

JULI 2024

# ÖISE LADE

KOCHEN, ENTDECKEN, ERLEBEN: DAS IDEENMAGAZIN VOM VOLG

## AUFGEGABELT

Fantasievolle Salate,  
die schön satt machen

## NAHELIEGEND

Das Label «Feins vom Dorf»:  
klein, fein und nachhaltig



## DER PURE SOMMER

Saftig und voller Aroma: süsse Zeiten mit frischen Steinfrüchten

**Volg**  
frisch und fründlich

# Frisch, knackig und voller Geschmack

Unsere Salate sind die perfekte Wahl für heiße Tage.  
In Ihrem Volg in Aktion vom 2. Juli bis 7. Juli 2024



  
**eisberg**

[www.eisberg.ch](http://www.eisberg.ch)

# INHALT



**Ösi Chuchi**  
Frische Salate zum satt werden und kühl bleiben



**Ösi Chuchi**  
Steinfrüchte setzen süssen Verführungen die Krone auf



**Typisch Schweiz, Typisch Volg**  
Daniel Bächler von Bio-Familia über die Geheimnisse des Volg Knuspermüeslis

# EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser  
Heimatliebe ist bei zahlreichen Schweizerinnen und Schweizern Programm, wenn es um die Sommerferien geht. Man verbringt die grossen Ferien gerne an einem der vielen sehenswerten Orte unseres Landes. Für Heimatgefühle beim Einkaufen sorgt in vielen touristischen Regionen und Bergdörfern ein Volg. Nebst allem, was der Ferienalltag braucht, findet man in der Regel auch einzigartige Spezialitäten, die es nur hier gibt. Die Etikette «Feins vom Dorf» kennzeichnet die von Volg zu Volg unterschiedlichen lokalen Spezialitäten. Warum diese nicht nur klein und fein, sondern auch nachhaltig sind, lesen Sie auf Seite 40. Für einen Ferianausflug in der Nähe bietet sich eine spannende Erkundungstour auf einem NATURENA Sinnespfad an. Er gehört zu jeder Volg Erlebniswelt; ebenso wie ein Erlebnishof. Mehr über die Geschichte des Erlebnishofs Zugerland lesen Sie auf Seite 53. Ich wünsche Ihnen viel Lesespass und Inspiration mit dieser Ausgabe sowie schöne, sonnige Ferien.



frisch und fründlich

*Philipp Zraggen*  
**Philipp Zraggen**  
Vorsitzender der Geschäftsleitung

**Ösi Marke**  
Fruchtig, bunt und vielseitig: Volg Sirup



- 4 **CHUCHICHÄSCHTLI**  
Monatshits und Saisontipps
- 10 **ÖSI CHUCHI**  
Hauptsache, Salat!
- 23 **TRAUMPAAR**  
Käse und Wein des Monats
- 25 **WEIN-AKTIONEN**  
Jetzt profitieren
- 26 **SAISON FÜR ...**  
Pesto
- 29 **ÖISE FAVORIT**  
«Fredy's» Holzofenbrote neu in Bio-Qualität
- 30 **ÖSI CHUCHI**  
Früchte des Sommers
- 39 **ÖSI MARKE**  
Volg Sirup Himbeer, Holunderblüten und Orange
- 40 **ÖSI UMWÄLT**  
«Feins vom Dorf»: nah und nachhaltig
- 42 **FEINS VOM DORF**  
Bier von der St.-Laurentius-Brauerei aus Bülach ZH
- 44 **TYPISCH SCHWEIZ, TYPISCH VOLG**  
Volg Knuspermüesli von Bio-Familia aus Sachseln OW
- 47 **NEU IM VOLG**  
Entdecken und ausprobieren
- 50 **ÖISE FAVORIT**  
Ramseier Fruchtsäfte
- 53 **NATURENA**  
Geschichtsträchtiger Erlebnishof Zugerland
- 55 **NATURENA-KURSE**  
Die neuen Kurse im August
- 56 **LESERREZEPT**  
Zitronenmousse-Tiramisù
- 59 **WETTBEWERB**  
Gewinnen mit Focuswater
- 61 **KREUZWORTRÄTSEL**  
Mitmachen und gewinnen
- 62 **ÖSI MUNDART**  
Woher kommt eigentlich? «S Heu uf de gliiche Bühni ha.»  
Vorschau  
Impressum

# CHUCHICHÄSCHTLI



DE GRÜN DUUME

## Volle Kanne?

Bei hochsommerlichen Temperaturen und längeren Trockenperioden ist der Griff zur Giesskanne unvermeidlich. Damit die Pflanzen tiefe Wurzeln und eine gewisse Robustheit entwickeln können, sollte man allerdings nicht täglich, sondern nur etwa zweimal pro Woche giessen. Dann dafür grosszügig und idealerweise am frühen Morgen, wenn der Boden noch kühl ist von der Nacht. Keine Regel ohne Ausnahme: Gemüse und Blumen in kleinen Töpfen und an sehr sonnigen Standorten freuen sich, wenn ihr Durst täglich gestillt wird.

ZITAT

«Ein leerer Magen ist ein schlechter Ratgeber.»

Albert Einstein

DIE ZAHL

22,5

Meter beträgt der Weltrekord im Kirschkernweitspucken. Der Aargauer Thomas Steinauer stellte ihn 2017 auf.



SAISONAL BAYERISCHE SPEZIALITÄTEN IM VOLG

## DIE MOG I

«I mog di!», sagt der Bayer, will er seinen positiven Gefühlen Ausdruck verleihen. «Die mog i», wird der Geniesser rufen, hat er erst mal in die Bierbrezel und die Weisswurst gebissen. Dafür bis nach Bayern fahren? –«I wo!». Unweit der grünen «Wiesn» vor der eigenen Haustür findet man die Spezialitäten ab 26. Juni 2024 im Volg so nah wie nie – perfekt zur EM in Deutschland und zur Einstimmung auf die Zeit der Oktoberfeste. Die «Brezn» mit feinem Laugengeschmack und fluffiger Krume stammt aus der Schweizer Traditionsbäckerei Hiestand; in der Weisswurst von Suttero steckt gutes Schweizer Fleisch. Den traditionellen süssen Senf gibt's zur Wurst gleich dazu. Also nix wie zugreifen und zubeissen.

GUT ZU WISSEN

## Steinfrüchte

Endlich haben aromatische Aprikosen, saftige Pfirsiche, süsse Nektarinen und herzige Chriesi wieder Hochsaison. Am besten genießt man sie möglichst rasch. Ansonsten bleiben sie im Kühlschrank aufbewahrt ein paar Tage frisch. Wer hofft, etwas härtere Exemplare würden an der Wärme nachreifen, kann sich nur bedingt freuen. Aprikosen, Pflaumen und Zwetschgen reifen bei Zimmertemperatur zwar ganz leicht nach, Pfirsiche und Nektarinen hingegen werden höchstens noch etwas weicher – dafür aber auch schneller schrumpelig. Dessertideen mit Steinfrüchten gibt es ab Seite 30.



KÜCHENWISSEN

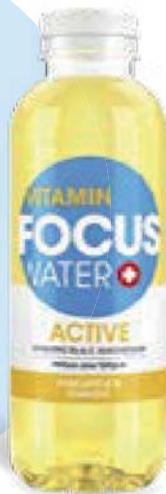
## Fabelhaftes Aquafaba

Das Kochwasser von Kichererbsen und anderen Hülsenfrüchten nennt sich «Aquafaba» und ist ein wahres Multitalent. Es verhält sich ähnlich wie Eiweiss und eignet sich für luftige Mousses genauso wie für Meringues, Amaretti, Pancakes oder Saucen. Am einfachsten verwendet man die Flüssigkeit aus dem Glas von gekochten Kichererbsen und fängt es auf, wenn man die Kichererbsen abgiesst. Für die vegane Alternative zu Eischnee wird das Aquafaba mit dem Mixer steif geschlagen. Dies dauert etwas länger als bei tierischem Eiweiss. 1 Prise Salz, ½ TL Backpulver oder Rahmhalter bringen mehr Stabilität.

WETTBEWERB AUF SEITE 59

## Durstlöcher für Aktive

Nach einer schweisstreibenden Gipfelbesteigung bei der Wanderung, nach dem Erreichen des Etappenziels bei der Velotour oder einfach als kalorienarmer Durstlöcher an einem warmen Sommertag liefert das Schweizer Vitaminwasser «Focuswater Active» die dringend nötige Erfrischung. Focuswater ist ein vitaminreiches und kalorienarmes Getränk ohne künstliche Süß- oder Zusatzstoffe, dafür mit besonders viel Geschmack. Mit seiner perfekt abgestimmten Mischung aus Vitaminen und Mineralstoffen versorgt Focuswater den Körper mit wichtigen Elementen des täglichen Bedarfs. Bereits eine Flasche deckt bis zu 75 Prozent der empfohlenen Tagesdosis an Vitaminen (B3, B5, B6, B7, C, D und E) für Erwachsene ab.



GERICHTE-GESCHICHTE

## TIRAMISÙ

Zur Herkunft des Gerichts aus Löffelbiscuits, Kaffee und Mascarpone kursieren einige Legenden. Eine der vielen Geschichten stammt von 1939. Ein Gast soll damals in einer norditalienischen Trattoria nach dem Genuss des Desserts gerufen haben: «Ottimo, c'ha tirato su!» («Ausgezeichnet, das hat mich hochgezogen!»). So entstand der Name «Tiramisù» («Zieh mich hoch»). Eine Interpretation des Desserts in Cake-Form gibt es auf Seite 37 und im «Leserzept» auf Seite 56 eine zitronig-luftige Variante davon.





ovomaltine

#ovopower



Neu



Mit Ovomaltine kannst du's nicht besser. Aber länger.

\* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



# CHUCHICHÄSCHTLI

---



MONATSHITS  
IM JULI

## Schweinssteak Whisky und Pouletbrust Sweet and Sour

Wenn das Schweinsnierstück-Steak mit einer würzigen Marinade aus rauchigem Whisky daherkommt, sind auch die Rauchzeichen vom Grill nicht mehr fern. Genauso ein Hit im Juli und bei jedem Barbecue ist die Pouletbrust mit der asiatisch angehauchten süss-sauren Marinade. Bei Regenwetter lassen sich beide Spezialitäten aus Schweizer Fleisch selbstverständlich auch in der Pfanne zubereiten.

RESTE VOM GRILL

## RÜBIS & STÜBIS

Nach dem Grillabend bleiben oft viele kleine Reste übrig. Da ein halbes Steak, dort ein Würstchen oder ein paar grillierte Peperonistücke ... und was bloss soll man mit dem halb vollen Schälchen Dipsauce anstellen? Die Lösung lautet: Wraps. Die Tortillas mit der Dipsauce bestreichen, Fleisch und Grillgemüse klein schneiden, darauflegen, einrollen und fertig. Schmeckt kalt genauso gut wie warm.



« Bringt  
der Juli  
heisse Glut,  
gerät  
auch der  
September  
gut. »

Bauernregel im Juli

---

### TRICK 77

Wie bei so vielem gilt auch beim Sauberhalten des Grills die Regel, dass es einfacher ist, regelmässig wenig zu putzen als selten ganz viel. Et voilà, Bühne frei für den Zwiebeltrick. Wenn die noch warmen Grillstäbe direkt nach dem Grillieren mit einer halben Zwiebel kräftig abgerieben werden, lassen sich verkrustete und eingebrannte Reste ganz einfach lösen.



EIN SCHLUCK  
**SONNE**  
FÜR DEINEN  
ESSTISCH





# CHUCHICHÄSCHTLI



TAG DES VANILLEGLACES

## CHILLY VANILLY

Vanilleglace ist derart beliebt, dass man der vielerorts meistgeschleckten Sorte einen Ehrentag zukommen lässt. Am 23. Juli ist «Vanilla Ice Cream Day». Möchte man diesen Tag gebührend feiern, holt man sich die eiskalte Freude am besten voll chillig aus dem nahen Volg im grossen Bidon nach Hause. Zum Ehrentag soll es eine Torte sein? Nur noch aufgetischt und angeschnitten werden muss der Glace-Cake «Viennetta Vanille» mit Schoggi-Knusperschichten. Macht man sich selbst ans Werk, ist der «Glace-Cake mit Nektarinen» auf [volg.ch/rezepte](http://volg.ch/rezepte) genau das Richtige.

