Ausgabe 61 | 2/22
www.edeka-boettjer.de

Böttjer aktuell

Inhaber
Christina Oevermann
und Matthias Böttjer

Unsere Themen für Sie:

- Unsere Empfehlungen für den Grill
- Raffinierte Cocktailideen für den Sommer
- Urlaub zu Hause – Tipps gegen die Langeweile

Liebe Kunden,

wir freuen uns, Ihnen heute unsere Sommerausgabe von „Böttjer Aktuell“ mit innovativen Grillrezepten und Cocktailideen, Themen rund um den Urlaub sowie um unsere Mitarbeiter präsentieren zu können.

Was für eine Freude: Nach einer langen, von Corona geprägten Zeit können wir endlich mal wieder gut gelaunt mit Freunden im Garten sitzen und tolle Veranstaltungen in der Region oder sogar Festivals und Konzerte besuchen. Das gute Wetter und nicht mehr vorhandene Einschränkungen heben die Stimmung. Manches kommt uns aber auch ungewohnt vor. Nach der langen Zeit mit vielen Entbehrungen gehen wir unter Umständen sogar bewusster mit den Dingen um.

Wenn wir in die Welt schauen, sehen wir viel Unruhe. Der Krieg in der Ukraine, Preissteigerungen sowie steigende Energiekosten, die Klimakrise – das alles zwingt uns zum Umdenken.

Unsere Regale sind an einigen Stellen im Moment leider aus unterschiedlichen Gründen nicht besonders gut gefüllt, dafür möchten wir uns bei Ihnen entschuldigen.

Im „Gut & Günstig“-Sortiment sind aber weitestgehend alle Produkte vorrätig. Nutzen Sie die DeutschlandCard und profitieren Sie von der Aktion „Inflationsstopp“: Noch bis zum 31.8. sichert Ihnen die EDEKA einen festen günstigen Preis auf 200 Artikel des täglichen Bedarfs, wenn Sie die DeutschlandCard an der Kasse einscannen lassen. Außerdem möchten wir Ihnen heute noch mal die Aktion „Aufrunden“ ans Herz legen. Geben Sie uns an der Kasse Bescheid, wenn Sie Ihre Cent-Beträge vom Wechselgeld für Kinder in Not spenden möchten, indem Sie beim Bezahlen rechtzeitig „Aufrunden bitte“ sagen. Einige Hundert Euro sind auf diesem Weg bereits zusammengekommen. Helfen Sie mit, die Aktion noch erfolgreicher zu machen.

Einen wunderschönen Sommer mit vielen guten Momenten wünscht Ihnen

Ihr Team von EDEKA Böttjer,
Matthias Böttjer und Christina Oevermann

Aufrunden bitte!

Hilfe für Kinder

Mit Ihrer Spende helfen Sie geflüchteten Kindern und ihren Familien sowie den über 2,7 Millionen Kindern in Deutschland, die von Armut betroffen sind. Finanziert werden damit u.a. dringend benötigte Soforthilfen und psychologische Unterstützungen für Kinder.

Sagen Sie an der Kasse: „Aufrunden bitte!“

EDEKA

DEUTSCHLAND RUNDET AUF

Eine bunte Grillvielfalt für Genießer

In den Bedientheken von EDEKA Böttjer finden alle Grillliebhaber ein vielfältiges und vor allem hochwertiges Sortiment an Grillköstlichkeiten aller Art. Neben den klassischen, verschieden marinierten Nackensteaks und einer ausgesuchten Bratwurstauswahl finden sich in den Frischetheken fein marinierte Rückensteaks vom Schwein sowie erlesene Steaks vom Rind, wie zum Beispiel das beliebte Entrecote oder das heiß begehrte Steak No. 1, welches dank der langen Reifung am Knochen besonders zart und bei Feinschmeckern äußerst beliebt ist.

Auch das Flankensteak, ein Teilstück des Bauchlappens vom Rind, wird immer mehr nachgefragt. Generell hat sich die Auswahl an Grillspezialitäten im Markt enorm vergrößert. Schließlich grillen die Deutschen mittlerweile, solange es das Wetter zulässt, das ganze Jahr über. Somit stieg auch die Sehnsucht nach immer wieder neuen Grilldelikatessen, die Abwechslung auf den Rost bringen.

So wird das Sortiment in den Theken seit Langem durch verschiedenste Spießkreationen, wie zum Beispiel die Filetspieße oder die traditionellen Grillfackeln, ergänzt. Aber auch Spezialitäten vom Lamm, wie u. a. der marinierte Lammlachs, finden immer mehr Liebhaber. Bei EDEKA Böttjer ist Vielfalt Programm – hier ist für jeden Geschmack etwas Besonderes zu finden.

Vervollständigt wird die große Auswahl durch die zahlreichen Grillartikel aus dem Selbstbedienungstresen. Neben Bratwürsten, Steaks und Co. findet sich dort ein großes Sortiment an Geflügelgrillköstlichkeiten, die heutzutage bei keinem Grillabend fehlen sollten. Wer selber mal Neues ausprobieren möchte, bekommt an der Theke übrigens immer einen Rat von den fachkundigen Mitarbeitern. Scheuen Sie sich nicht zu fragen und entdecken Sie mit den Spezialitäten für den Grill von EDEKA Böttjer jede Menge Neues für eine leckere Grillsaison.

