Ausgabe 40 | 2/18

EDEKA

Böttjer aktuell

Einkaufen erleben!

Mit großem Ostergewinnspiel
„Böttjers Ostereiersuche“
Machen Sie mit!

Liebe Leser,
das Osterfest rückt näher und wir freuen uns auf schöne Festtage mit Familie und Freunden. Bevor es an das Schlemmen zu Ostersonntag geht wird gefastet. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen eine neue Art vor – das Klimafasten. Nach der Fastenzeit darf wieder genossen werden. Dafür bieten wir Ihnen in dieser Ausgabe eine Vielzahl toller Empfehlungen. Unsere Fleischermeister stellen Ihnen das hochwertige Fleischsortiment der Märkte mit ihren saisonalen Spezialitäten vor. Die Mitarbeiter haben köstliche Rezeptideen, die sich daraus zaubern lassen. Ein attraktives Gewinnspiel, Osterknüller und Neuheiten sowie Veranstaltungen und unsere frühlingshafte Treueaktion runden das Heft ab. Also schauen Sie rein.

Ihr *Matthias Böttjer*

Unsere Themen für Sie:

Klimafasten – für Sie und unsere Umwelt

Produkt- und Rezeptempfehlungen

Böttjers Heimatküche

Rezepte unserer Kunden

Leckerer Osterschmaus

Empfehlungen unserer Mitarbeiter

www.edeka-boettjer.de

EDEKA

Klimafasten – für die Umwelt und Ihr Wohlbefinden

40 Tage vor Ostern wird gefastet. Im eigentlichen traditionellen Sinne bezieht sich das Fasten auf den Verzicht von Fleisch bis zum Osterfest. Allerdings kann das Fasten viel weiter gefasst werden. So entstand eine Bewegung, die unsere Umwelt in den Fokus rückt. Ein wichtiger Aspekt – auch für die Märkte von EDEKA Böttjer.

Das Klimafasten besagt, dass über den Fastenzeitraum nicht nur auf Fleisch, sondern auch auf die Verwendung klimaschädlicher Tätigkeiten verzichtet werden sollte. Als gemeinsame Initiative verschiedener Kirchenverbände startete das Projekt. Mit dem biblischen Leitsatz „So viel du brauchst“ regt die Fastenaktion dazu an, sich Zeit zu nehmen, das eigene Handeln im Alltag zu überdenken, Neues auszuprobieren und so etwas zu verändern. Beispiele sind, bewusster zu kochen und zu essen, anders unterwegs zu sein oder anders mit dem eigenen Geld umzugehen. Auch das sind Impulse der Fastenaktion für Klimaschutz und Klimagerechtigkeit. Es geht darum, zu erfahren: „Klimafasten tut Leib und Seele gut, lässt uns achtsamer werden, weitet den Blick, bereitet auf Ostern vor und verändert mich und die Welt“, so beschreibt es das Institut für Kirche und Gesellschaft der EKvW, der Betreiber der Internetseite klimafasten.de.

Auszug aus dem Klimafasten

Die etwas andere Zeit-

7 Wochen für Klimaschutz und Klimagerechtigkeit

Tipps und Anregungen:

- *Spaziergänge unternehmen mit allen Sinnen*
- *einen Tag ohne Handy und Internet verbringen*
- *öfter mal das Auto stehen lassen und mit dem Rad fahren*
- *sich Zeit nehmen zum Kochen und Genießen*
- *mit Kindern Kräuter in einen Topf aussähen und später ernten und essen*
- *mit regionalen Produkten kochen*
- *die Wäsche auf der Leine trocknen*
- *Treppen steigen statt Aufzug fahren*

Auch der WWF (World Wide Fund for Nature) – der EDEKA-Partner für Naturschutz – „fastet Klima“. „Klimafasten. Einfach mal auf Klimaschädliches verzichten. Die Idee kam bei uns im WWF sehr gut. Die Fastentradition passt einfach zum Klimaschutz und damit zum WWF!“, so die Internetseite.

Da ist auch EDEKA Böttjer dabei. Denn hier kann ebenfalls auf einiges geachtet werden. Ein besonderes Augenmerk auf die ökologisch produzierten Lebensmittel aus der Region zu lenken, ist bereits ein Teil, den man leisten kann. Viele Produkte mit dem WWF-Panda leisten zudem ihren Beitrag zum Klima- und Umweltschutz.

„Halten Sie Ausschau nach Produkten mit dem Panda und gehen Sie den Lebensmitteln auf den Grund. Unsere Mitarbeiter stehen gerne mit Rat und Tat zur Seite“, so Christina Oevermann.
Jede und jeder von uns hat die Möglichkeit, im Kleinen wie im Großen, alleine oder in Gemeinschaft das eigene Leben klimafreundlicher zu gestalten.

