DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG FÜR KÜCHE, HEIM UND FREIZEIT · 09/14

öise lade

Im Themenheft ab Seite 29

Essig, der Einmachstar

Küche aktuell
Saugute Aussichten!

Volg
frisch und fründlich

JETZT AKTUELL

Veredeln Sie Ihre Gschwellti: mit flüssigem Gold.

Emmi Raclette

Viel mehr als nur eine Beilage: Unser naturgereifter Raclette aus bester Schweizer Milch verwandelt einfache Kartoffeln in kleine Kostbarkeiten.
Entdecken Sie jetzt den vollmundigen, zartschmelzenden Genuss.

Galerie

Frische Brise

5
Küche aktuell
Saugute Aussichten!

Editorial

Im Dorf daheim

Volg ist in über 550 Ortschaften in der Schweiz daheim – von grösseren Gemeinden wie Aadorf bis hin zu kleinen Dörfern wie Zillis. Fast alle Volg-Läden befinden sich direkt im Dorfkern und ermöglichen so ein bequemes Einkaufen praktisch vor der Haustüre. Zusätzlich dazu übernehmen sie oftmals auch eine Treffpunktfunktion für die Bevölkerung. Über 180 Läden verfügen zudem über eine integrierte Postagentur, sodass die gängigsten Postgeschäfte beim Einkauf gleich miterledigt werden können. Ein typischer Dorfladen, auf den all diese Qualitäten zutreffen, ist der Volg in Mathon (GR). Dass dieses kleine Dorf mit seinen rund 50 Einwohnern einen eigenen Lebensmittelladen hat, ist vor allem dem grossen Rückhalt aus der Bevölkerung und dem Engagement von Ladenleiterin Elisabeth Weibel zu verdanken. Mehr über die sympathische Ladenleiterin und den Volg Mathon lesen Sie auf Seite 23.

Mit unseren Dorfläden stellen wir nicht nur die Nah- und Grundversorgung im ländlichen Raum sicher, sondern erhalten bzw. fördern gleichzeitig auch Arbeitsplätze und Lehrstellen in kleinen oder eher abgelegenen Dörfern. Drei unserer über 400 Lernenden stellen wir Ihnen auf Seite 53 näher vor.

frisch und fründlich

Ferdinand Hirsig
Vorsitzender der Geschäftsleitung

Freizeit Teens
Eine Lehre bei Volg
53

5 Küche aktuell
Saugute Aussichten!

9 Kochschule
Kochen lernen von Profis

12 Marktplatz
Bestes Fleisch aus Luft und Rauch

14 Weinerlebnis
Sandstein und drei Sonnen

17 Hausmarke
Zwei auf einen Streich

18 Typisch Schweiz – Typisch Volg
Ein Pilz, der immer passt

21 Aktueller Tipp
In die Pfanne, fertig, fein!

23 Dorfladen
Kleines Dorf, ein Laden für alles

26 In eigener Sache
Leserumfrage mit Wettbewerb

29 Mehr zum Thema
Essig macht ein

37 Wettbewerb
Gewinnen mit Kägi

39 Feins vom Dorf
Süssmost aus Uhwiesen (ZH)

41 Aktueller Tipp
Bananen-Genuss mit gutem Gewissen

42 Novissimo
Neu im Volg

47 Naturena Rezepte
Zwetschgen Tiramisù

49 Freizeit Kochkurs
Kulinarische Herbstreise ins Tessin

51 Freizeit Naturena
Die Kurse im Oktober

53 Freizeit Teens
Eine Lehre bei Volg

55 Volgi & Volgine
Basteln mit Blättern

57 Saison
Trauben: eine Runde Saft, bitte!

Novissimo
Neu im Volg
42

29
Das Themenheft
mehr zum thema Essig

Öise Lade, das Volg Kundenmagazin, erscheint 12-mal jährlich. Auflage: 770'000 Ex. Volg Konsumwaren AG, Postfach 344, 8401 Winterthur, 058 433 55 04, oeise.lade@volg.ch.
Konzept, Realisation, Food-Fotografie: CULINEA, Zürich. Lithos: nc ag, Urdorf. Druck: swissprinters, Zofingen. Gedruckt in der Schweiz auf Schweizer Recyclingpapier. www.volg.ch.

Sais

JETZT PROFITIEREN

Aktion vom 15.9. – 21.9.2014

*

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Hoch erhitzbar: Perfekt zum Braten & Backen!

Saugute Aussichten!

Schinken und Speck lassen das Genuss-Barometer in die Höhe schnellen und sorgen von Blitzgericht bis Hoch aus dem Ofen für ein sonniges Gemüt.

Abwechslungsreich wie das Herbstwetter, mal heiter, mal wolkig, zeigen sich Schinken und Speck in der Küche. Mit den Spezialitäten vom Schwein stehen einem von Sonnenaufgang bis zum Apero im Mondschein in der Tat «saugute Aussichten» bevor. Ein Blitzgericht, ein Hoch aus dem heissen Ofen oder eine «Kaltfront», die zum gemütlichen Zusammensein in der warmen Stube lädt – Schinken und Speck sorgen durchs Band für Aufhellungen auf dem Speiseplan. In der Kochschule verwandelt sich das gewohnt süsse Cornet in ein herzhaftes Apero-Gebäck mit Schinken und der Festtagsklassiker Schinkli wird mit knackigen Äpfeln zum Herbst-Hit! →

Sonnenaufgang

Schinken-Gipfeli
So fängt der Tag gut an: ein mit Rohschinken, Essiggurken und Ei belegtes Gipfeli-Sandwich.

Sämtliche Rezepte finden Sie ab Seite 59 oder unter www.volg.ch/rezepte/

Regenguss

Spaghetti dell'alpinista
Speck ist wesentlicher Bestandteil der «Bergsteiger-Spaghetti». Der «Regenguss» von oben ist in diesem Fall ein Gutsch Wein, mit dem der Speck abgelöscht wird.

Speck und Schinken
machen gut Wetter

→ Wer sprichwörtlich Schwein hat, hat Glück! Auch, was das Säuli kulinarisch hergibt, macht glücklich. Allein mit den beiden Schweineerzeugnissen Speck und Schinken lassen sich Gerichte kreieren, die so abwechslungsreich sind wie das Herbstwetter. Dabei beweisen Speck und Schinken ihre Vielseitigkeit. Zum Zmorge im Gipfeli munden sie ebenso wie abends beim Spaghetti-Plausch, währschaft im Härdöpfelstockgratin genauso wie luftigleicht im Soufflé, aus dem heissen Dampf mindestens so gut wie kalt vom «Brättli».

Zahlreiche Varietäten

Wie sie beim Kochen immer wieder andere Seiten zeigen, ist Speck nicht gleich Speck und Schinken nicht gleich Schinken. Für Schinken wird in der Regel der hochwertige Stotzen des Schweins verwendet (siehe Seite 11). Durch Pökeln, das Einreiben mit Salz oder Einlegen in einer Salzlake sowie Lufttrocknen und Räuchern entstehen verschiedenste Schinkenarten wie Hinter- oder Rohschinken. Vom Rücken oder Bauch des Schweins stammt Speck – direkt zum Verzehr geeignet wie Rohessspeck oder Bauernspeck, zum Braten und Kochen wie Brat- und Kochspeck. In der kälteren Jahreszeit gibt es ausserdem diverse feine Saison-Spezialitäten. Einige davon stellen wir Ihnen auf Seite 11 vor. ←

Blitz

Schinkenbananen
Wie der Blitz aufgetischt. Das Gericht, das an Kindheitstage erinnert, begeistert Häppchen für Häppchen mit einem Curry-Schlagrahm-Dip.

Heiter

Ofentori
Durchs «Ofentori», die Ofentür, wandert dieses Innerschweizer Gericht. Lustig «güxelt» der Speck aus dem goldgelben Härdöpfelstock. Wenn das nicht heiter stimmt!

Volg-Kochkurs im Oktober

Kulinarische Herbstreise ins Tessin

Ciao, Ticino! Dieser Abend wird buonissimo mit feinen Gerichten wie im Grotto. Detaillierte **Informationen** auf **Seite 49.**

TIPP
*Fleischgerichte wie die Schinkenröllchen aus dem Dampf und der charmante **Primitivo Salento IGP Follare** mögen sich.*

Schinkenröllchen aus dem Dampf
Aus der Dampfwolke kommt der deftige Schinken plötzlich ganz zart daher. Rüebli, Bundzwiebeln und Champignons verfeinern das Brät der Füllung.

TIPP
*Der leichte und fruchtige **Lavaux AOC** und das luftige Schinkensoufflé harmonieren perfekt.*

Schinkensoufflé
Wenn Schinken nach Höherem strebt, wird aus ihm ein Soufflé. Basis dieses Soufflés ist eine sämige Béchamelsauce.

Schüttelbrot mit Speck-Brättli
Lust auf kalte Küche? Zum Speck-«Brättli» gibt es Schüttelbrot, ein knuspriger Fladen, den man vor allem in Südtirol geniesst.

TIPP
*Ein guter Tropfen darf zum Zvieri-Brättli nicht fehlen. Der samtige **Salice Salentino DOC Trentacinquesimo Parallelo** ist eine gelungene Wahl.*

Sämtliche Rezepte finden Sie ab Seite 57 oder unter www.volg.ch/rezepte/

Meine Lieblingspizza

* in kleineren Verkaufsstellen ev. nicht erhältlich.

LA FINA, der Klassiker von BUITONI. Ein extradünner Boden, knusprig gebacken mit dem unverwechselbaren Steinofen-Geschmack. Erleben auch Sie genussvollen Pizza-Spass!

Buitoni®

Il gusto della vita

Apero-Gebäck in origineller Form: **Cornets mit luftigem Schinkenmousse** *gefüllt.*

SCHRITT für SCHRITT
Cornets

Auf einem festeren A3-Papier mit dem Zirkel einen grossen Kreis aufzeichnen, diesen sechsteln, Kegel-Formen ausschneiden.

Papierkegel zu Tüten rollen, mit Büroklammern fixieren und in Alufolie wickeln. Alufolie mit Öl bepinseln.

Blätterteigstreifen leicht überlappend um die Cornetformen wickeln, im Meersalz wenden, backen, auskühlen lassen.

Wenn es eindunkelt, kommt die Aufhellung in Form eines geselligen Abends mit Freunden daher. Zu einem schönen Glas Wein braucht man als Gastgeber nur noch eine sauglatte Häppchen-Idee. Warum das im Sommer beliebte Cornet nicht einmal herbstlich in die Hand nehmen und statt süsser Abkühlung herzhafte Würze geniessen? Unsere Prognose: Die mit luftigem Schinkenmousse gefüllte Knabberei wird für strahlende Gesichter sorgen!

TIPPS & TRICKS
von Jonas Schönberger

- Cornetformen sind im Fachhandel erhältlich
- Blätterteig kalt verarbeiten
- Das Schinkenmousse kann auch in Pastetli gefüllt werden
- Statt gekochten Schinken Rauchlachs verwenden
- Nach Belieben gehackten Peterli oder Dill unter die Mousse-Masse mischen
- Mousse und Cornets können am Vortag zubereitet werden. Die Cornets bis zum Füllen in einer Guetzlidose aufbewahren

Kantons-Cordonbleu des Monats September: Bündnerart

Der Bergkanton Graubünden steht Pate für das erste Volg Cordonbleu des Monats. Es ist einzigartig gefüllt mit **Cucina-Käse und Bünderfleisch**, umhüllt von einer goldgelben Panade. Das Kantons-Cordonbleu wechselt jeden Monat. Lassen Sie sich überraschen!

neu

Neue Saisonspezialität! Steak mit Pilzfüllung

Herbst ist Pilzzeit. Zeit für ein schönes, fein mariniertes Steak, gefüllt mit aromatischen Waldpilzen. Dazu ein Pilzrisotto … Mmmh! Die neue Saisonspezialität gibt es jetzt im Volg.

Volg

Schweins-Koteletts
3 Stück, ca. 550 g
100 g Fr. 2.05

Rindfleisch gehackt
ca. 500 g
100 g Fr. 1.35

Falsche Cordon bleu
3 Stück, ca. 450 g
100 g Fr. 1.95

Bringen Sie Ihr Sparschwein in Topform!

Cervelas
4 Stück, 400 g
Fr. 3.70

Wienerli
4 Paar, 400 g
Fr. 6.30

Kochspeck
ca. 550 g
100 g Fr. 1.65

Salami Milano geschnitten
ca. 250 g
100 g Fr. 1.80

Vorderschinken geschnitten, ca. 250 g
100 g Fr. 2.15

Delikatess-Fleischkäse geschnitten, ca. 250 g
100 g Fr. 1.40

FAMILIENPREIS

Würste, Koteletts, Hackfleisch, Schinken, Speck und Fleischkäse – die beliebtesten Fleischprodukte gibt es bei Volg zum fast unschlagbaren Familienpreis. Hervorragende, kontrollierte Qualitäts-Produkte in Packungsgrössen, die nach Sport und Spiel für die ganze Familie oder Clique reichen. Und auch das Sparschwein satt machen.

Bratwurst
4 Stück, 520 g
Fr. 6.50

Delikatess-Fleischkäse
ca. 450 g
100 g Fr. 1.40

Typisch Familienpreis:
Gross in der Menge, klein im Preis.
Exklusiv in über 550 Volg-Läden.

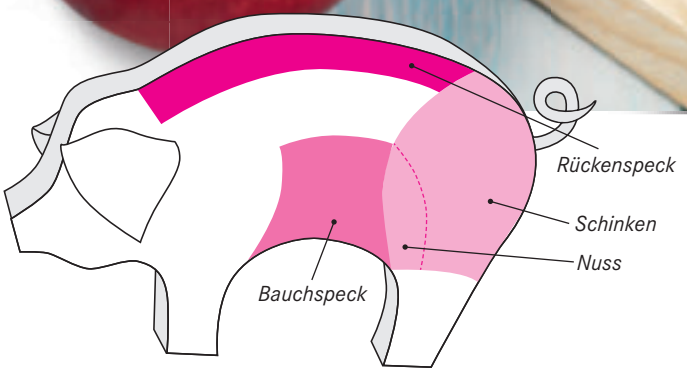
In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

Volg
frisch und fröhlich

Kochschule

Frische Brise

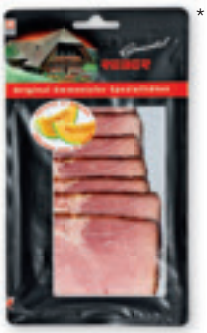
Herrlich herbstlich: ein mit Apfelschnitzen gespicktes **Rollschinkli mit Calvados-Confit**.



Frischer Wind kommt jeweils in der kälteren Jahreszeit ins Speck- und Schinkensortiment. Wenn die Lust auf währschafte Gerichte steigt und dazu passende Saisonspezialitäten wie Sauerkraut, Rippli und Bohnen erhältlich sind. Ein Stück, das gleich mehrere hungrige Mäuler verköstigt, ist das Schinkli. Besonders zu Weihnachten ist es im Brotteig ein Schweizer Klassiker auf dem Festtagstisch. Zur Apfelzeit im Herbst überzeugt es mit Apfelschnitzen gespickt und einer Calvados-Sauce aus Apfelbranntwein und Apfelstückchen.

Kochspeck
Muss – im Gegensatz zum Rohessspeck – zum Verzehr erhitzt werden (als Ganzes kochen oder klein geschnitten braten). Ein Klassiker zu Bohnen, Rippli und Sauerkraut.

Emmentaler Rauchhamme
«Hamme» sagen die Berner zu Schinken. Die im Volg erhältliche Emmentaler Rauchhamme ist eine Spezialität aus dem Haus Reber in Langnau im Emmental.



Rollschinkli
Kennzeichnend für Roll- und Nussschinkli ist das Muster auf der Oberseite, welches durch das Einfassen in ein Netz entsteht. Beide sind gepökelt und geräuchert.

Quick Nuss-Schinkli
Wird aus der Nuss (vor dem Knie liegendes Stück) hergestellt. «Quick» geht es, weil das Schinkli bereits vorgekocht ist und sich die Garzeit verkürzt.

