

AUGUST 2023

ÖISE LADE

KOCHEN, ENTDECKEN, ERLEBEN: DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG

APÉROZEIT

Happy mit Häppli: Rezepte für feine Kleinigkeiten

FAMILIENTAG

Spass und Genuss auf dem Erlebnishof Zugerland



DESSERTFESTIVAL

Fürs Schlussbouquet am Sommerfest: Süsses zum Mitbringen

Volg
frisch und fründlich

LASS DIE SONNNE RAUS.

**AKTION
40% RABATT
SINALCO 6 x 150CL PET
CHF 8.60 STATT CHF 14.40**



PUNKT FÜR DICH

Aktion gültig vom 31. Juli bis 5. August 2023 in deiner Volg-Verkaufsstelle. Solange Vorrat.

INHALT



10

Ösi Chuchi
Süsses für die grosse Runde:
Desserts zum Mitbringen



34

Ösi Chuchi
Knuspriges für den Apéro:
Häppli, die happy machen



52

NATURENA
Spass und Genuss zum Herbstbeginn
am Familienanlass mit Herz



24

Saison für Tomaten
Sonnengereiftes
Aromenwunder

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

Wir befinden uns jeweils in der Blüte des Sommers, wenn unser Nationalfeiertag begangen wird. Falls Sie den 1. August inmitten guter Gesellschaft feiern, beinhaltet diese Ausgabe zahlreiche kulinarische Ideen dafür. Ab Seite 10 finden Sie Desserts für die grössere Runde, die sich auch gut zum Mitnehmen eignen, und ab Seite 34 einen bunten Mix an Apéro-Häppchen. Am Herzen liegt uns die Partnerschaft mit der Stiftung Theodora, die Kindern im Spital Freude und Abwechslung schenkt. Umso mehr freuen wir uns, Sie zum «Familianlass mit Herz» auf dem Volg Erlebnishof Zugerland einzuladen, dessen Teilnahmegebühren der Stiftung Theodora zukommen. Am Samstag, 16. September 2023, erwarten Sie hier unterhaltsame Stunden mit herbstlichem Bauernhof-Genuss und kunterbunten Aktivitäten für Klein und Gross. Melden Sie sich jetzt an! Alle Informationen dazu erhalten Sie ab Seite 52. Bis bald im Zugerland, beim Einkaufen im Volg und viel Freude mit dieser Ausgabe.



frisch und fründlich

Philipp Zraggen
Vorsitzender der Geschäftsleitung

- 4 **CHUCHICHÄSCHTLI**
Monatshits und Saisontipps
- 10 **ÖSI CHUCHI**
Ein Feuerwerk an Desserts
- 21 **TRAUMPAAR**
Käse und Wein des Monats
- 23 **WEIN-AKTIONEN**
Jetzt profitieren
- 24 **SAISON FÜR ...**
Tomaten
- 27 **ÖISE FAVORIT**
Frey's Holzofenbrote
- 29 **ÖISE VOLG**
Volg Nendaz VS:
Wo Ferien Alltag sind
- 30 **FEINS VOM DORF**
Geisskäse aus Savognin GR
- 33 **CHURZ & FÜNDIG**
Neues aus der Volg-Welt
- 34 **ÖSI CHUCHI**
Happy mit Häppli
- 42 **ÖSI UMWÄLT**
98% Schweizer Bier
- 45 **ÖISE FAVORIT**
Appenzeller Quöllfrisch
- 47 **ÖISI MARKE**
Volg Körperpflege:
sanft zu Haut und Haar
- 48 **TYPISCH SCHWEIZ,
TYPISCH VOLG**
Volg Rapsöl aus dem
thurgauischen Horn
- 51 **NEU IM VOLG**
Entdecken und ausprobieren
- 52 **NATURENA**
Familianlass mit Herz
für einen guten Zweck
- 55 **NATURENA-KURSE**
Die neuen Kurse
im September
- 56 **LESERREZEPT**
Gâteau aux lardons
- 59 **WETTBEWERB**
Gewinnen mit Hero
- 61 **KREUZWORTRÄSEL**
Mitmachen und gewinnen
- 62 **CHRUT & RÜEBLI**
Mundartlexikon: Ziege
Vorschau
Impressum



DE GRÜN DUUME

Erntezeit für Kräuter

Im Hochsommer spriesst es vielerorts grün und üppig im Kräutergarten. Damit die Küchenkräuter weiterhin gut gedeihen, gilt es, beim Ernten ein paar Regeln zu beachten. Beim Basilikum etwa schneidet man die Triebspitzen direkt über einem Blattpaar ab, damit er wieder austreiben kann. Beim Peterli werden nur die äusseren Blätter geschnitten; die Herzblätter bleiben stehen, sonst kann er nicht mehr nachwachsen. Von aussen nach innen lautet auch die Devise beim Schnittlauch. Dessen Stängel werden knapp über der Erde gekappt. Beim Salbei schneidet man nur die jungen Triebspitzen. Thymian, Rosmarin und Minze sind am leichtesten zu handhaben. Bei ihnen dürfen getrost ganze Zweige abgeschnitten werden.

GERICHTE-GESCHICHTE

NAKED CAKE

Glasur oder Fondant? Beide sucht man beim «Naked Cake» vergeblich. Stattdessen präsentieren sich Tortenböden und Füllung ziemlich unverhüllt, wodurch die einzelnen Schichten schön zu erkennen sind. Als Begründerin des Trends gilt die amerikanische Konditorin Christina Tosi. Sie begann 2014, Torten ohne Glasur zu verkaufen, sodass die Kunden das verlockende Innenleben auf den ersten Blick sehen konnten. Wer sich an einem «nackten Kuchen» versuchen möchte, findet auf Seite 19 ein Rezept dazu. Mit fertigen Biscuitböden ist die effektvolle Torte spielend einfach zubereitet. Wer den Boden selber backen möchte, wird mit dem Suchbegriff «Biscuit» auf volg.ch/rezepte fündig.



1891

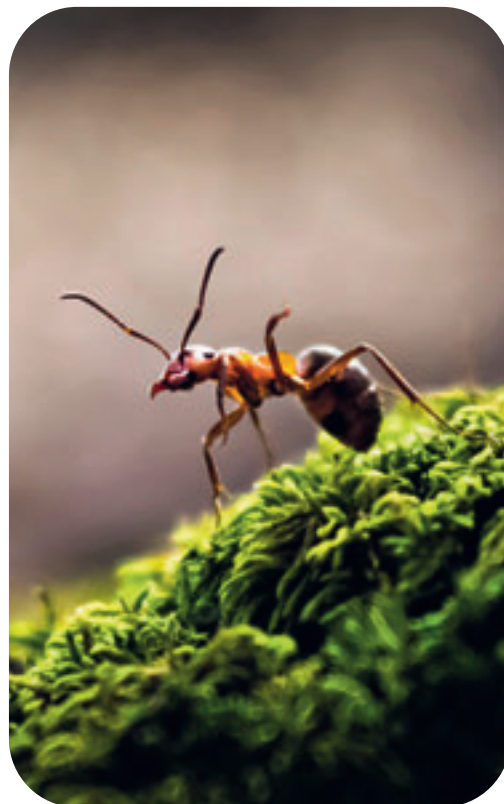
In diesem Jahr bestimmte der Bundesrat, dass der 1. August der offizielle Gedenktag für den Rütlichschwur sein soll. So fand 1891 zum 600-jährigen Bestehen der Eidgenossenschaft eine symbolträchtige Feier im Innerschweizer Dorf Brunnen statt. Doch erst im Jahr 1994 wurde der 1. August zum arbeitsfreien Feiertag erklärt.



FRUCHTSAFT-RESTE

RÜBIS & STÜBIS

Reste von Fruchtsäften wie Apfelsaft, Orangensaft, Multivitaminsaft oder Ananassaft (ja, auch der aus der Dose!) verdienen ein zweites Leben als fruchtige Eiswürfel. Dafür wird der Saft in Eiswürfelformen gegossen und eingefroren. Wer Lust hat, kann die Würfel optisch aufwerten, indem Kräuter wie Minze oder Beeren mitgefroren werden. Später können die Fruchtsaft-Eiswürfel als erfrischende und süssende Zugabe in Wasser, abgekühltem Tee oder Bowlen verwendet werden.



WETTBEWERB AUF SEITE 59

Onkel Otto kocht selber

1948 brachte Hero die genussbereiten Ravioli aus der Dose auf den Markt. «Onkel Otto kocht selber», hiess es damals in einem der ersten Werbespots für das neue Convenience-Gericht. Heute kennt sie jedes Kind. Einst wie heute sind die Hero Eier Ravioli die beliebtesten Ravioli der Schweiz. Schnell zubereitet, schmecken sie sowohl warm wie kalt zu jeder Tageszeit. Während sie bei der Einführung noch als exquisite und etwas fremdländische Delikatesse betrachtet wurden, sind sie heute fester Bestandteil in vielen Schweizer Vorratsschränken. Für den Teig werden Eier aus Freilandhaltung und für die Füllung nur hochwertiges Schweizer Rind- und Schweinefleisch verwendet. Kein Wunder, sind die Hero Eier Ravioli seit 75 Jahren heiss geliebt.



«Wenn die Ameisen sich verkriechen, wird es bald vom Himmel giessen.»

Bauernregel im August



TRICK 77

Die Tomate ist sauer?

Eine selbst eingekochte Sauce aus sonnengereiften Tomaten schmeckt einfach wunderbar! Weil frische Tomaten einen hohen Säureanteil haben, kann die Sauce je nach Gusto etwas zu sauer herauskommen. Gern schmeckt man sie dann mit Zucker ab. Wie wäre es mit einer vitaminreicheren Alternative? So hilft es oft schon, ein Rüebli mitzukochen. Dieses gibt natürliche Süsse ab und balanciert die Säure der Tomaten aus. Nach dem Kochen kann das Rüebli entfernt und gegessen werden. Oder man gibt von Anfang an klein geschnittene oder geriebene Rüebli hinzu. Übrigens: Eine Messerspitze Natron bindet die Säure und verfeinert den Geschmack einer Tomatensauce ebenfalls.

Mehr über sonnengereifte Tomaten auf Seite 24.

Die mild-würzigen Schätze der Appenzeller Natur erleben.

AKTION
Profitieren von
25.07.
bis 06.08.!



Kräftiger und sanfter Geschmack auf hohem Niveau, das bietet der Appenzeller® Mild-Würzig. Seine naturbelassene Rohmilch stammt vom Kräutergras, das auf den saftigen Weiden unterhalb des Alpsteins wächst. Und sein perfekt ausbalancierter Geschmack entsteht durch die liebevolle Pflege mit unserer geheimen Kräutersulz. Ein Käse zum Jauchzen. Biss für Biss.

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Appenzeller®
S W I T Z E R L A N D

www.appenzeller.ch

CHUCHICHÄSCHTLI

COLD BREW

KAFFEE AUS DER KÜHLE

Seit einigen Jahren ist der Cold-Brew-Kaffee immer öfter auf den Menükarten von angesagten Cafés und Restaurants zu entdecken. Im Gegensatz zum Iced Coffee, für den normaler Espresso abgekühlt und mit Eiswürfeln, Milch und wahlweise Zucker serviert wird, kommt der Cold Brew ganz ohne Hitze – und auch ohne Kaffeemaschine – aus. Für das Cold-Brew-Konzentrat werden 100 Gramm Kaffeebohnen grob gemahlen, mit 1 Liter Wasser aufgegossen und für 12 Stunden im Kühlschrank ziehen gelassen. Danach wird der Kaffee abgefiltert und mit Eiswürfeln sowie pur oder mit kalter Milch gemischt genossen.



FRISCH & KNACKIG

Filmreifer Auftritt

Blöd an der Zwetschge ist nur eines: ihre Saison könnte für Liebhaber der blauen Frucht viel länger dauern. Doch jetzt ist sie da und bereichert die Küche süss wie herzhaft. Man zieht also los in den Dorfladen und stutzt beim Anblick: Die blaue Frucht ist von einem weissen Film überzogen. Ein Qualitätsmangel oder gar Rückstände von Pflanzenschutzmittel? Keineswegs! Der weisse Film, auch Reif genannt, ist eine natürliche Schutzschicht, die die Steinfrucht selbst bildet. Sie bewahrt sie beim Wachsen am Baum zum Beispiel vor Witterungseinflüssen und nach der Ernte vor dem Austrocknen. Unmittelbar vor dem Genuss oder der Verarbeitung die Frucht abwaschen oder den Film von Hand abreiben.

JETZT WIEDER IM VOLG

ZWEI MIT NATIONALSTOLZ

Es geht auf eine Wanderung oder Velotour? Dann müssen diese beiden Schweizer Klassiker unbedingt mit ins Gepäck: die Militärbiscuits nach Originalrezeptur von Kambly und die Armee-Schokolade. Sie halten lange satt und geben unterwegs den nötigen Energieschub. Zuhause sind sie für einige kulinarische Überraschungen gut. Eine dekorative Dessert-Idee gibt es auf Seite 15 und viele weitere kulinarische Inspirationen auf volg.ch/rezpte. Übrigens: Beide Produkte sind mit ihrer langen Haltbarkeit bestens geeignet für den Vorrat. Es darf also durchaus «es bitzeli meh» im Einkaufskorb sein. Und jetzt am besten gleich in den Volg «verschieben» und die traditionsreiche «Zwipf» holen – es hät, solange hät!