Klimaschonend kochen und genießen

Tipps und Anregungen:

-regionale Produkte kaufen (kurze Transportwege)
-saisonales Obst und Gemüse verwenden
-wenig Tiefkühlprodukte
-Rezepte mit wenig Energieverbrauch bei der Zubereitung wählen

Rezeptidee Lauchquiche für 4 Personen:

Mürbeteig:	*Belag:*	*Guss:*
200 g Weizenmehl	800 g Lauch	200 g Sahne
1 Ei	Butter für die Pfanne	4 Eier
½ TL Salz	Salz & Pfeffer	100 g geriebener Emmentaler
5 EL Milch	Muskat	Salz & Pfeffer
80 g Butter	½ TL Kümme	

Zubereitung:
Aus den Zutaten für den Mürbeteig einen glatten Teig kneten, ausrollen und damit eine gefettete Quicheform auslegen. Den Boden mindestens eine halbe Stunde kühl stellen. Den Lauch in Scheiben schneiden. Den Lauch in etwas Öl dünsten, mit Salz, Pfeffer, Muskat und Kümmel würzen. Den Lauch auf dem Quicheboden verteilen. Sahne, Eier und Käse mischen, mit Salz und Pfeffer pikant würzen und über den Lauch gießen. Die Lauchquiche im Ofen bei 200°C etwa 50 Minuten backen.

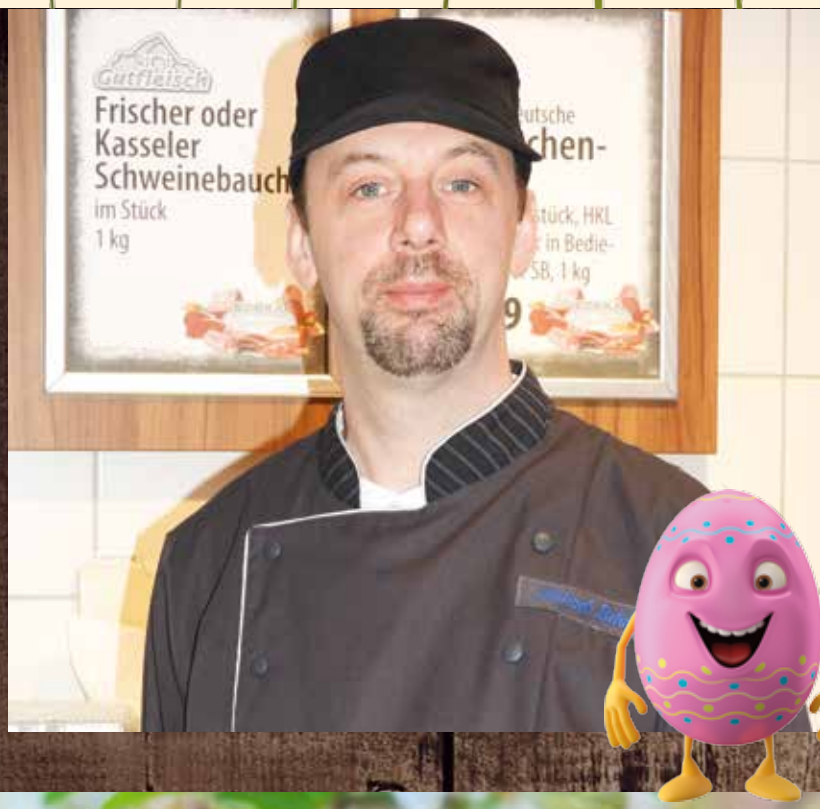
Die Lauchquiche schmeckt heiß, lauwarm oder kalt. Idealer Beitrag zu einem Buffet. Wer viele Personen sättigen möchte, verwendet am besten statt mehrerer Quichformen ein oder mehrere Backbleche. Dann braucht man eher mehr Teig und etwas weniger Lauch und Guss, da der Rand bei einem Blech meist nicht so hoch ist und man die Füllung dementsprechend weniger hoch einfüllt.

Nur das Beste zum Feste – Tipps von den Fleischtheken

Das Osterfest rückt näher und es stellt sich die Frage: „Was wollen wir essen“. Die passenden Empfehlungen haben die Mitarbeiter der Fleischtheken von EDEKA Böttjer parat. Sie haben das Gespür, die Erfahrung und die Kreativität, die Sie Ihnen gern mit auf den Weg geben möchten.
Aus diesem Grunde stellen Ihnen Thorsten Bruns aus Bremervörde und Michael Behnken aus Selsingen Ihre Klassiker und Alternativen vor, die ihrer Meinung nach ein toller und schmackhafter Festbegleiter für die Ostertafel sind.

Michael Behnken und das Kikok-Hähnchen

Es gibt auch schöne leichte Alternativen in unserer Theke. Da sticht zum Beispiel das Kikok-Hähnchen besonders hervor. Allein durch seine gelbe Färbung ist es ein Augenfang. Diese entsteht durch das gesunde Futter, das zu 50 Prozent aus gesundem Mais und aus Weizen besteht. Das schlägt sich auch in dem Geschmack nieder. Außerdem kommt das sehr langsame Wachstum dem Aroma des Kikok zugute. Und während dieser verlängerten Lebenszeit haben die Hühner alle Möglichkeiten für Frischluft, Auslauf und dem Nachgehen Ihrer Instinkte – auch das hat positive Auswirkungen auf den Geschmack sowie die Konsistenz. Zu guter Letzt isst das Gewissen mit, denn die Hähnchen werden nach Tierwohl Richtlinien, ohne Antibiotika und durch regionalen Kikok-Aufzüchter nach klaren Regeln gehalten. Und dann kann der Gaumen mit gutem Gewissen verwöhnt werden, denn es stammt aus einer guten Herkunft, ist leicht, steckt voller guter Inhaltsstoffe und bietet einen vorzüglichen Geschmack. Der Vielfalt der Verwendung sind kaum Grenzen gesetzt. Ich empfehle, das Hähnchen als Ganzes zu backen und eine leichte Beilage zu reichen. Das passt wunderbar in den Frühling.