* nicht in allen Volgläden erhältlich

Bestes Fleisch
aus Luft und Rauch

Marronisuppe mit Trockenfleischspiess

Für 4 Personen:
400 g tiefgekühlte Marroni auftauen. 150 g gemischtes Trockenfleisch auf 4 Holzspiesse stecken, kühl stellen. ½ EL Butter in einem Topf erhitzen, 2 fein gehackte Zwiebeln darin andünsten, 1 TL Zucker und Marroni beigeben, kurz glasieren. Mit 8 dl Bouillon ablöschen, aufkochen, Hitze reduzieren. Suppe zugedeckt ca. 25 Min. köcheln. Suppe pürieren, würzen. 1 dl Rahm steif schlagen. Suppe in Schalen anrichten, mit Rahm und Trockenfleisch-Spiessen garnieren.

Bündnerfleisch: *aus Rindfleisch. Wie Bündner Rohschinken wird es gepökelt (in einer Salz-Gewürzlake gelagert), in Form gepresst und luftgetrocknet.*

Bündner Rohschinken: *aus Fleisch vom Schweinsstotzen. Schmeckt wie Bündnerfleisch hauchdünn aufgeschnitten am besten.*

Salsiz: *hat seinen Namen von «salsiccia» (ital. Wurst). Die Bündner Rohwurst aus Rind- und Schweinefleisch wird kantig in Form gepresst.*

Zart und mild oder deftig-rustikal? Trockenfleisch hat die ganze Geschmackspalette auf Lager und zählt zu den Delikatessen unter den Fleischwaren.

Ob es an der guten Bündner Bergluft liegt, dass man im Kanton Graubünden einst auf die Idee kam, luftgetrocknete Fleischspezialitäten herzustellen? Jedenfalls gibt es hier gleich mehrere kantonstypische Trockenfleisch-Delikatessen. Bündnerfleisch, Bündner Rohschinken und Salsiz sind nur drei davon. Beim Bündnerfleisch und Bündner Rohschinken liegt der wesentliche Unterschied im Rohstoff. Bündnerfleisch wird aus Rind-, Rohschinken aus Schweinsstotzen hergestellt. Eine Mischung aus Rind- und Schweinefleisch steckt im Salsiz. Wer es aromatisch rauchig mag, wechselt ins Appenzell: Das Appenzeller Mostbröckli wird vor dem Trocknen mehrere Stunden kalt geräuchert, was ihm den charakteristischen Geschmack gibt.

Klassiker und Neuheiten

Hauchdünn aufgeschnitten schmecken Bündnerfleisch, Bündner Rohschinken und Mostbröckli am besten. Beim Salsiz darf es ruhig etwas rustikaler zugehen: ein «Brättli», ein Messer und Brot und – jeder schneidet sich von der Rohwurst ab, wie er sie mag. In kleine Würfel geschnitten verfeinert der Salsiz eine weitere Bündner Spezialität, die Capuns. Nebst diesen bekannten Trockenfleisch-Spezialitäten gibt es auch Neuland wie Beef Jerky. Als gesunder Energielieferant mit einem sehr tiefen Fettanteil entspricht er der Ernährung der heutigen Zeit. Das im Volg erhältliche Beef Jerky wird zu 100 Prozent aus Schweizer Rindfleisch hergestellt.

TIPPS&TRICKS

- Trockenfleisch-Produkte einige Minuten bis 1 Std. vor dem Genuss aus dem Kühlschrank nehmen, evtl. Verpackungen öffnen. Bei Zimmertemperatur entfalten sie erst ihr Aroma
- Die Unterschiede in Geschmack und Aussehen der einzelnen Trockenfleisch-Spezialitäten hängen mit der Fleischauswahl, Herstellungsart und Würzung zusammen
- Zu allen Trockenfleisch-Spezialitäten trinkt sich ein leichter Rotwein; zu Mostbröckli passt traditionell Saurer Most
- Viele weitere Kochideen mit Trockenfleisch finden Sie mit dem jeweiligen Produktenamen (z.B. Salsiz) auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch

Beef Jerky: *ein kalorienarmer Trockenfleisch-Snack vom Rind (engl. Beef), ideal für unterwegs.*

Mostbröckli: *dünn aufgeschnitten oder als Anschnitte erhältlich. Kennzeichnend ist der rauchige Geschmack.*

Bauernspeck: *auch Rohessspeck genannt. Schön saftig, mit Fett durchwachsen.*

Auf die Kraft der drei Sonnen zählt der Lavaux AOC; in der Sandsteinhöhle reift der Kaltbach Le Gruyère AOP. Das gibt beiden ihren guten Geschmack.

Sandstein und drei Sonnen

Wer im Herbst nochmals Sonne tanken möchte, könnte im Westschweizer Weinbaugebiet Lavaux auf seine Kosten kommen. Rund 1800 Stunden pro Jahr scheint hier die Sonne. Das freut auch die Freunde eines guten Tropfens. Gleich «drei Sonnen», sagt man, verwöhnen die Rebbergterrassen dieser schönen Region: zur «echten» am Himmel kommt jene, welche vom Genfersee reflektiert wird, und jene, die in den Steinmauern gespeichert ist. Alle drei lassen die Trauben reifen und süssen. Das schöne Ergebnis sind grosse Schweizer Weine. Für ein sonniges Gemüt sorgt der Lavaux AOC im Weinglas: In der Nase fruchtig und blumig ist dieser Schweizer Weisswein eine wahre Freude – sei es, um die letzten Sonnenstrahlen bei einem Apero zu feiern oder zum Herbstbeginn das erste Käsefondue oder Raclette aufzutischen.

Berühmter Käse-Klassiker

Oder man entscheidet sich für eine Spezialität aus ähnlichem Terroir wie den Kaltbach Le Gruyère AOP. Ebenfalls im Westen unseres Landes liegt das Greyerzerland, in welchem die Käseherstellung historisch geprägt ist. So geht die erste urkundliche Erwähnung bis ins Jahr 1115 zurück. Heute ist der Gruyère eine Käsespezialität, die weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt ist. Mindestens zwölf Monate braucht der Kaltbach Le Gruyère AOP, um seinen unvergleichlichen Geschmack zu erreichen. Würzig, kräftig, harmonisch – jedoch ohne Salzigkeit oder Schärfe, Kaltbach Le Gruyère AOP vermag jeden Kenner zu überzeugen.

Käse des Monats
Kaltbach Le Gruyère AOP
100 g, statt Fr. 3.20
Fr. 2.50
Portion 250 g, statt Fr. 7.60
Fr. 6.25

Wein des Monats
Lavaux AOC
75 cl, statt Fr. 11.70
Fr. 9.70

1. Lavaux AOC 2013 Schweiz
2. Marqués de Riscal Rueda 2013 Spanien
3. Salice Salentino DOC Trentacinquesimo Parallelo 2012 Italien
4. Primitivo Salento IGP Follare 2012/2013 Italien
5. Côtes du Roussillon AOC Vieilles Vignes Arnaud de Villeneuve 2011 Frankreich
6. Rioja DOCa Reserva Ursa Maior 2008 Spanien
7. Marqués de Riscal Reserva Rioja DOCa 2009 Spanien
8. Bimbadgen Shiraz Cabernet Merlot 2010 Australien

In der Höhle natürlich gereift

Seine charakteristische rustikal-braune Patina erhält der Kaltbach Le Gruyère AOP vom Schweizer Unternehmen Emmi durch Reifung in der Sandsteinhöhle von Kaltbach. Drei Monate lagert er in der Käserei in seinem Ursprungsgebiet und mindestens neun Monate in der Höhle. Hier wird er von erfahrenen Käsern und Höhlenmeistern wie Alois Fleischlin gepflegt. Ausserdem kann auf die Kraft der Natur gezählt werden: Der Sandstein reguliert die Feuchtigkeit auf ganz natürliche Weise.

Weinnotizen

Oft liest man in Rotweinbeschrieben von Tannin. Tannin, auch Gerbstoff genannt, hat seinen Ursprung in den Traubenschalen, Stilen, Kernen und gelangt auch durch das Holzfass in den Wein, sofern es in diesem ausgebaut wurde. Zu viel oder unreifes Tannin hinterlässt ein pelziges Gefühl und einen bitteren Geschmack im Mund. Im richtigen Verhältnis verleiht Tannin dem Rotwein Struktur und Rückgrat. Man spricht dann zum Beispiel von «angenehmen» oder «gut eingebundenen» Tanninen.

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧

Charakter	Trinken	Passt zu	Pkt.
Blasses Gelb. In der Nase fruchtig und blumig. Ein leichter, fruchtiger und bekömmlicher Chasselas aus dem Lavaux.	Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C	Aperitif mit Amuse-Bouches, Süsswasserfisch, Käsefondue, Raclette, Weichkäse	
Blassgelb. In der Nase ausgeprägte Intensität mit Duftnoten von tropischen Früchten und frischem Gras. Frischer und ausgewogener Wein.	Jung trinken, bis 3 Jahre, bei 8–10 °C	Fisch, Meeresfrüchten, Schinken, Teigwaren, Poulet, kalten Fleischplatten	
Tiefes Rubinrot. Am Gaumen sortentypisch, angenehm und intensiv. Im Geschmack vollmundig, trocken und kräftig, aber samtig.	Bis 3 Jahre, bei 18–20 °C	Typisch italienischen Gerichten, rezentem Käse	
Intensives Rubinrot mit violetten Reflexen. Charmant und aussergewöhnlich fruchtig. Gute Struktur mit grosszügiger Fülle.	Bis 3 Jahre, bei 18 °C	Fleisch, Grilladen und Käse	16,5* Jg. 12
Tiefes Granatrot. In der Nase Aromen von roten Früchten und Leder. Am Gaumen starker Ansatz von Gewürzen. Kräftiger, voller und langer Abgang.	Bis 4 Jahre, bei 18 °C	Saucengerichten, Wildschwein, Fleischpastete	16,5
Herrlich dunkelrot schimmernd. Grossartiger Duft mit Noten von reifen roten Beeren, Vanille, Karamell und Röstaromen. Vollmundig, rund und harmonisch.	Bis 7 Jahre, bei 16–18 °C	Geflügel, rotem Fleisch, grilliertem Fleisch und Braten, Eintöpfen, Hartkäse	16,5
Kirschfarben. Würzig und vielfältig. Am Gaumen angenehm frisch. Langwährender Abgang mit leichter Erinnerung an geröstete Eiche.	Bis 7 Jahre, bei 16–18 °C	Geflügel, rotem Fleisch, grilliertem Fleisch und Braten, Eintöpfen, Hartkäse	
Dunkles Kirschrot. Grosse Aromenvielfalt in der Nase. Ausgeprägter Süssteil im Auftakt, mittlerer, würziger Körper, langer Abgang mit angenehmen Tanninen.	Bis 5 Jahre, bei 16–18 °C	Wildgerichten, Spareribs, Fleischspiess vom Grill, Kalbshaxen an Rotwein-Gemüsesauce	17,25*

Meine Bestellung

☐ Anzahl 6er-Karton
LAVAUX AOC,
75 cl, statt Fr. 70.20 nur Fr. 58.20

☐ Anzahl 6er-Karton
MARQUÉS DE RISCAL RUEDA,
75 cl, statt Fr. 77.40 nur Fr. 57.60

☐ Anzahl 6er-Karton SALICE SALENTINO DOC TRENTACINQUESIMO PARALLELO,
75 cl, statt Fr. 51.– nur Fr. 39.–

☐ Anzahl 6er-Karton
PRIMITIVO SALENTO IGP FOLLARE,
75 cl, statt Fr. 46.80 nur Fr. 35.70

☐ Anzahl 6er-Karton CÔTES DU ROUSSILLON AOC VIEILLES VIGNES ARNAUD DE VILLENEUVE,
75 cl, statt Fr. 58.80 nur Fr. 41.70

☐ Anzahl 6er-Karton
RIOJA DOCA RESERVA URSA MAIOR,
75 cl statt Fr. 83.40 nur Fr. 59.40

☐ Anzahl 6er-Karton MARQUÉS DE RISCAL RESERVA RIOJA DOCA ,
75 cl, statt Fr. 125.40 nur Fr. 93.60

☐ Anzahl 6er-Karton
BIMBADGEN SHIRAZ CABERNET MERLOT,
75 cl, statt Fr. 70.20 nur Fr. 53.70

Ich hole den Wein in folgendem Volg-Laden ab:

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

Datum

Unterschrift

Coupon im Volg-Laden Ihrer Wahl abgeben. Nach rund 14 Tagen ist Ihr Wein im Laden abholbereit. Jahrgangsänderungen vorbehalten. Diese Aktion gilt vom 1. bis zum 27. September 2014, solange Vorrat.

Diese Aktion gilt vom 1. bis zum 27. September 2014, solange Vorrat.

Bewertungen stammen aus dem «Weinseller 2014» von Chandra Kurt. * = speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis
Jahrgangsänderungen vorbehalten.

Volg

BEN'S BEGINNERS™

KLEINE KÖCHE, GROSSE KÜCHE

Das Rezept für den Familien-Kochspass

Grosser Wettbewerb!
Jetzt mitmachen & gewinnen:
www.facebook.com/unclebensswitzerland

Beginn mit Ben™

Die Volg Margarine und die Volg Butter schmecken herrlich auf Brot. Doch auch in der warmen Küche sind sie heiss begehrt.

Zwei auf einen Streich

Zum Backen, Verfeinern, Braten, Dünsten und als Brotaufstrich: Volg Margarine und Volg Butter.

Nach den warmen Sommertagen, an denen man nach einem langen Tag in der Badi abends höchstens den Grill anfeuerte, laufen Ofen und Herd im Herbst wieder heiss. Kochen, Backen, Braten oder Dünsten: Zwei unerlässliche Partner für verschiedenste Zubereitungsarten sind die Volg Butter und Volg Margarine.

Die Vegane und die Natürliche

Doch wo liegt der Unterschied? Weil man die Volg Margarine streichzart aus dem Kühlschrank nehmen kann, ist sie ein besonders beliebter Brotaufstrich. Sie eignet sich jedoch auch bestens für die warme Küche. Die Volg Margarine wird nach veganer Rezeptur, also rein pflanzlich, hergestellt. Sie enthält einen hohen Anteil an gesundem Rapsöl, sowie etwas Palm- und Sonnenblumenöl. Zudem ist sie mit wichtigen Vitaminen angereichert. Die Volg Butter ist ein reines Naturprodukt. Als Vorzugsbutter wird sie ausschliesslich aus Milchrahm hergestellt. 4,5 bis 5 Liter frische Milch werden für jedes 200-Gramm-«Mödeli» verarbeitet.

Roland Vonarburg, Geschäftsleiter Wauwiler Champignons: «Mit dem Einkaufen im Dorf und dem Entscheid für Schweizer Produzenten legt Volg auf Nachhaltigkeit grossen Wert. Diese spielt auch für uns eine zentrale Rolle.»

Die Champignons von Volg wachsen in Wauwil (LU) auf Naturboden und werden von erfahrenen Pilz-Profis mit Sorgfalt gehegt, gepflückt und verpackt.

Der Champignon ist der Champion unter den Pilzen. Er schmeckt kalt und heiss, lässt sich auf alle möglichen Arten zubereiten und passt immer: leicht im Salat, traditionell im «Züri Gschnätzlets» oder urchig im Fondue. Und im Gegensatz zu Herbstpilzen wie Eierschwämmli und Steinpilzen ist er ein Speisepilz für jede Saison. Auch im luzernischen Wauwil bei Wauwiler Champignons wird der Champignon an 365 Tagen pro Jahr angebaut, gepflückt und abgepackt. In 23 Kulturräumen wächst hier Champignon an Champignon. Von den Miniaturchampignons, den sogenannten «Perlen», bis zu Riesenchampignons. Massgebend ist die Grösse des Kopfes.

