

# FÜLSCHER

nah & frisch



**Red Bull Energy Drink**  
verschiedene Sorten  
koffeinhaltig  
0,25-Liter-Dose je  
(1 Liter = 3.96 €)  
zzgl. 0.25 € Pfand

**0.99**



**Kasseler Lachs**  
mit Buchenholz geräuchert  
1 kg

**9.90**

kernlos



Südafrika/Chile  
**Tafeltrauben hell**  
Sorte siehe Etikett  
Kl. I, 500-g-Schale  
(1 kg = 3.98 €)

**1.99**



**Swartau Extra, Samt** oder  
**weniger Zucker**  
verschiedene Sorten  
270-340-g-Glas je  
(1 kg = 5.85-7.37 €)

**1.99**



**Haribo Fruchtgummi**  
oder **Lakritz**  
verschiedene Sorten  
150-175-g-Beutel je  
(1 kg = 5.03-5.87 €)

**0.88**



**müller Froop**  
verschiedene Sorten  
150-g-Becher je  
(1 kg = 2.93 €)

**0.44**



**Mövenpick Kaffee**  
gemahlen oder  
ganze Bohne  
500-g-Packung je  
(1 kg = 13.98 €)

**6.99**



**Ritter Sport Bunte Vielfalt**  
verschiedene Sorten  
100-g-Tafel je  
(1 kg = 11.10 €)

**1.11**



**Kellogg's Cerealien**  
verschiedene Sorten  
205-500-g-Packung je  
(1 kg = 5.98-14.59 €)

**2.99**



**reis-fit Risbellis**  
Reiscracker  
verschiedene Sorten  
40-g-Beutel je  
(1 kg = 24.75 €)

**0.99**

Rezept: HierLeben  
Foto: Frederik Röh/Henrik Matzen

## Rezeptidee!

**FÜR 4 PORTIONEN**  
ca. 45 Minuten  
Pro Portion ca. 410 kcal

**Vegetarisch**  
**Glutenfrei**

2 Stangen Porree  
3 Möhren  
Salz  
1 EL Öl  
5 gegarte Kartoffeln  
200 g Sahne

3 Eier  
1 TL Salz  
Pfeffer  
Muskatnuss  
75 g mittelalter Gouda,  
gerieben

## Porree-Möhren- Auflauf

Porree und Möhren putzen und waschen. Porree in 3 cm lange Stücke schneiden. Möhren längs halbieren, in 1 cm lange Stücke schneiden.

Porree und Möhren 6 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Abgießen.

Auflaufform fetten. Kartoffeln pellen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Backofen auf 200 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Erst Kartoffeln, dann Gemüse in die Auflaufform geben.

Sahne und Eier verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Eiersahne über den Auflauf gießen. 20 Minuten backen.

Geriebenen Käse über den Auflauf geben und weitere 15 Minuten backen. Heiß servieren.



aus Norddeutschland

## Speisemöhren

Kl. I  
1-kg-Beutel

0.99



Deutschland/  
Niederlande  
**Porree**  
Kl. I, 1 kg

1.99



aus Norddeutschland

## Knollensellerie

Kl. I  
1 kg

0.99



aus Norddeutschland

## Speisewiebeln

Kl. I  
1-kg-Beutel

0.99



aus Norddeutschland

## Speisekartoffeln

festkochend, vorwiegend festkochend oder mehligkochend  
Sorte siehe Etikett  
2,5-kg-Beutel je  
(1 kg = 1.00 €)

2.49



Costa Rica

**Ananas**  
„Tropical Gold“  
super sweet  
Kl. I, Stück

3.99



aus Norddeutschland

## Kanzi Tafeläpfel

„Nicoter“  
Kl. I, 800-g-Schale  
(1 kg = 3.11 €)

2.49



Spanien  
**Bio Zitronen**  
„Primofiori“  
Kl. II, Stück

0.99



Spanien  
**Mandarinen**  
Kl. I, 750-g-Beutel  
(1 kg = 3.72 €)

2.79

# Unsere Mittagstisch- Angebote:

Aus eigener  
Herstellung,  
immer frisch  
zubereitet!

Montag 11-13 Uhr warm

## Schnitzel

mit Kartoffel- oder  
Nudelsalat  
Portion

7.50

Dienstag 11-13 Uhr warm

## Erbsensuppe

Portion

5.90

Mittwoch 11-13 Uhr warm

## Fleischkäse Auflauf

Portion

6.90

Donnerstag 11-13 Uhr warm

## Putenrahm- geschnetzeltes

mit Spätzle  
Portion

7.90

Freitag 11-13 Uhr warm

## Burgunder Braten

mit Brötchen

Portion

5.50



regional.ehrlich.transparent

# FÜLSCHER

## Fleisch & Wurst

Täglich verarbeiten wir regionales und frisches Fleisch aus eigener Schlachtung und Zerlegung zu einzigartigen Produkten. Das über Jahrhunderte gepflegte und konstant vertiefte Wissen unseres Handwerks bildet dabei die Basis unserer Arbeit.

