

# FÜLSCHER

nah & frisch



**Wagner  
Steinofen-Pizza**  
verschiedene Sorten, gefroren  
300–380-g-Packung je  
(1 kg = 4.45–5.63 €)

**1.69**



**Nackensteak**  
natur und gewürzt  
1 kg

**9.90**



aus Norddeutschland  
**Spargel weiß**  
Kl. I, 1 kg

**12.90**



**Milka  
Haselnuss-  
creme**  
350-g-Glas  
(1 kg = 7.11 €)

**2.49**



**Senseo  
Kaffeepads**  
verschiedene Sorten  
8–16 Pads, 92–125-g-Packung je  
(1 kg = 23.92–32.50 €)

**2.99**



**Ehrmann  
Grand Dessert**  
verschiedene Sorten  
190-g-Becher je  
(1 kg = 2.58 €)

**0.49**



**Lorenz  
Naturals**  
verschiedene Sorten  
95/80-g-Beutel je  
(1 kg = 15.68/18.63 €)

**1.49**



**Fuze Tea**  
verschiedene Sorten  
1,25-Liter-PET-Flasche je  
(1 Liter = 1.11 €)  
zzgl. 0.25 € Pfand

**1.39**



**Hela  
Gewürz  
Ketchup**  
verschiedene Sorten  
300-ml-Flasche je  
(1 Liter = 4.97 €)

**1.49**



**Knorr  
Fix**  
verschiedene Sorten  
28–90-g-Beutel je  
(1 kg = 5.44–17.50 €)

**0.49**

Rezept: HierLeben  
Foto: Frederik Röh/Henrik Matzen

# Rezeptidee!



**Für 4 Portionen**  
**Zubereitungszeit:**  
**ca. 35 Minuten**

**Pro Portion**  
**ca. 220 kcal**  
**Glutenfrei | Laktosefrei**

**Für die Salsa**  
2 Fleischtomaten  
(ca. 400 g)  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 grüne Chilischote  
1 EL Zitronensaft  
3 EL Öl  
2 EL Tomatenmark  
½ TL Honig

Tabasco  
Schnittlauchröllchen  
**Für die Spieße**  
250 g Hähnchenbrustfilet  
Salz, Pfeffer  
2 rote Zwiebeln  
3 Weinbergpfirsiche  
**Außerdem**  
8 Schaschlikspieße

## Grillspieße mit Hähnchen, Pfirsich und Tomatensalsa

Tomaten waschen, achteln, Kerne und Trennwände entfernen. Fruchtfleisch fein würfeln und in eine Schüssel geben. Zwiebel und Knoblauch pellen, fein würfeln und zu den Tomaten geben. Chilischote längs halbieren, Kerne entfernen. Sehr fein würfeln und mit in die Schüssel geben. Schüsselinhalt mit Zitronensaft, Öl, Tomatenmark und Honig vermengen. Mit Tabasco abschmecken. Hähnchenbrustfilet kalt abspülen, trocken tupfen, in große Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln pellen und achteln. Pfirsiche waschen und in Spalten schneiden. Hähnchenfleisch, Zwiebelscheiben und Pfirsichspalten abwechselnd auf Spieße stecken. Spieße von allen Seiten kräftig angrillen. Bei indirekter Hitze 5 bis 8 Minuten von allen Seiten garen. Schnittlauchröllchen über die Salsa streuen. Spieße mit der Salsa servieren.  
**Tipp:** Dazu passen Sesambrotchen.



**2.99**

**Spanien**  
**Romatomaten**  
Kl. I, 500-g-Schale  
(1 kg = 5.98 €)



**BIO**  
**China/Peru**  
**Ingwer**  
200-g-Pack  
(1 kg = 12.45 €)

**2.49**



**Hofgut**  
aus Norddeutschland  
**Speise-  
zwiebeln**  
Kl. I, 1-kg-Beutel

**0.99**

festkochend



**Ägypten**  
**Speise-  
frühkartoffeln**  
**„Princess“**  
1,5-kg-Beutel  
(1 kg = 1.66 €)

**2.49**



**Hofgut**  
aus Norddeutschland  
**Speisemöhren**  
Kl. I  
1-kg-Beutel

**1.19**



aus Norddeutschland  
**Tafeläpfel**  
**Honeycrunch**  
**„Honeycrisp“**  
Kl. I, 650-g-Schale  
(1 kg = 3.83 €)

**2.49**



**BIO**  
**Spanien**  
**Kulturheidelbeeren**  
Kl. II, 125-g-Schale  
(1 kg = 23.92 €)

**2.99**



**Spanien**  
**Saftorangen**  
Sorte siehe Etikett  
Kl. I, 1,5-kg-Beutel  
(1 kg = 1.99 €)

**2.99**



**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

## Weißer Bohnen- suppe

Portion

5.90

Mittwoch 11-13 Uhr warm

## Kartoffelauflauf

mit Hack, Spinat  
und Feta  
Portion

6.90

Donnerstag 11-13 Uhr warm

## Paprikahacktopf

Portion

7.90

Freitag 11-13 Uhr warm

## Bugrunder Braten mit Brötchen

Portion

5.50



regional.ehrlich.transparent

# FÜLSCHER

## Fleisch & Wurst

Eröffnen Sie mit uns die fünfte Jahreszeit, die Grillzeit.  
Denn wir haben den Stoff aus dem Grillträume sind!  
Mit Fleisch aus eigener Schlachtung und Zerlegung  
sowie unsere handwerklich hergestellte Wurst.  
Und das alles aus ihrer Region.