Militärbiscuit*
100 g, Fr. 2.65



Armee-Schokolade*
3x 50 g, Fr. 3.95

* erhältlich, solange Vorrat.



Der frische feine Genuss – für jede Gelegenheit.

Baked Potatoes mit HIRZ Hüttenkäse

- 2 mittelgrosse Kartoffeln
- 200g HIRZ Hüttenkäse
- 2 Knoblauchzehen
(fein gehackt)
- Schnittlauch (fein gehackt)
- Meersalz

1. Kartoffeln in Alufolie wickeln
und auf dem Grill bei 180 Grad
ca. 45-60 Min. backen.
2. Hüttenkäse mit Knoblauch
und Gewürzen vermischen.
3. Ofenkartoffeln einschneiden
und mit der Hüttenkäse-
Masse füllen.



Jetzt weitere
Rezepte auf
www.hirz.ch
entdecken



Schnittlauch
200g*



Nature
200g

Geniesse auch unsere
Sorten- und Formatvielfalt



Nature
450g*



Tzatziki
200g*

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

GUT ZU WISSEN

HALLO APÉRO

Der Apéro ist fester Bestandteil unseres Gesellschaftslebens. Mit ihm feiert man fast alles - von Beförderung bis Feierabend.

- Ein Apéro überbrückt in der Regel die Zeit zum Essen. Das Wort stammt vom lateinischen «aperire» (dt. «eröffnen»).
- Kulinarisch prägt ihn die Vielfalt. Um nicht zu lange in der Küche zu stehen, ergänzt man selbst gemachte Häppchen am besten mit dazugekauften wie Schinkengipfeli, Chäschüechli, Oliven und Antipasti, Chips, Nüssen, Käse und Aufschnitt und Dipsaucen. Ideen für Selbstgemachtes gibt es ab Seite 34.
- Ein «Apéro riche» ersetzt die ganze Mahlzeit. Als Faustregel rechnet man dann mit etwa 12 Häppchen pro Person.
- Typische Apéro-Getränke sind eher trocken als süß, lieber leicht und erfrischend als schwer. Mit einem «Gespritzten» und mit Schaumwein liegt man immer richtig.



WEINTIPP

EINER FÜR LOBESHYMNEN

G CUVÉE PRESTIGE, SCHWEIZ, 2021

Der Anteil Schweizer Weine ist im Volg überdurchschnittlich hoch. Möchte man – Ehre, wem Ehre gebührt – zum Nationalfeiertag mit einem guten einheimischen Tropfen anstossen, findet jeder etwas nach seinem Geschmack. Lob ernten bei der Gästeschar wird man mit dem G Cuvée Prestige gewiss, wenn man zum sich rötenden Alpenfirn das Weinglas auf Helvetias Geburtstag hebt. Rubinrot die Farbe, der Duft nach roten und schwarzen Beeren in der Nase, eine schöne Kirscharomatik und pfeffrige Würze am Gaumen. «Dynamisch, selbstsicher und fröhlich – und zwar vom ersten bis zum letzten Schluck», schreibt Chandra Kurt im «Weinseller 2023» und adelt den «Blockbuster aus der Ostschweiz» mit herausragenden 17,25 Punkten. Sie würde ihn zum Beispiel zu Züri-Gschnätzlets mit Rösti genießen. Hervorragende kulinarische Partner sind zudem weitere Schweizer Lieblinge wie Bündner Spezialitäten, ein Filet im Teig oder Grilladen. Geschmeidig schmeckt er und geschmeidig trifft dieses Weinschaffen ins Schwarze. Ein Volltreffer eben – wie einst der Tellschuss.

75 cl, 17,25 Punkte*, Fr. 14.90

* speziell herausragendes Preis-Leistungs-Verhältnis



MONATSHITS IM AUGUST

Knoblauch Steak und Pouletbrust mariniert

Landauf, landab wird gerade der Höhepunkt der Grillsaison zelebriert. Entdecken Sie im August die raffiniert marinierten Monatshits für das unkomplizierte Grillieren, die nur noch auf den Rost (oder in die Pfanne) gelegt werden müssen. Die aromatische Knoblauch-Marinade unterstreicht den Eigengeschmack des Schweinefleischs perfekt. Klassisch würzig mariniert werden die Pouletbrüste. Beide Spezialitäten sind aus Schweizer Fleisch und tragen das Label «Suisse Garantie». Dazu ein paar Maiskolben, einen Hörnli- oder Kartoffelsalat sowie ein kühles Bier. Der «Feierabend» kann kommen!



EIN FEUERWERK AN DESSERTS



BERRY NAKED CAKE

Viel Effekt, wenig Aufwand: die Biscuitböden kauft man fixfertig gebacken und tränkt sie für die Extra-Raffinesse mit Schaumwein. Rezept auf Seite 19



**ZWEIFARBIGE
RIESEN-CRÈMESCHNITTE**

Einmal Crèmeschnitte für zehn Personen, bitte! Das Dessert benötigt etwas Zeit, kann jedoch gut vorbereitet werden. Rezept auf Seite 19

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

Der Nationalfeiertag, die langen Tage, das süsse Nichtstun – es gibt viele Gründe, sich mit Freunden zu treffen und den Sommer zu feiern. Et voilà: Das Dessert-Bufferet für die grosse Runde ist eröffnet.



ZITRONENMOUSSE IN DER ZITRONE

FÜR 8 Portionen
ZUBEREITEN ca. 40 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 2 Stunden

MOUSSE

- 4 Zitronen,**
heiss abgespült
- 1 Zitrone,**
heiss abgespült,
abgeriebene Schale
- 100 g Zucker**
- 1½ EL Maisstärke**
- 2 EL Wasser**
- 200 g nature Jogurt**
- 2,5 dl Vollrahm,**
steif geschlagen

GARNITUR

- ½ Pack dunkle Kuchenglasur**
à 125 g
- 4 Meringues**

- 1.** Zitronen halbieren, Saft vorsichtig auspressen (ergibt ca. 1,5 dl). Mit einem Löffel das restliche Fruchtfleisch und die Häutchen herauskratzen, dabei die Schale nicht verletzen. Für einen guten Stand wenig vom Zitronenboden wegschneiden.
- 2.** Zitronensaft und abgeriebene

Schale mit dem Zucker aufkochen. Maisstärke mit Wasser in einer Schüssel glatt rühren und in den kochenden Zitronensaft einrühren. Weiterköcheln, bis die Masse leicht bindet. Masse durch ein Sieb streichen, zugedeckt auskühlen. Masse aufschlagen, Jogurt und Schlagrahm untermischen, Mousse in die Zitronenhälften füllen, 2 Stunden kühl stellen.

- 3.** Kuchenglasur nach Packungsanleitung schmelzen. Meringueböden in die flüssige Schokolade tunken, auf einem Kuchengitter trocknen lassen. Meringues halbieren.
- 4.** Mousse mit den Meringues anrichten.

ÖSI TIPPS

- Für ein stichfestes Mousse statt Maisstärke 4 Blatt Gelatine, eingeweicht, in wenig heissem Wasser aufgelöst, verwenden.
- Bei Bedarf kann das Rezept halbiert werden.
- Das Dessert ist ein süßes Mitbringsel? Zitronenhälften für den Transport in ein Muffinblech legen.

MUFFINS MIT SCHOGGISTÄNGELI-KERN

FÜR 12 Stück
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten
BACKEN ca. 20 Minuten
1 Muffinblech mit 12 Vertiefungen
12 Papier-Backformen

- 80 g Sonnenblumenöl**
- 150 g Rohrzucker**
- 1 Prise Salz**
- 2 Eier**
- 50 g Kochschokolade,**
gehackt, im warmen Wasserbad geschmolzen
- 1 dl Vollmilch**
- 180 g Halbweissmehl**
- 1 TL Backpulver**
- 30 g Kakaopulver**
- 50 g Backschokoladenwürfel**
- 2 weisse Schoggistängel**
à 42 g, in 12 Stücke geschnitten

- 1.** Vertiefungen des Muffinblechs mit Papierförmchen auslegen.
- 2.** Öl, Zucker und Salz verrühren. Eier nach und nach unterrühren. Weiterrühren, bis die Masse hell ist, Schokolade und Milch untermischen. Mehl, Backpulver und Kakaopulver mischen, dazusieben, Schokoladenwürfel dazugeben, alles mischen.
- 3.** Die Hälfte des Teigs in die Förmchen verteilen. Je 1 Schoggistängel-Stück hineinlegen und restlichen Teig darauf verteilen.
- 4.** Im auf 180 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 15–20 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Kuchengitter auskühlen.

ÖISE TIPP

Haltbarkeit: In Folie verpackt im Kühlschrank ca. 3 Tage; tiefgekühlt bis zu 2 Monate.



CARAMEL-FLAN AUS DER CAKEFORM

FÜR ca. 12 Portionen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
GAREN IM OFEN ca. 80 Minuten
KÜHL STELLEN über Nacht
Cakeform von 30 cm Länge
Ofenfeste Form von ca. 3 Litern Inhalt
Starke Alufolie

Ca. 1 l Wasser, siedend
200 g Zucker
5 EL Wasser
7 Eier
2 Vanilleschoten,
 Samen ausgekratzt
300 g gezuckerte Kondensmilch
5 dl Milch
Ca. ½ l Wasser, siedend

Masse goldgelb ist. Caramelsirup gleichmässig in die Cakeform giessen.
3. Eier mit Vanillesamen, Kondensmilch und Milch gut verrühren, sorgfältig über den Sirup giessen. Cakeform mit Alufolie abdecken. Siedendes Wasser bis unter den Cakeformenrand nachfüllen.
4. Im auf 160 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofen ca. 80 Minuten garen. Bei offener Ofentür ca. 30 Minuten abkühlen lassen. Herausnehmen, auskühlen lassen, zugedeckt über Nacht kühl stellen.
5. Flanrand lösen, Flan vorsichtig auf eine Cakeplatte mit Rand stürzen, restliche Caramelsauce darauf verteilen. Flan in Stücke schneiden.

ÖISI TIPPS

- Den Flan vor dem Servieren mit Schlagrahm und Früchten garnieren.
- Der Flan ist gekühlt 3 Tage haltbar.

1. Cakeform ganz mit Alufolie auslegen, gut abdichten. Die ofenfeste Form mit einem sauberen Lappen belegen. Cakeform daraufstellen, Wasser in die ofenfeste Form giessen.
2. Zucker und Wasser in einer Pfanne caramelisieren, bis die



BUNTE FRUCHTSPIESSE

FÜR 16 Spiesse
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
16 lange Holzspiesse

- 3 Bananen**,
in ca. 3 cm lange Stücke geschnitten
- 2 Pfirsiche**, entsteint,
in ca. 2 cm breite Schnitze geschnitten
- 4 Kiwis**, geschält,
in ca. 2 cm grosse Stücke geschnitten
- 20 blaue Trauben**
- 2 Äpfel**,
in ca. 4 cm grosse Stücke geschnitten
- 3 Zweige Minze**,
Blätter abgezipft
- ½ Pack dunkle Kuchenglasur à 125 g**
- Ca. 5 Choco-Schümli**,
grob zerbröselt

dünnen Faden über die Spiesse giessen, mit Schümli garnieren. Spiesse trocknen lassen, bis zum Servieren kühl stellen.

ÖISI TIPPS

- Statt Schümli 30 g gehackte Haselnüsse darüberstreuen.
- Falls das Dessert mitgebracht wird, die Spiesse erst vor Ort garnieren.



1. Früchte und Minze in beliebiger Folge auf die Spiesse stecken. Spiesse dicht nebeneinander auf eine Platte legen.
2. Kuchenglasur nach Packungsangabe schmelzen und im

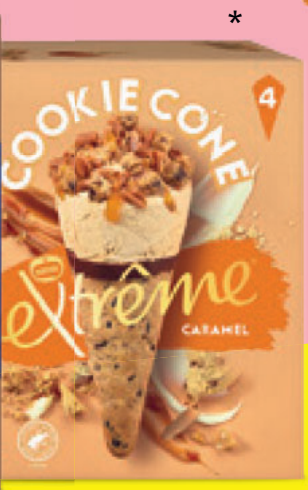




extrême®

NEU

**25%
AKTION**
vom 07.08.-13.08.2023



*in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich



KOKOSCRÈME MIT PISTAZIEN-TOPPING

FÜR 8 Personen
ZUBEREITEN ca. 25 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 1 Stunde

- 5 dl Kokosmilch
- 100 g Zucker
- 50 g Maisstärke
- 2 Eigelbe
- 1 Zitrone,
heiss ab gespült,
abgeriebene Schale
- 2,5 dl Vollrahm,
steif geschlagen
- 2 EL Kokosraspeln,
geröstet
- 50 g gesalzene Pistazien,
geschält, grob gehackt
- 8 Raffaello-Kugeln,
ganz oder halbiert,
nach Belieben

1. Kokosmilch und alle Zutaten bis und mit den Eigelben in einer Pfanne unter ständigem Rühren aufkochen. Weiterköcheln, bis die Crème bindet. Durch ein Sieb streichen, Zitronenschale untermischen, Klarsichtfolie direkt auf die Crème legen, ca. 1 Stunde kühl stellen.
2. Crème aufschlagen, Schlagrahm untermischen, anrichten, mit Kokosraspeln, Pistazien und Raffaello-Kugeln garnieren.