**f** Fleischerhandwerk  
Das Original!



**Falsches Filet**  
ein leckere Braten aus Bug  
1 kg

16.90



**Flank Steak**  
Rindfleisch aus  
Schleswig-Holstein  
1 kg

23.90



**Mettwurst  
Rumkeule**  
magere Mettwurst mit Rum  
100 g

1.89



**Kochschinken**  
unser altdeutscher  
Meisterschinken ist  
handgewickelt und  
mild geräuchert  
100 g

1.99



**Arla Kærgården**  
oder **Balance**  
ungesalzen oder gesalzen  
200-g-Becher je  
(1 kg = 6.95 €)

**1.39**



**Philadelphia Frischkäsezubereitung**

verschiedene Sorten  
und Fettanteile  
100-195-g-Becher je  
(1 kg = 5.08-9.90 €)

**0.99**



**Milram**  
Käsescheiben  
oder Reibekäse  
verschiedene Sorten  
und Fettanteile  
150-g-Packung je  
(1 kg = 9.93 €)

**1.49**



**Hochland**  
Sandwich-Scheiben  
verschiedene Sorten  
150-g-Packung je  
(1 kg = 11.93 €)

**1.79**



**Hofgut**  
Heringsalat rot,  
Lauch-Schinkensalat,  
Dill-Herings-Happen  
oder Budapester Salat  
200-g-Becher je  
(1 kg = 7.45 €)

**1.49**



**Hofgut**  
Reine  
Buttermilch  
maximal 1% Fett  
500-g-Becher  
(1 kg = 0.98 €)

**0.49**



**Friendly Viking's**  
O'gurt  
verschiedene Sorten  
350-g-Becher je  
(1 kg = 5.11 €)

**1.79**



**Dr. Oetker**  
Löffelglück  
Sahne- oder Grießpudding,  
Grütze oder High Protein  
Pudding oder Milchreis  
verschiedene Sorten  
500/400-g-Becher je  
(1 kg = 3.98/4.98 €)

**1.99**



**innocent**  
Direktsaft  
verschiedene Sorten  
1350-ml-Flasche je  
(1 Liter = 2.59 €)  
zzgl. 0.25 € Pfand

**3.49**



**Garden Gourmet**  
vegetarische  
Spezialität  
verschiedene Sorten  
160-200-g-Packung je  
(1 kg = 12.45-15.56 €)

**2.49**



**vegan leben**  
Hafer-, Reis-  
oder Baristadrink  
verschiedene Sorten  
1-Liter-Packung je

**0.99**



### Gustavo Gusto Pizza

verschiedene Sorten  
gefroren  
385-480-g-Packung je  
(1 kg = 7.27-9.06 €)

**3.49**



**Frosta**  
**Gemüse Pfanne**  
verschiedene Sorten, gefroren  
480-g-Beutel je  
(1 kg = 4.15 €)

**1.99**



**Block House**  
**Burger**  
verschiedene Sorten  
gefroren  
2 x 200/320 g  
Packung je  
(1 kg = 21.84 €)

**6.99**



**Block House**  
**Sour Cream**  
mit feinen Kräutern  
oder Knoblauch  
200-g-Becher je  
(1 kg = 8.45 €)

**1.69**



**Wagner**  
**Rustipani**  
verschiedene Sorten, gefroren  
170-180-g-Packung je  
(1 kg = 9.94-10.53 €)

**1.79**



**Langnese**  
**Cremissimo**  
verschiedene Sorten  
900/825-ml-Becher je  
(1 Liter = 1.99/2.17 €)

**1.79**



**Coppenrath & Wiese**  
**Benjamin Blümchen-Torte**  
oder **Meister Torte**  
verschiedene Sorten, gefroren  
500-1150-g-Packung je  
(1 kg = 6.08-13.98 €)

**6.99**

...nur erhältlich in Märkten mit Bedienteke!



**Bayernland**  
**Bayerländer**  
deutscher Schnittkäse  
48% Fett i. Tr.  
100 g im Stück

**0.99**



**Bergader**  
**Bavaria blu**  
mit **Blauschimmel**  
deutscher Weichkäse  
70% Fett i. Tr.  
100 g im Stück

**1.79**



**Rote Hexe**  
Schweizer Schnittkäse  
aus Rohmilch  
55% Fett i. Tr.  
100 g im Stück

**2.69**

Lorenz  
Nic Nac's  
110-g-Beutel  
(1 kg = 10.09 €)



1.<sup>11</sup>

hitschies  
Drachenzungen,  
Spinnenbeine oder Schnüre  
verschiedene Sorten  
125-g-Beutel je  
(1 kg = 7.92 €)



0.<sup>99</sup>

Kettle  
Chips  
verschiedene Sorten  
130-g-Beutel je  
(1 kg = 13.77 €)



1.<sup>79</sup>

Hofgut  
Doppelkekse-Minis  
Haselnuss oder Zitrone  
250-g-Packung je  
(1 kg = 5.16 €)



