

FÜLSCHER

nah & frisch



Barilla
italienische Teigwaren
verschiedene Sorten
500-g-Packung je
(1 kg = 1,76 €)

0.88

von der Grevenkoper Pute!



Putenschnitzel
1 kg

16.50

besonders aromatisch



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

2.99



Bonne Maman
Konfitüre oder Gelee
verschiedene Sorten
370-g-Glas je
(1 kg = 8,08 €)

2.99



Jacobs
Tassimo Kapseln
verschiedene Sorten
8-21er, 118,4-268-g-Packung je
(1 kg = 16,57-37,50 €)

4.44



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

1.49



Exquisa
Fruchtquark
verschiedene Sorten
500-g-Becher je
(1 kg = 3,98 €)

1.99



Maoam
JoyStixx
oder **MaoMixx**
325/250-g-Beutel je
(1 kg = 6,12/7,96 €)

1.99



Barilla
Pasta-Sauce
verschiedene Sorten
400-g-Glas je
(1 kg = 4,98 €)

1.99



Coca-Cola, Fanta,
Sprite oder Mezzo Mix
verschiedene Sorten
teilweise koffeinhaltig
1,25-Liter-PET-Flasche je
(1 Liter = 0,95 €)
zzgl. 0,25 € Pfand

1.19

Rezept: HierLeben
Foto: Frederik Röh/Henrik Matzen

Rezeptidee!

FÜR 4 PORTIONEN
ca. 15 Minuten
Pro Portion ca. 220 kcal

Vegetarisch
Glutenfrei

350 g Spitzkohl
4 EL Apfelessig
2 EL Rapsöl
1 EL Honig
Salz

Pfeffer
150 g Radieschen
2 rote Äpfel
150 g Feta

Spitzkohlsalat mit Feta und Apfel

Äußere Kohlblätter entfernen. Kohl in feine Streifen hobeln oder schneiden.

Apfelessig, Rapsöl und Honig verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spitzkohl gründlich mit dem Dressing vermengen.

Radieschen und Äpfel waschen. Radieschen in Scheiben schneiden, Äpfel grob raspeln.

Äpfel und Radieschen mit dem Kohl mischen. Feta würfeln und auf den Salat geben.

Tipp: Dieser Salat passt gut zu Gebratenem. Wer mag, ergänzt noch geröstete Saaten oder Nüsse.



aus Norddeutschland

Spitzkohl
Kl. I
1 kg

0.99

festkochend



aus Norddeutschland

Speisekartoffeln
„Regina“
1,5-kg-Beutel
(1 kg = 1.19 €)

1.79

extra große Bunde



aus Norddeutschland

Suppenbunde
Bund

2.49



Spanien
Zucchini
Kl. I
1 kg

1.99



aus Norddeutschland

Rote Speisezwiebeln
Kl. I
1-kg-Beutel

1.79



aus Norddeutschland

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

2.49



Italien
helle Tafeltrauben
„Autumn Crisp“
Kl. I
1 kg

4.99



Italien
blaue Pflaumen
„Angeleno“
Kl. I
500-g-Schale
(1 kg = 3.98 €)

1.99

große gereifte XXL-Früchte



Brasilien/Elfenbeinküste
Mango
Sorte siehe Auszeichnung
Kl. I
Stück

3.99

Unsere Mittagstisch- Angebote:

Aus eigener
Herstellung,
immer frisch
zubereitet!

Montag 11-13 Uhr warm

Spießbraten

mit Specksalat

Portion

7.50

Dienstag 11-13 Uhr warm

Erbsensuppe

Portion

5.90

Mittwoch 11-13 Uhr warm

Griechischer Nudel- auflauf

Portion

7.50

Donnerstag 11-13 Uhr warm

Curry-Puten- geschnetzeltes

mit Reis
Portion

7.90

Freitag 11-13 Uhr warm

Burgunderbraten

mit Brötchen

Portion

5.50

FÜLSCHER

regional.ehrlich.transparent

Fleisch & Wurst



Grevenkoper Pute

Seit 1966 spezialisiert sich die Familie Klüver auf Putenfleisch. Kontrollierte Aufzucht, artgerechte Haltung, hochwertige Fütterung und die eigene Schlachtung direkt daneben, sorgen für die Klasse Qualität der Grevenkoper Pute. Durch die Nähe pflegen wir einen engen persönlichen Kontakt zur Familie Klüver.