Ein prima Pilz-Klima

Schon in den frühen Morgenstunden beginnen die erfahrenen Pflückerinnen mit ihrer Arbeit. Für Volg werden normal grosse «feine Champignons» sorgfältig von Hand geerntet und mit einem scharfen Messer

Schweizer Pilz-Pioniere

Wauwiler Champignons hat seinen Ursprung in Biglen (BE), wo die Eltern von Therese Hirsbrunner die ersten Schweizer Champignons züchteten. Unter der Leitung von Heinz und Therese Hirsbrunner erfolgte 1987 der Umzug nach Wauwil, wo der moderne Familienbetrieb seit 16 Jahren von Roland Vonarburg geführt wird. «Einige Mitarbeitende sind seit dem Start in Wauwil dabei. Dazu kommen viele weitere Arbeitskräfte, die schon ein oder zwei Jahrzehnte hier tätig sind. Deren grosses Fachwissen ist für uns enorm wichtig», freut sich Roland Vonarburg. Wichtig ist dem Unternehmen auch die Nachhaltigkeit: Eine eigene Photovoltaikanlage erzeugt Sonnenstrom, die grosse Regenwasseranlage spart jährlich 2,6 Millionen Trinkwasser und aus den abgeschnittenen Pilzfüssen wird in der Kompogas-Anlage Strom erzeugt.

1. Die Champignons werden in 23 klimatisierten Kulturräumen angebaut. Bereits seit 20 Jahren ist Milka Karajcic hier als Pflückerin im Einsatz.

2. Jeder Pilz wird sorgfältig einzeln geerntet. Milka Karajcic schneidet die Pilzfüsse sauber ab, damit keine Erde in die Schale gelangt.

3. 7000 Kilogramm Champignons werden pro Tag gepflückt. Der Grossteil davon ist weiss. Nach dem Kühlen werden die Pilze verpackt.

4. Mindestens 250 Gramm Champignons sind in der Schale für Volg. Liegt das Gewicht darunter, gibt Linda Suppiger die nötige Menge Pilze dazu.

Ein Pilz, der immer passt

Grilliert, mit «Gschnätzlets» und Rösti, im Salat oder Pastetli: Champignons sind so vielseitig, dass sie rund um die Uhr und zu jeder Jahreszeit auf dem Teller landen.

sauber geschnitten. Grösstenteils landen weisse Champignons in den 250-Gramm-Schalen. «Die braunen Champignons machen lediglich einen Fünftel unserer Produktion aus», sagt Roland Vonarburg, Geschäftsleiter von Wauwiler Champignons. Ob ein braunes oder weisses Exemplar gedeiht, liegt an der Sorte. Beide wachsen bei Wauwiler Champignons in einem optimal klimatisierten Gebäude heran, dessen «Wetter» nach Bedarf verändert werden kann. Vollkommen natürlich ist der Nährboden der Pilze – ein Substrat aus kompostiertem und pasteurisiertem Pferde- und Hühnerdung.

Keine Druckstellen und eine glatte Oberfläche: So sieht ein perfekter Champignon aus.

Was ist «Typisch Schweiz – TypischVolg»?

Die Etikette «Typisch Schweiz – Typisch Volg» bezeichnet Erzeugnisse, die in der Schweiz hergestellt werden. Darum sind die Transportwege kurz. Die kleinen, mittleren und grossen Betriebe arbeiten sorgfältig und qualitätsbewusst. Die Produkte sind unverwechselbar schweizerisch und der Entscheid für «Typisch Schweiz – Typisch Volg»-Artikel sichert Arbeitsplätze.

«¡Sensacional!»

Don Pascual

Pure Eleganz aus den Weinregionen Navarra und Rioja, erhältlich in ihrem Volg.*

nur CHF 11.95 / 75 cl
statt 14.95

nur CHF 13.50 / 75 cl
statt 15.95

www.schuler.ch

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich. Die Aktionspreise sind gültig vom 15. bis 20. September 2014.

Über 300 Jahre Weinkultur

SCHULER
St. JakobsKellerei 1694

Aus der Packung in die Pfanne, anbraten und geniessen. Die Pfannen Pasta von Hilcona steht für schnellen Pasta-Genuss. Aussen knusprig. Innnen cremig.

In die Pfanne, fertig, fein!

Pfannen Pasta mit Rahmspinat & Käse oder mit sonnengereiften, getrockneten Tomaten & gegrillten Auberginen lassen sich mit Gemüse, Fisch oder Fleisch kombinieren.

Pfannen Pasta mit Speck-Gemüse

Für 2 Personen:
100 g Bratspeck in Streifen schneiden, 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, Speck darin 1 Min. braten, 1 Pack (350 g) Hilcona Cappelletti Pfannen Pasta Rahmspinat & Käse dazugeben, 5 Min. weiterbraten. Alles aus der Pfanne nehmen, warm stellen. 200 g tiefgefrorener Gemüse-Mix in der Pfanne kurz andünsten, 200 g Pelati dazugeben, aufkochen, ca. 5 Min. köcheln. Von 2 Zweigen Oregano Blättchen abzupfen, hacken. ½ Mozzarella in Würfel schneiden. Nudeln und Mozzarella in die Sauce geben, mit Oregano bestreuen, servieren.

Qualität muss sein. Genuss auch. Doch die Zeit zum Kochen fehlt? Dann ist es höchste Zeit, die Pfannen Pasta von Hilcona zu entdecken. Der Name ist Programm: Ganz ohne langes Wasserkochen, landen die gefüllten Teigtaschen mit wenig Butter direkt in der Pfanne.

Aussen knusprig, innen cremig

Basis der Pfannen Pasta sind frische Cappelletti. Sie eignen sich durch ihre flache Form und den speziellen Pasta-Kartoffel-Teig hervorragend zum knusprigen Anbraten in der Pfanne. Im Inneren steckt eine cremige Füllung. Dank der innovativen Füllmethode von Hilcona, die einen 50-Prozent-Füllungsanteil erlaubt, ist das Innere der Teigtaschen besonders cremig und enthält zusätzlich frische Gemüsestücke. Getreu der Ernährungsphilosophie des Hauses besteht die Pfannen Pasta aus hochwertigen Zutaten und wird nach ausgewogenen Rezepturen hergestellt. Auch auf Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker sowie Aromen wird gänzlich verzichtet.

Knorr
FÜRS
BESTE SEELI
NUR
S'WUNDER!
Knorr
Stocki
Kartoffelstock
Purée de pommes de terre
Puré di patate
3x3
Portionen
portions
porzioni
S'Wunder
Bratensauce
Sauce de rôti liée • Salsa d'arrosto legata
Knorr
Feine Rezepte unter www.knorr.ch

Poschten, Post verschicken, persönliches Freud und Leid teilen: Der Volg Mathon (GR) hat im kleinen Dorf am Schamserberg eine grosse Bedeutung.

Kleines Dorf, ein Laden für alles

Kundin Manuela Beeli mit Lucas (2) und Severin (5 Monate) schickt ein Paket nach Hause zu den Eltern im Schwarzwald. Volg-Mitarbeiterin Sunniva Clopath erklärt ihr, wie die Post funktioniert.

Anton Clopath aus dem Nachbardorf Lohn ist einer von vielen Stammkunden. Zum Einkaufen dazu gehört ein Schwätzchen mit Ladenleiterin Elisabeth Weibel.

Sechstklässlerin Simona (11) geht öfter fürs Mami einkaufen. Sie selbst backt gerne Guetzli und findet auch dafür alles im Volg.

Der Volg Mathon ist mehr als ein Laden. «Wir sind Einkaufsmöglichkeit, Post, Treffpunkt, Fundbüro, Tourismusinformation und Anlaufstelle für Freud und Leid in einem», zählt Elisabeth Weibel auf. Und manchmal ist die engagierte Ladenleiterin sogar ein bisschen Spitex. Bringt sie älteren Menschen die bestellten Einkäufe nach Hause, ist nicht selten ihre Hilfe gefragt. «Dann wechsle ich auch einmal einen Verband oder suche das verlegte Hörgerät», erzählt sie.

Ansturm in den Ferien

Ohne den Volg – da ist man sich im Dorf auf gut 1500 Metern über Meer einig – ginge es hier oben nicht. Die knapp 50 Einwohner, sowie jene der Nachbardörfer Lohn und Wergenstein, schätzen ihren Laden und tragen ihm Sorge. Trotzdem gibt es Tage, da besuchen nur zehn Kunden den Volg. Während der Sommer- und Winterferien wiederum geht es zu wie im Bienenhaus. Nicht nur mehr Personal, sondern auch andere Produkte sind dann gefragt. «Touristen und einheimische Kunden haben unterschiedliche Einkaufsbedürfnisse», weiss Elisabeth Weibel. Ob Feriengast oder Dorfbewohner – angewiesen ist sie auf jeden Kunden, auf jeden noch so kleinen Umsatz.

Ein Volg für alle Fälle

Jederzeit das optimale Sortiment zu führen und die richtigen Mengen zu bestellen, ist für Elisabeth Weibel die grösste Herausforderung. Seit fünf Jahren meistert sie diese mit viel Herzblut. Sie findet das «spannend», die Kundschaft ist glücklich. «Unser Laden ist super. Nebst Lebensmitteln finde ich Haushaltsartikel, Blumen und im Winter sogar eine Schneeschaufel», bringt es Kundin Manuela Beeli auf den Punkt. Ein Volg für alle Fälle eben.

Cailler®
of Switzerland

Vollkommener Schokoladengenuss
dank 100% schweizer Herstellung
im Maison Cailler, Broc-Gruyère.

Zwei Lieblingskuchen in einem

Neuer Auftritt für den Danke-Kuchen. Rund, mit neuer Rezeptur und neuem Geschmack kehrt das Schweizer Gebäck in die Dorfläden zurück.

Ein süsses Dankeschön für jede Gelegenheit: der Danke-Kuchen, zur Hälfte zitronig frisch, zur Hälfte schoggig fründlich.

Wer jemandem eine Überraschung bereitet, möchte den Geschmack des Beschenkten treffen. Mit dem Danke-Kuchen liegt man gleich doppelt richtig: Das feine Gebäck enthält zwei Kuchen, die auf der Beliebtheitsskala ganz oben stehen. Dem Volg-Motto «frisch und fründlich» entsprechend, ist der runde Kuchen in eine zitronige frische und eine schoggige fründliche Hälfte unterteilt. Die feine Gebäck-Spezialität wird exklusiv für die Dorfläden in der Schweiz gebacken.

Der süsseste Botschafter

Der Danke-Kuchen ist mehr als ein Kuchen. Da er mit einer persönlichen Botschaft versehen werden kann, ist er das perfekte Mitbringsel oder Geschenk für verschiedenste Gelegenheiten. Zum Nachmittagskaffee, zur bestandenen Prüfung, zum Familienfest, zum Vereinsabend oder einfach, um auf süsse Art Glück zu wünschen, Danke oder Entschuldigung zu sagen. Es gibt viele gute Gründe, sich und andere mit einem feinen Dessert zu verwöhnen …

450 g
Fr. 7.50

Exklusiv bei Volg

Alle Standorte und Öffnungszeiten der Volg-Läden finden Sie unter www.volg.ch.

Volg

Was gefällt Ihnen an «Öise Lade», was weniger, was fehlt Ihnen? Ihre Meinung ist uns wichtig. Machen Sie bei unserer Leserumfrage mit und gewinnen Sie einen tollen Preis!

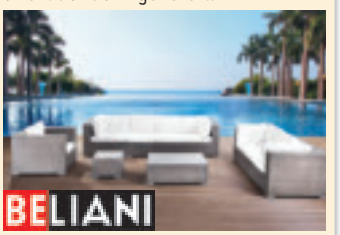
Was denken Sie über uns?

Cornelia Blättler vom Sektretariat der Volg-Geschäftsleitung freut sich über zahlreiche Echos aus der Leserschaft.

Rezepte, Artikel rund um Essen, Geniessen, Haus und Garten, das Neueste aus den Dorfläden sowie Ideen für Alltag und Freizeit: Mit dem Volg-Kundenmagazin «Öise Lade» möchten wir Ihnen jeden Monat Tipps geben und Unterhaltung bieten. Gelingt uns das? Das wollen wir gerne von Ihnen wissen. Welche Themen interessieren, welche vermissen Sie? Gefällt Ihnen die optische Aufmachung? Finden Sie das Magazin lesefreundlich? Ihre Meinung zu unserem Kundenmagazin ist uns wichtig. Und mit etwas Glück gewinnen Sie erst noch einen Preis. Alle ausgefüllten und eingeschickten Bögen nehmen an der Verlosung teil.

WETTBEWERB

1. Preis im Wert von
Fr. 2198.–
Eine Lounge Maestro von Beliani
Die luxuriöse Rattanlounge besticht dank einzigartiger Optik. Sie ist absolut witterungsbeständig und wird direkt ab Fabrik geliefert.



2. Preis im Wert von
Fr. 2030.–
Ein Aqua Dynamic-Wasserbett mit 100% stabilisierter Wassermatratze, inkl. Lieferung und Montage. Mehr Infos: www.wasserbett.ch

3.–5. Preis im Wert von
je Fr. 660.–
Ein Solitär-Ring aus 750/18 K Weissgold mit Diamant (0,10 ct) von Rhomberg Schmuck

6.–30. Preis im Wert von
je Fr. 50.–
Ein Volg-Einkaufsgutschein

1. Wie lesen Sie «Öise Lade»?

1 ich lese «Öise Lade» intensiv durch
2 ich lese «Öise Lade» punktuell durch
3 ich blättere «Öise Lade» durch

2. Wie lange lesen Sie «Öise Lade» durchschnittlich?

1 weniger als 15 Minuten
2 15 bis 29 Minuten
3 30 bis 44 Minuten
4 45 bis 59 Minuten
5 60 Minuten und länger

3. Wird Ihr Exemplar von «Öise Lade» von weiteren Personen gelesen oder durchgeblättert?

1 nein, von keinen weiteren Personen
2 ja, von einer weiteren Person
3 ja, von mehreren weiteren Personen

4. Wie bekommen Sie das Magazin «Öise Lade»?

1 ist in meinem Briefkasten
2 vom Volg-Laden
3 von Freunden/Bekannten
4 von anderswo

5. Wie treffen die folgenden Aussagen Ihrer Meinung nach auf die grafische Gestaltung von «Öise Lade» zu?

	Trifft zu	Trifft teilweise zu	Trifft nicht zu
modern	☐	☐	☐
grosszügig	☐	☐	☐
überladen	☐	☐	☐
leserfreundlich	☐	☐	☐
übersichtlich	☐	☐	☐
zu farbig	☐	☐	☐

6. Wie beurteilen Sie folgende Punkte bezüglich Leserfreundlichkeit?

	gut	mittel	schlecht
die Leserführung	☐	☐	☐
die Rubrikentitel	☐	☐	☐
die Übersichtlichkeit	☐	☐	☐
das Inhaltsverzeichnis	☐	☐	☐
die Schriftgrösse	☐	☐	☐

7. Wie nutzen Sie das Magazin «Öise Lade»? Bitte kreuzen Sie alle zutreffenden Antworten an.

1 ich koche «Öise Lade»-Rezepte nach
2 ich bewahre einzelne Rubriken auf (z.B. Rezepte)
3 ich nehme an den Wettbewerben teil
4 ich informiere mich über Neuheiten (Novissimo)
5 ich bestelle Wein
6 ich bastle «Öise Lade»-Ideen nach
7 ich melde mich zu Kursen an

8. Welche der aufgeführten Rubriken interessieren Sie besonders? Bitte kreuzen Sie alle zutreffenden Antworten an.

1 Titelseite
2 GALERIE
3 KÜCHE aktuell
4 KÜCHE einfach & bequem
5 KÜCHE aktuell Kochschule
6 WEINERLEBNIS
7 Hausmarke/Familienpreis
8 MARKTPLATZ
9
10 Mehr zum Thema
11 WETTBEWERB
12 AKTUELLER TIPP
13 NOVISSIMO
14 DORFLADEN
15 Typisch Schweiz – Typisch Volg
16 FREIZEIT Naturena
17 FREIZEIT Outdoor
18 FREIZEIT Activo
19 FREIZEIT Kochkurs
20 FREIZEIT Teens
21 FREIZEIT Volgi & Volgine
22 FREIZEIT Rezept der Bäuerinnen
23 FREIZEIT Swissnesskurse
24 HEIM Ambiente
25 SAISON im VOLG
26 REZEPTSEITEN
27 HERAUSGEPICKT

9. Welche Themen im «Öise Lade» interessieren Sie am meisten? Bitte kreuzen Sie alle zutreffenden Antworten an.

1 Kochen, Backen
2 Schnelle Küche
3 Warenkunde rund ums Kochen, Backen
4 Getränke, Wein
5 Gesichts- und Körperpflege, Wellness
6 Ferienaktivitäten, Tipps rund ums Reisen/Ferien (Schweiz)
7 Spiele, Freizeitaktivitäten mit Kindern
8 Pflanzen, Garten
9 Wohnen
10 Basteln, Handarbeit, Heimwerken
11 Lokale und regionale Informationen
12 Rezepte zum Herausnehmen
13 Kinder, Teens
14 Kreuzworträtsel
15 Kursangebote
16 Anderes (bitte ausfüllen)

.....

