

FÜLSCHER

nah & frisch



**Bravo
Durstlöcher**
verschiedene Sorten
500-ml-Packung je
(1 Liter = 1.18 €)

0.59



Gyros
würziges Schweine-
geschnetzeltes mit leichter
Knoblauchnote
1 kg

9.90



aus Norddeutschland
Kulturchampignons
weiß
Kl. I
250-g-Schale
(1 kg = 7.16 €)

1.79



Zentis
Frühstücks-Konfitüre
Extra, fein passiert 230 g
oder **Zero** 210 g
verschiedene Sorten, Glas je
(1 kg = 7.35/8.05 €)

1.69



Jacobs
Tassimo Kapseln
verschiedene Sorten
8-21er, 118, 4-268-g-Packung je
(1 kg = 16.57-37.50 €)

4.44



Ehrmann
High Protein
Pudding 200 g
oder **Drink*** 250 ml
verschiedene Sorten
Becher/Flasche je
(1 kg = 4.95/1 Liter = 3.96 €)
*zzgl. 0.25 € Pfand

0.99



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

1.19



Maggi
fix & frisch
verschiedene Sorten
26-70-g-Beutel je
(1 kg = 7.00-18.85 €)

0.49



Frosta
Schlemmerfilet
verschiedene Sorten 360 g
oder **Fischstäbchen** 450 g,
gefroren, Packung je
(1 kg = 7.75/6.20 €)

2.79



Captain Morgan
Original
Spiced Gold 35% vol.,
White Rum 37,5% vol.,
oder **Tiki Mango & Pineapple** 25% vol.
0,7-Liter-Flasche je
(1 Liter = 14.27 €)

9.99

Rezept: HierLeben
Foto: Frederik Röh/Henrik Matzen

Rezeptidee!



FÜR 4 PORTIONEN
ca. 20 Minuten
+ Marinierzeit
Pro Portion ca. 570 kcal

Glutenfrei
Laktosefrei

750 g Kartoffeln
350 g Erbsen,
küchenfertig
Salz
2 Zwiebeln
3 EL Öl

500 g gemischtes
Hackfleisch
2 EL Tomatenmark
4 Eier
200 g Sahne zum Kochen
150 g geriebener Käse

Hackauflauf mit Kartoffeln und Erbsen

Kartoffeln mit Schale garen. Abkühlen lassen, pellen
und in Scheiben schneiden.

Erbsen 6 Minuten in Salzwasser garen, abgießen.
Zwiebeln pellen und würfeln.

2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Hackfleisch krümelig
braten. Zwiebeln und Tomatenmark zufügen, weitere
3 Minuten braten. Vom Herd nehmen.

Backofen auf 220 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
Eine Auflaufform (ca. 20 x 35 cm) mit dem restlichen
Öl fetten. Kartoffeln, Erbsen und Hackmischung
hineinschichten.

Eier und Sahne verquirlen, kräftig mit Salz und Pfeffer
würzen. Über den Auflauf geben, 15 Minuten backen.

Käse auf dem Auflauf verteilen und weitere 12 bis 15
Minuten backen, bis der Käse goldgelb schmilzt.

aus Norddeutschland

Speisekartoffeln Drillinge

festkochend
Sorte siehe Etikett
1-kg-Schale

1.99



Deutschland
Lauchzwiebeln
Bund

0.79



Deutschland
Brechbohnen
Kl. I
1 kg

3.99



aus Norddeutschland

**Gourmet
Speisemöhren**
Kl. I
1 kg

1.99



aus Norddeutschland

Mini Gurken
Kl. I
Stück

0.69

weißfleischig



Spanien
**Wilde Pfirsiche
„Paraguayos“**
Kl. I
500-g-Schale
(1 kg = 3,58 €)

1.79



Spanien
Cantaloupe Melonen
Kl. I
Stück

2.49

kernlos



Italien
Tafeltrauben Mix
hell und blau
Sorte siehe Etikett
Kl. I, 500-g-Schale
(1 kg = 4,98 €)

2.49



Ägypten
**Saftorangen
„Valencia“**
Kl. I
1,5-kg-Beutel
(1 kg = 1,99 €)

2.99

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

Linsensuppe

Portion

5.90

Mittwoch 11-13 Uhr warm

Fleischkäse Auflauf

Portion

6.90

Donnerstag 11-13 Uhr warm

Rahmgeschnetzeltes

mit Spätzle

Portion

7.90

Freitag 11-13 Uhr warm

Gyrosburger

Portion

7.50



regional.ehrlich.transparent

FÜLSCHER

Fleisch & Wurst

Wussten Sie, dass wir unsere Rinder, Schweine und Lämmer persönlich bei unseren Landwirten einkaufen? Mit einigen Familien arbeiten wir bereits seit über 50 Jahren zusammen. Durch die Nähe und den persönlichen Kontakt wissen wir genau, was auf den Höfen geschieht. Wir kennen die Haltung der Tiere, ihre Fütterung und die Arbeitsweise unserer Landwirte. Außerdem schonen die kurzen Transportwege Tiere und Umwelt.

f Fleischerhandwerk
Das Original!



