍷 fruchtbetont, süffig 🍷 14°C 🍷 Vorspeisen, Grilladen, Pasta

-22% **4.60**
statt 5.95



Stella Solare Negroamaro Primitivo Puglia IGP
Italien, 2021, 75 cl, 17,75 Punkte*

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

-20% **10.80**
statt 13.50

Animus Reserva Douro DOC
Portugal, 2020, 75 cl, 17,25 Punkte*

🍷 Tinta Roriz, Touriga Franca, Touriga Nacional
🍷 Granatrot 🍷 gehaltvoller Körper 🍷 16-18°C
🍷 Lamm, Paella, Rumpsteak mit Gemüse

-21% **10.90**
statt 13.80



**Diese Aktion
gilt vom
28.8.2023 bis
23.9.2023
solange Vorrat
Jahgangsänderungen
vorbehalten**

**Bestellen Sie
diese Weine
im 6er-Karton in
Ihrem Volg oder
direkt unter
www.wein.volg.ch**

* Die Punktebewertungen stammen aus dem «Weinseller» von Chandra Kurt.
Volg-Weine mit 17 oder mehr Punkten erhalten die «Weinseller Medaille d'Or».

SAISON FÜR ...

Sauser

Frisch ab Presse läutet der «Suuser» den Herbst ein. Der leicht alkoholhaltige Traubensaft ist jetzt wieder im Volg als «Trötteler» erhältlich – ein lebendiges Produkt mit prickelnder Süsse.

Es saust, braust und blubbert

Wenn der gepresste Saft von roten oder weissen Trauben unter der Beigabe von Hefe zu gären beginnt und sich Zucker in Kohlensäure und Alkohol aufspaltet, entsteht Sauser. Dieser Prozess dauert nur wenige Tage. Was hierzulande als «Suuser» bekannt ist, nennt man in Deutschland auch «Neuen Wein», «Federroter», «Rauscher» oder «Staubiger». In Österreich ist besonders der Name «Sturm» verbreitet. Dieser soll sich auf das «stürmische Geräusch» der Kohlensäure beziehen.

SAUSER MUSS STETS STEHEN

Anders als Wein, der gerne liegend gelagert wird, muss eine Flasche Sauser immer stehend aufbewahrt werden. Weil die Gärung in der Flasche weitergeht, wird üblicherweise ein Verschluss verwendet, der luftdurchlässig ist. So können die Gärgase nach und nach entweichen. Damit aber nebst dem Gas nicht auch der feine Saft entweicht, muss der Sauser während Transport und Lagerung immer aufrecht stehen.

Trauben treten

Der im Volg erhältliche Sauser heisst «Trötteler». Der Name stammt von «Trotte», dem alten Wort für Traubenpresse. Dieses wiederum leitet sich vom althochdeutschen Wort «troton» für «keltern» ab, das mit dem Verb «treten» verwandt ist. Und apropos früher: Einst war der Genuss von Sauser aufgrund der begrenzten Haltbarkeit und des schwierigen Transports nur wenigen glücklichen Menschen vorbehalten, denn die Spezialität war traditionell nur in Weinbauregionen bekannt.



Frisch ab Trotte

Roter und weisser Sauser ist im Volg jeweils zirka ab September bis Ende Oktober erhältlich. Er muss stehend im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Trötteler Sauser, 1 l



Sauser-Rotkraut

FÜR 4 Personen als Beilage
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
SCHMOREN ca. 30 Minuten

- 1 **Zwiebel**,
fein gehackt
- 1 EL **Bratbutter**
- 400 g **Rotkabis**,
fein gehobelt oder
geschnitten
- 1 **Apfel**, grob gerieben
- 2 dl **Sauser**
- 1 dl **Gemüsebouillon**
- 2 **Lorbeerblätter**
- 40 g **Sultaninen**,
nach Belieben
- 1 EL **Johannisbeergelee**

1. Zwiebeln in der Butter andämpfen, Rotkabis und Apfel begeben, mitdämpfen. Mit Sauser und Bouillon ablöschen. Lorbeerblätter, Sultaninen und Johannisbeergelee begeben, zugedeckt ca. 30 Minuten schmoren. Deckel entfernen, Flüssigkeit etwas einkochen und servieren.

ÖISE TIPP:

Das Rotkraut passt sehr gut zu Wildgerichten wie Rehpf Pfeffer und Spätzli.





www.eisberg.ch



**Neu in Ihrem Völg:
Vitalsalat 300 g**



**Pröbieren Sie
auch unsere
saisonalen
Salate**



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

VERPACKUNGSOPTIMIERUNG

Vom Netzli ins Papier

Die Hülle eines Produkts ist Volg nicht wurst. Verpackungen werden regelmässig verbessert, um Kunststoff einzusparen oder das Produkt länger haltbar zu machen. Das jüngste Beispiel hierfür sind die Rohwürste Salsiz, Salametti und Bauernschüblig des Nachhaltigkeitslabels «Agri Natura». Die nach Richtlinien von IP-Suisse hergestellten Spezialitäten stecken nicht mehr im altbekannten Kunststoffnetz, sondern in einer vorwiegend aus Papier bestehenden Verpackung. Dadurch sind sie vor äusseren Einflüssen – beim Transport, im Laden, zuhause oder im Rucksack auf der Wanderung – besser geschützt. Auch wurde der Hygiene Rechnung getragen: Ein perforiertes Sichtfenster schützt sie vor den Händen anderer. Durch die kleinen Löcher erhalten die Würste nach wie vor genügend Luft, trocknen jedoch weniger schnell aus, was ihre Haltbarkeit verlängert. Hinzu kommt der schöne Nebeneffekt, dass sie sich einfacher schälen lassen.



WEIHNACHTSLESERREZEPT GESUCHT

IHR FESTTAGSHIT

Das «Öise Lade» vom Dezember soll besonders festlich werden. Möchten Sie Teil davon sein? Dann schicken Sie uns Ihr einfaches und einfach immer gutes Festtagsrezept für Weihnachten oder Silvester: vom Guetzi und Chlausgebäck über Apéro-Häppchen und Saucen zum Fondue Chinoise bis zum Cocktail und Dessert zum Jahreswechsel – alles ist möglich. Bei Publikation erhalten Sie als Dankeschön eine Volg-Geschenkkarte im Wert von 50 Franken. Auf der Redaktion sind wir schon in Festtagslaune: Daher freuen wir uns auf Ihr Rezept (inkl. Foto von Ihnen sowie ein paar Angaben zu Ihrer Person) bis spätestens Sonntag, 10. September 2023, per E-Mail an oeise.lade@volg.ch. Das Gericht selbst müssen Sie übrigens nicht extra zubereiten und fotografieren. Das Rezept in schriftlicher Form reicht.

Bei dieser Gelegenheit ein herzliches Dankeschön für die vielen kreativen Leserrezepte, die uns regelmässig erreichen. Wir haben an jeder Einsendung grosse Freude!



Foto: Pierre-Yves Massot

MÄRKLI-SAMMELAKTION AB 4. SEPTEMBER

KINDERN FREUDE SCHENKEN

Vom 4. September bis 8. Oktober 2023 können Sie die Märkli, die Sie für jeden Einkauf im Volg erhalten, wieder für einen guten Zweck spenden und damit Kindern im Spital wertvolle Momente der Abwechslung und Freude schenken. Werfen Sie die Märkli, einzeln oder eingeklebt im Sammelheft, einfach in die bereitgestellte Sammelbox in jedem der rund 600 Volg-Läden. Der Gegenwert aller gesammelten Märkli geht an die Stiftung Theodora, die Volg seit 2019 in einer mehrjährigen Partnerschaft unterstützt. Die Traumdoktoren der Stiftung besuchen Kinder in Spitälern und spezialisierten Institutionen, bringen sie zum Lachen, Träumen oder Staunen. Die Stiftung Theodora und Volg danken Ihnen von Herzen für jedes Märkli!