ÖISI TIPPS

- Die Garnitur erst kurz vor dem Servieren darüber verteilen.
- Für eine kleinere Runde kann die Menge halbiert werden.

ZWETSCHGEN-JOGURT-SCHICHTDESSERT MIT GUETZLI-DEKOR

FÜR 8 Portionen
ZUBEREITEN ca. 40 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 30 Minuten
8 Weckgläser von je 2 dl Inhalt

KOMPOTT

- 800 g Zwetschgen,
entsteint, geviertelt
- 1,5 dl Orangensaft
- 50 g Zucker
- 1 Zimtstange

JOGURT

- 300 g Jogurt Stracciatella
- 300 g Rahmquark

BISKUITS

- 50 g weisse Schokolade,
fein gehackt
- 8 Militärbiscuits
- 20 g Mandelscheiben,
geröstet
- 1 TL Puderzucker

1. Zwetschgen und alle Zutaten bis und mit Zimt in einer Pfanne

zugedeckt bei mittlerer Hitze 10–15 Minuten köcheln lassen, auskühlen, zugedeckt 30 Minuten kühl stellen.

2. Jogurt und Quark mischen, mit dem Zwetschgenkompott abwechslungsweise in die Gläser schichten. Bis zum Servieren kühl stellen.

3. Schokolade im heissen Wasserbad schmelzen. Wenig flüssige Schokolade auf jedes Biscuit streichen, Mandelscheiben darauf streuen, auskühlen lassen.

4. Biscuits mit Puderzucker bestreuen und dazu servieren.

ÖISI TIPPS

- Die Zwetschgen können durch andere Steinfrüchte wie Pfirsiche, Nektarinen oder Aprikosen ersetzt werden.
- Bei weniger Gästen die Rezeptmenge halbieren.
- Statt Militärbiscuits Petit Beurre verwenden.



Cailler



ENJOY & WIN! WITH *Cailler* **3x10'000 CHF** + **WIN 250x2: MATCH TICKETS**

OFFERED BY  OFFICIAL LICENSED PRODUCT



APFEL-VANILLEPUDDING-BLECHKUCHEN

FÜR 1 Blech à ca. 20 Stücke
 ZUBEREITEN ca. 1 Stunde
 KÜHL STELLEN ca. 1½ Stunden
 ZIEHEN LASSEN über Nacht
 BACKEN ca. 1 Stunde
 Backblech

**Butter und Paniermehl
 für das Blech**

TEIG
 500 g Weissmehl
 ½ TL Salz
 2 TL Backpulver
 250 g Zucker
 2 Pack Vanillezucker
 250 g Butter, kalt,
 in Stücken
 2 Eier
 2 EL Wasser

FÜLLUNG
 4 EL Paniermehl
 1,3 kg säuerliche Äpfel,
 z. B. Braeburn, halbiert, entkernt,
 in dünne Scheiben geschnitten
 1 l Apfelschorle
 3 Pack Vanillepuddingpulver zum
 Kochen à 70 g

GARNITUR
 3 dl Vollrahm
 1 Pack Rahmhalter
 2 TL Zimt

1. Mehl, Salz, Backpulver, Zucker und Vanillezucker in eine Schüssel geben und mischen. Butter dazugeben und feinkrümelig verreiben. Eine Mulde formen, Eier und Wasser hineingeben. Zu einem Teig zusammenfügen, nicht kneten. In Folie gewickelt mindestens 1 Stunde kühl stellen.
 2. Teig halbieren, beide Portionen auf wenig Mehl in der Grösse des halben Blechs

auswallen. Teig portionenweise um das Wallholz wickeln und auf das vorbereitete Blech auslegen, Rand andrücken. Teig mit einer Gabel einstechen und 20–30 Minuten kühl stellen.

3. Paniermehl und Äpfel auf dem Kuchenboden verteilen.
 4. Apfelschorle aufkochen, Puddingpulver einrühren, ca. 5 Minuten köcheln (Achtung: die Masse bindet nicht). Die heisse Flüssigkeit über die Apfelscheiben giessen.
 5. Im auf 160 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 50–60 Minuten backen. Bei geöffneter Ofentür abkühlen lassen, über Nacht kühl stellen.
 6. Vollrahm mit Rahmhalter steif schlagen, Schlagrahm löffelweise auf dem Kuchen verteilen, Zimt darüberstreuen.

ÖISE TIPP

Das Dessert wird mitgenommen? Rahm erst vor Ort steif schlagen und den Kuchen damit garnieren.

EIN SCHLUCK
SONNE
FÜR DEINEN
ESSTISCH



LOW IN
CALORIES

Lipton

Lemon
ICE TEA

For The Good
100% Natural
No Artificial
Flavors



BERRY NAKED CAKE

FÜR 1 Kuchen
ZUBEREITEN ca. 35 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 2 Stunden
 1 Spritzsack

FÜLLUNG

5 dl Vollrahm
2 Pack Rahmhalter
500 g Mascarpone
50 g Puderzucker
3 Brombeeren, zerdrückt

1,5 dl Schaumwein
20 g Puderzucker
700 g Brombeeren,
 davon 100 g kühl gestellt
1 heller, zweifach geschnittener Wiener Boden

GARNITUR

80 g Japonais-Biscuits,
 z. B. Wernli Japonais

1. Rahm mit Rahmhalter steif schlagen. Mascarpone und Puderzucker untermischen. $\frac{3}{4}$ der Masse in den Spritzsack füllen, bis zur weiteren Verwendung kühl stellen. Die restliche Masse mit dem Beerenmus marmorartig einfärben, zugedeckt kühl stellen.
2. Schaumwein und Puderzucker verrühren, 5 EL über die Beeren giessen.
3. Den ersten Tortenboden auf eine Platte legen, mit $\frac{1}{3}$ des Schaumweins tränken. Mit ca. $\frac{1}{2}$ der gekühlten Tortenfüllung von aussen nach innen 4 Ringe mit einem Abstand von 2 cm auf den Tortenboden spritzen. Die Zwischenräume mit der Hälfte des Brombeermus füllen. Zweiten Tortenboden darauflegen, leicht andrücken, mit $\frac{1}{3}$ des Schaumweins tränken. Den Vorgang mit der restlichen Masse und den restlichen Beeren wiederholen. Dritten Boden darauflegen, leicht andrücken, mit restlichem Schaumwein tränken. Die Torte ringsum mit der eingefärbten Crème bestreichen, ca. 2 Stunden kühl stellen.
4. Vor dem Servieren mit kühl gestellten Beeren und den Biscuits garnieren.

ÖISE TIPP

Die Brombeeren durch frische oder tiefgekühlte Heidel- oder Himbeeren ersetzen.



ZWEIFARBIGE RIESEN-CRÈMESCHNITTE

FÜR 1 Schnitte à ca. 10 Stücke
ZUBEREITEN ca. 1 Stunde
BACKEN ca. 25 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 4 Stunden
TIEFKÜHLEN ca. 4 Stunden
AUFTAUEN LASSEN ca. 1 Stunde
 Backpapier für das Blech
 2 Spritzsäcke

TEIG

1 rechteckig ausgewallter Blätterteig
1 EL Puderzucker

CRÈMEN

3,3 dl Vollmilch
1 Vanilleschote, längs halbiert,
 Samen ausgekratzt
75 g Zucker
3 Eigelbe, Raumtemperatur
40 g Maisstärke
50 g Kochschokolade,
 fein gehackt

3,5 dl Vollrahm,
 steif geschlagen
3 EL Aprikosenkonfitüre

1 EL Kakaopulver
1 EL Puderzucker

1. Blätterteig längs in 3 gleich breite Streifen schneiden, auf das vorbereitete Backblech legen, Teig um ca. 5 cm kürzen. Mit einer Gabel dicht einstechen. Ein zweites Blech direkt auf die Blätterteigstreifen legen, damit sie sich nicht wölben.
2. Im auf 190 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 15–20 Minuten knusprig backen. Bleche herausnehmen, Ofenhitze auf 200 °C erhöhen. Die noch heissen Blätterteigstreifen mit Puderzucker bestäuben und ohne das zweite Blech weitere 2–3 Minuten backen, bis der Zucker caramelisiert. Blätterteigstreifen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.
3. Milch mit Vanillesamen und Zucker aufkochen. Eigelbe und Maisstärke miteinander verrühren, 4 EL der Vanille-Milch dazugeben, glatt rühren. Restliche Vanille-Milch in die Eimasse giessen, verrühren. Eier-Milch-Masse zurück in die Pfanne geben und unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze aufkochen, bis die Masse gut gebunden hat. Crème durch ein Sieb streichen, auf-

- fangen und auf 2 Schüsseln verteilen. Schokolade unter eine der Crèmen mischen, bis sie geschmolzen ist. Klarsichtfolie direkt auf die Crèmen geben, auskühlen lassen und zugedeckt 3–4 Stunden kühl stellen.
4. Crèmen mit dem Mixer geschmeidig rühren. Je die Hälfte Schlagrahm unter jede Crème mischen. Crèmen in die Spritzsäcke füllen. Einen Blätterteigstreifen mit der caramelisierten Seite nach oben auf ein Brett legen. Schokoladencreme gleichmässig aufspritzen, den zweiten Teigstreifen darauflegen, leicht andrücken. Vanillecreme aufspritzen. Den dritten Teigstreifen auf die Vanillecreme legen, leicht andrücken. Ränder glatt streichen. Ca. 3–4 Stunden tiefkühlen.
 5. Aprikosenkonfitüre erwärmen, mit einem Pinsel auf den Deckel der Schnitte streichen, 10 Minuten trocknen lassen.
 6. Dekoration: Mit Kakaopulver bestäuben, 4–6 Teelöffel oder Dessertgabeln auflegen, Puderzucker darüber stäuben, Löffel oder Gabeln vorsichtig entfernen. Die noch gefrorene Schnitte mit einem Brotmesser in ca. 3 cm breite Stücke schneiden, dabei das Messer jedes Mal mit einem feuchten Tuch reinigen. Die Stücke im Kühlschrank ca. 1 Stunde auftauen lassen und servieren.

ÖISE TIPP

Die Schnitte kann auch einfarbig nur mit Vanillecrème zubereitet werden. Dafür einfach die Schokolade weglassen.



Kuchen für alle, Kaffee für alle:
Volg Lungo Crema
 10 Kapseln

«UNSERE KNUSPRIGSTEN
STEHLEN JEDEM
GRILL-CHEF DIE SHOW.»



* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

DIE CHIPS-EXPERT:INNEN.



Käse & Wein

**GOTTARDO GROTTA
SCHWEIZER HARTKÄSE**

Santé und buon appetito!

Am Anfang steht die geschmackvolle Bergmilch aus der oberen Leventina im Sonnenkanton Tessin, die dem Gottardo Grotta seinen aromatischen Duft verleiht. Sie wird in der Käserei Gottardo in Airolo von fachkundigen Händen in einen zarten Hartkäse verwandelt. Seine besondere Würze erhält der Käse während der anschliessenden Reifezeit in den Felsenhöhlen in der Nähe der Gotthard-Passstrasse. Das Resultat? Ein geschmackvoller Käse, der mit dem Humagne Rouge AOC Valais ein wahres Traumpaar abgibt.

**HUMAGNE ROUGE
AOC VALAIS**

Humagne Rouge AOC
Valais, Schweiz, 75 cl

-20% **12.30**
statt 15.40

Gottardo Grotta
Portion 200 g

statt Fr. 2.95

Fr. 2.35



**WEIN
DES
MONATS**

**KÄSE
DES
MONATS**



FÜR BESSERER.

Enthält Spuren von Liebe.

Unser
**Besserer
Versprechen**

Wir stehen für
ausgewählte Zutaten,
passionierte Kochkunst
und den Einsatz für
Nachhaltigkeit.



**Jetzt
zugreifen!**

* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

JETZT PROFITIEREN!


+ **G Cuvée Prestige**
 Schweiz, 2021, 75 cl, 17,25 Punkte*

 Pinot Noir, Dornfelder, Cabernet Dorsa Rubinrot schöne Kirsch-
 aromatik, geschmeidig 14-16 °C Grilladen, Bündner Spezialitäten

-20% **11.90**
 statt 14.90

+ **G Cuvée de Blancs Prestige**
 Schweiz, 2021, 75 cl, 17 Punkte*

 Chasselas, Chardonnay, Riesling-Silvaner helles Goldgelb
 Apfel, Zitrus, Pfirsich, harmonisch 8-10 °C Aperitif

-21% **10.90**
 statt 13.90

**WEIN
 DES
 MONATS**

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

 Humagne Rouge Rubinrot fruchtbetont, schöne
 Würzigkeit 14-16 °C Hartkäse, gebratenes Fleisch

-20% **12.30**
 statt 15.40

+ **Petite Arvine AOC Valais**
 Schweiz, 2021, 75 cl, 17 Punkte*

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

15.90
 statt 19.80

Zeni Valpolicella Ripasso DOC Superiore
 Italien, 2020, 75 cl, 17,5 Punkte*

 Corvina, Rondinella sattes Rubinrot reife Beeren, fülliger Auftakt am
 Gaumen 17-19 °C rotes Fleisch vom Grill, Lasagne, Pasta, Hartkäse

-21% **12.90**
 statt 16.50

Stella d'Argento Primitivo di Manduria DOC
 Italien, 2020, 75 cl, 18 Punkte*

 Primitivo intensives Rubinrot mit violetten Reflexen fruchtig,
 langer Abgang 16-18 °C Lamm- und Rindfleisch vom Grill, Hartkäse

-20% **15.50**
 statt 19.50

Marqués de Riscal Rueda DO
 Spanien, 2022, 75 cl

 Verdejo helles Zitronengelb mit grünlichen Reflexen floral, fruchtig,
 erfrischend 8-10 °C Fisch, kalte Gerichte

-20% **10.30**
 statt 12.90

Marqués de Riscal Rioja DOCa Reserva
 Spanien, 2018, 75 cl, 17,25 Punkte*

 Tempranillo, Graciano Granatrot Nuancen von reifem Obst,
 würzig, vielfältig 16-18 °C Fleischplatten, Käse

-21% **17.90**
 statt 22.90

Mirada Moscato Valencia DO
 Spanien, 2022, 75 cl

 Moscato Hellgelb frisch-fruchtig, lieblich, spritzig
 8-10 °C Aperitif, gebratener oder grillierter Fisch

-20% **7.70**
 statt 9.70

 Diese Aktion
 gilt vom
 31.7.2023 bis
 26.8.2023
 solange Vorrat
 Jahrgangsänderungen
 vorbehalten

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

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

SAISON FÜR ...

