

Süllaus GENUSS-SEITEN®

Frische, Vielfalt, Vertrauen

Fröhliche Ostern!



LIEBE KUNDEN,

endlich beginnt wieder die Spargelzeit! Wir halten Sie bei der Stange und bieten Ihnen in den nächsten Tagen das Königsgemüse von Familie Kaiser aus Salem an, auf Wunsch auch geschält. Manuela Kaiser hat ein leckeres Spargelrezept für Sie ausgewählt, das Sie auf Seite 9 unserer Zeitung finden.

Wir empfehlen Ihnen auch unseren selbst gemachten Frischkäse, den die Teams unserer Käseabteilungen nach eigenen Rezepturen mit ganz viel Liebe für Sie herstellen. Auf Seite 8 erfahren Sie mehr zu den streichartigen Verführungen aus unserer Ideenküche.

Ernährungsberaterin Corina Wietelmann gibt Ihnen auf den Seiten 10 und 11 Tipps rund um das Thema Zöliakie und hat ein Rezept für Sie zusammengestellt, das Ihnen einen glutenfreien Genuss schenkt.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen.

Ihre Familie Süllau



Spüren Sie es auch mit allen Sinnen? Endlich ist der Frühling da! Und der Osterhase ist auch schon auf dem Sprung. Gemeinsam mit dem Nachwuchs der Kindertagesstätte Storchennest in Zarrentin am Schaalsee knetete Monique Ulbrich, stellvertretende Leiterin bei Marktkauf in Ratzeburg, kreativen Osterschmuck. Außerdem zauberte sie mit den Kindern ein gesundes Frühstück. „Der Osterhase wohnt in einem Bau im Wald und bemalt in seiner Werkstatt die Eier“, verrät uns Kita-Kind Ben Details über den hoppelnden Festboten. Impressionen unserer Mitmach-Aktion finden Sie in dieser Ausgabe unserer Zeitung.



Monique Ulbrich, stellvertretende Leiterin bei Marktkauf in Ratzeburg, zauberte mit dem Nachwuchs der Kita Storchennest am Schaalsee kreative Ostereier

Alles, was Sie für Ihre Oster-tafel benötigen, erhalten Sie in unseren Märkten. Volker Koop, Leiter unserer Fleischabteilung bei Marktkauf, legt Ihnen zum Fest unsere zarten Lamm-spezialitäten ans Herz. Und falls Sie

sich am Karfreitag traditionell etwas „Meer“ gönnen möchten, hat unser Fisch-Fachmann Michael Christen-Mirow am mobilen Fisch-tresen bei Marktkauf maritime Delikatessen für Sie.

Die gesamten Teams von EDEKA Süllau und Marktkauf Süllau wünschen Ihnen, liebe Kunden, ein fröhliches Osterfest mit zahlreichen Genussmomenten.

<p>leev-Apfelsaft versch. Sorten je 0,7-l-Flasche (1 Liter = 3,56)</p> <p>SUPER-KNÜLLER 2.49</p> 	<p>Lammlachse 100 g</p> <p>SUPER-KNÜLLER 3.49</p>  <p>Mehr dazu auf Seite 12!</p>	<p>Frischkäse aus eigener Herstellung versch. Sorten je 100 g</p> <p>SUPER-KNÜLLER 1.79</p> 
<p>Feinkost Popp Hummus versch. Sorten je 160-g-Becher (100 g = 0,93)</p> <p>SUPER-KNÜLLER 1.49</p> 		

Monique Ulbrich knetete mit Kindern der Kita Storchennest

„Der Osterhase bemalt Eier in seiner Werkstatt“

Eifrig formten sie Knete zu orangefarbenen Armen und Beinen, zitronengelben Ohren und knallroten Nasen: Kinder der Kindertagesstätte Storchennest aus Zarrentin am Schaalsee zauberten gemeinsam mit Monique Ulbrich, stellvertretende Leiterin von Marktkauf in Ratzeburg, kreative Kunst aufs Styropor-Osterei. Vorher hatte unsere Mitarbeiterin Hand in Hand mit den kleinen Nachwuchskünstlern ein gesundes Frühstück zubereitet. „Wir haben unter anderem exotische Früchte, Bananen, Gurken und Tomaten aufgetischt und Spieße gemacht“, erläuterte sie. „Hmmm, die Ananas war lecker“, fand Oskar. Das konnten Nela und Leni nur bestätigen. „Melone mag ich besonders gern“, betonte Leni. Liebevoll verzierten die Kinder ihre Ostereier mit bunter Knete, sangen dabei voller Inbrunst das Lied vom „Hoppelhasen Hans“: „Hoppelhase Hans macht heute einen Tanz. Seht mal an, der kann’s!“ Wo der Osterhase lebt? Ben weiß das ganz genau. „In einem Bau im Wald. Die Eier holt er aus dem Hühnerstall. Dann bemalt er sie in seiner Osterhasen-Werkstatt.“

Die Wünsche an den Osterhasen stehen bei vielen Kindern schon fest. Ganz weit vorn

liegen Schokolade, CDs und Bücher. „Der Osterhase muss ja ganz viele Kinder beschenken. Wie der das wohl immer schafft?“, fragte sich Paul, wie es

„Das hat Spaß gemacht“, sagte Melina. „Unsere Ostereier sehen sooo schön aus.“ Stolz zeigten die Kinder auch ihre mit Tusche gemalten Osterhasen, die zahl-

Mitarbeiterin und die enge Zusammenarbeit. „Alles, was Frau Ulbrich in unserer Einrichtung auf die Beine stellt, ist einfach toll. Wir haben mit ihr



Annabell zeigte ihr selbst kreierte Osterei



Voller Stolz präsentierte Melina ihr Werk

um die Kondition des hoppelnden Langohrs bestellt ist. Lilly betrachtete ganz versunken ihr Ostereier-Werk. „Huch, ich hab ja noch die Augen vergessen!“, rief sie plötzlich, griff nach der Knete und pappte noch zwei dicke schwarze Kugeln aufs Ei.

reich an der Wand im Flur der Kita hängen.

„Die Kinder haben wieder alle super mitgemacht“, betonte Monique Ulbrich anschließend. Renate Draeger, Leiterin der Kindertagesstätte, lobte das Engagement unserer

schon viele wunderbare Aktionen ins Leben gerufen, wie auch ‚Gemüsebeete für Kids‘. Sie ist mit ganz viel Herzblut dabei. Wir freuen uns schon auf die weiteren gemeinsamen Aktionen! Ganz herzlichen Dank an Marktkauf Süllau!“



Unsere Mitarbeiterin Monique Ulbrich lud die Nachwuchskünstler zum gesunden Frühstück ein

Oskar und Mayra verzierten mit Erzieherin Marianne Ahnseel ihre Ostereier



Monique Ulbrich und Susanne Schröder, Mama von Carl aus der Kita, freuten sich über den Appetit der Kinder



Frühlingsblüher aus unseren Blumenabteilungen für Ostern und zum Muttertag

Ein Meer aus farbenprächtigen Blüenträumen

Das triste Wintergrau ist einem zarten Grün gewichen: Hurra, der Frühling ist da! Unsere Blüenträume aus unseren Blumenabteilungen in Trittau, Bargtheide und bei Marktkauf in Ratzeburg sind das perfekte Mitbringsel für Ihre Lieben oder auch für Ihre eigene Vase. „Ich rate Ihnen für das Osterfest zu einem bunt gemischten und fröhlichen Frühlingsstrauß, zum Beispiel mit Osterglocken und Bellis“, sagt unsere Mitarbeiterin Karoline Böhnke, die für unsere Blumenabteilung bei Marktkauf in Ratzeburg verantwortlich ist.