Thorsten Bruns und der Osterklassiker Lamm

Wenn es auf Ostern zugeht führt an dem Lammfleisch kaum etwas vorbei. Viele mögen das spezielle Aroma nicht, aber ich kann sagen: Das neuseeländische Lammfleisch ist wunderbar mild und dennoch authentisch. Da können Liebhaber wie Skeptiker gern zugreifen. In der Auslage bieten wir die ganze Bandbreite der Lammköstlichkeiten an: Krone, Lachse, Braten oder Filet. Diese eignen sich dann für die verschiedensten Gerichte. Zum Beispiel eignen sich die Lammlachse wunderbar zum Kurzbraten und werden schön zart. Der Braten ist langsam gegart und garniert mit frischen Kräutern ein Gedicht. Außerdem funktionieren Koteletts aus der Krone und Lachse wunderbar auf dem Grill. Denn den kann man nach Meinung des Fleischers ruhig schon mal anmachen zu Ostern.

Sonst gilt: Weniger ist mehr. Meist genügt es, das Fleisch nur wenig zu würzen. Ein leichtes Salzen und Pfeffern ist ausreichend und bringt die Aromen optimal zur Geltung. Um dem Gericht ein mediterranes Flair zu verleihen, ist Rosmarin ideal. Eine Kräuterbutter dazu gibt ebenfalls ein tolles Aroma. Lassen Sie sich am besten vor Ort beraten.

Ganzes Kikok-Hähnchen

Zutaten für ca 4-5 Personen:

1 Kikok-Hähnchen (ca. 1,4 kg)
60 g verschiedene Kräuter (z. Bsp. Petersilie, Thymian, Basilikum, 1 Stängel Melisse)
6-7 Stängel frische Petersilie
1,5 Knoblauchzehe
80 g weiche Butter (oder Margarine)
etwas Salz
etwas Pfeffer
¼ TL Chilipulver

Zubereitungszeit: ca. 90 Minuten

Zubereitung:

Ofen vorheizen (ca. 200 °C bis 220 °C). Hähnchen innen und außen putzen, sorgfältig trocken tupfen. Haut vorsichtig und leicht mit den Fingern oder dem Kochlöffelstiel vom Fleisch lösen (dabei aber nicht abtrennen). Gemischte Kräuterauswahl waschen, trocken schütteln. Blätter von den Stängeln zupfen, sehr fein hacken. Petersilie abspülen, ganz lassen und abtupfen. Knoblauch abziehen, schälen und pressen. Etwa 50 g Butter in einem Schälchen salzen, pfeffern. Gehackte Kräuter und Knoblauch mit einer Gabel gründlich unterrühren. Behutsam Kräuterbutter unter der Hähnchenhaut geben, dort durch leichtes Drücken oder Massieren von außen möglichst gleichmäßig verteilen und ebenfalls auf der Brust und den Keulen einarbeiten. Hähnchen innen salzen und pfeffern. Im Anschluss Petersilie in den Bauch stecken. Keulen und Flügel nach Belieben mit Küchengarn verbinden. Übrige Butter bei mittlerer Hitze schmelzen, Salz, Pfeffer und Chili hinzugeben. Hähnchen damit rundherum bestreichen, nochmals würzen. Hähnchen auf einen Backrost setzen (Brustseite nach oben), dann in den Ofen schieben (mittlerer Einschub, Umluft 180 °C). Ein Blech als Tropfschutz unter den Rost geben. Huhn mindestens für 50 Minuten bis eine Stunde garen. Währenddessen ein- bis zweimal mit der übrigen Kräuterbutter oder Bratenflüssigkeit bestreichen.

Ist das Hähnchen schon durchgegart?

Wer die Antwort auf diese Frage erhalten möchte, kann mit einem spitzen Messer am Keulenansatz leicht einstechen. Das Hähnchen ist fertig, wenn der austretende Bratensaft klar (und nicht mehr trübe) ist.

Was passt zum Hähnchen?

Abrunden lässt sich der Hähnchen-Genuss mit einem Spritzer frischer Zitrone. Doch auch klassiche Beilagen schmecken hervorragend zum Geflügel. Ideale Ergänzungen zu diesem würzigen Kikok-Hähnchen ist ein knusprig-frisches Baguette sowie ein frischer, grüner Salat. Verfeinert mit frischen Tomaten und Gurken und schon ist die Speise bereit.