Tomaten

Paradiesapfel, Frucht, Gemüse oder gar Beere? Die Tomate ist botanisch gesehen überall ein bisschen zu Hause. Das aromatisches Wunderkind ist vielseitig wie kaum eine andere Zutat – und hat jetzt Hochsaison!



Perfekter Partner

Warum wohl auf vielen Mozzarella-Packungen auch Tomaten abgebildet sind? Weil Tomaten und Mozzarella schlichtweg eine unschlagbare Paarung sind – optisch wie geschmacklich.

**Züger Mozzarella IP Suisse,
Kugel à 150 g**

Keine zu klein ...

... ein Geschmackswunder zu sein. Es gibt tausende von Tomatensorten – von kleinen Cherrytomaten bis hin zu beeindruckend grossen Fleischtomaten. Die Früchte der kleinsten Tomate der Welt haben einen Durchmesser von weniger als einem Zentimeter. Auch geschmacklich ist die Vielfalt riesig. Die im Volk beliebte Ramati-Tomate, die es auch als Cherry-Ramati-Tomate gibt, ist eine Rispentomate. Weil sie am Strauch reift und mit diesem geerntet wird, ist sie schön kräftig im Geschmack.

EIN GRUSS VON DER INSEL CAPRI

Das berühmteste Tomatengericht, der Insalata Caprese aus Tomaten, Mozzarella und Basilikum, ist eine Hommage an die italienische Insel Capri. In Italien wird der Salat meist nur mit Olivenöl serviert, hierzulande wird er oft mit einem Schuss Aceto balsamico verfeinert. Ein weiterer italienischer Klassiker, bei dem die reifen Sommertomaten so richtig zur Geltung kommen, sind Bruschette al pomodoro. Dafür fein gewürfelte Tomaten mit klein geschnittenen Zwiebeln oder Knoblauch, Salz, Pfeffer und Olivenöl vermischen und auf gerösteten Brotscheiben servieren.

Die Sonnenkönigin

Im Hochsommer haben Tomaten aus Schweizer Anbau ihre Hauptsaison. Obwohl das Gemüse zur Familie der Nachtschattengewächse zählt, ist es ein echtes Sonnenkind. Bei Wärme und vielen Sonnenstunden entwickelt sich ein intensives Aroma. Deshalb setzt man die Tomate im Sommer am besten roh ein: Gemixt in einer erfrischenden Gazpacho, klein geschnitten und zusammen mit Olivenöl unter die warmen Spaghetti gemischt oder in jeglicher Form von Salat. Besonders gut verträgt sie sich mit Gurke, Avocado, Auberginen, Beeren, Oliven, Erdnüssen, Kartoffeln, Schinken, Rindfleisch, Hart- und Weichkäse – und natürlich Mozzarella.



Warmes Tomaten- Käse-Sandwich

FÜR 4 Personen
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

- 8 Scheiben Tessinerbrot**
- 4 EL Pesto alla Genovese**
- 2 Tomaten**, z. B. Ramati,
in Scheiben geschnitten
- 150 g Appenzeller, kräftig-würzig**,
in Scheiben geschnitten
- ½ Bund Basilikum**, Blätter abgezupft
- 40 g Butter**

1. Brotscheiben einseitig mit Pesto bestreichen. Die Hälfte mit Tomaten, Käse und Basilikum belegen. Restliche Brotscheiben mit der bestrichenen Seite nach unten darauflegen.

2. Butter in einer grossen Bratpfanne erhitzen. Die Sandwiches bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 4 Minuten goldbraun braten, bis der Käse geschmolzen ist.

ÖISI TIPPS

- Dazu passt ein Blattsalat oder eine kalte Suppe, z. B. eine Gazpacho.
- Statt Basilikum gehackte Peterli und statt Appenzellerkäse Mozzarella verwenden.



Hol dir dein Feldschlösschen!



Mit Verantwortung
genießen.



Knusperfrisch

Das Backen im Holzofen macht das unvergleichlich intensive Aroma und die knusprige Kruste der Holzofenbrote von Fredy's aus.

DIE URKRAFT DES FEUERS

100-jähriges Holz, vom Regen ausgewaschen und von der Sonne getrocknet, befeuert den Ofen für die aromatischen Holzofenbrote von Fredy's. Beim Backen wird nicht nur die Urkraft des Feuers genutzt, sondern auch die beste Hitzeübertragung, die es gibt: Naturstein.

AUS DER NÄHE

Alle Backwaren bei Fredy's werden aus natürlichen Rohstoffen aus der Schweiz gebacken: Alpensalz, Appenzeller Bergbutter, Schweizer Freilandeier sowie Jogurt und Milch vom Nachbardorf. Auch das Holz stammt aus der nahen Sägerei Vögele aus dem Bachsertal.

Purer Geschmack

Für Fredy's Brote wird Mehl aus IP-Suisse-Getreide aus nachhaltiger Landwirtschaft und pestizidfreiem Anbau verwendet. Künstliche Backhilfsmittel kommen keine ins Brot. Der Fokus liegt ganz auf dem traditionellen Bäckerhandwerk.



Wild & Ruch und Huusbrot*

Das Brot Wild & Ruch sowie das Huusbrot* von Fredy's aus Baden AG enthalten nebst Weizen- und Roggenmehl zwei Prozent Weizenkeime und fünf Prozent frisch vermahlene Vollkornmehl. Das Resultat sind korngesunde Backwaren – dank dem Holzofen mit einer krachenden Kruste –, die ofenfrisch im Volg erhältlich sind.



THOMY®

HEISS AUF DIE NEUE GRILLSAISON ?

Ab sofort erhältlich



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



In vielen Schweizer Feriendörfern findet man nebst Chalets, Bergseen und Gipfeln einen Volg. Der Volg Nendaz im Unterwallis ist für Touristen idyllisch und für Einheimische wichtig.

Nendaz in der Ferienregion «4 Vallées» bietet an Aktivitäten alles, was das Herz begehrt: Im Winter 250 Kilometer Skipisten, im Sommer 250 Kilometer Wanderwege und 200 Kilometer Biketrails. Und so ist der Volg Nendaz am Dorfeingang auf alle Bedürfnisse der Kundinnen und Kunden von nah und fern eingestellt. Obwohl: «Natürlich läuft jetzt im Sommer sowie im Winter viel aufgrund der Feriengäste. Aber unsere Hauptsaison liegt eigentlich dazwischen. Dann schliessen die Läden hier oben und wir sind für die Dorfbewohner weiterhin da», erklärt Ladenleiterin Héléne Anne Laure Glassey. Bei Gästen wie Einheimischen beliebt sind lokale Käsespezialitäten – wie im Sommer Raclettekäse und im Winter die Fondues aus der Dorfkäserei. «Und weil jetzt viele Familien picknicken gehen, bieten wir eine noch grössere Auswahl an Brot, Aufschnitt wie Salami und Salaten an.»

Persönlich und familiär

Los geht es morgens ab 6 Uhr, wenn die Mitarbeitenden der Tourismusbetriebe auf der kurvigen Strasse vom Tal bis in das auf 1252 Metern Höhe gelegene Ferienparadies fahren und sich im Volg mit frischen

Sandwiches versorgen. Héléne Anne Laure Glassey ist in Nendaz aufgewachsen und nach Lern- und Wanderjahren in Zermatt und Leukerbad wieder in ihre Heimat zurückkehrt. «Nach Nendaz kommen vor allem Eltern mit Kindern – viele kommen regelmässig hier in die Ferien. Und dazu kaufen bei uns natürlich die Einheimischen ein. Ich kenne meine Kunden. Dies ermöglicht es, eine persönliche Beziehung zu ihnen aufzubauen. Es ist toll, in einer solchen familiären Atmosphäre zu arbeiten.»



3 FRAGEN AN:



**Héléne Anne Laure Glassey
Ladenleiterin Volg Nendaz**

Wie wichtig sind die Touristen und Feriengäste für Sie und woher kommen diese vorwiegend?

Mit Touristen im Dorf wächst man hier oben auf. Und zum Glück gibt es sie. Denn sonst könnte unser Dorf kaum überleben. Wir begrüssen oft Belgier, daneben Franzosen und Deutschschweizer bei uns im Laden. In erster Linie sind es Familien.

Was ist Ihr Lieblingsprodukt?

Die Volg Hörnli. Ich liebe es, sie mit einer Käsesauce aus unserer Dorfkäserei zuzubereiten.

Was nehmen Sie aus dem Volg mit, wenn Sie selbst verreisen?

Ich fahre sehr gerne Ski. Da müssen immer eine oder zwei Tafeln Schokolade dabei sein. Und die kleine Tube Sonnencreme, die wir anbieten. Die ist super praktisch.



Ziegen, Ziger und Mascarpin

Im Volg Savognin finden sich Spezialitäten aus Geissmilch, die direkt im Bündner Dorf hergestellt werden. Eine davon geht bis in die Römerzeit zurück.

Die Ziegenmilch ist kurz vor dem Kochpunkt. Jetzt muss es schnell gehen. Kathrin Riederer schöpft mit einem Sieb den Käsebruch aus dem Bottich und füllt ihn in kleine Formen ab. «Das muss innert zehn Minuten geschehen, ansonsten stimmt die Konsistenz nicht», erklärt sie die schnelle Arbeitsweise. Sind die Formen gefüllt, wuchtet die Käserin schwere Gewichte darauf, um die Molke auszupressen. Anderorts übernehmen Maschinen solche Arbeiten, in der kleinen Käserei mitten in Savognin GR sucht man diese vergebens. Kathrin Riederer ist kein grosser Fan von technischen Hilfsmitteln. «Wenn man von Hand Käse macht, hat man mehr Kontrolle. Käse ist ein Naturprodukt

und es ist jeden Tag anders. Da muss man mit viel Fingerspitzengefühl arbeiten.»

Aus der Milch von 130 Ziegen

Die hier verarbeitete Milch stammt von 130 Ziegen, die von Ende Mai bis Mitte September auf einer nahen Alp leben und dort mit schönster Aussicht auf die Berglandschaft der Albula-Region feinstes Gras fressen. Ansonsten sind sie auf einer Wiese mitten in Savognin anzutreffen. Für die Ziegen und das zweimal tägliche Melken ist Dino Balestra zuständig. Er ist mit Geissen aufgewachsen. «Mein Vater hat sich vor 30 Jahren ein paar Ziegen als Hobby zugelegt. Den Käse haben wir zunächst in der Küche gemacht, danach in der eigenen

Käserei, die mein Vater ausgebaut hat», erinnert er sich. Nach der Pensionierung des Vaters vor fünf Jahren hat der Junior den Betrieb übernommen. «Dazu gehörte auch, dass wir mehr Sorten produziert haben.» Zum frischen Geissenziger mit und ohne Kräuter kamen auch halbharter Geisskäse und vor allem der sogenannte Mascarpin dazu. «Das Rezept dafür hat mein Vater von einer alten Frau bekommen. Man sagt, der Ursprung dieser Sorte stamme aus den Römerzeiten», weiss Dino Balestra.

Das Geheimnis des Grauschimmels

Kathrin Riederer erklärt, um was es sich bei diesem geheimnisvollen Käse handelt. «Der ist eine absolute Rarität und wird nur



Ganz links: Im Sommer leben die Geissen auf der Alp, in der kälteren Jahreszeit mitten im Dorf Savognin. Oben rechts: Bauer Dino Balestra mit seinen Ziegen. Unten links: Käserin Kathrin Riederer mit dem frisch in Form gebrachten Geisskäse. Rechts: Dieser Käse hat bereits einen Überzug aus Edelschimmel.

noch von ganz wenigen Käsereien hergestellt. Ziger ist eigentlich ein Frischkäse. Der Mascarpin hingegen kommt nach 24 Stunden Abpressen in unseren Keller, wo sich auf der Oberfläche ein edler Grauschimmel bildet.» Täglich werden die Ziger gewendet und kommen nach vier bis fünf Wochen gereift in den Verkauf. Der Mascarpin ist also kurz gesagt ein gereifter Ziger. Nebst dem Ziger stellt die Käserei einen Geisskäse nach dem gleichen Verfahren her. Diese speziellen Produkte verkauft der Volg Savognin. «Wir sind seit sehr vielen Jahren sehr glücklich mit der Zusammenarbeit mit Volg. Die Einheimischen schätzen unsere Käsespezialitäten genauso wie die vielen Touristen», sagt Dino Balestra.