Die goldgelben Blüten der Osterglocken zaubern Ihnen

mit ihrer leuchtenden Farbe sonnige Frühlingsgefühle. Bellis, auch „Tausendschön“ genannt, öffnet im Frühling seine rosa oder weißen Blüten. Diese Blume ist mit dem wilden Gänseblümchen verwandt. Das „Tausendschön“ macht zum Beispiel in Kombination mit Narzissen, Stiefmütterchen oder Tulpen eine gute Figur. „Gern binden wir Ihnen auch einen Strauß ganz nach Ihren Wünschen“, betont Karoline Böhnke unseren Rundum-Service. Süllaus Blumenladen taucht Ihr Zuhause in ein Meer aus bunten Farbtupfern. Wir führen zudem Pflanzenampeln und Blüenträume für

den Garten und die Terrasse. „Unser Sortiment ist dabei auch abhängig vom Wetter“, sagt Karoline Böhnke.

Zum Muttertag am Sonntag, 14. Mai 2017, empfiehlt Ihnen Karoline Böhnke als Gefühlsboten einen wunderschönen Strauß. „Ganz klassisch eignen sich natürlich rote Rosen dafür“, sagt sie. „Wir beziehen auch Freilandrosen. Außerdem bieten wir Ihnen unsere Blumenarrangements an, die wir in Handarbeit für Sie zusammenstellen.“

„Viele Männer kommen zu uns

und kaufen zum Muttertag Blumen für die Mama, Oma und Schwiegermutter“, sagt Anja Englmeier, Mitarbeiterin unserer Blumenabteilung bei Marktkauf. „Manche haben dabei ganz konkrete Vorstellungen, andere sagen ganz klipp und klar zu uns: Machen Sie mal bitte!“ Besonders rührend findet Karoline

Böhnke es, wenn am Muttertag Kinder ein Blümchen für ihre Mama kaufen möchten. „Einfach süß! Das geht so richtig ans Herz.“

Unsere Blumenabteilung bei Marktkauf in Ratzeburg hat am Muttertag, 14. Mai 2017, von 8 bis 12 Uhr für Sie geöffnet



Unser Team bindet Ihnen auch gern Sträuße ganz nach Ihren Wünschen



Unser Mitarbeiterinnen Anja Englmeier (links) und Karoline Böhnke empfehlen Ihnen zum Muttertag einen wunderschönen Strauß und ganz klassisch Rosen



Karoline Böhnke, Leiterin unserer Blumenabteilung bei Marktkauf, präsentiert Ihnen unsere farbenprächtigen Blumen



Wir haben für Sie eine Vielzahl an Pflanzen im Sortiment





Volker Koop, Leiter der Marktkauf-Fleischabteilung, stellt unser Lammfleisch vor

Eine zarte und gesunde Ostertradition

Aromatisch und herzhaft: Lammfleisch auf der Ostertafel hat eine christliche Tradition. Das Osterlamm ist das Sinnbild für den Opfertod Jesu. Entstanden ist es aus dem jüdischen Ritual, zum Passahfest in Gedenken an Gott ein Lamm zu schlachten. Symbolisch wurde das Osterlamm im Christentum zum „Lamm Gottes“.

„Unser hochwertiges Lammfleisch stammt aus Neuseeland“, erläutert Volker Koop, Leiter unserer Fleischabteilung bei Marktkauf in Ratzeburg, die Herkunft der festlichen Spezialität. „Wir bieten Ihnen unter anderem Lammlachse, Lammkeulen und Lammkronen an.“ Das zarte Lammfleisch hat ein kräftiges Aroma, ist sehr mager und enthält wertvolles tierisches Eiweiß sowie einen hohen Anteil an Mineralstoffen und

B-Vitaminen. „Ich reiche dazu gern Kroketten oder Kartoffeln“, nennt Volker Koop kulinarische Begleiter. Er selbst wird das Osterfest gemeinsam mit seiner großen Familie verbringen. „Wir sieben Geschwister feiern alle zusammen.“ Was bei ihnen auf den Tisch kommt? „Wenn das Wetter mitspielt, werden wir wohl grillen.“ Bratwurstschnecken und Entrecote legt er am liebsten auf den Rost. Aber auch Lammfleisch eignet sich für den Grill: Es bleibt beim Grillen schön zart, weil es sehr feinfaserig ist.

Wir haben in unseren Märkten eine Vielfalt an Grillspezialitäten im Sortiment, auf die wir in der nächsten Ausgabe unserer Zeitung näher eingehen werden. Volker Koop: „Bei uns ist der Grill im Sommer jeden Tag an. Einfach herrlich!“



Zu Ostern empfiehlt Ihnen Volker Koop unser zartes Lammfleisch aus Neuseeland

Volker Koop stellt Ihnen eine Auswahl unserer Grillspezialitäten vor

LAMMLACHSE MIT SPARGEL

Zutaten (für 3 Personen):

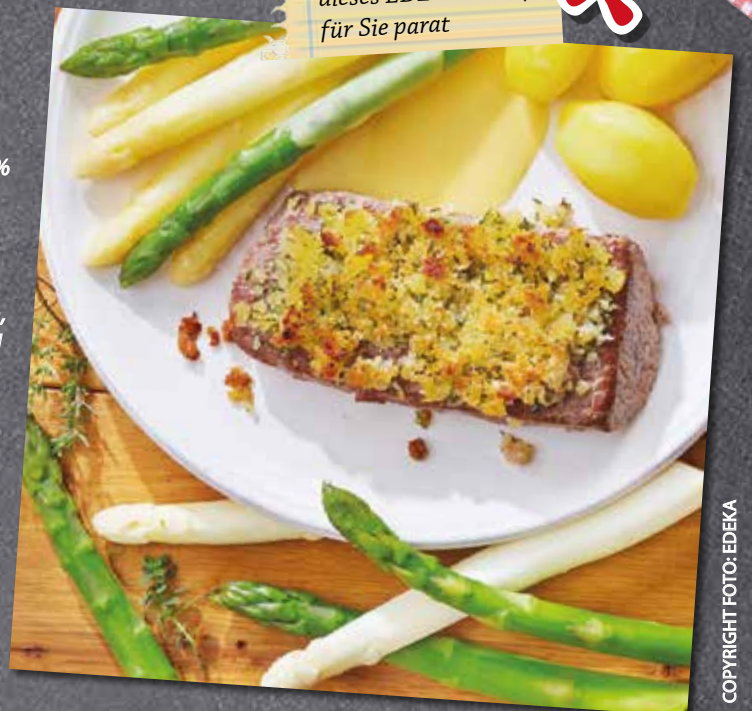
- 250 g Spargel, weiß
- 250 g Spargel, grün
- 1 Prise Zucker
- Salz
- 2 Scheiben Toast
- 3 Zweige Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- Pfeffer
- 3 Lammlachse
- 1 Knorr Feinschmecker für Sauce hollandaise „klassisch“
- 50 RAMA Cremefine zum Kochen 15%
- 50 g Butter