WEINTIPP

## FERIENGLÜCK IM GLAS

FINCAS VALDEMAR VALDEMACUCO  
ROBLE RIBERA DEL DUERO DO,  
SPANIEN, 2021

Feriengefühle gefällig und Lust auf eine Weinreise, für die man weder Flugticket noch Koffer braucht? Dann Korkenzieher (ein-)packen und auf geht es in eine der namhaftesten Bodegas Spaniens! Die familiengeführte Kellerei Conde de Valdemar mit Ursprung im Jahr 1889 kreiert Weine mit besonderer Tiefe. Da nur eigens angebaute Trauben verarbeitet werden, überwacht die Bodega den ganzen Prozess von der Rebe bis zur Flasche. Speziell für Volg abgefüllt wird dieser Tempranillo. Dunkel-kirschrot und kraftvoll mit Aromen nach schwarzen Beeren, Kräutern und Lakritz weisst er den Gaumen zu beeindrucken wie Antoni Gaudís Sagrada Família das Auge. Für Weinautorin Chandra Kurt ein verlässlicher Tropfen der Kategorie «solider, erdiger Hauswein», dem sie in ihrem «Weinseller 2024» herausragende 17,25 Punkte und damit «Gold» verleiht. Salud, auf den Dorfläden, wo der Tropfen nur darauf wartet, entdeckt zu werden!

75 cl, 17,25 Punkte, Fr. 17.50



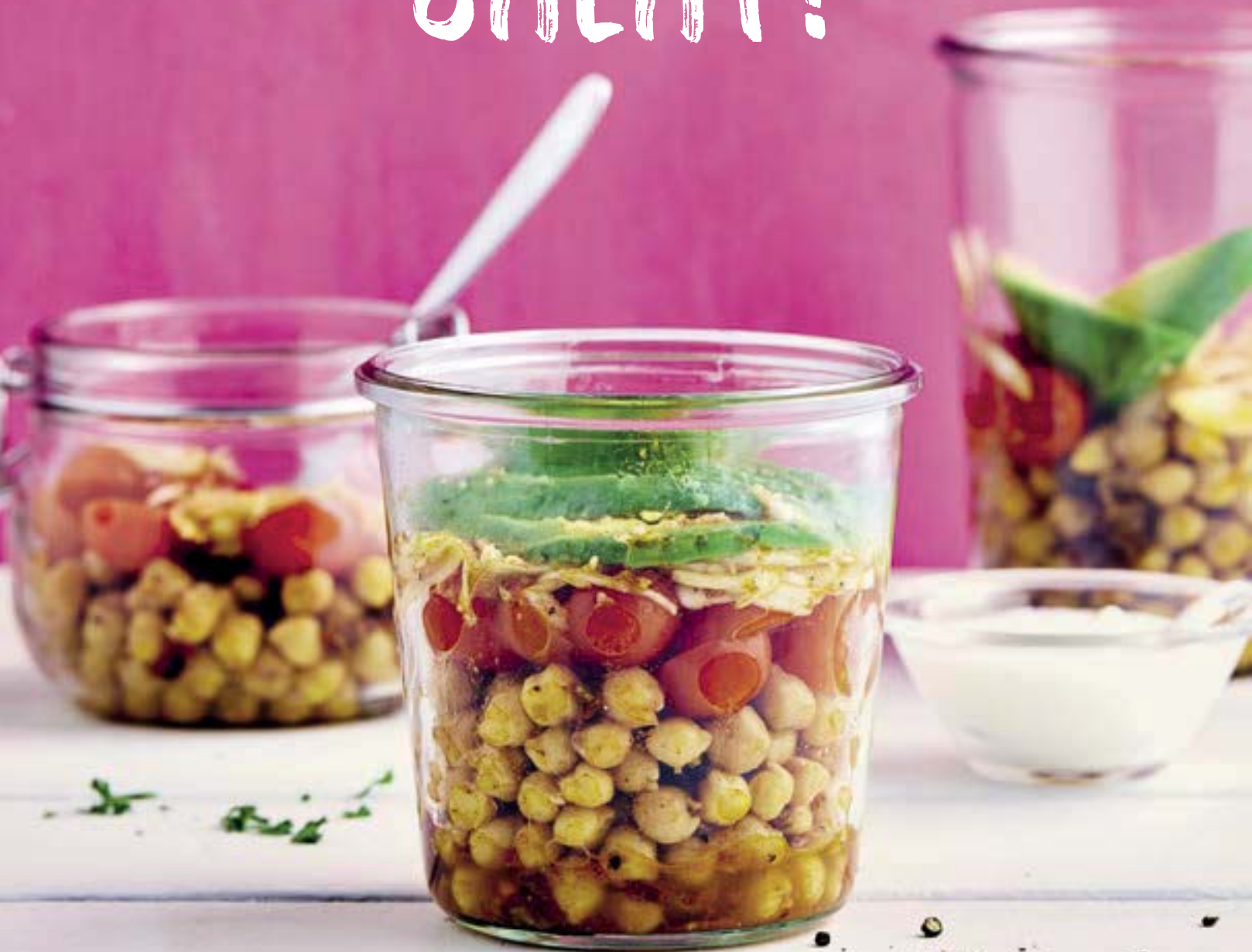
FRISCH & KNACKIG

## Lang lebe die Aprikose



In samtiger Süsse alt werden? Da beisst man am besten öfters in eine Aprikose, auch «Frucht der Hundertjährigen» genannt. Dass sie zum langen Leben beitragen soll, stützt sich auf die Hunza, ein überaus vitales Volk, das am Hunza River in Pakistan zuhause ist. Deren Lebenserwartung bis zu 120 Jahren wird unter anderem der Kraft der orangen Steinfrucht zugeschrieben, die hier in diversen Sorten angebaut wird und häufig auf dem Speiseplan steht. Auch bei uns ist wieder Zeit für mehr Aprikose im Leben: Die einheimischen Früchte treffen – je nach Witterung – jeweils ab Juli erntefrisch im Volg ein.

# HAUPTSACHE, SALAT!



## LAUWARMER KICHERERBSEN- AVOCADO-SALAT

Ins Glas geschichtet lässt sich dieser Salat auch gut ins Büro oder in die Badi mitnehmen. Rezept auf Seite 21

**PANZANELLA MIT  
GRILLIERTEN AUBERGINEN**  
Mascarpone setzt dem  
italienisch inspirierten Brotsalat  
ein aromatisches Häubchen auf.  
Rezept auf Seite 21



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

**Da haben wir den Salat - und zwar einen, der richtig satt macht!  
Hülsenfrüchte, Kohlenhydrate, Proteine oder sämige Saucen  
bringen feinste Fülle in die frischen Gerichte für 1001 Sommernacht.**



FÜR BESSERER.

# Neuer Look – alte Liebe: Pasta!

Ob fein bemehlt oder Bio –  
jetzt zu noch attraktiveren Preisen!



\*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



## ASIATISCHER GURKEN-RINDFLEISCH-SALAT

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

ZIEHEN LASSEN ca. 30 Minuten

### SAUCE

- 4 EL Sojasauce
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 3 EL Weissweinessig
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 1 Peperoncino, entkernt, fein geschnitten
- 1 TL Zucker
- Salz, Pfeffer

### SALAT

- 600 g Rindsplätzli à la minute
- 1 EL Sonnenblumenöl (1)
- Salz, Pfeffer
- 1 Lauchstange, halbiert, fein geschnitten
- 1 EL Sonnenblumenöl (2)

- 1 Salatgurke, halbiert, in Scheiben
- 1 Bund gemischte Kräuter, z. B. Minze, Basilikum, Peterli und/oder Koriander, Blätter abgezupft
- 50 g geröstete und gesalzene Erdnüsse, grob gehackt

1. Sauce: Sojasauce, Sonnenblumenöl und Weissweinessig verrühren. Knoblauch, Peperoncino und Zucker begeben, würzen.
2. Salat: Fleisch portionenweise im heissen Sonnenblumenöl (1) beidseitig je ca. 1 ½ Minuten anbraten, aus der Pfanne nehmen, in Streifen schneiden, würzen.
3. Lauch im heissen Sonnenblumenöl (2) rundum ca. 3 Minuten anbraten, mit Fleisch und restlichen Zutaten bis und mit Kräutern in einer Schüssel mischen. Sauce dazugeben, mischen, ca. 30 Minuten ziehen lassen. Salat mit Erdnüssen garnieren.

### ÖISI TIPPS

- Statt gemischter Kräuter Peterli verwenden.
- Dazu passen Knoblibrot oder Reiswaffeln.



# Für jede Gelegenheit das richtige Bier aus dem Hause Feldschlösschen.



\* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

## SALAT AUS GRILLIERTEN WÜRSTEN UND ZUCCHINI MIT TZATZIKI

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

ZIEHEN LASSEN ca. 20 Minuten

### TZATZIKI

- 1 Salatgurke, grob gerieben
- 1 TL Salz
- 300 g griechisches Jogurt nature, ungesüsst
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- Pfeffer

### SAUCE

- 3 EL Rapsöl
- 1 EL Condimento bianco
- ½ Bund Schnittlauch
- Salz, Pfeffer

### SALAT

- 1 kg Zucchini, längs in feine Scheiben geschnitten
- 1 EL Rapsöl
- 8 Emmentaler Rauchwürstli à 65 g
- ½ Bund Basilikum oder Peterli, Blätter abgezupft

1. Tzatziki: Gurke salzen, ca. 20 Minuten ziehen lassen. Von Hand gut ausdrücken, mit Jogurt und Knoblauch mischen, würzen.
2. Sauce: Rapsöl und Condimento bianco verrühren, Schnittlauch beigegeben, würzen.
3. Salat: Zucchini beidseitig mit Rapsöl bepinseln, bei mittlerer Hitze in der Brat-/Grillpfanne oder über mittelstarker Glut/Hitze beidseitig je ca. 3 Minuten grillieren.
4. Würste bei mittlerer Hitze in der Brat-/Grillpfanne oder über mittelstarker Glut/Hitze rundum 5-8 Minuten grillieren.
5. Zucchini und Würste mit Tzatziki anrichten, mit Sauce beträufeln, mit Basilikum garnieren.

### ÖISI TIPPS

- Dazu passt geröstetes Brot.
- Statt mit Rauchwürsten mit Argentinos oder Cervelas zubereiten.



# Top ausgezeichnete\* Tierhaltung.



\* Die unabhängige Informationsstelle labelinfo.ch hat die vielfältigen Massnahmen von IP-SUISSE für eine verantwortungsvolle und artgerechte Tierhaltung wie grosszügiger Auslauf, eingestreute Liegeflächen oder Stärkung der Tiergesundheit mit der höchsten Bewertungsstufe ausgezeichnet. Insgesamt wurde das Käfer-Label als «**sehr empfehlenswert**» eingestuft. Ein weiterer Beleg unseres Engagements für eine ganzheitliche Landwirtschaft in der Schweiz.



Schweiz. Natürlich.

[ipsuisse.ch](https://ipsuisse.ch)

bauern für  
generationen.



## ANTIPASTI-REIS MIT THON

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

ZIEHEN LASSEN ca. 30 Minuten

### SAUCE

- 4 EL Rapsöl
- 4 EL Condimento bianco oder Weissweinessig
- 3 Zweige Thymian, Blättchen abgezupft
- Salz, Pfeffer

### REIS

- 400 g Langkornreis
- 600 g in Öl eingelegter Thon, abgetropft, in Stücken zerzupft
- 4 Eier, hart gekocht, oder Picknick-Eier, halbiert
- 50 g entsteinte schwarze Oliven, in Ringen
- 50 g in Öl eingelegte getrocknete Tomaten, abgetropft, fein gehackt
- 100 g in Öl eingelegte Artischocken, abgetropft, halbiert
- 150 g Silberzwiebeln, abgetropft
- 100 g Cornichons, abgetropft, in Scheiben

1. Rapsöl und Condimento bianco verrühren, Thymian beigegeben, würzen.
2. Reis gemäss Packungsangabe kochen und in einer grossen Schüssel auskühlen lassen.
3. Reis mit Thon und allen übrigen Zutaten mischen. Sauce über den Reis giessen, mischen, ca. 30 Minuten ziehen lassen.



## WASSERMELONE AUF FETA-CRÈME

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

### SAUCE

- 5 EL Olivenöl
- 1 EL flüssiger Honig
- 1 Zitrone, heiss abgespült, wenig abgeriebene Schale und ganzer Saft
- ½ Bund Minze, fein gehackt, einige Blätter beiseitegelegt
- Salz, Pfeffer

### SALAT

- 400 g Feta oder Hirtenkäse, in Stücken
- 1,5 dl Halbrahm
- 1 kg Wassermelone, in 3 cm grossen Stücken
- 60 g geröstete und gesalzene Pistazien, grob gehackt

1. Olivenöl mit Honig und Zitronensaft verrühren, Zitronenschale und Minze beigegeben, würzen.
2. Feta und Halbrahm mixen, bis eine cremige Masse entsteht. Mit Wassermelone anrichten, Sauce darüberträufeln, mit beiseitegelegter Minze und Pistazien garnieren.

### ÖISE TIPP

Dazu passt dunkles Brot (z. B. Zwirbelbrot), Fladenbrot oder geröstetes Toastbrot.