GEISSKÄSE AUS SAVOGNIN
Der Geisskäse sowie der frische und der gereifte Geissziger sind im Volg Savognin GR erhältlich.

PRODUKTE MIT LOKALCHARAKTER
Die Savogniner Geisskäsespezialitäten gehören zu den rund 10000 «Feins vom Dorf»-Spezialitäten. «Feins vom Dorf» hält, was der Name verspricht: Die Produkte sind nur im Volg im jeweiligen Dorf oder Nachbardorf erhältlich. Entdecken Sie die «Feins vom Dorf»-Spezialitäten in Ihrem Volg!



MEDITERRANER GENUSS AUS
Schweizer Milch.



Natürlich von



*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Nussig, knackig, neu:
**KNOPPERS
ERDNUSS!**



GEWINNE 1 VON 50 KNOPPERS WAFFEL ERDNUSS
PROBIERPÄCKLI MIT EINEM COOLEN BADETUCH.
JETZT MITMACHEN: www.storck.win-fun.ch

*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



«FEINS VOM DORF»-TAG

So genial ist lokal

Das Gute liegt so nah. Das gilt für das Label «Feins vom Dorf» ganz besonders. Die im Volg mit «Feins vom Dorf» gekennzeichneten Spezialitäten stammen nämlich ausnahmslos von Produzenten aus dem jeweiligen Dorf oder Nachbardorf. Das Angebot ist somit von Volg zu Volg unterschiedlich. Kennen Sie die «Feins vom Dorf»-Spezialitäten aus Ihrem Volg oder einem Volg in Ihrer Nähe schon? Die beste Gelegenheit, diese zu entdecken, bietet sich jeweils am «Feins vom Dorf»-Tag, der einmal pro Jahr in allen Läden stattfindet. Lernen Sie dabei einige der Produzenten persönlich kennen und gewinnen Sie beim Wettbewerb mit etwas Glück einen tollen Preis. Kalender zücken, Datum vormerken und vorbeikommen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

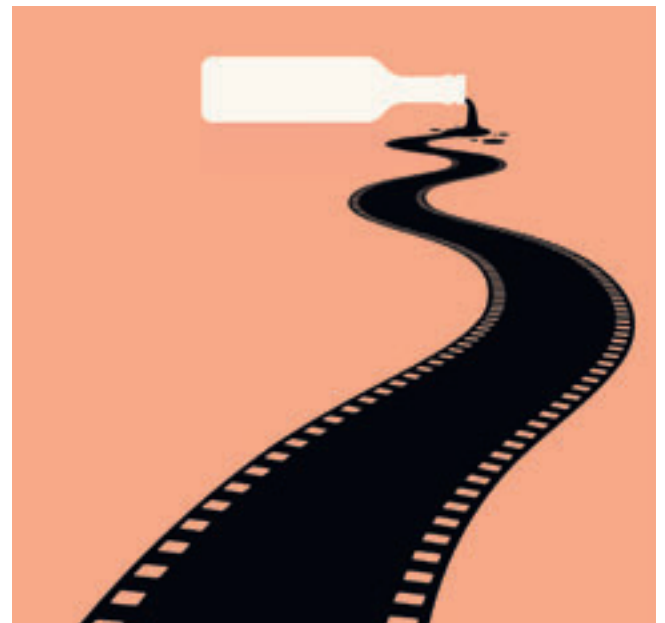
Samstag, 2. September 2023, 9 bis 16 Uhr, in jedem Volg.

WEINWISSEN

IN VINO IRGENDWAS?

Fragen rund um Wein kann man sich viele stellen: Wie dekantiert man edle Tropfen, welcher Wein passt am besten zum Apéro, was versteht man unter einem trockenen, leichten oder schweren Wein? Manchmal geben auch Fachbegriffe Rätsel auf. Was steckt hinter Tanninen, einer Assemblage oder was sind Weinfehler? Spannendes Fachwissen kann man sich auf volg.ch innert weniger Minuten erobern – in Kurzfilmen zu verschiedenen Themen aus der Weinwelt vom Weinexperten einfach, kurz und bündig erklärt.

Alle Kurzfilme unter volg.ch/weinwissen.



NOCH BIS ENDE OKTOBER MITSPIELEN

GLÜCK IM CHÖRBLI

Der gelbe Einkaufskorb im Volg wird jetzt zur Goldgrube: Beim «Volg Chörblibingo» gibt es jeden Monat Volg-Geschenkkarten im Wert von 1000 Franken zu gewinnen. Ziel ist es, den Einkaufskorb mit möglichst vielen der gesuchten Produkte der Volg Eigenmarken (Volg Marke und Volg Familienpreis) und des Labels Agri Natura zu befüllen. Das Spiel funktioniert so einfach wie «Bingo»: rufen: Chörbli füllen, fotografieren, Foto auf der Wettbewerbswebsite hochladen, prüfen, ob sich eines oder mehrere gesuchte Produkte in Ihrem Korb befinden, und Bingo anmelden! Gespielt wird noch bis Ende Oktober 2023. Jede Spielrunde endet mit der Ziehung am letzten Freitag im Monat. Das grosse Finale bildet schliesslich die Ziehung des Superpreises von 1500 Franken in bar am 5. November 2023. Übrigens: Pro Runde können bis zu vier Chörblibingo-Bilder hochgeladen werden – je mehr Bilder, desto höher die Gewinnchancen.

Weitere Tipps und Tricks zum Spiel auf volg.ch/bingo.



HAPPY MIT HÄPPLI

Eisgekühlte Getränke und viele herzhaft Kleinigkeiten, die beim Knabbern etwas zu knuspern bieten, lautet das einfache Erfolgsrezept für gemütliches Beisammensein. Ein Hoch auf die Schweizer Apérokultur!



PISTAZIEN-FRISCHKÄSE-POPS
Dank den Salzsticks bleiben beim
Genuss der feinen Bällchen die
Finger sauber. Rezept auf Seite 41



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

HUMMUS-BOARD MIT KRÄUTER-CRACKERN

FÜR 4 Personen zum Apéro
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
BACKEN ca. 20 Minuten
Backpapier für das Blech

CRACKER

- 150 g Weissmehl**
- 75 g Sonnenblumenkerne,**
grob gehackt
- 1 TL Salz**
- 1 EL getrockneter Oregano,**
Thymian oder Pizzagewürz
- 1 TL milder Paprika**
- 1 TL Backpulver**
- 3 EL Sonnenblumenöl**
- 0,7 dl Wasser**
Salz

HUMMUS-BOARD

- 100 g Gurke,** in feinen Würfeln
- 50 g Cherrytomaten,** geachtelt
- 6 entsteinte schwarze Oliven,**
längs halbiert

- 2 EL heller Essig,**
- ½ TL milder Paprika**
- Salz, Pfeffer**
- 350 g nature Hummus,**
Fertigprodukt,
z. B. 2 Packungen
Père Olive Hummus
nature
- 200 g Feta oder Hirtenkäse,**
zerbröckelt
- 3 EL Olivenöl**
- ¼ Bund Peterli oder Minze,**
grob gehackt

1. Mehl und alle Zutaten bis und mit Backpulver in einer Schüssel mischen. Öl und Wasser hinzugießen, zu einem Teig kneten. Auf der bemehlten Arbeitsfläche ca. 3 mm dünn ausrollen, mit einem scharfen Messer in ca. 30 Rechtecke (2 cm x 4 cm) schneiden, auf das vorbereitete Blech legen, mit Salz bestreuen.

2. Im auf 200 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.
3. Gurken, Tomaten und Oliven in einer Schüssel mischen, Essig darüberträufeln, würzen.
4. Hummus auf einer Platte oder einem grossen flachen Teller austreichen, Gurken-Tomaten-Mischung und Feta darauf verteilen, Olivenöl darüberträufeln, mit Kräutern garnieren. Cracker dazu servieren.

ÖISI TIPPS

- Nach Belieben frische Kräuter in den Cracker-Teig mischen.
- Spontane Gäste oder wenig Zeit? Statt den selbstgebackenen Crackern Tortillachips oder Pommes Chips zum Dippen reichen.

KNABBERSPASS FÜR GROSS UND KLEIN



TRIO
CHF 9.45

STATT CHF 11.85
3 x 160 G

IN AKTION VOM 31. JULI – 6. AUGUST.
IN KLEINEREN VERKAUFSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTICH.

Ein Rioja Reserva wie aus dem Bilderbuch

«Vielschichtige Aromen in Nase
und Gaumen von reifen Beeren
wunderbar vermählt mit den
Röstnoten des Holzfassausbaus,
weich und füllig im Gaumen
mit lang anhaltendem Abgang.»

Ein Klassewein zu einem
unschlagbaren Preis.



URSA MAIOR

RIOJA DOCA RESERVA

Probieren Sie jetzt!



MAIS-CHÄSCHÜECHLI MIT PEPERONI UND PEPERONCINI

FÜR 4 Personen zum Apéro
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
BACKEN ca. 30 Minuten
 1 Muffinblech mit 12 Vertiefungen
 oder 8 Tartelettes-Förmchen von
 je ca. 10 cm Ø
 Runde Ausstechform von ca. 12 cm Ø

**Butter für die Form oder
 die Förmchen**

- 1 eckig ausgewallter Blätterteig à 225 g**
- 1 gekochter Zuckermais**kolben, Körner gelöst, grob gehackt
- 1 rote Peperoni**, in feinen Würfeln
- 1 Peperoncino**, entkernt, fein gehackt

250 g Käsekuchen-Mischung oder Appenzeller mild-würzig, grob gerieben
2 Eier, verquirlt
2 dl Vollrahm
1 TL Salz
½ TL Pfeffer

- 1.** 8 Blätterteig-Rondellen ausstechen, in die vorbereitete Form legen, Ränder einschlagen, Böden mehrfach mit einer Gabel einstechen.
- 2.** Maiskörner mit allen Zutaten bis und mit Rahm mischen, würzen, auf die Teigböden giessen.
- 3.** Im auf 180 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen 25–30 Minuten backen. Herausnehmen, aus der Form lösen, auf

einem Kuchengitter etwas abkühlen lassen. Nach Belieben in Viertel schneiden und heiss servieren.

ÖISI TIPPS

- Die Körner vom Zuckermais mit einem scharfen Messer vom Kolben wegschneiden.
- Es kann auch Mais aus der Dose verwendet werden.
- Aus Blätterteigresten Streifen schneiden, mit Pesto oder Ei bestreichen, jene mit Ei nach Belieben mit Reibkäse, Gewürzen, getrockneten Kräutern oder Salz und Pfeffer bestreuen, zu Stangen drehen und im auf 180 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten zu Flütes backen.



Feinstes
Rahmglace –
natürlich aus der
Schweiz.



*in kleineren
Verkaufsstellen
evtl. nicht erhältlich.


S.PELLEGRINO

GENIESSEN SIE
DAS BESTE
aus Italien



FLAMMKUCHEN-ECKEN MIT PFIRSICH UND ROHSCHINKEN

FÜR 4 Personen zum Apéro
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
BACKEN ca. 15 Minuten
Backpapier für das Blech

- 1 EL Bratbutter
- 2 Pfirsiche, halbiert,
entsteint, in Scheiben
- 1 eckig ausgewallter
Flammkuchenteig à 260 g
- 250 g Mascarpone
- 2 EL flüssiger Honig
- Salz, Pfeffer
- 30 g ganze Haselnüsse,
geröstet, grob gehackt
- 100 g Rohschinken
- 2 EL Aceto balsamico
- Thymianzweig, Blättchen
abgezupft, zum Garnieren

1. Butter in einer Bratpfanne erhitzen, Pfirsiche beidseitig je ca. 2 Minuten anbraten, beiseitestellen.
2. Teig auf das vorbereitete Blech geben. Mit Mascarpone bestreichen, Pfirsiche darauf verteilen, Honig über die Pfirsiche träufeln, würzen.
3. Im auf 210 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen, etwas abkühlen lassen.
4. Mit Haselnüssen und Rohschinken belegen, Aceto balsamico darüberträufeln, mit Thymianblättchen garnieren und in Dreiecke schneiden.

ÖISI TIPPS

- Rohschinken durch gebratene Champignons ersetzen.
- Statt Thymian Schnittlauch oder getrockneten Oregano verwenden.



ÖISE WII TIPPI

**G Cuvée de Blancs Prestige,
75 cl, Schweiz**
Die Rebsorten Chasselas,
Chardonnay und Riesling-
Silvaner von ihrer besten
Seite: Aromen von Apfel,
Pfirsich, Zitrus und Honig
machen den edlen West-
schweizer zum perfekten
Sommer-Apérowein.

Ferienstimmung ×2

Der neue Rosé Beaurempart ist erfrischend wie eine Sommerbrise und traumhaft rosa wie das Abendrot. Er ist die perfekte Ergänzung des beliebten Rotweins Bearempart aus dem Süden Frankreichs.

Beide Bestseller sind ausgezeichnet mit der Goldmedaille «Weinseller Medaille d Or».