Bei uns finden Sie die richtigen Beilagen

Köstlicher Genuss vom Grill braucht stets die richtigen Beilagen. So wird aus jedem Grillabend ein kulinarisches Erlebnis, das sich wunderbar mit der Familie und Freunden teilen lässt. Neben den passenden Grillsaucen dürfen Baguette und Co. selbstverständlich nicht fehlen. Ein herrlich frischer Rohkostsalat oder hausgemachte Kartoffel- und Nudelsalate runden das Angebot eines gelungenen Grillbuffets ab.
Doch möchte jeder neben den klassischen Beilagen mal Neues ausprobieren. An den Bedientheken von EDEKA Böttjer erhalten Sie auf Wunsch stets praktische Verarbeitungstipps, die frischen Wind in Ihre nächste Grillparty bringen. Probieren Sie sich an neuen Rezepten aus und profitieren Sie von den hochwertigen Zutaten von EDEKA Böttjer, aus denen sich wahre Genussmomente kreieren lassen.

Pilzsalat vom Grill

Fruchtig und würzig: Probieren Sie doch einmal unseren Pilzsalat vom Grill zu Ihrem nächsten Grillfest!

Zutaten für 3 Portionen:

- 6 Scheiben Ciabatta-Brot
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1 1/2 EL Rapsöl, kalt gepresst
- Pfeffer und Salz
- 150 g Champignons, braun
- 1/2 Mango
- 75 g Frischkäse mit Kräutern
- 40 ml Orangen-Direktsaft
- 30 ml Mineralwasser, classic
- 1 Frühlingszwiebel
- 100 g Halloumi, mit Kräutern

Zubereitung:
Frühlingszwiebel in feine Ringe, Champignons in Scheiben, Halloumi und Mango in 1 cm große Würfel schneiden. Die Zutaten in eine Schüssel geben, vermischen und auf die Weckgläser verteilen. Die Dressingzutaten vermischen, mit Pfeffer und Salz abschmecken und über der Pilzmischung verteilen. Die Weckgläser bei mittlerer Hitze 10 Minuten auf den Grill stellen. Ciabatta-Brot auf dem Grill kurz anrösten.

Melonen-Mozzarella-Salat

Bereiten Sie einen bunten Melonen-Mozzarella-Salat mit frischer Wasser- und Galiamelone zu. Mini-Mozzarella und ein Balsamico-Bianco-Dressing runden das Gericht ab.

Zutaten für 4 Portionen:

- 3 EL Balsamico-Bianco-Essig
- 3 EL Rapsöl, kalt gepresst
- Salz und Pfeffer
- 750 g Wassermelone
- 500 g Galiamelone
- 2 Schalotten
- 150 g Mini-Mozzarella-Kugeln
- 1 Handvoll Minzblätter

Zubereitung:
Melonenfruchtfleisch in 2 x 2 cm große Würfel schneiden und entkernen. Schalotten in feine Streifen schneiden. Mozzarella-Kugeln aus der Molke nehmen, 2 EL Molke für das Dressing zurückbehalten. Alle Salatzutaten in eine große Schüssel geben. Dressingzutaten verrühren, vorsichtig mit dem Salat vermengen und ½ Stunde marinieren lassen.

Vegetarisch oder vegan grillen –

Längst vorbei sind die Zeiten, in denen bei Grillabenden Nackensteaks und Bratwürste den Grillrost dominierten. Denn mittlerweile gibt es eine Vielzahl an vegetarischen oder veganen Alternativen, die das Grillen auch für Menschen, die gänzlich auf Fleisch verzichten, attraktiv machen. Ob abwechslungsreiche Gemüsegrillspezialitäten, Seitan, Tofu und Halloumi oder die zahlreichen Bratwurst- und Steakersatzprodukte – die Auswahl könnte nicht größer sein und so entstehen immer wieder neue Grillideen, die sich auch für Fleischliebhaber als ergänzende Beilage wunderbar in die nächste Grillparty einfügen. Heute wollen wir Ihnen einige dieser neuen Rezepte und Ideen näherbringen – lassen Sie sich inspirieren und bringen Sie mal Neues auf den Grill!

endori – hier findet wirklich jede Prinzessin ihre Erbse!

Für viele ist die Erbse nur eine kleine und unscheinbare Hülsenfrucht, die Firma endori sieht in ihr jedoch unendlich viele, leckere Möglichkeiten. Und egal, worauf Sie bei Ihrer Ernährung achten – ob sojafrei, glutenfrei oder laktosefrei – bei endori ist für alle etwas dabei. Testen Sie sich durch die neue endori-Produktvielfalt bei EDEKA Böttjer!

Ausgefallene Grillkreationen ohne Fleisch: gefüllte Paprika

Gefüllte Paprika lassen sich vielseitig zu- und hervorragend vorbereiten. In unserem Rezept besteht die Füllung aus Couscous, Zucchini, Staudensellerie und Fetakäse und die Paprika werden auf dem Grill gar.