Zubereitung:

Weißer Spargel ganz, grünen Spargel nur am unteren Stangendrittel schälen, die Enden abschneiden. Spargelstangen in Stücke schneiden. Weißen Spargel in einen Topf geben, gut mit Wasser bedecken, Zucker und eine Prise Salz zufügen und aufkochen. Grünen Spargel zufügen und fünf bis acht Minuten garen. Spargel in einem Sieb abgießen, dabei den Spargelsud auffangen. Für die Kruste Toastbrot fein würfeln. Thymianblättchen und Rosmarinnadeln fein hacken und zufügen. Knoblauch schälen, fein hacken und zufügen. Einen Esslöffel Olivenöl zugeben und alles miteinander vermischen. Mit etwas Pfeffer würzen. Lammlachse im restlichen heißen Olivenöl von jeder Seite ca. eine Minute anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und in eine Auflaufform oder auf ein Backblech setzen. Krustenmasse auf den Lammlachsen verteilen und etwas festdrücken. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C zehn bis 15 Minuten garen.

Volker Koop hält dieses EDEKA-Rezept für Sie parat



Michael Christen-Mirow bietet Maritimes an unserem mobilen Fischtresen an

Gönnen Sie sich am Karfreitag etwas „Meer“!

Ob Zander, Forelle, Kabeljau oder Dorade: Michael Christen-Mirow, Projektverantwortlicher unseres mobilen Fischtresen bei Marktkauf in Ratzeburg, hat für Sie eine Vielfalt an maritimen Delikatessen im Sortiment. „Wir beziehen unseren Fisch von den besten Lieferanten und räuchern ihn auch samstags für Sie“, hebt er unseren zusätzlichen Service hervor. Traditionell kommt bei vielen am Karfreitag Fisch auf den Tisch. Denn er zählt nicht wie Fleisch zu den „Tieren des Himmels und Erde“ und ist somit auch an Fastentagen, wie am Karfreitag, erlaubt. Außerdem ist der Fisch ein altes Symbol, mit dem sich Christen zu erkennen geben.

Michael Christen-Mirow legt Ihnen besonders den Kabeljau ans Herz. „Zum gekochten Kabeljau passen wunderbar

Senfsoße und Kartoffeln“, nennt er eine Zubereitungsvariante. Kabeljau, ein sehr fettarmer Fisch, gilt als einer der Spitzenlieferanten des lebenswichtigen Spurenelements Jod. „Auch unser Sockeye-Wildlachs-Filet aus Alaska passt hervorragend auf Ihre Festtafel.“ Auf seiner Wanderung vom Süßwasser ins Meer legt der Wildlachs Tausende von Kilometern zurück, bevor er dann an seinen Ursprung zurückkehrt, um dort zu laichen und seinen Lebenszyklus zu vollenden. Seine typische Färbung verdankt er seiner Hauptnahrungsquelle: Krebsen und Meerestieren. Daher wird er auch „Der rote Aristokrat“ genannt. Michael Christen Mirow: „Gern stehe ich Ihnen mit Rat und Tat zur Seite und nehme Ihre Bestellungen entgegen.“



KABELJAU MEDITERRAN

Zutaten (für 4 Personen):

Für den Salat:

- 150 g Ciabatta-Brot
- 150 g Paprika, rot
- 150 g Paprika, gelb
- 150 g Salatgurke
- 200 g Tomaten
- 2 EL Balsamico-Essig
- 4 EL Gemüsefond
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Olivenöl, kalt gepresst
- 0,5 EL Petersilie

- 0,5 EL Basilikum
- 30 g Oliven, schwarz

Für den Kabeljau:

- 500 g Kabeljau-Filets
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Olivenöl, kalt gepresst

Außerdem:

- Dill

Zubereitung:

Ciabatta in etwa eineinhalb cm große Stücke schneiden und in einer beschichteten Pfanne ohne Zugabe von Fett rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen. Paprikaschoten halbieren, Stielansatz, Samen und die weißen Trennwände entfernen, Salatgurke und Tomaten waschen, bei den Tomaten die Stielansätze herausschneiden. Paprika, Salatgurke und Tomaten in etwa eineinhalb cm große Stücke schneiden. Essig, Gemüsefond, Salz und Pfeffer in einer entsprechend großen Schüssel verrühren, bis das Salz sich auflöst. Olivenöl unterrühren und Kräuter einstreuen. Brot, Paprika, Salatgurke, Tomaten und Oliven in die Schüssel geben und alles gut miteinander vermischen und 30 Minuten im Kühlschrank zugedeckt ziehen lassen. Kabeljauflets trocken tupfen, salzen und pfeffern. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Kabeljauflets von jeder Seite etwa zwei bis drei Minuten braten. Den Brotsalat mit den gebratenen Fischfilets auf Tellern anrichten, mit Dill garnieren und servieren.



Neu bei uns: Mehrweg-Dosen an den Frischetheken

Wir machen Ihnen Appetit auf Umweltschutz

Jedes Jahr entstehen in Deutschland Millionen Tonnen Plastikabfälle. Aus Liebe zur Natur und im Sinne nachfolgender Generationen: Wir möchten unseren Teil dazu beitragen, den Plastikabfall zu verringern. Gemeinsam mit Ihnen. Mit der Aktion „Verantwortung tragen mit Bring Bag“ bieten wir bereits seit dem Jahr 2015 Mehrweg-Taschen an. Nun können Sie in unseren Märkten in Trittau und Bargtheide sowie bei Marktkauf in Ratzeburg eine Mehrwegbox erwerben, in der Sie Ihren Einkauf transportieren, ohne zusätzlichen Plastikmüll zu erzeugen. Unsere Mehrwegdose macht Appetit auf Umweltschutz! Diese Box können Sie zu Hause abwaschen und bei Ihrem nächsten Einkauf in unseren Märkten wieder mitbringen. Da sie den Theken-Hygienebereich nicht berühren darf, gibt es an

jeder Theke ein extra Thekentablett dafür.

Der Ablauf funktioniert ganz einfach: Sie entscheiden sich für eine Dosengröße und kaufen Sie bei uns oder bringen die saubere Box von zu Hause mit. Unsere Mitarbeiter an den Frischetheken reichen Ihnen ein Tablett, auf dem Sie Ihre geöffnete Dose abstellen und den Deckel daneben legen können. Nun wird Ihre Ware entsprechend gewogen und in die Box gepackt. Falls Sie gern eine Plastikfolie oder ein Papier zwischen den Produkten wünschen, ist dies kein Problem. Nachdem alle Waren in der Box sind, wird Ihr Bon mit dem Süllau-Mehrwegbox-Sticker direkt auf die Box geklebt. Diese Sticker sind spülmaschinengeeignet. Sie können Ihre Box dann selbst schließen. Machen Sie mit!



WIR EMPFEHLEN IHNEN ZU OSTERN EDLE TROPFEN DER WINZER-GENOSSENSCHAFT DEUTSCHES WEINTOR



Grauer Burgunder trocken

Ein gehaltvoller, würziger Wein mit voller Frucht und geschmeidiger Note. Das Bukett erinnert an süße Honigmelonen. Er passt perfekt zu Kalbsbraten in heller Soße, Nudelgerichten, herzhaftem Gemüse oder kräftigen Fischgerichten wie Aal, Karpfen oder Räucherfisch.