Aufgerollt, gefaltet oder in Scheiben geschnitten: Bei den Charcuterie-Häppli auf dem Plättli greift jeder gerne zu.

AUF SCHNITT UND TRITT

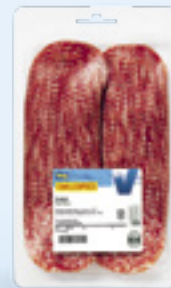
Auf einer Wanderung oder einem Ausflug in die Natur stärkt ein feiner Aufschnitt auf Schritt und Tritt: Salami, Schinken und Trockenfleisch schmecken wunderbar als «ligchlämmts»; Cervelas und Bratwurst sind der Hit fürs Bräteln am Wegesrand und zu Hause holt man sich das Berghütten-Flair als buntes Plättli aufs Brättli.



Fleischkäse geschnitten
ca. 260 g, Fr. 1.35* per 100 g



Trockenfleisch geschnitten
100 g, Fr. 7.80*



Salami geschnitten
ca. 250 g, Fr. 1.80* per 100 g



Vorderschinken
ca. 250 g, Fr. 2.25* per 100 g



Cervelas
4 × 100 g, Fr. 4.20*



Bratwurst
4 × 110 g, Fr. 3.95*

VOLG FAMILIENPREIS



Volg Familienpreis ist so vielfältig wie die Schweiz als Ausflugs- und Wanderland. Die Produktlinie für jedes Budget umfasst 77 Artikel aus allen Bereichen des täglichen Bedarfs. Darunter Proviant für Wandervögel vom Kaugummi über knackige Äpfel bis zum durstlöschenden Mineralwasser. Und für den Bärenhunger zu Hause gibt es Pizza Margherita, Käsefondue oder Hörnli und Ghackets. In Volg Familienpreis steckt übrigens richtig viel Schweiz: Über 90 Prozent der Produkte werden hierzulande hergestellt.



ORIGINAL  **DAR·VIDA**

MUESCH HA.

Das Original mit Kornkraft



3-mal 1-malig

**Suppenlöffel verteilen und «En Guete mitenand» wünschen:
Die neuen Volg Familienpreis Suppen mit Tomaten oder mit Teigwaren
in Buchstabenform sind immer ein Hit am Tisch.**



1. Sonnengereift und aromatisch

In der Volg Familienpreis Tomatensuppe stecken aromatische sonnengereifte Tomaten. Sie schmeckt pur oder raffiniert verfeinert, zum Beispiel mit Croûtons und Crème fraîche oder für eine sättigende Hauptmahlzeit etwas reichhaltiger ergänzt mit Reis und gebratenem Speck.



2. Heissgeliebt von A bis Z

Rüebli, Sellerie, Zwiebeln und Lauch sind bei der ABC-Suppe willkommenes Beigemüse. Die Stars der würzigen Suppe sind aber klar die Teigwarenbuchstaben. Damit lassen sich am Tellerrand Wörter, Sätze oder das ganze ABC schreiben. Ein spielerischer und kreativer Umgang mit dem Essen ist für einmal ausdrücklich erwünscht!

3. Spass mit «Alphabetti Spaghetti»

Die Buchstabensuppe kennt und liebt heute jedes Kind. Erfunden wurde sie 1867 in den Vereinigten Staaten und fand über Deutschland ihren Weg bis in die Schweiz. In manchen Ländern ist sie auch bekannt unter dem Namen «Alphabetti Spaghetti».

**EN
GUETE
MITENAND**

VOLG FAMILIENPREIS TOMATENSUPPE VOLG FAMILIENPREIS ABC-SUPPE

Ein Beutel ergibt vier Portionen. Für die Suppen werden weder Farbstoffe noch Palmfett verwendet.

**Volg Familienpreis Tomatensuppe, 94 g
Volg Familienpreis ABC-Suppe, 80 g**



FREUDE AUS DER FRUCHT!



Gönnen Sie
sich eine
fruchtige
Auszeit!



Orange und Fruchtcocktail 33cl in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

granini®

SCHAU, BELLA,
SCHAU!
DAS WETT
ICH AU.



**VOLG FAMILIENPREIS
ABC-SUPPE, 80 G**

Jetzt kommt sie buchstäblich, die Zeit für eine heisse Suppe. Ein Beutel für den Familienznacht, der von A bis Z Spass beim Auslöffeln macht.

Fr. -.75



**VOLG FAMILIENPREIS
TOMATENSUPPE, 94 G**

Hiermit brockt man sich eine herrlich mediterrane Suppe ein. Das tut an kalten Tagen besonders gut. Zum Wohlgefühl geht's erst noch minutenschnell.

Fr. -.75



**SUTTERO RAUCHFÄGELRI,
2 PAAR, 120 G**

Aromastarke Trockenwürste aus Schweizer Fleisch mit feiner Rauchnote: Ein Snack, der auf der Wanderung ebenso fägt wie auf dem kalten Plättli.

Fr. 4.95



**HILCONA RAVIOLI PROSCIUTTO
CRUDO / 4 FORMAGGI, 250 G ***

Wie von Nonna selbst gemacht: Fein bemehlt und reichhaltig gefüllt sind diese Ravioli mit Rohschinken und vier Käsesorten ein ganz besonderer Genuss.

Fr. 6.60



**MÖVENPICK KUCHENRIEGEL
MARMOR, 4 x 43 G ***

Kuchenglück von Mövenpick: Die Kuchenriegel verführen mit viel Schokolade und zartbuttrigem Geschmack. Backfrisch und praktisch einzeln verpackt.

Fr. 4.90



**GORDON'S 0.0
ALKOHOLFREI, 70 CL ***

Gin, Gin! Die berühmte Spirituose gibt es jetzt auch alkoholfrei. Die Promille sind weg, der typische Wacholderbeercharakter des Gordon Dry Gin bleibt.

Fr. 18.90



**MARTINI VIBRANTE
ALKOHOLFREI, 75 CL ***

Der «Vibrante» beschwingt, wie sein italienischer Name verspricht. Mit lebendigen Zitrusaromen von der Bergamotte. Ein Hit auch im Cocktail.

Fr. 15.50



**MARTINI FLOREALE
ALKOHOLFREI, 75 CL ***

Ohne Alkohol, aber mit vollem Geschmack? Höchste Zeit, «Floreale» kennenzulernen! Ein blumig, kräutriger und erfrischender Aperitivo.

Fr. 15.50

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



Foto: Familie Wirz, Kaltbrunn, Fotograf: Marcello Engi, fotomax.ch



Foto: Familie Jung, Lenggenwil



Den Kühen Namen zu geben und eine enge Bindung zum Nutztier zu pflegen, ist in der Schweizer Landwirtschaft fest verankert.

98% SCHWEIZER MOLKEREIPRODUKTE

Die Nähe zur Landwirtschaft ist für Volg von unschätzbarem Wert. Nahezu alle Milchprodukte in den Läden stammen aus der Schweiz und werden hier verarbeitet. Damit unterstützt Volg die Bauern und stärkt den heimischen Wirtschaftsstandort.

Mit festem Schritt biegt Lisa um die Ecke. Dort trifft sie auf Sophie und Dorina, die sie seit Geburt kennt. Gemeinsam machen sie sich auf zur Weide, wo das Gras darauf wartet, gekürzt zu werden. Von Lisa, Sophie und Dorina und vielen anderen auf diesem Schweizer Bauernhof. Landwirtinnen? Nein, die Rede ist von Milchkühen.

