



GLOBUS

Echt gut gemacht.

Bochum im



Viel gespart zum Jahresstart:

GÜNSTIG

gibt's bei

GLOBUS

Arla Buko
Verschiedene Sorten,
1 kg = 4.40



je 200 g
0⁸⁸

Wir finden, probieren
muss sich lohlen!

GLOBUS Rohesser
Nach Westfälischer Art,
im zarten Saitling

Jetzt noch
günstiger!

Probierpreis

1 kg

7⁹⁰
8⁹⁰

GLOBUS Malzkraftbrot
75/25 Weizenmischbrot,
mit Malz und Ölsamen,
1 kg = 3.98

Probierpreis

500 g

1⁹⁹
2⁸⁵

Ein wahres Kraftpaket: Weizen,
Roggen und Gerste bilden die Haupt-
bestandteile des Malzkraftbrots. Unser Tipp:
Mit Salatblättern, Käse und Gurke erhalten
Sie ein sättigendes Sandwich.

Frosta Gemüsemix
Verschiedene
Sorten,
tiefgefroren,
1 kg = 4.15



Je 600 g

2⁴⁹
3⁶⁹

Online noch
mehr sparen!

Jede Woche

bis zu

100
weitere Angebote!



Jersey-Spannbettuch 100 % Baumwolle oder
Frottier-Spannbettuch 80 % Baumwolle, 20 % Polyester,
100 x 200 cm: je **4.99** (13.95*), 140 x 200 cm: je **7.99** (18.95*),
180 x 200 cm: je **9.99** (23.95*)

biberna
die bettwäsche

ab
4⁹⁹
13^{95*}

Solange
der Vorrat
reicht

Home & Office Kopierpapier
Multifunktionspapier,
geeignet für alle gängigen
Drucker und Kopierer,
beidseitig bedruckbar,
100 Blatt = 0.67



3 x 500 Blatt

9⁹⁹
17^{99*}

3er-Pack



2+1 GRATIS* Swiffer



Swiffer Duster Staubmagnet
Starter-Set Griff und 7 Tücher
oder Staubmagnet-Nachfüller
9 Tücher oder
Bodenstaubtücher
Trocken, mit Duft,
36 Tücher

je Pack
5⁹⁹
7⁶⁹

*Kaufen Sie 2 Swiffer Produkte und erhalten Sie ein Swiffer gratis.
Starter-Packs sind ausgenommen.

Dieser Coupon ist nur im Original gültig. Nicht
alle abgebildeten Artikel sind jederzeit ver-
fügb. Nicht mit anderen Coupons kombinierbar.
Keine Barauszahlung. Der Coupon ist im
Haushalt übertragbar. Weitergabe an Dritte,
Verfälschungen und Persönlichkeitsangaben
sind untersagt. Gültigkeit: 05.01. - 10.01.2026



Viel gespart zum Jahresstart:



GÜNSTIG

gibt's bei

GLOBUS



Bodensauger mit Beutel Guard L
890 W, Aktionsradius: 12 m, 4 Stufen,
inkl. Polster- und Fugendüse



Passend dazu:

**Miele Staubbeutel
HyClean Pure TU**
14.99 (15.45*)

Solange
der Vorrat
reicht

Miele

199⁰⁰
279^{00}**

Herren-Rasierer Series 5 52-B1000s
Li-Ion-Akku mit bis zu 50 Min. Laufzeit,
3 flexible Klingen, 2 Rasiermodi,
inkl. Reise-Etui und Reinigungsbürste



74⁹⁹
149^{99*}

Pfannen-Set
Edelstahl, antihaftbeschichtet,
backofenfest bis 180 °C, spülmaschinenfest,
Ø 24 und 28 cm



2-teiliges Set

49⁹⁹
99^{99*}



Induktion

Standrockner Pegasus
Metall, rostgeschützt durch
Kunststoffummantelung,
Leinenlänge:
15 m: **27.99** (44.99*),
18 m: **32.99** (49.99*) oder
20 m: **34.99** (59.99*)