ZÜRICH  
OPENAIR &

**STIMOROL\***

# JETZT D'NR.1 CHAUE\* UND JEDEN TAG FESTIVAL TICKETS GEWINNEN



**JETZT GEWINNEN**



Schritt 1  
**QR-CODE  
SCANNEN**



Schritt 2  
**PRODUKT CODE  
EINGEBEN**



Schritt 3  
**FINDE HERAUS OB DU  
GEWONNEN HAST**



Wettbewerbszeitraum: 8.4.24 – 31.7.24. Teilnahmebedingungen: [stimorol.ch](http://stimorol.ch)

\*Umsatz in CHF. Basierend auf AC Nielsen für die Kategorie Kaugummi im gesamten Jahr 2023 für den Detailhandelsmarkt Schweiz. (Copyright © 2023, NielsenIQ)

In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



## LINSEN-FENCHEL-SALAT

**FÜR 4 Personen**  
**ZUBEREITEN ca. 25 Minuten**  
**KOCHEN ca. 25 Minuten**

### SALAT

**200 g braune Linsen**  
**1 Fenchel**, fein gehobelt  
**4 Büffelmozzarella-Kugeln à 125 g**, halbiert

### SAUCE

**6 EL Olivenöl**  
**3 EL Weissweinessig**  
**1 Zitrone**, heiss abgespült, abgeriebene Schale und Saft  
**4 Sardellenfilets in Öl**, abgetropft, fein geschnitten  
**½ Bund Dill**, Blätter abgezupft, wenig für die Garnitur beiseitegelegt  
**Salz, Pfeffer**

**1.** Linsen in siedendem Wasser ohne Salz ca. 25 Minuten bissfest kochen, abgiessen, abkühlen lassen. Mit Fenchel und Mozzarella anrichten.

**2.** Olivenöl mit Weissweinessig und Zitrone verrühren, Sardellen und Dill begeben, würzen. Sauce über den Salat träufeln, mit beiseitegelegtem Dill garnieren.

### ÖISI TIPPS

- Anstelle von Büffelmozzarella mit Mozzarella, gebackenem Tomme oder gebratenem Halloumi servieren.
- Statt frischem getrockneten Dill verwenden.

## GRÜNER KARTOFFELSALAT MIT MINZ-PESTO

**FÜR 4 Personen**  
**ZUBEREITEN ca. 45 Minuten**  
**ZIEHEN LASSEN ca. 30 Minuten**

### MINZ-PESTO

**1 dl Sonnenblumenöl**  
**1 Zitrone**, heiss abgespült, wenig abgeriebene Schale und ganzer Saft  
**1 Bund Minze**, Blätter abgezupft  
**Salz, Pfeffer**

### SALAT

**1 kg festkochende Kartoffeln**, geschält, in Stücken  
**250 g grüne Bohnen**, halbiert  
**150 g Emmentaler mild**, in Würfeln  
**50 g Pinienkerne**, geröstet

1. Sonnenblumenöl mit Zitronenschale und -saft mischen, Minze begeben, im Mixer zu einem Pesto pürieren, würzen.
2. Kartoffeln in siedendem Salzwasser ca. 25 Minuten

weich kochen, abtropfen und auskühlen lassen.

**3.** Bohnen in siedendem Salzwasser ca. 10 Minuten kochen, abtropfen, auskühlen lassen.

**4.** Kartoffeln, Bohnen und Käse mit Minz-Pesto mischen, ca. 30 Minuten ziehen lassen, mit Pinienkernen garnieren.

### ÖISE TIPP

Frische Bohnen durch Tiefkühl-Bohnen ersetzen. Die Kochzeit beträgt dann nur ca. 8 Minuten.



# Heimat ist unser Bier.

In unserem Land braut sich einiges zusammen – im wahrsten Sinn des Wortes. Denn wie jede Region einzigartig ist, weiss sie einzigartige Biere zu brauen. Und weil Volg der Schweiz und ihren Produzenten aus Überzeugung die Stange hält, ist Schweizer Bier immer unser Bier. Welches ist Ihr Bier? Entdecken Sie Bierspezialitäten von der Ostschweiz bis in die Westschweiz, gebraut in Berg und Tal – erhältlich direkt vor Ihrer Haustür im Volg im Dorf.  
[www.volg.ch](http://www.volg.ch)



**CHOPFAB**



Schützengarten



Müller & Co.

**BOXER**



RUGENBRÄU



Falken  
BRAUEREI FALKEN

Nicht jedes Bier ist in jeder Verkaufsstelle erhältlich.



## LAUWARMER KICHERERBSEN-AVOCADO-SALAT

FÜR 4 Personen  
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

### SAUCE

- 4 EL Olivenöl
- 2 EL Aceto balsamico
- 1 EL Honig
- 1 Zitrone, heiss abgespült, abgeriebene Schale und Saft
- 1 Zwiebel, in Streifen
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 1 TL milder Paprika
- 1 TL Kümmel, im Mörser zerstoßen
- Salz, Pfeffer

### SALAT

- 1 EL Olivenöl
- 600 g gekochte Kichererbsen im Glas, abgetropft, ergibt ca. 420 g
- 50 g in Öl eingelegte Dörrtomaten, abgetropft, fein gehackt
- 200 g Cherrytomaten, halbiert
- 2 Avocados, in Scheiben
- 150 g griechisches Joghurt nature, ungesüsst
- ¼ Bund Peterli, fein geschnitten

1. Sauce: Olivenöl mit Aceto balsamico und Honig verrühren, restliche Zutaten bis und mit Kümmel begeben, würzen, beiseitestellen.
2. Salat: Olivenöl in einer Pfanne erwärmen, Kichererbsen ca. 5 Minuten darin andämpfen. Kichererbsen mit Dörrtomaten mischen, mit Tomaten und Avocado anrichten, Sauce darübergiessen. Mit Joghurt und Peterli garnieren.

### ÖISE TIPP

Dazu passt Pita-Brot.



## PANZANELLA MIT GRILLIERTEN AUBERGINEN

FÜR 4 Personen  
ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

### SAUCE

- 4 EL Olivenöl
- 2 EL Aceto balsamico
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- ½ Bund Basilikum, einige Blätter beiseitegelegt, Rest fein gehackt
- 2 TL getrockneter Oregano
- Salz, Pfeffer

### PANZANELLA

- 2 Auberginen, längs in ca. 1 cm dicken Scheiben
- 2 EL Olivenöl (1)
- Salz
- 250 g Brot vom Vortag, in Scheiben
- 2 EL Olivenöl (2)
- 4 Tomaten, in Schnitzen
- 250 g Mascarpone

1. Sauce: Olivenöl mit Aceto balsamico verrühren, Knoblauch, Basilikum und Oregano begeben, würzen.
2. Panzanella: Auberginen mit Olivenöl (1) beträufeln, bei mittlerer Hitze in der Brat-/Grillpfanne oder über mittelstarker Glut/Hitze beidseitig je 3–4 Minuten grillieren, salzen.
3. Brot mit Olivenöl (2) beträufeln, bei mittlerer Hitze in der Brat-/Grillpfanne oder über mittelstarker Glut/Hitze knusprig grillieren, etwas auskühlen, in Würfel schneiden.
4. Auberginen, Brot und restliche Zutaten auf Tellern anrichten, mit Sauce beträufeln, mit beiseitegelegtem Basilikum garnieren.

### ÖISE TIPPS

- «Panzanella» ist ein toskanischer Brot-salat, dessen Ursprung in der Verwertung von altbackenem Brot liegt. Dafür eignet er sich heute noch bestens.
- Nach Belieben mit gerösteten Pinienkernen garnieren.



## GORGONZOLA-MAIS-SALAT

FÜR 4 Personen  
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten  
ZIEHEN LASSEN ca. 30 Minuten

- 500 g Mais aus der Dose, abgetropft
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- ½ Bund Peterli, fein gehackt
- 100 g Gorgonzola, in Stücken
- 1,8 dl saurer Halbrahm
- 3 EL Mayonnaise
- 1 TL milder Paprika
- ½ Peperoncino, fein geschnitten
- Salz, Pfeffer
- 125 g Tortilla-Chips

1. Mais, Zwiebeln und Peterli in einer Schüssel mischen.
2. Gorgonzola mit saurem Halbrahm und Mayonnaise glatt rühren. Paprika und Peperoncino begeben. Alles mischen, würzen, zugedeckt ca. 30 Minuten ziehen lassen. Mit Tortilla-Chips servieren.

### ÖISE TIPPS

- Gorgonzola durch 80 g Zigerbutter (Zibu) oder 140 g Kräuterfrischkäse, z. B. Cantadou Knoblauch-Kräuter, ersetzen.
- Dosen-Mais durch ca. 4 Grill-Maiskolben ersetzen: Maiskolben ca. 15 Minuten in Salzwasser köcheln, abkühlen lassen und anschliessend Körner mit einem Messer vom Kolben schneiden.

# YUPI!



SWISS  
MADE



**AUS SCHWEIZER  
BIERTREBER**

Nachhaltiges  
Food-Upcycling

**JETZT  
NEU**



**MMMHH ... SO GEHT  
VEGANER GENUSS!**

Mehr Informationen und  
einfache Rezeptideen unter:

**WWW.YUP.SWISS**

In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.

# Käse & Wein

**BÜNDNER BERGKÄSE BIO, WÜRZIG  
SCHWEIZER HALBHARTKÄSE**

## Aromatische Höhenflüge

Die neun Sennereien, in denen der Bündner Bergkäse hergestellt wird, befinden sich alle auf mindestens 1000 Metern über Meer. Die reine Höhenluft, die frische Bio Bergheumilch sowie die Reifezeit von bis zu neun Monaten sind die Basis für sein würziges Aroma. Eine echte Walliser Spezialität ist der Cornalin AOC Valais. Mit dem Bouquet von Kirschen, Lakritz und Heidelbeeren zündet er zusammen mit dem Bündner Bergkäse ein kulinarisches Höhenfeuer und ist obendrein die richtige Wahl, wenn im Grill das Feuer entfacht wird.

**CORNALIN AOC VALAIS,  
SCHWEIZ, 75 CL**

Cornalin AOC Valais,  
Schweiz, 75 cl

**12.90**  
statt 15.80

**Bündner Bergkäse  
Bio, würzig**  
Portion 200 g

statt Fr. 5.90

**Fr. 4.70**





Emmentaler  
**REBER**

Spezialitäten • Spécialités



Ein Stück Emmentaler Tradition



Original Emmentaler  
Käsewurstli



Original Emmentaler  
Rauchwurstli



Original Emmentaler  
Käse Schübli



# JETZT PROFITIEREN!



**Cornalin AOC Valais** Schweiz, 2022, 75 cl, 17,25 Punkte\*

Cornalin Rubinrot intensive Fruchtigkeit, harmonische Struktur 14-16°C mariniertes Fleisch, Grilladen

**-20%** **12.90**  
statt 15.80

**Johannisberg AOC Valais** Schweiz, 2022, 75 cl, 17 Punkte\*

Silvaner helles Goldgelb grüne Äpfel, Quitten, rassig 8-10°C Aperitif, Fisch, Käse

**-20%** **13.90**  
statt 17.50

**WEIN  
DES  
MONATS**



**Goldbeere Riesling-Silvaner** Schweiz, 2023, 75 cl

Riesling-Silvaner blasses Gelb mit grünen Reflexen Aromen von Zitrus und Apfel 8-10°C Aperitif, Hartkäse

**8.95**  
statt 10.95



**Goldbeere Pinot Noir** Schweiz, 2022, 75 cl, 16,5 Punkte\*

Pinot Noir Rubinrot Himbeer- und Zwetschgenaromatik, samtig 14-16°C Wurstgrilladen, kalte Platten

**-20%** **9.50**  
statt 11.95



**Beaurempart Grande Réserve Pays d'Oc IGP** Frankreich, 2022, 75 cl, 17 Punkte\*

Merlot, Cabernet Sauvignon kräftiges Kirschorot dicht, gute Balance und Struktur 16-18°C rotes Fleisch, Hartkäse

**-20%** **7.95**  
statt 9.95



**Beaurempart Rosé Grande Cuvée Pays d'Oc IGP** Frankreich, 2022, 75 cl, 17 Punkte\*

Cinsault zarte Lachsfarbe erfrischend, lebhaft, Grapefruit, Himbeere, Erdbeere 10-12°C Aperitif, leichte Vorspeisen, Fisch

**-20%** **7.95**  
statt 9.95



**Fincas Valdemar Valdemacuco Crianza Ribera del Duero DO** Spanien, 2020, 75 cl, 17,5 Punkte\*

Tempranillo dunkles Kirschorot kraftvolle Aromen, vollmundig 16-18°C grilliertes rotes Fleisch, Käse

**-20%** **15.90**  
statt 19.90



**Animus Vinho Verde DOC** Portugal, 2022, 75 cl, 17 Punkte\*

Loureiro, Arinto sehr helles Gelb Zitrusnote, frisch, vollmundig 8-10°C Poulet, Picknick, grillierter Fisch

**-25%** **5.95**  
statt 7.95



**Animus Douro DOC** Portugal, 2021, 75 cl, 16,5 Punkte\*

Tinta Roriz, Touriga Nacional, Touriga Franca, Tinta Barroca Granatrot Pflaumen, Birnen 15-17°C Pizza, Pasta, rezentere Käse

**-22%** **6.95**  
statt 8.95



**Diese Aktion  
gilt vom  
24.6.2024 bis  
27.7.2024  
solange Vorrat  
Jahrgangsänderungen  
vorbehalten**

**Bestellen Sie  
diese Weine  
im 6er-Karton in  
Ihrem Volg oder  
direkt unter  
[www.wein.volg.ch](http://www.wein.volg.ch)**

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

SAISON FÜR ...

