

August/
September
2021

allfrisch*

Marktgeflüster



Sushi – maritimer Hochgenuss aus Fernost



Liebe Kunden,

bis vor Kurzem haben Sportler aus der ganzen Welt bei den Olympischen Spielen in Tokio um Medaillen gekämpft. Kulinarisch ist das Land der aufgehenden Sonne weltweit für eine bunte Vielfalt eines ganz besonderen Leckerbissens bekannt: Sushi. Die kleinen japanischen Röllchen werden auch bei uns immer beliebter – und immer mehr Hobbyköche versuchen sich an der Zubereitung der leckeren Häppchen. Von fangfrischem Fisch über klebrigen Sushi-Reis bis hin zu Utensilien wie einer Bambusmatte zum Rollen finden Sie in unseren Märkten alles, was Sie fürs Zubereiten brauchen. Wer zuerst die maritimen oder auch vegetarischen Rollen kosten möchte, findet an unseren Fischtheken auf Wunsch eine breite Auswahl der verschiedenen Sushi-Richtungen vor. Lassen Sie sich auf eine kulinarische Weltreise nach Fernost entführen und tauchen Sie mit uns in ganz neue Geschmackswelten ein!

Ihr Tom Kutsche

Themen

- Exotische Melonenvielfalt
- Vegetarischer Grillgenuss
- Begrüßung unserer neuen Azubis
- Neues aus dem Foodstarter-Regal

VfL-Fan versteigert Stickeralben für guten Zweck



Unter dem Motto „Wo das Herz klebt“ wurde Ende März in unseren Märkten die spannende Sticker-Sammelaktion mit dem VfL Osnabrück gestartet – und viele begeisterte Kunden sammelten fleißig die kleinen Aufkleber in dem ansprechend gestaltetem Stickeralbum. Unser Kunde und VfL-Fan Peter Böttcher hatte schnell die Idee, dies zum Anlass zu nehmen, eine Aktion für den guten Zweck zu starten.

Bei einer Versteigerung bot der 64-Jährige drei volle Klebealben, zwei davon mit den Unterschriften der aktuellen VfL-Kicker, feil – auch ehemalige Spieler waren sofort bereit, die Aktion zu unterstützen, und signierten ihre Sticker im Heft. Darüber hinaus verkaufte Peter Böttcher einen Pappaufsteller von Spieler Etienne Amenyido und 1.000 Stickertüten.

Unser Markt an der Meller Landstraße hat für die Versteigerung eine Fläche zur Verfügung gestellt und auch die Pfandspendensammlung am Leergutautomaten in die Aktion von Peter Böttcher einfließen lassen. Herausgekommen ist ein wirklich beachtliches Ergebnis: Zusammen konnten alle Beteiligten jeweils 975 Euro an die Osnabrücker Kindertafel und an die Arche voller Freude übergeben!



Voller Freude bei der feierlichen Übergabe (von links): Martina Lücke-Volkmann (Osnabrücker Kindertafel), Initiator Peter Böttcher, Edith Lücke (Osnabrücker Tafel), Marktleiter Boris Rutsch, Hermann Große-Marke (Vors. Osnabrücker Tafel) und Stephanie Koopmann (Die Arche).



Melonen: mehr als nur der rote Klassiker



So saftig und frisch schmecken nur Melonen! Die Sommerfrüchte sind an heißen Tagen ein echter Durstlöcher und aufgrund ihres hohen Wasseranteils eine wahre Erfrischung. Dabei lassen sie sich sowohl für Desserts und Drinks, als auch für herzhafte Speisen verwenden. Denn das süßsäuerliche bis leicht herbe Aroma von Melonen passt wunderbar zu kalten Vorspeisen. Je nach Verfügbarkeit bieten

Ihnen die Auslagen unserer bunten Obstabteilungen eine erfrischende Bandbreite an verschiedenen Wasser- und Zuckermelonen, von denen Sie mit Sicherheit noch nicht alle gekostet haben. Wir stellen Ihnen hier drei besondere Sorten vor, die sich unbedingt mal auf der Zunge zergehen lassen sollten – und mit denen Sie auch optisch echte Highlights bei Rezepten setzen können.