Lamm-Spieße vom Grill

Zutaten für ca 4 Personen:

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten (+Wartezeit)

850 g Lammlachse (alternativ Lammnacken)
1 TL Kreuzkümmel
1,5 Knoblauchzehen
1 EL getrocknetes Oregano
TL Paprikapulver
etwas Meersalz
1 EL Rohrohrzucker
120 ml Orangensaft
4 EL Olivenöl
etwas Pfeffer
3 Paprika (rot, gelb, grün)
2 kleine Schalotten
außerdem:
Metallspieße
Gefrierbeutel

Zubereitung:

Für die Marinade: Kreuzkümmel in einer Pfanne fettfrei rösten, danach im Mörser grob zerstoßen. Knoblauchzehen abziehen, sehr fein hacken. Kreuzkümmel, Knoblauch, Oregano, Paprikapulver, 1 TL Meersalz, Zucker, Orangensaft und Olivenöl in einer Schüssel gründlich vermischen. Mit etwas Pfeffer würzen.

Lammfleisch waschen, abtupfen und ca. 3 – 4 cm groß würfeln. Fleisch mit der Marinade in einen großen Gefrierbeutel füllen. Beutel sorgfältig verschließen, alles über Nacht im Kühlschrank marinieren lassen.

Im Anschluss Fleisch in einem Sieb abtropfen. Paprika putzen, in je 12 bis 16 Stücke schneiden. Schalotten abziehen, ebenfalls zerkleinern. Fleisch und Gemüse abwechselnd auf mindestens 4 Spieße stecken.

Vorbereitete Spieße rundum mit Meersalz bestreuen. Danach auf dem heißen Grill für 10 bis 13 Minuten von allen Seiten garen. Heiß anrichten und servieren.

Dazu passen neben frischem Baguettebrot auch raffinierte Tortillafladen mit einem würzigen Gemüseaufstrich.

Alternativer Genuss:

Wer neben der klassischen Gemüsevariante eine spritzige Kreation probieren möchte, der kann zu frischen Limetten greifen und diese abwechselnd mit dem Lammfleisch aufspießen!
grüner Salat. Verfeinert mit frischen Tomaten und Gurken und schon ist die Speise bereit.

EDEKA Böttjers Osterknüller

Bahlsen Selection
500-g-Packung
(1 kg = 9.98)

4.99

DeBeukelaer Feine Bäckerei
versch. Sorten
z. B. Mandelhörnchen
100-g-Packung

1.99

Lindt Goldhase
100-g-Stück

2.99

EDEKA

Lieblingsstücke Pralinen-mischung
200-g-Packung
(100 g = 1.50)

2.99

EDEKA

Meeresfrüchte
250-g-Packung
(100 g = 1.-)

2.49

Kinder Überraschung Maxi
100-g-Packung

2.99

Michel Rolland Bordeaux AOP
trockener Rotwein
0,75-l-Flasche
(1 Liter = 10.65)

7.99

EDEKA

Tortenpfirsiche
in Schnitten
820-g-Dose
(1 kg = 2.30)

1.89

EDEKA

Pfifferlinge
mittel
330-g-Glas
(100 g = 1.-)

3.29

Neu bei Böttjer

Seit 1925 steht Wela als einer der herausragenden Hersteller für unverzichtbare Küchenzutaten. So auch die Wela-Brühen, die pur, verfeinert mit weiteren Ingredienzien oder aber als Gewürz für Saucen und andere Speisen ideal sind. Auch bei Wela ist der Nachhaltigkeitsgedanke fest in der Firmenphilosophie verwurzelt. So entstehen feine Bouillons ganz ohne Fleisch. Vorzüglich milde Trinkbrühe und edle Basis für schmackhafte Suppen. Genuss Pur in jeder Küche!

Aus unserer Region

Produkte aus der Region

Roose
10 Zevener Kloster-Würstchen
680-g-Dose (1 kg = 8.81)

Was einst direkt in Zeven entstand, wurde 2007 von der „Bley … beste Wurst“ übernommen. Die Rezepturen sind aber seit jeher die gleichen. Und die Firma Bley produziert die Zevener Wurst nun wie eh und jeh nur mit höchsten Hygiene- und Verarbeitungstechniken. Der Geschmack außergewöhnlich lecker und knackig. Beste Wurst aus der Region.

5.99

Vörder Seefee
Nusslikör 24% Vol.
0,5-l-Flasche
(1 Liter = 29.98)

Die „Vörder Seefee“ heißt der offizielle Bremervörder Likör. Benannt nach dem Vörder See im Ort und hergestellt direkt in der Region mit feinstem Kartoffelschnaps. Den gibt es als feinsten Nusslikör mit fantastischem Aroma.

14.99

Kück‘s
Milch & mehr
Schokoladenmilch
240-ml-Becher (100 ml = 0.25)

Die tagfrische Milch glücklicher und gut ernährter Kühe wird schonend cremig gerührt. Durch den Zusatz von Molke und ohne die im Joghurt üblichen Verdickungsmittel, entsteht der Trinkjoghurt. Die frische Vollmilch verfeinert mit Kakao bildet ein leckeres Milchgetränk. Tipp: Schokoladenmilch ist auch warm ein wahrer Genuss.