LEIFHEIT

2x
LEIFHEIT

ab
27⁹⁹
44^{99*}

Brettchen-Set
Kunststoff, BPA-frei, rutschfest,
Safrille, spülmaschinengeeignet,
verschiedene Farben



Solange
der Vorrat
reicht

je 3-teiliges Set
4⁹⁹
19^{99*}

**Ferrero Kinder Paradiso oder
Choco Fresh**
1 kg: 11.98–13.63



je 102–116 g
1³⁹

Bürger Maultaschen
Verschiedene Sorten,
1 kg: 4.14–5.96



je 250–360 g
1⁴⁹

Meßmer Ländertee
Verschiedene Sorten, je 20 Beutel,
1 Beutel = 0.08, 1 kg: 31.80–35.33



je 45–50 g
1⁵⁹

Aoste Stickado
Verschiedene Sorten,
1 kg: 25.57–29.83



je 60–70 g
1⁷⁹

Ültje Erdnüsse
Verschiedene Sorten,
1 kg: 8.45–11.27



je 150–200 g
1⁶⁹

3 Glocken Die mag ich Eiernudeln
Verschiedene Ausformungen,
1 kg = 2.22



je 500 g
1¹¹
1⁸⁹

**Dr. Oetker Sahne-, Grieß-
oder High Protein-Pudding**
Verschiedene Sorten,
1 kg: 3.98–4.98



je 400–500 g
1⁹⁹

Iglo Fertiggericht
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg = 6.64



je 450 g
2⁹⁹
3⁵⁹

Starbucks by Nespresso Kaffee kapseln
Verschiedene Sorten,
Nespresso-kompatibel, je 10 Kapseln,
1 Kapsel = 0.37, 1 kg = 67.09



je 55 g
3⁶⁹
4⁶⁹

**Ferrero Kinder Schokolade
oder Yogurette**
1 kg = 11.90



je 100 g
1¹⁹
1⁴⁹

Ferrero Kinder Cards
Keks mit Schokolade,
1 kg = 17.11



128 g
2¹⁹

**Hengstenberg
Mildes Weinsauerkraut
oder Rotkohl**
Abtropfgewicht 770 g,
1 kg = 1.94



je 850 ml
1⁴⁹

Tuffi H-Milch
1,5 % oder
3,5 % Fett



je 1 l
0⁹⁹
1³⁹

Langnese Viennetta Blättereis
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 l = 2.29



je 650 ml
1⁴⁹

Breitsamer Honig
Verschiedene Sorten,
1 kg = 9.98



je 500 g
4⁹⁹
5⁹⁹

Alle Artikel ohne Dekoration *Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers ** Unverbindliche Service-Preisempfehlung



Angebotsgültigkeits-Garantie! ➔ globus.de/garantien

Original Oettinger Bier
Verschiedene Sorten, ausgenommen Weizen- und Kellerbier, je 20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 0.70 + Pfand 3.10

Diese Woche noch billiger!

je Kiste
6⁹⁹



Flensburger
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,33 l-MW-Bügelverschlussflasche, 1 l = 1.89 + Pfand 4.50

je Kiste
12⁴⁹



Paulaner Spezi oder Limonade
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.10 + Pfand 3.10

je Kiste
10⁹⁹



Deit Limonade
Verschiedene Sorten oder **Spezi Cola-Mix** PET-Flasche, 1 l = 1.19 + Pfand 0.25

je 0,75 l
0⁸⁹



Coca-Cola Limonade
Verschiedene Sorten, 1 l = 1.86 + Pfand 1.50

je 6 x 0,33 l
3⁶⁹



Pfanner Fruchtsaft
Verschiedene Sorten, ausgenommen Orangensaft, Tetra Pak, pfandfrei

je 1 l
1²⁹
1⁹⁹



Pure Divine Vodka
37,5 % Vol., 1 l = 9.99

0,7 l
6⁹⁹



Kilbeggan Traditional Irish Whiskey
40 % Vol., mild, rund mit harmonischen Honignoten und Anklängen von süßem Malz, 1 l = 15.70