Gelbe Wassermelone

Rein optisch ist die gelbe Wassermelone, was die Farbe angeht, ihrem roten Verwandten sehr ähnlich – die Schale ist bei beiden grün. Wenn die Melone geöffnet wird, erlebt man sein gelbes Wunder, denn statt rotem strahlt einem knallgelbes Fruchtfleisch entgegen. Daher kommt ihr Beinamen Ananasmelone – eine Kreuzung aus verschiedenen Melonensorten. Ihr Fruchtfleisch relativ kernarm und fest, sie ist besonders saftig, schmeckt ansonsten aber sehr ähnlich wie die rote Variante.



Charentais-Melone

Die als gezielte Züchtung entstandene Charentais-Melone ist eine Unterart der Cantaloupe-Melonen. Die Cantaloupe-Melone gehört zur tropischen und subtropischen Art der Zuckermelonen, diese Melonenart gilt als besonders süß, wobei die Charentais-Melone die feinste der Cantaloupe-Melonen ist. Sie zeichnen sich durch ihre geringe Größe und das orangefarbene Fruchtfleisch aus. Wegen ihres süßen Geschmacks werden Charentais-Melonen am liebsten roh als Vorspeise oder Dessert verzehrt.



Zitrus-Melone „Gwanipa“

Sie sieht zwar aus wie eine Cantaloupe-Melone, hat aber einen einzigartigen Geschmack. Sie ist nicht so süß wie andere Melonen, weist eine Zitrusnote und einen leichten Honiggeschmack mit einem Hauch Kardamom auf. Ihr Fruchtfleisch ist hell bis dunkelorange und sehr saftig. Sie eignet sich besonders gut für die klassische Vorspeise Melone mit Schinken. Ihr aromatisches Fruchtfleisch harmonisiert wunderbar mit salzigem rohem oder gekochtem Schinken.



Fleischlos glücklich: Bunte Vielfalt vegetarischer und veganer Grillalternativen



Gesunde Ernährung ohne tierische Produkte ist Ihnen besonders wichtig? Dann müssen Sie durch das abwechslungsreiche Sortiment in unseren Märkten sowohl während der Grillzeit, als auch im Rest des Jahres keine Kompromisse eingehen. Neben dem klassischen Grillkäse oder dem Gemüsespieß gibt es inzwischen zahlreiche fleischlose Alternativen bei uns im Sortiment. Es ist ein Trend, der nun sein absolutes Spitzenprodukt gefunden hat: vegane Fleischalternativen.

Ob Burger-Patty, Steak oder klassisch die Bratwurst: Die moderne Fleischalternative aus Pflanzenprotein hat mit dem klassischen Tofu nicht mehr viel gemein. Denn hier wurden die innersten Bestandteile im Fleisch, also Fett, Proteine, Spurenelemente und Wasser, aus pflanzlichen Quellen entnommen und neu zusammengesetzt. Das Ergebnis kommt erstaunlich nah an „das echte Ding“ ran. Selbst große Fleischfans brauchen einen zweiten Bissen, um den Unterschied zwischen „echt und unecht“ zu erkennen. Doch auch Vegetariern und Veganern, die nicht den wahren Fleischgeschmack anstreben, können die saftig-knusprigen Alternativen guten Gewissens probieren und auch genießen.

Zubereitung:

- 3 Knoblauchzehen
- 1 Bund Petersilie
- 3 Jalapenos
- 150 g vegane Alternative zu Streukäse
- 125 g vegane Alternative zu Frischkäse
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 kg Champignons, groß
- 2 EL Margarine, vegan
- 50 g Semmelbrösel

Pilze vom Grill



Zubereitung

1. Grill vorheizen. Für die Füllung Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen, trocken schütteln und ebenfalls fein hacken. Jalapeños waschen und in dünne Ringe schneiden. Knoblauch, die Hälfte der Petersilie und die vegane Alternative zu Streukäse in einer Schüssel mit der veganen Alternative zu Frischkäse verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Jalapeños unter die Creme rühren.
2. Champignons putzen, von den Stielen befreien und mit der Creme füllen. Margarine in einer feuerfesten Pfanne bei indirekter Hitze auf dem Grill schmelzen. Semmelbrösel dazugeben und unter Rühren 1-2 Minuten goldbraun rösten. Anschließend mit der restlichen Petersilie vermengen und je 1 TL auf die gefüllten Champignons geben. Die gefüllten Champignons auf den Grillrost setzen und bei indirekter Hitze und offenem Deckel 4-6 Minuten grillen, bis die Pilze leicht braun sind und die Füllung geschmolzen ist.