**f** Fleischerhandwerk  
Das Original!



**Burgunder Braten**  
aus dem Schweine Schinken  
1 kg

7.20



**Cevapcici**  
würziger Genuss  
1 kg

13.90



**Krakauer**  
160-g-Stück  
100 g

1.19



**Hamburger  
Gekochte**  
herrlich kräftig im Geschmack  
100 g

1.59



**Mövenpick Feinjoghurt**  
verschiedene Sorten  
150-g-Becher je  
(1 kg = 4.60 €)

**0.69**



**Dr. Oetker**  
**Paula Pudding** 4 x 125 g,  
**Paula minis** 8 x 50 g oder  
**Paula Snack Vanille** 4 x 28 g  
verschiedene Sorten  
Packung je  
(1 kg = 2.98–13.30 €)

**1.49**



**Zott**  
**Monte Maxi**  
**Schoko** oder **White** 4 x 100 g  
oder **Mega Monte** 400 g  
Packung/Becher je  
(1 kg = 3.73 €)

**1.49**



**Rama**  
400-g-Becher  
(1 kg = 3.23 €)

**1.29**



**Hamfelder Hof Milch**  
mindestens 3,8%  
oder 1,5% Fett  
1-Liter-Packung je

**1.69**



**Jeden Tag**  
**Mozzarella**  
45% Fett i. Tr. oder  
**light** 30% Fett i. Tr.  
200-g-Packung je  
(Abtropfgew. 125 g, 1 kg = 6.80 €)

**0.85**



**Kerrygold**  
**Cheddar**  
**Käsescheiben**  
verschiedene Sorten  
130/120-g-Packung je  
(1 kg = 14.54/15.75 €)

**1.89**



**Géramont**  
**Weichkäse, Le Snack**  
oder **Scheiben**  
verschiedene Sorten  
und Fettanteile  
130–200-g-Packung je  
(1 kg = 9.95–15.31 €)

**1.99**



**YOUCOOK**  
**internationales**  
**Fertiggericht**  
verschiedene Sorten  
400–440-g-Packung je  
(1 kg = 8.61–9.48 €)

**3.79**



**Like**  
**Fleischalternative**  
verschiedene Sorten  
180/175-g-Schale je  
(1 kg = 13.83/14.23 €)

**2.49**



**innocent**  
**Smoothie**  
verschiedene Sorten  
250-ml-Flasche je  
(1 Liter = 6.76 €)  
zzgl. 0.25 € Pfand

**1.69**



**McCain**  
Air Fryer Frites  
gefroren, 500-g-Beutel  
(1 kg = 3,98 €)

**1.99**



**Frosta**  
Gemüse Pfanne  
verschiedene Sorten, gefroren  
480-g-Beutel je  
(1 kg = 4,56 €)

**2.19**



**Hofgut**  
Chicken  
Cheese Nuggets  
gefroren, 400-g-Packung  
(1 kg = 8,73 €)

**3.49**



**Hofgut**  
Atlantische  
Kabeljaufilets  
gefroren, 250-g-Packung  
(1 kg = 19,96 €)

**4.99**



**Biogreno**  
Erbsen, Erbsen & Möhren,  
Gemüse-Mix, Buttergemüse  
oder Blumenkohl  
gefroren, 300-g-Packung je  
(1 kg = 3,97 €)

**1.19**



**Biogreno**  
Heidelbeeren  
gefroren  
300-g-Packung  
(1 kg = 10,97 €)

**3.29**



**Coppenrath & Wiese**  
Cafeteria  
fein & sahnig  
verschiedene Sorten  
435-700-g-Packung je  
(1 kg = 4,76-7,66 €)

**3.33**



**Frikadellensnack**  
165-g-Stück  
(1 kg = 6,73 €)

**1.11**

...nur erhältlich in Märkten mit Bedienteke!



**Beemster**  
mild  
holländischer Schnittkäse  
mindestens 48% Fett i. Tr.  
100 g im Stück

**1.19**



**Biogreno**  
Schnittkäse  
verschiedene Sorten  
48-55% Fett i. Tr.  
100 g im Stück

**1.49**



**Havarti**, 45% Fett i. Tr.  
oder **Danbo** 30/45% Fett i. Tr.  
mit oder ohne Kümmel  
verschiedene Sorten  
dänischer Schnittkäse  
100 g im Stück