0,7 l
10⁹⁹



Freixenet Mia oder Mederaño
Verschiedene Sorten, 1 l = 3.99

je 0,75 l
2⁹⁹
4⁴⁹



Moselland Akzente Serie Mosel DQW
Verschiedene Sorten, unkomplizierte Weine von der Mosel, von trocken mineralisch bis fruchtbetont, 1 l = 5.32

je 0,75 l
3⁹⁹



Baileys The Original Irish Cream Likör
17 % Vol., verschiedene Sorten, 1 l: 12.84–17.98

je 0,5–0,7 l
8⁹⁹



Captain Morgan Original Spiced Gold
0,0–40 % Vol., verschiedene Sorten, basierend auf geheimer Mischung karibischen Rums, ausgewogene Spirituosen, ideal zum Mixen, 1 l = 14.27

je 0,7 l
9⁹⁹



Pampers Feuchttücher
Verschiedene Sorten und Inhalte, je 3 x 44–48/ 5 x 52 Tücher, 10 Tücher: 0.19–0.38

je Packung
4⁹⁹



8 x 4 Deospray
Verschiedene Sorten, 1 l = 16.60

je 150 ml
2⁴⁹
2⁶⁹



Schauma Shampoo oder Spülung
Verschiedene Sorten, 1 l: 3.73–5.96

je 250–400 ml
1⁴⁹
1⁹⁹



Adidas Deospray oder Roll-On
Verschiedene Sorten, 1 l: 16.60–49.80

je 50–150 ml
2⁴⁹
2⁹⁹



WC Frisch-Kraft Aktiv Duftspüler
Verschiedene Sorten, Stück = 1.20

Solange der Vorrat reicht

je 4er-Pack
4⁷⁹
5⁹⁹



Sagrotan Reiniger
Verschiedene Sorten, 1 l: 3.72–4.65

Biozidprodukte vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformationen lesen.

je 600–750 ml
2⁷⁹
2⁹⁹



Air Wick Freshmatic Duo
Verschiedene Sorten, 1 l = 13.98

Solange der Vorrat reicht

je 2 x 250 ml
6⁹⁹
7⁹⁵



je 85 g
0⁴⁴

Purina Gourmet Gold Katzennassfutter
Verschiedene Sorten, 1 kg = 5.18

Jede Woche neu

Exklusive Rabatte für Mitglieder!



30%
mein GLOBUS

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

Dalli Waschmittel Pulver oder Flüssig
Verschiedene Sorten und Inhalte, je 1,1 l/0,95 kg, je 20–27 WL



Perfect Fit Katzen-trockenfutter
Verschiedene Sorten, 1 kg: 3.72–4.29

je 650–750 g
2⁷⁹
3⁹⁹



Angebots-Garantie! → globus.de/garantien

„Valensina“ Saftorangen
Ursprung Spanien,
Sorte siehe Etikett,
KL I, 1 kg = 1.99



1,5 kg-Beutel
2⁹⁹

„Valensina“ Saftgrapefruits
Ursprung Spanien,
Sorte Star Ruby,
KL I, 1 kg = 1.99



1,5 kg-Beutel
2⁹⁹

„Valensina“ Saftmandarinen
Ursprung Spanien,
Sorte siehe Etikett,
KL I, 1 kg = 3.32



750 g-Beutel
2⁴⁹

Da haben wir wohl Ihren
Geschmack
getroffen!

Mehr als 6.000 Haushalte wählten 2025
zum 13. Mal in Folge unsere
Obst- & Gemüseabteilung
auf Platz 1!