Jedem Nutztier seinen Namen

Hierzulande pflegen Landwirte eine enge Beziehung zu ihren Milchkühen. Dazu gehört, dass sie den Kälbern nach der Geburt einen Namen geben. Diese schöne Tradition verdeutlicht die Wertschätzung und die soziale Bindung zum Nutztier. Bei einer durchschnittlichen Herdengrösse von 26 Tieren ist die Schar in der Schweiz überschaubar – anders als im Ausland, wo ein Betrieb mitunter bis zu 1000 Tiere zählt. Das Schweizer Tierschutzgesetz und die strengen Richtlinien, beispielsweise nach IP-Suisse-Standard, räumen den Kühen zudem deutlich mehr Freiheiten und Komfort ein als in anderen Ländern. So werden sie in besonders tierfreundlichen Ställen gehalten mit regelmässigem Auslauf auf die Weide. Konkret erhalten die Tiere gemäss dem RAUS-Programm des Bundes im Som-

mer mindestens an 26 Tagen und im Winter mindestens an 13 Tagen pro Monat Auslauf im Freien. Die Kühe haben einen eingestreuten, grosszügigen und frei zugänglichen Liegebereich und viel Tageslicht. Gefüttert werden sie hauptsächlich mit Gras und Heu; Kraftfutter ist reguliert, Soja untersagt. Die artgerechte Haltung erfolgt im Einklang mit der Natur. Volg kooperiert mit kleineren bis mittelgrossen Molkereien, wo neben der Frischmilch auch Jogurt, Butter, Quark und Rahm sowie Milchmischgetränke hergestellt werden.

Der Weg ist nie weit

Der Schweiz-Anteil dieser im Dorfladen erhältlichen Molkereiprodukte liegt, ohne Käse, bei stolzen 98,3 Prozent. Das macht Volg zum Detailhändler mit dem höchsten Anteil einheimischer Milchprodukte. Berücksichtigt man auch den Käse, liegt der Schweiz-Anteil bei beachtlichen 92 Prozent. Der leicht tiefere Wert ist auf beliebte ausländische Spezialitäten wie Gorgonzola, Parmigiano Reggiano oder Roquefort zurückzuführen, die nur in ihrer Herkunftsregion produziert werden dürfen. Mit dem klaren Bekenntnis zum Produktionsstandort Schweiz fördert Volg unsere Landwirtschaft und unterstützt die Bauern in ihrer Erwerbs-

tätigkeit. Dass die Milch hier verarbeitet wird, sichert Arbeitsplätze und hält die Transportwege kurz. Das freut nicht zuletzt die Umwelt.



TRADITIONELL VERBUNDEN

«Die Verbundenheit mit der Landwirtschaft ist Volg in die Wiege gelegt. Die gute Schweizer Milch aus deren wichtigstem Sektor, der Milchwirtschaft, spielt auch in unseren Läden eine zentrale Rolle.»

Engelbert Dähler

Volg-Geschäftsleitung Beschaffung



WIR ALLE KÖNNEN ETWAS TUN

Längerer Genuss von Milchprodukten: sehen, riechen und schmecken

Das auf der Verpackung aufgedruckte Mindesthaltbarkeitsdatum gibt an, wie lange Frischprodukte mindestens haltbar sind. Werden sie durchgehend gekühlt, sind Molkereiprodukte in der Regel mindestens sechs Tage darüber hinaus bedenkenlos geniessbar. Die Lebensmittel müssen also nicht sofort entsorgt werden, wenn das Datum überschritten ist. Das Prinzip «Sehen, Riechen, Schmecken» hilft bei der Einschätzung: Wenn das Produkt tadellos aussieht, einwandfrei riecht und wie gewohnt schmeckt, lässt es sich problemlos konsumieren. Mehr zur Haltbarkeit von Lebensmitteln und wie lange sich Genuss ohne Risiko verlängern lässt unter volg.ch/food-waste.



Mit dem frischen Hiestand
Hafersauerteigbrot auf
dem Frühstückstisch gelingt
der Start in den Tag voller
Leichtigkeit und Genuss.

BÄCKEREI HIESTAND

Ofenfrisches Powerpaket

Die neuste Kreation aus der Backstube von Hiestand besteht aus bestem Schweizer Hafer. Wie alle anderen Steinofen-Zwirbelbrote aus IP-Suisse-Mehl gibt es das aromatische Hafersauerteigbrot ofenfrisch im Volg.

Das Zwirbelbrot mit dem Hafer-Effekt

Nussig, röstig, mild und mit leicht süsslichem Abgang – das neue Hafersauerteigbrot liefert eine wahre Aromenexplosion. Das von den Hiestand-Bäckern von Hand gezwirbelte Sauerteigbrot mit reichlich IP-Suisse-Hafermehl, Hafervollkornmehl sowie Haferflocken überzeugt nicht nur mit herrlichem Geschmack: Es bleibt lange frisch und hält dank grossem Haferanteil richtig satt.



Genuss vom Morgen bis zum Abend

Ein paar Scheiben knuspriges Hafersauerteigbrot mit Frischkäse, Honig, Früchten und Nüssen. Dazu vielleicht noch ein Jogurt oder ein Smoothie – und der vitale Start in den Tag ist gesichert. Vielseitig belegt, mundet das Zwirbelbrot als Sandwich zum Zmittag, und beim Znacht ist es eine köstliche Beilage zu Suppen, Salaten und Eintöpfen.



SUPERFOOD HAFER

Hafer – das Trendgetreide. Nicht ohne Grund: Hafer liefert beste Inhaltsstoffe und wird oft als fast vergessenes Superfood bezeichnet. Hafer ist glutenarm und gleichzeitig reich an Nährstoffen. Das Rispengetreide ist rasch und leicht verdaulich sowie dank ungesättigter Fettsäuren, Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen besonders wertvoll.



Hiestand – die Schweizer Traditionsbäckerei

Seit 1967 setzt die Bäckerei Hiestand auf traditionelles Handwerk. Dazu gehört nebst der Verwendung natürlicher Zutaten eine lange Garzeit der Teige. Die Hiestand Zwirbelbrote mit IP-Suisse-Mehl werden im Steinofen gebacken. Der besondere Geschmack kommt von einem genauso besonderen Sauerteig: dem Hiestand «H67 Mutterteig».

Hiestand® 

OFENFRISCHE – UNSER HANDWERK

Trauben zum Träumen

Trauben werden von ihren Fans jedes Jahr sehnsüchtig erwartet. Im September sind sie denn auch die beliebteste Frucht im Volg. Ab mit ihnen in den Mund oder in die Küche!

**TRAUBENKOMPOTT
AUF MARRONI-MOUSSE**
Ein schnelles Herbstdessert aus
saftig-süßen Trauben und
cremigem Marroni-Mousse.
Rezept auf Seite 43





**BROTSALAT MIT TRAUBEN
UND TÊTE DE MOINE**
Brot, Trauben und der
bekannte Rosetten-Käse:
Ein Salat wie ein Käseplättli.
Rezept auf Seite 43

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



WINZERPOULET

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

GRATINIEREN ca. 15 Minuten

Schmortopf

- 4 Pouletbrüste
- 1 EL Bratbutter
- ½ TL Salz, Pfeffer
- 2 Knoblauchzehen,
fein gehackt
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 400 g weisse und blaue Trauben,
halbiert
- 1 dl Weisswein
- 1,5 dl Hühnerbouillon
- 3 EL Paniermehl
- 40 g Butter
- 60 g Baumnüsse, grob gehackt
- 100 g Crème fraîche
- ½ Bund Peterli, fein gehackt

1. Pouletbrüste im Schmortopf in der heissen Bratbutter beidseitig goldbraun anbraten. Herausnehmen, würzen, beiseitestellen.

2. Knoblauch und Zwiebeln in demselben Topf andämpfen. Trauben begeben, kurz mitdämpfen. Mit Weisswein und Bouillon ablöschen. Aufkochen, ca. 10 Minuten köcheln.

3. Paniermehl mit Butter und Nüssen mischen, auf den beiseitegestellten Pouletbrüsten verteilen, leicht andrücken. Pouletbrüste auf die Trauben legen.

4. Im auf 180°C vorgeheizten Ofen (Heissluft/Umluft) ca. 15 Minuten gratinieren. Mit Crème fraîche und Peterli anrichten.