# Pesto

Von Italien aus eroberte die aromatische Würzpaste die ganze Welt. Mittlerweile gibt es sie in den unterschiedlichsten Varianten. Die beiden Stars sind der grüne Klassiker mit Basilikum und die rote Variante mit Dörrtomaten.



## Rot oder Grün?

Fein und vielseitig sind sie beide! In beiden Volg Pestos steckt zudem viel Bio von der Tomate bis zu den Cashewkernen. Beste Würze bringt der Schweizer Hartkäse Sbrinz AOP ins Glas.

**Volg Bio Pesto Rosso, 145 g**  
**Volg Bio Pesto alla Genovese, 135 g**

## Original oder originell?

Ein original italienisches «Pesto genovese» enthält Basilikum, Parmesan, Pecorino DOP, Olivenöl, Pinienkerne, Knoblauch und Salz. Heisst es hingegen «alla Genovese», also «nach Genueser Art», darf man mit den Zutaten flexibler umgehen. Wer Pesto selber herstellt, kann mit Peterli, Spinat oder Rucola experimentieren und die Pinienkerne durch andere Nüsse oder Samen ersetzen.

AUF DIE PASTA, TEIGE, BROTE ...

## LOS!

Das Wort «Pesto» leitet sich vom italienischen Verb «pestare» für «zerstampfen» oder «zerstossen» ab. Durch das Zerkleinern der Zutaten im Mörser oder Mixer ist Pesto Geschmack pur. Es eignet sich nicht nur für Pasta, sondern auch als Würze von Salatsaucen, zu Gemüse, Eierspeisen und Reis oder in jeglicher Kombination mit Teig: auf Brot, für Blätterteig-Apérohäppchen, auf Pizza, im Sandwich oder für Bruschette.

## Das «unhöfliche» Pesto

Manchen Menschen kann es nie zu viel Knoblauch in einem Pesto haben, andere mögen es lieber dezenter. Wenn man also zur ersten Gruppe gehört und nach dem Pestogenuss auf einen anderen Menschen trifft, kann dies für das Gegenüber eine ziemliche Zumutung bedeuten. Der Italiener Giuseppe Gavotti beschrieb in seinem Buch «Küche und Wein Liguriens» jenes extrem knoblauchlastige Pesto, das vom Mittelalter bis zirka 1800 verbreitet war, als «Pesto maleducato», also ein «unhöfliches Pesto».



## Frittata mit Pesto

FÜR 4 Personen  
ZUBEREITEN ca. 20 Minuten

- 1 **Zwiebel**,  
fein gehackt
- 1 EL **Sonnenblumenöl**  
80 g **in Öl eingelegte, getrocknete Tomaten**,  
fein geschnitten
- 8 **Eier**
- 3 EL **Pesto alla Genovese**
- ½ TL **Salz**
- 150 g **Mozzarella**,  
halbiert, in 5 mm dicken Scheiben
- 100 g **Cherrytomaten**,  
je nach Grösse evtl. halbiert
- 3 Zweige **Basilikum**,  
Blätter abgezupft, grob geschnitten
- Salz, Pfeffer**

1. Zwiebeln in einer beschichteten Bratpfanne im heissen Öl andämpfen. Getrocknete Tomaten beigegeben, kurz mitdämpfen.
2. Eier und Pesto verrühren, salzen, dazugießen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 10–12 Minuten stocken lassen. Frittata auf eine Platte gleiten lassen, wenden. Mozzarella und Cherrytomaten gleichmässig darauf verteilen. Zugedeckt ca. 4 Minuten fertig braten. Vor dem Anrichten Basilikum darüber verteilen, würzen.

### ÖISI TIPPS

- Mit Pesto Rosso zubereiten.
- Frittata ist eine Eierspeise ähnlich der spanischen Tortilla. Sie schmeckt als Hauptgericht oder in Stücke geschnitten zum Apéro oder Picknick.



**Hier  
sind  
wir.**

**Wo es für ein Fest  
nur ein Bänkli braucht.**

**Volg**  
*frisch und freundlich*

# Zart, luftig und bio

Frisch aus dem Holzofen kommen die unvergleichlich knusprigen Brote von «Fredy's». Neu gibt es das «Wild & Ruch» und das «Husbrot» im Volg auch in Bio-Qualität.

## LANGE ANGETEIGT

Gut Ding will Weile haben. Deshalb wird in «Fredy's» Backstube ein Vorteig angesetzt, der 24 Stunden ruht, bevor er weiterverarbeitet wird. Durch diese traditionelle Art der Teigverarbeitung sind die Brote bekömmlicher, aromatischer und bleiben länger frisch.

### Urchig wild

Malzige Aromen von frischem Getreide, charakterstarke Röstnoten, wilde Krustenrisse, eine zartsplittrige Kruste und ein saftiges Innenleben: Kein Wunder, hat das urchige Holzofenbrot «Wild & Ruch» so viele Fans!

### NATÜRLICH NACHHALTIG

Das 100-jährige Buchenholz, das über 1000 Tage vom Regen ausgewaschen und von der Sonne getrocknet wurde, entfaltet im Holzofen seine natürliche Energie. Durch die Urkraft des Feuers erhalten die Holzofenbrote ihre goldbraune Farbe und ihre krachende Kruste.

### Getreide und Salz von hier

Neu sind die beliebten Holzofenbrote «Wild & Ruch» und «Husbrot» in Bio-Qualität erhältlich. Sie enthalten somit zu 100 Prozent Schweizer Getreide aus biologischem Anbau. Schweizer Alpensalz und wertvolle Weizenkeime machen das Brotglück perfekt.



### Traditionelles Bäckerhandwerk

Hochwertige Backwaren zu produzieren, ist seit 20 Jahren das oberste Ziel von «Fredy's». Die Bäckerei mit Sitz in Baden AG setzt auf traditionelles Handwerk in Kombination mit umweltschonend angebauten Rohstoffen. **Fredy's Bio Wild & Ruch, 440 g und Fredy's Bio Husbrot, 400 g\***



**PFIRSICH-TIRAMISÙ-CAKE**  
Ein fruchtig-frisches Dessert  
mit Pfirsichen, Mascarpone,  
Schaumwein und süsslich-  
saurem Johannisbeer-Gelee.  
Rezept auf Seite 37



# FRÜCHTE DES SOMMERS

Welch eine Augenweide mit ihrer samtigen oder glatten Haut, was für ein Hochgenuss mit ihrem aromatischen, weichen Fruchtfleisch! Steinfrüchte wie Nektarinen, Pfirsiche, Aprikosen und Kirschen machen süsse Träume wahr.



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

## NEKTARINEN-CARPACCIO MIT MINZ-ZUCKER

**FÜR 4 Personen**  
**ZUBEREITEN ca. 30 Minuten**  
**MARINIEREN ca. 2 Stunden**

### CARPACCIO

- 4 Nektarinen**, halbiert, entsteint, in feine Scheiben geschnitten
- 1 EL Puderzucker**
- 0,5 dl Passionsfruchtlikör**, z. B. Passoã

### MINZ-ZUCKER

- 8 Minzweige**, kalt abgewaschen, Blätter abgezupft
- 100 g Zucker**

### GARNITUR

- 1 Zitrone**, heiss abgewaschen, trocken getupft
- 4 Kugeln Vanilleglace**

1. Nektarinen mit Puderzucker mischen, Likör darübergiessen, zugedeckt ca. 2 Stunden marinieren.
2. Minze trocken tupfen, kurz pürieren, Zucker dazugeben, weiter pürieren, bis sich der Zucker grün färbt.
3. Nektarinen auf Tellern anrichten, Zucker darüberstreuen, Zitronenschale darüberreiben. Mit Glace servieren.

### ÖISE TIPP

Für eine Marinade ohne Alkohol: 0,5 dl Apfelsaft, 3 EL Zitronensaft und 1 EL Puderzucker mischen.





# GENUSSTAGE

Gültig von Dienstag, 02.07.  
bis Sonntag, 07.07.2024



25%

**Emmi CAFFÈ LATTE**  
Macchiato oder Double Zero, 4 x 230 ml



15%

**Emmi Aktifit**  
Erdbeere oder Pfirsich\*, 6 x 65 ml



Das  
Grossformat  
für Daheim

15%

**Emmi CAFFÈ LATTE**  
Mr. Huge Macchiato oder  
Mr. Huge Double Zero, 650 ml



15%

**Fromagerie d'Emmi**  
Sbrinz AOP  
z.B. Rollen\* oder  
Reibkäse\*, 120 g



NEU

15%

**St. Moritz**  
**Schweizer Bergkäse\***  
Rezent, Portion à 250 g



15%

**Emmi Jogurtpur**  
Alle Sorten  
z.B. Erdbeer oder  
Aprikose, 150 g



20%

**Emmi Mozzarella**  
alle Formate  
z.B. Mini 145 g, Perlen\* 120 g,  
Stange\* 300 g oder Burrata 125 g

NEU

15%



**Emmi LUZERNER**  
Rahmkäse, Portion à 240 g  
oder Scheiben\* 150 g

\*in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Diese und viele weitere Emmi Produkte in Ihrem Volg in Aktion.

[www.volg.ch](http://www.volg.ch)





## KIRSCHEN-ZITRONEN-TORTE

**FÜR 1 Torte à ca. 12 Stück**  
**ZUBEREITEN ca. 40 Minuten**  
**BACKEN ca. 1 Stunde**  
**Springform von 18 cm Ø**  
**Backpapier für den Formenboden**

### TEIG

**150 g Butter**, weich  
**200 g Zucker**  
**1 Prise Salz**  
**1 Eigelb**  
**100 g Crème fraîche**  
**2 Zitronen**, heiss abgospült,  
 abgeriebene Schale,  
 4 EL Saft  
**200 g Mehl**  
**50 g Maisstärke**  
**2 TL Backpulver**  
**1 Eiweiss**, steif geschlagen  
**250 g Kirschen**, halbiert,  
 entsteint

### GARNITUR

**125 g Kirschen**, entsteint  
**40 g Puderzucker**  
**1 EL Zitronensaft**  
**200 g nature Frischkäse**  
**1 dl Vollrahm**, steif geschlagen  
**150 g Kirschen mit Stiel**

**1.** Teig: Butter rühren, bis sich Spitzchen bilden. Zucker und Salz dazurühren. Eigelb beifügen und rühren, bis die Masse hell ist. Crème fraîche, Zitronenschale und -saft daruntermischen. Mehl, Maisstärke und Backpulver mischen, dazusieben, Eischnee und Kirschen dazugeben und sorgfältig darunterziehen. Teig in die vorbereitete Form füllen.

**2.** Auf der untersten Rille des auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Ofens ca. 60–70 Minuten backen. Herausnehmen, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

**3.** Garnitur: Kirschen, Puderzucker und Zitronensaft ca. 5 Minuten weich köcheln, pürieren, durch ein Sieb streichen, auskühlen lassen. Die Hälfte des entstandenen Sirups mit Frischkäse und Schlagrahm mischen. Die Hälfte des Toppings auf die Mitte der Torte streichen, Kirschen darauf verteilen. Restlichen Sirup kurz vor dem Servieren darübergießen. Restliches Topping separat zur Torte servieren.

### ÖISI TIPPS

- Die Torte kann auch in einer Cakeform (25 cm Länge) gebacken werden. Die Backzeit verkürzt sich um ca. 10 Minuten.
- Die Torte ist zugedeckt im Kühlschrank 2 Tage haltbar.
- Die Torte schmeckt auch mit Himbeeren. Dafür dieselbe Menge frische oder aufgetaute Tiefkühl-Himbeeren verwenden; mit frischen Beeren garnieren.