**Wir
sagen
danke!**

Tulpen in Keramik
10er-Topf



je Topf
5⁵⁵

Solange
der Vorrat
reicht

Abbildung
ähnlich

Tulpenstrauß warm oder kalt
Verschiedene Farben,
Stiellänge: 40 cm



je Strauß
5⁵⁵

Solange
der Vorrat
reicht

Abbildung
ähnlich

Tafeläpfel Elstar
Ursprung
Deutschland, KL II,
1 kg = 1.00



3 kg-Beutel
2⁹⁹

HERKUNFT
AUS
DEUTSCHLAND

Tafeltrauben rot/blau kernlos
Ursprung Brasilien/Peru,
Sorte siehe Etikett, KL I,
1 kg = 3.78



je 500 g-Schale
1⁸⁹

Avocados
Ursprung Peru/Südafrika,
Sorte Hass, KL I



Verzehreife
Früchte

je 2er-Beutel
1⁹⁹

Himbeeren
Ursprung Marokko/
Portugal/Spanien, KL I,
1 kg = 15.92



je 125 g-Schale
1⁹⁹

Speisekartoffeln
vorwiegend festkochend
Ursprung Deutschland,
Sorte siehe Etikett,
1 kg = 0.44



5 kg-Beutel
2²²

Speisemöhren
Ursprung Deutschland, KL I,
1 kg = 0.60



2 kg-Beutel
1¹⁹

HERKUNFT
AUS
DEUTSCHLAND

Spitzpaprika rot
Ursprung Marokko, KL I,
1 kg = 3.58



500 g-Beutel
1⁷⁹

Salate mit Wurzelballen: „Buttersalat/Kopfsalat“
oder „Salat-Trio-Mix“ im Beutel
Ursprung Deutschland, KL I



je Stück
1²⁹

HERKUNFT
AUS
DEUTSCHLAND

10FACH °P
auf Obst & Gemüse in der
GLOBUS Markthalle!*
Gültig vom 05.01.2026
bis 10.01.2026



9 849900 008942
°PAYBACK

So funktioniert's: Coupon beim
Bezahlen zusammen mit der (mobilen)
PAYBACK Karte an der Kasse vorlegen
ODER vorab in der PAYBACK App oder
auf PAYBACK.de aktivieren.

*Alle Einlösebedingungen und weitere Infos
unter globus.de/PAYBACK-coupons
Coupon-Vervielfältigung nicht zulässig.

PAPIER- ODER eCOUPON NUTZEN

**Mehr Frische.
Mehr °Punkte.**



PAYBACK

GLOBUS

Meisterbäckerei



Ich weiß, was in
unserem Teig steckt.
Weil ich ihn selbst
geknetet habe.

Herr Keienburg,
Bäckermeister

GLOBUS Schweineohr
Zarter Blätterteig,
Stück = 1.73



2 Stück
345

GLOBUS Roggenbrot
Der fein gebackene Laib besteht
zu 100 % aus Roggenmehl und
ist dadurch eher dunkel und
vor allem schön herzhaft



1.000 g
335

Auch als 500 g-
Brot erhältlich

GLOBUS Zwiebelbrot
Weizenmischbrot mit
Röstzwiebeln,
1 kg = 5.80



500 g
290

GLOBUS Saatenbrötchen
Weizenbrötchen, verfeinert
mit Leinsaat und
Haferflocken,
Stück = 0.40



4 Stück
175

4 kaufen –
nur 3 bezahlen

GLOBUS Windbeutel
Luftiger Brandteig und Sahne-
füllung, verschiedene
Geschmacksrichtungen,
Stück = 1.80



je 2 Stück
345

GLOBUS Streuselchen
Mit Sahnecremefüllung,
1 kg = 9.50



2 Stück
475

GLOBUS Nuss-Sahneschnitte



pro Stück
255

GLOBUS Sahnetorte to go
Verschiedene Sorten,
1 kg = 9.69



je 160 g
155



**Drei Klassiker für
jeden Geschmack**



je 100 g
077
0⁹⁹

Milram Schnittkäse
Gouda, Edamer oder Butterkäse,
40–45 % Fett i. Tr.

Deutscher Schnittkäse, mild im
Geschmack, gut geeignet als
Brotbelag, Snack oder aufgrund
seiner Schmelzeigenschaft auch
in der warmen Küche verwendbar.

100 g
169
1⁹⁹

Galbani Gorgonzola Intenso DOP
Italienischer Weichkäse mit Edelpilzkulturen,
aromatisch-würzig, 48 % Fett i. Tr.