Heiße Liebe:

unsere Grillbiere

der Saison



Augustiner Edelstoff

Das Augustiner Edelstoff ist ein helles Exportbier und ein wahrer Hochgenuss für jeden Biertrinker. Aus den edelsten Rohstoffen gebraut, ist es ein Spitzenerzeugnis bayrischer Braukunst. Augustiner Edelstoff ist ein mildes, süffiges und traditionelles Bier – leicht säuerlich und sehr erfrischend im Antrunk, um danach von einer weichen und süßen Malzigkeit abgerundet zu werden. Ein Hauch exotischer Fruchtaromen breitet sich kurz im Mund aus, bevor das Bier vollmundig und süffig ausklingt.



Spaten Münchener Hell

125 Jahre ist es her, dass das erste Münchener Hell die Spaten-Brauerei am 21.03.1894 verließ. Zu einer Zeit, als man in München und bundesweit ausschließlich dunkles, süß-malziges Bier genoss, braute Spaten als Vorreiter der Kategorie das erste untergärige helle Bier. Das Münchener Hell ist seitdem ein Klassiker unter Bierliebhabern. Das Bier hat eine leuchtend gelbgoldene Farbe, ist feinwürzig, süffig, schlank, leicht vollmundig und mild im Geschmack. Ein traditionell gebrautes Helles, das keineswegs in die Jahre gekommen ist.



Grolsch Premium-Pilsener

Dieses mildwürzige Premium-Pilsener in der Bügelflasche stammt aus dem Hause Grolsch, einer niederländischen Brauerei mit Sitz in Boekelo bei Enschede, deren Biertradition bereits im 17. Jahrhundert begonnen hat. Das Bier hat eine hellgoldene Farbe mit einer stabilen Schaumkrone zum Reinbeiben. Im Antrunk ist das Premium-Pilsener sehr erfrischend und mild malzig, wobei die leicht herben Hopfenaromen das Bier dann gleich angenehm in Balance bringen.



Sushi – Rolle für Rolle ein Hochgenuss



An unseren
Fischtheken finden
Sie eine breite
Sushi-Auswahl in
exzellenter
Qualität!

Rolle für Rolle ein Hochgenuss – und das ganz frisch mit Ihren Lieblingszutaten: Sushi selber zu machen, lohnt sich! Und die Zubereitung der japanischen Häppchen geht einfacher, als Sie vielleicht denken. Sie befürchten, dass Sie die typischen Werkzeuge und Zutaten nicht im Haus haben? Es geht auch ohne! Für einen ersten Versuch genügen Hausmittel. Bleiben Sie dabei und bereiten die tollen Rollen öfter zu, können Sie sich immer noch die Sushi-Utensilien zulegen. Um Sushi ohne Matte selber zu machen, können Sie einfach ein Küchentuch, Alufolie oder auch ein Platzdeckchen verwenden. Mit etwas Fingerfertigkeit gelingt auch das Rollen ohne Hilfsmittel – probieren Sie es einfach aus. Wichtig ist auf jeden Fall, dass der Reis die richtige Konsistenz hat und schön klebrig ist. Bei den übrigen Zutaten stehen je nach Sushi-Sorte Noriblätter auf der Liste.

Durch die Vielzahl der Sushi-Varianten-Rezepte sind Sie bei der Wahl der weiteren Zutaten flexibel. Es müssen nicht immer Lachs, Avocado, Gurke, Ingwer, Wasabi und Sojasauce sein: Werden Sie ruhig kreativ und verwenden Sie, was Kühlschrank und Vorratsschublade hergeben. Reissessig lässt sich durch hellen Balsamico-Essig ersetzen.

Für den Start können Sie Sushi ohne Noriblätter selber machen, indem Sie einfach Nigiri zubereiten. Das sind längliche, per Hand geformte Reisrollen, die mit Fisch, Rindfleisch, Pilzen oder Omelettstückchen belegt werden. Bei Maki-Sushi bilden die Algen nicht den Mantel, sondern werden in die Füllung eingearbeitet. Der Reis befindet sich also außen. Um dieses Sushi ohne Noriblätter selber zu machen, lassen Sie die Zutat einfach komplett weg. Wer es ganz einfach haben möchte, erspart sich auch das Rollen. Die japanische Kochkunst kennt schließlich Sushi und Sashimi: Letzteres ist roher Fisch, den Sie in dünne Scheiben schneiden und einfach mit Reis, Sojasauce und weiteren Zutaten wie geröstetem Sesam und Gemüse genießen können.