NEU!

Geben Sie Ihre Bewertung unter www.volg.ch/volg-magazine bequem online ab.

10. Welche Themen vermissen Sie im «Öise Lade»?

.....

11. Wie beurteilen Sie folgende Aussagen?

	Trifft zu	Trifft teilweise zu	Trifft nicht zu
a) Volg-Läden sind übersichtlich und einladend gestaltet.	☐	☐	☐
b) «frisch und fründlich» wird im Volg-Laden spürbar gelebt.	☐	☐	☐
c) Familienfreundliche Grosspackungen zu attraktiven Preisen sind mir wichtig.	☐	☐	☐
d) Insgesamt sind die Volg-Leistungen in den letzten drei Jahren besser geworden.	☐	☐	☐
e) Die Angebote und Ideen aus dem Magazin «Öise Lade» werden im Laden gut umgesetzt.	☐	☐	☐

12. Was ich noch sagen möchte, was nicht erwähnt wurde:

.....

Ein paar Angaben zu Ihrer Person. Diese Angaben dienen lediglich statistischen Zwecken und werden ausschliesslich in anonymisierter Form ausgewertet.

Geschlecht: ☐ Männlich ☐ Weiblich

Alter: ☐ bis 29 ☐ 30–49 ☐ 50–69 ☐ über 70

Wie viele Personen, Sie eingeschlossen, leben ständig in Ihrem Haushalt?
☐ 1 Person ☐ 2 Personen ☐ 3 Personen ☐ 4 Personen ☐ 5 und mehr Personen

Wie viele Kinder bis 18 Jahre leben zurzeit in Ihrem Haushalt?
☐ 0 Kinder ☐ 1 Kind ☐ 2 Kinder ☐ 3+ Kinder

Kennen Ihre Kinder das Volg-Kindermagazin HEY? ☐ Ja ☐ Nein

Bringen Sie jeweils die neuste Ausgabe des HEY nach Hause? ☐ Ja ☐ Nein

Vorname: ..... Name: .....
Strasse/Nr.: .....
PLZ: ..... Ort: .....

Bitte senden Sie den vollständig ausgefüllten Fragebogen bis zum **3. Oktober 2014** an:
Volg Konsumwaren AG, «Leserumfrage», Postfach 344, 8401 Winterthur. Vielen Dank!

Südländisches Temperament aus dem Schaffhauser Blauburgunderland.

Trutzig ragt die Bergkirche St. Moritz – Wahrzeichen für das ganze Klettgauertal – über den Reben in den Himmel. Hier befindet sich das Zentrum des Schaffhauser Blauburgunderlandes mit seinen beiden Hauptorten Hallau und Wilchingen. Noch bis vor 200'000 Jahren mäandrierte der Rhein durch das Klettgauertal und hinterliess tonhaltige Kalkböden. Für dieses Rheinerbe bedankt sich heute die Blauburgundertraube mit vollmundigen, samtig-weichen Weinen. Ein mildes Klima, wenig Niederschläge (das Blauburgunderland liegt im Regenschatten des Schwarzwalds), viel Sonne und nicht zuletzt die Liebe der Rebleute zu ihrem Pinot Noir lassen herausragende, feinfruchtige Weine mit reichem Bouquet und harmonischem Körper entstehen.

Thomas Wettach, VOLG Weinkellereien Winterthur: «An den besten, sonnenverwöhnten Lagen von Hallau wächst dieser Wein. Kräftiges bis dichtes Rubinrot. Weicher Auftakt, dichter Mittelteil, samtig anhaltender Abgang. Passt sehr gut zu Fleisch- und Käseplatten sowie gebratenem Fleisch.»
Bei Volg.* CHF 13.90 (75cl)

***In kleineren Verkaufsstellen und ausserhalb der Ostschweiz eventuell nicht erhältlich**

SCHAFFHAUSER BLAU BURGUNDER LAND

www.blauburgunderland.sh

mehr zum thema Essig

Essig macht jeden Salat an. Essig macht aber auch ein – mal gewohnt sauer, mal ungewohnt süss und zuweilen auf lustige Art und Weise.

Essig macht ein

Höchste Zeit, rechtzeitig zur Einmachzeit im Herbst die unbekanntere Seite von Essig zu entdecken. Beim Einmachen mit Essig bleibt der saure klassisch säuerlich, wird aber auch süss und lustig. Soleier, Zwiebel-Konfitüre oder «Zwätschgup», ein Zwetschgen-Ketchup: Der kostbare Tropfen sorgt für viele Überraschungen im Einmachglas. Welcher Essig schmeckt wie und was sind seine Besonderheiten? Das und weitere Tipps rund um das kostbare Würzmittel lesen Sie auf den nächsten Seiten.

Einmachglas von Sibler. Zürich; www.sibler.com

Aus der Essigflasche ins Einmachglas: Mit dem vielseitigen Würzmittel lässt sich allerhand Feines konservieren, das auch als Geschenk aus der Küche Freude bereitet.

Sauer macht gluschtig

Soleier

Für 10 Stück:
10 Eier anstechen, in kochendem Wasser 8–10 Min. hart kochen, abgiessen, kalt abschrecken. Eier schälen.
1 Zwiebel halbieren, Hälften mit der Schnittfläche nach unten in einer Bratpfanne braun rösten. 7 dl Wasser mit 1,5 dl Weissweinessig, 60 g Salz, 40 g Zucker, 8 Wacholderbeeren, 1 TL schwarzen Pfefferkörnern, 1 TL getrocknetem Estragon, 1,5 TL Kümmel und 2 Lorbeerblättern aufkochen. Eier abwechslungsweise mit 8 Zweigen Dill und Zwiebeln in ein grosses Einmachglas (z.B. Gurkenglas) oder mehrere kleinere Gläser schichten. Essig-Würz-Sud heiss über die Eier giessen, Glas gut verschliessen. Auskühlen lassen und im Kühlschrank mind. 2 Tage durchziehen lassen.

Tipp: im Kühlschrank gelagert, sind die Soleier ca. 2 Wochen haltbar. Eier zum Geniessen längs halbieren. Eigelb herauslösen. Etwas Pfeffer, Essig und Öl in die Mulde geben, Eigelb vorsichtig wieder einfügen und essen. Nach Belieben etwas Senf darauf geben.

Essigparade von würzig bis süsslich

Chirat Kressi Kräuteressig
Ein Weissweinessig mit Kräutern des Genfer Unternehmens Chirat, welches auf Essig und Essiggemüse spezialisiert ist und das Produkt seit 1859 herstellt. Würzig, aromatisch und kräftig, für alle Salatsaucen.

Volg Familienpreis Tafelessig
Der Volg Familienpreis Tafelessig wird in der Schweiz hergestellt. Durch die kürzere Reifezeit nicht sehr sauer, eher neutral im Geschmack. Schmeckt im Salat, eignet sich aber auch zum Einmachen.

Garibaldi Aceto Balsamico di Modena
Sehr würzig und gleichzeitig süsslich. Für italienische Salatsaucen sowie zum Abschmecken von allerhand Gerichten (Risotto, Fleisch, Wild). Passt als Reduktion auch zu Glace oder Cremen.

Einmachglas von Sibler, Zürich; www.sibler.com

Eingelegte Randen

Für 4 Einmachgläser:
6 rohe Randen schälen, in Salzwasser knapp weichkochen. Abgiessen, Sud dabei auffangen. 7 dl vom Randensud abmessen, mit 5 dl Weinessig, 7 EL Zucker, 1 Lorbeerblatt, 2 Nelken, 1 Sternanis, 1 Stück Ingwer und 10 Pfefferkörnern zurück in den Topf geben, etwas Salz dazugeben, vermischen. Auf 1 Liter einreduzieren. Randen und 6 in Ringe geschnittene Zwiebeln lagenweise in Einmachgläser füllen, mit dem heissen Sud aufgiessen, bis alles gut bedeckt ist. Gut verschliessen und einige Tage ziehen lassen.

Tipp: schmeckt gut zu Gschwellti mit Käse. Statt rohe können auch gekochte Randen verwendet werden.

Kürbis-Relish

Für 2 Einmachgläser:
200 g Kürbis waschen, vierteln, entkernen, in kleine Würfel schneiden. 4 in Streifen geschnittene Zwiebeln in 1 EL Butter bei mittlerer Hitze anbraten, in eine Schüssel geben. 2 EL Sonnenblumenöl erhitzen, Kürbiswürfel darin unter Rühren 4–5 Min. anbraten, bis sie knapp gar sind, zu den Zwiebeln geben. In derselben Pfanne 2 TL Honig in der Pfannenmitte erhitzen. 2 TL Currypulver und 3 TL Zitronensaft zugeben, zum Kürbis geben, alles gut vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. 2 dl Einmach Kräuter Tafelessig dazugeben. In heiss ausgespülte Einmachgläser füllen; diese ca. 5 Min. auf den Deckel stellen.

Tipp: passt zu gebratenem Geflügel.

Das 3-Minuten-Ei, das Rührei, das Spiegelei. So kennen wir das Ei. Doch, was bitte ist ein Solei? Die Spezialität aus hartgekochten, eingelegten Eiern kennt man aus der norddeutschen Küche. Die Sole – eine salzige Lake – gibt dem Klassiker den Namen. Ist das Solei nach dem Durchziehen bereit zum Verzehr, isst man es nicht einfach, wie einem gerade beliebt, sondern nach einem traditionellen Genuss-Muster (siehe Rezept). Auch, was ein Relish ist, mag nicht jedem bekannt sein. Ähnlich dem indischen Chutney ist ein Relish (dt. Würze) eine pikante, säuerliche, grobstückige Sauce, die kalt gegessen wird und gut zu Fleischgerichten passt.

Garibaldi Condimento Bianco
Sowohl der helle wie der dunkle Aceto balsamico werden aus dem Most der weissen Trebbiano-Traube hergestellt. Diese Essigkomposition schmeckt mild mit einer feinen Süsse. Für helle Salatsaucen.

Pommel Apfelessig
«Pomme» (dt. Apfel) und «Miel» (dt. Honig) geben ihm den Namen. Nebst Schweizer Äpfeln und Honig enthält er Molke und 16 verschiedene Kräuter. Ein sehr milder, dennoch würziger und bekömmlicher Essig. Nebst der Verwendung im Salat belebt er als Morgentrunk.

Aeschbach Einmach Kräuter Tafelessig*
Der aus frischen Gewürzkräutern hergestellte Einmachessig ist jeweils zur Einmachsaison im Herbst im Sortiment.

* in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Volg

Senf-Honig-Birnen

Für 2 Einmachgläser:
2 EL Honig und 2 EL Senf gut verrühren, mit 6 dl Wasser, 150 g Zucker und 3 dl Kräuteressig in einer Pfanne aufkochen. 2 Stangen Zimt und 6 geschälte, halbierte und entkernte Birnen dazugeben, leicht sieden, bis die Birnen knapp weich sind. In Einmachgläser abfüllen und gut verschliessen.

Tipp: passen gut zu Wild und Käse.

Pfirsich-Chutney

Für 1 Glas:
2 entsteinte, gewürfelte Pfirsiche, 1 in Streifen geschnittene Zwiebel, 1 gehackten Peperoncino und 80 g Zucker in einer Pfanne leicht anrösten. Mit ½ dl Kräuteressig ablöschen, einkochen, bis die Konsistenz konfitürenartig ist. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. In heiss ausgespültes Glas füllen und gut verschliessen.

Tipp: passt zu grilliertem oder gebratenem Fleisch und Fisch, orientalischen Gerichten, Käseplatten, verfeinert Currysaucen.

Des Sauren süsse Seite

Sauer macht nicht nur lustig. Sauer macht auch süss. Im Zusammenspiel von Essig und Zucker entstehen spannende süss-säuerliche Kompositionen, die Fleisch, Käseplatten und sogar Desserts verfeinern. Für Letzteres sind die Balsamico-Zwetschgen zu einer Creme oder einer Glace serviert der Hit. Im Hinblick auf die Wild-Saison sind die Senf-Honig-Birnen ein Geheimtipp für eine etwas andere Beilage. Die Currysauce braucht neuen Pfiff? Versuchen Sie es einmal mit etwas Pfirsich-Chutney, welches getreu seiner Herkunft auch gut zu orientalischer Küche passt. Und wer gerne Konfi kocht und Neuland wagen möchte, probiert die Zwiebel-Konfitüre aus.

Einmachglas von Sibler, Zürich; www.sibler.com

Balsamico-Zwetschgen

Für 2 Einmachgläser:
250 g halbierte, entsteinte Zwetschgen mit 150 g Zucker vermischen. 2,5 dl Aceto balsamico rosso mit 2 Sternanis, 1 Stange Zimt und abgeriebene Schale von ½ Orange in einem Topf aufkochen, einreduzieren, bis er leicht dickflüssig wird. Zwetschgen dazugeben, köcheln lassen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. In heiss ausgespülte Gläser füllen und gut verschliessen.

Tipp: passen zu Cremen und Glace, insbesondere mit Karamell- oder Nuss.

Das Rezept für die Zwiebel-Konfitüre finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch

Zu Käse- oder Fleischplatten eine würzig-fruchtige Beilage: die Zwiebel-Konfitüre mit Brombeeren.

Einer für den Vorrat

- *Wie das Einmachen mit Essig konserviert und Lebensmittel haltbar macht, ist Essig selbst lange haltbar. Er mag einen dunklen (Keller, Vorratsschrank), eher kühlen Aufbewahrungsort (max. Zimmertemperatur).*
- *Essig bringt die Verdauung in Schwung. Dafür reichen bereits mit Essig gewürzte Speisen, welche die Produktion der Magensäfte anregen. Ein Schuss Kräuteressig macht Kohlgerichte würziger und leichter verdaulich.*
- *Eine eigene Essigkreation ist einfach selbst gemacht. Aromatisieren Sie Essig, indem Sie ihn mit frischen Kräutern oder Gewürzen anreichern. Rezepte für «Kräuter- und Gewürzessig», «Aroma-Essig» oder «Rosenessig» finden Sie auf unserer Rezeptdatenbank unter www.volg.ch*

ERDINGER Weißbier
PRIVATBRAUEREI SEIT 1886

MEHR ZUM THEMA: ESSIG

Mehr als eine Kochzutat

- *Das wohl bewährteste Hausmittel gegen Fieber sind die berühmten Essigsocken, deren kühlende Wirkung das Fieber oft unkompliziert und rasch senkt.*
- *Essig putzt ganz schön was weg. Mit Essigwasser werden Fensterscheiben streifenfrei sauber und verrostetes Gartenwerkzeug mit einem weichen Lappen und unverdünntem Essig wie neu. Essig ist zudem kalklösend. Im Volg ist ein spezieller Putzessig für die umweltschonende Reinigung auf pflanzlicher Basis erhältlich.*
- *Es mieft in der Wohnung? Da hilft es, eine Schale mit einem Essig-Wasser-Gemisch aufzustellen, da Essig Gerüche rasch bindet. Wer sich danach am Essiggeruch stört – durch gutes Lüften ist das Problem schnell behoben.*

«Zwätschgup» Zwetschgen-Ketchup

Für 2 Flaschen à 3,5 dl:
300 g vollreife Tomaten in Würfel schneiden, mit 700 g entsteinten Zwetschgen und 2 in Streifen geschnittenen Zwiebeln in 1 TL Butter andünsten. 20 g grob gewürfelten Ingwer, 2 dl Pommel Apfelessig und 200 g Rohrzucker dazugeben und 45 Min. auf kleinem Feuer köcheln lassen. Mit dem Stabmixer pürieren und durch ein Sieb streichen. 1 TL Sojasauce dazugeben, mit Paprika, Cayennepfeffer und Pfeffer abschmecken.

Tipp: passt zu grilliertem Fleisch und Käse, Wildgerichten, Geflügel oder Kaninchen. Statt Zwetschgen Kirschen verwenden.