6 x Weißwein des Jahres* 2010-2014, 2016

0,75-l-Flasche (1 Liter = 4,65 Euro)



3,49

Weißer Burgunder trocken

Dieser Wein lässt sich auch gut „solo“ genießen. Ihn zeichnet ein elegantes Bukett mit leicht nussiger Note aus. Er ist ausdrucksvoll, sehr rund und weich, mit pikanter Fruchtsüße, feinherb und hat einen vollen, langen Nachhall. Er eignet sich hervorragend als Begleiter zu leichten Geflügelgerichten, Frikassee, feinem Fisch oder mildem Frischkäse.

0,75-l-Flasche (1 Liter = 4,65 Euro)



3,49

Weißer Burgunder halbtrocken

Genießen Sie diesen Wein zu leichten Geflügelgerichten, feinem Fisch, vegetarischen Gerichten oder auch „solo“. Dieser feinherb balancierte Burgunder duftet nach Mandeln und Zitrusfrüchten. Perfekt eingebunden ist sein mineralischer Geschmack mit großer Saftigkeit.

0,75-l-Flasche (1 Liter = 4,65 Euro)



3,49

Sauvignon Blanc

Dieser lebendige Sommerwein wirkt am liebsten nur für sich. Er passt aber auch wunderbar zu zartem Seefisch, Schalentieren, Kalb, Geflügel oder Frischkäse und zu leichten Salaten. Ein frischer Sauvignon Blanc mit herrlichem Duft von Apfel und Stachelbeeren.

0,75-l-Flasche (1 Liter = 4,65 Euro)



3,49

*Duca del
Valentino -
ein italienisches
Meisterwerk*



Kommen Sie vorbei
und probieren Sie
Duca del Valentino:

Marktkauf Söllau Ratzeburg:
07. + 08.04.2017

Edeka Söllau Bargteheide:
13. + 15.04.2017

Edeka Söllau Trittau:
21. + 22.04.2017

SPUMANTE D'ITALIA
**DUCA DEL
VALENTINO**

Mehr Infos auf www.ducadelvalentino.de
Teilnahme ab 18 Jahren.

Selbst gemachter Frischkäse aus unseren Käseabteilungen

Unsere fantasievollen Eigenkreationen

Streichzarte Eigenkreationen, in Handarbeit frisch für Sie hergestellt: Unsere Käseabteilungen bieten Ihnen eine große Auswahl an selbst gemachten Frischkäse-Variationen, wie zum Beispiel Rote Zwiebel-Schnittlauch, Tomate-Basilikum, Feige-Senf, Mittelmeercrème mit Schafskäse und Preiselbeere-Meerrettich. „Wir verwenden für unsere Frischkäsesorten nur frische Zutaten“, betont Rebecca Czeskleba, Leiterin unserer Käseabteilung in Bargteheide. „Dabei überraschen wir unsere Kunden gern mit neuen fantasievollen Rezepturen.“

Seit dem Jahr 1999 arbeitet Rebecca Czeskleba in unserem Team. Sie hat in Trittau eine Ausbildung zur Kauffrau im Einzelhandel absolviert und leitet unsere Käseabteilung mit wahrer Leidenschaft. „Käse ist einfach ein faszinierendes und vielfältiges Lebensmittel“ sagt sie. Unsere Abteilungsleiterin legt Ihnen besonders unseren Frischkäse „Pfirsich trifft Nuss“

ans Herz. Die süße Note des Pfirsichs und die salzige Nuance der Nuss: ein außergewöhnliches kulinarisches Traumpaar.

„Jeder von uns kann seine eigenen Ideen mit einbringen und umsetzen“, beschreibt Oxana Wib, Mitarbeiterin unserer Käseabteilung in Bargteheide, den Entstehungsprozess unserer Spezialitäten. „Die Marktleitung lässt uns freie Hand dabei. Wir dürfen uns hier ausleben und austoben“, schmunzelt sie. „Mir macht es Spaß, neue Frischkäsesorten auszuprobieren.“

Vor Kurzem haben wir unsere Kunden in Bargteheide zur Frischkäse-Verkostung eingeladen. „Wir haben ihnen unsere leckeren Sorten mit frischem Baguette serviert. Sie waren begeistert“, zieht Gudrun Witzlau, stellvertretende Leiterin unserer Käseabteilung, eine positive Bilanz. „Ich liebe Käse und habe viel Freude daran, unseren Kunden unser reichhaltiges Angebot zu präsentieren. Jeden Tag aufs Neue.“



Unsere Mitarbeiterinnen in der Käseabteilung in Bargteheide Oxana Wib (links) und Gudrun Witzlau kreieren gern neue Frischkäse-Sorten für Sie



Rebecca Czeskleba, Leiterin unserer Käseabteilung in Bargteheide, präsentiert Ihnen unsere Frischkäse-Sorte „Pfirsich trifft Nuss“



Bei der Verkostung unserer Frischkäsesorten waren die Kunden begeistert

Familie Kaiser aus Salem beliefert uns wieder mit Spargel

Mit ganz viel Liebe immer frisch vom Feld

In echter Handarbeit und mit ganz viel Liebe gepflanzt und geerntet: Wir beziehen unseren Spargel wieder von Familie Kaiser aus Salem, mit der wir vertrauensvoll schon seit Jahren zusammenarbeiten. Das Königsgemüse vom Kaiserhof, das wir Ihnen zu tagesaktuellen Preisen bieten, ist gesund, lecker und immer frisch vom Feld. „Unsere sandigen Böden und unser schonender Anbau verleihen dem Spargel den besonders guten Geschmack“, hebt Manuela Kaiser den hohen Qualitätsanspruch ihres Gemüses hervor. „Wir möchten den Kunden gute Qualität zu einem guten Preis bieten, und das aus einem familiär und persönlich geführten Betrieb.“

Familie Kaiser baut seit dem vergangenen Jahr auch „Tomaten mit Geschmack“ an. „Wir möchten unser Sortiment

noch erweitern und werden in diesem Jahr zusätzlich Gurken und Paprika anbauen“, erläutert Manuela Kaiser ihre Pläne. „Und wir haben einen neuen Koch, Florian Pusback. Er verwöhnt unsere Gäste kulinarisch mit Spargel und anderen Gerichten in unserem Hofcafé.“

Wir beziehen auch Frühkartoffeln vom Kaiserhof. „Unsere Frühkartoffel Leyla ist festkochend und gelb. Sie hat einen exzellenten Geschmack und harmoniert wunderbar mit dem Spargel“, erläutert Manuela Kaiser die Besonderheiten der tollen Knolle. Außerdem lädt sie herzlich zu ihrem großen Spargelfest am 7. Mai 2017 ab 11 Uhr ein. „Schauen Sie doch mal bei uns herein. Wir freuen uns auf Sie!“ Weitere Informationen erhalten Sie auch im Internet unter www.kaiserhof-salem.de.