100 g
129
1⁹⁹

Frischkäsezubereitung Kirschpaprika
Doppelrahmstufe im Milchanteil,
aromatisch, fruchtig-pikant

Käseebellen
Österreichischer Schnittkäse,
verschiedene Sorten,
mind. 50 % Fett i. Tr.

je 100 g
199

GLOBUS

Käsetheke



Grana Padano DOP
Italienischer Hartkäse mit Rohmilch hergestellt,
vollmundig-aromatisch, mit kristalliner Struktur,
12 Monate gereift, mind. 32 % Fett i. Tr.

100 g
199
2⁹⁹

**Leerdammer Original,
Léger oder Delacrème**
Holländischer Schnittkäse,
nussig-mild, mit
typischer Lochung,
32–45 % Fett i. Tr.



je 100 g
099

Zillertaler Bio Bergkäse
Österreichischer Hartkäse mit
Heurohmilch g.t.S. hergestellt,
aromatisch, würzig,
45 % Fett i. Tr.



100 g
199

Käsesalat Schweizer Art
Käsezubereitung mit Fleischwurst
und Paprika, in einer fein-würzigen
Vinaigrette



100 g
129



**Géramont, L'Affiné Saint Albry
oder Chaumes**
Französische Weichkäse,
mild-cremig oder aromatisch-würzig,
51/52/60 % Fett i. Tr.



je 100 g
179

Käsefeingebäck
Fein-würzig, ideal
zu Frischkäse oder
zum Knabbern,
1 kg = 16.13



Laktosefrei

80 g
129
1⁶⁹

GLOBUS

Fachmetzgerei

je kg

5⁴⁰

Schweineschnitzelfleisch
Aus der Keule, Hüfte
oder Unterschale,
am Stück

GLOBUS Partybraten
Mild gepökelt und herzhaft geräuchert

1 kg

4⁹⁰

je kg

9⁹⁰

TruthahnOberkeulen-
backofenbraten
In der Backfenschale,
küchenfertig oder
-oberkeulenrollbraten

1 kg

15⁹⁰

CHAROLUXE

GLOBUS Rinderrouladen
Vom Charolais-Jungbullen

1 kg

13⁹⁰

CHAROLUXE

GLOBUS Rinderbraten
Vom Charolais-Jungbullen,
aus der Hohen Rippe

Haxen- Fleischkäse

Herzhaft-deftig zur Winterzeit

Nur für kurze Zeit

pro Stück

2⁰⁰

GLOBUS Haxen-Fleischkäse*
Im Brötchen, herzhaft-deftig
zur Winterzeit

GLOBUS Fleischsalat

1 kg

8⁹⁰

GLOBUS
Schweinegeschnetzeltes
Mit verschiedenen
Würzungen

je kg

8⁹⁰

GLOBUS Wiener Rahmbraten
Vom frischen mageren
Schweinerücken,
backofenfertig
zubereitet

1 kg

8⁹⁰

Delfter Geschnetzeltes
Vom Schwein

1 kg

8⁹⁰

Nicht nur täglich,
sondern mehrmals
täglich frisch.
Unsere Fleisch-
& Wurstwaren.

GLOBUS Wurstpaket
5 Wiener
+ 5 Rohesser

je Paket

7⁹⁰

GLOBUS Cordon bleu
Vom Schweinerücken

1 kg

8⁹⁰

GLOBUS Krustenbraten
Natur oder gewürzt

je kg

7⁹⁰

Immer frisch. Immer lecker.
**Und wie immer
für nur 1 Euro!**

So entsteht unser
Fleischkäse

1⁰⁰

GLOBUS
Fleischkäse*-
Brötchen

An unserem
Metzgergrill

GLOBUS Fleischkäse*
Zum Selberbacken, in
der Backfenschale

1 kg

4⁹⁰
~~5⁴⁰~~

Jetzt noch
günstiger!

GLOBUS
Frikadellen-
Brötchen

pro Stück

1⁸⁰

Schwamm
Kohlenschinken
Kochschinken-
Spezialität

100 g

1⁶⁹

GLOBUS Mettwurst
Nach Westfälischer Art,
im Schweinedarm

1 kg

7⁹⁰
~~8⁹⁰~~

Jetzt noch
günstiger!