0.59

Walter Böttjers Erinnerungen

Heute: Einkauf in drei Häusern

Wer erinnert sich noch an die Tankstelle in der Alten Straße?
Ja, bis 1985 gab es dort, wo jetzt „Wülperns Spielparadies“ viele kleine und große Kunden anlockt, einen Baumarkt mit Tankstelle. Doch die Raiffeisen-Warengenossenschaft (RWG) brauchte mehr Platz und zog auf das Gelände gegenüber dem Bahnhof. Da auch wir dringend mehr Platz brauchten, verhandelten wir mit der RWG. Wir wurden uns einig und konnten das Gebäude (heute der rechte Giebel des Spielzeugladens) und die Tankstelle übernehmen.
Zum Tankwart fühlten wir uns allerdings nicht berufen, aber das Gebäude konnten wir sehr gut gebrauchen. Also wurde die Tankstelle abgerissen, um Platz für Parkplätze zu gewinnen. Wie aber konnten wir das Gebäude sinnvoll nutzen? Welche Sortimentsteile hatten den größten Platzbedarf? So reifte der Gedanke, Glas, Porzellan und Geschenkartikel dorthin auszugliedern. Dazu sollten auch Reinigungsmittel, Kosmetik und sonstige sogenannte Nonfood-Artikel in dem Gebäude angeboten werden. Und wer erinnert sich noch an „Kerstins Reformecke“? Eigentlich war das der allererste Bio-Laden weit und breit, liebevoll geführt von Kerstin Langhage.
Mit den genannten Sortimentsteilen wurde auch meine Frau Brigitte dorthin „ausgegliedert“. Sie war also die erste aus unserer Familie, die „über die Straße“ musste. Mit viel Liebe und Energie hat sie mit ihren Mitarbeiterinnen das „Haus Gegenüber“ erfolgreich geführt und betrieben. Der Name „Haus Gegenüber“ wurde in Selsingen und weit darüber hinaus zu einem festen Begriff.
Rechtzeitig zu Ostern 1986, genau ab dem 13. März konnte man bei Böttjer in 3 Häusern einkaufen:
Im EDEKA – Aktivmarkt, im Getränkemarkt und im „Haus Gegenüber“
Aber es gab auch Kritik: „Wat, wegen een Stück Seep schall ick nu ok noch över de Stroot lopen?
Mit der Zeit hat man sich daran gewöhnt. Viele sahen auch schnell die Vorteile: Erst die Lebensmittel, dann die Getränkekisten (oder umgekehrt) und zuletzt ins „Haus Gegenüber“. Dort schaute man sich in Ruhe im Porzellan und Geschenkebereich um, ließ sich ggf. fachkundig beraten und erfüllte sich vielleicht den langgehegten Wunsch nach einem neuen Tafelservice.
Ab 1990 ging es dann anders herum: Die Lebensmittel zogen nach einer Erweiterung der Fläche in die Alte Straße und das „Haus Gegenüber“ (später „Böttjer Gegenüber“) zog in die erste Reihe an die Hauptstraße. Doch davon in meinen nächsten Erinnerungen.

NEU

Böttjers Heimatküche

Sie erinnern sich sicher an die Aktion in unserer vergangenen Marktzeitung. Dort rief EDEKA Böttjer dazu auf, dass Sie Ihre persönlichen Lieblingsrezepte verraten. Das Motto: „So schmeckt meine Heimat“. Nun möchte EDEKA Böttjer einige in den kommenden Zeitungen gern mit Ihnen allen teilen. Die Reise durch die Küchen der Region beginnt mit dem Rezept von Daniela Schmidt. Passend zum Hauptthema Klimafasten geht es um Pfannkuchen. Die wenigen Zutaten entsprechen den Ratschlägen dieser ganz besonderen Fastenzeit. Außerdem sind die Hauptzutat die Eier und die gehören zu Ostern, wie der Hase. Hier das Rezept:

Pfannkuchen von Oma Ilse (von Daniela Schmidt)

Dauer: 20 Minuten

Zutaten

3 Eier
4 EL Mehl
1 Pck Vanillezucker
1 Joghurt
3 TL Zucker
Milch
1 Prise Salz
etwas Öl

Zubereitung:

Trennen Sie zunächst die Eier. Vermischen Sie nun die Eigelbe mit dem Zucker. Rühren Sie Salz und Vanillezucker unter die Masse. Jetzt geben Sie 1 EL Mehl und den Joghurt hinzu. Verrühren Sie alles gleichmäßig und vermengen es dabei nach und nach mit dem weiteren Mehl und Milch, bis der Teig schön cremig ist. Das Eiweiß schlagen Sie schaumig und heben es unter den Teig. Lassen Sie Öl in einer Pfanne heiß werden und füllen Sie portionsweise den Teig ein. Die Pfannkuchen nun von beiden Seiten goldbraun backen.

Mein Tipp:

Dazu passen frische Früchte, Marmelade, Honig und Nutella.

Daniela Schmidt aus Sandbostel wünscht viel Spaß beim Backen.

