

FÜLSCHER

nah & frisch



Paulaner Spezi oder **Limo**
verschiedene Sorten
teilweise koffeinhaltig
0,33-Liter-Dose je
(1 Liter = 2.09 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

0.69



Gyros
würziges Schweinegeschnetzeltes
1 kg

9.90



aus Norddeutschland

Zwetschgen
Kl. I
1 kg

1.99



Mackays Fruchtaufstrich
verschiedene Sorten
340-g-Glas je
(1 kg = 7.35 €)

2.50



Schöller Nuui
verschiedene Sorten
270-ml-Packung je
(1 Liter = 9.26 €)

2.50



Storck Toffifee
Classic oder **White**
15 Stück
125-g-Packung je
(1 kg = 8.88 €)

1.11



Bauer Frucht-Joghurt
verschiedene Sorten
250/225-g-Becher je
(1 kg = 2.00/2.22 €)

0.50



Kaba Das Original Kakaopulver
verschiedene Sorten
400-g-Beutel je
(1 kg = 6.25 €)

2.50



Harry Weizen-, Körner Balance- oder Dinkel-Toastbrötchen
335/225-g-Packung je
(1 kg = 4.45/6.62 €)

1.49



Ariel Vollwaschmittel
Flüssig, Pulver oder Pods
verschiedene Sorten
15-20-WL-Packung/Flasche je
(1 WL = 0.25-0.33 €)

5.00

**Hofgut
Kefir mild
pur**

3,5% Fett
500-g-Becher
(1 kg = 1,38 €)



0.69

**Ehrmann
Joghurt Natur**

3,8% oder 1,5% Fett
500-g-Mehrweg-Glas je
(1 kg = 2,22 €)
zzgl. 0,15 € Pfand



1.11



**Ehrmann
Grand Dessert**

verschiedene Sorten
190-g-Becher je
(1 kg = 2,63 €)

0.50



**Danone
Activia**

verschiedene Sorten
4 x 115-g-Packung je
(1 kg = 3,24 €)

1.49



**Emmi
Caffè Latte**

verschiedene Sorten
230-ml-Becher je
(1 Liter = 5,61 €)

1.29



**Dr. Oetker
Crème fraîche**

verschiedene Sorten oder
Cuisine

125/150-g/250-ml-Becher je
(1 kg = 6,60/7,92 €/1 Liter = 3,96 €)

0.99



**Salatkönig
Kartoffel-Creme
oder Tzatziki**

500-g-Becher je
(1 kg = 4,38 €)

2.19



**Philadelphia
Frischkäse-
zubereitung**

verschiedene Sorten
und Fettanteile
175-g-Packung je
(1 kg = 6,34 €)

1.11



**Rucker
Käsescheiben**

verschiedene Sorten
45-60% Fett i. Tr.
100-g-Packung je
(1 kg = 14,90 €)

1.49



**Milram
Müritzer**

deutscher Schnittkäse
55% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.00



Alter Schwede

deutscher Schnittkäse
nordisch pikant
50% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.49



tiko Fischburger MSC

gefroren
250-g-Packung
(1 kg = 5.00 €)

1.25



iglo Fischstäbchen

verschiedene Sorten, gefroren
224-450-g-Packung je
(1 kg = 6.20-12.46 €)

2.79



Dr. Oetker Pizza la Mia Grande

verschiedene Sorten
gefroren
360-415-g-Packung je
(1 kg = 7.93-9.14 €)

3.29



Burger Boost

Classic oder Smoky
gefroren
2 x 175-g/2 x 150-g-Packung je
(1 kg = 16.54/19.30 €)

5.79



Jütro BBQ Grillgemüse Klassische Art

gefroren
350-g-Packung
(1 kg = 7.11 €)

2.49



Biogreno Pommes Frites

gefroren
600-g-Beutel
(1 kg = 3.32 €)

1.99



Biogreno Knusper-Dinos

gefroren
240-g-Packung
(1 kg = 14.54 €)

3.49



Biogreno Hähnchen-Nuggets

gefroren
200-g-Packung
(1 kg = 14.95 €)

2.99



Hofgut Hähnchenschenkel mit Rückenstück

gefroren
1000-g-Beutel

2.99



Coppentrath & Wiese Unsere Goldstücke

Weizen-, Mehrkorn- oder
Baguette-Brötchen
gefroren, 300-540-g-Beutel je
(1 kg = 2.76-4.97 €)

1.49



Elvis Eis
verschiedene Sorten
400-ml-Glas je
(1 Liter = 12.48 €)

4.99

Rezept: HierLeben
Foto: Frederik Röh/Henrik Matzen

Rezeptidee!

FÜR 4 PORTIONEN
ca. 30 Minuten
Pro Portion ca. 350 kcal
Vegetarisch
Glutenfrei

800 g grüne Bohnen	80 g Gouda
etwas Bohnenkraut	½ Bund Basilikum
Salz	1 EL Öl
8 Eier	2 EL Butter
150 ml Milch	2 Tomaten
Pfeffer	



aus Norddeutschland

Brechbohnen

Kl. I
1 kg

1.99

Käserührei mit grünen Bohnen

Bohnen waschen, putzen und halbieren. Mit Bohnenkraut in reichlich Salzwasser gut 20 Minuten kochen. Abgießen, Bohnenkraut entfernen.