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

alle anderen sind würstchen

Die Nr. 1 in der Schweiz – 100% Schweizer Qualitätsfleisch



 /minipic.original
www.minipic.ch



ZUCCHINI-CANAPÉS

FÜR 4 Personen zum Apéro
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten
BACKEN ca. 10 Minuten
 Runde Ausstechform von ca. 5 cm Ø
 Backpapier für das Blech

BODEN

2 Weizen-Soft-Tortillas
100 g Zucchini, in ca. 3 mm dicke Scheiben geschnitten

SAUCE

1 Knoblauchzehe, gepresst
1 EL Tomatenpüree
100 g Passata
0,5 dl Wasser
½ TL getrockneter Oregano
Salz, Pfeffer
90 g Speckwürfel
50 g Reibkäse
Einige Blättchen Basilikum
oder Peterli

1. Aus den Tortillas 16 Rondellen ausstechen, auf das vorbereitete Blech legen, mit je 1 Zucchinischeibe belegen.
2. Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch ca. 1 Minute darin andämpfen. Tomatenpüree, Passata und Wasser hinzugeben, ca. 15 Minuten köcheln lassen, würzen.
3. Sauce und Speck auf den Zucchini verteilen, mit Käse bestreuen.
4. Im auf 200 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Kuchengitter etwas abkühlen lassen, mit Basilikum garnieren.

ÖISE TIPP

Tortilla-Reste in Stücke schneiden, knusprig braten und als Garnitur für Salate oder Suppen verwenden. Sie können auch getrennt voneinander (z. B. mit Backpapier trennen) tiefgekühlt werden.



PISTAZIEN-FRISCHKÄSE-POPS

FÜR ca. 20 Stück
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten
KÜHL STELLEN ca. 1 Stunde

200 g nature Frischkäse
1 Knoblauchzehe, gepresst
¼ Bund Peterli, fein gehackt
1 EL milder Curry
Salz, Pfeffer
80 g geröstete und gesalzene Pistazien, geschält, grob gehackt
80 g Sultaninen, grob gehackt
½ Bund Schnittlauch, geschnitten
20 Salzstängeli

1. Frischkäse in einer Schüssel mit einer Gabel glatt rühren, mit Knoblauch und Peterli mischen, würzen.
2. Aus der Masse mit nassen Händen ca. 20 Kugeln formen, ca. 1 Stunde kühl stellen.
3. Pistazien, Sultaninen und Schnittlauch in einem tiefen Teller vermischen, Frischkäse-Kugeln darin wenden, Pistazien-Mischung etwas andrücken.
4. Die Bällchen kurz vor dem Servieren mit je 1 Salzstick aufspießen und anrichten.

ÖISE TIPPS

- Pistazien durch gehackte Nüsse oder eine Nussmischung ersetzen.
- Mit einem Rosé Schaumwein servieren.





Zum Wohl! Ein Bier von hier erfüllt einen wichtigen Nachhaltigkeitsaspekt: Es unterstützt die Schweizer Braukunst und steht für qualitativ hohe Standards.

98% SCHWEIZER BIER

Über 77 Prozent des Umsatzes erzielt Volg mit Produkten aus der Schweiz. Beim Bier stammt praktisch jedes aus heimischen Brauereien. Mit den nationalen, regionalen und teils sogar lokalen Bierspezialitäten fördert Volg das Schweizer Brauhandwerk.

Korken knallen, Flaggen wehen, Menschen feiern: Jeweils am 1. August zelebriert die Schweiz die Gründung der Eidgenossenschaft. Gleichzeitig feiert man Schweizer Werte wie Unabhängigkeit, Föderalismus oder Vielfalt, die für ein eher kleines Land nicht selbstverständlich sind. Die Schweizer Vielfalt, die in Bezug auf Sprachen und Landschaft einzigartig ist, kommt auch bei vielen Produkten zum Ausdruck. Beachtliche 98 Prozent des Bier-sortiments bezieht Volg aus der Schweiz – und bietet dennoch ein breites Angebot.

Vielfalt auf kleiner Fläche

Manche lieben es aus der Dose, andere bevorzugen die Flasche oder geniessen es am liebsten eingeschenkt in einem Glas. In der Schweiz wird das traditionelle Gebräu gerne getrunken: auf rund 50 Liter kommt, statistisch gesehen, eine Person pro Jahr. Das im Volg erhältliche Bier wird fast ausschliesslich in der Schweiz gebraut. Neben festen Grössen im Sortiment wie Feldschlösschen und Quöllfrisch bietet die Volg-Eigenmarke eine preiswerte Alternative, erhältlich als Lager, Amber oder Naturtrüb. Seit April ist das Volg Lager Bier zusätzlich in IP-Suisse-Qualität erhältlich.

Diese garantiert über die ganze Produktionskette die Arbeitsweise nach nachhaltigen Methoden. Die Biere der Volg-Marke werden in der Innerschweiz produziert.

Regional verwurzelt, national beliebt

Regionale Brauereien bereichern das Angebot und sorgen für Vielfalt im Dorf-laden. Sie sind oft weit über ihre unmittelbare Region hinaus bekannt. Es liest sich wie eine kleine «Tour de Suisse»: Von Schaffhausen (Falken) über das Rheintal (Sonnenbräu) nach St. Gallen (Schützengarten) in die Zentralschweiz (Eichhof) gelangt man über den Aargau (Müllerbräu) und das Berner Oberland (Rugenbräu) bis ins Wallis (Valaisanne). Einzigartig und speziell ist jede dieser Brauereien auf ihre Art. Hinzu kommen Perlen aus lokaler Produktion, von kleinen Nischenbetrieben mit viel Herzblut hergestellt, die im eigenen oder einem benachbarten Dorf im Volg unter dem Label «Feins vom Dorf» angeboten werden. Damit leistet Volg einen Beitrag zum Erhalt des Traditionsberufs Bierbrauer und unterstützt engagierte Kleinbetriebe in Randregionen. Und wird das Bier bloss von einer Strasse zur anderen geliefert, sind die Transportwege denkbar kurz. Auch das

Gebräu selbst hat in den letzten Jahren an Vielfalt gewonnen. Zu einem wahren Trend wurden vor allem Biermischgetränke – aromatisierte Sorten mit wenig oder gar keinem Alkohol haben mittlerweile einen festen Platz im Volg-Sortiment.

Das Beste aus der Bierwelt ganz nah

Trotz dem hohen Anteil an einheimischem Bier muss man nicht auf beliebte ausländische Spezialitäten verzichten. Das herbe «Superbock» aus Portugal, das aromatische «1664» aus Frankreich und das unvergleichliche Erdinger Weissbier aus Deutschland gibt es gleich um die Ecke im nahen Volg.



Volg hält Schweizer Bierbauern aus Überzeugung die Stange: nationale, regional- und kantontypische sowie lokale Biere gehören zum Sortiment.



WIR ALLE KÖNNEN ETWAS TUN

Aufheben, mitnehmen, aufräumen: alleine oder mit Gleichgesinnten

Leere Bierdosen und -flaschen lassen sich prima recyceln: einfach zur nächsten Sammelstelle bringen und in den Container für Alu oder Altglas einwerfen. Findet man unterwegs eine leere Dose am Boden, freut sich die Umwelt, wenn man sie aufhebt und mitnimmt. Diese Idee verfolgt auch der Schweizer Clean-Up-Day. Die seit 2012 jährlich durchgeführten Aufräum-Aktionen verstehen sich als gemeinsames Engagement für eine saubere Schweiz. Für den Clean-Up-Day am 15./16. September 2023 kann man sich als Einzelperson, als Kleingruppe oder als Schule, Verein oder Organisation anmelden. Mitmachen lohnt sich: Man tut Gutes und hat die Chance auf attraktive Preise. Infos unter [igsu.ch/de/clean-up-day](https://www.igsu.ch/de/clean-up-day).

BIO & FAIR GENIESSEN

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



Sorgfältig verarbeitet in der Schweiz.
www.nectaflo.ch



**Knuspriger Nussgenuss
in höchster Qualität!**

**Jetzt
probieren!**



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

In Bierlaune

Einen Katzensprung entfernt vom Ostschweizer Hausberg Säntis wird das Appenzeller Bier gebraut. Was es so besonders macht? Das frische Quellwasser aus dem Alpstein - und natürlich die Erfahrung von fünf Generationen.

DIE SCHWEIZ IM HERZEN

Die Rohstoffe vor der Haustüre gedeihen lassen, wenig Abfall erzeugen und die Ressourcen optimal nutzen: Das ist die Philosophie der Familie Locher aus Appenzell. Die Ostschweizer Brauerei ist Wegbereiterin in Sachen Swissness und Nachhaltigkeit - und dies seit einem Vierteljahrhundert. Als erste Brauerei überhaupt holte das Unternehmen 1996 den kommerziellen Anbau von Braugerste in die Schweiz zurück.



Seit 1886

Seit 1886 und fünf Generationen braut die Familie Locher das Appenzeller Bier. Dabei setzt sie auf Handwerk, auf eine sorgfältige Auswahl der Rohstoffe und eine ressourcenschonende Produktion. Hinter dem Erfolg der Brauerei steckt viel mehr.

Es sind die Menschen, das enge Zusammenspiel und das tägliche Engagement aller, die das Familienunternehmen zu dem macht, was es heute ist: Eine traditionelle, nachhaltige und innovative Brauerei im Herzen von Appenzell.

EIN STARKER CHARAKTER

Die Bierspezialitäten aus der Brauerei Locher besitzen einen eigenen und unverwechselbaren Charakter. Ihr Ursprung liegt im Handwerk, in der Brautradition, dem hohen Qualitätsanspruch und natürlich dem frischen Quellwasser aus dem Alpstein, mit dem die vielseitigen Biere gebraut werden.

BIERE MIT UND OHNE ALKOHOL

Nebst dem «Quöllfrisch hell» sind im Volg einige Spezialitätenbiere der Brauerei Locher erhältlich: Regional in den Läden der Ostschweiz das «Quöllfrisch naturtrüb», die alkoholfreien «Sonnwendlig», «Bschorle» und «Ginger Beer».



APPENZELLER BIER

PAUSE HYDRATE STAY GREAT

|| PAUSE is POWER

© 2023 The Coca-Cola Company. All rights reserved.
Powerade is a registered trademark of The Coca-Cola Company.



BELFINA-lässt nichts anbrennen!

ohne Palmöl

BELFINA Classic
Brätercreme
Crème à rôtir
ohne Palmöl
5 dl

BELFINA Cocos
Isoliert
hitze stabil
100g

BELFINA Gourmet 10
mit 10% Butter
100g

belfina.ch

* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

VOLG KÖRPERPFLEGE

Schön frisch

Wer sich von seiner besten Seite zeigen will, widmet Haut und Haaren regelmässig die nötige Aufmerksamkeit. Die Volg Körperpflegeprodukte machen dabei richtig duftende Laune!

Duscht duftend

Der Duft spielt bei der Wahl des Duschmittels eine wichtige Rolle. Besonders beliebt ist der Duft der Irisblüte, wie er im Volg Creme Dusch enthalten ist. Träumt man unter der Brause gern von Ferien in der Ferne, ist das Volg Dusch Gel Exotic Fruits mit Granatapfel- und Orangenblütenextrakt die richtige Wahl. Beide Produkte sind pH-hautneutral und für die tägliche Anwendung geeignet.

DIE CRÈME DE LA CRÈME

Eine Bodylotion ist ein Muss im Badezimmerschrank. Schliesslich kann man sie durchaus als Bodyguard für den Körper bezeichnen: Sie spendet der Haut Feuchtigkeit, schützt sie vor dem Austrocknen und hält sie glatter. Sie ist also auch ein kleines Anti-Aging-Geheimnis. Wichtig ist eine reichhaltige Formulierung wie bei der Volg Bodylotion mit Mandelöl, Sheabutter und Vitamin E.

Reine Kopfsache

Frisch gewaschene Haare sind besonders im Sommer ein herrliches Gefühl!

Geniesst man dieses mehr als die Kopfwäsche davor, schnappt man sich zeitsparend das Volg Shampoo 2 in 1. Es ist Shampoo und Pflegespülung in einem und duftet wunderbar nach Apfelblüten. Das Volg Shampoo Universal mit Bambus und Tee-Extrakt belebt die Kopfhaut und verleiht dem Haar Vitalität. Beide Shampoos sind für alle Haartypen geeignet.

SANFT ZU FUSS

Die Füsse tragen uns durchs Leben. Nur schon deswegen sind wir es ihnen schuldig, sie zu hegen und zu pflegen. Etwas richtig Gutes tut man ihnen mit regelmässigem Eincremen.

Die Creme sollte reichhaltig formuliert sein und gleichzeitig erfrischende Komponenten beinhalten, wie die Volg Fusscreme mit Mandel- und Minzöl.

Das ätherische Öl der Minze kühlt und entspannt zusätzlich, während das Mandelöl die Haut wertvoll nährt.



Volg Körperpflege

Vier von diversen Körperpflegeprodukten der Volg-Marke. Attraktiv ist auch ihr Preis: Sie sind deutlich günstiger als Markenprodukte in vergleichbarer Qualität.

Volg Dusch Gel Exotic Fruits 300 ml, Volg Hair Shampoo 2 in 1 300 ml, Volg Bodylotion 300 ml, Volg Fusscreme 100 ml





Sergio Giuliani zeigt die glänzenden schwarzen Rapssamen im Lager von Sabo in Horn. Nach der neuen Ernte im Sommer wird die Lagerhalle gut gefüllt sein.