Zutaten für 4 Portionen:

- 2 TL Currypulver
- 150 g Couscous
- 1/2 Zucchini
- 5 Zweige Oregano
- Pfeffer
- 1 Schuss Essig
- 4 Paprika
- 5 Zweige Petersilie
- Salz
- 3 Stangen Staudensellerie
- 5 Zweige Petersilie
- 150 g Schafskäse
- 5 EL Olivenöl
- 3 TL Paprikapulver
- 2 Zehen Knoblauch
- 1 Limette, davon der Schalenabrieb

Zubereitung:
200 ml Wasser in einen Topf geben und aufkochen. Currypulver und Salz zugeben. Couscous langsam einrieseln lassen und umrühren. Den Topf beiseitestellen und den Couscous für ca. 10 Minuten quellen lassen. Staudensellerie waschen und mit einem kleinen Messer die Fasern entfernen. Staudensellerie und Zucchini in kleine Würfel schneiden. Beides in einer Pfanne ohne Fett leicht anbraten. Petersilie und Oregano hacken, zu den Gemüsewürfeln in die Pfanne geben und durchschwenken. Dann den Schafskäse zerbröseln. Couscous, Staudensellerie, Zucchini und 2/3 des Schafskäses in eine Schüssel geben. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl, Essig und Paprikapulver zugeben und alles gut vermengen. Paprika halbieren, waschen und Kerne entfernen. Die Füllung gleichmäßig in die Paprikahälften verteilen. Gefüllte Paprika indirekt, geschlossen bei 200 Grad ca. 40 Minuten grillen. Für die Gremolata Knoblauch schälen, Petersilie abspülen und zupfen. Limette waschen, trocken reiben und mit einer Küchenreibe fein reiben. Knoblauch und Petersilie zusammen fein hacken und beides mit der Limettenschale vermischen. Kurz vor Ende der Garzeit noch etwas vom restlichen Schafskäse über die gefüllten Paprika geben und mit der Gremolata bestreuen. Die gefüllten Paprika vom Grill nehmen und kurz vorm Servieren mit etwas Olivenöl beträufeln.

abwechlungsreich und lecker!

Bratmaxe-Veggiegriller

Vegetarischer Grillspaß für Grill und Pfanne. Mit dem Bratmaxe-Veggiegriller wird das fleischfreie Grillen zum absoluten Genuss!

Veganes Mühlensteak Typ Rind

Ein Steak aus Pflanzen? Warum nicht, wenn es so lecker schmeckt wie das vegane Mühlensteak. Es lässt sich wie ein klassisches Steak vom Rind sowohl grillen als auch in der Pfanne braten. Nach 5 Minuten ist es außen kross, innen rosa und so zart, dass es auf der Zunge zergeht. Statt Fleisch wird ein veganes Steak aus Soja, das zu 65% aus Europa stammt, und Weizen verwendet. Als Speckersatz wird hochwertiges Rapsöl mit vielen guten Omega-3-Fettsäuren verarbeitet. PETA Deutschland hat das vegane Mühlensteak Typ Rind mit dem VEGAN FOOD AWARD 2019 als „bestes veganes Steak“ ausgezeichnet.

Gegrillte Wassermelone mit Eis

Das Dessert als echte Krönung. Dazu benötigen Sie weder Bunsenbrenner noch Hochprozentiges zum Flambieren. Hitze nutzen Sie dennoch. Effektiv. Denn mit unserem Rezept für gegrillte Wassermelone kombinieren Sie fruchtige Frische mit cremigem Eis sowie gerösteten Nüssen.

Zutaten für 4 Portionen:

- 1/2 Wassermelone
- 50 g Zucker, braun
- 4 Stiele Basilikum
- 2 EL Olivenöl
- 6 Eiweiß
- 4 Butter-Tortelett
- 30 g Pistazien
- 1 Prise Meersalz
- 4 Kugeln Vanilleeis
- 30 g Cashewkerne
- 1 EL Puderzucker
- 6 Stiele Minze
- 40 g Mandeln
- 200 g Erdbeeren

Zubereitung:
Für die gegrillte Melone den Grill auf 200 °C indirekte Hitze vorheizen. Melone halbieren und das Fruchtfleisch in kleine Tortenstücke schneiden, mit Öl einpinseln. Auf dem heißen Grill von jeder Seite für 2 Minuten grillen. Melonenstücke vom Rost nehmen und anrichten. Für die Dekoration die Minze vom Stiel zupfen und sehr fein hacken. Pistazien, Cashewkerne und Mandeln in eine Grillschale geben und auf dem heißen Grill anrösten. Den Zucker darüberstreuen. Mit einem Pfannenwender die Nüsse ständig im Zucker wenden. Vorsichtig 70-80 ml Wasser dazugeben, die Masse weiter verrühren. Zuletzt das Meersalz darüberstreuen und vermischen. Für das gegrillte Eis die Eier trennen. Eiweiß unter Zuhilfenahme eines Handrührgerätes steif schlagen. Puderzucker nach und nach einrieseln lassen, bis ein stabiler Eischnee entsteht. Erdbeeren waschen, in kleine Würfel schneiden. Basilikumblätter abzupfen, waschen, trocken tupfen und fein hacken. Erdbeeren und Basilikum vermischen und auf den Torteletts verteilen. Auf jedes Tortelett eine Kugel Vanilleeis setzen. Eischnee mit einem Küchenschaber lückenlos um das Eis streichen. Wichtig: Auch die Ränder der Torteletts sollten vollständig bedeckt sein. Auf einer hitzebeständigen Grillmatte auf dem heißen Rost bei geschlossenem Grilldeckel 4 Minuten grillen. Melonenstücke mit gehackter Minze bestreuen. Die karamellisierten Nüsse grob zerhacken und mit den gegrillten Eiskugeln anrichten. Sofort servieren.

Erdbeer-Daiquiri

Ein zeitloser kubanischer Dauerbrenner für jede Gelegenheit: Mit unserem einfachen Erdbeer-Daiquiri-Rezept kreieren Sie eine herrlich fruchtige, gefrorene Variante eines der bekanntesten Cocktail-Klassiker der Welt. Gleich ausprobieren und genießen!