Eier mit Milch verquirlen. Kräftig salzen und pfeffern. Käse reiben. Basilikumblätter in Streifen schneiden. Eine große Pfanne mit Öl erhitzen. Eimasse einfüllen. Wenn sie zu stocken beginnt, mit einem Spatel mehrmals bis zum Pfannenboden rühren. Käse zufügen und weiter langsam rühren, bis ein cremiges Rührei entsteht.

In einer weiteren Pfanne Butter zerlassen. Bohnen zufügen und 2 Minuten schwenken. Mit Salz abschmecken, Basilikum zufügen, kurz durchschwenken.

Tomaten waschen und vierteln. Mit Rührei und Bohnen servieren.



aus Norddeutschland

Speisekartoffeln

festkochend, vorw. festkochend oder mehligkochend
Sorte siehe Etikett
2,5-kg-Beutel je
(1 kg = 1,00 €)

2.49



aus Norddeutschland

Porree

Kl. I
1 kg

1.49

besonders aromatisch



MISS PERFECT
Licht & Warmtomaaten

Belgien Cherryrispentomaten

Kl. I, 200-g-Schale
(1 kg = 14,95 €)

2.99



Spanien Mini Gurken

Kl. I, 200-g-Pack
(1 kg = 8,95 €)

1.79



Spanien Mini sweet Paprika Mix

Kl. I, 200-g-Pack
(1 kg = 8,95 €)

1.79

kernlos



Italien Tafeltrauben hell

Sorte siehe Etikett
Kl. I, 500-g-Schale
(1 kg = 3,98 €)

1.99

große Früchte



Italien Pflirsiche oder Nektarinen

gelbfleischig
Kl. I
1 kg je

3.49

Unsere Mittagstisch-Angebote:

Aus eigener Herstellung, immer frisch zubereitet!

Montag 11-13 Uhr warm

Nacken

mit Kartoffel- oder Nudelsalat
Portion

7.50

Dienstag 11-13 Uhr warm

Gemüsesuppe

mit Fleischklößchen
Portion

5.90

Mittwoch 11-13 Uhr warm

Brokkoli-Blumenkohlauflauf

Portion

6.90

Donnerstag 11-13 Uhr warm

Szegediner Gulasch

Portion

8.50

Freitag 11-13 Uhr warm

Fleischkäse

im Brötchen

Portion

4.90



regional.ehrlich.transparent

FÜLSCHER

Fleisch & Wurst

Wussten Sie, dass wir die Rinder, Schweine und Lämmer persönlich bei unseren Landwirten kaufen. Mit einigen Familien handeln wir schon seit über 50 Jahren. Durch die Nähe und den persönlichen Kontakt wissen wir genau was auf den Höfen los ist. Wir kennen die Haltung, die Fütterung und die Einstellung unserer Landwirte. Außerdem schonen die kurzen Transportwege Tier und Umwelt.

f Fleischerhandwerk
Das Original!



Dicke Rippe

im Stück oder als Grillrippe geschnitten
1 kg

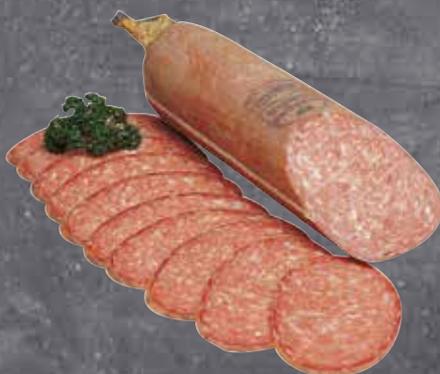
7.10



Fleischkäse

im Aufschnitt, klassisch fein oder mit Paprika und Käse
100 g

1.35



Bauernmettwurst

grob und fein, mit Buchenholz geräuchert
100 g

1.89



Gutsleberwurst

fein oder mit Lebereinlage
100 g

1.55



Ferrero
Kinder bueno 6er
 oder **Kinder DUO**
 117-150-g-Packung je
 (1 kg = 16.60-21.28 €)

2.49



Alpia
Schokolade
 verschiedene Sorten
 100-g-Tafel je
 (1 kg = 9.90 €)

0.99



hitschies
Drachenzungen,
Spinnenbeine oder
Bunte Schnüre
 verschiedene Sorten
 125-g-Beutel je
 (1 kg = 8.00 €)

1.00



Haribo
Fruchtgummi
 oder **Lakritz**
 verschiedene Sorten
 150-175-g-Beutel je
 (1 kg = 4.74-5.53 €)

0.83



Lorenz
Crunchips
 verschiedene Sorten
 150-g-Beutel je
 (1 kg = 8.33 €)

1.25



Hofgut
Weltmeister- oder
Kürbis-
Brötchen
 300-g-Packung je
 (1 kg = 4.97 €)