Der Saure wird lustig

Schon einmal «Zwätschgup» gegessen? Und hätten Sie gedacht, dass man sogar Käse in Essig einmachen kann? Das hausgemachte Zwetschgen-Ketchup und der cremige Brie in Balsamico bianco bringen gewiss manch einen Geniesser zum Schmunzeln und Staunen. Essig überrascht mit seiner Vielfalt. Und das bei Weitem nicht nur als Lebensmittel: Er ist auch eine wertvolle Hilfe beim Putzen, ein Geruchskiller oder bewährtes Hausmittel.

Brie in Balsamico bianco

Für 2 Einmachgläser:
250 g Volg Brie Suisse in gleichgrosse Würfel schneiden. 5 dl Aceto balsamico bianco mit 1 Zweig Rosmarin, 2 Lorbeerblättern, 2 Nelken, 2 Wacholderbeeren und 5 schwarzen Pfefferkörnern in einer Schüssel gut vermischen. Käsewürfel in die Gläser füllen, mit Essig bedecken, gut verschliessen und einige Tage ziehen lassen.

Tipp: passt zu Brot oder Bretzel und einem Bier.

AKTION

VOM 1. BIS 6. SEPTEMBER 2014

FÜR JEDEN GESCHMACK
DER PASSENDE FRUCHTSAFT.

granini®

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

PURINA

felix®

Echt clever!

MEGA PACK
für mega
clevere Katzen !

15.90*
statt 23.10 CHF

*ab 25.08 solange Vorrat

* Reg. Trademark of Société des Produits Nestlé S.A.

PURINA
Your Pet, Our Passion.®

Wettbewerb

Ein «Bisschen» Glück steckt in jedem Kägi fret. Und mit ein bisschen Glück winken traumhafte Ferien im Toggenburg, der Heimat der Waffelspezialität.

Ferien in der Kägi-Heimat macht der Gewinner des Hauptpreises. Das Hotel Hirschen in Wildhaus steht seit 1871 für Gastfreundschaft.

Süsse und erlebnisreiche Seiten des Glücks

Knuspriges Waffelgebäck: Nebst den klassischen Kägi fret mini sind neu die Kägi Cappuccino mini erhältlich.

Glück hat verschiedene Gesichter. Manchmal klopft es unverhofft an die Tür, manchmal sieht man es schon von Weitem kommen und manchmal ist es geniessbar nah … mit einem Kägi fret. Das Glück hat auch eine Heimat. Sie liegt im Toggenburg, umgeben von prächtigen Gipfeln und unberührter Natur. Von dieser Idylle aus erobert Kägi fret seit 80 Jahren die Welt. Die knusprig-leichte Waffelspezialität wird nach bewährter Rezeptur hergestellt und steht für höchste Qualität, beste Schokolade und luftige Waffeln.

Neuheit für Cappuccino-Liebhaber

Kaffeegenuss im Kägi-Format – die neu im Volg erhältlichen Kägi Cappuccino mini bereiten die wohl süssesten Kaffeepausen. Eine zarte Cappuccino-Füllung, knusprige Waffelblätter, umhüllt mit feinster, hausgemachter Milchschokolade, lautet die kulinarische Glücksformel. Die Geburtsregion des Kägi fret lässt sich auch kennenlernen während eines Aufenthaltes im Hotel Hirschen in Wildhaus oder bei einem Helikopterflug übers Toggenburg. Dies sind nur zwei der vielen spannenden Glücksmomente, die man gewinnen kann. Denn Glück ist ein Kägi.

Kägi
Glück ist ein Kägi.

WETTBEWERB

Welche Varietät gibt es seit Kurzem neu im Volg zu kaufen?

A: Kägi Cappuccino
B: Kägi Vermicelles
C: Kägi fret Original

1. Preis im Wert von Fr. 3200.–
Eine Woche Ferien (6 Übernachtungen) im Obertoggenburg für 4 Personen im Hotel Hirschen, Wildhaus

2. Preis im Wert von Fr. 1400.–
Ein Wellness-Weekend (2 Übernachtungen) im Wellnesshotel Golf Panorama, Lipperswil, für 2 Personen

3. Preis im Wert von Fr. 960.–
Ein Helikopterflug übers schöne Toggenburg für 2 Personen

4. Preis im Wert von Fr. 440.–
Einen Tagesaufenthalt im Day Spa in der Wellness- und Wellfeeling-Welt des Panorama Resort & Spa, Feusisberg, für 2 Personen

5.–15. Preis im Wert von je Fr. 114.–
Zwei Skipässe der Bergbahnen Toggenburg für das Skigebiet mit 60 km weitläufigen Pisten

16.–30. Preis im Wert von je Fr. 29.90
Eine Geschenkdose gefüllt mit einer Auswahl süsser Kägi-Spezialitäten

31.–50. Preis im Wert von je Fr. 17.50
Ein Probierpaket Kägi Cappuccino mini

→ Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 24. September 2014 unter www.volg.ch/volg-magazine
Per Telefon: bis 24. September 2014 unter 0901 240 340, für 90 Rp./Anruf, Festnetztarif. Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Name und Adresse auf das Band.
Per SMS: Senden Sie bis 24. September 2014 ein SMS mit dem Keyword VOLGW und Lösungsbuchstabe an 4636, für 90 Rp./SMS.
Per Post: Lösung bis 20. September 2014 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Kägi», Postfach 344, 8401 Winterthur.

* in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

Die Mitarbeitenden der Firmen Kägi Söhne AG und Volg Konsumwaren AG sind nicht teilnahmeberechtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Es wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Volg

TASSIMO

SEI OFFEN FÜR ALLES MÖGLICHE!

TASSIMO Caffè Crema Classico & TASSIMO Caffè Crema Intenso finden Sie jetzt neu in Ihrer Volg Verkaufsstelle*

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Feins *vom Dorf*

Aus seinen Tafeläpfeln macht Peter Eichenberger auch Süssmost. Jetzt ist das Herbstgetränk frisch ab Presse im Volg Uhwiesen (ZH) erhältlich.

Die Qualitätskontrolle ist wie alles beim Apfelanbau Handarbeit. Beim Besuch waren die Gala-Äpfel noch klein; jetzt sind sie rot und reif, wie sie sein müssen.

Süssmost aus Uhwiesen

Frisch eingetroffen: Maria Grisenti, Mitarbeiterin vom Volg Uhwiesen, nimmt von Peter Eichenberger den «Feins vom Dorf»-Süssmost in Empfang.

Kernobst ist das Kerngeschäft von Peter Eichenberger. Er führt den Früchtehof «Eichenberger Obst» in der Zürcher Gemeinde Uhwiesen, die im Westen des Kantons, am Südhang des Kohlfirsts in der Nähe des Rheinfalls liegt. Auf zwei Dritteln der rund 15 Hektaren Anlagen wächst und reift Kernobst wie Äpfel und Birnen. Diese sind ebenso im «Feins vom Dorf»-Sortiment, wie der Süssmost vom Hof. Das fruchtige Getränk macht bei Peter Eichenberger zwar nur einen kleinen Teil der Produktion aus. Für die Kundinnen und Kunden des Volg Uhwiesen hingegen ist er grossartig. Wenn er von September bis Mitte November wieder im 5-Liter-Karton erhältlich ist, kann kaum jemand dem feinen Most widerstehen.

Guter Mix, guter Most

Vollreife Tafeläpfel, verschiedene Sorten und sauberes Arbeiten sind für Peter Eichenberger ein Muss für qualitativ hochstehenden Most. Massgebend für den guten Geschmack ist aber auch eine erfahrene Hand beim Mischen der Sorten. «Von süsslichen Äpfeln wie Gala nehme ich nur wenig, säuerliche Sorten wie Boskoop, Jonagold, Cox Orange, Liberty und viele mehr dominieren. Je mehr Sorten im Saft sind, desto ausgeglichener schmeckt er», verrät der Obstbauer. Das Resultat: ein harmonisches Zucker-Säure-Gemisch – erfrischend, herbstlich, herrlich!

Produkte mit Lokalcharakter

In allen Volg-Läden sind unter der Bezeichnung «Feins vom Dorf» lokale Spezialitäten erhältlich, die aus dem Dorf oder der nächsten Umgebung stammen. Ob frisches Brot oder knackiges Gemüse: Hinter jedem Produkt steckt ein lokaler Produzent, den man oft sogar persönlich kennt. Das Angebot ist von Volg zu Volg unterschiedlich.

Nebst Süssmost, Äpfeln und Birnen von Eichenberger Obst sind im Volg Uhwiesen auch diverse lokale Weine wie der regionaltypische Uhwiesen Räuschling; Uhwieser Blütenhonig von der Familie Strasser sowie Brotspezialitäten von der Bäckerei Rechsteiner, Dachsen, im «Feins vom Dorf»-Sortiment.

Lust auf den echten Geschmack?

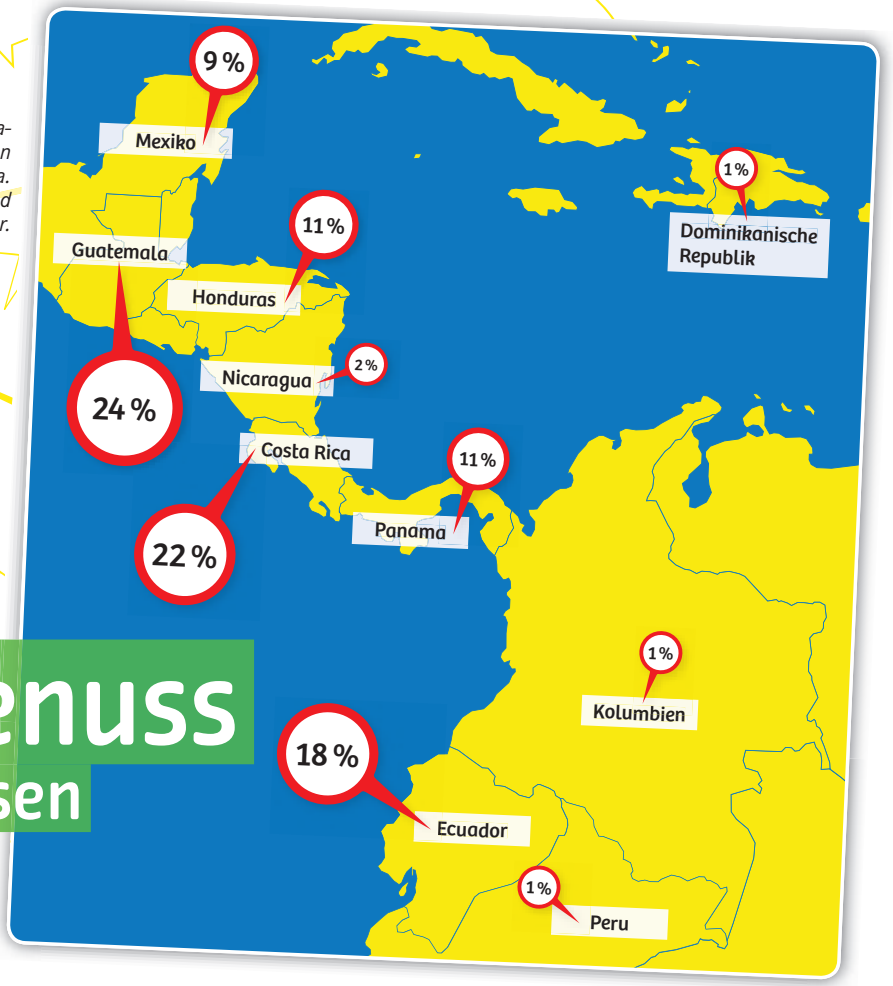
Fredy's steht für naturbelassene Backwaren und so schmecken auch unsere Brote, nämlich rustikal, bodenständig und ehrlich. Unser Geheimnis – regionale Zutaten, Weizenkeime und Vollkornmehl geben unseren Broten den einzigartigen Geschmack.

Holzofen Wild & Ruch
Holzofen Mehrkornbrot
Holzofen Huusbrot

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Aktueller *Tipp*

Knapp ein Viertel aller Chiquita-Bananen kommt von den Bananenplantagen in Guatemala. Costa Rica und Ecuador sind weitere wichtige Anbauländer.



Faire Löhne und Gewerkschaftsfreiheit für die Mitarbeitenden sind Chiquita mindestens so wichtig wie der gute Geschmack der Banane.

Bananen-Genuss
mit gutem Gewissen

Rund 16'000 der 20'000 Chiquita-Mitarbeitenden sind auf den Bananenplantagen in zehn tropischen Ländern tätig. Dass hier gute Arbeitsbedingungen herrschen, ist Chiquita wichtig. Das Unternehmen verpflichtet sich, faire Löhne zu zahlen, die im Durchschnitt 50 Prozent über dem Mindestlohn und 16 Prozent über den Lebenshaltungskosten (gemäss Berechnungen der SA8000) liegen.

Eine Ausnahme in der Branche

Zudem ist Chiquita das einzige Bananen-Unternehmen, das mit den Gewerkschaften ein internationales Rahmenabkommen abgeschlossen hat. 60 Prozent der Mitarbeitenden sind gewerkschaftlich organisiert – der höchste Anteil branchenübergreifend betrachtet. Im Vergleich dazu: In der Schweiz sind lediglich 16 Prozent der Mitarbeitenden einer Gewerkschaft angeschlossen. Der gute Geschmack der Banane ist nur ein Anliegen von Chiquita für eine bessere Banane.

«Chiquita bedeutet alles für mich»: Arturo Miranda, ein halbes Jahrhundert bei Chiquita angestellt.

Ein Leben für die Banane

Als Arturo Miranda 1953 seine Arbeit bei Chiquita aufnahm, wurden die Bananenstämme noch von Maultieren getragen und nicht wie heute in Kartons per Schiff transportiert. Seine Karriere entwickelte sich laufend. Vom Leiter einer Bananenfarm arbeitete er sich zum Qualitätsleiter hoch. Warum Chiquita? «Para mi Chiquita fue todo» (Chiquita bedeutet alles für mich), sagt Arturo Miranda. Nach 51 Jahren geniesst er jetzt seine wohlverdiente Pension – mit seiner Frau, die er bei der Arbeit kennenlernte, im gemeinsamen Haus, welches sich das Ehepaar dank einem Finanzierungsprogramm von Chiquita bauen konnte. Chiquita ist ein Teil seines Lebens geblieben: auch sein Schwiegersohn ist bei Chiquita tätig.

Chiquita-Bananen werden zum fairen Lohn geerntet.

neu Novissimo

Manche mögen's mild. Das Volg Olivenöl mild schmeckt nur dezent nach der würzigen Steinfrucht. Umso stärker ist es in der warmen Küche.

Mediterran
und angenehm mild

Das hochwertige Olivenöl ist wichtiger Bestandteil der beliebten mediterranen Küche. Doch wie es zahlreiche verschiedene Olivensorten gibt, ist das aus ihrem Fruchtfleisch produzierte Olivenöl nicht gleich Olivenöl. Gewinnt man es zum Beispiel aus der ersten Kaltpressung, entsteht das grünliche, besonders aromaintensive Olivenöl «extra vergine». Für manchen Geniesser steckt in der Edel-Klasse der Olivenöle hingegen etwas zu viel des guten Geschmacks der würzigen Steinfrucht. Das Volg Olivenöl mild ist dann die richtige Wahl, ebenso zart wie markant im Geschmack.