Zutaten für 4 Portionen:

- Zucker, braun
- 300 g Erdbeeren
- 40 g Rochzucker
- 4 Limetten, den Abrieb und Saft
- Minze
- 15 EL Crushed Ice
- 160 ml Rum, weiß

Utensilien: Trinkhalme, Martinigläser

Zubereitung:
Erdbeeren waschen, gut abtropfen lassen. 4 große Erdbeeren beiseitelegen. Restliche Erdbeeren vom Grün befreien, vierteln und zusammen mit dem Crushed Ice in einen Mixer geben und pürieren. Limetten waschen, trocken tupfen. 2 EL Schale mit einer Zeste abreiben und mit etwas braunem Zucker verrühren. Limetten halbieren und den Saft auspressen. Limettensaft, Rum und Zuckersirup in das Erdbeerpüree einrühren. Den Glasrand der Cocktailgläser mit Limettensaft befeuchten und im Limettenzucker drehen. Erdbeer Daiquiri in die Gläser füllen, Trinkhalme einstecken und mit einer Erdbeere sowie einem Blatt Basilikum oder Minze garnieren.

Maracuja-Cocktail

Ein sommerlicher Drink und ganz ohne Alkohol: Unser tropischer Maracuja-Cocktail mit Limette erfrischt und schmeckt gleichermaßen und ist ganz einfach zubereitet.

Zutaten für 4 Portionen:

- 160 ml Maracuja-Nektar
- 4 Stängel Minze
- 4 Handvoll Crushed Ice
- 400 ml Ginger Ale (Ingwer-Limonade)
- 4 Maracujas
- 4 EL Rohrzucker
- 3 Limetten

Utensilien: Stößel, Longdrinkgläser

Zubereitung:
Für den Maracuja-Cocktail zwei Limetten waschen, in Stücke schneiden und in vier hohe Gläser geben. Mit je 1 Esslöffel Rohrzucker bestreuen und mit einem Caipirinha-Stößel leicht zerdrücken. Mit Crushed Ice bis zwei Zentimeter unter den Glasrand auffüllen. Die Maracujas halbieren und den Inhalt je einer Maracuja über dem Glas auskratzen. Mit Ginger Ale und Maracuja-Nektar auffüllen. Mit einem Strohhalm die Maracuja im Glas verteilen. Die Minze waschen und trocken schütteln. Die übrige Limette waschen und vier gleich große Scheiben abschneiden. Je eine Limettenscheibe und einen Minzstängel dekorativ am Glas anrichten.

Mojito

Er erfrischt und versetzt Sie wenigstens ein bisschen an den Rand der Karibik. Als Inventar kubanischer Cocktailkultur wertet der Mojito längst auch hier gemütliche Abende und Sommerpartys auf. Limetten. Minze. Rum. Lernen Sie mit unserem Mojito-Rezept eine kubanische Legende kennen.

Zutaten für 4 Portionen:

- 20 cl Rum
- 8 Limetten, unbehandelt
- 8 TL Zucker, braun
- 20 cl Sodawasser
- 16 EL Crushed Ice
- 160 Minzblätter

Utensilien: Trinkhalme, Tumblergläser

Zubereitung:
Die Limetten unter fließendem Wasser waschen, trocknen mit einem scharfen Messer achteln. Limettenstücke, braunen Zucker sowie Minzblätter in Longdrink-Gläser geben und mit dem Stößel zerstoßen. Die Gläser bis zum Rand mit Crushed Eis füllen und mit Rum und Sodawasser auffüllen. Mit einer Limettenscheibe am Glasrand und zwei Strohhalmen servieren, ggf. mit einem Minzzweig garnieren. Versuchen Sie auch unseren erfrischenden Lemon Squash ohne Alkohol! Unser Tipp: Probieren Sie diesen Cocktail-Klassiker auch mal in einer fruchtigen Variante: Mit unserem Rezept für prickelnden Himbeer Mojito!

Bloody Mary

Mixen Sie aus Tomatensaft, Wodka und würzigen Zutaten einen Bloody-Mary-Cocktail und bringen Sie die Geschmacksknospen in Schwung. Ob als Anti-Kater-Mittel oder einfach so, unser Longdrink wirkt belebend!

Zutaten für 4 Portionen:

- 10 cl Tomatensaft
- Salz, grob
- 1 Spritzer Tabasco
- 1 Spritzer Worcestershiresoße
- 5 cl Wodka
- Pfeffer, grob
- Eiswürfel

Utensilien: Trinkhalme, Longdrinkgläser

Zubereitung:
Den Tomatensaft, den Wodka sowie den Tabasco und die Worcestershiresauce zusammen mit ein paar Eiswürfeln in den Cocktailshaker geben. Den Cocktailshaker zwischen Körper und Deckel mit beiden Händen festhalten und gut schütteln. Den Cocktail in ein mit Eis gefülltes Longdrinkglas füllen. Für die Deko das Gemüse putzen. Den Staudensellerie in Stangen schneiden und diese am Glasrand platzieren.

Weitere Getränkeempfehlungen der EDEKA finden Sie hier

Herzlich willkommen

Seit November vergangenen Jahres gehört Heike Hinck zum Team von EDEKA Böttjer in Selsingen. „Ich war vorher in der Gastronomie tätig und wechselte während der Pandemie zu EDEKA Böttjer. Hier betreue ich seitdem mit viel Freude den Backshop und genieße die entspannteren Arbeitszeiten. Früher musste ich viel am Wochenende und an den Feiertagen arbeiten. Bei EDEKA Böttjer fange ich nun schon sehr früh an und habe mehr vom Tag“, berichtet Heike Hinck, die durch die Pandemie den perfekten Arbeitsplatz fand. „Ich liebe die Arbeit im Team und den Kontakt zu unseren Kunden“, so die neue Mitarbeiterin.