Fleischerhandwerk
Das Original!



Rindergulasch
1 kg

16.90

... ein guter Bauch
tut's auch!



Bauch
vom Schwein,
im Stück und in Scheiben
1 kg

7.10

Krustenbraten

im Aufschnitt, besonders mager
und saftig abgebraten
100 g

1.99

von der Grevenkoper Pute!



Geräucherte
Putenbrust
100 g

1.99



Milch-Schnitte
oder **Kinder Pingui**
280/240-g-Packung je
(1 kg = 9.61/11.21 €)

2.69

Zott
Sahne-Joghurt
verschiedene Sorten
140-g-Becher je
(1 kg = 3.50 €)



0.49



Biogreno
Frische
Weidemilch
Kuh & Kalb
3,8% oder 1,5% Fett
1-Liter-Packung je



0.99



Almette
Frischkäse oder
Frischkäsezubereitung
verschiedene Sorten
und Fettanteile
150-g-Becher je
(1 kg = 7.40 €)

1.11



Gazi
Ayran
Mango oder Kirsche
250-ml-Becher je
(1 Liter = 2.76 €)

0.69



Simply V
Streichart,
Scheiben oder **gerieben**
verschiedene Sorten
80-180-g-Packung/Beutel je
(1 kg = 11.06-24.88 €)

1.99



Hofgut
Käsescheiben
verschiedene Sorten
40-48% Fett i. Tr.
150-g-Packung je
(1 kg = 8.60 €)

1.29



Rougette
Mein Ofenkäse
verschiedene Sorten
180-g-Packung je
(1 kg = 13.83 €)

2.49



Biogreno
Antipasti
verschiedene Sorten
125-g-Becher je
(1 kg = 19.92 €)



2.49



true fruits
Smoothie
verschiedene Sorten
250-ml-Flasche je
(1 Liter = 7.96 €)

1.99



popp
Kartoffelsalat
verschiedene Sorten oder
Nudelsalat
400-g-Becher je
(1 kg = 4.23 €)

1.69



Hofgut Chicken-Nuggets im Backteig

gefroren, 300-g-Packung
(1 kg = 11.63 €)

3.49



1.49

**Langnese
Viennetta**
verschiedene Sorten
650-ml-Packung je
(1 Liter = 2.29 €)



Frosta Fertiggericht

verschiedene Sorten, gefroren
500/450-g-Beutel je
(1 kg = 4.98/5.53 €)

2.49



**Dr. Oetker
Pizza Tradizionale**
verschiedene Sorten, gefroren
350-415-g-Packung je
(1 kg = 4.80-5.69 €)

1.99



**iglo
Gemüse-Ideen**
oder **Rahm-Gemüse**
verschiedene Sorten, gefroren
400-500-g-Packung je
(1 kg = 4.98-6.23 €)

2.49



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

1.99



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

5.99



**Hofgut
Hähnchen-
Pfannengyros**
gefroren, 400-g-Packung
(1 kg = 9.48 €)

3.79

...nur erhältlich in Märkten mit Bedienteke!



Alta Badia
italienischer Hartkäse
50% Fett i. Tr.
100 g im Stück

1.99



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

0.99



**Ma Crémère
Brie**
französischer Weichkäse
mindestens 50% Fett i. Tr.
100 g im Stück

0.99



hanuta minis
200-g-Beutel
(1 kg = 12.45 €)

2.49



**kinder Riegel,
duplo oder duplo White**
10er, 210/182-g-Packung je
(1 kg = 10.57/12.20 €)

2.22



Mars, Snickers, Twix
5er, verschiedene Sorten,
Snickers Peanut Butter oder **Bounty**
4er, 146-250-g-Packung je
(1 kg = 8.88-15.21 €)

2.22



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

1.11



Trolli Glotzer
gefüllt
75-g-Packung
(1 kg = 14.80 €)

1.11



Oro di Parma Tomaten
verschiedene Sorten
400-g-Dose/Packung je
(1 kg = 3.23 €)

1.29



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

0.49



Knorr Basis-Soße
verschiedene Sorten
für 750/500 ml
3er/2er-Packung je
(1 Liter = 1.32/1.98 €)