GLOBUS
Schnitzel-
Brötchen

pro Stück

2⁰⁰

Schwamm
Bauernsülze
Mit Petersilie

1 kg

8⁹⁰

GLOBUS Hausmacher
Bratwurst
Grob

1 kg

5⁹⁰
~~6⁹⁰~~

Jetzt noch
günstiger!

GLOBUS
Fleischwurst*
Im Ring

1 kg

7⁹⁰

GLOBUS Käsewurstchen*
Im zarten Saitling

1 kg

10⁹⁰

GLOBUS
Bratwurstschnecke

1 kg

8⁹⁰

*Mit Phosphat

GLOBUS
Rinderkoch-
mettwurst*

1 kg

9⁹⁰

GLOBUS Wiener
Würstchen*
Im zarten
Saitling

1 kg

8⁹⁰

So entstehen unsere
Wiener Würstchen

Pizza Wolke
Verschiedene
Sorten,
tiefgefroren,
1 kg = 9.28

je 430 g
3⁹⁹
5⁴⁹



Dr. Oetker Intermezzo
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 8.37–9.64

je 165–190 g
1⁵⁹



Knack & Back Teig
Verschiedene Sorten,
1 kg: 2.82–7.04

je 240–400 g
1⁶⁹



Iglo Fischstäbchen
Tiefgefroren, 1 kg = 11.08



360 g
3⁹⁹
4⁴⁹



Glutenfrei

Snackmaster Mikrowellen-Pommes
Verschiedene Sorten, tiefgefroren, 1 kg = 7.07



je 140 g
0⁹⁹
1³⁹

Mars, Snickers oder Twix Eisriegel
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 l: 9.11–13.28



je 172,5–251,5 ml
2²⁹
3⁴⁹

Milram Frühlings- oder Gewürzquark
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.35

je 185 g
0⁹⁹
1³⁹



Müller
Müllermilch Protein
oder Müllerdink
Vegan
Verschiedene
Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 3.23
+ Pfand 0.25

je 400 ml
1²⁹



Dr. Oetker Wölkchen
Verschiedene Sorten,
1 kg = 4.72



je 125 g
0⁵⁹
0⁷⁹

Dr. Oetker Götterspeise
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.27



je 150 g
0⁴⁹
0⁵⁹

Andechser Bio
Demeter Jogurt
Verschiedene
Sorten, MW-Glas,
1 kg = 3.98
+ Pfand 0.15



je 500 g
1⁹⁹
2⁷⁹



Weihenstephan Cremig & Quarkig
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.38

je 500 g
1⁶⁹



Alnatura Bio Weidemilch
Schlagsahne
32 % Fett,
1 kg = 6.95



200 g
1³⁹



Escal King Prawns
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 13.32–14.80



je 225–250 g
3³³
4¹⁹

Block House Burger
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 11.98–18.72



je 320–500 g
5⁹⁹

GLOBUS Gemüse
Verschiedene
Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 1.99–2.65

je 750–1.000 g
1⁹⁹



Fräulein Heidemarie
Puten Schnitzel
SB-verpackt, 1 kg = 10.58



500 g
5²⁹

Feinkost Popp Meistersalat
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.45



je 200 g
1²⁹

Tulip Pulled Turkey
1 kg = 11.98



500 g
5⁹⁹
6⁹⁹

Vossko Hähnchen Nuggets
Im Backteig, mit Curry- und süß-sauer Dip,
1 kg = 6.76



250 g
1⁶⁹
1⁹⁹

Fräulein Heidemarie
Hähnchen-Brustfilet-Teilstück
SB-verpackt, 1 kg = 11.32



600 g
6⁷⁹

GLOBUS FRESH 'N' GO
Veganes Schnitzel
oder Gemüse-
schnittzel
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 8.95



je 200 g
1⁷⁹



Diese Woche
noch billiger!