ÖISE TIPP

Dazu passen Spätzli, Weisswein-Risotto oder Polenta.



ÖISE WIIITIPP

Féchy AOC La Côte, Soir Soleil, Schweiz, 75 cl
Etwas Weisswein verfeinert die Sauce, der Rest des Waadtländers mit der blumigen, fruchtigen Note mundet vorzüglich zum Winterpoulet. Der Féchy AOC La Côte Soir Soleil ist zudem ideal als Aperitif.

TRAUBEN-STREUSELKUCHEN

Die Verwendung von kernlosen Trauben hält den Aufwand gering. Besonders knusprig werden die Streusel durch gehackte Mandeln. Rezept auf Seite 43





Für den reinen Geschmack
von reifen Früchten.

15%
auf alle Andros Säfte
Vom 12.09. bis 17.09.2023





TRAUBEN-ZWETSCHGEN-KONFITÜRE

FÜR 4 Gläser à 2 dl

ZUBEREITEN ca. 45 Minuten

4 verschliessbare Gläser à ca. 2 dl Inhalt,
heiss ausgespült

- 700 g blaue Trauben**, halbiert,
mit einem spitzen
Messer entkernt
- 300 g Zwetschgen**, halbiert,
in kleine Würfel geschnitten
- 500 g Gelierzucker**
- 1 Orange**, heiss abgespült,
ganze abgeriebene Schale und
ganzer Saft ausgepresst

1. Trauben und Zwetschgen mit Gelierzucker, Orangenschale und -saft in einer weiten Pfanne aufkochen. Unter gelegentlichem Rühren ca. 20 Minuten sprudelnd kochen, etwas abkühlen lassen, fein pürieren.

2. Erneut aufkochen und die Gelierprobe machen: Wenig Konfitüre auf ein Tellerchen geben und etwas abkühlen. Wenn sie nicht mehr fließt und eine feine Haut entsteht, stimmt die Konsistenz. Sonst weiterkochen, erneut testen. Siedend heiss bis knapp unter den Rand in die vorbereiteten Gläser füllen, sofort verschliessen, auf den Kopf stellen und vollständig auskühlen lassen.

ÖISI TIPPS

- Schmeckt süss, zum Beispiel auf Zopf und in Omeletten, oder mit Käse und Brot.
- Mit ½ fein gehacktem Peperoncino würzen. Die Konfitüre bekommt eine leichte Schärfe und passt so noch besser zu Käse.
- Statt frischen tiefgekühlte Zwetschgen oder nur Trauben verwenden.

ÖISE TIPP



In der Einmachzeit ein Muss:
Aarberg Gelierzucker 1:1
1 kg



Mild und
fein für
Gross und
Klein.




DIVERTIMENTO
WIN

3x Meet & Greet
25x 4 Tickets



Weitere Infos:
emmi-luzerner.ch/win

**15%
RABATT**
12.09.2023 bis
17.09.2023



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



BROTSALAT MIT TRAUBEN UND TÊTE DE MOINE

FÜR 4 Personen als Hauptgang
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten

SAUCE

- 1 TL Senf
- 4 EL Kräuteresig
- 2 EL Sojasauce
- 5 EL Olivenöl
- ½ Bund Peterli
- Salz, Pfeffer

SALAT

- 200 g Brot, am besten vom Vortag, in ca. 1 cm Würfel geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
- 3 EL Olivenöl
- ½ TL Salz
- 300 g Trauben, z. B. weisse, blaue, rosé gemischt, nach Belieben entkernt
- 250 g Cherrytomaten, halbiert
- 200 g Tête de Moine-Rosetten
- ½ Bund Peterli, grob gehackt

1. Senf mit allen Zutaten bis und mit Peterli pürieren, würzen.
2. Brot und Knoblauch im heissen Öl rundum goldbraun braten, salzen. Mit Trauben und Tomaten mischen. Sauce darüberträufeln.
3. Tête de Moine auf dem Salat anrichten, Peterli darüberstreuen.

ÖISE TIPP

Salat erst kurz vor dem Servieren mit der Sauce mischen, damit das Brot noch teilweise knusprig bleibt.



TRAUBEN-STREUSELKUCHEN

FÜR 1 Kuchen
ZUBEREITEN ca. 35 Minuten
BACKEN ca. 40 Minuten
Für eine Springform von ca. 20 cm Ø
Backpapier

Wenig Butter

TEIG

- 100 g Weissmehl
- 40 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 4 Eier, getrennt
- 50 g Butter, flüssig, abgekühlt

BELAG

- 400 g weisse kernlose Trauben, halbiert
- 2 EL Zucker
- 1 EL Zitronensaft

STREUSEL

- 50 g Butter
- 70 g Mandeln, fein gehackt
- 50 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 25 g Weissmehl

Puderzucker zum Bestäuben

1. Formenboden mit Backpapier belegen, Rand mit Butter bestreichen.
2. Mehl, Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. Eigelbe und Butter begeben, verrühren. Eiweisse steif schlagen, sorgfältig unterziehen. Sofort in die vorbereitete Form geben.
3. Trauben mit Zucker und Zitronensaft mischen, auf dem Teig verteilen.
4. In der Mitte des auf 160°C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofens ca. 25 Minuten backen.
5. Butter mit Mandeln, Zucker, Salz und Mehl zu einer bröckeligen Masse verreiben. Kuchen aus dem Ofen nehmen, Streusel darüber verteilen, 15–20 Minuten fertig backen. Herausnehmen, auskühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben.

ÖISE TIPP

Mit Schlagrahm servieren.



TRAUBENKOMPOTT AUF MARRONI-MOUSSE

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 1 Stunde

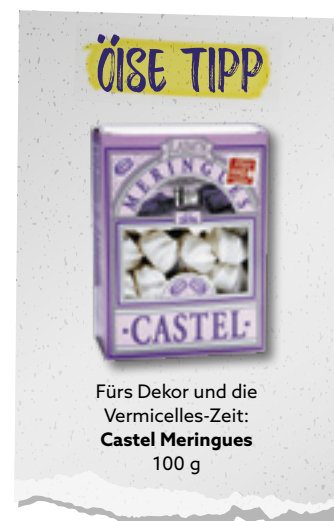
MOUSSE

- 250 g tiefgekühltes Marronipüree, aufgetaut
- 1 EL Kirsch
- 2 dl Vollrahm, steif geschlagen

KOMPOTT

- 400 g blaue Trauben, halbiert, nach Belieben entkernt
- 50 g Zucker
- 1 dl Vollrahm, steif geschlagen
- Ca. 15 g Meringues, zerbröselt

1. Marronipüree mit Kirsch weich rühren, Schlagrahm sorgfältig unterziehen. In Schälchen oder Gläser verteilen und ca. 1 Stunde kühl stellen.
2. Trauben mit Zucker aufkochen, ca. 5 Minuten einköcheln, etwas abkühlen. Lauwarm oder kalt auf der Mousse anrichten, nach Belieben mit etwas Schlagrahm verzieren, mit Meringues garnieren.



Vittorio Maspoli hat die Welt der Kaffeebohnen bestens im Griff: An seinem Arbeitsort in Balerna wird in langer Tradition grossartiger Kaffee hergestellt.



«Der Kaffee ist vollmundig und ein bisschen süss»

Im Südtessin röstet das Familienunternehmen Chicco d'Oro Kaffeebohnen, die ganz auf den Geschmack der Schweizerinnen und Schweizer abgestimmt sind. Verkaufsleiter Vittorio Maspoli über die Besonderheiten des Kaffees und darüber, was eine gute Röstung ausmacht.

Herr Maspoli, wie trinken Sie Ihren Kaffee am liebsten?

Schwarz. Früher habe ich ihn immer mit Milch und Zucker getrunken, aber dann bin auf den puren Geschmack gekommen. Am Morgen muss es ein Cappuccino sein, das ist mein Ritual, sonst trinke ich Espresso.