Als eine der ersten im Markt beginnt Heike Hinck ihren Arbeitstag mit dem Backen der Brote und Brötchen. Im Anschluss folgen weitere Backwaren aus dem Backshop. „Wir haben immer ein Auge darauf, dass genug Ware im Tresen vorhanden ist und backen auch später noch Brötchen oder andere Backwaren auf, um unseren Kunden stets die altbewährte Frische bieten zu können“, versichert die engagierte Mitarbeiterin. Zudem sei es immer lustig im Markt – mit den Kollegen und Stammkunden beispielsweise. „Bei uns wird es nie langweilig. Ich bin froh, eine so tolle Stelle gefunden zu haben.“

Herzlichen Glückwunsch zum Jubiläum!

Arthur Pereira reinigt und pflegt seit nunmehr 10 Jahren den gesamten Außenbereich von unserem Markt in Selsingen. „Wir sind froh, dass wir dich haben und wir uns immer auf dich verlassen können“, so Christina Oevermann.

Wir suchen Verstärkung ...

Werde Teil des Teams.

- ☑ Kassierer (m/w/d)
- ☑ Mitarbeiter Backshop/Salatbar (m/w/d)
- ☑ Bedienung (m/w/d)

Sende Deine Bewerbung an:

EDEKA Böttjer
Matthias Böttjer e. K.
Neue Straße 36 – 38
27432 Bremervörde
Tel.: (04761) 92628-0

EDEKA Böttjer
Walter Böttjer KG
Hauptstraße 7
27446 Selsingen
Tel.: (04284) 9268-15

EDEKA Böttjer

Erfrischend fruchtig – jetzt ist Melonenzeit

An richtig heißen Tagen gibt es nichts Besseres als gemütlich im Garten oder auf dem Balkon zu sitzen und dabei mundgerecht geschnittene Melonenstücke zu genießen. Kein Wunder also, dass Melonen zu den beliebtesten Sommerfrüchten zählen. Wassermelonen punkten dabei vor allem mit ihrem hohen Wasser- und niedrigen Kaloriengehalt. Auch eignet sich die Frucht an heißen Sommertagen hervorragend als Durstlöscher. Die süßeren Zuckermelonen schmecken hingegen aromatischer. Unabhängig davon liefern beide Melonenarten viele Vitamine sowie Folsäure.

Kleine Melonenkunde

Die Wassermelonen haben einen Wassergehalt von über 90 Prozent. Eine große Portion von etwa 250 Gramm der Sommerfrucht enthält weniger als 100 Kilokalorien. Auch figurbewusste Genießer können daher hier bedenkenlos zugreifen.

Die süßeren Honig-, Netz- und Galia-Melonen zählen zu den Zuckermelonen. Ihr Fruchtfleisch ist weiß bis grün, oder auch gelblich-orange. Ihr Wassergehalt beträgt rund 85 Prozent. 250 Gramm Honigmelone decken rund 75 Prozent der empfohlenen Tageszufuhr an Vitamin C ab.

Wussten Sie schon?

Botanisch gesehen zählen Melonen zu den Kürbisgewächsen und gelten somit als Fruchtgemüse. Unterschieden wird zwischen Wassermelonen und Zuckermelonen. Melonen sollten nicht länger als ein bis zwei Wochen gelagert werden. Im Kühlschrank sind einige Sorten zwar länger haltbar, verlieren aber an Aroma, Farbe und Vitaminen. Kühle Kellerräume mit 8 bis 15 Grad sind ideal zum Lagern. Wickeln Sie aufgeschnittene Melonen in Frischhaltefolie ein, so trocknen sie nicht aus. Angeschnittene Melonen sollten innerhalb von ein bis zwei Tagen aufgebraucht werden.

Worauf ist zu achten?

Beim Kauf von Melonen sollte darauf geachtet werden, dass diese reif sind und möglichst schnell verzehrt werden. Somit bleibt die Sommerfrucht lecker frisch und aromatisch. Reife Früchte erkennt man übrigens ganz einfach: Nämlich durch Klopfen mit dem Finger gegen die Schale. Unreife Melonen klingen kaum, reife Früchte hingegen vibrieren richtig, der Klang ist dabei etwas dumpfer aber satt und überreife klingen etwas hohl. Zudem gibt es noch weitere Anzeichen. Bei Wassermelonen sollte der Bereich um den Stielansatz kräftig dunkelgrün sein, nur die Auflagefläche der Melone darf heller sein. Reife Zuckermelonen riechen am Stielansatz lecker aromatisch und lassen sich dort leicht eindrücken. Die übrige Schale sollte jedoch fest sein. Melonen, die kaum riechen, sind unreif. Bei EDEKA Böttjer finden Kunden eine breite Vielfalt an Melonen. Lassen Sie es sich schmecken!

Wir machen unseren Schweinen den Hof.

STÜCK FÜR STÜCK FÜR EINE BESSERE TIERHALTUNG.

Seit 1989 setzen wir mit unserem Markenfleischprogramm Qualitätsstandards. Mit dem Gutfleisch-Strohschwein der Haltungsform Stufe 3 gehen wir nun – gemeinsam mit Landwirten aus Norddeutschland – einen weiteren Schritt hin zu mehr Tierwohl und Nachhaltigkeit in der Tierhaltung.

Gutfleisch STROH SCHWEIN FÜR EINE BESSERE HALTUNG.