**Frische
Bratwurst**
grob oder fein
1 kg

9.90



Fleischkäse
im Aufschnitt, traditionell fein
oder herzhaft mit Paprika und Käse
100 g

1.35



**Bauern-
mettwurst**
grob und fein,
mit Buchenholz geräuchert
100 g

1.89



**Guts-
leberwurst**
streichart fein
oder herzhaft
mit Leberwürfeln
100 g

1.55



**Hofgut
Kefir mild
pur**
3,5% Fett
500-g-Becher
(1 kg = 1.58 €)

0.79

**alpro
Haferdrink**
Original oder ungesüßt
1-Liter-Packung je



2.19



**Jeden Tag
Junger Gouda
Käsescheiben**
48% Fett i. Tr.
400-g-Packung
(1 kg = 6.13 €)

2.45



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

1.99



Milkana
Schmelzkäsezubereitung
Frischeschale, Runddose
oder Tolle Rolle
verschiedene Sorten
und Fettanteile
100-190-g-Packung je
(1 kg = 9.95-18.90 €)

1.89



Hofgut
Heringssalat rot, Schinken-
Lauch-Salat, Farmer Salat,
Dill-Herings-Happen
oder Budapest Salat
200-g-Becher je
(1 kg = 7.45 €)

1.49



Dr. Oetker
Crème fraîche
verschiedene Sorten, 150/125 g
oder Cuisine 250 ml
Becher je
(1 kg = 6.60/7.92/1 Liter = 3.96 €)

0.99



Danone
Activia
verschiedene Sorten
4 x 115-g-Packung je
(1 kg = 3.24 €)

1.49



**Gläserne
Molkerei
Haltbare
Weidemilch**
1,5% oder 3,8% Fett
1-Liter-Packung je

1.39



BIO
Bangs
Ingwer Shot
Apfel/Zitrone oder Granatapfel
60-ml-Flasche je
(1 Liter = 24.83 €)

1.49



Block House
Brot
Kräuterbutter Art
oder Knoblauch
254/250-g-Packung je
(1 kg = 7.83/7.96 €)

1.99



agrarfrost
Knusper Frites,
Back Frites oder
Pommes Juliennes
gefroren, 750-g-Beutel je
(1 kg = 2.65 €)

1.99



Frosta
Gemüse Pfanne
verschiedene Sorten
gefroren, 480-g-Beutel je
(1 kg = 4.56 €)

2.19



Dr. Oetker
Pizza la Mia
Grande oder Familia
verschiedene Sorten, gefroren
360-480-g-Packung je
(1 kg = 7.27-9.69 €)

3.49



Biogreno
Bio Forelle
gefroren, küchenfertig
300-g-Packung
(1 kg = 21.63 €)

6.49



Hofgut
Lachs-Filets
natur, gefroren
250-g-Packung
(1 kg = 31.96 €)

7.99



Biogreno
Kräuter
gefroren, verschiedene Sorten
50-g-Packung je
(1 kg = 17.80 €)

0.89



Bruno Gelato
Eiscreme
verschiedene Sorten
900-ml-Packung je
(1 Liter = 3.88 €)

3.49



Hofgut
Mango
gefroren
300-g-Packung
(1 kg = 5.97 €)

1.79

...nur erhältlich in Märkten mit Bedientheke!



Tiroler Bergkäse
österreichischer Hartkäse
aus Rohmilch
mindestens 45% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.99



Leerdammer
Original oder **Delacrème**
holländischer Schnittkäse
45/50% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.11



Castello
Höhlenkäse Classic
dänischer Schnittkäse
50% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.89



**Coppenrath
Feingebäck**
verschiedene Sorten
200-g-Packung je
(1 kg = 6.45 €)

1.29



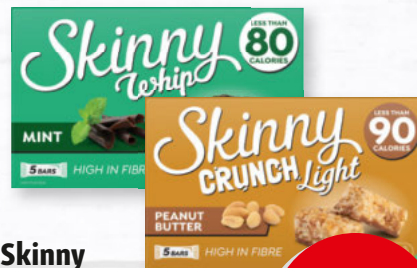
**Hofgut
Kessel-Chips oder
Acker-Kracher Kesselchips**
verschiedene Sorten
120-150-g-Beutel je
(1 kg = 6.60-8.25 €)