Im Volg ist der beliebte Caffè Chicco d'Oro Tradition auch in Bio-Qualität erhältlich. Wie schmeckt dieser?

Vollmundig und ein bisschen süss. Zudem ist er gut balanciert und mild geröstet. Es ist eine Mischung, die sich gut für verschiedenen Zubereitungen eignet, sowohl für Kaffeespezialitäten mit Milch wie auch für einen Café crème oder Espresso.

Es ist also eine Mischung aus verschiedenen Kaffeesorten?

Genau, es ist eine ausgewogene Kombination aus Robusta- und Arabica-Bohnen. Diese stammen aus fünf Ländern in Süd- und Zentralamerika sowie Afrika. Wir arbeiten meist mit Mischungen, denn der Rohkaffee

hat je nach Herkunft unterschiedliche Eigenschaften, die wir zusammenbringen und so ein noch besseres Aroma erhalten. Es ist vergleichbar mit einer Cuvée beim Wein, die aus mehreren Rebsorten besteht.

Besonders ist auch, dass der Kaffee bio wie auch Max-Havelaar-zertifiziert ist.

Das ist auf jeden Fall ein Mehrwert. Es ist übrigens gar nicht einfach, ausreichend biologisch angebaute Kaffeebohnen zu finden. Die Zertifizierung bedingt auch, dass wir unsere Prozesse im Haus separieren. Wir sind froh, dass es Partner wie Volg gibt, die uns die Möglichkeit geben, ein solches Produkt auf den Markt zu bringen.

Wie muss man sich die Röstung der Kaffeebohnen vorstellen?

Wir arbeiten mit einer klassischen Trommelröstung, bei der es 15 bis 17 Minuten dauert, bis die Bohnen fertig geröstet sind. Die Röstungskurve beginnt bei 160 und endet bei 280 Grad Celsius. Dadurch, dass wir bei einer tiefen Temperatur anfangen

und langsam steigern, ist garantiert, dass die Bohnen innen wie aussen gleichmässig geröstet werden. Wäre die Temperatur von Anfang an zu heiss, bestünde das Risiko, dass die Bohnen aussen zu dunkel würden, aber innen noch zu wenig geröstet wären.

Gibt es in Bezug auf die Röstung in der Schweiz unterschiedliche Vorlieben?

Im Süden findet man eher dunklere und im Norden mildere Röstungen. Wir arbeiten mit einer milderen Röstung, weil so die Eigenschaften des Kaffees stärker hervorgehoben werden. Im Laufe der Jahre konnten wir das Aroma genau auf den Geschmack der Konsumenten abstimmen.

Und wie bleibt dieses Aroma möglichst lange erhalten?

Gut verschlossen in der Originalverpackung, idealerweise zusätzlich in einer Kaffeedose. Im Kontakt mit Sauerstoff beginnt ein Oxidationsprozess und die Aromen verflüchtigen sich. Wichtig ist auch, dass er vor Feuchtigkeit, Hitze und Kälte geschützt ist.



KAFFEE AUS BALERNA TI

Die Geschichte von Chicco d'Oro (Italienisch für «Goldene Bohne») begann im Lebensmittelgeschäft der Familie Valsangiacomo in Chiasso, wo nebenbei auch Kaffee geröstet wurde. 1949 konzentrierte sich das Ehepaar Valsangiacomo ganz auf das Kaffee-geschäft. Heute ist bereits die dritte Generation im Unternehmen tätig und der in Balerna geröstete Kaffee von Chicco d'Oro ist weitem bekannt. Im Hauptgebäude befindet sich zudem ein Kaffee-museum. Nebst dem Chicco d'Oro Tradition Bio ist im Volg auch die klassische Qualitätsmischung Chicco d'Oro Tradition als Bohnenkaffee erhältlich.



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.

Natürlich han ich's gern.



Mein Salat...



...meine Salatsauce.

B
Brunos⁺

Einfach fein.
brunos.ch



Schon probiert?
Die beliebteste
Salatsauce gibt's
nun auch im Volg*.

* in kleineren Verkaufsstellen
eventuell nicht erhältlich.



Mehr erfahren auf:
brunos.ch/volg

Wahre Lokalhelden

Unter «Feins vom Dorf» sind seit der Lancierung des Labels im Jahr 2005 in jedem der rund 600 Volg-Läden Produkte erhältlich, die von lokalen Produzenten stammen. Die Geschichte der Spezialitäten in Wort und Bild.

Hans wie Heiri

Hinter «Feins vom Dorf» stehen rund 3000 lokale Produzenten. Da diese selbst im Dorf oder Nachbardorf zuhause sind, kennt man sie – vom Hans bis zum Heiri. Der Weg in den Laden ist nah. Da kommt es durchaus vor, dass das Bauernbrot mit dem Velo oder der Apfel mit dem Traktor geliefert wird.



Ein Souvenir von hier

Rund 10 000 lokale Spezialitäten gibt es in allen Volg-Läden insgesamt zu entdecken. Das Angebot variiert je nach Saison: Hier ein Kürbis-Bier oder Geisskäse, da ein Damhirsch-Schüblig oder Bauernhofglace. Ist man in der Schweiz unterwegs, lohnt sich ein Stopp beim Volg für ein kulinarisches Souvenir in jedem Fall.



Stolz auf die Landeier

Die Verankerung in ländlichen Regionen, wo Volg daheim ist, bringt es mit sich, dass gewisse Produkte besonders häufig im «Feins vom Dorf»-Sortiment auftauchen wie Eier, Gemüse, Früchte, Käse oder Honig; gibt es einen Bäcker im Dorf, sind es dessen Brote und Backwaren, aber auch Sandwiches, Müesli oder Pralinen.

Lokales im Ladenlokal

Seit 2017 findet jeweils an einem Samstag im Spätsommer der «Feins vom Dorf»-Tag statt. In jedem Volg kann man dann die lokalen Spezialitäten auf sympathische Art entdecken: beim Degustieren und in Gesprächen mit den Produzenten.



Der «Feins vom Dorf»-Tag 2023 findet am Samstag, 2. September, statt.

Erfahren Sie mehr über die lokalen Spezialitäten und deren Produzenten. In jedem Volg von 9 bis 16 Uhr.



Ein Herz für Äpfel mit Herz

In Founex am Genfersee herrschen ideale Bedingungen für den Obstbau. Hier gedeiht eine Apfelsorte mit rotem Fruchtfleisch, aus der Cédric Kilchherr mit Liebe einen besonderen Saft presst, der im Volg Founex erhältlich ist.

Sanft fällt das Gebiet des Dorfs Founex im Kanton Waadt bis zum Ufer des Genfersees hinab. Es ist genau der See, der hier den Unterschied ausmacht. «Früher hielten meine Grosseltern auf diesen Wiesen Kühe und Rinder. In den 1960er-Jahren merkte man, dass wir dank dem See ein ganz spezielles Klima ohne Frost haben. Dazu kamen im Sommer heisse Tage und kühle Nächte – ideale Voraussetzungen für den Anbau von Obst», erklärt Cédric Kilchherr. So gaben seine Grosseltern die Viehzucht auf und pflanzten Obstbäume. Ein weiser Entschied, dank dem heute im Volg Founex feinsten Apfelsaft der Familie Kilchherr angeboten

werden kann. Nebst dem «normalen» Saft stellt der Betrieb auch einen roten Apfelsaft her, deren Grundzutat eine aussergewöhnliche Sorte ist.

