

FÜLSCHER

nah & frisch



Malibu
Original Coconut Liqueur
 18% vol.
 0,7-Liter-Flasche
 (1 Liter = 15,70 €)

10.99

Karbo Steak
 magere Steaks vom Schwein
 natur und gewürzt
 1 kg

9.90

Deutschland
Erdbeeren
 Kl. I
 500-g-Schale
 (1 kg = 5,98 €)

2.99

Schwartau
Extra, Samt,
Samt weniger Zucker,
weniger Zucker oder Zero
 verschiedene Sorten
 255-340-g-Glas je
 (1 kg = 5,85-7,80 €)

1.99

Melitta
Bella Crema Café
 ganze Bohnen
 verschiedene Sorten
 1-kg-Beutel je

13.99

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

1.49

Milka
Schokolade
 verschiedene Sorten
 85-100-g-Tafel je
 (1 kg = 11,90-14,00 €)

1.19

Birkel
Hartweizen-
Eiernudeln
 verschiedene Sorten
 500-g-Packung je
 (1 kg = 2,58 €)

1.29

Thomy
reines Sonnen-
blumenöl
 750-ml-Flasche
 (1 Liter = 3,32 €)

2.49

Wasa
Knäckebrot
 verschiedene Sorten
 200-275-g-Packung je
 (1 kg = 6,51-8,95 €)

1.79

Rezept: HierLeben
Foto: Frederik Röh/Henrik Matzen

Rezeptidee!

Für 4 Gläser
Zubereitungszeit:
ca. 10 Minuten
Pro Glas ca. 110 kcal

Vegan
Glutenfrei
Laktosefrei



800 g Wasser-
melonenfrucht-
fleisch
3 Basilikumzweige
Saft von 1 Zitrone

3 EL Zucker
4 große Handvoll
Crushed Ice

Melonendrink mit Crushed Ice

Wassermelone würfeln. Basilikum abspülen, Blättchen abzupfen, 4 hübsche Blättchen beiseitelegen.

Zitronensaft, Zucker und Wassermelone in einem Mixer pürieren.
Auf 4 große Trinkgläser verteilen.

Crushed Ice zu den Drinks geben, umrühren und die Gläser mit etwas Basilikum dekorieren.

Tipp:
Wer mag, taucht die Glasränder vor dem Befüllen der Gläser in etwas Zitronensaft und anschließend in Zucker, um einen hübschen Zuckerrand ans Glas zu zaubern.

kernarm

Spanien/Italien
Wassermelonen

KL. I
1 kg

1.79



Spanien
**Cantaloupe
Melonen**
KL. I, Stück

2.49



aus Norddeutschland

**Tafeläpfel „Elstar“,
„Red Prince“ oder
„Braeburn“**
KL. I, 1-kg-Schale je

2.49



Spanien/Italien
**Bio Kultur-
heidelbeeren**
KL. II
125-g-Schale
(1 kg = 19,92 €)

2.49

besonders aromatisch



Belgien
**Cherryrispen-
tomaten**
KL. I, 200-g-Schale
(1 kg = 14,95 €)



2.99



Deutschland
**Bunter Salat Mix
mit Wurzelballen**
KL. I
Stück

1.99



Deutschland
Lauchzwiebeln
Bund

0.99



aus Norddeutschland

Spitzkohl
KL. I
1 kg

1.49

festkochend



Israel
**Speisefrühschnecken
Drillinge „Regina“**
1-kg-Schale

2.49

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

Kohlrabi Lasagne

Portion

6.90

Donnerstag 11-13 Uhr warm

Curry-Puten-geschnetzeltes

mit Reis
Portion

7.90

Freitag 11-13 Uhr warm

Gyrosburger

Portion

7.50



regional.ehrlich.transparent

FÜLSCHER

Fleisch & Wurst

Wir haben den Stoff aus dem Grillträume sind!
Mit Fleisch aus eigener Schlachtung und Zerlegung sowie unsere handwerkliche Wurstherstellung. Und das alles aus ihrer Region.