0.99



Biogreno Pesto
verschiedene Sorten
190-g-Glas je
(1 kg = 11.68 €)

2.22



Hofgut Gemüse
verschiedene Sorten
580/720-ml-Glas je
(Abtropfgew. 280-480,
1 kg = 3.10-5.32 €)

1.49



**Kühne Rotkohl
Das Original**
720-ml-Glas
(Abtropfgew. 650 g, 1 kg = 1.71 €)

1.11



whiskas
Katzensnack
 verschiedene Sorten
 36-100-g-Packung je
 (1 kg = 12.90-35.83 €)

1.29



Oldesloer Fruchtige
 verschiedene Sorten
 16% vol.
 0,7-Liter-Flasche je
 (1 Liter = 7.84 €)

5.49



Absolut Vodka
 verschiedene Sorten
 40/38% vol.
 0,7-Liter-Flasche je
 (1 Liter = 15.70 €)

10.99



Jack Daniel's & Coca-Cola
 10% vol., verschiedene Sorten
 koffeinhaltig
 0,33-Liter-Dose je
 (1 Liter = 6.03 €)
 zzgl. 0.25 € Pfand

1.99

SCHNEEKLOTH



Deutschland - Rheinhessen Dornfelder
 Qualitätswein
 halbtrocken/lieblich
 und weitere Sorten
 0,75-Liter-Flasche je
 (1 Liter = 3.32 €)

2.49



Deutschland - Baden Oberbergener Baßgeige
 Grauer Burgunder
 trocken und weitere Sorten
 0,75-Liter-Flasche je
 (1 Liter = 7.99 €)

5.99



GIÀ VISTO
 Amaro, Pink Gin,
 Limoncello, Rosato
 oder Aperitivo
 16-40% vol.
 0,7-Liter-Flasche je
 (1 Liter = 12.84 €)

8.99



Verpoorten Eierlikör
 20% vol.
 0,7-Liter-Flasche
 (1 Liter = 15.70 €)

10.99



Italien - Venetien Collezione Privata Primitivo no. 1 IGT
 und weitere Sorten
 0,75-Liter-Flasche je
 (1 Liter = 5.99 €)

5.99



Deutschland - Rheingau Kloster Eberbach
 Raienthaler Riesling,
 Grauburgunder
 oder Spätburgunder
 trocken
 0,75-Liter-Flasche je
 (1 Liter = 13.32 €)

9.99



**deit
Limonade
zuckerfrei**
verschiedene Sorten
teilweise koffeinhaltig
12 PET-Flaschen à 1 Liter
Kiste je (1 Liter = 0,75 €)
zzgl. 3.30 € Pfand

8.99



**hella
still & fruchtig**
verschiedene Sorten
0,75-Liter-PET-Flasche je
(1 Liter = 1,19 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

0.89



**Robby
Bubble
alkoholfreies
Kinder-
partygetränk**
verschiedene Sorten
0,75-Liter-Flasche je
(1 Liter = 3.72 €)

2.79



**Fürst Bismarck
Mineralwasser**
verschiedene Sorten
12 PET-Flaschen à 1 Liter
Kiste je (1 Liter = 0.42 €)
zzgl. 4.50 € Pfand

4.99



**Monster
Energy Drink**
verschiedene Sorten
koffeinhaltig
0,5-Liter-Dose je
(1 Liter = 1.98 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

0.99



**Carlsberg
Lager Beer**

oder **0,0%**
24 Flaschen à 0,33 Liter
20 Flaschen à 0,5 Liter
Kiste je (1 Liter = 1.89/1.50 €)
zzgl. 3.42/3.10 € Pfand

14.99



**Franziskaner
Hefeweissbier**
verschiedene Sorten
20 Flaschen à 0,5 Liter
Kiste je (1 Liter = 1.50 €)
zzgl. 3.10 € Pfand

14.99



**Dithmarscher
Pilsener**
verschiedene Sorten
24 Bügelflaschen à 0,33 Liter
Kiste je (1 Liter = 1.82 €)
zzgl. 3.42 € Pfand

11.99



König Pilsener
24 Flaschen à 0,33 Liter
Kiste (1 Liter = 1.39 €)
zzgl. 3.42 € Pfand

10.99

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. 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.