# MÖVENPICK®

**20%  
AKTION**

vom 1. 7. bis 7. 7. 2024

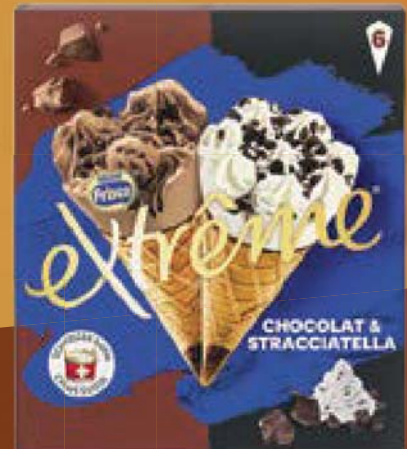


Nestlé  
**Frisco**

# extrême®

**20%  
AKTION**

vom 8. 7. bis 14. 7. 2024



**NEW**

\*in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

## GEBRATENE APRIKOSEN MIT JOGURTCRÈME

FÜR 4 Personen

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

4 Gläser von je 3 dl Inhalt

### APRIKOSEN

- 400 g Aprikosen, halbiert, entsteint
- ½ Zitrone, heiss abgespült, abgeriebene Schale und Saft
- 2 Rosmarinzweige
- 4 EL Rohzucker
- 4 EL Butter
- 1 dl Wasser

### JOGURTCRÈME

- 300 g griechisches Jogurt nature, ungesüsst
- 150 g Rahmquark
- 5 EL Holunderblütensirup
- 2 dl Vollrahm, steif geschlagen

### GARNITUR

- 100 g Amaretti, zerbröselt
- 50 g weisse Schokolade, kalt, fein gehobelt

1. Aprikosen mit allen Zutaten bis und mit Rohzucker mischen. Butter erhitzen, Aprikosen beidseitig je ca. 1½ Minuten anbraten. Wasser dazugießen, aufkochen, Pfanne beiseitestellen.

2. Jogurt, Rahmquark und Holunderblütensirup verrühren, Schlagrahm sorgfältig darunterziehen. Crème in die Gläser füllen.

3. Gebratene Aprikosen darauf verteilen, Aprikosenjus darübergießen. Mit Amaretti und Schokolade garnieren.

### ÖISI TIPPS

- Aprikosen durch Pfirsiche ersetzen.
- Anstelle von Rosmarin 1 Päckchen Vanillezucker verwenden.
- Statt Amaretti Mandel- oder Caramel-Biscuits (z. B. Lotus Biscoff) verwenden.





# Jetzt zugreifen!

Erlebe die natürliche Erfrischung!



Natürlich erfrischend,  
alkoholfrei.

Calanda Radler 2.0% Grapefruit und Calanda Radler 0.0% Grapefruit und Zitrone in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

## Ferienstimmung ×2

Rosé Beaurempart ist erfrischend wie eine Sommerbrise und traumhaft rosa wie das Abendrot. Elegant und füllig ist der rote Beaurempart. Die beiden ergänzen sich perfekt und vermitteln südfranzösische Stimmung.

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



In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



## PFIRSICH-TIRAMISÙ-CAKE

FÜR 1 Cake à ca. 12 Portionen

ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

KÜHL STELLEN ca. 2 Stunden

Cakeform von 35 cm Länge

Klarsichtfolie

Spritzsack

½ EL Sonnenblumenöl

150 g Johannisbeer-Gelee (1)

2 dl Schaumwein

3 Pfirsiche, halbiert, entsteint,  
in 3-mm-Schnitzen

1,5 dl Vollrahm

100 g Johannisbeer-Gelee (2)

400 g Mascarpone

200 g Löffelbiscuits

2 Zweige Minze, Blätter abgezupft

1. Cakeform mit Öl bestreichen und mit Folie auslegen.
2. Johannisbeer-Gelee (1) und Schaumwein gut verrühren, aufkochen. Flüssigkeit leicht abkühlen lassen, über die Pfirsiche giessen, zugedeckt bis zur Weiterverarbeitung marinieren.
3. Vollrahm mit Johannisbeer-Gelee (2) steif schlagen, Mascarpone löffelweise darunter-rühren, Masse in einen Spritzsack füllen.
4. Pfirsiche abtropfen, Marinade auffangen, beiseitestellen. Löffelbiscuits um ca. 1 cm kürzen. Die Hälfte der Löffelbiscuits quer, dicht nebeneinander, in die vorbereitete Cakeform legen. ½ der Pfirsiche darauf-legen, die Hälfte der Mascarpone-masse darüberspritzen, Vorgang wiederholen. Cake mit den restlichen Pfirsichschnitzen garnieren. Mindestens 2 Stunden kühl stellen.
5. Beiseitegestellte Marinade sirupartig einkochen, auskühlen lassen.
6. Cake vorsichtig aus der Form heben, auf eine Anrichteplatte legen. Einkochte Marinade darübergiessen, Cake mit Minze garnieren.

### ÖISI TIPPS

- Pfirsiche können durch Nektarinen oder Aprikosen ersetzt werden.
- Die übrigen Löffelbiscuitstücke in einer Dose aufbewahren und über einen Fruchtsalat streuen.
- Vorbereiten und aufbewahren: Der Tiramisù-Cake ist zugedeckt im Kühlschrank zirka 24 Stunden haltbar.



## KOKOS-STEINFRUCHT-GLACEPOPS

FÜR ca. 12 Stück

ZUBEREITEN ca. 40 Minuten

ZIEHEN LASSEN ca. 10 Minuten

GEFRIEREN ca. 4 Stunden

12 Gläser oder Espresso-Tassen

von je 1 dl Inhalt

12 Espresso-Löffel

250 g Aprikosen,  
entsteint, in Stücken

250 g Nektarinen,  
entsteint, in Stücken

1 EL Zitronensaft

30 g Zucker (1)

1 dl Wasser

2 Beutel Kamillentee

2,5 dl Kokosmilch

1 EL Zucker (2)

1 EL geraspelte Kokosnuss

80 g frische oder Tiefkühl-  
Himbeeren

1. Aprikosen und alle Zutaten bis und mit Zucker (1) ca. 8 Minuten weich köcheln. Wasser und Teebeutel dazugeben, zugedeckt ca. 10 Minuten ziehen lassen. Teebeutel herausnehmen, auskühlen lassen.
2. Kokosmilch, Zucker (2) und Kokosraspel köcheln, bis sich der Zucker aufgelöst hat, auskühlen lassen.
3. Die Hälfte der Fruchtmasse in die Gläser oder Tassen verteilen, die Hälfte der Beeren darauf verteilen. 1 Stunde gefrieren, herausnehmen, Löffel in der Mitte einstecken.
4. Kokosmix auf die Glace giessen, 1 Stunde gefrieren. Herausnehmen, restliche Himbeeren und restliche Fruchtmasse daraufgeben, ca. 2 Stunden gefrieren. Herausnehmen, leicht antauen lassen, herauslösen.

### ÖISE TIPP

Für das Glace können auch nur Aprikosen oder nur Nektarinen verwendet werden.



**SCANNE DEN CODE  
FÜR DEINE CHANCE  
AUF EINEN  
UNVERGESSLICHEN  
FESTIVALSOMMER!**



**TRINKEN  
SCANNEN  
GENIESSEN**

\*Fanta in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.

Teilnahmezeitraum vom 01.04.2024 bis 31.08.2024 - Aktionshinweis auf den Etiketten von Coca-Cola ORIGINAL TASTE und Coca-Cola ZERO ZUCKER 500 ml PET, 330 ml Dosen und 330 ml Glasflaschen (je nach Verfügbarkeit an den Verkaufsstellen). Alle Infos und Teilnahmebedingungen in der Coke App. Kein Kaufzwang. Gratis-Code unter 0848 80 80 00.  
© 2024 The Coca-Cola Company. COCA-COLA, COCA-COLA ZERO, SPRITE and FANTA are registered trademarks of The Coca-Cola Company.



**SANDWICH MIT**

*kna<sub>4</sub>ckigem Biss.*



VOLG SIRUP

# Macht Kinder froh ...

... und Erwachsene ebenso! Das zeitlose Getränk passt zur bunten Geburtstagsparty für die Jüngsten wie zur Cocktailparty mit Freunden. Und das erst noch auf den Punkt so süß, wie jeder es mag.

## VOLLE KONZENTRATION

Sirup ist dickflüssig eingekochtes Konzentrat. Mit seiner geballten Ladung an Aromen reicht ein Minimum für ein maximales Erfrischungsgetränk. «Ein Gutsch, ein Glas», lautet ein ungeschriebenes Gesetz. Mit einer Flasche Sirup stillt man den Durst somit sehr lange, und das erst noch unvergleichbar preisgünstig.

## FÜR ALLE UND VIELES

Sirup kennt jedes Kind, was nicht heisst, dass nur die Kleinen liebend gern am Sirupglas nippen. Sirup lieben alle! Bei Erwachsenen weckt er Erinnerungen; Hobbyköche nutzen ihn zum Süssen und Verfeinern – das darf dann auch mal etwas Sirup in der Salatsauce, im Gebäck oder der Fleischmarinade sein. Im Sommer träufelt man ihn übers Glace, im Winter süsst er den Tee.

## Holunder-Wunder

Spätestens seit der «Hugo» im Cocktailglas für «Wow»-Effekte sorgt, ist Holunderblütensirup in aller Munde. Das angesagte Getränk mit Schaumwein, Holunderblütensirup, Mineralwasser und Minze liegt besonders im Sommer hoch im Kurs. Lieber eiskaltes Dessert als cooler Drink? Dann ist das Holunderblütensirup-Parfait mit Biscuits und Beeren auf [volg.ch/rezpte](http://volg.ch/rezpte) ein Muss!

## Speziell individuell

Sirup kann etwas, was kein anderes Getränk kann: Es ist so süß wie Mami, so süß wie Papi, so süß wie der kleine Max und so süß wie sein Gspännli. Denn seinen Sirup bereitet jeder einfach so zu, wie er ihn mag. Von herrlich süß bis nur einem Hauch von Aroma geht und schmeckt alles. Und mehr als Wasser braucht es für nicht fürs Sirup-Glück.



## Eins, zwei, drei Sirupe

Von Beere bis Blüte: Volg Sirup gibt es in verschiedenen verführerischen Sorten. Mit dem Aroma der beliebten Himbeere, der lieblichen Holunderblüte und der südländischen Orange. Welcher Sirup darf es heute sein? **Volg Himbeer Sirup, Volg Holunderblüten Sirup, Volg Orangen Sirup\*, je 1 l**



Feins  
vom  
Dorf





# EIN STÜCK DORFLEBEN IM DORFLADEN

**Honig vom Imker um die Ecke oder Eier aus dem Stall nebenan: «Feins vom Dorf» könnte naheliegender nicht sein. Seit 2005 steht das Label für Lokales, hält die Transportwege auf Gehdistanz und unterstützt Produzenten aus dem Dorf.**

**D**ie Ferienzeit macht Lust auf eine Entdeckungsreise, sei es durch andere Länder oder einheimische Regionen, die man noch nicht kennt. Dabei hat gerade die Schweiz in ihrer landschaftlichen und kulinarischen Vielfalt viel zu bieten. Betritt man einen der rund 600 Volg-Läden, entdeckt man auch Spezialitäten aus dem Dorf oder einem angrenzenden Nachbardorf. Lokal mit viel Ideenreichtum und Herzblut in kleiner Menge hergestellt, begeistern sie die Dorfbevölkerung – ebenso wie Touristinnen, Tagesausflügler oder Menschen auf der Durchreise.

## Genuss aus der Nachbarschaft

Bereits seit 2005 ergänzt und bereichert das Label «Feins vom Dorf» das Sortiment. Schweizweit sind es über 3000 lokale Produzenten, die in den Dorfläden rund 10 000 Spezialitäten anbieten. Darunter finden sich auch überraschende Erzeugnisse, die man nur selten erhält, wie Steinbock-Pasta aus dem Bündner Hochtal Avers oder Damhirschschüblig aus dem Zürcher Weinland. Das Angebot variiert von Volg zu Volg und fällt je nach Saison unterschiedlich aus, da die Produkte vielfach aus der Landwirtschaft stammen. Oft werden im Sommer Aprikosen, Kirschen oder Tomaten kurz

nach der Ernte mit dem Traktor angeliefert, sind also nur wenige Kilometer unterwegs. Eier und Honig wiederum zählen zu den häufigsten «Feins vom Dorf»-Produkten und sind im Dorfladen meist ganzjährig erhältlich. Wer hinter den lokalen Spezialitäten steht, lässt sich am jährlichen «Feins vom Dorf»-Tag erkunden, der in jedem Volg veranstaltet wird; dieses Jahr am Samstag, 31. August 2024. Entdecken, Degustieren und Geniessen stehen dabei hoch im Kurs. Im persönlichen Gespräch aufschlussreich zu erfahren, ist zudem, wie die Produzenten ihre Erzeugnisse herstellen.