Welcher Fisch eignet sich für Sushi?

Prinzipiell eignet sich jeder Fisch für die Zubereitung von Sushi. Einige Sorten sind aber besonders schmackhaft wie die Klassiker roher oder geräucherter Lachs und Thunfisch. Auch sehr beliebt ist eine Variation mit Makrele, Aal und Heilbutt. Auch Meeresfrüchte wie Garnelen und Tintenfische werden sehr gerne für Sushi verwendet. Eine Grundregel ist dabei zu beachten: Der Fisch sollte absolut frisch sein – da sind Sie in unseren Märkten mit Fischtheke genau an der richtigen Adresse!



LIEN YING 蓮花
ASIAN-SPIRIT



Mit Feinkost authentisch Sushi zaubern

In Sachen Sushi sind die Feinkostabteilungen unserer Märkte bestens aufgestellt: Das vielseitige Lien Ying-Sortiment ist ein Spiegel fernöstlicher Esskultur. Es beinhaltet authentische Produkte der Sushi-Küche, von asiatischem Klebreis über Noriblätter bis hin zu würziger Sojasauce. Die einzigartig große Produktvielfalt bietet unzählige Variationsmöglichkeiten und macht die Zubereitung zum Erlebnis. Selbstverständlich haben wir auch eine umweltfreundliche Sushi-Matte aus Bambus im Sortiment, sodass sie wortwörtlich im Handumdrehen mit der Zubereitung der köstlichen japanischen Röllchen beginnen können.

Sushi „klassisch“



Zutaten für 24 Portionen

Für den Fisch:

- 100 g Fischfilet
- 2 EL Teriyaki-Marinade
- 1 TL Pflanzenöl

Für das Maki-Sushi:

- 2 Noriblätter à 20 x 20 cm
- 2 TL Wasabipulver
- 2 Blätter Lollo Bianco
- 50 g Lauch

Für den Sushi-Reis:

- 125 g Sushi-Reis
- 1 EL Reissig
- 1 EL Zucker
- 1/2 TL Salz

Dazu:

- 4 EL Sojasauce, hell
- 30 g Ingwer, eingelegt

Zubereitung

1. Das Fischfilet in schmale, etwa 3 cm lange Streifen schneiden. Mit der Teriyaki-Marinade vermengen und zugedeckt mindestens 30 Minuten ziehen lassen. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Fischstreifen darin rundherum 1 Minute braten. Auf Küchenpapier geben und entfetten.
2. Den Reis in einem Sieb so lange kalt waschen, bis das Wasser klar abläuft, dann 1 Stunde abtropfen lassen. Den Reis in einem Topf mit fest schließendem Deckel mit 150 ml Wasser zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren, den Deckel auflegen und den Reis bei schwacher Hitze 15 Minuten garen. Vom Herd nehmen, 2 Lagen Küchenpapier zwischen Topf und Deckel klemmen und den Reis noch 10 bis 15 Minuten stehen lassen.
3. Inzwischen den Reissig mit Zucker und Salz verrühren und leicht erwärmen, bis der Zucker sich auflöst. Den Reis in eine flache hölzerne Schüssel füllen und die Essigmischung nach und nach mit einem Holzspatel unterarbeiten. Dabei nicht rühren, sondern den Reis wie mit einem Pflug abwechselnd nach rechts und links einschneiden. Den Sushi-Reis bis zu Verwendung mit einem feuchten Tuch bedecken.
4. Die Noriblätter nacheinander in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze von einer Seite anrösten, bis sie zu duften beginnen, herausnehmen, abkühlen lassen und halbieren. Das Wasabipulver mit 2-3 TL Wasser zu einer cremigen Paste rühren und quellen lassen. Den Salat waschen, gut abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Den Lauch putzen, längs halbieren und waschen. Gut abtropfen lassen und in feine Würfel schneiden. Das Noriblatt mit der glänzenden Seite nach unten bündig auf eine Bambus-Rollmatte legen und dünn mit Wasabipaste bestreichen, dabei vorne und hinten einen 1 cm breiten Rand lassen. Etwa 1/2 cm hoch Sushi-Reis darauf verteilen, dabei vorne und hinten einen 1 cm breiten Rand freilassen. Im vorderen Drittel des Reises eine Querrille eindrücken, dort hinein ein Streifen Fischfilet sowie den Salat und den Lauch legen. Die Bambusmatte leicht anheben und damit Noriblatt und Reis um die Füllung herum zu einer Rolle formen. Mit Hilfe der Bambusmatte fest aufrollen. An den offenen Seiten den Reis leicht andrücken.
5. Die Matte entfernen. Die Sushi-Rolle mit einem scharfen Messer halbieren. Dann die beiden Hälften parallel aneinander legen und dritteln – ergibt 6 Sushi. Mit der Schnittfläche nach oben anrichten. Sojasauce und eingelegten Ingwer dazu reichen.