Aus spanischen Oliven

Die Mischung, welche das Volg Olivenöl mild ausmacht, ist in der Tat raffiniert. Raffiniertes, geschmacksärmeres Olivenöl wird mit einem kleinen Teil Olivenöl «extra vergine» vermischt. Das macht es einerseits geschmacklich dezent, aber auch hitzestabiler. Zum Braten und Frittieren eignet es sich daher besonders, schmeckt aber auch in der kalten Küche. Das Volg Olivenöl mild stammt aus Spanien, dem weltweit grössten Olivenölproduzenten.

neu

Fr. 7.20

Goldgelber Verfeinerer:
Volg Olivenöl mild, 1 l

statt Fr. 2.20
Fr. 1.95

Natürlich süssen:
Rohzuckersticks aus Zuckerrohr*, 250 g

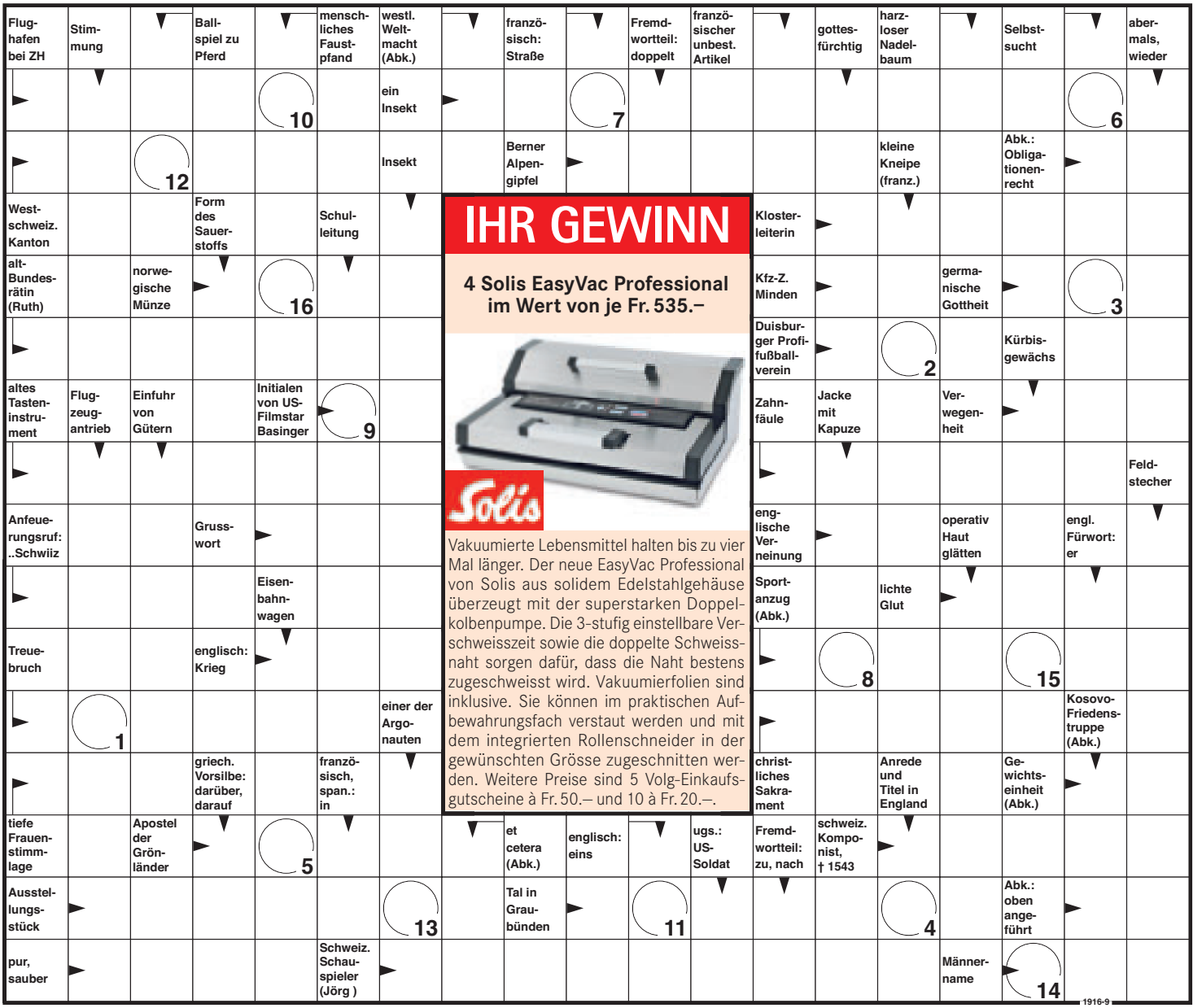
statt Fr. 9.90
Fr. 7.90

Spanischer Bio-Wein:
Lobetia Petit Verdot-Tempranillo Roble, 75 cl

statt Fr. 3.90
Fr. 3.50

Schützt vor Hautaustrocknung:
Dove Dusch, Schützende Pflege*, 250 ml

Das aktuelle Wochenaktionsangebot finden Sie unter www.volg.ch. Alle Einführungspreise sind gültig vom 1. bis zum 27. September 2014.



IHR GEWINN

4 Solis EasyVac Professional im Wert von je Fr. 535.–

Vakuumierte Lebensmittel halten bis zu vier Mal länger. Der neue EasyVac Professional von Solis aus solidem Edelstahlgehäuse überzeugt mit der superstarken Doppelkolbenpumpe. Die 3-stufig einstellbare Verschweisszeit sowie die doppelte Schweissnaht sorgen dafür, dass die Naht bestens zugeschweisst wird. Vakuumierfolien sind inklusive. Sie können im praktischen Aufbewahrungsfach verstaut werden und mit dem integrierten Rollenschneider in der gewünschten Grösse zugeschnitten werden. Weitere Preise sind 5 Volg-Einkaufsgutscheine à Fr. 50.– und 10 à Fr. 20.–.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf www.volg.ch. Mitarbeitende von Solis und Volg sind nicht teilnahmeberechtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Mitmachen & Gewinnen

Online: bis 24. September 2014 unter www.volg.ch/volg-magazine
Per Telefon: bis 24. September 2014 unter 0901 260 360, für 90 Rp./Anruf, Festnetztarif. Sprechen Sie das Lösungswort, Name und Adresse auf das Band.
Per SMS: Senden Sie bis 24. September 2014 ein SMS mit dem Keyword VOLGK und Lösungswort an 4636, für 90 Rp./SMS.
Per Post: Lösung bis 20. September 2014 auf Postkarte (keine Briefe) an Volg Konsumwaren AG, «Solis», Postfach 344, 8401 Winterthur.

statt Fr. 3.75
Fr. 3.35

Macht frisch, Mann:
Dove men+care Dusch, clean comfort, 250 ml

statt Fr. 5.50
Fr. 4.95

48 Stunden dufte:
Dove men+care Deo Spray, clean comfort*, 150 ml

neu

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

swiss premium
Lactosefreier Genuss ohne Kompromisse.
Verträglicher und bekömmlicher Bio-Genuss mit den lactosefreien Produkten der Molkerei Biedermann.
www.molkerei-biedermann.ch
BIO QUARKPLUS LACTOSEFREI
BIO JOGURT LACTOSEFREI
VANILLE
Molkerei Biedermann
„in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich"
www.molkerei-biedermann.ch

DER BASIS VERPFLICHTET
Leibundgut - Müesli und mehr....
in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Abwechslungsreich wie unsere Freizeit-Ideen von Koch- bis Kreativ-Kurs ist eine Ausbildung bei Volg.

Auf eine frische Zukunft!

«Eine Lehre bei Volg ist genial!»: Regina Altwegg (19), Jeanine Colombini (19) und Jeanine Zbinden (18), im Uhrzeigersinn, haben Spass an ihrer Ausbildung.

Über 400 Lernende absolvieren jedes Jahr in den Volg-Läden ihre Ausbildung – sei es als Detailhandelsassistent/-in (2 Jahre) oder Detailhandelsfachfrau/-mann (3 Jahre).

Eine naheliegende Ausbildung

Junge, frisch und fründliche Detailhandels-Talente mit Begeisterung für Lebensmittel, Organisationstalent, Interesse am aktiven Kundenkontakt, der Lagerbewirtschaftung und einem abwechslungsreichen Berufsalltag werden jedes Jahr für die über 550 Dorfläden gesucht. Eine grosse Ausbildung in kleinen Läden – dafür steht eine Detailhandelslehre im Volg. Lust auf eine spannende Zukunft? Wie packst du das am besten an? Auf Seite 53 gibt es weitere Informationen.

Kochkurs

Herbstreise ins Tessin. Seite 49

Naturena

Die neuen Kurse. Seite 51

Volgi & Volgine

Basteln mit Blättern. Seite 55

Die flüssige Alternative für strahlende Reinheit!

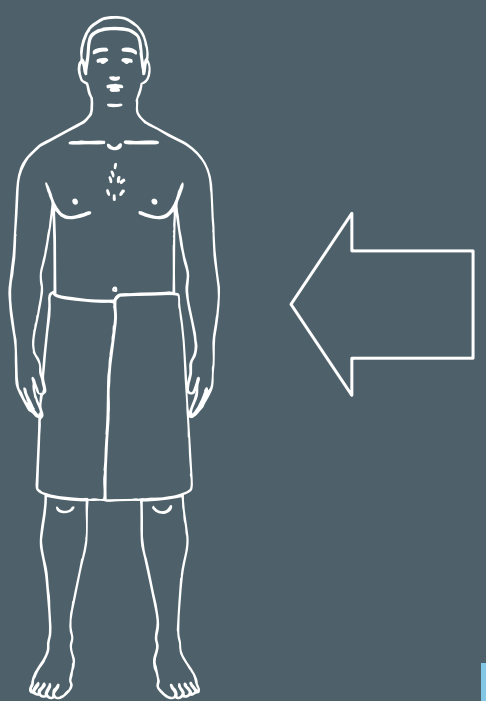
Das **Flüssigwaschmittel** von Persil ist ein schnell auflösendes Waschmittel, das Flecken tief aus der Faser entfernt und strahlende Reinheit garantiert.

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Persil
Da weiss man, was man hat.

Unilever

SO BLEIBT MANN IN TOP-ZUSTAND



[HAUTPFLEGE GEMACHT FÜR MÄNNER]

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

NATURENA *Rezepte*

Volg

Bernadette Hotz,
NATURENA Erlebnishof Zugerland

«Mein Dessert-Geheimtipp»

Meine Rezept-Geschichte

Ein Früchte-Tiramisù ist mein persönlicher Dessert-Geheimtipp: Es kann mit verschiedenen Saisonfrüchten zubereitet werden, begeistert unsere Gäste immer und es kann am Vortag zubereitet werden, was Zeit für Unvorhergesehenes lässt. Noch bis Ende September ernten wir auf unserem Hof Zwetschgen. Aus 1 kg entsteinten, geviertelten Zwetschgen bereite ich ein Tiramisù für 6 Personen zu. Ich koche sie in 1,5 dl Apfelsaft und 1 EL Zucker sorgfältig zu einem Kompott ein und lasse es auskühlen. Inzwischen rühre ich 3 Eier, 90 g Zucker und ½ EL Vanillezucker mit dem Mixer schaumig, mische 250 g Mascarpone dazu und hebe 2,5 dl fast steif geschlagenen Vollrahm unter. Zum Zwetschgenkompott kommen 1-2 EL Pflaumenlikör aus Eigenproduktion. Mit der Hälfte von 1 Pack Löffelbiscuits lege ich den Boden einer Glasschale aus, gebe die Hälfte des Zwetgschgenkompotts sowie die Hälfte der Mascarponecreme darauf und wiederhole den Vorgang. Mit Klarsichtfolie zugedeckt kommt das Tiramisù 3 Std. in den Kühlschrank. Vor dem Servieren garniere ich es mit einigen in Streifen geschnittenen Zwetschgen und Minzblättern. Übrigens: Für ein Tiramisù ohne Eier nehme ich ersatzweise 1,8 dl Jogurt nature.

Einen süssen Tag wünscht

Bernadette

Bernadette Hotz' Zwetschgen-Tiramisù: lässt sich gut vorbereiten.

Rezepte der NATURENA-Bäuerinnen

Jeden Monat stellt eine Bäuerin der vier Volg NATURENA-Erlebniswelten im Fricktal (AG), Seebachtal (TG), Werdenberg (SG) und Zugerland (ZG) im «Öise Lade» ein Rezept mit einer persönlichen Geschichte vor. Auf dem rollstuhlgängigen Erlebnishof in Baar von Bernadette und Hermann Hotz-Mathis erwarten Sie Einblicke in den Gemüse-, Obst- und Beerenanbau, die Zucht von Hochlandrindern, und viele Kleintiere.

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

NATURENA Quiz

Frage des Monats September

Wie viele Kilo Äpfel braucht es für die Herstellung von Ramseier Apfelsaft und Schorle bei Volg?

a) 1'665'000 kg
b) 727'000 kg
c) 1'258'000 kg

Geschenk Gutschein
Bon Cadeau
100 x 10.–

Tipp: Die richtige Antwort finden Sie in Ihrem Volg im Monat September bei den Getränken.

Mitmachen und gewinnen! Jeden Monat verlosen wir unter den richtigen Antworten 100 x 1 Volg-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 10.–. Mit der Teilnahme haben Sie zudem die Chance, den Jahres-Hauptpreis, einen Volg-Einkaufsgutschein im Wert von Fr. 1000.–, zu gewinnen. Teilnahme unter www.naturena.ch

Volg

Spaghetti Carbonara

Freizeit *Kochkurs im Oktober*

Es hat freie Plätze im Kurs
Kochen ist Männersache
17.09. in Aarau

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Planen Sie Ihren kulinarischen Ausflug ins Tessin noch heute und melden Sie sich rasch an.

Das Tessin auf dem Teller

Ciao Ticino! Schlemmen wie im Grotto – aber nördlich vom Gotthard und ohne Stau – wird mit dem neuen Volg-Kochkurs möglich: Brasato, Polenta, Risotto, Kastanien oder Torta di pane – in geselliger Runde lernen Sie das Tessin und seine kulinarischen Produkte kennen. Die Palette an Gerichten aus dem südlichsten Schweizer Kanton ist bunt wie der Herbst. Unsere Koch-Profis zeigen Ihnen, wie Sie die beliebten Spezialitäten zubereiten, damit Sie Ihre Gäste immer wieder mit selbstgekochten Leckereien aus dem Süden verwöhnen können. Buon appetito!

VORSCHAU

BACKE, BACKE BROTE
Von klein bis gross backen Sie sich an diesem Kurs durch die Welt der Brote. Mit verschiedenen Mehlen, in unterschiedlichsten Formen und mit so manchen Spezialitäten entsteht eine regelrechte Brot-Parade. Dazu gibt es wertvolle Tipps für gutes Gelingen beim Brotbacken und Teigmachen. Zum Schluss gibt's eine reichhaltige Brotzeit mit allem Drum und Dran.

5. NOVEMBER IN GOSSAU
5. NOVEMBER IN OERLIKON
5. NOVEMBER IN AARAU
18. NOVEMBER IN WANGEN AN DER AARE

WEIHNACHTEN: ENTSPANNT ZUM FESTMENÜ
An einem geselligen Abend lernen Sie himmlische Gerichte für Ihr Festmahl kennen. Vorspeisen, Suppe, Hauptgang, Dessert: Unsere Kochprofis haben sich wieder einiges einfallen lassen, was vorzüglich schmeckt und gut vorzubereiten ist, so dass auch Sie als Gastgeber den Abend voll und ganz geniessen können.

2. DEZEMBER IN GOSSAU
3. DEZEMBER IN OERLIKON
3. DEZEMBER IN AARAU
9. DEZEMBER IN WANGEN AN DER AARE

Alle Kurslokale sind bequem mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und in wenigen Minuten vom Bahnhof aus zu Fuss erreichbar. Die Kurskosten inklusive Apero, Essen, Getränken und Wein betragen pauschal Fr. 130.– pro Person. Anmeldungen über die Volg-Homepage oder direkt beim jeweiligen Kochstudio – via Internet oder Telefon. Die Rezepte werden den Kursteilnehmenden schriftlich abgegeben.
Aktualisierte Infos auf www.volg.ch

«Kulinarische Herbstreise ins Tessin» bei …

CULINEA IN OERLIKON
MIT JONAS SCHÖNBERGER:

1. Oktober, 18.30–22.30 Uhr
www.culinea-kochstudio.ch
Telefon 044 388 44 66
Culinea Kochstudio,
Affolternstrasse 52
8050 Zürich-Oerlikon

PETER'S KOCHSCHULE IN
GOSSAU MIT PETER GÄCHTER:

8. Oktober, 18.30–22.30 Uhr
www.peters-kochschule.ch
Telefon 071 383 27 17
Peter's Kochschule,
Tellstrasse 4b, 9200 Gossau SG

«TATORT» IN WANGEN A/A
MIT DORIS WEIBEL-EGLI:

28. Oktober, 18.30–22.30 Uhr
www.tatort-kochschule.ch
Telefon 032 682 00 08
Tatort-Kochschule, Vorstadt 13
3380 Wangen an der Aare

COOKUK IN AARAU
MIT SUSANNE VÖGELI:

15. Oktober, 18.00–22.00 Uhr
www.volg.ch
Telefon 062 823 52 92
Cookuk, Schachenallee 29
5000 Aarau

Anmelden: www.volg.ch/aktuell/volg-kochkurse/

BEREIT FÜR DIE DOPPELTE ACTION?