## Wichtiger Vertriebskanal für Kleinbetriebe

Der lokale Charakter im Dorfladen ist für den im ländlichen Raum verwurzelten Detailhändler Volg eine Herzensangelegenheit. Indem Volg auch direkt im Dorf hergestellte Produkte vertreibt, können Kleinbetriebe und Landwirte in Randregionen profitieren: ihre Spezialitäten sind durch diesen Absatzkanal der breiten Bevölkerung zugänglich, was ihre Bekanntheit steigert und nicht zuletzt finanziell einen wertvollen Mehrumsatz darstellt. Somit leistet Volg mit seinem «Feins vom Dorf»-Konzept auch einen nachhaltigen Beitrag zur Unterstützung der lokalen Wirtschaft.



## UNVERWECHSELBARE NOTE

«Die lokal hergestellten Produkte bereichern unser Sortiment und verleihen jedem einzelnen Laden eine spezielle, unverwechselbare Note. Unser «Feins vom Dorf»-Label ist typisch Volg und Ausdruck unserer Verbundenheit zum Dorf.»

**Kaspar Gisler**  
Bereichsleiter Verkauf Volg

**Weitere Informationen zu Feins vom Dorf in dieser Ausgabe auf Seite 42.**



## WIR ALLE KÖNNEN ETWAS TUN

### Entdeckungen anderen empfehlen oder selbst Hand anlegen

Im Dorfladen etwas Tolles entdeckt? Dann freut sich der Hersteller gewiss über eine Weiterempfehlung an Familie, Freunde oder Nachbarn. Und wer Lust hat, produziert sein eigenes «Feins von mir» – schliesslich lässt sich im kleinen Stil so einiges für den Eigenbedarf anbauen. Kräuter wie Oregano, Thymian oder Salbei gedeihen auf dem sonnigen Fenstersims, während Kresse, Minze oder Kerbel sich auch im Schatten gut entwickeln. Pflück- und Schnittsalate sind eine gute Wahl für Balkonkästen, denn sie brauchen nur wenig Platz und wachsen schnell; geerntet wird jeweils nur so viel, wie gerade in der Küche benötigt. Bei einer freien Lücke im Topf sind Knoblauch oder Radieschen prima «Füller».



# Ein Traum von Bier

**Ein Ehepaar verwandelte die Liebe zu Craft Beer in eine Brauerei im Zürcher Unterländer Städtli Bülach. In den drei Volg-Läden vor Ort findet man das «St. Laurentius» eine tolle Bieridee.**

**W**ie viele Träume beginnt auch dieser hier in Amerika. «Mein Mann und ich machten eine längere Reise durch die USA, verbrachten viel Zeit in Pubs und waren begeistert von der vielfältigen Bierkultur», erinnert sich Sarah Hildebrand an die Zeit vor zwölf Jahren. Zurück in ihrer Heimat Bülach träumten sie und ihr Mann John den Traum vom eigenen Craft Beer weiter. Damit ist Bier gemeint, das von kleineren unabhängigen Brauereien handwerklich und nach traditionellen Methoden gebraut wird. John Hildebrand begab sich in den Keller und er lernte im Selbststudium und bei weiteren Reisen in die USA die Kunst des

Bierbrauens. «Das war aber nur für den Eigenbedarf gedacht», erzählt der Brauer. Doch es kam anders. Sein Bier wurde beliebter und beliebter, immer mehr Freunde und Bekannte wollten vom Gebräu kosten. Seine 50-Liter-Brauanlage reichte bei Weitem nicht mehr aus. «Da haben wir uns überlegt, ob man das nicht im grösseren Stil betreiben könnte», erzählt die Bülacherin.

**Der Schutzpatron als Namensgeber**  
Gesagt, getan. John Hildebrand gab seine Stelle als Programmierer auf und das Ehepaar versuchte herauszufinden, ob die Menschen in Bülach ein eigenes

Bier überhaupt wollen. «Wir trommelten alle zusammen: Vereine, Politiker und die Feuerwehr. Sie alle probierten unser Bier.» 2015 erfolgte der Startschuss. «St. Laurentius Craft Beer» wurde gegründet, benannt nach dem Schutzpatron von Bülach und der Berufsgruppen, die mit Feuer arbeiten, darunter auch Bierbrauer. Das Paar kaufte grössere Gärtanks und richtete die Brauerei in einem ehemaligen Schwimmbad ein. Dann ging es nur noch nach oben. Einer der ersten Kunden war Volg. «Volg hat die gleiche Philosophie wie wir: Beide lieben wir das Lokale und sind hier verwurzelt», sagt Sarah Hildebrand. Durch den Erfolg widmete auch sie sich bald voll dem



Ganz links: Sarah und John Hiltbrand haben ihre Bürojobs an den Nagel gehängt und brauen nun Bier. Oben links: Braugerste ist die Hauptzutat für die 14 verschiedenen Sorten der St.-Laurentius-Brauerei. Jederzeit im Volg Bülach erhältlich ist das Lagerbier.

eigenen Unternehmen. Das Dreamteam war geboren: Er braut Bier, sie vermarktet es. «Anfangs war es nicht einfach. Wir mussten alles lernen: Buchhaltung, Verkauf, Mitarbeiterführung. Und wir lernen noch immer täglich dazu», erzählen die beiden. Zum Glück half Sarah Hiltbrands Mutter vom ersten Tag an in der Buchhaltung mit und unterstützte sie bei ihrem Abenteuer. Heute produziert die St.-Laurentius-Brauerei pro Jahr 180 000 Liter Bier in 14 verschiedenen Sorten, vom klassischen Lager über Pale Ale bis zu Bier mit Brombeer- oder Zitrusgeschmack. Und sie hat in der Produktion und Gastronomie Stellen für 13 Mitarbeitende geschaffen. Der Traum hat sich erfüllt.



**BIER AUS BÜLACH**  
Die Biere von St. Laurentius, wie das Lager, gibt es im Volg Bülach, der im kleinen Städtli an drei Standorten zuhause ist.

**PRODUKTE MIT LOKALCHARAKTER**  
Das St. Laurentius Craft Beer ist eine von rund 10 000 «Feins vom Dorf»-Spezialitäten. Das Label hält, was der Name verspricht: Die Produkte sind nur im Volg im jeweiligen Dorf oder Nachbardorf erhältlich. Entdecken Sie «Feins vom Dorf» in Ihrem Volg!





**Daniel Bächler** mag das Volg Knuspermüesli Beeren besonders dann, wenn es schnell gehen muss: «Einfach mit Milch oder Joghurt mischen und geniessen.»



# «Schweizer lieben leicht mürbe Müesli»

**Bei Bio-Familia in Sachseln weiss man, wie das Volg Knuspermüesli Beeren das besondere Etwas erhält. Co-Geschäftsleiter Daniel Bächler über den perfekten Crunch, eine alte Liebesgeschichte und wie das Wort «Müesli» in die Welt getragen wurde.**

## **Herr Bächler, was hat das Volg Knuspermüesli Beeren mit der Liebe tun?**

Da müssen wir zurück in die 1950er-Jahre. Der Deutsche Georg Hipp war in seiner Jugend oft in der Schweiz unterwegs, unter anderem auf Wallfahrt. Dabei verliebte er sich in die Schweizerin Anny Metzner. Weil sie so dankbar waren, einander gefunden zu haben, entschieden sie, hier eine Firma zu gründen, um Babynahrung herzustellen.

## **Das hat dann aber nicht geklappt?**

Genau, das lief nicht wie erhofft. Der damalige Direktor Dr. Caspar Arquint kam auf die Idee, Birchermüesli zu verkaufen. Denn noch gab es keine fertigen Müeslimischungen. Mit dem Einverständnis der Nachfahren von Maximilian Bircher-Benner wurde schliesslich in Sachseln 1959 das erste biologische Birchermüesli produziert.

## **Kam damit der Erfolg?**

Das Birchermüesli verkaufte sich richtig gut. Schon ein Jahr darauf exportierte man es

ins Ausland. Rückblickend war Bio-Familia das erste Unternehmen, das die Originalrezeptur – und auch das Wort «Müesli» – in die Welt hinausgetragen hat.

## **Was für eine schöne Geschichte!**

Ja, das kann man sagen. Zudem setzte das Ehepaar Hipp-Metzner schon früh auf biologisch angebaute Zutaten von Bauern aus der Region. Damit bewiesen sie viel Mut und waren Pioniere.

## **Worauf achten Sie heute bei den Zutaten?**

Natürlichkeit ist uns wichtig. Bei uns gibt es keine E-Nummern, keine Farb- und keine Zusatzstoffe. Wir beziehen so viele Rohstoffe wie möglich aus der Schweiz.

## **Woher kommt der tolle Crunch beim Volg Knuspermüesli Beeren?**

Dahinter steckt eine ausgefeilte Rezeptur. Unsere Spezialisten in der Entwicklungsabteilung haben die Knusprigkeit so konzipiert, dass sie genau zu den Vorlieben der

Schweizerinnen und Schweizer passt. Hierzulande liebt man Müesli, die leicht mürbe sind. Sie sollen einen guten Biss haben, «crunchy» sein, aber auch nicht zu hart.

## **Wie erreichen Sie das?**

Zunächst wird ein Müesliteig, unter anderem aus Vollkornhafer und -weizen, gemacht. Damit er die richtige Konsistenz und Feuchtigkeit hat, und weil Naturprodukte nicht immer gleich sind, ist die Erfahrung unserer Müeslibäcker gefragt. Die Teigmischung wird in einem 50 Meter langen Bandofen gebacken. Es braucht Fingerspitzengefühl, sodass Farbe, Knusprigkeit und Grösse der Knusperstücke stimmen.

## **Wann kommen die Beeren hinzu?**

Nach dem Backen werden die gefriergetrockneten Himbeeren, Erdbeeren und Johannisbeeren sorgfältig dazugemischt. Sie verleihen dem Müesli eine wirklich hervorragende Beerennote und färben später beim Müeslilöffeln die Milch leicht rosa.



## **VOLG KNUSPERMÜESLI AUS SACHSELN OW**

Genauso wie Volg ist auch das 1954 gegründete Unternehmen Bio-Familia fest in der Schweiz verwurzelt. In Sachseln, im Herzen der Schweiz, produziert die Müesli-Pionierin klassische Müeslimischungen und gebackene Knuspermüesli. Heute teilen sich Daniel Bächler und Manuel Dubacher die Geschäftsleitung von Bio-Familia mit den rund 200 Mitarbeitenden. Das Unternehmen stellt nebst dem Volg Knuspermüesli Beeren auch das klassische Volg Birchermüesli ohne Rosinen her.



**ÜBER 75%**

des Lebensmittelumsatzes 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 bei.

# FRECHE FREUNDE

FÜR EINE FRÜHE FREUNDSCHAFT MIT OBST UND GEMÜSE



\* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich



Ob im Alltag in der Znünibox oder als Stärkung bei der nächsten Wanderung: Die gefriergetrockneten Fruchtchips von Freche Freunde sind Deine beerrigstarke Begleitung für jede Gelegenheit! Mehr zu unseren Bio-Kindersnacks erfährst du unter:

[www.FRECHEFREUNDE.CH](http://www.FRECHEFREUNDE.CH)



ohne Palmöl

Mit Ovomaltine kannst du's nicht besser. Aber länger.

\*Sind in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.



# 3-mal 1-malig

Den Klassiker im Futternapf gibt es neu mit saftigem Rindfleisch. Das Premium-Alleinfutter für ausgewachsene Katzen ist ein tierischer Hochgenuss für jeden Tag.



## 1. Was ist denn da drin?

Bestes Nassfutter natürlich! Das herrlich saftige Sheba Classics in Pastete Rind enthält schonend verarbeitete natürliche Zutaten und ganz, ganz wichtig... schön zartes Fleisch. Dazu liefert es eine zusätzliche Dosis Wasser und ist kalorienarm, damit das Büsi in Form und fit bleibt.

## 2. Wann gibt's Futter?

Am liebsten immer! Doch auch wenn das Büsi einer Mahlzeit nur selten abgeneigt ist, gibt es Fütterungsempfehlungen für ein ausgewogenes Katzenleben. Je nach Gewicht benötigt eine Mieze zweieinhalb bis vier Schalen Futter täglich. Dank der praktischen Portionsschale kommt es jederzeit topfrisch in den Napf.



## 3. Warum ist «Sheba» spitze?

Weil «Sheba» zur Freude aller Katzen seit über 30 Jahren Experte für Nassfutterrezepturen aus natürlichen und hochwertigen Zutaten ist. Im Fokus steht das Wohl und die Unterstützung der Gesundheit des Tiers. Und das zudem in einer Auswahl an Texturen und Geschmäckern, die auch das anspruchsvolle Büsi glücklich macht.