Als mittelständisches Unternehmen ist den Kutsche-Märkten seit jeher die Ausbildung von jungen Männern und Frauen eine Herzensangelegenheit – mehrere Hundert junge Leute haben in der Vergangenheit bei uns einen Berufsabschluss gemacht, sich später oft sogar noch weitergebildet und sind in den verschiedensten Positionen bis heute in unserer großen Kutsche-Familie aktiv. Tom Kutsche hat nun bei einem gemeinsamen Treffen die neuen Auszubildenden aus allen Osnabrücker Märkten persönlich in Empfang genommen und sich die Zeit für ein gegenseitiges Kennenlernen genommen: „Das ist eine Selbstverständlichkeit für mich und soll den jungen Männern und Frauen zeigen, dass Sie bei uns eine große Wertschätzung erfahren und alle Möglichkeiten der beruflichen Entfaltung erhalten“, so Tom Kutsche. Die ganze Kutsche-Familie heißt die neuen Azubis willkommen und integriert sie nun mit offenen Armen in die Marktteams. Da Sie unsere neuen Teammitglieder jetzt häufiger zwischen den Regalen sehen werden, wollen wir sie Ihnen hier in kleinen Steckbriefen kurz vorstellen ...

Name: Julia Strigel*
 Alter: 21 Jahre
 Ausbildung: Kauffrau im Einzelhandel
 Markt: K Zahnstraße

*nicht auf dem Foto

Neue Azubis in Lotte

Name: René Raddatz
 Alter: 23 Jahre
 Ausbildung: Kaufmann im Einzelhandel

Name: Finn Dieskes
 Alter: 16 Jahre
 Ausbildung: Kaufmann im Einzelhandel



Name: Dominie Alpest
 Alter: 23 Jahre
 Ausbildung: Kaufmann im Einzelhandel
 Markt: K Zahnstraße





Haltungsform

1 2 3 **4**

Premium

haltungsform.de



Premium-Produkte von glücksatt: auf die Haltung kommt es an

An den Bedientheken unserer Märkte achten wir ganz genau darauf, wo unsere Wurst- und Fleischwaren herkommen. Damit sich Verbraucher auf einen Blick ein Bild davon machen können, wie viel Tierwohl in einem Lebensmittel steckt, wurde das vierstufige Siegel „Haltungsform“ eingeführt. Die Marke glücksatt mit der Aktivstallhaltung der Schweine ist eine alternative Haltungsform zwischen konventioneller und Bio-Haltung – und ist damit ein Premium-Produkt der Stufe 4, bei der sich die Tiere wortwörtlich sauwohl fühlen. Das bedeutet im Detail: Die Schweine haben doppelt so viel Platz wie gesetzlich vorgeschrieben, frei wählbare Spiel-, Fress-, Ruhe- und Strohbereiche mit Außenterrassen für Klimaanreize und bekommen gentechnikfreies und regionales Futter, überwiegend aus eigenem Anbau. Außerdem wird den Tieren das artgerechte Suhlen ermöglicht und es stehen dem Schwein als Liegekühler Duschen, Badestellen und Spaltenböden für heiße Sommertage zur Verfügung. Viele Vorteile, die ein gesundes und aktives Heranwachsen unterstützen – und das schmeckt man mit jedem Bissen.

Probier mal
was Neues!

foodstarter
POWERED BY EVO

Neues aus dem Foodstarter-Regal

evoDrinks: Erfrischungsdrink auf rein natürlicher Basis



Ein heißer Sommertag vor zehn Jahren und die Idee, dass man unbedingt mal ein neuartiges Erfrischungsgetränk kreieren sollte. Eins das Sportler anspricht, aber auch von jedem, egal ob jung oder alt, in der Freizeit getrunken werden kann. Nach langem Tüfteln und Probieren entstand evoACTIVE – der erste Erfrischungsdrink auf rein natürlicher Basis. Ohne Zusatz von Farbstoffen oder Konservierungsstoffen. Ohne Koffein, Taurin oder sonstige aufputschende Mittel. Einfach nur lecker, natürlich und erfrischend.