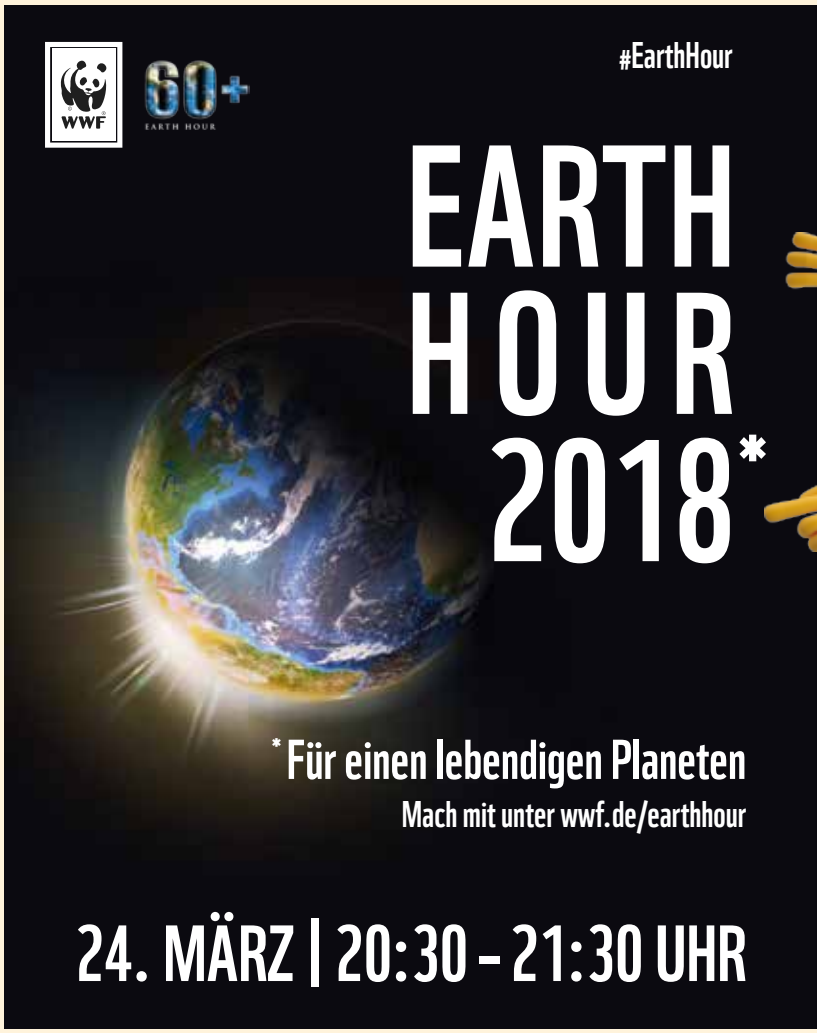
Sie möchten Ihr Rezept ebenfalls mit den Kunden teilen?
Dann senden Sie es gern an info@boettjer-selsingen.de mit dem Betreff: „Böttjers Heimatküche“ oder geben Sie es in unseren Märkten ab. Es würde uns freuen, wenn wir auch ein schönes Bild von Ihnen bei der Zubereitung zeigen dürften. Vermerken Sie Ihre Zustimmung bitte bei dem Rezept. Wir freuen uns auf Ihre kreativen und köstlichen Ideen.

EDEKA und WWF: Partner für Klimaschutz

Hand in Hand agieren EDEKA und der WWF für das Klima. Dabei folgt das Unternehmen wie auch die Stiftung der Philosophie einer Reduzierung des Treibhausgas-Ausstoßes, um immer umweltbewusster und nachhaltiger zu werden. Woher kommt dieser Antrieb?

Der vom Menschen verursachte Klimawandel wird, wenn er ungebremst bleibt, verheerende Auswirkungen haben. Den Treibhausgasausstoß zu vermindern, ist der Weg, die Folgen des Klimawandels zu begrenzen. Zum Klimaschutz hat EDEKA den eigenen Treibhausgas-Fußabdruck erfasst und arbeitet kontinuierlich an seiner Verringerung. Seit 2012 hat EDEKA mit dem WWF einen starken Partner für Nachhaltigkeit an der Seite:
Der World Wide Fund For Nature (WWF) setzt sich für die Bewahrung der biologischen Vielfalt ein – für einen lebendigen Planeten für uns und unsere Kinder. Der Kern der Partnerschaft ist der gemeinsame Wunsch, Umwelt und Ressourcen zu schützen und für kommende Generationen zu bewahren.
EDEKA und WWF haben acht Hauptthemen bestimmt, die eine besonders große Bedeutung für unsere Sortimente und weitreichende Auswirkungen auf die Umwelt haben: Fisch und Meeresfrüchte, Holz/Papier/Tissue, Palmöl, Soja, Süßwasser, Klima, Verpackungen (seit 2015), Beschaffungsmanagement (seit 2017).
WWF berät EDEKA zu allen Themenfeldern wissenschaftlich fundiert und es sind klare, anspruchsvolle Ziele definiert, deren Umsetzung durch unabhängige Wirtschaftsprüfer regelmäßig geprüft wird. Die beiden Partner sind über die genannten Themenfelder hinaus auch engagiert für die Förderung von Bio-Produkten. Denn Bio-Produkte mit anerkanntem Siegel sind für die Umwelt eine gute Wahl.

