

FÜLSCHER

nah & frisch



Coca-Cola, Fanta, Sprite oder **Mezzo Mix**
 verschiedene Sorten
 teilweise koffeinhaltig
 12 PET-Flaschen à 1 Liter
 Kiste je
 (1 Liter = 1.00 €)
 zzgl. 3.30 € Pfand

11.99



Kluftschnitzel
 vom Schwein,
 sehr mager und zart
 1 kg

10.90



Ecuador/Kolumbien
Bananen
 1 kg

1.99



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

2.99



Melitta
Kaffee
 verschiedene Sorten
 500-g-Packung je
 (1 kg = 13.98 €)

6.99



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

0.44



Katjes
Fruchtgummi
 oder **Lakritz**
 verschiedene Sorten
 210-g-Beutel je
 (1 kg = 4.71 €)

0.99



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

0.49



reis-fit
Express
 verschiedene Sorten
 250-g-Packung je
 (1 kg = 6.36 €)

1.59



yfood
THIS IS FOOD
Trinkmahlzeit
 verschiedene Sorten
 500-ml-Flasche je
 (1 Liter = 5.98 €)
 zzgl. 0.25 € Pfand

2.99

Rezept: HierLeben
Foto: Frederik Röh/Henrik Matzen

Rezeptidee!



FÜR 4 PORTIONEN
ca. 40 Minuten
+ Gehzeiten

Pro Portion
ca. 940 kcal
Vegetarisch

½ Würfel Hefe
1 TL Salz
1 TL Zucker
300 ml lauwarmes
Wasser
400 g Mehl

400 g grüner Spargel
6 EL Olivenöl
200 g Tomaten
250 g Mozzarella
250 ml Sauce Hollandaise
½ Topf Basilikum

Tomaten- Spargel-Pizza

Hefe, Salz und Zucker im Wasser auflösen. Mehl zufügen und alles zu einem Teig rühren. Zugedeckt 45 Minuten gehen lassen. Spargel im unteren Drittel schälen und in Stücke schneiden. In 4 EL Öl in einer Pfanne 2 Minuten braten.

Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Mozzarella in Scheiben schneiden.

Backofen auf 220 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Teig durchkneten, auf einem Backpapier auf Blechgröße ausrollen und mit dem Papier aufs Blech heben. Weitere 15 Minuten gehen lassen.

Soße auf dem Teig verteilen. Spargelstücke, Tomaten und Mozzarella auflegen. 16 bis 18 Minuten backen.

Pizza mit Basilikumblättchen garnieren und mit etwas Olivenöl beträufeln.



Spanien/ Niederlande
Cherryrispentomaten
Kl. I
500-g-Schale
(1 kg = 3.98 €)

1.99



Italien
Feldsalat
150-g-Schale
(1 kg = 11.93 €)

1.79



Spanien
Mini sweet Paprika
oder **Mini Gurken**
Kl. I, 200-g-Pack je
(1 kg = 8.95 €)

1.79



BiO

Italien
Baby Spinat
Kl. II, 100-g-Beutel
(1 kg = 19.90 €)

1.99



festkochend

Israel
**Speise-
frühkartoffeln**
Drillinge „Regina“
1-kg-Schale

2.49



kernarm

Spanien/Italien
**Mini-
Wassermelonen**
Kl. I, Stück

3.99



aus Norddeutschland

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

2.49



Deutschland
Rhabarber
Kl. I, 1 kg

2.99



verschieden gereifte
Früchte

Peru/RSA
Avocado „Hass“ oder
Avocado „Fuerte“
Kl. I, Stück je

1.49

Unsere Mittagstisch-Angebote:

Aus eigener Herstellung, immer frisch zubereitet!

Montag 11-13 Uhr warm

Schnitzel

mit Bratkartoffeln

Portion

7.50

Dienstag 11-13 Uhr warm

Erbsensuppe

Portion

5.90

Mittwoch 11-13 Uhr warm

Brokkoli-Kartoffelgratin

mit Putenfleisch

Portion

7.50

Donnerstag 11-13 Uhr warm

Hirschgulasch

mit Preiselbeeren und Bandnudeln

Portion

9.50

Freitag 11-13 Uhr warm

Fülscher Burger Spezial

Portion

7.50



regional.ehrlich.transparent

FÜLSCHER

Fleisch & Wurst

Unsere Original Holsteiner Katenschinken salzen wir noch traditionell von Hand. Jede Woche werden die Schinken gewendet, neu eingesalzen und dann in unserer „alten“ Räucherammer geräuchert. Das milde Aroma entsteht durch lange Reifezeit und dem Wechselspiel zwischen Buchenholzrauch und frischer Holsteiner Luft.

f Fleischerhandwerk
Das Original!



Frischer Schinkenbraten

mit Schwarte, bei diesem Braten eignet sich die Niedriggarmethode hervorragend
1 kg

7.10



Lamm Bratwurst

mild würzig
Richtig Lecker!
100 g

1.89



Holsteiner Sardellenwurst
herzhafter Geschmack
100 g

1.69



Fleischsalat
frisch aus eigener Herstellung
100 g

1.29



Starbucks Coffee
verschiedene Sorten
220-ml-Becher je
(1 Liter = 6.77 €)

1.49



müller Müllermilch
verschiedene Sorten
400-ml-Flasche je
(1 Liter = 1.98 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

0.79



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

1.49



alpro
Skyr Style
verschiedene Sorten
400-g-Becher je
(1 kg = 4.23 €)

1.69



Biogreno
Joghurt mild
Natur 3,8% Fett
500-g-Mehrweg-Glas
(1 kg = 2.22 €)
zzgl. 0.15 € Pfand