Der Erfolg von evoACTIVE war durchschlagend und so kam schnell die Frage nach einer weiteren Geschmacksrichtung auf. Wieder erfrischend, ebenfalls nicht zu süß aber mit dem gewissen Extra. Die Komposition aus Granatapfel und Aronia machte schließlich das Rennen – evoPURE war entstanden. Und erfreut sich heute ge-

nauso großer Beliebtheit wie evoACTIVE. Die beiden Getränke bestehen aus exotischen und 100 % natürlichen Fruchtsäften und Fruchtkonzentraten, die durch ihre Inhaltsstoffe eine vitalisierende Wirkung auf Körper und Geist haben. Weiterhin werden durch Zugabe von z. B. Spirulina, Algenextrakt und die in diesen Extrakten von Natur aus vorhandenen Aminosäuren und Vitamine, die positiven Wirkungen spürbar verstärkt.

evoDrinks hat bewusst auf eine vegane Zusammensetzung unter Verwendung 100 % natürlicher Grundstoffe geachtet. evoACTIVE sowie evoPURE enthalten 0 % Fett, keinerlei künstliche Geschmacksverstärker und Aromen, keinen künstlichen Süßstoff und keinen Rohr- oder Rübenzucker. Entstanden ist ein wohlschmeckender, erfrischender Durstlöcher, abgerundet mit der Kraft des Agavensaftes.



evoACTIVE: Spicy Ingwer küsst coole Limette

Entstanden ist ein einzigartiger fruchtig-frischer Geschmack. Nicht zu süß aber unfassbar lecker und erfrischend. evoACTIVE gibt dir den Kick – und das ganz ohne Koffein oder Taurin. Hergestellt aus Ingwer, Limette und Kokoswasser, aus rein natürlichen Zutaten. Das Erfrischungsgetränk ist isotonisch, also der perfekte Durstlöcher nach dem Sport. Erleben Sie den erfrischend anderen Geschmack von evoACTIVE. Alles andere ist nur Brause.



evoPURE: Bittersweet Symphony

Wenn Granatapfel auf Aroniabeeren trifft entsteht eine Geschmacksexplosion auf der Zunge. Herbsüß erfrischt evoPURE nicht nur an heißen Sommertagen. Schluck für Schluck voller Genuss ohne Reue! evoPURE ist dein ganz natürlicher Frischekick, sozusagen 100 % Durstlöcher. Hergestellt aus hochwertigen Granatapfel, Aronia- und Cranberrysäften, aus rein natürlichen Zutaten. Das Erfrischungsgetränk ist vegan und enthält keine gesundheitsschädlichen Stoffe wie Taurin oder Koffein.



Genussempfehlungen

Manchego „Albala“ mit Rosmarin

Der Manchego DOP ist hier in Deutschland die wohl bekannteste Käsespezialität aus Spanien. Nicht ohne Grund: Der Manchego wird nur aus Milch des Manchega-Schafs in der Region um La Mancha hergestellt. La Mancha kommt aus dem Arabischen und bedeutet „flaches Land“ – und das ist es auch. Ein weites Hochland in über 600 Metern Höhe, wo es selten regnet. Der nach alter Tradition handwerklich hergestellte Käse aus reiner Schafsmilch ist zwei Monate in aller Ruhe gereift. Die Manchego-Variante „Albala“ zeichnet sich durch ein besonderes Merkmal aus: Die Rinde ist zum Verzehr geeignet, es ist fast sogar ein Muss, weil auf sie feiner Rosmarin auf einer Honigschicht aufgetragen wurde.

Käse des Monats



Bioland

Wein des Monats

2019er Bioland Grauburgunder

Erzeuger:	Weingut Pfaffmann
Anbaugebiet:	Pfalz, Deutschland
Art:	Weißwein
Rebsorten:	100% Grauburgunder
Charakter:	trocken
Beschreibung:	Ein wunderbar saftiger Wein, der mit seinem nachhaltigen Geschmack beeindruckt. Aromen von Honigmelone, Birne und Quitte bringen einen Schuss Exotik ins Spiel, dazu zeigt der Wein Kraft, ohne plump zu wirken. Ein sehr nachhaltiger und lang anhaltender Eindruck im Abgang.
Kulinarischer Tipp:	Passt zu vielen Fleischgerichten, beispielsweise Geflügel.
Trinktemperatur:	8-10 °C
Alkohol:	13 %



