FÜLSCHER

nah & frisch



müller Müllermilch
verschiedene Sorten
400-ml-Flasche je
(1 Liter = 1.73 €)
zzgl. 0.25 € Pfand
0.69



Würstchen
knackig im Biss
100 g
12.00



Costa Rica/
Domenikanische Republik
Bio Bananen
1 kg
1.99



Original Grafschafter Goldsaft
Zuckerrübensirup
oder **Heller Sirup**
500/450-g-Dosierflasche/
Packung je
(1 kg = 3.38/3.76 €)
1.69



Senseo Kaffeepads
verschiedene Sorten
8–16 Pads
92–125-g-Packung je
(1 kg = 19.92–27.07 €)
2.49



Mövenpick Premium-Eis
verschiedene Sorten
850/800-ml-Packung je
(1 Liter = 2.11/2.24 €)
1.79



Ritter Sport Bunte Vielfalt
verschiedene Sorten
100-g-Tafel je
(1 kg = 11.90 €)
1.19



Dr. Oetker Vitalis Müsli
verschiedene Sorten
390–600-g-Packung je
(1 kg = 4.15–6.38 €)
2.49



De Cecco Teigwaren
verschiedene Sorten
500-g-Packung je
(1 kg = 2.98 €)
1.49



Pringles
verschiedene Sorten
185/160-g-Dose je
(1 kg = 9.68/11.19 €)
1.79

Rezept: HierLeben
Foto: Frederik Röh/Henrik Matzen



Rezeptidee!

FÜR 4 PORTIONEN
ca. 10 Minuten
Pro Portion ca. 280 kcal
Vegan

Glutenfrei
Laktosefrei

4 Stängel Zitronengras
4 Kakis
1 Banane
4 Saftorangen oder
200 ml Orangensaft
200 ml Kokosmilch
1 TL Mandel- oder Erdnussmus
1 gestr. TL Kurkuma

Orangen-Kaki-Smoothie

Zitronengras putzen.
1 Kaki horizontal hauchfein hobeln. Je 1 schöne Scheibe in ein glattes Trinkglas geben und von innen gegen das Glas drücken.

Übrige Kakis schälen und vierteln. Banane schälen und in Stücke teilen. Orangen auspressen. Kakis, Banane, Orangensaft und Kokosmilch in einem Mixer pürieren. Mandelmus und Kurkuma zufügen, nochmals kurz pürieren.

Smoothie in Gläser füllen. Zitronengras hineinstecken und sofort servieren.

Tipp: Wer mag, verfeinert den Smoothie mit geriebenem Ingwer.



Spanien
Saftorangen
Sorte siehe Etikett
Kl. I
1,5-kg-Beutel
(1 kg = 1.99 €)
2.99



aus Norddeutschland
Tafeläpfel „Elstar“, „Braeburn“
oder **„Holsteiner Cox“**
Kl. I
1-kg-Schale je
2.49



Italien
Blaue Pflaumen „Angeleno“
Kl. I
1 kg
3.99



Brasilien
Galia Melonen
Kl. I
Stück
2.99



demeter
aus Norddeutschland
Speisemöhren
Kl. I
1-kg-Beutel
2.29



aus Norddeutschland
Porree
Kl. I
1 kg
1.99



demeter
aus Norddeutschland
Speisezwiebeln
Kl. II, 500-g-Beutel
(1 kg = 2.98 €)
1.49



Italien
Feldsalat
150-g-Schale
(1 kg = 11.93 €)
1.79



Spanien
Romasnacktomaten
Kl. I, 500-g-Eimer
(1 kg = 7.98 €)
3.99

Unsere Mittagstisch-Angebote:



Aus eigener Herstellung, immer frisch zubereitet!

Montag 11-13 Uhr warm
Hackbraten
mit Speckbohnen
Portion **7.50**

Dienstag 11-13 Uhr warm
Weiße Bohnen-suppe
Portion **5.90**

Mittwoch 11-13 Uhr warm
Lasagne
Portion **6.90**

Donnerstag 11-13 Uhr warm
Rahmgeschnetzeltes
mit Spätzle
Portion **7.90**

Freitag 11-13 Uhr warm
Burgunderbraten
mit Brötchen
Portion **5.50**

regional.ehrlich.transparent

FÜLSCHER

Fleisch & Wurst

FLEISCH-UND WURSTWAREN AUS DER NACHBARSCHAFT



Weil es nicht egal ist wo das Fleisch herkommt!
Qualität mit Herkunftsgarantie.