Fleischerhandwerk
Das Original!



Gyros

würziges Schweinegeschnetzeltes mit leichter Knoblauchnote
1 kg

9.90



Achtung Suchtgefahr!

Käse-Krakauer

1 kg

12.90

Pasteten-Aufschnitt

mit Paprika oder Champignons
100 g



1.65

Cornedbeef

hergestellt mit bestem Rindfleisch aus eigener Schlachtung
100 g



1.99



**Biogreno
Joghurt mild**
3,8% oder 1,5% Fett
150-g-Becher je
(1 kg = 3,93 €)

0.59



**müller
Kalinka Kefir**
oder **Ayran**
1,5% Fett
500-g-Flasche je
(1 kg = 1,78 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

0.89



**alpro
Soja
Joghurtalternative**
Natur oder mit Frucht
verschiedene Sorten
400-g-Becher je
(1 kg = 4,23 €)

1.69



**Hofgut
Kefir mild
pur**
3,5% Fett
500-g-Becher
(1 kg = 1,38 €)

0.69



**Bangs
Ingwer Shot**
Apfel/Zitrone oder Granatapfel
60-ml-Flasche je
(1 Liter = 24,83 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

1.49



**Hochland
Sandwich-Scheiben**
verschiedene Sorten
150-g-Packung je
(1 kg = 11,93 €)

1.79



**Jeden Tag
Käse-Snack**
Gouda und Maasdamer
oder Butterkäse und Emmentaler
220-g-Packung je
(1 kg = 12,23 €)

2.69



**Hofgut
Heringssalat rot,
Lauch-Schinken-Salat,
Dill-Herings-Happen
oder Budapester Salat**
200-g-Becher je
(1 kg = 7,45 €)

1.49



**Meggle
Butterspezialität**
verschiedene Sorten
125/120-g-Rolle/Becher je
(1 kg = 12,72/13,25 €)

1.59



**Bürger
Maultaschen**
verschiedene Sorten
360/300-g-Packung je
(1 kg = 4,97/5,97 €)

1.79



**YOUCOOK
internationales
Fertiggericht**
verschiedene Sorten
400-440-g-Packung je
(1 kg = 7,93-8,73 €)

3.49



Dr. Oetker
la Mia Grande
verschiedene Sorten, gefroren
360-415-g-Packung je
(1 kg = 8.41-9.69 €)

3.49

iglo
Schlemmer-Filet 380 g
oder **Filegro** 240/250 g
verschiedene Sorten, gefroren
Packung je
(1 kg = 7.34-11.63 €)



2.79



Hofgut
Deutsches
Brathähnchen
gefroren
1200-g-Stück
(1 kg = 3.99 €)

4.79



H & C
Black Tiger Garnelen
mit Schale oder
blanchierte Garnelen
ohne Schale, gefroren
1000-g-Beutel je
(Abtropfgew. 800 g, 1 kg = 16.24 €)

12.99



Hofgut
Crispy
Chicken Tenders
gefroren, 400-g-Packung
(1 kg = 7.48 €)

2.99



Tillman's
Hamburger
gefroren
250-g-Packung
(1 kg = 11.08 €)

2.77



Biogreno
Knusper-Dinos
gefroren, 240-g-Packung
(1 kg = 14.54 €)

3.49



Langnese
Magnum Pint
verschiedene Sorten
440-ml-Becher je
(1 Liter = 8.61 €)

3.79

...nur erhältlich in Märkten mit Bedienteke!