DAS MACHT UNSER STROHSCHWEIN EIN STÜCK BESSER:

Bessere Haltung der Tiere
Die Strohschweine haben reichlich Platz, einen Stall mit Außenklima-Reiz, organische Beschäftigungsmaterialien und ihre eigenen Strohbäder.

Bessere nachhaltigere Fütterung
Wir setzen gemeinsam mit den Landwirten auf regionale und GVO-freie Fütterung. Das schützt die Umwelt und schont Ressourcen.

Bessere Bezahlung der Landwirte
Die Landwirte erhalten für den Mehraufwand, den sie für ihre Strohschweine betreiben, zusätzlich zum Marktpreis eine Bonuszahlung.

Mehr zu Herkunft und Haltungsform unter edeka-gutfleisch.de/Strohschwein

Haltungsform 3 – 1 2 3 4 – Außenklima – haltungsform.de

Mehr unter
edeka-gutfleisch.de/strohschwein

Walter Böttjers Erinnerungen

Heute: Urlaubszeit

Der Sommer ist da, und damit auch für die meisten von uns die Haupturlaubszeit. Nach 2 Jahren Corona-Einschränkungen endlich wieder etwas unbeschwerter reisen, ohne Maskenzwang (obwohl die Maske weiterhin als Schutzmaßnahme sehr hilfreich ist), ohne kompliziertes Ausfüllen von Einreiseformularen bei Reisen ins Ausland, ohne Pflicht sich ständig testen zu lassen usw.

Viele haben in den letzten beiden Jahren auf weite Urlaubsreisen verzichtet und festgestellt, dass man sich auch im eigenen Garten oder auf „Balkonien“ gut erholen kann. Die Kinder konnte man durch Tagestrips bei Laune halten: Bei schönem Wetter an den Strand oder an einen Badesee, ansonsten in den Heidepark, Vogelpark, Serengeti oder mal einen Ausflug nach Hamburg oder Bremen – unser schönes Norddeutschland hat vieles zu bieten.

Und jetzt soll es endlich wieder losgehen, ist doch für die meisten Familien die jährliche Urlaubsreise fest eingeplant.

Ich, Jahrgang 1948, habe meine Kindheit und Jugend in den Jahren nach dem Zweiten Weltkrieg verbracht. An Urlaub war nicht zu denken. Die Menschen waren voll damit beschäftigt, sich eine Existenz aufzubauen, am „Wirtschaftswunder“ teilzuhaben, entweder durch einen sicheren Arbeitsplatz oder durch den Aufbau eines eigenen Geschäftes.
Und dennoch, unser erster „Urlaub“ ist in meinem Gedächtnis noch sehr präsent: eine Reise in den Harz mit unserem ersten Auto, einem Opel Caravan, im Jahr 1956 mit einer Übernachtung. Mein Cousin Otto, 4 Jahre älter als ich, durfte mit, und so zogen wir ein in das Hotel „Sonnenblick“ in St. Andreasberg – zu viert in einem Zimmer. Ich schlief in der „Besucherritze“ und Otto in einem Zusatzbett. Als besondere und einzige Erinnerung an das Hotel denken Otto und ich heute noch manchmal an den morgendlichen Blick auf den Flur:
Überall vor den Zimmern standen Schuhe, so auch bei uns. Erst später erfuhren wir, dass die dort zum Putzen standen. Na ja, mit dem Schuheputzen hatten wir es damals nicht so.

Otto und ich entdeckten die Berge. Besonders der Sessellift hatte es uns angetan. Immer wieder rauf und runter, bis das Taschengeld alle war. Meine Eltern besuchten derweil Bekannte aus gemeinsamen Deinstedter Zeiten im Café Kunze – auch heute noch ein bekanntes Café im Harz.

Anfang der 1960er-Jahre gab es erstmals Ferienlager oder Freizeiten, an denen ich in den Sommerferien teilnehmen durfte: Mit dem Zevener Diakon Volkmann im Sonderzug in den Odenwald, ein Hamburger Ferienlager in Behrensdorf an der Ostsee, und natürlich die unvergessenen Freizeiten mit unserem Selsinger Diakon Wilhelm Röhrs auf der Insel Föhr oder in St. Georgen im Schwarzwald – herrliche Erinnerungen …

Urlaub zu Hause:
Tipps für die ganze Familie

Nicht jeder tritt im Sommer eine große Reise an. Viele Menschen verbringen ihre Urlaubstage hingegen in der Heimat und vertreiben sich die Zeit dort mit abwechslungsreichen Tagesausflügen und attraktiven Freizeitbeschäftigungen, wie beispielsweise einem Picknick nach einer schönen Fahrradtour. Wie auch Sie Ihre Urlaubstage sinnvoll gemeinsam mit der ganzen Familie nutzen können, lesen Sie hier.

Eis selber machen – cooles Vergnügen für zu Hause!

Ob richtig süß, schön fruchtig oder mit richtig viel Schokolade, mit knusprigen Extras oder als aufregende Neukreation – wer sein Eis selber macht, hat freie Bahn für kreative Ideen. Und das Beste: Es ist eigentlich ganz einfach! Für alle, die eine Eismaschine zu Hause haben, ist es natürlich besonders leicht. Die Auswahl an Maschinen ist mittlerweile groß. Doch, kann man Eis auch ohne Eismaschine selber machen? Die Antwort lautet: ja! Große Lebensmittelhersteller haben Eis zum Selbermachen kreiert, das sich kinderleicht zu Hause zubereiten lässt. Doch wie jeder weiß, schmeckt es selbst gemacht eben doch am besten! Hier finden Sie eine Anregung für Ihr persönliches Lieblingseis!