«Rapsöl ist reich an Omega-3-Fettsäuren»

Sergio Giuliani, Verkaufsleiter des Traditionsunternehmens Oleificio Sabo, verrät, wie das Volg Rapsöl in der Produktionsstätte im thurgauischen Horn aus Schweizer Rapssamen hergestellt wird und weshalb es für die Ernährung so wertvoll ist.

Herr Giuliani, die leuchtend gelben Rapsfelder prägen unsere Landschaft vielerorts. Nehmen Sie uns mit auf den Weg von der Blüte zum Öl?

Gerne. Die Rapsblüten sind wunderschön, wir warten aber auf die Schoten, die die reifen Samen tragen. Diese haben einen sehr hohen Ölgehalt. Nach der Ernte kommen die vorgereinigten Rapssamen teilweise per Bahn, teilweise per Lastwagen zu uns in die Produktionsstätte.

Woher stammen die Rapssamen für das Volg Rapsöl?

Hauptsächlich von der Agrargenossenschaft fenaco, zu der auch die Volg-Läden gehören. Sie bezieht die Saaten aus der ganzen Schweiz und unterhält Sammelstellen in verschiedenen Regionen. Für das Volg Rapsöl verarbeiten wir nur Raps, der den Richtlinien von Suisse Garantie entspricht.

Und dann kommen die Samen ins Lager und von hier in die Ölmühle?

Genau, wir lagern bei uns aber nur so viel Raps, wie wir in ein bis zwei Wochen verarbeiten können. Das klassische raffinierte

Rapsöl wird durch Warmpressung gewonnen. So können wir die maximale Menge an Öl aus der Saat gewinnen. Der Presskuchen, der dabei entsteht, wird zu Pellets verarbeitet und geht als Tierfutter wieder in den Handel. Das ist also ein geschlossener und nachhaltiger Kreislauf, der ganz ohne Abfallstoffe auskommt.

Was passiert nach dem Pressen?

Das gewonnene Rohöl geht in die Raffination. Nach verschiedenen Verarbeitungsschritten entsteht ein hellgelbes und klares Öl, das sowohl vom Duft wie auch vom Geschmack her sehr neutral ist.

Nebst dem neutralen Geschmack ist Rapsöl ja vor allem aus Sicht der Ernährung interessant.

Verglichen mit anderen Ölen hat Rapsöl in der Tat einen hohen Gehalt an Omega-3-Fettsäuren. Zudem weist es ein gutes Verhältnis von Omega 3 zu Omega 6 auf. Nicht zu vernachlässigen ist nebst dem hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren, dass Raps viel Vitamin E enthält. Auch dieses ist vorteilhaft für die Ernährung.

Sind die Omega-3-Fettsäuren denn hitzestabil oder sollte man das Öl lieber kalt verwenden, um diese Vorteile zu nutzen?

Der Anteil an Omega 3 ändert sich nicht durch das Erhitzen. Rapsöl kann sowohl für die kalte Küche, also für Salatsaucen oder Mayonnaise, wie auch fürs Dünsten und Anbraten von Fleisch, Fisch oder Gemüse verwendet werden. Es sollte allerdings nicht über 180 Grad erhitzt werden.

Wie bewahrt man das Volg Rapsöl am besten auf?

Wichtig ist, dass es vor Licht und Wärme geschützt ist, also weder im direkten Sonnenlicht noch neben den Herdplatten steht. Wenn man mehrere Flaschen kauft, bewahrt man den Vorrat am besten im Keller auf und stellt nur das aktuell verwendete Rapsöl in den Küchenschrank. Raumtemperatur ist dabei völlig in Ordnung.

Wofür verwenden Sie Rapsöl am liebsten?

Für nahezu alle Gerichte in meiner täglichen Küche. Besonders gern für die Zubereitung von Gemüsegerichten und Salatsaucen.



VOLG RAPSÖL AUS HORN TG

Oleificio Sabo wurde 1845 in Lugano vom Apotheker Giosia Uboldi gegründet, der Öl für medizinische und diätetische Zwecke herstellte. Zu den Produktionsstätten im Tessin kam 2003 der Standort in Horn am Bodensee hinzu. 2013 wurde die gesamte Produktion nach Horn verlegt, während der Hauptsitz noch immer im Tessin liegt. Heute beschäftigt Sabo rund 95 Mitarbeitende und verarbeitet etwa einen Viertel aller Schweizer Ölsaaten. Nebst dem Volg Rapsöl wird in Horn auch das Volg Sonnenblumenöl hergestellt.



ÜBER 77%

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



Der Sommer
ist serviert.

rivella

Crêpes

Rezept für ca. 12 Stück

- 3 Agri-Natura Freiland Eier
- 5dl Milch
- 40g Butter
- 250g Weizenmehl
- 1 Prise Salz
- 1 Esslöffel Zucker
- Bratbutter

- 1 Mehl und Salz in einer Schüssel mischen, eine Mulde formen
- 2 Eier und Milch verrühren, in die Mulde giessen. Von der Mitte her mit dem Schwingbesen anrühren. Geschmolzene Butter nach und nach dazugeben. Rühren bis ein glatter Teig ohne Klümpchen entstanden ist.
- 3 Den Teig zugedeckt etwa 30 Minuten quellen lassen.
- 4 Eine flache Pfanne erhitzen und mit etwas Bratbutter bepinseln. Eine Kelle voll Teig unter Schwenkbewegungen in die Pfanne giessen, so dass der ganze Pfannenboden gleichmässig dünn mit Teig überzogen ist. Crêpes hellbraun backen. Sobald sich der Crêpes leicht von der Unterseite löst, ihn drehen und nochmals kurz von der anderen Seite backen. Mit dem restlichen Teig ebenso verfahren.
- 5 Die Crêpes können nun z.B. nach Belieben gefüllt werden oder mit Puderzucker, Zimtucker, Konfitüre etc... belegt werden.

Schweizer Freiland-Eier



EICO

Für grosse und kleine Geniesser



SCHATZ,
DAS
PROBIEREN
WIR AUS!



**FEVER-TREE GINGER BEER,
4x 20 CL ***

Eine tolle Bieridee! Das alkoholfreie Ginger Beer enthält drei verschiedene Ingwersorten und schmeckt würzig-frisch, angenehm wärmend und nicht zu süß.

Fr. 8.40



**FAMILIA KIDS CRUNCH BIO CHOCO,
400 G ***

Der Morgen erhält seine Schoggiseite. Mit einem Vollkornanteil von 73 Prozent liefert das Bio Knuspermüsli volle Power, und das erst noch mit 40 Prozent weniger Zucker!

Fr. 5.50



**HOLDERHOF BIO SIRUP HIMBEER,
5 DL ***

«Vom Feld in die Flasche»: Das gilt beim Ostschweizer Familienunternehmen Holderhof. Mit einem Saftanteil von rund 30 Prozent ein super-fruchtiger Bio-Sirup.

Fr. 4.95



**NIVEA ERFRISCHENDES WASCHGEL,
150 ML ***

Munter werden beim Waschen lautet das Motto. Das Waschgel belebt, erfrischt und reinigt die Haut. Vitamin E verleiht ihr zusätzlich einen wertvollen Schutz.

Fr. 6.70



**NIVEA BERUHIGENDES TONIC,
200 ML**

Gibt es Angesicht zu Angesicht etwas zu klären? Dieses beruhigende Gesichtstonic mit natürlichem Mandelöl geht sanft ans Werk und spendet die nötige Feuchtigkeit.

Fr. 6.30



**NIVEA REICHHALTIGE TAGESCREME,
TUBE, 50 ML ***

Komme am Tag, was wolle: Die reichhaltige Tagescreme mit natürlichem Mandelöl versorgt trockene und sensible Haut zuverlässig 24 Stunden mit Feuchtigkeit.

Fr. 8.20

* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



JETZT ANMELDEN

FAMILIENTAG MIT SPASS UND GENUSS

Erleben Sie am **Samstag, 16. September 2023**, abwechslungsreiche Stunden auf dem idyllischen **Volg Erlebnishof Hotzenhof in Baar ZG** und kommen Sie zum «Familienanlass mit Herz» zugunsten der **Stiftung Theodora**.

Zu Herbstbeginn laden Volg und die Stiftung Theodora zum gemütlichen Familienplausch für einen guten Zweck: sämtliche Teilnahmegebühren gehen vollumfänglich an die Stiftung Theodora. Am «Familienanlass mit Herz» erwarten Sie ein reichhaltiges Buffet mit saisonalen Gerichten, eine Farmsafari mit Wein- und Obstsaftverkostung sowie weitere abwechslungsreiche Attraktionen für Klein und Gross. Staunen Sie über die Künste der Traumdoktoren der Stiftung Theodora und geniessen Sie dazu die stimmigen Saxophon- und Gitarrenklänge des Melodic Jazz Duos.

Der in 13. Generation geführte Betrieb von Familie Hotz beeindruckt mit grosszügigen Obstanlagen, einem pittoresken Rebberg und dem gut assortierten Hofladen mit selbstgemachten Produkten. Auch zahlreiche Tiere wie Esel, Hasen, Ouessantschafe, Ziegen und Hühner leben auf dem Hof. Familie Hotz, die Stiftung Theodora und Volg freuen sich, Sie an diesem speziellen Anlass auf dem Erlebnishof Zugerland zu begrüssen!

Allgemeine Informationen

Wann Samstag, 16. September 2023, 11-15 Uhr

Wo Volg Erlebnishof Zugerland, Familie Hotz, Deinikon 11, 6340 Baar

Preis pro Person: Erwachsene und Kinder ab 13 Jahren Fr. 50.-, Kinder von 2-12 Jahren Fr. 20.-. Die Teilnahmegebühr geht vollumfänglich an die Stiftung Theodora.

Attraktionen im Überblick

- Auftritt der Traumdoktoren
- Herbstbuffet mit Getränken
- Schnitzeljagd auf dem Hof
- Farmsafari mit Wein-/Obstsaftverkostung
- Melodic Jazz Duo

Speziell für Kinder

- Bilderrahmen mit Steinen gestalten
- Herbstgeister aus Tontöpfchen basteln
- Geschichten erzählen und Lieder singen in der Baumlaube
- Kinderschminken

Anmeldung bis 30. August 2023

Online: naturena.ch

E-Mail: info@naturena.ch

Telefon: 058 433 54 09, Montag bis Freitag, 8-12 und 13-17 Uhr

Post: Volg Konsumwaren AG, Kundendienst

«Familienanlass mit Herz», Postfach 344, 8401 Winterthur

Anmeldeschluss: 30. August 2023

Abmeldungen bis zum offiziellen Anmeldeschluss des Familienanlasses sind ohne Kostenfolge, bei verspäteten Abmeldungen werden 50% und bei Nichterscheinen am Veranstaltungstag ohne Abmeldung 100% des Preises in Rechnung gestellt.



Für mehr Kinderlachen

Die 1993 gegründete Stiftung Theodora erfüllt den Alltag von Kindern in Spitälern und spezialisierten Institutionen schweizweit mit Lachen und Freude. Die Stiftung organisiert Besuche mit zahlreichen Künstlern, den Traumdoktoren, und schenkt jährlich mit über 100 000 Besuchen wertvolle Momente des Glücks.

theodora.org



Die Volg Erlebniswelten

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

📌 📺 Folgen Sie Volg NATURENA auch auf naturena.erlebniswelten

ZUM KAFFEE
GEHÖRT LOTUS
BISCOFF.



*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

AUCH IDEAL FÜR
BACKREZEPTE.



Rezeptinspiration unter
www.lotusbiscoff.com

RED
BULL
VODKA



WHITE
BULL
VODKA



GREEN
BULL
VODKA



BULL

WWW.BULLVODKA.CH

Verantwortungsvoll konsumieren.

NEUE KURSE IM SEPTEMBER

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



VOLG ERLEBNISHOF WITTAU AG
16. September (2 Halbtageskurse)

Kürbisdekoration im Shabby Chic

WAS Kürbisse eignen sich aufgrund ihrer Haltbarkeit wunderbar als trendige Wohnaccessoires. Mit Farbe verpassen Sie 2 Holzbrettchen (je 20 x 24 cm) eine alte und verwitterte Optik und drapieren je 1 Casperita-Kürbis darauf. Die Tischdekoration wird mit bunten Bändern und verschiedenem Pflanzengrün herbstlich ausdekoriert. **WANN** Kurs 1: Sa, 16.9.23, 9.30-13 h*. Kurs 2: Sa, 16.9.23, 13.30-17 h* **LEITUNG** Manuela Achermann, Schlossrued, www.shabbyhome.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 10 J. **PREIS** Fr. 125.- p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Kürbisdekorationen.



VOLG ERLEBNISHOF HÜTTWILEN TG
15. oder 16. September

Handmähen mit der Sense

WAS Zuerst erhalten Sie eine theoretische Einführung ins Handmähen und wie Sie die Sense als ergänzendes Werkzeug am richtigen Ort einsetzen. Der praktische Teil findet dann auf der Wiese statt und Sie erfahren dabei Nützliches über die Pflege der Sense sowie über das Wetzen und Dengeln. **WANN** Kurs 1: Fr, 15.9.23, 9-15 h. Kurs 2: Sa, 16.9.23, 9-15 h **LEITUNG** Jürg von Känel, Mammern, www.sensen-mammern.ch **TEILNEHMENDE** 10 P. ab 150 cm Körpergrösse **PREIS** Fr. 210.- p.P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie die Werkzeugmiete. **HINWEIS** Bitte bei der Anmeldung Ihre Körpergrösse angeben.