Hendrik, Jürgen und Manuela Kaiser (v. l.) arbeiten in ihrem Familienbetrieb Hand in Hand zusammen

Nach etwa drei Jahren wird die Spargelpflanze gestochen

SPARGEL Salat MIT CHAMPIGNONS

Zutaten (für 4 Personen):

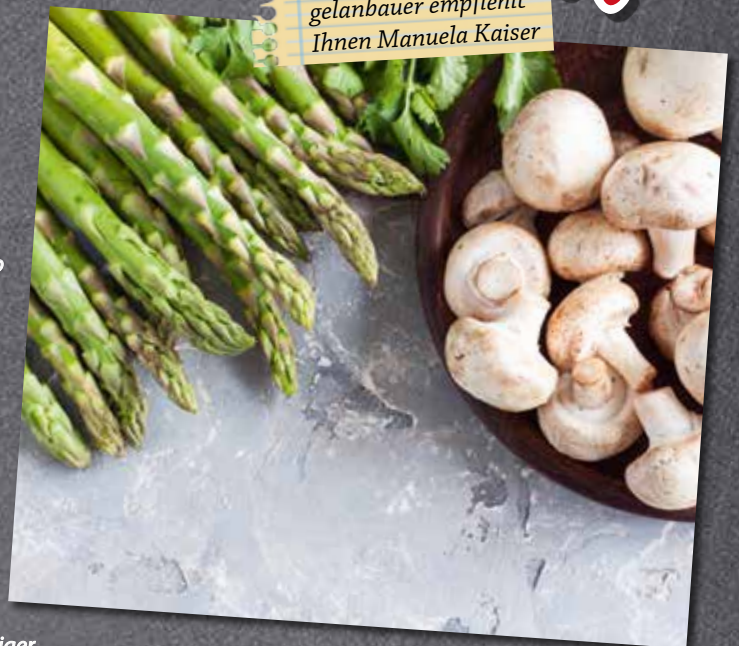
- 2 Eier
- 2½ EL Zitronensaft
- 1 TL Senf
- 130 ml Öl
- 1 EL Crème fraîche
- 1 EL heller Balsamicoessig
- Salz und Pfeffer
- 2 EL Zucker
- 1 Kopfsalat
- 600 g weißen Spargel oder 300 g grünen und 300 g weißen Spargel
- 250 g Champignons
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL
- Schnittlauch



Zubereitung:

Eier hart kochen, pellen, halbieren, Eigelb herausnehmen, durch ein feines Sieb streichen und abgedeckt bei Seite stellen. Zitronensaft, Zucker, Senf, Essig, 100 ml Öl und Crème fraîche cremig pürieren. Kräftig mit Pfeffer und Salz würzen. Eiweiß fein würfeln und unterheben. Salat waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Spargel schälen und in ca. 2–3 cm große Stücke schneiden. Pilze putzen und halbieren. Frühlingszwiebeln putzen und in 1 cm breite Ringe schneiden. Spargel im restlichen Öl in einer großen Pfanne unter Wenden leicht goldbraun braten. Pilze, Frühlingszwiebeln und gepressten Knoblauch zugeben und 3–4 Minuten braten. Herzhaft mit Salz und Pfeffer würzen, in eine Schüssel füllen. Mit 2/3 der Sauce mischen, 10 Minuten ziehen lassen. Die Hälfte des Schnittlauchs unterheben. Spargel und Kopfsalat auf eine Platte schichten. Mit restlicher Sauce beträufeln und mit restlichem Schnittlauch und Eigelb bestreuen. Man kann den Spargel auch kochen, dann behält er die weiße Farbe. Durch das Braten wird er etwas braun, ist aber würziger.

Dieses Rezept der Vereinigung der Spargelanbauer empfiehlt Ihnen Manuela Kaiser



Ernährungsberaterin Corinna Wietelmann gibt Ihnen Tipps

Zöliakie – ein Leben ohne Gluten

Sie ist unsere Expertin für das Thema Ernährungsberatung: Food-Coach Corinna Wietelmann aus Lasbek gibt Ihnen in unserer Zeitung Tipps für glutenfreie Rezepte und Rezepte für Kinder, die schnell und einfach zubereitet sind. Seit mehr als 20 Jahren beschäftigt sie sich mit der Thematik ADHS (Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Störung), Lernen und Ernährung. „Da ich mit eigenen Augen erleben durfte, welche grandiosen Verbesserungen sich durch eine Ernährungsumstellung bei ADHS einstellen können, habe ich die Ausbildung zur Ernährungsberaterin gemacht“, beschreibt sie ihren beruflichen Weg. „Den Reiz der Ernährungsberatung macht für mich aus, dass ich mit meinen Kunden zusammen für sie ungünstige Nahrungsmittel und Inhaltsstoffe finde, einen individuellen Ernährungsplan aufstelle und erlebe, wie auf diese Weise das Wohlbefinden und die Gesundheit gesteigert werden, psychische Auffälligkeiten nach und nach verschwinden und es ihnen von Woche zu Woche besser geht.“

Hier erläutert Ihnen Corinna Wietelmann die Hintergründe von Zöliakie: „Die Zöliakie ist

eine chronische Entzündungserkrankung des Dünndarms, die durch Gluten ausgelöst wird. Gluten ist ein pflanzliches Eiweiß, das sich aus den Eiweißbausteinen Gliadin und Glutenin zusammensetzt und zum

Beispiel in Weizen, Roggen, Dinkel, Emmer, Einkorn und Kamut vorkommt. Eine Zöliakie kann typische Symptome zeigen wie Bauchschmerzen, Fettstühle, Gewichtsverlust, Blähungen. Häufig kommt

beschränkt sich niemals nur auf den Darm, sondern betrifft auch Geist und Seele. Es kommt darauf an, Gluten grundsätzlich zu meiden und auf glutenfreie Mehle umzusteigen, wie Kokosmehl, Erdnussmehl, Reis-



es zu untypischen Symptomen wie Depressionen, Gelenkschmerzen, Hyperaktivität (ADHS), Konzentrationschwäche, Reizbarkeit und Lernschwierigkeiten. Eine Zöliakie lässt sich nur mit einem Blutbild und einer Darmbiopsie diagnostizieren. Doch die momentan verfügbaren Tests sind leider nicht immer genau und präzise. Viele Betroffene wenden sich aus diesem Grund oftmals an eine Ernährungsberatung und verzichten selbstständig auf Gluten. Das Ergebnis ist in vielen Fällen die deutliche Verbesserung ihres Gesundheitszustandes. Eine Zöliakie oder Glutensensitivität

mehl, Erbsenmehl, Amarant, Quinoa oder Buchweizen. Es ist für Betroffene unerlässlich, sich darüber zu informieren, in welchen Produkten sich Gluten befinden könnte. Dabei kann ihnen eine Ernährungsberatung helfen. Wird bei einer Zöliakie eine lebenslange und strikte glutenfreie Ernährung eingehalten, kann sich der Darm erholen.“ Weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter www.ernaehrungsberatung-fitnessstormarn.de und www.foodbitte-mit-ohne.de.

Weitere Artikel von Corinna Wietelmann finden Sie unter www.trittau24.com.