0.99



**Lorenz
Nic Nac's**
verschiedene Sorten
110-g-Beutel je
(1 kg = 10.82 €)

1.19



**Skinny
Crunch Bars oder
Whip & Dream**
verschiedene Sorten
5er, 95-120-g-Packung je
(1 kg = 8.25-10.42 €)

0.99



**Storck
Knoppers
Schnitte**
8er, 200-g-Packung
(1 kg = 8.95 €)

1.79



**Langnese
Flotte Biene**
verschiedene Sorten
500-g-Spendertube je
(1 kg = 9.98 €)

4.99



**Dr. Oetker
Backmischung**
verschiedene Sorten
150-580-g-Packung je
(1 kg = 4.81-18.60 €)

2.79



**Body Attack
Protein Riegel**
verschiedene Sorten
35-g-Stück je
(1 kg = 28.28 €)

0.99



**Nescafé
Typ Cappuccino**
verschiedene Sorten, 10/7er
125-147,7-g-Packung je
(1 kg = 20.24-23.92 €)

2.99



**Knorr
Feinschmecker
Sauce**
verschiedene Sorten
für 250 ml, Beutel je
(1 Liter = 3.56 €)

0.89



**Barilla
La Collezione,
Al Bronzo oder
Pasta Integrale**
verschiedene Sorten
500-g-Packung je
(1 kg = 3.58 €)

1.79



Pedigree
Schmackos
20+ Multi Mix
Leckerbissen Tasty Mini
Rind & Kluge
Jumbane Riesenknackchen

Pedigree
Hundesnack
verschiedene Sorten
125-180-g-Packung je
(1 kg = 7.17-10.32 €)

1.29



Kleiner Feigling
20/15% vol.
verschiedene Sorten
12 x 20-ml-Packung je
(1 Liter = 24.96 €)

5.99



Berliner Luft
Pfefferminzlikör
oder **Schoko**
18/15% vol.
0,7-Liter-Flasche je
(1 Liter = 9.27 €)

6.49



Signal
Zahncreme
verschiedene Sorten
75-ml-Tube je
(1 Liter = 11.87 €)

0.89



Martini
L'Aperitivo
14,5% vol.
verschiedene Sorten
0,75-Liter-Flasche je
(1 Liter = 10.65 €)

7.99



Italien - Apulien
Cielo
Primitivo
Puglia
trocken
0,75-Liter-Flasche
(1 Liter = 6.65 €)

4.99



duschdas
Duschgel
verschiedene Sorten
225-ml-Flasche je
(1 Liter = 4.40 €)

0.99



Spanien
Freixenet
Mederaño
oder **Mia**
verschiedene Sorten
0,75-Liter-Flasche je
(1 Liter = 4.00 €)

3.00



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

1.99



claro
Geschirrspül-Tabs
verschiedene Sorten
40/30 Stück
Packung je

4.49



**Coca-Cola,
Fanta, Sprite oder
Mezzo Mix**
verschiedene Sorten
teilweise koffeinhaltig
12 PET-Flaschen à 1 Liter
Kiste je (1 Liter = 0,96 €)
zzgl. 3.30 € Pfand

11.49



**Gönrly
Energy**
verschiedene Sorten
koffeinhaltig
0,5-Liter-Dose je
(1 Liter = 1,98 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

0.99



**Amecke
Sanfte Säfte,
Bio Gemüsesäfte**
oder **Säfte +**
verschiedene Sorten
1-Liter-Packung je

1.99



**S. Pellegrino
Mineralwasser**
1-Liter-PET-Flasche
zzgl. 0.25 € Pfand

0.99



**hella
Mineralwasser**
verschiedene Sorten
12 PET-Flaschen à 1 Liter
Kiste je
(1 Liter = 0,42 €)
zzgl. 4.50 € Pfand

4.99



**Lübzer
Pils oder
Naturradler**
verschiedene Sorten
0,5-Liter-Dose je
(1 Liter = 1,18 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

0.59



Beck's
verschiedene Sorten
24 Flaschen à 0,33 Liter
Kiste je
(1 Liter = 1,39 €)
zzgl. 3.42 € Pfand

10.99



Jever
verschiedene Sorten
24 Flaschen à 0,33 Liter
Kiste je
(1 Liter = 1,51 €)
zzgl. 3.42 € Pfand

11.99



**Spaten
Münchner Hell**
20 Flaschen à 0,5 Liter
Kiste
(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



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