Beemster
Mai
holländischer Schnittkäse
mindest. 48% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.11



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

2.49



Thise
Blaue Kornblume
dänischer Weichkäse
60% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.79



**kinder
Happy Hippo**
Kakao oder Haselnuss
5er, 100/103-g-Packung je
(1 kg = 16.90/16.41 €)

1.69

**Lorenz
Crunchips**
verschiedene Sorten
150/130-g-Beutel je
(1 kg = 7.40/8.54 €)



1.11



**Ritter Sport
Schokolade**
Nuss- oder Kakao-Klasse
verschiedene Sorten
100/75-g-Tafel je
(1 kg = 16.90/22.53 €)

1.69



**Corny
Müsli-Riegel**
verschiedene Sorten
6er/4er
120-150-g-Packung je
(1 kg = 11.93-14.92 €)

1.79



**Frisia
Mallonies**
260 g oder
Ufonauten 78 g
Spitztüte je
(1 kg = 6.50/7.51 €)

1.69



**yum yum
Instant Nudeln**
verschiedene Sorten
60-g-Packung je
(1 kg = 8.17 €)

0.49



**Tomato
al Gusto** oder **Knorr
Speciale al Gusto**
verschiedene Sorten
390-500-g-Packung je
(1 kg = 3.58-4.59 €)

1.79



**Müller's
Wurstwaren**
verschiedene Sorten
200-g-Glas je
(1 kg = 12.44 €)

1.99



**Kühne
Schlemmer
Töpfchen**
verschiedene Sorten
580-ml-Glas je
(Abtropfgew. 300 g, 1 kg = 8.30 €)

2.49



Nesquik
verschiedene Sorten
350/280-g-NF-Beutel/Dose je
(1 kg = 5.69/7.11 €)

1.99



**Jacobs
2in1, 3in1 10er** oder **Sticks**
verschiedene Sorten
36-124-g-Packung je
(1 kg = 16.05-55.28 €)

1.99



Sheba
Katzennahrung
 verschiedene Sorten
 85-g-Schale/
 Pouch-Beutel je
 (1 kg = 5.88 €)

0.50



Aperol
Aperitivo
 11% vol.
 0,7-Liter-Flasche
 (1 Liter = 14.27 €)

9.99



Bacardi
 verschiedene Sorten
 27-37,5% vol.
 0,7-Liter-Flasche je
 (1 Liter = 15.70 €)

10.99



Palmolive
Duschcreme
 oder **Duschgel**
 verschiedene Sorten
 250-ml-Flasche je
 (1 Liter = 3.96 €)

0.99



Kleiner Feigling
 verschiedene Sorten
 15/20% vol.
 0,5-Liter-Flasche je oder
 12 x 20-ml-Packung je
 (1 Liter = 11.98/24.96 €)

5.99



Oldesloer
& Cola oder
& Orange
 10,3% vol.
 teilweise koffeinhaltig
 0,25-Liter-Dose je
 (1 Liter = 7.96 €)
 zzgl. 0.25 € Pfand

1.99



Fa
Deospray
 verschiedene Sorten
 150-ml-Dose je
 (1 Liter = 8.60 €)

1.29



Südfrankreich
Baronne
Sauvignon Blanc
 trocken
 und weitere Sorten
 0,75-Liter-Flasche je
 (1 Liter = 5.32 €)

3.99



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

3.99



Swiffer
Staubmagnet Starter,
Bodentücher
Nachfüllpackung dry 18er
 oder **wet 12er**
 verschiedene Sorten
 Packung je

2.99



**Coca-Cola,
Fanta, Sprite**
oder **Mezzo Mix**
verschiedene Sorten
teilweise koffeinhaltig
1,25-Liter-PET-Flasche je
(1 Liter = 0,79 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

0.99



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

1.29



**Gerolsteiner
Mineralwasser**
verschiedene Sorten
1,5-Liter-Flasche je
(1 Liter = 0,73 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

1.09



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

3.99



Dr. Pepper
verschiedene Sorten
koffeinhaltig
0,33-Liter-Dose je
(1 Liter = 3,00 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

0.99



Astra
verschiedene Sorten
0,33-Liter-Dose je
(1 Liter = 2,39 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

0.79



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

11.99



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

11.99



**Heineken
Original Lager**
28 Flaschen à 0,25 Liter
Kiste
(1 Liter = 2,14 €)
zzgl. 3,74 € 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.