BANANEN-MÜSLI-RIEGEL

Zutaten:

- 200 g glutenfreie Haferflocken
- 300 g Sojaflocken (diese können bei einer Unverträglichkeit gegen Soja einfach durch Reisflocken oder Buchweizenflocken ersetzt werden)
- 200 g Haselnüsse
- 200 g Mandeln
- 3 reife Bananen
- 500 ml Joghurt
- 2 P Vanillezucker
- Honig nach Bedarf
- 6 EL Chiasamen
- einige Schokolinsen (glutenfrei)



Zubereitung:

Die Bananen in kleine Stücke brechen und pürieren. Das Bananenpüree in eine große Schüssel geben, den Joghurt dazugeben und gut verrühren. Die Chiasamen in ca. neun Esslöffel Wasser für ca. zehn Minuten einweichen. Die Chiasamen bilden mit dem Wasser eine Art Gelee, das dabei hilft, den Müsliteig zusammenzuhalten. Alle anderen Zutaten dazugeben und sehr gut verrühren, bis eine klebrige Masse entsteht. Bei Bedarf kann der Müsliteig mit Honig abgeschmeckt werden. Nun ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Masse darauf verteilen und bei 160 Grad ca. 30 Minuten backen. Der Teig sollte noch weich sein, da er nachhärtet. Den Müsliriegel-Teig nach der Backzeit noch drei Minuten im ausgeschalteten Ofen ruhen lassen. Die Müsliriegel aus dem Ofen nehmen und einige Minuten erkalten lassen. Mit einem scharfen Messer Riegel, Ecken oder Kreise ausschneiden und komplett erkalten lassen.



Ernährungsberaterin Corinna Wietelmann empfiehlt Ihnen folgendes Rezept für eine gluten- und zuckerfreie Nascherei



Unsere Auszubildenden übernehmen die Leitung der Drogerieabteilung bei Marktkauf

„Eigenregie hat super hingehauen!“

Selbstständig Verantwortung übernehmen, eine eigene Abteilung in Eigenregie leiten: Christopher Senador Mengele, Marcel Edler, Dennis Manneck, Sebastian Ascheberg und Julian Rubbert, unsere Auszubildenden bei Marktkauf Süllau in Ratzeburg, schlüpfen eine Zeit lang in die Rolle der Leitung unserer Drogerie-Abteilung. Gemeinsam bestellten sie Waren, druckten Etiketten aus, rückten unser Sortiment ins rechte Licht, lösten Probleme in Eigenregie. Dabei zeigten unsere Nachwuchskräfte engagierte Eigeninitiative. „Sie haben ihre Sache wirklich gut gemacht“, lobte Monique Ulbrich, stellvertretende Marktleiterin bei Marktkauf, die jungen Chefs.

Christopher Senador Mengele hob anschließend den Alleingang hervor: „Wir

haben ganz allein gehandelt – ohne dass uns da jemand reingeredet hat. Das hat auch alles gut hingehauen bei uns. Wir können aber auch als

Auszubildende sowieso sehr selbstständig hier bei Marktkauf arbeiten.“ Julian Rubbert fand: „Das hat wirklich Spaß gemacht.“ Auch Marcel Edler

zog eine positive Bilanz: „Wir haben zusammen dafür gesorgt, dass die Abteilung läuft und immer gut aussieht. Eine tolle Erfahrung!“



Christopher Senador Mengele, Marcel Edler, Dennis Manneck, Sebastian Ascheberg und Julian Rubbert (von links) schlüpfen in die Rolle der Drogerie-Abteilungsleitung



Christopher Senador Mengele war auch für das Ausdrucken der Etiketten zuständig



Wir führen eine Auswahl von sortenreinen leev-Apfelsäften

„Mit Herzblut und ohne Tüddelkram hergestellt“

Mit Liebe mosten drei Freunde, Natalie Richter, Benjamin Beck und Joachim Holst, aus Hamburg Apfelsaft anders: sortenrein. Jede Sorte wird separat gepresst, so dass ganz unterschiedliche charaktertypische Geschmacksrichtungen entstehen – Elstar, Boskoop oder Holsteiner Cox. Wir führen eine Auswahl der Säfte ihres Unternehmens leev, das auf Plattdeutsch „Liebe“ bedeutet. Alle Säfte werden ausschließlich aus hochwertigem Tafelobst hergestellt unter dem Motto: „Nur was wir auch gerne essen, kommt in unseren Saft.“ Geschäftsführerin Natalie Richter betont: „Das alles ohne Tüddelkram. Wir haben Konservierungsstoffe, Farbstoffe und Zuckerzusätze vollständig über Bord geworfen. Wir sind überzeugt davon, dass jede gute Kleinigkeit den Tag schöner macht. Deshalb arbeiten wir mit Herzblut, Liebe und viel Einsatz daran, dass ihr Apfelsäfte serviert bekommt,

die euch einfach umhauen.“ Boskoop, „der Spritzige mit Wums“, ist herb mit guter Säure. Gemacht für Menschen, die es gern kräftig mögen. Elstar, „der milde Schöne“, zaubert zu jeder Jahreszeit Sonnengefühle. Der sanft-birnige Apfelsaft hat einen süß-lieblichen Geschmack. Holsteiner Cox, „der fruchtige Nordmann“, ist ein Süffiger. Und dabei so herrlich fruchtig. Der Norddeutsche mit Tradition ist unter Hamburgern als Tafelapfel sehr beliebt. Sein vollmundiges Aroma mit leichter Säure lässt die Herzen als Saft höher schlagen. „Die Hoppe“ ist ein Mix aus Altländer Boskoop- und Holsteiner-Cox-Äpfeln mit dem Craft-Beer-Hopfen „Cascade“ und ein bisschen Sprudel.

Mit viel Energie und Kreativität arbeiten Natalie Richter, Benjamin Beck und Joachim Holst daran, dass der Alltag der Menschen ein Stück abwechslungsreicher schmeckt. „Für uns ist das mehr als ein Job“, sagt

Natalie Richter. Nebenbei investiert das Unternehmen mit jeder verkauften Flasche zwei Cent in regionale Aktionen zum Schutz

der Wild- und Honigbiene. Natalie Richter: „Denn ohne Bienen keine Äpfel. Und auch sonst keine leckere Vielfalt.“



© Roman Dachsel

Natalie Richter ist Geschäftsführerin von leev

Wir haben jetzt die Hummus-Produkte von Feinkost Popp im Sortiment

Holen Sie sich den Orient nach Hause!

Die Grillsaison startet: Endlich können wir wieder Köstlichkeiten auf dem Grill brutzeln! Wir empfehlen Ihnen als Beilage die leckeren Hummus-Dips von Feinkost Popp. Aus dem Orient stammen die Rezepte für das leckere Kichererbsen-Püree, das in unterschiedlichsten Variationen aktuell im Trend liegt. Hummus ist ein absoluter Klassiker unter den orientalischen Delikatessen, zubereitet auf der Basis von Kichererbsen, gutem Olivenöl, Sesam, Knoblauch und Zitrone. Je hochwertiger die Zutaten, desto feiner der spätere Dip. Abgewandelt wird, darf und soll zum Beispiel mit Chili, Nüssen, Rosinen oder Kräutern. Feinkost Popp hat unter dem Slogan „Marhaba

– sag Hallo zu orientalischen Köstlichkeiten“ vier Hummus-Varianten entwickelt: Natur, pikant, Falafel und Cashew & Rosinen. Holen Sie sich mit uns den Orient nach Hause, und lassen Sie es sich schmecken!