1.<sup>29</sup>

Ferrero  
kinder Schokolade  
oder Yogurette  
Erdbeere  
100-g-Tafel je  
(1 kg = 11.90 €)



1.<sup>19</sup>

Leicht & Cross  
Knusperbrot  
verschiedene Sorten  
125-g-Packung je  
(1 kg = 8.88 €)



1.<sup>11</sup>

Schwartau  
Corny Haferkraft  
verschiedene Sorten  
4 x 35-g-Packung je  
(1 kg = 12.79 €)



1.<sup>79</sup>

Heinz  
Tomato Ketchup,  
Tomato Ketchup Zero  
oder Mayonnaise  
400-ml-Squeeze-  
Flasche je  
(1 Liter = 4.48 €)



1.<sup>79</sup>

Little Lunch  
Suppe oder Eintopf  
verschiedene Sorten  
350-g/350-ml-Glas je  
(1 kg/Liter = 7.97 €)



2.<sup>79</sup>

Saupiquet  
Thunfisch-Filets  
verschiedene Sorten  
185-g-Dose/2 x 80-g-Packung je  
(Abtropfgew. 130/112 g, 1 kg = 23.00/28.75 €)



2.<sup>99</sup>

Hofgut  
Gemüse  
verschiedene Sorten  
580/720-ml-Glas je  
(Abtropfgew. 280-480 g,  
1 kg = 2.69-4.61 €)



1.<sup>29</sup>



**Purina  
Gourmet  
Perle oder  
Perle Duetto  
Katzennahrung**

verschiedene Sorten

85-g-Beutel je  
(1 kg = 6.94 €)

**0.59**



**Havana Club  
3 Years** oder  
**Añejo Especial**  
37,5% vol.  
0,7-Liter-Flasche je  
(1 Liter = 15.70 €)

**10.99**



**Tullamore  
D.E.W.  
Irish Whiskey**  
40% vol. oder  
**Honey** 35% vol.  
0,7-Liter-Flasche je  
(1 Liter = 18.56 €)

**12.99**



**schauma  
Shampoo** oder  
**Spülung**  
verschiedene Sorten  
400/250-ml-Flasche je  
(1 Liter = 3.98/6.36 €)

**1.59**

*Biozidprodukte vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets  
Etikett und Produktinformation lesen.*



**Knut Hansen  
Dry Gin**  
42% vol.  
0,5-Liter-Flasche  
(1 Liter = 59.98 €)

**29.99**



**Freixenet  
Carta Premium  
Sparkling Wine** oder  
**0,0% alkoholfrei**  
verschiedene Sorten  
0,75-Liter-Flasche je  
(1 Liter = 5.32 €)

**3.99**



**Sagrotan  
Allzweck-, Bad- oder  
WC-Reiniger**  
verschiedene Sorten  
600-1500-ml-Flasche/  
Sprühflasche je  
(1 Liter = 1.86-4.65 €)

**2.79**



**Italien  
Bardolino**  
oder **Chardonnay**  
trocken  
und weitere Sorten  
0,75-Liter-Flasche je  
(1 Liter = 4.65 €)

**3.49**



**Deutschland - Nahe  
Grauer** oder  
**Weißer  
Burgunder**  
trocken  
0,75-Liter-Flasche je  
(1 Liter = 4.65 €)

**3.49**



**Pampers  
premium protection**  
Größe 3-7  
Packung je

**7.99**



### Volvic Touch

oder Tee  
verschiedene Sorten  
1,5-Liter-PET-Flasche je  
(1 Liter = 0,79 €)  
zzgl. 0,25 € Pfand

1.19



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

1.99



Gerolsteiner  
Mineralwasser  
verschiedene Sorten  
1,5-Liter-PET-Flasche je  
(1 Liter = 0,66 €)  
zzgl. 0,25 € Pfand

0.99



### Fürst Bismarck Mineralwasser

verschiedene Sorten  
12 PET-Flaschen à 1 Liter  
Kiste je  
(1 Liter = 0,42 €)  
zzgl. 4,50 € Pfand

4.99



### Holsten Pilsener oder 0,0%

24 Flaschen à 0,33 Liter  
Kiste je  
(1 Liter = 1,26/1,00 €)  
zzgl. 3,42/3,10 € Pfand

9.99



### Krombacher Spezi

koffeinhaltig  
20 Flaschen à 0,5 Liter  
oder 24 Flaschen à 0,33 Liter  
Kiste je  
(1 Liter = 1,00/1,26 €)  
zzgl. 3,10 € Pfand

9.99



### Bitburger Premium Pils

24 Flaschen à 0,33 Liter  
Kiste  
(1 Liter = 1,51 €)  
zzgl. 3,42 € Pfand

11.99



### Erdinger Weißbier

verschiedene Sorten  
20 Flaschen à 0,5 Liter  
Kiste je  
(1 Liter = 1,50 €)  
zzgl. 3,10 € Pfand

14.99



### Warsteiner Pilsener

0,5-Liter-Dose  
(1 Liter = 1,38 €)  
zzgl. 0,25 € Pfand

0.69

# 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](http://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.