VOLG ERLEBNISHOF SCHÜPFEN BE
8. oder 9. September

Kaltgerührte Naturseifen

WAS Naturseifensieden ist eines der ältesten Kunsthandwerke. Die Kursleitenden vermitteln Ihnen die Geschichte und das Produktionsverfahren und zeigen Ihnen die Herstellung kaltgerührter Naturseifen. Dabei lernen Sie auch die verschiedenen Rohstoffe wie Pflanzenöle und ätherische Öle sowie deren spezielle Wirkungen kennen und produzieren 2 Seifen à je 650 g zum Mitnehmen. **WANN** Kurs 1: Fr, 8.9.23, 10-17 h. Kurs 2: Sa, 9.9.23, 10-17 h **LEITUNG** Petra und Daniel Reichlin, Erlinsbach, www.bewusstseinleben.ch **TEILNEHMENDE** 15 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 235.- p.P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre Naturseifen.



VOLG ERLEBNISHOF BAAR ZG
30. September (2 Halbtageskurse)

Zimmerpflanzen für ein gutes Raumklima

WAS Zimmerpflanzen sind aus unseren Wohnungen nicht mehr wegzudenken. Pflanzenexpertinnen vermitteln Ihnen alles über die Bedürfnisse unterschiedlicher Pflanzen und warum sie nicht nur schön, sondern auch nützlich sind. Themen sind u. a. richtiges Umtopfen, Stecklinge ziehen, Giessen und Düngen sowie Krankheiten und Schädlinge. **WANN** Kurs 1: Sa, 30.9.23, 9-13 h*. Kurs 2: Sa, 30.9.23, 13.30-17.30 h* **LEITUNG** Nicole Meier und Milena Iseli, www.vegandthecity.ch **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 14 J. **PREIS** Fr. 155.- p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material und 1 Zimmerpflanze zum Mitnehmen.



VOLG ERLEBNISHOF OBERSCHAN SG
23. September (2 Halbtageskurse)

Handlettering: starke Worte

WAS Kreative Schreiberlinge aufgepasst! Sie lernen neben Grundbegriffen und -techniken verschiedene Schriftarten und Materialien des kunstvollen Schreibens kennen. Mit diesen Kenntnissen entwickeln Sie eigene Letterings und gestalten farbenfrohe Karten und Bilder. **WANN** Kurs 1: Sa, 23.9.23, 8.30-13 h*. Kurs 2: Sa, 23.9.23, 13.30-18 h* **LEITUNG** Rahel Bamert, Freidorf, www.donnerletter.com **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 105.- p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Werke im Wert von Fr. 20.-.

Infos und Anmeldung

www.naturena.ch

oder Tel. 058 433 54 09

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

Anmeldeschluss 15.8.2023

Die Kurse finden teilweise in beheizten Remisen, draussen in gedeckten Remisen oder im Freien statt. Bitte beachten Sie die Kleiderhinweise und die Rubrik «Mitbringen» auf der Website.

Abmeldungen bis zum offiziellen Anmeldeschluss des Kurses/Workshops sind ohne Kostenfolge, bei verspäteten Abmeldungen werden 50% und bei Nichterscheinen am Veranstaltungstag ohne Abmeldung 100% des Kurspreises in Rechnung gestellt.



Von Natur aus kreativ

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

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

GÂTEAU AUX LARDONS

Das Rezept für die Speckwähe hat Sophie Tambini von ihrer Schwiegermutter übernommen und führt damit eine Familientradition weiter. Die Wähe ist schnell zubereitet und bildet zusammen mit einem Blattsalat ein feines Znacht.

GÂTEAU AUX LARDONS (SPECKWÄHE)

FÜR 1 Kuchen

ZUBEREITEN ca. 10 Minuten

BACKEN ca. 25 Minuten

1 rundes Kuchenblech von ca. 28 cm Ø

Backpapier für das Blech

- 1 rund ausgewallter Blätterteig
- 3 Eier, verquirlt
- 180 g Speckwürfeli
- 150 g Cherrytomaten, halbiert
- 1 TL Kümmel
- Salz, Pfeffer

1. Blätterteig auf dem vorbereiteten Blech auslegen, mit einer Gabel mehrmals einstechen. Eier auf den Teig geben. Speck, Tomaten und Kümmel darauf verteilen, würzen.

2. Im auf 200 °C (Heissluft/Umluft) vorgeheizten Ofen ca. 20–25 Minuten backen.

Tipp: Die Speckwähe eignet sich als Apéro oder mit einem Salat als Znacht.



Das Reisen und die Begegnungen mit anderen Menschen gehören zu Sophie Tambinis grössten Leidenschaften. «Ich bin schon zweimal mehrere Monate mit dem Rucksack durch Ozeanien und Asien gereist», erzählt sie. Zuhause in Villars-le-Grand geniesst sie gesellige Stunden mit Freunden und der Familie, verbringt Zeit mit ihrer Katze, tanzt Salsa und spielt seit kurzem Golf. Fürs Einkaufen in der Nähe schätzt sie die Vielfalt im Volg Avenches. «Obwohl es ein kleiner Laden ist, finde ich dort immer alles, was ich brauche.» Etwa die Zutaten für diese Speckwähe, ein einfaches und schnelles Rezept, das bei ihrem Mann Kindheitserinnerungen weckt.

MACHEN SIE MIT!

Verraten auch Sie uns Ihr
einfaches Lieblingsrezept?

Publizierte Rezepte werden mit
einem Volg-Einkaufsgutschein
im Wert von Fr. 50.–
honoriert.

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



JETZT I «ÖISE LADE» UND PROFITIERE



EICHHOF
6 x 50 CL DOSEN*



EICHHOF
10 x 33 CL FLASCHEN*

**ALLES
ANDERE
WÄRE
FALSCH**

* IN KLEINEREN VERKAUFSSTELLEN EVENTUELL NICHT ERHÄLTlich



**ORIGINAL
APPENZELLER ALPENBITTER**

SWISS MADE. SEIT 1902.

APPENZELLER.COM

GEWINNEN MIT HERO

EIN KULTGERICHT FÜR JEDEN TAG UND AUFENTHALTE FÜR EINMALIGE AUSZEITEN



**1.
PREIS**

Seit 1886 steht die Firma Hero, mit Hauptsitz im aargauischen Lenzburg, für Schweizer Qualität und Tradition. Zu den absoluten Hero-Klassikern gehören nebst Konfitüren und Rösti die Eier Ravioli aus der Dose. Die gefüllten Teigtaschen sind lange haltbar und eignen sich optimal als feine, schnelle Mahlzeit daheim oder auch für unterwegs beim Wandern oder Campen.

Genuss in Schweizer Städten gewinnen
Gewinnen Sie mit etwas Glück und dem Hinweis im «Chuchichäschtli» auf Seite 5 eins von drei Übernachtungspaketen von den «Sorell Hotels Switzerland», deren Häuser sich durch einen überdurchschnittlichen Standard, einzigartige Qualität sowie

individuelles Ambiente auszeichnen. Der Hauptpreis sowie der 2. Preis beinhalten neben den Übernachtungen jeweils zwei 3-Gang-Menüs für zwei Personen. Im Hauptpreis enthalten sind zudem zwei Eintritte für das Kunsthaus Zürich. Ausserdem gibt es attraktive Gutscheine von «Brunch Selection», der grössten Brunch-Plattform mit integriertem Gutscheinverkauf der Schweiz, zu gewinnen. Die Brunch-Gutscheine können direkt auf brunchselection.ch eingelöst werden.



WETTBEWERBS- FRAGE

Seit wie vielen Jahren sind Hero Eier Ravioli bereits heiss geliebt?

- A Seit 100 Jahren
- B Seit 20 Jahren
- C Seit 75 Jahren

PREISE

- 1. Preis im Wert von Fr. 2000.-***
2 Übernachtungen im Sorell Hotel Zürichberg in Zürich
- 2. Preis im Wert von Fr. 1000.-***
2 Übernachtungen im Sorell Hotel Krone in Winterthur
- 3. Preis im Wert von Fr. 750.-***
2 Übernachtungen im Sorell Hotel City Weissenstein in St. Gallen
- 4.-10. Preis im Wert von je Fr. 250.-**
Gutschein von Brunch Selection
- 11.-20. Preis im Wert von je Fr. 200.-**
Gutschein von Brunch Selection
- 21.-30. Preis im Wert von je Fr. 50.-**
Geschenkkorb von Hero

MITMACHEN & GEWINNEN!

- Per Telefon: 0901 240 340** (Fr. 1.-/Anruf)
Sprechen Sie den Lösungsbuchstaben, Ihren Namen und Ihre Adresse nach dem Signalton.
- Per SMS:** Nachricht mit VOLGW und Lösungsbuchstabe (z. B. VOLGWA), danach Leerzeichen und Name und Adresse an **4636** (Fr. 1.-/SMS).
- Per Post:** Lösungsbuchstabe auf Postkarte (keine Briefe) an: VOLG Konsumwaren AG, «Hero», Postfach 344, 8401 Winterthur
- Online:** www.volg.ch/volg-magazine

Teilnahme vom 31. Juli bis 24. August 2023.

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

NEU

Das legendäre
BIC® Maxi Feuerzeug,
jetzt mit verbesserter
Umweltbelastung*



Lighting the way



ecolutionslighter.bic.com



Einzelstück oder
im Multipack
a 2 Feuerzeuge**



*VS BIC Maxi Standard **eventuell in kleineren Verkaufsstellen nicht erhältlich.



SWEET
ESCAPE

No.1
CIGARILLO

constellationcigars.com

*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

RÄTSELN UND GEWINNEN!

in der Nähe von	schweiz. Mathematiker † 1783		Filmtheater	klass. Musikstücke		kleine Strasse, Pfad		früher als erwartet	literar. Abhandlungen	Senkblei	Tropenfrucht
			Gemüse- und Heilpflanze	9							schweiz. Cabaret (1949-1960)
alberner Streich	8				sprechen			gepolstertes Sitzmöbel			1
senegal. Musiker (Ismael)			rotes Färbemittel		auf dem Grill braten						
Nachlass erhalten	(etwas) nach oben bewegen							Mischfarbe		dort	
					Fusstaste der Orgel			Speicher-Einheiten in PCs			
Handelsbräuche (frz.)	ausgestorb. Riesenechse	Solostücke in der Oper		brit. Hochadlige				3		Kantonshauptort	Teil des Kugelschreibers
			11				Waren-gestell		scherzh.: USA (Onkel ...)		
langschwänziger Papagei				gegenwärtig	histor. Ort am Urnersee						
Ausruf			Boxhieb				2		auszeichnen, würdigen		Anti-transpirant Mz.
Norm, Vorschrift					kirchl. Bittgebet			dt. Autor † 1995 (Michael)		6	
	4		offenes, dürres Land		Speisefische						sowohl als auch, nicht nur eines
... und her		stark abfallend						rundherum		Binde-wort	
Teilzahlungsbetrag					Donnerwetter: ... Blitz			Fischfanggerät		5	
Papierlaterne	Körperteil, Extremität	Frühlingsmonat		Taufzeugin		7			handwarm		Berg bei St. Moritz: Piz d'...
							modern, populär		Leuchtdiode		
Sprechgesang	10			Pasta Ez.						12	
Pachtgeld									Männername		

IHR GEWINN

Gewinnen Sie einen von vier WMF Fusiontec Bratentöpfen im Wert von je Fr. 299.-.

Das einzigartige Fusiontec-Material von WMF besteht aus einer besonderen Legierung, die die besten Eigenschaften bestehender Kochgeschirrmaterialien in sich vereint. Der Deckel des Bratentopfs begeistert mit seinen Kondensationsnoppen, die den aufsteigenden Dampf gleichmässig auf das Gargut hinabtropfen lassen und so für unbeschreiblich zarte und geschmacksintensive Ergebnisse sorgen. Weitere Infos unter: www.wmf.com



So nehmen Sie an der Verlosung teil:

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

Teilnahme vom 31. Juli bis 24. August 2023.

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

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Das Lösungswort ergibt sich aus den Buchstaben in den Feldern 1 bis 12.
Die Gesamtlösung des letzten Kreuzworträtsels finden Sie auf www.volg.ch

WIE SAGT MAN WO?

Ziege



im Luzernischen
Geiss

im Schwyzerischen
Gäiss

im Züribiet
Gaiss

im Rheintal
Goass

im Thurgauischen
Gaass

in Romanischbünden
la chaura

im Appenzellischen
Gääss

im Sensebezirk
Giiss

VORSCHAU «ÖISE LADE» SEPTEMBER



Alles in Sauce
Mal cremig, mal leicht,
mal mitgekocht, mal
dazu serviert: die Sauce
macht den Unterschied.



Alles mit Trauben
Wenn in den Rebbergen
die Weinlese beginnt,
dürfen Trauben auch in
der Küche nicht fehlen.

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

🇨🇭 Gedruckt in der Schweiz auf klimaneutralem Schweizer Papier

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



Tempo[®]



100%
VERTRAUTE TEMPO QUALITÄT



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



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



Tempo Feuchte Toiletentücher
Sanft & Pflegend · 42 Tücher

Perfekte Tempo-Sauberkeit.

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



Tempo,
eine Marke von Essity

www.tempo-world.com

«So schmeckt Grillieren!»



**40%
RABATT**
26.7. - 6.8.2023

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

suttero.ch

SUTTERO
Eine Marke der Ernst Sutter AG