Veranstaltungstipps

NATURTON – Kammermusik Open Air

Naturton – das ist Kammermusik unter freiem Himmel! Auf einer ca. 75-minütigen musikalischen Promenade wird das Gut Sutthausen musikalisch erkundet. Dabei lädt das weitläufige Gelände mit seinen zauberhaften Nischen und Gärten immer wieder zum Verweilen ein. Tour-Guides begleiten die Zuhörer zu Kurzkonzerten an vier Spielorten. Während das Publikum wandert, wechseln auch die Ensembles. So wird jede Promenade zu einem Unikat. Welches Programm genau Sie erwartet, bleibt bis zuletzt eine Überraschung! Weitere Informationen unter: www.theater-osnabrueck.de

© BBS Marienheide

Festliches Abendessen im Osnabrücker Zoo

Während der Sommer langsam dem Ende entgegen neigt, warten noch viele schöne Erlebnisse im Zoo Osnabrück. Nachwuchs gibt es zurzeit zum Beispiel bei den Servalkatzen in „Takamanda“ zu beobachten. Auch bei den Flamingos oder den Wasserschweinen entdecken Jungtiere in diesen Tagen ihre Umgebung. Zusätzlich zu den besonderen tierischen Momenten steht am Samstag, 11. September, die „Rüsselmahlzeit“ auf dem Programm. Das abendliche Picknick, vielen bekannt als die „Löwenmahlzeit“, findet nun für die Spendenaktion „Rüssel voraus!“ zugunsten des neuen Elefantenparks statt.

Doch bis auf den neuen Namen bleibt das beliebte Event unverändert: Der Zoo stellt Tische und Bänke im Zootrum und an Tiergehegen auf und die Teilnehmer bringen ihr Abendessen und Getränke sowie Geschirr und Tischdekoration mit. Ein wunderschöner Abend in der besonderen Kulisse und Atmosphäre des Waldzoos kann beginnen. Die

schönsten drei Tische werden von einer Jury ausgezeichnet. Ein 8er-Tisch kostet 100 Euro, kleinere Gruppen können über Einzelplätze einen Tisch buchen (je 15 Euro/Platz). Tische oder Einzelplätze sind bis zum 3. September über den Online-Shop des Zoos buchbar.

Auch für musikalische Begleitung an dem Abend ist gesorgt. Die Zoogastronomie bietet zusätzliche Getränke an. Einlass ist um 18 Uhr über den Haupteingang. Im Anschluss an das genüssliche Abendessen können alle Teilnehmer den Zoo bis 21 Uhr auf eigene Faust erkunden.

Mit „Rüssel voraus!“ möchte der Zoo Osnabrück seinen fünf Elefanten Douanita, Luka, Sita, Minh-Tan und Yaro eine neue und noch größere Elefantenanlage bauen. Alle Informationen zu „Rüssel voraus!“, der „Rüsselmahlzeit“ und zum nächsten Ausflug in den Zoo Osnabrück finden Sie unter:

www.zoo-osnabrueck.de





Gewinnen Sie einen von drei 50-Euro-Einkaufsgutscheinen



Was wächst in Pippi Langstrumpfs Kletterbaum? Welches Getränk ist unter Passagieren im Flugzeug besonders beliebt? Wozu diente Coca-Cola den Menschen früher? Testen Sie Ihr Wissen über Erfrischungen aller Art! Denn gerade im Sommer kann man sich im Grunde gar nicht oft genug erfrischen. Stillen Sie also Ihren Wissensdurst.

Sind Sie mit allen Wassern gewaschen?



1. Woher kommt Tee ursprünglich?

- a) aus China (W)
- b) aus England (H)
- c) aus Frankreich (G)

2. Welches Getränk ist unter Passagieren im Flugzeug besonders beliebt?

- a) Tomatensaft (A)
- b) Karottensaft (E)
- c) Apfelsaft (O)

3. Was wächst in Pippi Langstrumpfs Kletterbaum?

- a) bengalischer Früchtetee (L)
- b) Holunderbeersaft (M)
- c) Limonade (S)

4. Warum ist Eistee nicht besonders gesund?

- a) Eistee enthält oft Alkohol. (B)
- b) Eistee enthält viel Koffein. (A)
- c) Eistee enthält viel Zucker und Zitronensäure. (S)

5. Wozu diente Coca-Cola den Menschen früher?

- a) als Babynahrung (F)
- b) als Getränk der Armen (U)
- c) als Medizin (E)

6. Welchen trendigen Namen tragen manche Säfte aus ganzen Früchten?

- a) Creamie (A)
- b) Fruity (P)
- c) Smoothie (R)

LÖSUNG: _____

Bitte direkt im Markt abgeben!