Garden Gourmet Veganes oder
Vegetarisches Produkt
Verschiedene Sorten,
1 kg: 11.02–15.56



je 160–226 g
2⁴⁹
2⁹⁹



Nordsee Fisch
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
8.89–16.60

je 150–280 g
2⁴⁹



Jede
Woche
neu

Exklusive Rabatte für Mitglieder!

50%
mein GLOBUS

20%
mein GLOBUS

30%
mein GLOBUS

Jetzt für *mein* GLOBUS registrieren:

- Am Empfang*
- Auf globus.de/registrieren
- In der GLOBUS App

*Bitte halten Sie für die Registrierung und Verknüpfung
Ihre E-Mail-Adresse und Passwort bereit.



**Mit mein GLOBUS
verknüpfen, Rabatte
nutzen & °punkten**



globus.de/PAYBACK

Arla Milka Drink
Verschiedene
Sorten,
1 l = 3.96
+ Pfand 0.25



je 250 ml

0⁹⁹_{1³⁹}



MinusL
H-Milch
1,5 % oder
3,5 % Fett



 Laktosefrei

je 1 l

1²⁹

Starbucks Coffee
Verschiedene
Sorten,
1 l = 3.99



je 750 ml

2⁹⁹_{3⁹⁹}

Olympus Feta, Schafs- oder Ziegenkäse
Verschiedene Sorten, 1 kg = 13.27



je 150 g

1⁹⁹_{2²⁹}

Jede
Woche
neu

 **Exklusive Rabatte für Mitglieder!**

20%

meins GLOBUS



GLOBUS
Käsestück
Versch. Sorten,
je 200–250 g

GLOBUS
Original
Französischer
Camembert
45 % Fett i. Tr., 250 g



Violife Greek White
Block, Abtropfgewicht 150 g,
1 kg = 15.27

 Vegan

172 g

2²⁹_{2⁹⁹}



Kerrygold Butterkäse
oder Cheddar Scheiben
Verschiedene
Sorten,
1 kg: 13.00–14.08

je 120-130 g

1⁶⁹

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

Die Thüringer
Leber- oder
Rotwurst
In der Krause,
1 kg = 9.16



je 250 g

2²⁹_{2⁹⁹}

Ponnath
Hähnchen-
brustfilet
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 13.27



je 150 g

1⁹⁹_{2⁴⁹}

Cheestrings
Verschiedene
Sorten, der Käse
zum Abziehen,
1 kg = 22.38



je 80 g

1⁷⁹_{2²⁹}

Kiri Portionen, Dippi oder Schale
Verschiedene Sorten,
1 kg: 13.27–18.95



je 105–150 g

1⁹⁹

Power System
Proteinriegel
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 22.57



je 35 g

0⁷⁹

Fulfil
Proteinriegel
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 37.25



je 40 g

1⁴⁹_{1⁹⁹}

Ölz Alpenmilch Brötle
Gebacken mit
frischer Alpenmilch
aus Österreich,
1 kg = 4.98



400 g

1⁹⁹_{3¹⁹}

Mestemacher Eiweißbrot
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.96



je 250 g

1⁴⁹_{2¹⁹}

Dr. Oetker
Vitalis Porridge
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 16.48



je 54 g

0⁸⁹_{0⁹⁹}

Mühlhäuser Konfitüre
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.76



je 450 g

1⁶⁹_{2²⁹}

Nestlé
Cerealien
Verschiedene
Sorten



je 1.000 g

5⁹⁹_{7⁹⁹}

Alnatura
Bio Gemüse Aufstrich
1 kg = 15.36





110 g

1⁶⁹

Zuegg
Fruchtaufstrich
Verschiedene
Sorten,
1 kg: 6.03–6.22



je 320–330 g

1⁹⁹_{2⁷⁹}

Krüger
Signature Blend
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 17.79



je 140 g

2⁴⁹_{3²⁹}

Kaba
Kakao- oder
Fruchtpulver
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 4.98