Klimaschutz betrifft uns alle
Klimaschutz im Alltag ist auch Aufgabe für jeden Einzelnen. Das Klimafasten (Seite 2 und 3) ist ein Mittel seinen Beitrag zu leisten. Doch Fasten bezieht sich wie gesagt, nicht nur auf eine reduzierte Ernährung, sondern kann auch dem Klima zuträglich genutzt werden. Denn der private Konsum ist über seine unterschiedlichen Einflüsse für mehr als 40 Prozent der Pro-Kopf-Emissionen an Treibhausgasen verantwortlich.
Mehr Informationen zu den Themen Klima, Klimawandel und Klimaschutz finden Sie zudem auf den Seiten des WWF.



Die WWF Earth Hour

Die ganze Welt im Zeichen des Klimaschutzes.
Die Earth Hour ist eine der größten Umweltschutzaktionen der Welt. 2007, bei der ersten Aktion in Sydney, Australien, löschten über 2,2 Millionen Menschen die heimischen Lichter, um ein Zeichen für den Klimaschutz zu setzen. Über die Jahre erreichten die Earth Hour und die Idee dahinter immer mehr Menschen. Im vergangenen Jahr wurde ein neuer Rekord verzeichnet, indem es in über 7. 000 Städten und Gemeinden in 162 Ländern, ob in Wohnungen, Eigenheimen oder an Sehenswürdigkeiten, für 60 Minuten dunkel wurde. „Weiter so“ heißt es auch 2018, wenn alle eingeladen sind, am 24. März zwischen 20.30 und 21.30 Uhr MEZ (gern auch länger) ihre Lampen auszuschalten. „Helfen Sie mit: Aus Liebe zu unserer Erde.“

Foto: National Geographic Stock Sarah Leen

EDEKA Böttjer präsentiert Veranstaltungen in Bremervörde und Selsingen für den März 2018

Selsingen

Dienstag, 20. März, ab 19.00 Uhr
Frühling im Weckglas
Landfrauenverein Rhade, Basteln mit Kerstin Schröter
Ort: Alte Schule, Glinstedt

Samstag, 24. und Sonntag, 25. März
Frühjahrsmarkt
Ort: Selsingen, Ortskern

Donnerstag, 29. März, von 14.30 bis 15 Uhr
Bilderbuchkino
Förderverein Samtgemeindebücherei Selsingen - Eintritt kostenlos
Ort: Samtgemeindebücherei im Rathaus

Bremervörde

Samstag, 24. März, ab 20 Uhr
Plattdeutsches Theater in Bevern: „Mien WG bün Ick“
Veranstalter: Bemer Theotergrupp
Ort: Beverner Landhaus

Sonntag, 25. März und 1. April, von 9 bis 14 Uhr
Bremervörder Pflanzenmarkt
Ort: Rathausmarkt

Donnerstag, 29. März, ab 19 Uhr
Spieleabend: Skat-, Doppelkopf- und Kniffelabend
Ort: Beverner Schweiz

Einige Osterfeuer in der Region:

Samstag, 31. März, ab 19 Uhr,
Feuerwehr Parnewinkel
Ort: Altes Feld, Parnewinkel

Samstag, 31. März, ab 19.30 Uhr
Feuerwehr Ohrel
Ort: Osterberg, Ohrel

Sonntag, 01. April, ab 18 Uhr
Feuerwehr Farven

Sonntag, 01. April, ab 20 Uhr
Feuerwehr Haaßel
Ort: Twistenbosteler Weg

Sonntag, 01. April, ab 20 Uhr
Feuerwehr Lavenstedt
Ort: Seegenweg, Lavenstedt

Komm, heute backen wir! Osterlamm schnell und einfach

Zutaten für 1 Osterlamm:

250 g Butter
250 g Zucker
1 Päckchen Vanillezucker
4-5 Eier
etwas frisch geriebene Bio-Zitronenschale (alternativ: ½ Pck.)
380 g Weizenmehl
2 ½ TL Backpulver
7 EL Milch

außerdem:

1 Backform Osterlamm (alternativ 2 kleine Formen à ca. 0,7 l)
etwas Fett und Paniermehl für die Backform

Zubereitung:

1. Backofen bei 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen.
2. Butter in einer Schüssel schaumig rühren, Zucker und Vanillezucker dabei einrieseln lassen. Eier einzeln jeweils eine Minute lang unterrühren, danach geriebene Zitronenschale hinzugeben. Zuletzt nach und nach gesiebtes Mehl, Backpulver sowie Milch einarbeiten.
3. Im Anschluss Backform ggf. zusammensetzen, gründlich fetten, mit Paniermehl ausstreuen. Fertig gerührten Teig in die fixierte Form füllen. Im Ofen für ca. 40 – 45 Minuten garen. Kurz abkühlen lassen, Figur vorsichtig aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter erkalten lassen.

Raffiniert verfeinert:
Wer Lust hat, sein Osterlamm nach eigenen Vorstellungen im Handumdrehen zu verzieren, der kann zu Rosinen, Puderzucker, Nüssen oder Backperlen greifen. Aber auch mit einer schicken Schleife um den Hals, wird der Leckerbissen zum wahren Hingucker auf dem Kaffeetisch!

Rund und bunt – Ostereier mal anders

Hühnereier auspusten und farbenfroh gestalten, na klar! Das gehört zu jedem Osterfest dazu. Doch kleine Bastelfreunde können in diesem Jahr auch anders kreativ werden. Dazu einfach gemeinsam mit einem Erwachsenenen zu Nadel Faden, Filz und Co. greifen und schon kann es los gehen!