Das ist los bei Ihnen in der Umgebung

Wir präsentieren die Veranstaltungen in der Region

Freitag, 21. April 2017
20 Uhr

Hidden Shakespeare

Sieht man die fünf Schauspieler Mignon Remé, Kirsten Sprick, Thorsten Neelmeyer, Rolf Claussen und Frank Thomé und ihre musikalische Begleitung voller Energie auf die Bühne stürmen, wird einem klar: Hier wurde die Zeit besiegt. Da wird gesungen und gedichtet, das große Drama und die wendungsreiche Komödie entwickelt, die Handlung springt nahtlos durch Zeit und Raum sowie von einem Genre ins nächste. Und das alles mit großer Leichtigkeit, Präzision und Phantasie. Weitere Informationen und Kartenreservierungen im Internet unter www.bargtheide-theater.de.
Ort: Kleines Theater Bargtheide, Hamburger Straße 3, Bargtheide

Donnerstag, 1. Juni 2017 und Freitag, 2. Juni 2017, 20 Uhr

LaLeLu – muss das sein?!

LaLeLu, die ultimative A-cappella-Sensation aus Hamburg, begeistert mit ihrem Mix aus Gesang und Komik, Show und Parodie, Pop und Klassik. LaLeLu sind ganz weit vorn. Die vier A-Cappella-Trendscouts aus Hamburg blicken voraus. In einer wegweisenden Show voller Vorahnungen, Weitblicke und virtueller Bebauungspläne singen die vier eine Zukunft herbei, die harmonischer nicht sein kann. Vergessen Sie Zukunftsängste, Schlaflosigkeit und Probleme mit verminderten Septonakkorden. Denn nach diesem Abend kennen Sie sich aus und wissen alles: Wie klingt der Jazz der „Zwanzigzwanzigerjahre“? Was sind vegane Hühner? Was sollen Sie anziehen? Und das Wichtigste: Sie erfahren endlich, wie Sie Ihren Enkeln erklären, was ein Smartphone war. Weitere Informationen und Kartenreservierungen im Internet unter www.bargtheide-theater.de.
Ort: Kleines Theater Bargtheide, Hamburger Straße 3, Bargtheide



Bargtheide

Freitag, 28. April 2017

Einlass: 19 Uhr, Beginn: 20 Uhr

Trio Macchiato

Das Trio Macchiato, im Jahr 2007 mit einer einfallsreichen Hommage an die Kaffeehäuser des Mittelmeeres bekannt geworden und für den Preis der Deutschen Schallplattenkritik nominiert, besteigt mit seinem gleichnamigen Programm den Orient Express. Man fährt mit Musette und Tango durch Frankreich, überquert mit Alphorn, Jodelhö und einer waghalsigen Version des Italo Klassikers „Due soldi“ die Alpen, wird vom melancholischen „Wiener Leid/ Lied“ gerührt und von James Bonds „Liebesgrüßen aus Moskau“ geschüttelt. Zahlreiche Geschichten ranken sich um den Orient Express, die das Trio Macchiato auf einer berührenden musikalischen Reise in raffinierten Arrangements lebendig werden lässt.

Kartenvorverkauf: „der Buchladen“ Anja Wenck, Poststraße 31, Trittau, Telefon: 0 41 54/9 89 24 05 oder an der Abendkasse.

Ort: Kulturzentrum Wassermühle, Am Mühlenteich 3, Trittau

Trittau

Sonntag, 4. Juni 2017, 10 bis 19 Uhr,

und Montag, 5. Juni 2017,

10 bis 18 Uhr

Trittauer Mühlenmarkt

Das historische Ambiente der Trittauer Wassermühle fasziniert die Besucher des großen Kunsthandwerkermarktes zum Deutschen Mühlentag immer wieder. Das romantische Mühlengelände am Mühlenteich rund um die Trittauer Wassermühle bietet die Kulisse für ausgesuchte Künstler, Kunsthandwerker, Modedesigner und Aussteller aus ganz Deutschland an beiden Pfingsttagen. Traditionelle Handwerker wie Drechsler, Bürstenmacher, Töpfer an der Drehscheibe, Gürtelmacher oder Filzer führen ihr Können vor. Sie beeindrucken durch Geschick und Liebe zum Detail. Sie präsentieren Kunsthandwerk, Gartenaccessoires, Pflanzen, Kutschfahrten, regionale Spezialitäten von verschiedenen Anbietern, Kaffeegarten und Musik.

Ort: Wassermühle, Am Mühlenteich 3, Trittau



Sonntag, 16. April 2017, 5.30 Uhr
Ratzeburger Dommusiken: Feier der Osternacht

Während im Verlauf der österlichen Liturgie im Dunkel der Kirche nach und nach Kerzen entzündet werden, kündigt auch das durch die Fenster der Apsis in den Dom hereinfallende Licht des Sonnenaufgangs von der Freude der Auferstehung Christi. An der Feier nehmen auch Domprobst Gert-Axel Reuß und der Ratzeburger Domchor teil. Weitere Gottesdienste finden am Ostersonntag und -montag jeweils um 10.15 Uhr statt.

Ort: Ratzeburger Dom, Domhof 35, Ratzeburg

Freitag, 21. April 2017, 14 Uhr bis

Sonntag, 23. April 2017

Öffnungszeiten am Samstag und

Sonntag: jeweils ab 13 Uhr

Traditioneller Frühjahrsmarkt

Der traditionelle Frühjahrsmarkt findet wieder auf dem Marktplatz und vor dem Rathaus in Ratzeburg statt. Er ist bis in die späten Abendstunden geöffnet. Am Sonntag, 23. April 2017 ist auch gleichzeitig verkaufsoffener Sonntag. An diesem Tag haben die Geschäfte auf der Ratzeburger Insel von 13 bis 18 Uhr geöffnet. Die Inselstadt Ratzeburg freut sich auf viele Besucher.

Ort: auf dem Marktplatz und vor dem Rathaus

Ratzeburg



Samstag, 20. Mai 2017, 10.30 Uhr
Öffentliche Samstags-Stadtführung durch Ratzeburg

Für Ratzeburger Gäste und Bürger bietet die Tourist-Information jeden Samstag eine unterhaltsame öffentliche Stadtführung an. Stadtführerin Ulrike Spangenberg leitet die spannende Führung, die Einblicke in die Stadtgeschichte und das Stadtgeschehen gewährt. Es ist keine Anmeldung erforderlich. Die Samstags-Stadtführungen finden jeden Samstag vom 6. Mai bis zum 30. September 2017 statt.

Ort: Marktplatz – vor der Alten Wache, Marktplatz, Ratzeburg

GROSSER MALWETTBEWERB

Malt uns doch bitte wieder ein Bild!

Wir würden uns freuen, wenn ihr uns dieses Mal ein Bild zum Thema „Ostern“ malt. Ob mit Tusche, Filz- oder Buntstift ist dabei egal. Bitte gebt eure Bilder, versehen mit euren Namen, eurer Adresse und eurem Alter, bis zum 3. Mai 2017 in einem unserer Märkte ab (EDEKA Süllau Trittau, Schulstraße 2, EDEKA Süllau Bargtheide, Rathausstraße 20, EDEKA Süllau Mölln, Grambeker Weg 45, EDEKA Süllau, Herrenstraße 4 oder Marktkauf Süllau Ratzeburg, Am Viehmarkt 8–10). Wichtig: Bitte vergesst eure Adresse nicht! Eine kleine Auswahl werden wir in der nächsten Ausgabe unserer Zeitung veröffentlichen und schenken den jeweiligen Künstlern ein Süßigkeiten-Überraschungspaket. Wir freuen uns auf eure Ideen.