Vom Büroputz in die Obstbäume

Der Erfolg hat aber auch mit einem Wechsel im Berufsleben von Cédric Kilchherr zu tun. «Ich arbeitete 15 Jahre in einer Privatbank in Genf, bevor ich nochmals in die Schule ging und die Ausbildung zum Obstfachmann machte.» Vom Büro in der Grossstadt mitten in die freie Natur – diesen Entscheid vor sechs Jahren hat der dynamische Waadtländer nie bereut. Er übernahm den Familienbetrieb und baute ihn weiter aus. «Unsere

Obstgärten und Weinberge befinden sich an drei Standorten, die über die Gemeinden Founex und Commugny verteilt sind. Sie bestehen primär aus 15 Sorten Äpfeln und 7 Sorten Birnen. Dazu kommt Steinobst wie Kirschen, Aprikosen, Pfirsiche, Pflaumen und Spezialitäten wie die Damaszener-Pflaume und die Mirabelle.» Das alles wird unter dem eigenen Label «Fruit défendu» (Französisch für «verbotene Frucht») verkauft.

Saft aus einer besonderen Sorte

Speziell Freude haben der Obstbauer und schliesslich auch die Kundinnen und Kunden im Volg Founex am aus Redlove-Äpfeln hergestellten Apfelsaft, der leuchtend rot



Ganz links: Obstbauer Cédric Kilchherr zwischen den Bäumen, die im Herbst voll mit Äpfeln der Sorte Redlove sind. Oben: Bereits die Blüten der Apfelsorte verzaubern durch ihre besondere Farbe. Aufgeschnitten zeigen die Redlove-Äpfel ihr Herz und ihr rotes Fruchtfleisch, aus dem der Saft gepresst wird.

daher kommt. «Die Sorte stammt vom St. Galler Züchter Markus Kobelt», erklärt Kilchherr. Der Züchter wollte eine rotfleischige Apfelsorte entwickeln, die nicht nur durch ihre Farbe, sondern auch durch ihren Geschmack besticht. Beinahe 20 Jahre tüftelte Markus Kobelt mit gezielter Kreuzung und Selektion daran, bis er 2009 mit der Sorte Redlove auf den Markt kam. Der Name ist Programm: Nebst dem roten Fruchtfleisch ist die Liebe beziehungsweise «love» als herzförmige Musterung im aufgeschnittenen Apfel erkennbar. Beim Pressen ergibt sich der rote Apfelsaft, in den sich schon viele Kunden vom Volg Founex verliebt haben.



APFELSAFT AUS FOUNEX
Die rote Linie mit dem Saft der Redlove-Äpfel sowie die gelbe Linie mit dem Saft von herkömmlichen Apfelsorten gibt es im Volg Founex VD unter dem Label «Feins vom Dorf».

PRODUKTE MIT LOKALCHARAKTER
Der Apfelsaft 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!





EIN Plätzli IN MEINEM HERZEN



...und das seit 70 Jahren.

**25%
Rabatt**



Aktionszeitraum 11.9.-17.9.2023



LINDOR.
Mein kleiner Glücksmoment.



Wann immer und wo immer Sie LINDOR geniessen, es ist ein magischer Moment. Unendlich zartschmelzend.
Von den Lindt Maîtres Chocolatiers.

DURCH DIE BLUME

Bevor sie ganz verblühen, drucken Spätsommerblumen Geschenkpapier und Glückwunschkarten ihren floralen Stempel auf.

So geht's: Für die Blumenstempel eignen sich zum Beispiel Dahlien, Gerbera, Herbstaster, Nelken oder Ringelblumen. Auch Blätter oder Gräser können schöne Muster ergeben. Diese natürlichen Stempel taucht man in Deck- oder Acrylfarben oder bemalt sie mit einem Pinsel. Nun wird das Packpapier nach Lust und Laune mit den Blumenstempeln verziert. Besonders schön werden die zarten Abdrücke, wenn die Blumen in der Mitte mit einer anderen Farbe bepinselt werden. Das Ganze funktioniert genauso mit Seidenpapier, dann einfach eine Unterlage verwenden, da die Farbe durchdrücken kann. Mit der Stempeltechnik lassen sich auch schöne Glückwunschkarten gestalten.

Der frische, fixfertige Fonduegenuss von Tilsiter.



Jetzt probieren!

Erhältlich in

Ihrem **Volg**



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Hol dir den grossartigen Geschmack.

Best **Coke** Ever?

#TakeATaste



Unwiderstehlicher
Geschmack.



Die kleinen Mini-Pigs haben die richtige Grösse für den Hof: Bäuerin Rahel Jäger und Tochter Mia mit Nera und Miss Piggy.



MINI-PIGS: KLEIN UND CLEVER

Es gibt wohl kein Tier, das so unterschätzt wird wie das Schwein. Die Mini-Pigs Nera und Miss Piggy vom Volg Erlebnishof in Hüttwilen kümmert das nicht. Sie werden gehegt und gepflegt und sorgen für viele Jö-Momente bei Familie Jäger und ihren Besuchern.

Schweine sind sehr intelligente, sensible und soziale Tiere. Wie Hunde reagieren sie auf Befehle und wie Menschen haben sie ein mannigfaltiges Gefühlsleben. Sie verspüren Freude, Schmerz, Angst, aber auch Überlegenheit, Fürsorglichkeit oder Eifersucht. Anhand ihres Grunzens – sie geben bis zu 20 verschiedene Laute von sich – verraten sie, in welchem Gemütszustand sie sich befinden. Zudem sind sie entgegen der allgemeinen Meinung keine dreckigen Tiere. Im Gegenteil: Sie sind sehr reinlich und halten Futter- und Schlafplatz sauber. Auch ihre Grösse ist beachtlich. So wiegt eine ausgewachsene Sau bis zu 220 Kilogramm. Zu gross für die Bauernfamilie vom Haldenhof in Hüttwilen: «Da wir die Schweine nicht als Nutztiere halten, reichen uns die Mini-Pigs», verrät NATURENA-Bäuerin Rahel Jäger.

Schwein gehabt

Als Nera und Miss Piggy im Februar 2021 auf dem Volg Erlebnishof im Seebachtal einzogen, lösten sie zunächst Panik aus. Sie waren so klein, dass sie durch die Maschen des Geheges entwichen und ihre erste Nacht bei eisigen Temperaturen in der Wildnis verbrachten. Zum Glück wurden sie rasch wieder gefunden. Heute besteht

diese Gefahr nicht mehr: «Die Mini-Pigs sind sehr zutraulich und fühlen sich wohl bei uns», erzählt Rahel Jäger. «Wir lassen sie bei schönem Wetter jeden Tag hinaus und sie bewegen sich frei.» Miss Piggy ist abenteuerlustig und verschwindet auch mal ausserhalb des Betriebs. Nera hingegen bleibt eher auf dem Hof und erkundet diesen samt deren Bewohner. Die Mini-Pigs sind nämlich sehr neugierig. «Wenn Besuch da ist, schauen sie gerne in die Weinstube rein, um zu sehen, was los ist», lacht die Bäuerin. Beherrschen die lernwilligen Tiere gar Kunststücke?: «Uns fehlt die Zeit, um akrobatische Nummern einzuüben. Aber vielleicht werden das unsere Kinder übernehmen, wenn sie älter sind», meint Rahel Jäger augenzwinkernd. Bis dahin graben die Säuli in ihrem Gehege die Wiese um oder baden zufrieden in der Badewanne umfunktionierten Futtertrog.



Die Mini-Pigs Nera (l.) und Miss Piggy dürfen sich frei auf dem Hof bewegen.



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

Neuen Schwung für Körper und Geist



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

frisch und
fründlich **Volg**

VERPACKUNGEN:
PLASTIK-FREI¹
100%
RECYCELBAR

Energizer
MAX.



ENTHÄLT RECYCELTE MATERIALIEN²

BIS ZU **100%**
LÄNGERE LEISTUNG³



NUR FÜR KURZE ZEIT:
MEHR POWER
ZUM GLEICHEN PREIS!⁴

AKTION

CHF **16.90**
statt CHF ~~28.50~~

8+4

FREE GRATIS

¹ Ausgenommen Siegel auf ausgewählten Verpackungen. ² Bis zu 10% recycelter Stahl. Nur AA/AAA. ³ In Digitalkameras im Vergleich zu Standard Alkali-Batterien; nur AA Batterien

TM

⁴ Aktionszeitraum: 04.-09.09.2023

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.