**SHEBA CLASSICS IN PASTETE RIND**  
 Noch mehr Abwechslung: Nebst Sheba Classics in Pastete Geflügel und Sheba Classics in Pastete Kalb gibt es das beliebte Futter jetzt auch mit Rind.  
**Sheba Classics in Pastete Rind, 85 g**





**AKTION**  
**15% RABATT**  
Magnum Almond 6x100 ml  
und Classic 6x100 ml  
24.06.-30.06.2024



\* in kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich  
Verantwortungsvoll konsumieren. À consommer avec modération. Consumare in modo responsabile.

**BULL**  
WWW.BULLVODKA.CH



FÜR UNSER  
BÜSI, UNSEREN  
BELLO UND  
MEINE BELLA!



**SHEBA CLASSIC IN PASTETE RIND,  
85 G**

Noch mehr klassische Vielfalt von «Sheba». Die saftige Rindfleischpastete in der praktischen Portionsschale wird aus natürlichen Zutaten hergestellt. Ganz wie Büsi sie liebt!

Fr. 1.40



**PURINA ONE SENSITIVE HUHN UND  
KAROTTEN, 4x 85 G\***

Jeder Katze das richtige Futter. Das Büsi hat ein empfindliches Verdauungssystem? Dann rein in den Napf mit dem Nassfutter «Sensitive» aus hochwertigen Zutaten.

Fr. 5.10



**PURINA ONE STERILCAT LACHS UND  
KAROTTEN, 4x 85 G\***

Lachs- und Leckeres für sterilisierte Samtpfoten: Das Nassfutter «Sterilcat» enthält einen speziellen Protein- und Fettgehalt zur Unterstützung des Stoffwechsels.

Fr. 5.10



**PEDIGREE ADULT RIND UND GEMÜSE,  
3 KG**

Ein Hundeleben, das man zum Fressen gern hat! Das 100 Prozent vollwertige Hundefutter mit ausgewählten natürlichen Zutaten verleiht dem Vierbeiner die nötige Energie.

Fr. 15.90



**VOLG BIO HAFERNÜSSLI,  
200 G**

Hafer in neuer Bestform. Geröstet, gepufft und ohne Zusatz von Zucker bringen die Nüssli Leichtigkeit ins Müesli. Dazu sagt auch der Nutri-Score «Ja» respektive «A»!

Fr. 2.30



**M&M'S MINIS CHOCOLATE,  
225 G\***

Minis für den Maxi-Spass: Im Kern feine Schokolade und drum herum viel von der knackigen Hülle. Klein und kunterbunt auch ein tolles Topping für Glace und Dessert.

Fr. 4.95

\* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



Saftiger Trinkgenuss mit ganzer Fruchtpower steckt im Ramseier Multivitaminsaft und im Ramseier Orangensaft.

RAMSEIER PREMIUM FRUCHTSÄFTE

# Fruchtig erfrischt durch den Tag

Mit reiner natürlicher Süsse durch aromatische Früchte und ganz ohne weiteren Zuckerzusatz erfrischen die Premium Fruchtsäfte von Ramseier den Gaumen. So lässt es sich ausgezeichnet und vitaminreich in den Tag starten.



## Früchte aus fairem Handel

Der Multivitaminsaft und der Orangensaft tragen das Label Fairtrade Max Havelaar. Als Mitglied der Max-Havelaar-Stiftung engagiert sich Ramseier für nachhaltig angebaute Produkte und fairen Handel. Damit wird das Leben von Kleinbauern und Plantagenarbeitenden in Entwicklungs- und Schwellenländern verbessert.

## SAFTIG GÜNSTIG UNTERWEGS

Der «Familienpass» der Südostbahn ist der perfekte Begleiter für Spass und Freizeit auf und entlang dem Schienennetz der Südostbahn. Mit Ramseier gibt es diesen jetzt mit 50 Prozent Rabatt. Auf den 1-Liter-Tetra-Packungen Ramseier Süessmost, Premium Orangensaft und Premium Multivitaminsaft findet sich bis September 2024 der QR-Code zum Scannen und Profitieren.



## Zwei Klassiker

Ein Glas Fruchtsaft zum Zmorge löscht den Durst und versorgt den Körper mit einer ordentlichen Portion Früchte und Vitamine. Der Ramseier Multivitaminsaft enthält den Saft von acht verschiedenen Früchten, während der Ramseier Orangensaft mit dem Aroma von sonnengereiften Orangen punktet. Mit Mineralwasser oder Schaumwein gemischt wird aus dem Saft ein leichter, prickelnder Sommerdrink.

## AM ANFANG STAND DER APFEL

Seit 1910 steht Ramseier für hochwertigen Genuss aus der Schweiz. Die Wurzeln hat das Unternehmen in Ramsei BE, wo anfangs vor allem Apfelwein hergestellt wurde. Heute ist Ramseier Suisse mit den Betrieben in Sursee LU und Oberaach TG der grösste Obstsaftproduzent der Schweiz.



Gönnen Sie sich  
eine fruchtige  
Auszeit!

FREUDE  
AUS DER  
FRUCHT!



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

granini®

Für den <sup>+</sup>Heimvorteil auf  
dem Grill.



frischkaese.ch



\* In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich

Familiensache:  
Philipp Hotz und Schwester  
Mirjam Schmid-Hotz packen  
bei der Quittenernte mit an.

# GESCHICHTSTRÄCHTIGER BAUERNHOF

**Auf dem Volg Erlebnishof Zugerland lebt Familie Hotz bereits in 13. Generation.**

**Die Geschwister Philipp Hotz und Mirjam Schmid-Hotz sind stolz auf «ihre» Familiengeschichte.**

**Wer sonst kann mit einem elf Meter langen Stammbaum beeindruckt werden?**

**D**er Reformationskrieg zwang im Jahr 1531 die katholische Familie Rudolf Hotz, ihre Heimat in Oberrieden am Zürichsee zu verlassen und nach Baar umzusiedeln. Über das Kloster Kappel kamen sie zu Land. Da die Arbeitskräfte günstig waren, das Material aber teuer, brachen sie das Haus Balken für Balken ab und bauten es im Zugerland wieder auf. Damals bestand das Dach noch aus Stroh und die Wände waren zwischen den Balken mit Moos isoliert. «Aber das Wohnhaus, in dem meine Familie und ich wohnen, ist zu einem grossen Teil noch original», erzählt Philipp Hotz.

#### Agile Landwirte

1531 lebte die Familie vom Obst- und Reb- bau und produzierte den Wein unter anderem für den Konvent. Dank Viktor Hotz, dem Grossonkel, ist die Familiengeschichte à jour. So ist auch bekannt, dass die Reb- laus, die zirka 1880 nach Europa gelangte, die Rebberge der Familie zerstörten. Die Milchwirtschaft wurde zur neuen Einnahme- quelle und von der Haltung schottischer Hochlandrinder abgelöst. «Als Landwirt muss man anpassungsfähig sein und auch das, was man gerne tut, aufgeben können»,

erklärt NATURENA-Bauer Philipp Hotz. Mit der Gästebewirtung und dem Wieder- anbau von Obst und Reben erfand sich der Hotzenhof einmal mehr neu. «Im Obstbau haben wir fast jedes Jahr mit anderen Schädlingen zu kämpfen. Man weiss einfach nie, was kommt. Darum ist es wichtig, jede Situation als Chance zu sehen und offen zu bleiben», meint der vielseitige Landwirt, der gespannt ist, was die Zukunft bringen wird. Was bereits feststeht, ist, dass 2031 die Familienfeier «Hotz» stattfindet, die alle 25 Jahre zelebriert wird. Verwandte aus Brasilien, England, Frankreich oder Neusee- land kommen zusammen, um auf dem Hof ihre Abstammung gebührend zu feiern.



Der Hotzenhof schreibt Familiengeschichte.



#### 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 Natur- projekt und einen Erlebnishof. [naturena.ch](http://naturena.ch)



Folgen Sie Volg NATURENA auch  
auf [naturena.erlebniswelten](http://naturena.erlebniswelten)



100% Schweizer Champignons  
gesund & vielfältig – nah & frisch



Vegi-Rezept



Schweiz. Natürlich.



**A KICK  
WHEN YOU  
NEED IT**

# NEUE KURSE IM AUGUST

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**  
17. August (2 Halbtageskurse)

## Keramikmalen

**WAS** Mit verschiedenen Techniken und Hilfsmitteln (Flächen, Streifen, Pünktchen, Schablonen, Siebdruck, Stempeln, Pinsel) bemalen Sie 1 dreiteiliges Tee- oder Apéro-Set. Für die Keramikteile steht eine grosse Auswahl an Farben zur Verfügung. **WANN** Kurs 1: Sa, 17.8.24, 9–13 h\*; Kurs 2: Sa, 17.8.24, 14–18 h\* **LEITUNG** Karin Suppan und Marie-Anne Spross, Villmergen, [www.diewerkerei.ch](http://www.diewerkerei.ch) **TEILNEHMENDE** 15 P. ab 12 J. **PREIS** Fr. 150.– p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material im Wert von Fr. 65.–. **HINWEIS** Die Keramikstücke werden im Atelier der Kursleitung glasiert und gebrannt und können nach 2 bis 3 Wochen in Villmergen abgeholt werden. Versand gegen Aufpreis von Fr. 12.– (B-Post inkl. Verpackung).



**VOLG ERLEBNISHOF HÜTTWILEN TG**  
24. August (2 Halbtageskurse)

## Rosen-Lichterkette

**WAS** Aus weissem und farbigem Seidenpapier kreieren Sie hübsche Rosen und befestigen sie im Abstand von jeweils 15 cm auf die 10 Lämpchen (warmweiss) einer LED-Lichterkette. Die Rosen-Lichterkette können Sie beliebig mit Bändern, Perlen und Federn ausschmücken. **WANN** Kurs 1: Sa, 24.8.24, 9.30–13 h\*; Kurs 2: Sa, 24.8.24, 13.30–17 h\* **LEITUNG** Sandra Kern, Dussnang, [www.sartdeko.ch](http://www.sartdeko.ch) **TEILNEHMENDE** 15 P. ab 14 J. **PREIS** Fr. 120.– p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Rosenlichterkette (L: 130 cm, inkl. 30 cm Zuleitung).



**VOLG ERLEBNISHOF SCHÜPFEN BE**  
17. August (2 Halbtageskurse)

## Sanfte Hausmittelchen mit Hydrolaten

**WAS** Sie lernen, wie Hydrolate (Blütenwasser) hergestellt und verwendet werden. Die Destillate enthalten aktive Elemente aus dem Pflanzenmaterial und kleine Mengen des ätherischen Öls. In Gruppen produzieren Sie 3 Hydrolate (je 50 ml) für einen guten Schlaf, gegen Halsschmerzen und um geistig fit zu bleiben. **WANN** Kurs 1: Sa, 17.8.24, 9–13 h\*; Kurs 2: Sa, 17.8.24, 13.30–17.30 h\* **LEITUNG** Silvana Ripa, Schernelz **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 16 J. **PREIS** Fr. 135.– p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken sowie Material für Ihre Hydrolate.



**VOLG ERLEBNISHOF BAAR ZG**  
10. August (2 Halbtageskurse)

## Faszination Greifvögel

**WAS** Greifvögel sind auch als Könige der Lüfte bekannt. Ein Falkner erzählt Ihnen Wissenswertes über ihre Lebensweise und Eigenschaften und gibt Ihnen Einblick in das Falknereihandwerk und die Beizjagd. Vor Ort sind 4 bis 6 Greifvögel, die Sie auf Wunsch ab der eigenen behandschuhten Faust fliegen oder darauf landen lassen können. **WANN** Kurs 1: Sa, 10.8.24, 10–13 h\*; Kurs 2: Sa, 10.8.24, 14–17 h\* **LEITUNG** Ulrich Lüthi, Kriechenwil, [www.viaanimenti.ch](http://www.viaanimenti.ch) **TEILNEHMENDE** 30 P. ab 8 J. (Kinder in Begleitung Erwachsener) **PREIS** Fr. 50.– p.P., inkl. Mahlzeit und Getränken.



**VOLG ERLEBNISHOF OBERSCHAN SG**  
30. oder 31. August

## Holzbildhauen mit der Motorsäge

**WAS** Unter Einhaltung aller Sicherheitsvorkehrungen und begleitet von einem erfahrenen Holzbildhauer schaffen Sie Kunst mit der Kettensäge. Aus Rundholz modellieren Sie 1 bis 2 Pilze (H: ca. 40 cm, ca. 20 kg/Pilz), die sich auch perfekt als Hocker im Aussenbereich eignen. **WANN** Kurs 1: Fr, 30.8.24, 9–17 h. Kurs 2: Sa, 31.8.24, 9–17 h **LEITUNG** Anatol Stäheli, Neuwilen, [www.schnitzophren.ch](http://www.schnitzophren.ch) **TEILNEHMENDE** 12 P. ab 15 J. **PREIS** Fr. 270.– p.P., inkl. Mittagessen und Getränken sowie Material für Ihre/n Holzpilz/e.