RED BULL VERLEIHT FLÜÜÜGEL.

NUR JETZT: DAS RED BULL SOUNDCLASH 6-PACK.

Unterstütze deinen Favoriten und gewinne ein einzigartiges Meet&Greet mit Stress und Bligg!

Tickets und Infos unter:
redbull.ch/soundclash #rbsoundclash

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Herbstlich bunte Ideen-Vielfalt

Rund läuft's mit Filzsteinen und Betonkugeln, gesund geht's beim Wickeln zu und her und als natürlich kreativ erweist sich Mutter Natur.

Fricktal:
Kalte und warme Wickel

❶ Fr, 17.10.14, 9^{30}–16^{30} Uhr
❷ Sa, 18.10.14, 9^{30}–16^{30} Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Erlenhof, 5064 Wittnau
Programm: Seit alten Zeiten werden Menschen mit Wickeln und Kompressen behandelt, sei es zur Entspannung, Linderung von Schmerzen und Krankheiten oder für das persönliche Wohlbefinden. Das Material für Wickel ist in jedem Haushalt zu finden. Sie wirken sanft, schnell und können beliebig mit anderen Heilmethoden kombiniert werden. Von der Pflanzen- und Duftheilkundlerin lernen Sie die Grundregeln für warme und kalte Wickel und wie Sie einheimische Pflanzen gezielt für spezifische Bedürfnisse einsetzen.
Teilnehmer: 24 Personen ab 14 Jahren
Kleidung: Der Witterung angepasste Kleidung, der Kurs findet teilweise draussen statt
Mitbringen: Grosses Frotteetuch
Leitung: Melanie Küpfer, Escholzmatt, www.pflanzenwelten.ch
Preis: Fr. 95.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für die praktische Anwendung von Wickeln inklusive

Seebachtal:
Betonkugel

❶ Fr, 10.10.14, 9–18 Uhr
❷ Sa, 11.10.14, 9–18 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Haldenhof, 8536 Hüttwilen
Programm: Ein ganz spezielles Dekoteil, sowohl für drinnen als auch für draussen, ist diese Betonkugel, mit einem Durchmesser von gut 50 cm und einem Gewicht von annähernd 20 kg. Aufgrund ihrer Werkstoffeigenschaften ist sie wetterfest und winterhart. Sie wird im Laminierverfahren in 3 Schichten aus Beton gefertigt und kann entweder roh belassen oder in Rostoptik ausgestaltet werden. Wer mag, kann die Kugel auch bemalen.
Teilnehmer: 12 Personen ab 16 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt
Mitbringen: Stabiler Behälter oder dicke Decke zwecks Polsterung für den Transport der Betonkugel
Leitung: Margret Heinrich, Eglisau, www.kuenstlerei.ch
Preis: Fr. 150.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihre Betonkugel inklusive

Werdenberg: Schmuckes aus Naturmaterialien

❶ Fr, 24.10.14, 9–17 Uhr
❷ Sa, 25.10.14, 9–17 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Karmaad, 9473 Gams
Programm: Mutter Natur öffnet ihr Schmuckkästchen. Aus diversen Naturschätzen, Speckstein, Holz und Horn (eine begrenzte Auswahl steht zur Verfügung) kreieren Sie nach eigenen Ideen Schmuckes für sich selbst, den Raum, Garten und Terrasse oder zur Zierde der Haustür. Mit Säge, Bohrer, Raspel, Feile und Schleifpapier werden die Naturmaterialien bearbeitet und in Form gebracht. Kombiniert mit Bindematerial wie Bast, Draht, Hanf- oder Kokosschnur und verschiedenen Binde- und Knüpftechniken entstehen unverwechselbare Einzelstücke.
Teilnehmer: 16 Personen ab 12 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt
Mitbringen: Eigenes Werkzeug und Akkuschrauber (sofern vorhanden) sowie gesammeltes Naturmaterial und eigene Schätze, die Sie verarbeiten möchten
Leitung: Susanne Willi-Wolfer, Gantenschwil
Preis: Fr. 120.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihren Naturschmuck inklusive

Zugerland:
Filzsteine

❶ Fr, 03.10.14, 9–17 Uhr
❷ Sa, 04.10.14, 9–17 Uhr

Ort: Volg Erlebnishof, Hofmärcht, Deinikon 9, 6340 Baar
Programm: Täuschend echt sehen sie aus, die Filzsteine, der aktuelle Trend für den Wohnbereich. Ob einzeln als Wohnaccessoire oder in Gruppen zu Sitzgelegenheiten arrangiert, die Filzkiesel in unterschiedlichen Grössen und Formen faszinieren durch den Kontrast von harter Steinoptik und weicher Oberfläche. Gefertigt werden sie in der Nassfilz-Technik, dabei wird die Aussenhülle in Steinoptik gefilzt und danach mit Stopfmaterial gefüllt. Am Kurstag werden Sie entweder einen mittelgrossen Stein (ca. Fussballgrösse) oder mehrere kleinere Dekosteine filzen.
Teilnehmer: 12 Personen ab 16 Jahren
Kleidung: Warme Arbeitskleidung, der Kurs findet in einer Remise statt
Mitbringen: Schreibzeug und Papier, Schere und Nähzeug, 2 alte Frottee-/Handtücher
Leitung: Susanne Bachmann-Stauffer, Wila, www.filz-art.ch
Preis: Fr. 120.– pro Person, Mittagessen und Getränke sowie das Material für Ihre Filzsteine inklusive

www.facebook.com/naturena.erlebniswelten

NATURENA
Schauspiel Natur – Naturnah erleben

Anmeldungen für Kurse und Workshops

Internet: 1. www.naturena.ch
2. Fricktal AG/Seebachtal TG/Werdenberg SG/Zugerland ZG
3. Rubrik «Veranstaltungen»
Telefon: 058 433 54 09, Mo bis Fr, 8–12 und 13–17 Uhr
Adresse: Volg Konsumwaren AG, Kundendienst «Naturena», 8404 Winterthur
Anmeldeschluss: 17. September 2014

Bei Abmeldungen nach Anmeldeschluss werden 50% des Kursgeldes in Rechnung gestellt; bei Nichterscheinen am Veranstaltungstag ohne Abmeldung wird das Kursgeld zu 100% verrechnet.

Volg

Fit bei Spass und Spiel

Traubenzucker ist der Energie-Express für Körper und Kopf. Volg Traubenzucker erfrischt und macht sofort fit für alle sportlichen und geistigen Herausforderungen.

Hergestellt in der Schweiz, durch Domaco Dr. med. Aufdermaur AG

Jetzt neu:
Pretzel Chips.
Im Ofen gebacken.

My Prezz* bietet ein neues, besonders knuspriges Laugenchips-Erlebnis. Die hauchdünnen Pretzel Chips sind mit meersalz bestreut.

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Wir tun alles für die besten Chips.

ZWEIFEL DIE CHIPS-EXPERTEN

zweifelchips

zweifel.ch

Ab August beginnt für Jeanine Colombini, Jeanine Zbinden und Regina Altwegg das letzte Lehrjahr. Tritt in ihre Fussstapfen und starte deine berufliche Laufbahn bei Volg!

Werde mein NachVolger!

Jeanine Zbinden, Lernende im Volg Eschlikon: «Die Kasse hatte ich schneller im Griff als gedacht. Spass machen mir auch die internen Kurse in der Volg Academy.»

Jeanine Colombini, Lernende im Volg Lommiswil: «Dass ich selbstständig bestellen darf und man mir die Verantwortung dafür überträgt, finde ich super.»

Regina Altwegg, Lernende im Volg Weinfelden: «Besonders gern stelle ich die Wochen-Aktionen aus. Eine schöne Präsentation macht mich stolz.»

ÖISE LADE TIPP

An welchen Berufsmessen Volg vertreten ist, liest du auf Seite 62.

Der Anfang jeder Detailhandels-Karriere im Volg ist gleich: Sie beginnt mit einer Schnupperlehre im Dorfladen. Das war auch bei Jeanine Colombini, Jeanine Zbinden und Regina Altwegg so. Während der einwöchigen Schnupperzeit merkten alle drei schnell: Dieser Beruf passt total zu mir. Auch die Stimmung im Team war entscheidend. «Ich habe mich sofort willkommen gefühlt», erinnert sich Jeanine Colombini.

Vielseitig und spannend

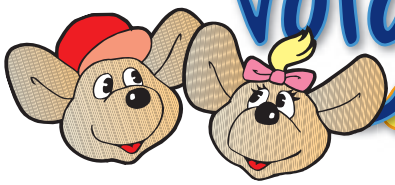
Mittlerweile sind alle drei schon Profis. Die Kasse bedienen und abrechnen, Bestellungen machen, Aktionen präsentieren – solche und andere Aufgaben führen sie selbstständig aus. Die vielen verschiedenen Tätigkeiten machen den Alltag abwechslungsreich und spannend. Darum ist für alle drei klar: Sie wollen auch in Zukunft im Detailhandel arbeiten. «Am liebsten würde ich selbst einmal einen Dorfladen führen», sagt Regina Altwegg.

Im Flyer «Jung, frisch & fründlich» findest du alle Infos über die Ausbildungsmöglichkeiten im Volg. Er ist im Laden erhältlich oder zum Download unter www.volg.ch

Offene Lehrstellen findest du auf www.volg.ch oder www.lehrstellenboerse.ch

#SHOW YOUR
FRESH
FACES
STIMOROL®
original flavour
SUGAR FREE
PUSH & PULL
GO TO: WWW.SHOWYOURFRESHFACES.COM
* IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTLICH

volgi & volgine



Licht an!

Mit einem Taschentuch lässt sich mehr anstellen als nur die Nase putzen. Schau mal, was Volgine macht!

Du brauchst

- 1 sauberes Konfiglas
- Weissleim
- Pinsel
- 1 Papiertaschentuch
- Mix aus 1 Teil Wasser und 1 Teil Weissleim

1 Sammle draussen hübsche kleine Blätter. Presse sie in einem dicken Buch.

2 Nach 1 Stunde holst du die Blätter aus dem Buch. Bestreiche die Aussenseite des Konfiglases mit Leim und drücke die Blätter drauf. Lass den Leim trocknen.

3 Trenne die Lagen des Taschentuchs voneinander. Reisse sie in kleine Stücke. Tunke einen Pinsel im Leim-Mix und pinsle die Papierschnipsel auf dem Konfiglas fest. Klebe so viele Schnipsel auf, bis die ganze Aussenseite des Glases bedeckt ist. Lasse das Ganze über Nacht trocknen.

4 Jetzt noch ein Kerzli rein und: Licht an!

Streng geHEYm

Der **8. September 2014** wird ein schöner Tag! Ab dann liegt nämlich das neue HEY in deinem Volg bereit. Kostenlos, ist ja logisch. Volgi & Volgine nehmen dich mit auf Abenteuer. Wohin? Das ist noch streng geHEYm!

KAFFEEKUNST IM GENIESSER PACK

99.-
statt
175.40 CHF

1 MINI ME DELONGHI
PIANO BLACK & GREY MASCHINE

+

4 KAPSELPACKUNGEN
LUNGO
LATTE MACCHIATO
ESPRESSO BARISTA
CAFÉ AU LAIT

reddot award 2014 winner

iF product design award 2014

Spezialangebot gültig ab 01.09.2014, solange Vorrat.

COFFEE IS NOT JUST BLACK

NESCAFÉ Dolce Gusto

---

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Sie stärkt die Konzentration, wirkt entgiftend und macht gute Laune – die Traube, ein Powerpaket im Kleinformat.

Weiss, blau und kernlos erhältlich: die vielfältig verwendbaren Trauben.

Traubengelee

Für 4 Einmach-Gläser:
1,5 kg blaue Trauben mit Hilfe einer Gabel von den Stielen streifen, mit dem Stabmixer kurz pürieren. Mit 2 dl Rotwein in einen Topf geben und 5 Min. leicht sieden lassen. In ein Passiertuch füllen, über einer grossen Schüssel gut ausdrücken, bis kein Saft mehr austritt. 1 Liter des Safts abmessen und in einen sauberen Topf leeren. Mit 700 g Zucker und 1 Bt. Gelfix Extra 2:1 aufkochen, in heiss ausgespülte Gläser füllen.

Tipp: für das weisse Traubengelee weisse Trauben und Weisswein verwenden. Passt sehr gut zu einer Käseplatte.

Ob flüssig als Wein oder Traubensaft oder kompakt im Müesli, zur Käseplatte oder einfach zum Naschen zwischendurch – kaum eine Frucht ist so vielfältig wie die Traube. Süss und doch gesund sind Trauben ein perfekter Snack und peppen zahlreiche Gerichte auf. Bereits die alten Ägypter und Griechen schätzten die Powerfrucht. Sie galt als Zeichen für Fruchtbarkeit, Überfluss und Lebensfreude.

Gern mit Kern

Die prallen Früchtchen enthalten viel Vitamin C und natürlichen Zucker. Das sorgt für gute Laune. Doch die Traube kann noch mehr: Sie stärkt die Nerven, vertreibt Müdigkeit, steigert die Konzentration, unterstützt die Verdauung, strafft die Haut und kräftigt das Haar. Wer die Frucht liebt, sich jedoch an den Kernen stört, freut sich über die kernlosen Exemplare im Angebot. Doch: Die Kerne sind auch gesund. Ihn ihnen stecken die meisten Mineralstoffe.

Lindt
LINDOR

GEWINNEN SIE

5 X VON ROGER FEDERER HANDSIGNIERTER TENNISSCHLÄGER

30 X VON ROGER FEDERER HANDSIGNIERTER FANARTIKEL

30 X LINDOR VERWÖHNPAKETE IM WERT VON CHF 50

***Exklusivität**
nur für kurze Zeit erhältlich.

Aktion gültig vom Montag, 8.9.2014 bis Sonntag, 14.9.2014. Gewinnen Sie einen von 5 Tennisschlägern signiert von Roger Federer und viele weitere tolle Preise. Kein Kaufzwang. Die detaillierten Teilnahmebedingungen und Angaben zu unentgeltlichen Teilnahmecodes finden Sie auf unserer Homepage **www.LINDOR.ch**. Geben Sie bis zum 30. Oktober 2014 Ihren Gewinncode unter **www.LINDOR.ch** ein oder schicken Sie den Code nach Durchsicht der Teilnahmebedingungen per SMS an 9889 (30 Rp./SMS).

Schinkenbananen

Zutaten für 4 Personen:

1,5 dl	Schlagrahm
1 TL	Currypulver
3	Bananen, geschält
4	Hinterschinkentranchen

Zubereitung:

1. Bananen in Ringe schneiden, Schinkentranchen halbieren und vierteln.
2. Je ein Schinkenviertel um die Bananenstücke wickeln, mit Zahnstocher fixieren. Im Ofen bei 200 °C 12-15 Min. backen.
3. Schlagrahm mit Currypulver mischen und als Dip servieren.

Zubereitung: 25 Min.

Schinken-Gipfeli

Zutaten für 4 Personen:

4	Gipfeli
1 EL	Butter, weich
1 TL	Senf
2	Essiggurken, fein gewürfelt
4	Rohschinkentranchen
1	Ei, hartgekocht, in Scheiben geschnitten

Zubereitung:

1. Gipfeli längs ein-, aber nicht durchschneiden, aufklappen. Senf und Butter vermischen, schaumig rühren. Schnittflächen der Gipfeli damit bestreichen, mit Essiggurken bestreuen.
2. Die unteren Gipfeli-Hälften mit je 1 Schinkentranche belegen, mit Eiern garnieren, zuklappen und servieren.

Zubereitung: 15 Min.