Fleischerhandwerk Das Original!



Frischer Schinkenbraten
mit Schwarte, bei diesem Braten eignet sich die Niedriggarmethode hervorragend
1 kg
7.50



Tafelspitz
die charakteristische Fettabdeckung bringt Geschmack und Saftigkeit
1 kg
18.50



Hamburger Gekochte
herrlich kräftig im Geschmack
100 g
1.59



Cornedbeef
hergestellt mit bestem Rindfleisch aus eigener Schlachtung
100 g
2.00



Friendly Viking's O'gurt
verschiedene Sorten
350-g-Becher je
(1 kg = 5.11 €)
1.79

Ehrmann Grand Dessert
verschiedene Sorten
190-g-Becher je
(1 kg = 2.42 €)
0.46



Danone Actimel Drink
verschiedene Sorten
8 x 100-g-Packung je
(1 kg = 2.78 €)
2.22



Bärenmarke Frische Milch
3,8% oder 1,8% Fett
1-Liter-Packung je
0.99



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



Kerrygold Original Irischer Cheddar Käsescheiben
verschiedene Sorten
130/120-g-Packung je
(1 kg = 12.23/13.25 €)
1.59



Bergader Almzeit oder **Bavaria blu**
verschiedene Sorten
und Fettanteile
175-g-Packung je
(1 kg = 11.37 €)
1.99



Popp Fleischsalat
verschiedene Sorten
200-g-Becher je
(1 kg = 4.95 €)
0.99



Biogreno Mini-Harzer
125-g-Rolle
(1 kg = 10.32 €)
1.29



Kerrygold Original Irische Butter oder **extra**
ungesalzen oder gesalzen
250/200-g-Packung/Becher je
(1 kg = 7.16/8.95 €)
1.79



vegan leben Hummus
classic oder **pikant**
200-g-Becher je
(1 kg = 7.45 €)
1.49



agrarfrost
Bratkartoffeln
oder **Kartoffelpuffer**
gefroren
600-g-Beutel/Packung je
(1 kg = 3.32 €)
1.99

Dr. Oetker
Pizza Ristorante
oder **Bistro Flammkuchen**
verschiedene Sorten, gefroren
265–410-g-Packung je
(1 kg = 4.37–6.75 €)
1.79



iglo
Schlemmer-Filet 380 g
oder **Filegro** 240/250 g
verschiedene Sorten, gefroren
Packung je
(1 kg = 7.34–11.63 €)
2.79



Dafgårds
Original Köttbullar
Schwedische Fleischbällchen
Rind + Schwein oder **Geflügel**
gefroren, 500-g-Beutel je
(1 kg = 7.98 €)
3.99



Block House
American Burger
gefroren
4 x 125-g-Packung
(1 kg = 13.98 €)
6.99



Hofgut
Kaisergemüse, Blumenkohl, Blattspinat, Junger Porree
1000 g oder
Pariser Karotten 750 g
gefroren, Beutel je
(1 kg = 1.99/2.65 €)
1.99



Biogreno
Lachs-Filets
gefroren, 250-g-Packung
(1 kg = 27.96 €)
6.99



Hofgut
Hähnchen-Kebab
gefroren
300-g-Packung
(1 kg = 9.63 €)
2.89

...nur erhältlich in Märkten mit Bedientheke!



Holtseer
Ascheberger
Für Kenner
deutscher Schnittkäse
kräftig-pikant, 45% Fett i. Tr.
100 g im Stück
1.11



Beemster
Royaal
holländischer Schnittkäse
mindestens 48% Fett i. Tr.
100 g im Stück
1.59



Le Grand
Rustique
französischer Weichkäse
45% Fett i. Tr.
100 g im Stück
1.79



Mars Celebrations
173-g-Packung
(1 kg = 17.28 €)
2.99

m&m's
verschiedene Sorten
128–150-g-Beutel je
(1 kg = 13.27–15.55 €)
1.99



Bahlsen Gebäck
verschiedene Sorten
125/100-g-Packung je
(1 kg = 19.92/24.90 €)
2.49



Lorenz Naturals
verschiedene Sorten
95/80-g-Beutel je
(1 kg = 15.68/18.63 €)
1.49