VOLG ERLEBNISHOF WITTAU AG
20. oder 21. Oktober

Eichhörnchen aus Nadelfilz

WAS Filzen ohne Wasser und Seife – diese Technik heisst Nadelfilzen. Mit speziellen Nadeln formen Sie Schweizer Schafwolle zu 1 herzigen, 15 cm grossen Eichhörnchen. Losgelöst von Vorlagen lernen Sie die kreativen Möglichkeiten dieser Technik kennen, die Sie auch zu Hause für weitere Objekte anwenden können. **WANN** Kurs 1: Fr, 20.10.23, 9–16 h. Kurs 2: Sa, 21.10.23, 9–16 h **LEITUNG** Tamara Schubert, Gockhausen, www.filzschule.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 14 J. **PREIS** Fr. 150.– p.P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Filzarbeit im Wert von Fr. 35.–.



VOLG ERLEBNISHOF HÜTTWILEN TG
7. Oktober (2 Halbtageskurse)

Naturkosmetik mit Lavendel

WAS Sie lernen die Heilkraft des Lavendels und dessen Anwendungsgebiete kennen. Unter Anleitung stellen Sie aus den Blüten und natürlichen Rohstoffen 1 Handpeeling (150 ml), 1 Handcrème (50 ml) und 1 Auszugsöl resp. Mazerat (225 ml) her. Die fein duftenden Naturkosmetikprodukte sorgen für Wohlbefinden und sind auch immer wieder willkommene Geschenke. **WANN** Kurs 1: Sa, 7.10.23, 9.30–13 h*. Kurs 2: Sa, 7.10.23, 13.30–17 h* **LEITUNG** Janine Arm, Marthalen, www.3-punkt.ch **TEILNEHMENDE** 15 P. ab 14 J. **PREIS** Fr. 110.– p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material im Wert von Fr. 50.–. **HINWEIS** Bitte unparfümiert zum Kurs kommen.



VOLG ERLEBNISHOF SCHÜPFEN BE
13. oder 28. Oktober

Trüffel: Vorkommen und Verwendung

WAS In der Schweiz wachsen die Herbst- oder Burgundertrüffel. Nach einer theoretischen Einführung geht es mit dem Trüfflexperten und seinem Hund auf die Suche im Wald, wo anhand von versteckten Trüffeln gezeigt wird, wie eine solche Suche abläuft. Feine Trüffelspezialitäten runden den Halbttag ab. **WANN** Kurs 1: Fr, 13.10.23, 9–13 h*. Kurs 2: Sa, 28.10.23, 9–13 h* **LEITUNG** Pius Bodenmann, Gampelen, www.trueffelschnueffel.ch **TEILNEHMENDE** 14 P. ab 12 J. **PREIS** Fr. 125.– p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material und Trüffelspezialitäten im Wert von Fr. 10.–. **HINWEIS** Eigene Hunde können leider nicht mitgenommen werden.



VOLG ERLEBNISHOF BAAR ZG
20. oder 21. Oktober

Handlettering auf Kürbissen und Papier

WAS Handlettering ist das kreative Zeichnen von Buchstaben. Sie üben mindestens 4 Schriften, Schmuckelemente und Herbstsymbole. Kunstvoll gestalten Sie 1 schöne Karte auf Papier und belettern 1 bis 2 Kürbisse mit Schriftzügen und Symbolen Ihrer Wahl als originelle Herbstboten für drinnen und draussen. **WANN** Kurs 1: Fr, 20.10.23, 9–16 h. Kurs 2: Sa, 21.10.23, 9–16 h **LEITUNG** Gabi Schwiter, Lachen, www.schoenerschulen.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 11 J. **PREIS** Fr. 155.– p.P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material und Starterset mit zwei Stiften im Wert von Fr. 10.–.



VOLG ERLEBNISHOF OBERSCHAN SG
13. oder 14. Oktober

Transferlithographie

WAS Dieses einfache Verfahren der Drucktechnik funktioniert ohne Lösungsmittel (Säure) und ohne Druckpresse. Mit Ölfarbe transferieren Sie mitgebrachte Schwarz-Weiss-Kopien von Fotos oder anderen Vorlagen auf Leinwand, Papier oder Holz und ergänzen die Motive mit Flächen und Linien. So entstehen bis zu 5 einzigartige Kunstwerke (20×20 cm/30×30 cm/40×40 cm) mit individuellem Touch. **WANN** Kurs 1: Fr, 13.10.23, 9–16.30 h. Kurs 2: Sa, 14.10.23, 9–16.30 h **LEITUNG** Rositha Noebel, Tägerwilten, www.arte-encausto.com **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 18 J. **PREIS** Fr. 225.– p.P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Kunstwerke.

Infos und Anmeldung

www.naturena.ch

oder Tel. 058 433 54 09

Mo bis Fr, 8–12 h und 13–17 h

Anmeldeschluss 15.9.23

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.



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.

BUTTERNUSS- SPAGHETTI

Georgiana Tanase liebt es, mit Gemüse zu experimentieren. Und sie liebt das nussig-süssliche Aroma der gebackenen Kürbis-Spaghetti. Weil es so schnell zubereitet ist, zählt sie das Gericht zu ihren «Rettsungsrezepten».

BUTTERNUSS-SPAGHETTI

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

BACKEN ca. 20 Minuten

Backpapier für das Blech

Spiralschneider/Julieneschneider

- 1 kg Butternusskürbis, geschält, entkernt
- 180 g Speckwürfeli
- 200 g Feta, grob zerbröseln
- 65 g Kapern
- 2 EL Olivenöl
- ½ TL Salz
- 1 Pfeffer
- 1 roter Peperoncino, in Ringe geschnitten, entkernt
- ½ Bund Peterli, gehackt

1. Kürbis mit dem Spiralschneider zu Spaghetti schneiden, in eine Schüssel geben. Alle Zutaten bis und mit Olivenöl dazugeben und gut vermischen, würzen, auf das vorbereitete Blech geben.
2. Im auf 180°C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen 15–20 Minuten backen.
3. Butternuss-Spaghetti anrichten, mit Peperoncini und Peterli garnieren.

Tipp: Statt mit dem Spiralschäler kann der Kürbis mit dem Sparschäler in lange, breite Streifen und anschliessend längs zu feinen Spaghetti geschnitten werden. Bei dieser Variante verkürzt sich die Backzeit auf 10–15 Minuten.



«Als Gourmet schätze ich gutes Essen extrem», sagt Georgiana Tanase. Genauso wichtig ist ihr ein gesunder Körper. Deshalb habe sie nicht nur viel in der Küche experimentiert, sondern sich auch immer mehr mit Themen rund um Ernährung auseinandergesetzt. Mit einer Ausbildung zur Ernährungsberaterin hat sie ihr Hobby zum Beruf gemacht. «Die Butternuss-Spaghetti sind meine Alternative zu normaler Pasta: sie sind schnell zubereitet, leicht, aber dennoch nahrhaft.» Und wenn ihr etwas im Haushalt fehlt, geht sie gerne in den nahen Volg: «Das Einkaufen hier ist persönlich, übersichtlich und es hat viele lokale Produkte – ich mag es, die kleinen Produzenten zu unterstützen.»

MACHEN SIE MIT!