Zutaten für 6 Personen:

- 500 g Vanilleeis
- 4 Limetten
- Früchte zum Garnieren nach Wahl

Zubereitung:
Lassen Sie das Vanilleeis in einer Rührschüssel etwa 15 Minuten antauen. In der Zwischenzeit eine Limette heiß abspülen und die Schale fein abreiben. Im Anschluss alle Limetten auspressen und 80 ml Saft abmessen. Vanilleeis, Limettensaft und die Hälfte der Limettenschale mit einem Handrührgerät zu einer cremigen Masse verrühren. Danach das Softeis mit einem Löffel zu Nocken formen und in Dessertschalen anrichten. Die restliche Limettenschale darüberstreuen und je nach Belieben mit frischen Früchten garnieren. Kleiner Tipp: Sollte das Eis beim Verrühren zu weich werden, einfach für 10 bis 20 Minuten in den Tiefkühlschrank stellen!

Lange Fahrten im Auto sind langweilig? Von wegen!

In den Urlaub zu fahren oder einen Ausflug zu machen, ist toll – wenn die lange Fahrt nicht wäre. Bestimmt hast du dich auch schon einmal im Auto gelangweilt und bist deinen Eltern so richtig auf die Nerven gegangen. Mit den hier vorgestellten Spielen vertreibst du die Langeweile und kannst sogar richtig Spaß haben.

Ich-denke-was-was-du-nicht-weißt

„Ich-sehe-was-was-du-nicht-siehst“ hast du bestimmt schon einmal gespielt. Aber oft sieht auf Autofahrten vieles ziemlich gleich aus – ganz im Gegensatz zum dem, was du in deinem Kopf so alles sehen kannst! Bei „Ich-denke-was-was-du-nicht-weißt“ überlegst du dir ein Wort und verrätst deinen Mitspielern den passenden Oberbegriff dazu (z. B. Gebäude, Lebensmittel, Ort, Lebewesen). Diese müssen nun der Reihe nach Fragen stellen, wobei du nur mit Ja oder Nein antworten darfst. Sollten deine Mitspieler das gesuchte Wort partout nicht herausbekommen, kannst du ihnen auch weitere Hinweise geben. Wer das Rätsel gelöst hat, darf sich dann als Nächster einen Begriff ausdenken.

Kofferpacken

Du beginnst dieses Spiel mit dem Satz: „Ich packe meinen Koffer und nehme … (z. B. ein Handtuch) mit.“ Dann muss der zweite Spieler den kompletten Satz wiederholen und einen Begriff hinzufügen. Anschließend geht es reihum weiter, sodass die Liste des Kofferinhaltes immer länger wird. Sobald ein Mitspieler etwas aus dem Koffer vergisst oder mit der Reihenfolge durcheinanderkommt, scheidet er aus.

Lust auf ein Picknick?

Das dürfen Sie nicht vergessen!

- Picknick-Decke
- Küchenutensilien
- Sonnenlotion und Mückenschutz
- Besteck, Geschirr und Gläser
- Regenschirme und -jacke

Jeder kennt es und doch verliert es nie seinen Charme – ein kleines Picknick mit Freunden oder der Familie ist die ideale Abwechslung für alle, die ihre Urlaubstage nicht unter der Karibiksonne oder in malerischer Kulisse in den Bergen verbringen. Sorgen Sie mit kleinen Leckereien für bunt gemischte Abwechslung auf Ihrer Picknick-Decke und genießen Sie das schöne Ambiente der umliegenden Parks oder Seen bei netten Gesprächen.

Empfehlungen für den Picknick-Korb

Gemüsesticks: Die knackigen Vitaminbomben sollten bei keinem Picknick fehlen. Schneiden Sie einfach Ihre Lieblingsgemüsesorten in mundgerechte Stücke und verpacken Sie sie in einer Frischedose. Kleiner Tipp: Den richtigen Kick verleihen Sie Ihren Gemüsesticks erst durch den richtigen Dip. Hier finden Sie bei EDEKA Böttjer eine Vielzahl fertiger Produkte.

Herzhaftes: Zum Mitnehmen eignen sich am besten kleine Fleischspezialitäten, die sich leicht verstauen lassen, so zum Beispiel Mini-Schnitzel, Hackbällchen, kleine Hähnchenkeulen oder Putenspieße. Selbstverständlich sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Wichtig: Packen Sie alles in Frischhaltedosen!

Frisches Obst: Zu empfehlen sind Weintrauben, Erdbeeren und andere Früchte, die man ungeschält verzehren kann. Außerdem sind Weintraube und Co. eine perfekte Beilage zu Käsehäppchen oder für diejenigen, die möchten, auch zu Schokolade.

Brot und Co.: Zu allen Leckereien dürfen Brot und andere Teigwaren nicht fehlen. Besonders beliebt zum Käse und Fleisch ist derzeit das Ciabatta-Brot. Je nach Geschmack kann man aber auch zu Wraps, gefüllten Teig- oder Fladenbrottaschen oder kleinen Pizza-Snacks greifen.

Getränke: Natürlich ist jedem selbst überlassen, was er Flüssiges in seinen Picknickkorb packt. An heißen Tagen sollte jedoch kühles Mineralwasser nicht zu knapp bemessen sein. Für Kinder eignen sich Saftschorlen und für einen Picknick-Abend mit Freunden vielleicht auch eine Flasche Bier, Wein oder Sekt.