1.11



Leerdammer
Käsescheiben
verschiedene Sorten
und Fettanteile
100-140-g-Packung je
(1 kg = 10.64-14.90 €)

1.49



Hofgut
Fleischsalat
verschiedene Sorten
200-g-Becher je
(1 kg = 4.95 €)

0.99



Bergader
Almzeit oder **Bavaria blu**
verschiedene Sorten
und Fettanteile
175-g-Packung je
(1 kg = 11.37 €)

1.99



Ferrero
Milch-Schnitte
oder **Kinder Pingui**
280/240-g-Packung je
(1 kg = 8.89/10.38 €)

2.49



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

1.69



popp
Baked Potatoes
400-g-Packung
(1 kg = 4.48 €)

1.79



**Frosta
Fertiggericht**
verschiedene Sorten, gefroren
500/450-g-Beutel je
(1 kg = 5.58/6.20 €)

2.79



**Dr. Oetker Pizza
Die Ofenfrische**
verschiedene Sorten, gefroren
382-435-g-Packung je
(1 kg = 4.57-5.21 €)

1.99



**iglo
Frisch vom Feld
Natur-Gemüse**
verschiedene Sorten, gefroren
540/400-g-Packung je
(1 kg = 3.69/4.98 €)

1.99



**Hofgut
Gemüse**
verschiedene Sorten, gefroren
450-g-Packung je
(1 kg = 2.87 €)

1.29



**Hofgut
Zanderfilet**
gefroren, 225-g-Packung
(1 kg = 22.18 €)

4.99



**Hofgut
Hähnchen-
Schnitzel
Wiener Art**
gefroren, 750-g-Beutel
(1 kg = 7.99 €)

5.99



**Magnum
Multipack**
verschiedene Sorten
255-330-ml-Packung je
(1 Liter = 9.06-11.73 €)

2.99



**Coppenrath
& Wiese
Sahn-Rolle**
verschiedene Sorten
gefroren
400-g-Packung je
(1 kg = 7.48 €)

2.99

...nur erhältlich in Märkten mit Bedienteke!



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

1.11



**Holtseer
Ascheberger
Für Kenner**
deutscher Schnittkäse
kräftig-pikant
45% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.19



**Biogreno
Uriger Allgäuer**
deutscher Schnittkäse
50% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.79



**ültje
Erdnüsse**
verschiedene Sorten
180-g-Dose je
(1 kg = 9.39 €)

1.69



**Ritter Sport
Schokolade
Bunte Vielfalt**
verschiedene Sorten
100-g-Tafel je
(1 kg = 11.90 €)

1.19



**funny-frisch
Chipsfrisch**
verschiedene Sorten
150-g-Beutel je
(1 kg = 7.40 €)

1.11



**Maoam
Kracher**
Classic, Cola oder Pinballs
200-g-Beutel je
(1 kg = 5.55 €)

1.11



**Ritz
Crackers**
200-g-Packung
(1 kg = 7.45 €)

1.49



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

2.49



**Dr. Oetker
Paradies-Creme**
verschiedene Sorten
für 300 ml, Beutel
(1 Liter = 3.30 €)

0.99



**ESN
Protein-Riegel**
verschiedene Sorten
45-g-Packung je
(1 kg = 44.22 €)

1.99



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

2.99



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

0.69



**De Cecco
Teigwaren**
verschiedene Sorten
500-g-Packung je
(1 kg = 3.38 €)

1.69



Animonda Adult Raffinesse in Gelee

verschiedene Sorten
85-g-Beutel je
(1 kg = 5.76 €)

0.49



**Campari
Bitter**
25% vol.
0,7-Liter-Flasche
(1 Liter = 15.70 €)

10.99



**Tanqueray
London Dry Gin**
41,3%/43,1% vol.
verschiedene Sorten
0,7-Liter-Flasche je
(1 Liter = 22.84 €)

15.99



**Nivea
Duschgel**
verschiedene Sorten
250-ml-Flasche je
(1 Liter = 7.16 €)

1.79



**Havana Club
& Cola**
verschiedene Sorten
10% vol.
koffeinhaltig
0,33-Liter-Dose je
(1 Liter = 6.03 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

1.99



Südfrankreich
**JP. Chenet
Cabernet-Syrah
oder Merlot**
0,75-Liter-Flasche je
(1 Liter = 4.65 €)

3.49



**head &
shoulders
Shampoo** oder
Spülung
verschiedene Sorten
220-300-ml-Flasche je
(1 Liter = 13.30-18.14 €)

3.99



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

3.49



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

3.99



**Frosch
WC-Reiniger**
verschiedene Sorten
750-ml-Flasche je
(1 Liter = 2.65 €)

1.99



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

0.79



**Volvic
Touch**

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

1.19



**Fürst Bismarck
Mineralwasser**
verschiedene Sorten
12 Glasflaschen à 0,75 Liter
Kiste je
(1 Liter = 0,44 €)
zzgl. 3,30 € Pfand

3.99



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

0.99



fuze tea
verschiedene Sorten
1,25-Liter-PET-Flasche je
(1 Liter = 1,03 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

1.29



**Holsten
Pilsener,
Edel** oder
Astra Urtyp
0,5-Liter-Dose je
(1 Liter = 1,18 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

0.59



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

11.99



Carlsberg Lager Beer
24 Flaschen à 0,33 Liter
20 Flaschen à 0,5 Liter oder
Carlsberg 0,0% vol.
20 Flaschen à 0,5 Liter
Kiste je
(1 Liter = 1,89/1,50 €)
zzgl. 3,42/3,10 € Pfand

14.99



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

14.99

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.