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

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



Ausgewählte Spirituosen mit und ohne Alkohol

Martini alkoholfreier* Floreale Spritz

75 ml Martini Floreale**
25 ml Apfelsaft
Soda zum Auffüllen
Zitronenzeste
zum Garnieren
Eiswürfel



Martini alkoholfreier* Vibrante Spritz

75 ml Martini Vibrante**
25 ml Grapefruitsaft
Soda zum Auffüllen
Grapefruitzeste
zum Garnieren
Eiswürfel



BOMBAY SAPPHIRE & TONIC

EISWÜRFEL
50 ML BOMBAY SAPPHIRE
100 ML TONIC WATER

GARNITUR:
LIMETTENACHTEL



50:50 MARTINI COCKTAIL

50 ml NOILLY PRAT Original Dry**
50 ml BOMBAY SAPPHIRE® Gin
Zitronentwist

ZUBEREITUNG

1. Die Zutaten in ein Rührglas mit Eiswürfeln geben und gut umrühren, um sie abzukühlen.
2. In ein gefrorenes Martini-Glas füllen und mit einer Olive oder frischer Zitronenschale garnieren.

* < 0,5% vol. aus Pflanzenextrakten.

DRINK RESPONSIBLY.

** IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH.

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

Unser Lieblings-Rezept mit Trauben ist Schweizer Wein!

Zwei wunderbare Kreationen
aus beliebten Traubensorten
als Gute-Laune-Weine mit
Leidenschaft.

Beide ausgezeichnet mit
Weinseller Goldmedaille
und Stern für «sichere Käufe»
und «spezielles Preis-Leistungs-
Verhältnis». Jetzt probieren!



GEWINNEN MIT HIESTAND

EIN HAFERSAUERTEIGBROT IN DEN RUCKSACK PACKEN UND NACH SCHOTTLAND REISEN



1.
PREIS

Was Hafer mit Schottland zu tun hat? Aus klimatischen Gründen waren Hafer und Gerste lange Zeit die vorherrschenden Getreidesorten in Schottland und spielten eine bedeutende Rolle als Nahrungsmittel. Die Bäckerei Hiestand stellt ein von Hand gezwirbeltes Hafersauerteigbrot mit Hafermehl, Hafervollkornmehl sowie Haferflocken her, das mit seinem herrlichen Geschmack und seiner vielseitigen Verwendungsmöglichkeiten überzeugt.

Mit Hiestand Schottland erkunden

Genauso ein Highlight wie alle handgemachten Hiestand Steinofen-Zwirbelbrote ist eine Reise nach Schottland. Denn in das gezwirbelte Hafersauerteigbrot reinzubeissen, ist

fast so, wie durch das Land mit grossartigen Wandergebieten, dem einsamen Hochland, längst vergessenen Ruinen, stillen Seen und über 700 Inseln zu reisen. Mit Hilfe des Hinweises im «Chuchichäschtl» auf Seite 7 lässt sich die Wettbewerbsfrage beantworten. Und mit etwas Glück packen Sie schon bald Ihren Rucksack mit einem ofenfrischen Hiestand Hafersauerteigbrot und allem anderen, was Sie für Ihre unvergessliche Reise durch Schottland brauchen.

Hiestand® 

WETTBEWERBS- FRAGE

Wo wird der Hafer für das Hiestand Hafersauerteigbrot angebaut?

- A Schweiz
- B Schottland
- C Finnland

PREISE

1. Preis im Wert von Fr. 3000.-
Twerenbold-Bus-Reise nach Schottland
2. Preis im Wert von Fr. 2000.-
Twerenbold-Bus-Reise nach Schottland
3. Preis im Wert von Fr. 1500.-
Twerenbold-Bus-Reise nach Schottland
- 4.-30. Preis im Wert von je Fr. 56.-
Geschenkpaket von My Muesli

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 28. August bis 21. September 2023.

Teilnahmeberechtigt sind volljährige Personen mit Wohnsitz in der Schweiz. Nicht teilnahmeberechtigt sind die Mitarbeitenden von Hiestand und der Volg Konsumwaren AG.

Keine Barauszahlung der Preise. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

EIN SCHLUCK
SONNE
FÜR DEINEN
ESSTISCH



**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!

Zeitungsbearbeitung (Kw.)	flaches Wohnhaus	↖	Filmaffe: King ...	frz. Filmpreis	↖	Zeitmesser	↖	kleiner Kellerkrebs	US-Countryrock-Band	erste Frau Jakobs (AT)	südosteurop. Staat	weibl. Nutztiere
↙			schweiz. Rebsorte (weiss)									
Gegenteil von über						Landwirt		Berg in Graubünden: Pliz ...		6		
Nasallaut			Auto-Typ (Kw.)		Zutat							
nicht dahinter		Frequenz im Radio						Umschalttaste		Zh. f. Gold		
↙					Spurenelement		Strom durch Paris				4	
Gewürzblatt		Niederschlag		halbes Dutzend					7	schweiz. Sachbuchautorin		Weintraubenernte
↙							feine Hautöffnungen		fossiler Brennstoff			
↘	1			exakt, präzise		Küchengefäß						
Zahlwort	Arbeitsprodukt		Auktionspreis					Vorn. v. Federer		grundsätzlich		
Dasein, Existenz				8		Rebsorte im Tessin		munter, aktiv				
↙			stützen, ergreifen		grosse subtrop. Beerenfrucht							dt. Vorsilbe
internat. Autorenverband		rechte Kontoseite (kaufm.)						Stern im Schwan		Augenblick, im ...		
Fließbehinderung					St. Galler Fussballclub		Hieb- u. Stosswaffe				2	
Tessiner Natursteinhaus		persönl. Fürwort (3. Pers.)		Flugblatt (ugs.)		5			jamaik. Tanzmusik			Halbton über C
↙							Doppelvokal	trocken (Wein)				
zu keiner Zeit	3			kl. Haus neben d. Bauernhof								
ausreichend						Bindewort		wenn, zu der Zeit				

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

Das Lösungswort ergibt sich aus den Buchstaben in den Feldern 1 bis 8.
Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf www.volg.ch

Gewinnen Sie einen von zwölf Wasserkochern Melitta® Look® Aqua DeLuxe im Wert von je Fr. 100.-

Der Wasserkocher Look® Aqua DeLuxe von Melitta mit 1,7 Litern Fassungsvermögen bringt das Wasser per Knopfdruck auf die richtige Temperatur: 80°C für Tee, 95°C für Kaffee oder bei Bedarf siedend heisses Wasser mit 100°C. Die Warmhaltefunktion sorgt zudem bis zu 30 Minuten für eine gleichmässige Temperatur. Die beleuchtete Wasserstandsanzeige ist von beiden Seiten gut ablesbar.
Weitere Infos unter: www.melitta.ch



So nehmen Sie an der Verlosung teil:

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

Teilnahme vom 28. August bis 21. September 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 Melitta und der Volg Konsumwaren AG.

WIE SAGT MAN WO?

tief

im Raum Basel

dief

im Wallis

teif

im Züribiet

tüüf

in Romanischbünden

profund

im Glarnerland

täuf

im Bernbiet

töof

im Bündnerischen

tüüf

in Unterwalden

täif

VORSCHAU «ÖISE LADE» OKTOBER

Aufs Korn genommen

Kleine Körner
kommen gross raus:
Gerichte mit Gerste,
Linsen, Griess und Co.



Raclette auf Zack

Raclette macht aus dem
Pfännli Plausch, doch
nicht nur: neue Ideen
zum Dahinschmelzen.



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

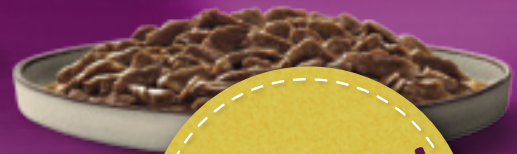
 **Klimaneutral**
Papier
ClimatePartner.com/19289-2011-1002



Neu
unwiderstehlicher
Geschmack



Entdecke die Lieblingssorte deiner Katze



**SCHNURREN
garantiert**

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Mit dem Kauf von
IP-SUISSE Produkten
unterstützen Sie
Bauernfamilien,
die mit zahlreichen
Massnahmen die

BIO-
DIVER-
SITÄT
fördern.