Autokennzeichen-Bingo

Für dieses Spiel erhält jeder Mitspieler einen Zettel und einen Stift, um sich im Zeitraum von etwa zehn Minuten verdeckt fünf Autokennzeichen zu notieren, die er während dieser Zeit auf der Straße entdeckt hat. Anschließend sagt der Fahrer nach und nach alle Kennzeichen der Autos an, die er sehen kann. Wer eines auf seiner Liste findet, darf es streichen. Wer zuerst alle Kennzeichen gestrichen hat, ist der Sieger.

Eine Wörterkette bilden

Bei diesem Spiel nennst du einen aus zwei Wörtern zusammengesetzten Begriff (z. B. „Urlaubsreise“). Der nächste Spieler muss nun einen, erneut aus zwei zusammengesetzten Wörtern bestehenden Begriff finden, der mit „Reise“ anfängt (z. B. „Reisekoffer“). Nun wird „Koffer“ zum ersten Teil des neuen Begriffes usw. Wer nicht weiter weiß, scheidet aus.

Eine Geschichte erfinden

Sehr lustig kann es werden, wenn man im Auto zusammen eine Geschichte erfindet. Und das geht so: Du sagt einen Satz, mit dem die Geschichte beginnen soll (z. B. „Gestern auf dem Weg zur Schule hatte Peter eine eigenartige Begegnung“). Nun muss jeder im Auto reihum immer wieder einen Satz hinzufügen und so die Geschichte weiterführen. So ergeben sich oftmals sehr witzige Wendungen. Ihr könnt die Geschichte endlos weiterspinnen, oder du entscheidest dich irgendwann zu einem Schlusssatz, und der Spaß beginnt von Neuem.

Für DeutschlandCard-Inhaber bleiben die Preise für 200 Produkte bis 31. August stabil

Die EDEKA stellt sich der Inflation entgegen! Um die stetig steigenden Preise zu stoppen, „friert“ EDEKA ab sofort für alle DeutschlandCard-Inhaber die Preise von 200 Produkten des täglichen Bedarfs bis zum 31. August ein.

Im Rahmen einer groß angelegten Kampagne hat EDEKA aus allen Sortimenten über 200 Produkte der Eigenmarke GUT&GÜNSTIG ausgewählt und den aktuellen Regalpreis festgeschrieben – zum Schutz der Kunden vor den aktuellen Preissteigerungen. Erhöhen sich also die Kosten für eines der Produkte, wird für Besitzer der DeutschlandCard die Differenz direkt beim Bezahlvorgang an der Kasse abgezogen und das Produkt zum günstigeren Preis verkauft.

Mit der „Inflationsstopp-Kampagne“ will EDEKA während der Sommermonate die Versorgung der Menschen zu angemessenen Preisen sicherstellen und gleichzeitig ein Signal setzen, um die privaten Haushalte in Deutschland nicht noch weiter zu belasten. Die Kunden sollen sich auf stabile Preise verlassen können. Sollten EDEKA-Kunden noch keine DeutschlandCard besitzen, kann diese ganz bequem über ein Formular im Markt oder online beantragt werden.

Auch für alle Kunden, die noch nicht im Besitz einer DeutschlandCard sind, hält EDEKA eine vielfältige Auswahl zum besten Preis bereit. Über das gesamte Sortiment hinweg bietet ein EDEKA-Markt rund 7.000 Produkte zum Discountpreis. Mit anderen Worten: In jedem EDEKA steckt ein Discounter – und darüber hinaus noch viel mehr! Denn der Unterschied zwischen Discount und Vollsortiment ist schon lange nicht mehr der Preis, sondern vor allem Auswahl und Service.

EDEKA Böttjer

EDEKA Böttjer
Matthias Böttjer e. K.
Neue Straße 36 – 38
27432 Bremervörde
Tel.: (0 47 61) 9 26 28-0

EDEKA Böttjer
Walter Böttjer KG
Hauptstraße 7
27446 Selsingen
Tel.: (0 42 84) 92 68-15

EDEKA Böttjer

Auflage: 19 000 Exemplare

Kostenlose Zustellung an alle erreichbaren Haushalte in der Region.

Herausgeber (v. i. S. d. P.):
Matthias Böttjer e. K.
Neue Straße 36-38
27432 Bremervörde
Tel.: (0 47 61) 9 26 28-0
Fax: (0 47 61) 9 26 28-29

Walter Böttjer KG
Matthias Böttjer und
Christina Oevermann
Hauptstraße 7
27446 Selsingen
Tel.: (0 42 84) 92 68-15
Fax: (0 42 84) 92 68-29

Redaktionsleitung:
Annika Steinkamp
Tel.: (0 53 32) 96 86-481
Fax: (0 53 32) 96 86-51
E-Mail:
marktzeitung@proexakt.de

Gestaltung und Anzeigensatz:
Christoph Strakl
Tel.: (0 53 32) 96 86-55
Fax: (0 53 32) 96 86-58
E-Mail: info@proexakt.de

Druck: ProExakt GmbH
Mediengestaltung, Druck, Verlag & Presseagentur
Bahnhofstraße 17
38170 Schöppenstedt
Tel.: (0 53 32) 96 86-54
Fax: (0 53 32) 96 86-58
E-Mail: info@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 zurzeit ca. 6 000 000 Exemplaren handelt es sich um ein marktbezogenes individuelles Printprodukt für selbstständige EDEKA-Kaufleute.

Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Abgaben nur in haushaltsüblichen Mengen. Abbildungen können von Originalware abweichen!