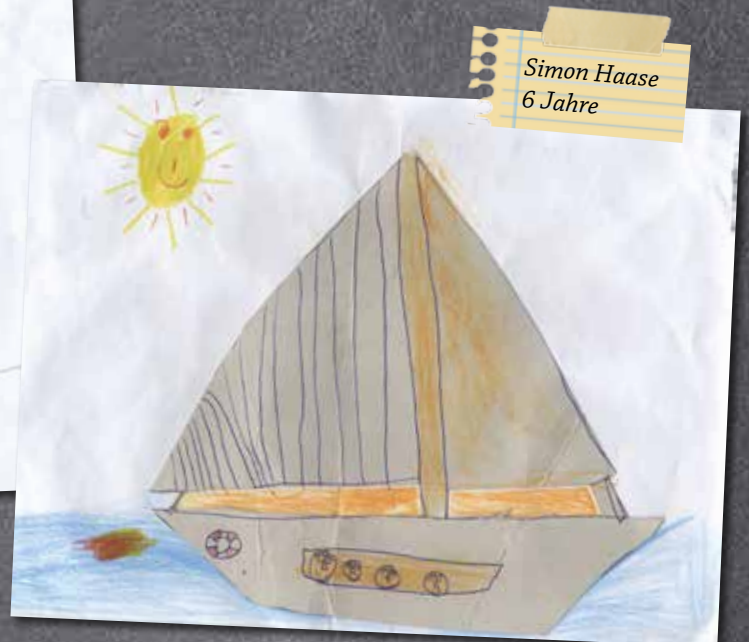
Viel Spaß!

EINE KLEINE BILDERAUSWAHL

Liebe Kinder,
viele schöne Bilder haben wir von euch bei unserem Malwettbewerb in der vergangenen Ausgabe erhalten. Herzlichen Dank dafür. Eine kleine Auswahl veröffentlichen wir hier.



Antonia Horn



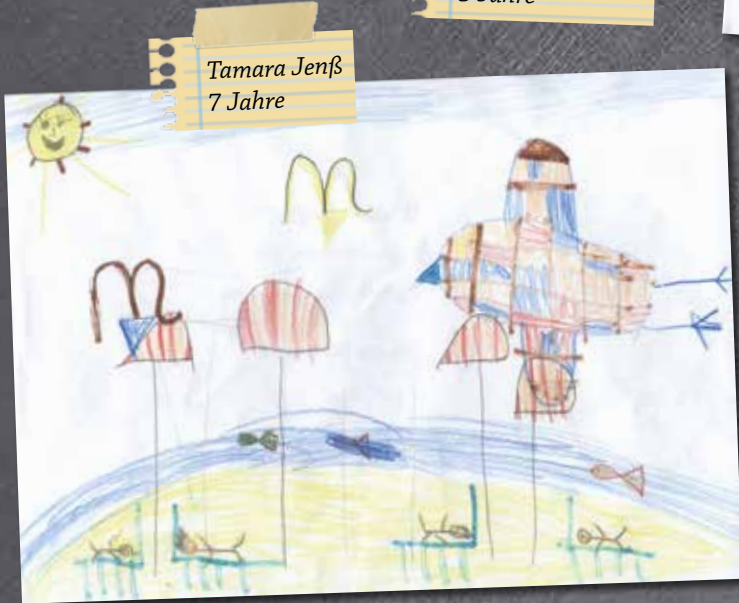
Simon Haase
6 Jahre



Justin Queiser
3 Jahre



Torben Herrmann
9 Jahre



Tamara Jenß
7 Jahre



Marlon Queiser



Fabian Dust
7 Jahre



Lara Barz
7 Jahre

GEWINNEN SIE EINEN 25-EURO-GUTSCHEIN!

BEE	alternati- ve E- nergie	DEKN OOPS	Geliebter der Isolda		AEGNR	sonder- lich, seltam		AM	AGLN OSST	veralt- Larve, Ver- kleiderer	Ausguss- röhrchen
			chem Element					GOTU			
	aus tiefstem Herzen					harte militär. Aus- bildung				EMORS	
DEEOSY						Friseur- gerät		Geistlicher	Nähr- mutter		5
ital.: Teigwaren			Beitruer von Stu- dienan- fängern			trop. Pflanzen- fett					
					AIKNOT			ausge- setz- tes Kind		AEERST	
						AASW	Tür, Eingang				
eingeführ- te Waren	Gründer des Islams			ENOR		Heil- pflanze					Bindewort
						AEHLSU	ANT			BBG	
EHT		sehr schnell, rapide							BDE		3
			Teil der Woche			AKRTT	Art, Gat- tung (lat.)	Hüsen- frucht			
BGHM		BBIU						ACDF		fertig gekocht	
			belg. Ba- deort (Auto- rennen)		AEHR				EHT		2
Jazzstil			Markt- buden								6
						Felspalte					1
ACDD HIKST											

Tip: In einigen Kästchen stehen die Buchstaben der Begriffe in alphabetischer Reihenfolge.



Name/Vorname

Straße/Hausnummer

PLZ/Ort

Telefonnummer

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Lösen Sie das Kreuzworträtsel, und tragen Sie das Lösungswort im Abgabecoupon ein. Mit etwas Glück gewinnen Sie einen von insgesamt vier 25-Euro-Einkaufsgutscheinen von EDEKA Süllau oder Marktkauf Süllau. Teilnahmekarte vollständig ausfüllen und bis zum 10. Mai 2017 im Markt abgeben oder per Post einschicken. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Viel Glück!

Herzlichen Glückwunsch!

Beim Kreuzworträtsel in unserer Zeitung „Süllau Genuss-Seiten“, Ausgabe Februar 2017, haben folgende Leser einen 25-Euro-Gutschein gewonnen: Jutta Ewe, Rosemarie Meyer, Monika Wolosz und Christian Dietz.

Süllau GENUSS-SEITEN

Auflage: 57 375 Exemplare
Kostenlose Zustellung jeden zweiten Mittwoch im zweimonatlichen Rhythmus an alle erreichbaren Haushalte in Trittau, Bargtheide, Ratzeburg und Umgebung

Objektleitung: ProExakt GmbH
Bahnhofstraße 17
38170 Schöppenstedt
Tel.: (0 53 32) 96 86-54
Fax: (0 53 32) 96 86-58
E-Mail: info@proexakt.de
www.proexakt.de

Herausgeber (v. i. S. d. P.):
Süllau Handelsgesellschaft mbH
Schulstraße 2
22946 Trittau
Tel.: (0 41 54) 8 27 33

Redaktionsleitung:
Katja Buhlmann
Tel.: (0 53 32) 96 86-431
Fax: (0 53 32) 96 86-51
E-Mail: marktzeitung@proexakt.de

Gestaltung und Anzeigensatz:
Karin Stein
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. 1 800 000 Exemplaren handelt es sich um ein marktbezogenes individuelles Printprodukt für selbstständige EDEKA-Kaufleute.