Hofgut Fruchtaufstrich
verschiedene Sorten
250-g-Glas je
(1 kg = 5.16 €)
1.29



Knorr Pasta- oder Kartoffelsnack
verschiedene Sorten
48–69-g-Becher je
(1 kg = 14.35–20.63 €)
0.99



Hela Gewürz Ketchup
verschiedene Sorten
300-ml-Flasche je
(1 Liter = 4.97 €)
1.49



Nesquik
verschiedene Sorten
350/280-g-NF-Beutel/Dose je
(1 kg = 7.11/8.89 €)
2.49



More Zero Zerup
verschiedene Sorten
65-ml-Flasche je
(1 Liter = 76.77 €)
4.99



Meßmer Ländertee
verschiedene Sorten
20er-Packung je
1.79



Hofgut Eintopf
verschiedene Sorten
800-g-Dose je
(1 kg = 2.24 €)
1.79



Sheba Filets Katzennahrung
verschiedene Sorten
60-g-Schale je
(1 kg = 16.50 €)

0.99



Ramazzotti
verschiedene Sorten
0,0–30% vol.
0,7-Liter-Flasche je
(1 Liter = 14.27 €)

9.99



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

6.49



Dove Body Lotion, Premium Milk oder **Balsam**
verschiedene Sorten
400-ml-Flasche je
(1 Liter = 8.73 €)

3.49



Jack Daniel's
40% vol.,
Honey oder
Blackberry
35% vol.
0,7-Liter-Flasche je
(1 Liter = 22.84 €)

15.99



Spirit of California Wein
verschiedene Sorten
0,75-Liter-Flasche je
(1 Liter = 5.32 €)

3.99



head & shoulders Shampoo oder **Spülung**
verschiedene Sorten
220–300-ml-Flasche je
(1 Liter = 11.63–15.86 €)

3.49



Südfrankreich
Grand Sud Chardonnay
Vin de Pays, trocken
und weitere Sorten
1-Liter-Flasche je
(1 Liter = 3.49 €)

3.49



Italien
Bardolino, Merlot, Chardonnay
oder **Pinot Grigio**
trocken, 250-ml-Flasche je
(1 Liter = 7.96 €)

1.99



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

1.99



Red Bull Energy Drink
verschiedene Sorten
koffeinhaltig
0,25-Liter-Dose je
(1 Liter = 3.96 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

0.99



hella Mineralwasser oder **Spritzig & Fruchtig**
verschiedene Sorten
0,75-Liter-PET-Flasche je
(1 Liter = 0.79 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

0.59



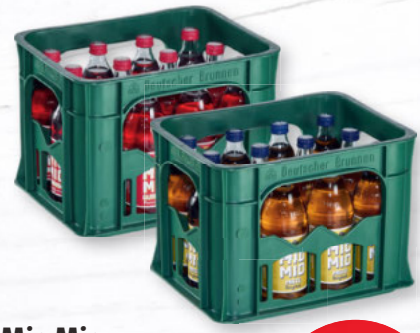
Hofgut Saft oder **Nektar**
verschiedene Sorten
0,75-Liter-Packung je
(1 Liter = 2.39 €)

1.79



Rauch Eistee
verschiedene Sorten
1,25-Liter-PET-Flasche je
(1 Liter = 1.03 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

1.29



Mio Mio
verschiedene Sorten
teilweise koffeinhaltig
12 Glasflaschen à 0,5 Liter
Kiste je
(1 Liter = 1.33 €)
zzgl. 3.30 € Pfand

7.99



Fever-Tree
verschiedene Sorten
6 Flaschen à 0,75 Liter
Kiste je
(1 Liter = 3.32 €)
zzgl. 2.40 € Pfand

14.94



Holsten
Pilsener oder **Edel**,
oder **Lübzer**
Pils oder **Naturradler**
verschiedene Sorten
0,5-Liter-Dose je
(1 Liter = 1.18 €)
zzgl. 0.25 € Pfand

0.59



Holsten Edel oder
Astra Urtyp
27 Flaschen à 0,33 Liter oder
Astra Kiezmische
20 Flasche à 0,33 Liter
Kiste je
(1 Liter = 1.12/1.51 €)
zzgl. 3.66/3.10 € Pfand

9.99



Beck's
verschiedene Sorten
24 Flaschen à 0,33 Liter
Kiste je
(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

LOTTO 24 | Partnerfiliale für Sie vor Ort!



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.