### Infos und Anmeldung

[www.naturena.ch](http://www.naturena.ch)

oder Tel. 058 433 54 09

Mo bis Fr, 8–12 h und 13–17 h

Anmeldeschluss 15. Juli 2024

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.

# ZITRONENMOUSSE- TIRAMISÙ

**Jahrelang bestellte Barbara Banz ihr «himmlisch-leichtes» Lieblingsdessert in einem Solothurner Restaurant. Als es eines Tages nicht mehr auf der Karte stand, kreierte sie flugs ihre eigene Version des Zitronenmousse-Tiramisù.**

## ZITRONENMOUSSE-TIRAMISÙ

FÜR 6-8 Personen

ZUBEREITEN ca. 30 Minuten

KÜHL STELLEN ca. 5 Stunden oder über Nacht

Flache Form von ca. 1 l Inhalt

- 3 Zitronen, heiss abgespült, abgeriebene Schale und 1 dl Saft (1)
- 1 Vanilleschote, ausgeschabtes Mark und Schote
- 120 g Zucker
- 4 Blatt Gelatine, in kaltem Wasser eingeweicht, ausgedrückt
- 450 g griechisches Jogurt nature, ungesüsst
- 250 g Vollrahm, steif geschlagen
- 1 dl Holunderblütensirup
- 0,5 dl Zitronensaft (2)
- Ca. 4-5 dl Wasser
- 200 g Löffelbiscuits
- 100 g geröstete Pistazien, gesalzen oder ungesalzen, gehackt

1. Zitronenschale, Zitronensaft (1), Vanille und Zucker aufkochen, 5 Minuten köcheln. Leicht auskühlen lassen, Schote entfernen. Gelatine in der Flüssigkeit auflösen, durch ein Sieb in eine Schüssel giessen. 2 EL Jogurt dazugeben, glatt rühren. Restliches Jogurt nach und nach beifügen, glatt rühren, die Masse 20 Minuten kühl stellen.

2. Schlagrahm unter den Jogurt heben.

3. Sirup, Zitronensaft (2) und Wasser mischen. Die Hälfte der Löffelbiscuits darin tränken, in der Form auslegen. Die Hälfte der Crème darüber verteilen. Vorgang wiederholen. Zugedeckt ca. 5 Stunden oder über Nacht kühl stellen. Vor dem Servieren mit Pistazien bestreuen.

### Tipps

- Statt Holunderblütensirup Limoncello verwenden.
- Das Tiramisù ist im Kühlschrank 3 Tage haltbar.



Bei Barbara Banz kommt das Beste nicht zum Schluss, sondern am Anfang. «Oft studiere ich im Restaurant heimlich die Dessertkarte, bevor die eigentliche Bestellung losgeht», verrät sie. Besonders angetan hatte es ihr ein Zitronendessert in einem Solothurner Lokal. Nachdem es von der Karte verschwunden war, verwandelte sie ihre Küche in ein Labor, suchte im Internet nach Ideen und entwickelte ihr eigenes Rezept. «Das Tiramisù schmeckt am zweiten Tag noch besser und ist ideal zum Vorbereiten», sagt sie. So bleibt Zeit für anderes: Joggen, Velofahren, Lesen und das Entdecken von neuen lokalen Spezialitäten im Volg Lohn-Ammannsegg SO oder im Winter im Volg Reckingen VS.

ALLE  
LESERREZEPTE  
AUF VOLG.CH/  
REZEPTE

UNTER DEM SUCHBEGRIFF  
«LESERREZEPT»

Wie alle Rezepte im «Öise Lade» werden die eingesandten Leserrezepte von den Rezeptköchen des Magazins nachgekocht und professionell fotografiert. Ein herzliches Dankeschön für all die kreativen Rezepte, die uns immer wieder erreichen!





**diga**  
möbel

# Tisch & Stuhl.



**diga möbel**  
mit  
**20% Volg-**  
**Rabatt**

**diga**  
möbel

# 20%

Für Kundinnen und Kunden von

*frisch und  
fründlich* **Volg**

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

**Gültig bis: 31.12.2024**

Online-Rabattcode: VOL-135975

**Das Schweizer Familienunternehmen finden Sie auch in Ihrer Nähe.**

8953 Dietikon ZH  
8600 Dübendorf ZH  
6032 Emmen LU  
«NEUERÖFFNET»

8854 Galgenen SZ  
1763 Granges-Paccot FR  
4614 Hägendorf SO

3421 Lyssach BE  
4133 Pratteln BL  
9532 Rickenbach bei Wil TG

☎ 055 450 55 55 | [diga.ch](https://www.diga.ch) 🅕 **Gratis Parkplätze**



I d'diga muesch higa.

# GEWINNEN MIT FOCUSWATER

Sommerlich leicht erfrischt Focuswater. Das Schweizer Produkt ist im Volg in zwei Sorten erhältlich, «Active» und «Care». Das goldgelbe «Active» schmeckt nach Ananas und Mango und verleiht mit Guarana-Extrakt neue Energie. «Focuswater Care»\* kommt «pretty in pink» daher und schmeckt nach Mirabelle und Rhabarber. Ein Teil des Verkaufserlöses geht an die Organisation Pink Ribbon Schweiz im Engagement gegen Brustkrebs.

\* In kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich.



Finden Sie mich im «Chuchichäschtli» in dieser Ausgabe und dazu die Antwort auf die Wettbewerbsfrage.

## WETTBEWERBSFRAGE

Was zeichnet Focuswater aus?  
Es ist ...

- A ... vitaminreich
- B ... kalorienreich
- C ... kohlenstoffhaltig



VITZNAUERHOF



# 1. PREIS

**im Wert von Fr. 1500.-**  
2 Nächte für 2 Personen  
in der Lifestyle Suite  
des Hotels Vitznauerhof

Mitten im Herzen der Schweiz am Vierwaldstättersee und am Fusse der Rigi liegt das Hotel Vitznauerhof.

Zur Übernachtung dazu kommen eine 3-stündige Elektrobootsfahrt für eine Auszeit auf dem Wasser und 2 Telpässe für die Erkundung der Gegend auf dem Land.

## WEITERE PREISE

**2.-5. Preis im Wert von je Fr. 205.-**  
Einmallieferung Focuswater (24 Flaschen à 50 cl)  
plus Focuswater-Socken plus Volg-Gutschein (Fr. 150.-)

**6.-20. Preis im Wert von je Fr. 55.-**  
Einmallieferung Focuswater (24 Flaschen à 50 cl)  
plus Focuswater-Socken

## MITMACHEN & GEWINNEN!

**Per Post:** Lösungsbuchstabe auf Postkarte (keine Briefe) an: Volg Konsumwaren AG, «Focuswater», Postfach 344, 8401 Winterthur  
**Online:** [www.volg.ch/volg-magazine](http://www.volg.ch/volg-magazine)

Der Einsatz von kostenpflichtigen Telefonnummern ist nicht mehr erlaubt. Die Teilnahme an unseren Wettbewerben ist deshalb neu ausschliesslich per Postkarte oder gratis möglich unter [volg.ch/volg-magazine](http://volg.ch/volg-magazine).

**Teilnahme vom 24. Juni bis 25. Juli 2024.**

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



Feinstes  
Rahmglace –  
natürlich aus der  
Schweiz.



\*in kleineren  
Verkaufsstellen  
evtl. nicht erhältlich.

GÖNNEN  
SIE SICH EINE  
AUSZEIT!

*l'amorino*



Rosé in kleineren Verkaufsstellen evtl. nicht erhältlich

# RÄTSELN UND GEWINNEN!

dekorie- ren, ver- zieren	↘	Vorn. v. Schau- spieler Sharif †	ziehend befes- tigen	↘	↘	diese andere- n	abge- rundeter Gipfel	↘	best. Artikel (4. Fall)	Wasser- fahrzeug	US- Schau- spielerin (Jenn.)	↘
Eisbecher in der Schweiz	11					längliche Ein- schnitte						
Abk.: Hekto- meter			(jmdm. etwas) zufügen					ehe			Doppel- ehe	
Fluss in Frank- reich		4				d. Land- wirtsch. betref- fend		Renn- schlitten Mz.				
↖			scharfe Knicke		Verlan- gen zu essen					5		
unver- fälscht, rein		Radspei- chen- kranz						Samen- fleisch e. Faser- pflanze		engl.: gehen		
Druck- farbe (z = c)			2		leichte Beule		heiliges Buch des Islams					
Fleischer		Gezeiten		nicht dahinter						Schwes- ter des span. Königs		Hoch- sprung- gerät
↖					10		See- räuber		Gefro- renes			
↖				Frauen- name		Brat- huhn						
schweiz. National- zirkus	Tee- strauch- gewächs		Bergzug im Kt. ZH					1	Form der Anrede		Früchte	
Holz- fäller- utensil Mz.				3		Eilbote		Vor- nehm- tuer				6
einges- challtet			altind. Lehr- sätze		Rogen vom Stör	12						ital. Tonbez. für das D
bunte Tanz- show	Pfad- finder (engl.)	8						Elends- viertel		Autokz. Appenz. Auser- rhoden		
↖					Musik- richtung (engl.)		einzelner Theater- auftritt					
saure Süd- frucht	ugs.: Fern- sehen			längl. Vertie- fung						jp. Be- griff für Lebens- energie		Nasal- laut
↖	9						Feuer- kröten				7	
erste Frau im AT				chem. Element				Abk.: In- genieur				

## Gewinnen Sie einen von sieben Bodenventilatoren Castor von Stylies im Wert von je Fr. 139.-.

Das edle Design aus anthrazitfarbenem Metall und die hochwertige Verarbeitung machen diesen Bodenventilator zum wahrscheinlich schönsten Bodenventilator der Welt. Auch die Funktionen überzeugen: Drei Geschwindigkeitsstufen von sanfter Brise bis zu starkem Luftstrom und eine einstellbare Neigung von 180°. Von einem Fachmagazin wurde der Ventilator zum Sieger eines grossen Tests erkoren. Weitere Infos: [www.kitchen-more.ch](http://www.kitchen-more.ch)



## So nehmen Sie an der Verlosung teil:

**Per Post:** Lösungswort auf Postkarte (keine Briefe) an: Volg Konsumwaren AG, Postfach 344, 8401 Winterthur  
**Online:** [www.volg.ch/volg-magazine](http://www.volg.ch/volg-magazine)

Der Einsatz von kostenpflichtigen Telefonnummern ist nicht mehr erlaubt. Die Teilnahme an unseren Wettbewerben ist deshalb ausschliesslich per Postkarte oder gratis möglich unter [volg.ch/volg-magazine](http://volg.ch/volg-magazine).

**Teilnahme vom 24. Juni bis 25. Juli 2024.**

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

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](http://www.volg.ch)

WOHER KOMMT EIGENTLICH?

# S Heu uf de gliiche Bühni ha.

Illustration: Samuel Jordi



Wer sich mag, vertraut sich. Und dann hat man eben auch das Heu auf der gleichen Bühne. Die Redewendung stammt aus einer Zeit, in der Landwirte ihr getrocknetes Gras auf unterschiedlichen Heubühnen lagerten. Doch kam es auch immer mal wieder vor, dass sich zwei Bauern einen Ort der Aufbewahrung teilten. Die Tatsache, dass Heu für die Viehwirtschaft eine wichtige Grundlage war und dieses nicht getrennt voneinander aufbewahrt wurde, deutete auf ein gutes Verhältnis hin.

## VORSCHAU «ÖISE LADE» AUGUST

**Gemüse im Sommer**  
Tomaten, Zucchini,  
Peperoni und  
Aubergine bringen  
Aroma auf den Teller.



**Die Schweiz in Süß**  
Zum Nationalfeiertag  
geht's ab auf eine  
kleine Dessert-Reise  
durch Helvetien.

**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](http://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](mailto:oeise.lade@volg.ch), [www.volg.ch](http://www.volg.ch)

🇨🇭 Gedruckt in der Schweiz auf klimaneutralem Schweizer Papier

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



# Celebrate

# 20

years

# 25% Rabatt



**25% Rabatt auf die  
Multipacks mit Geschenk**

\*In kleineren Verkaufsstellen eventuell nicht erhältlich.  
Aktion von 02.-07.07.2024. Solange Vorrat.

# LÖSCH DEINEN DURST ERFRISCHEND LECKER



**-30% ZUCKER\***

**MEHR GESCHMACK**

**Volvic**

\*30% weniger Zucker als typische teebasierte Erfrischungsgetränke.