**1.69**



**Barilla Pesto**  
verschiedene Sorten  
190-200-g-Glas je  
(1 kg = 12.45-13.11 €)

**2.49**



**Barilla italienische Teigwaren**  
verschiedene Sorten  
500-g-Packung je  
(1 kg = 1.98 €)

**0.99**



**Bahlsen Gebäck**  
verschiedene Sorten  
100-150-g-Packung je  
(1 kg = 13.27-19.90 €)

**1.99**



**Hitschies Kaubonbon**  
verschiedene Sorten  
100-150-g-Beutel je  
(1 kg = 7.93-11.90 €)

**1.19**



**Knoppers minis**  
200-g-Beutel  
(1 kg = 9.95 €)

**1.99**



**Chio Tortillas**  
verschiedene Sorten  
110-g-Beutel je  
(1 kg = 10.09 €)

**1.11**



**Bonduelle Goldmais, Kidneybohnen, Kichererbsen oder Linsen**  
425-ml-Dose je  
(Abtropfgew. 250-285 g, 1 kg = 4.18-4.76 €)

**1.19**



**Bonne Maman Konfitüre oder Gelee**  
verschiedene Sorten  
370-g-Glas je  
(1 kg = 8.08 €)

**2.99**



**Dr. Oetker Backmischung**  
verschiedene Sorten  
250-580-g-Packung je  
(1 kg = 4.81-11.16 €)

**2.79**



**Mövenpick Caffè Crema oder Crema Schmilli**  
ganze Bohne  
1-kg-Beutel je

**13.99**



**Maggi Guten Appetit! Suppe** 3-4 Teller  
verschiedene Sorten  
für 0,75-1 Liter, Beutel je  
(1 Liter = 0.69-0.92 €)

**0.69**



**Cesar**  
**Hundenahrung**  
 verschiedene Sorten  
 150-g-Schale je  
 (1 kg = 5.27 €)

**0.79**



**Barceló**  
**Ron Dominicano**  
**Gran Añejo**  
 37,5% vol.  
 0,7-Liter-Flasche  
 (1 Liter = 21.41 €)

**14.99**



**Wodka**  
**Gorbatschow**  
 37,5% vol.  
 0,7-Liter-Flasche  
 (1 Liter = 9.27 €)

**6.49**



**Finsbury**  
**London**  
**Dry Gin** oder  
**Wild Strawberry**  
 37,5% vol.  
 0,7-Liter-Flasche je  
 (1 Liter = 12.84 €)

**8.99**



**Ouzo**  
**of Plomari**  
 40% vol.  
 0,7-Liter-Flasche  
 (1 Liter = 14.27 €)

**9.99**



**Kyle's Club**  
**Rum & Cola, Vodka & Lemon,**  
**Gin & Tonic** oder **Whiskey-Cola**  
 10% vol., teilweise koffeinhaltig  
 0,25-Liter-Dose je  
 (1 Liter = 7.96 €)  
 zzgl. 0.25 € Pfand

**1.99**



**Deutschland - Nahe**  
**Fruity**  
**Riesling,**  
**Pinot Noir**  
 oder **Dornfelder**  
 0,25-Liter-Flasche je  
 (1 Liter = 7.96 €)

**1.99**



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

**2.99**



**Italien**  
**Montepulciano**  
**D'Abruzzo**  
 oder **Soave**  
 trocken und weitere Sorten  
 0,75-Liter-Flasche je  
 (1 Liter = 4.65 €)

**3.49**



**The South Africa**  
**Collection**  
 verschiedene Sorten  
 0,75-Liter-Flasche je  
 (1 Liter = 5.32 €)

**3.99**



**Durstlöcher**  
verschiedene Sorten  
0,5-Liter-Packung je  
(1 Liter = 1,58 €)

**0.79**



**Amecke  
Sanfte Säfte,  
Säfte + oder  
Wilde Wiese**  
verschiedene Sorten  
1-Liter-Packung je

**1.99**



**effect  
Energy Drink  
Original oder Zero**  
koffeinhaltig  
0,33-Liter-Dose je  
(1 Liter = 3,00 €)  
zzgl. 0.25 € Pfand

**0.99**



**hella  
Mineralwasser**  
verschiedene Sorten  
1,5 Liter PET-Flasche je  
(1 Liter = 0,53 €)  
zzgl. 0.25 € Pfand

**0.79**



**Vilsa  
Mineralwasser**  
verschiedene Sorten  
12 Glasflaschen à 0,7 Liter  
Kiste je  
(1 Liter = 0,57 €)  
zzgl. 3.30 € Pfand

**4.79**



**Paderborner**  
verschiedene Sorten  
20 Flaschen à 0,5 Liter  
Kiste je  
(1 Liter = 0,80 €)  
zzgl. 3.10 € Pfand

**7.99**



**König Pilsener**  
24 Flaschen à 0,33 Liter  
Kiste  
(1 Liter = 1,32 €)  
zzgl. 3.42 € Pfand

**10.49**



**Astra Urtyp**  
0,5-Liter-Dose  
(1 Liter = 1,18 €)  
zzgl. 0.25 € Pfand

**0.59**



**Holsten  
Pilsener  
oder Edel**  
0,5-Liter-Dose je  
(1 Liter = 1,18 €)  
zzgl. 0.25 € Pfand

**0.59**

**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.