1.49



Original
Grafschafter
Goldsaft
Zuckerrübensirup
 500-g-Dosierflasche
 (1 kg = 3.32 €)

1.66



Mövenpick
Caffè Crema oder
Crema Schümli
 ganze Bohne
 1-kg-Beutel je

10.99



Blütenzarte
Kölln flocken oder
Echte Kölln kernige
Haferflocken
 500-g-Packung je
 (1 kg = 2.22 €)

1.11



Birkel`s No. 1
Hartweizen-
Eiernudeln
 verschiedene Sorten
 500-g-Packung je
 (1 kg = 2.58 €)

1.29



Maggi
Für Genießer
Suppe
 verschiedene Sorten
 für 750/500 ml
 Beutel je
 (1 Liter = 1.19/1.78 €)

0.89



**Oldesloer
Fruchtige**
verschiedene Sorten
16% vol.
0,7-Liter-Flasche je
(1 Liter = 6.41 €)

4.49



**Malibu
Original Coconut
Liqueur**

18% vol.
0,7-Liter-Flasche
(1 Liter = 15.70 €)

10.99



Jim Beam
40/32,5% vol. oder
Bacardi
27-37,5% vol.
verschiedene Sorten
0,7-Liter-Flasche je
(1 Liter = 15.70 €)

10.99



**Pernod
Anis de France**
40% vol.
0,7-Liter-Flasche
(1 Liter = 19.99 €)

13.99



**Glenfiddich
Single Malt
Scotch Whisky
12 years**
40% vol.
0,7-Liter-Flasche
(1 Liter = 42.84 €)

29.99



**Psenner
Grappa
Barrique Classic**
40% vol.
0,7-Liter-Flasche
(1 Liter = 24.27 €)

16.99



Italien - Toscana
**Chianti
Rotwein
DOCG**
trocken
0,75-Liter-Flasche
(1 Liter = 7.99 €)

5.99



Deutschland - Nahe
**Fruity Dornfelder,
Fruity Pinot Noir**
oder **Riesling**
süß
0,75-Liter-Flasche je
(1 Liter = 6.65 €)

4.99



sj
MONTIGNY



Deutschland
JAMES
Qualitätswein
verschiedene Sorten
0,25-Liter-Flasche je
(1 Liter = 6.64 €)

1.66



Italien
**Cielo 10°
Nové Frizzante
Bianco** oder **Rosé**
halbtrocken
0,75-Liter-Flasche je
(1 Liter = 3.99 €)

2.99



**Jules Mumm
Sekt**
verschiedene Sorten
0,75-Liter-Flasche je
(1 Liter = 5.32 €)

3.99



Wittenseer Mineralwasser

verschiedene Sorten
12 Glasflaschen à 0,75/0,7 Liter
Kiste je
(1 Liter = 0,44/0,48 €)
zzgl. 3,30 € Pfand

3.⁹⁹



Volvic Mineralwasser Naturelle

1,5-Liter-PET-Flasche
(1 Liter = 0,46 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

0.⁶⁹



happy day Saft oder Nektar
verschiedene Sorten
1-Liter-Packung je

1.⁷⁹



deit Limonade zuckerfrei

verschiedene Sorten
teilweise koffeinhaltig
12 PET-Flaschen à 1 Liter
Kiste je
(1 Liter = 0,71 €)
zzgl. 3,30 € Pfand

8.⁴⁹



Hohes C Vitamin Water

verschiedene Sorten
0,75-Liter-PET-Flasche je
(1 Liter = 1,72 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

1.²⁹



28 Black Energy Drink

verschiedene Sorten
koffeinhaltig
0,25-Liter-Dose je
(1 Liter = 3,96 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

0.⁹⁹



Dithmarscher
verschiedene Sorten
20 Bügelflaschen à 0,33 Liter
Kiste je
(1 Liter = 1,82 €)
zzgl. 4,50 € Pfand

11.⁹⁹



Holsten Edel, Export oder Astra

verschiedene Sorten
27 Flaschen à 0,33 Liter
Kiste je
(1 Liter = 1,23 €)
zzgl. 3,66 € Pfand

10.⁹⁹



Paderborner
verschiedene Sorten
20 Flaschen à 0,5 Liter
Kiste je
(1 Liter = 0,70 €)
zzgl. 3,10 € Pfand

6.⁹⁹

FÜLSCHER

nah & frisch

Rosenstraße 48b, 25365 Klein Offenseth-Sparrieshoop, Tel.: 04121- 266 34 05,
www.nahundfrisch.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag: 06:30 - 19:00, Samstag: 06:30 - 14:00



Bargeld gebührenfrei!

Bei Einsatz Ihrer **ec-Karte** zahlen wir bei einem Einkaufswert **ab 10 EUR Bargeld** aus.
Der Höchstbetrag beträgt hierbei 200 EUR.

Sie finden uns im Internet unter: www.nahundfrisch.de - Wir sind auch bei Facebook für Sie da. Die Abgabe unserer Ware erfolgt nur in haushaltsüblichen Mengen und nur solange der Vorrat reicht. Irrtümer vorbehalten. Für Druckfehler keine Haftung.