Schüttelbrot mit Speck-«Brättli»:

Zutaten für 20 Stück:

350 g	Weissmehl
100 g	Vollkornmehl
250 g	Roggenmehl
1 TL	Salz
2,5 dl	Milch
1 TL	Zucker
30 g	Hefe
1 EL	Öl
3 TL	Kümmel
2,5 dl	Wasser
1	Ei, verquirlt

Zubereitung:

1. Mehle und Salz in einer Schüssel vermischen, in der Mitte eine Mulde formen. Milch und Zucker verrühren, in die Mulde geben. Hefe dazubröseln und leicht vermischen. Kurz stehen lassen.
2. Öl und Kümmel dazugeben, nach und nach das Wasser untermischen, gut verkneten und 30 Min. gehen lassen.
3. Aus dem Teig kleine Kugeln formen (5 cm Ø) flach drücken und von Hand zu dünnen Fladen «ausschütteln». Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Ei bestreichen.
4. Ca. 15 Min. gehen lassen, im vorgeheizten Ofen bei 200 °C 5–10 Min. backen.

Zubereitung: 35 Min. + 45 Min. gehen lassen

Tipp: mit Bauernspeck, Zwiebelringen, Tomatenschnitzen und Essiggurken auf einem «Brättli» anrichten und als «Vesper» (Brotzeit) servieren.

Ofentori

Zutaten für 4 Personen:

750 g	Kartoffeln, mehlig kochend
2 EL	Butter
1	Ei
1 dl	Halbrahm
1 dl	Milch
250 g	Kochspeck, in kleine Stifte geschnitten
	Salz, Pfeffer, Muskat
	Butter für die Form

Zubereitung:

1. Kartoffeln schälen, grob würfeln und in Salzwasser weichsieden, abschütten, pürieren.
2. Butter, Ei, Milch und Halbrahm unterrühren, mit Gewürzen abschmecken.
3. In eine gefettete Gratinform füllen, Speck gleichmässig verteilt in den Kartoffelstock stecken. Im Backofen bei 200 °C Oberhitze goldbraun überbacken.

Zubereitung: 45 Min.

Schinkensoufflé

Zutaten für 4 Personen:

30 g	Butter
30 g	Mehl
2,5 dl	Milch
½ TL	Salz
4	Eigelbe
30 g	Butter
1	Zwiebel, gehackt
2	Knoblauchzehen, gehackt
100 g	Hinterschinken, in Würfel geschnitten
80 g	Bratspeck, in feine Streifen geschnitten
50 g	Reibkäse
5	Eiweiss, steif geschlagen
	Pfeffer aus der Mühle, Muskat
	Butter für die Form

Zubereitung:

1. Butter in einer Pfanne schmelzen, Mehl dazugeben, kurz andünsten, ohne dass es Farbe annimmt, vom Feuer nehmen, unter Rühren die Milch dazugeben. Topf wieder auf den Herd stellen, zu einer sämigen Béchamelsauce einkochen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Vom Herd nehmen, Eigelbe unterrühren.
2. Butter in einer Bratpfanne zerlassen, Zwiebel und Knoblauch andünsten, Schinken und Speck dazugeben, andünsten, etwas abkühlen lassen.
3. Käse zum Fleisch geben, unter die Béchamelsauce rühren. Eiweisse vorsichtig unter die Masse heben. In eine ausgefettete Souffléform füllen und bei 185 °C 40 Min. backen

Zubereitung: 1 Std.

Spaghetti dell'alpinista

Zutaten für 4 Personen:

400 g	Spaghetti
3 EL	Olivenöl
1	Zwiebel, gehackt
2	Knoblauchzehen in Scheiben geschnitten
150 g	Bratspeck, in Streifen geschnitten
4	Tomaten
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Salzwasser in einem grossen Topf erhitzen, Spaghetti dazugeben.
2. Strunk der Tomaten herausschneiden, auf der Unterseite mit dem Messer ein Kreuz einritzen, kurz ins Pastawasser tauchen, bis sich die Tomatenhäute zu lösen beginnen. Tomaten herausnehmen, schälen und in grobe Würfel schneiden.
3. Spaghetti al dente kochen, abschütten und zugedeckt im Sieb stehen lassen.
4. Spaghettitopf zurück auf den Herd stellen. Olivenöl darin erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Speck dazugeben, alles gut anbraten. Tomaten dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Spaghetti dazugeben, gut durchrühren, auf Tellern anrichten.

Zubereitung: 30 Min.

Schinkenröllchen aus dem Dampf

Zutaten für 4 Personen:

500 g	Fleischkäsebrät
2	Bundzwiebeln, klein gewürfelt
1	Rüebli, klein gewürfelt
100 g	Champignon, klein geschnitten
1 EL	Butter
8	Hinterschinkentranchen
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Gemüse in Butter andünsten, mit Salz und Pfeffer würzen, vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen.
2. Gemüsemischung zügig unter das Brät heben. Schinkentranchen auf der Arbeitsfläche auslegen, Brätmasse darauf verteilen, einrollen.
3. Jede Rolle in ein Stück Backpapier oder Klarsichtfolie wickeln, auf ein Dämpfgitter legen, 15 Min. dämpfen.
Zubereitung: 40 Min.

Tipp: Fleischkäse zum Backen verwenden.

Cornet mit Schinkenmousse

Zutaten für 10 Stück:

1	Blätterteig, rechteckig, ausgewallt
1 dl	Hühnerbouillon
4 Bl.	Gelatine, eingeweicht
300 g	Hinterschinken, fein gewürfelt
2 dl	Rahm, geschlagen
	Meersalz, grob
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Blätterteig in 1 cm breite Streifen schneiden, um eingefettete Cornetformen wickeln. Etwas Meersalz in einen Teller geben, Cornets darin wenden und im vorgeheizten Ofen bei 200 °C 10–12 Min. backen.
2. Bouillon erwärmen, Gelatineblätter gut ausdrücken, darin auflösen, Schinken dazugeben, vermischen, pürieren und durch ein Sieb streichen.
3. Schlagrahm darunterziehen, nach Belieben würzen und mind. 3 Std. kühl stellen.
4. Schinkenmousse in einen Spritzsack füllen, Schinkenmousse in die Cornets dressieren und servieren.
Zubereitung: 1 Std. + 3 Std. kühl stellen

Tipp: statt Cornetformen verwenden, aus festem Papier Kegel ausschneiden, zu Tütchen rollen, mit Büroklammern fixieren, mit Alufolie umwickeln und diese vor dem Umwickeln mit Blätterteigstreifen mit etwas Öl bepinseln.

Rollschinkli Calvados

Zutaten für 4 Personen:

800 g	Roll- oder Nussschinkli
5 EL	Honig, flüssig
½	Zitrone, Saft
2 EL	Calvados
2	Äpfel, in feine Schnitze geschnitten

Calvados-Confit:

2	Äpfel, fein gewürfelt
1	Zwiebel, gehackt
80 g	Zucker
2 EL	Butter
½ dl	Calvados
1 TL	Senf
1 dl	Hühnerbouillon
	Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Rollschinkli mit Wasser bedecken, aufkochen, Wasser abgiessen. Mit frischem Wasser bedeckt erneut aufkochen, knapp unter dem Siedepunkt 1 Std. ziehen lassen, herausnehmen, leicht abkühlen lassen.
2. Honig, Zitronensaft und Calvados verrühren. Mit einem Messer kleine Schnitte ins Schinkli machen, Apfelschnitze einstecken, ringsum mit der Hälfte der Glasur bepinseln. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
3. Im unteren Teil des auf 180 °C vorgeheizten Ofens 30 Min. glasieren. Von Zeit zu Zeit mit der restlichen Glasur bepinseln.
4. Confit: Apfelwürfel und Zwiebeln in der Butter andünsten, Zucker, Senf und Calvados dazugeben, aufkochen. Bouillon dazugeben, unter gelegentlichem Rühren einköcheln, bis das Confit die Konsistenz einer Konfitüre hat, würzen.
5. Schinkli in Tranchen schneiden, auf einer vorgewärmten Platte anrichten. Warm mit Confit servieren.
Zubereitung: 1,5 Std.

In salid *rumantsch*

Il Tirol dal Süd am plascha. La Val da l'Etsch, il Vnuost culs chastels, sco illa parabla, mailers in flur da prümavaira, frütta süusa d'utuon, glieud musicala, gronds osps. La purziun in ustaria es restada quella dals ans 70: giganta. Na be il cour da schofför da camiun ria, eir il vainter da tuot quels chi s'han giavüschà cha'l jogurt da dieta svanischa spert. Eu craj cha i'l Tirol dal Süd nun e'la mai rivada, quista nardà chi nu gusta – e fa gnir gross.

Meis bap ed eu giraivan la stà pervi da nossa paschiun sportiva chi'ns chatschaiva dad ir culs skis sül vadret dal Kaunertal in Austria o i'l Schnalstal in Italia.

Pasch, pan e panzetta

Noss viadis cul auto d'eiran fich paschaivels, da pacs pleds, adonta cha illa vita da minchadi a Scuol d'eiran nus tuots duos da quels chi amaivan da discuorrer sainza punct e comma. Davo bundant ün'ura e mez ha dumandà meis bap: Hast fom? La resposta sainza variaziun: Schi.

Meis bap s'ha alura fermà pro la prosma ustaria, e nus vain mangià o knödels sco Kaunertal o pan sejel cun sü speck sco Schnalstal, speck, per bun rumantsch: charnpüerch, panzetta, lard, baffa. Il pan sejel da la regiun vaiva nom pro'l furner in cumün «Vintschgauer», giò Turich «Engadiner Brötli».

Fin hoz es per mai il «Speckbrot» spüra furtüna ed üna masdina cunter las dietas da la vita.

Romana Ganzoni

Wussten Sie, dass • • •

• • • man sich dieses Jahr an drei Aus- und Weiterbildungsmessen über eine Verkaufslehre bei Volg informieren kann?

Los geht es in St. Gallen an der Ostschweizer Bildungsausstellung OBA (29.8.–2.9.2014), danach folgen die Berufsmesse Thurgau in Weinfelden (18.–20.9.2014) sowie die Bündner Berufsausstellung «Fiutscher» in Chur (5.–9.11.2014). Volg stellt jeweils den abwechslungsreichen Verkaufsberuf in den Dorfläden und die verschiedenen Ausbildungsmöglichkeiten zur/zum Detailhandelsfachfrau/-mann oder Detailhandelsassistenten/-in praxisnah vor. Der Eintritt für alle drei Ausstellungen ist gratis. Weitere Informationen zu den jeweiligen Messen unter www.oba-sg.ch, www.berufsmesse-thurgau.ch und www.fiutscher.ch.

ÖISE LADE TIPP

Lesenswert!

Diese Torten sind wahre Meisterwerke. Linda Lomelino präsentiert ihre Lieblingstorten: vom «Nuss-Nougat-Traum» über die bunt geschichtete «Regenbogentorte» bis zum «Gefrorenen Käsekuchen ohne Backen». Damit die Torten sicher gelingen, wird alles Wissenswerte ausführlich erklärt: Welche Geräte erleichtern die Arbeit? Was ist bei den Zutaten zu beachten? Wie stellt man mehrstöckige Torten her? Und für den speziellen Wow-Effekt: die ultimativen Spritztechniken und Dekorationen.

Linda Lomelino: «Torten»
AT Verlag, 144 Seiten
ISBN: 978-3-03800-715-9

In «Marmelade selbst gemacht» sind die Konfitüre- und Gelee-Klassiker von A wie Apfelkraut bis Z wie Zwetschgenmus versammelt. Ausserdem gibt es aus der Konfitürenküche viel Neues zu vermelden: Ananaskonfitüre mit Ingwer oder Espresso-Schoko-Gelee zum Beispiel. Lieber pikant als süss? Kirsch-Balsamico- oder Tomatenkonfitüre bringen Abwechslung aufs Brot und schmecken unglaublich gut zu Käse und Wein. Also, ran an die Töpfe und Einmachgläser!

Cornelia Schinharl: «Marmelade selbst gemacht»
GU, 128 Seiten
ISBN: 978-3-8338-3290-1

Rückschau ←

Novissimo S'POSCHTI-Gwünnspiel vom Volg

60 Leserinnen und Leser haben ein Jahresabo der «Schweizer LandLiebe» im Wert von je Fr. 39.– gewonnen. Die Gewinner wurden schriftlich benachrichtigt. Wir wünschen allen viel Spass beim Lesen! Je einen Volg-Einkaufsgutschein über Fr. 50.– erhalten Jeannette Imobersteg aus Gebenstorf, Arthur Clement aus Igis, Margrit Ruckstuhl aus Schlatt, Heinz Kocher aus Flumenthal und Theresia Leutwyler aus Unterkulm. Zehn weitere Leser erhalten je einen Volg-Gutschein im Wert von Fr. 20.–.

Lösungswort 07/14: «Campingplatzwart»

Auflösung des HUG-Wettbewerbs aus «Öise Lade» 06/14: Antwort A, 1877

Gewinnen mit Hug

Gewinner Daniel Wüest (Mitte) erhält von Simon Rohrer, Key Account Manager HUG und Gabi Fehr, Volg Produktmanagerin Food, die Eintritte ins Alpamare sowie ein süsses Paket von HUG.

Den 1. Preis, 20 Eintrittskarten ins Alpamare für einen Aufenthalt mit der ganzen Familie und Freunden im Wert von Fr. 1400.–, gewinnt Daniel Wüest aus Samstagern. Der 2. bis 24. Preis, ein «HUG Guezli»-Jahresabo im Wert von je Fr. 250.–, geht an Leserinnen und Leser aus Meisterschwanden, Beringen, Bichelsee, Frenkendorf, Rheinfelden, Uetikon am See, Utzenstorf, Adlikon, Seelisberg, Fislisbach, Seewies-Dorf, Braunwald, Edlibach, Toffen, Sonterswil, Seeberg, Zizers, Kirchberg, Meikirch, Reiden, Degen , Mellikon und Andwil. Zwölf weitere Leser erhalten je zwei Eintritte ins Alpamare im Wert von je Fr. 80.–.

De grüen Duume

Foto: M. Schuppich, fotolia

Hagebutten werden vor allem von einmalblühenden Rosen mit meist einfachen Blüten gebildet. Die üppigsten Lieferanten sind heimische Wildarten wie die Hundsrose (R. canina) oder die Kartoffelrose (R. rugosa). Leider blühen diese meist nur kurz und neigen zum Wuchern. Für unsere kleinen Gärten eignen sich Kultursorten mit längerer Blütezeit besser. Sogenannte Hagebuttenrosen sind zum Beispiel die Zwergrose (etwa R. Lupo) oder naturnahe Strauchrosen wie «Ballerina» oder «Mozart». Wie alle Rosen stehen Hagebuttenrosen am liebsten warm, sonnig und luftig. Auch wenn man keine grosse Ernte plant, sollte man bei den fruchtenden Rosen die welken Blüten nicht abschneiden: Vögel lieben Hagebutten und können sich den ganzen Winter daran stärken. Hagebutten sind erntereif, wenn sie gut durchgefärbt, aber noch fest und knackig sind. Das entkernte frische Fruchtfleisch lässt sich zu schmackhaftem Mus, zu Konfitüre, Saft oder Likör verarbeiten. Wer sich einen Teevorrat anlegen will, trocknet nur die Fruchtschalen.
www.schweizergarten.ch

Vorschau →

Das nächste «Öise Lade» 10/14 erscheint am 25. September 2014

Mahl-zweit

Zu zweit ist alles doppelt so schön. Auch das Essen. Für ein kulinarisches Tête-à-Tête liefern wir paarweise gute Ideen: je zwei Gänge zu einem Thema.

Salz und Pfeffer auf der Spur

Wir gehen thematisch dahin, wo der Pfeffer wächst, und sorgen für das Salz in der Suppe: mit Wissens-Körner zu Salz und Pfeffer, würzigen Koch-Ideen und einer Salz- und Pfefferkunde.

Mehr Informationen zu BEA
unter www.bea-verlag.ch
oder Tel. 056 444 22 22

öise lade
gedruckt in der Schweiz

Cailler-Branche Gipfel:

Zartschmelzende Verführung.

OFENFRISCH GENIESSEN
ORIGINAL
OFENFRISCH GENIESSEN

QR-Code:
Für mehr Informationen …

In kleineren Filialen eventuell nicht erhältlich.

www.hiestand.ch

Hiestand®
OFENFRISCH GENIESSEN