Benötigt werden:

- 1 Stift
- etwas Pappkarton
- Schere
- Nadel
- Faden
- farbige Filzstücke (z. Bsp.in Gelb, Grün, Rot, Blau)
- etwas Watte

1. Auf einem Stück Pappkarton die Umrisse eines Eies in der beliebigen Größe aufzeichnen. Die Schablone vorsichtig und gleichmäßig ausschneiden, auf ein farbiges Stück Filz legen und einen sauberen Strich um die Pappe herum ziehen. Ausgeschnitten ergibt das die eine Seite des Eies. Für die andere Seite genauso auf einem weiteren Stück Filz (in der gleichen oder einer anderen Farbe) vorgehen.
2. Nun die beiden Ei-Seiten passgenau mit etwas Watte dazwischen aufeinanderlegen und mit Nadel und Faden zusammen nähen. Dabei die Stiche in gleichen Abständen setzen. Fertig ist das Filz-Ei.

Aufgepasst: Finden viele dieser Eier in bunten Farben zusammen in einem Osterkorb Platz, sind sie ein toller Blickfang oder ein ausgefallenes Ostergeschenk!

Böttjers große Ostereier-suche

Finden Sie heraus, wie viele lachende Ostereier sich in dieser Zeitung verstecken, und gewinnen Sie tolle Preise zum Osterfest!

Ostern und seine Traditionen. Eine davon ist es, versteckte Ostereier wieder aufzuspüren. Und irgendwie haben sich sogar in dieser Ausgabe überall lustig grinsende Ostereier verborgen. Wenn Sie durch die Seiten blättern und aufmerksam suchen, entdecken Sie sie. Finden Sie alle?
Nichts wie ran an die Seiten dieser Zeitung, genau schauen, durchzählen und Ihr Ergebnis in diesen Coupon eintragen. Bitte füllen Sie auch Ihre Daten aus und geben Sie den Coupon bis zum 31.03.2018 im Markt ab. Das Team lost dann die Gewinner aus den Einsendungen mit der richtigen Antwort aus. Mit etwas Glück können Sie einen tollen Preis gewinnen.

Es locken je ein 50-Euro-Einkaufsgutschein für Selsingen und Bremervörde. Gerade richtig für Ihre Ostereinkäufe, oder?

VIEL ERFOLG wünscht das EDEKA-Böttjer-Team!

Lösung: _____ Eier

Name: _____

Adresse: _____

Telefonnummer: _____

Teilnehmen kann jeder ab 18 Jahre, ausgenommen sind EDEKA-Mitarbeiter und deren Angehörige. Den ausgefüllten Coupon in einen unserer EDEKA-Böttjer-Märkte abgeben. Einsendeschluss ist der 31.03.2018. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung. Datenschutzhinweis: Wir weisen Sie darauf hin, dass Ihre Angaben 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.

FISKARS®

Sammeln. Punkten. Sparen.

Bis zu **55 %** Treuevorteil

Treueaktion für Küche & Garten

- ✓ Treuepunkte sammeln
- ✓ Bis zu 55 % auf ausgewählte Fiskars-Produkte sichern
- ✓ Aktion bis 27.05.2018 gültig

Je 5 € Einkaufswert erhalten Sie bei EDEKA Böttjer bis zum 27.05.2018 einen Treuepunkt. Kleben Sie die Punkte in Ihr Sammelheft ein. Bereits für 20 gesammelte Punkte erhalten Sie einen Fiskars-Treueartikel mit bis zu 55 % Preisersparnis. Volle Sammelhefte können bis zum 09.06.2018 eingelöst werden.

Treuepunkte aus anderen Aktionen haben keine Gültigkeit. Eine Barauszahlung der Treuepunkte ist nicht möglich. Sollten aufgrund unvorhergesehener Ereignisse Treueartikel nicht mehr verfügbar sein und auch nicht in einem angemessenen Zeitraum nachgeliefert werden können, behalten wir uns vor, diese gegen mindestens gleichwertige andere Artikel zu ersetzen. Die Treueartikel sind von Rabattaktionen ausgenommen. Tabakwaren, Verlagserzeugnisse, Pfand, Telefonkarten, Tchibo-Produkte und Geschenkgutscheine sind vom Umsatz ausgenommen und werden von der Kasse automatisch abgezogen.

Freuen Sie sich in der nächsten Ausgabe unter anderem auf folgende Themen:

Saisonhit Spargel

Veranstaltungstipps aus der Region

Tipps für Hobbygärtner

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 aktuell
Einkaufen erleben!

Auflage: 19 000 Exemplare

Kostenlose Zustellung jeden ersten Sonntag im Monat 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
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:
Alina Kaupert
Tel.: (0 53 32) 96 86-45
Fax: (0 53 32) 96 86-58
E-Mail: info@proexakt.de

Anzeigenberatung
Christian Mack
Tel.: (0 53 32) 96 86-433
Fax: (0 53 32) 96 86-51
E-Mail:
marktzeitung@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. 1 800 000 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!