Machen Sie mit, lösen Sie das Rätsel und geben Sie den Gewinncoupon mit der Lösung bis zum 18. September 2021 in Ihrem Kutsche-Markt ab!

Lösung: _____

Name: _____

Adresse: _____

Teilnehmen kann jeder ab 18 Jahre, ausgenommen sind Kutsche-Mitarbeiter und deren Angehörige. Den ausgefüllten Coupon in Ihrem Kutsche-Markt abgeben. Abgabeschluss ist der 18. September 2021. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung. Datenschutzhinweis: Wir weisen Sie darauf hin, dass Ihre Angaben ausschließlich zur Bearbeitung Ihrer Teilnahme an der Verlosung von uns gespeichert und genutzt werden. Wir gewährleisten den streng vertraulichen Umgang mit Ihren Daten und werden diese löschen, sobald sie nicht mehr zur Durchführung benötigt werden. Eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte erfolgt nicht. Der Schutz Ihrer Daten hat bei uns oberste Priorität. Wir haben unsere Datenschutzhinweise für Sie aktualisiert und sind daran interessiert, auch weiterhin eine gute Beziehung zu Ihnen zu pflegen und Ihnen Informationen zu unseren Aktionen zukommen zu lassen. Deshalb verarbeiten wir auf Grundlage von Artikel 6 Abs. 1 Buchstabe f der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung Ihre Daten. Wenn Sie dies nicht wünschen, können Sie jederzeit bei uns der Verwendung Ihrer Daten widersprechen.

Impressum

Auflage: 45 000 Exemplare

Herausgeber (v. i. S. d. P.): Kutsche Gruppe
Bergstr. 11 • 49152 Bad Essen
Tel.: (054 72) 9 81 97 05
Fax: (054 72) 9 81 97 06

Objektleitung und Druck:
ProExakt GmbH
Bahnhofstraße 17 • 38170 Schöppenstedt
Tel.: (053 32) 96 86-54
Fax: (053 32) 96 86-58
E-Mail: info@proexakt.de
www.proexakt.de

Redaktionsleitung: Kai Knoche
Tel.: (053 32) 96 86-40
E-Mail: k.knoche@proexakt.de

Gestaltung und Anzeigensatz:
Wiebke Fichtner
Tel.: (053 32) 96 86-57
E-Mail: w.fichtner@proexakt.de

Das geistige Eigentum in Wort, Bild, Idee und Design liegt, soweit nicht anders angegeben, bei der ProExakt GmbH. Alle gestalteten Anzeigen sind ebenfalls urheberrechtlich geschützt. Nutzung und Nachdruck sind nur mit schriftlicher Genehmigung der ProExakt GmbH gestattet. Angaben zu Terminen etc. sind ohne Gewähr.

Bei dem Projekt Marktzeitung mit einer Gesamtauflage von über 10 Millionen Exemplaren handelt es sich um ein marktbezogenes individuelles Printprodukt für selbstständige EDEKA-Kaufleute.

Hier können Sie uns finden!

allfrisch
Krahnstraße 25
49074 Osnabrück
Tel.: (05 41) 2 94 67

allfrisch
Loterstr. 58-61
49078 Osnabrück
Tel.: (05 41) 4 26 56



James Bond (Daniel Craig) hat seine Lizenz zum Töten im Auftrag des britischen Geheimdienstes abgegeben und genießt seinen Ruhestand in Jamaika. Die friedliche Zeit nimmt ein unerwartetes Ende, als sein alter CIA-Kollege Felix Leiter (Jeffrey Wright) auftaucht und ihn um Hilfe bittet. Ein bedeutender Wissenschaftler ist entführt worden und muss so schnell wie möglich gefunden werden. Was als simple Rettungsmission beginnt, erreicht bald einen bedrohlichen Wendepunkt, denn Bond kommt einem geheimnisvollen Gegenspieler auf die Spur, der im Besitz einer brandgefährlichen neuen Technologie ist.

FILM CINEMA 2466 XVC



FILM CINEMA 2458 XVC