je 400 g

1⁹⁹

RIE/KW02/26

 **Angebotsgültigkeits-Garantie!** ➔

Alnatura Schokolade Edelbitter
1 kg = 37.38



80 g
2⁹⁹



Alnatura
Zitronen-Sablés
Zarte Gebäckspezialität,
1 kg = 18.09



110 g
1⁹⁹



Alnatura Bio Räucher-Tofu
Buchenholzrauch, 1 kg = 8.45



200 g
1⁶⁹



Rügenwalder Mühle
Veganer Aufschnitt
Verschiedene Sorten,
1 kg: 13.88–15.86



je 70–80 g
1¹¹



Beyond Veganer Burger, Hack oder
Bratwurst
Verschiedene
Sorten, tief-
gefroren, 1 kg:
11.96–14.95



je 200–250 g
2⁹⁹
3⁷⁹



Tartex Aufstrich
Verschiedene Sorten,
1 kg: 14.21–14.74



je 135–140 g
1⁹⁹
2³⁹



Zweifel Vaya Snack
Verschiedene Sorten, 1 kg = 37.38



je 80 g
2⁹⁹
3⁴⁹



Lambertz Bio Hafer-Cookies
Verschiedene Sorten, 1 kg = 8.95



je 200 g
1⁷⁹
2²⁹



Treets Vegane Peanuts
1 kg = 10.76



250 g
2⁶⁹
3⁴⁹

Lindt Vegane
Schokolade
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 39.90



je 100 g
3⁹⁹
4⁹⁹



PROBIER'S
VEGAN.
DIESEN JANUAR.
VEGANUARY

Entdecken Sie
eine große Auswahl
von ca. 1.400 veganen
Produkten bei GLOBUS
und versuchen Sie
es heute mal mit
pflanzlichen
Alternativen.



Alpro Barista
Verschiedene
Sorten,
1 l = 2.92



je 750 ml
2¹⁹
2⁴⁹



Milram
Vegane Schmand-Alternative
1 kg = 5.95



200 g
1¹⁹
1³⁹



Eleplant Vegane Butter
100 % pflanzlich, buttrig im Geschmack,
ohne Palmöl, 1 kg = 6.45

200 g
1²⁹
1⁹⁹



Handl Tyrol
Veggie
Tyrölini
Klassik,
1 kg = 28.43



70 g
1⁹⁹
2⁴⁹



Handl Tyrol
Veggie
Wurzerl
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 29.83



je 60 g
1⁷⁹



Billie Green
Veganer Snack
Salami-Style
Klassik oder
Chili,
1 kg = 26.53



je 75 g
1⁹⁹
2⁴⁹



Iglo Green Cuisine
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 7.75–13.95

je 200–360 g
2⁷⁹



Better Nature Tempeh
Verschiedene Sorten,
1 kg: 11.32–12.45



je 200–220 g
2⁴⁹
3²⁹



Block House Veganes Brioche Bun
1 kg = 10.56



2 x 80 g
1⁶⁹





Ob Obst, Gemüse, Getreide, Fleischersatz, Käse- oder Milchalternativen und vieles mehr – mit den veganen Produkten von GLOBUS können Sie schlemmen und genießen, ohne auch nur einem Tier zu schaden.

Wir haben Ihr Interesse an einem veganen Leben geweckt? Dann viel Freude beim Entdecken und Probieren!

Besuchen Sie Ihre GLOBUS Markthalle oder stöbern Sie online durch unser Sortiment:

globus.de/vegane-produkte

Alnatura Bio Kichererbsen
Abtropfgewicht
240 g,
1 kg = 4.96




400 g
1 19



Alnatura Bio Mini-Wiener
1 kg = 16.41




170 g
2 79



Carpe Diem Kombucha Fresh
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 2.22
+ Pfand 0.25



je 0,5 l
1 11



Grünfink Gemüsesaft
Verschiedene Sorten,
Tetra Pak,
pfandfrei



je 1 l
1 19
1 59



GLOBUS Kichererbsen
Mit Meersalz,
1 kg = 2.98



400 g
0 79
0 89



Schamel Superroot Meerrettich Mousse
1 kg = 14.74



135 g
1 99
2 59



Müller's Mühle Erbsen oder Linsen
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 2.58



je 500 g
1 29
1 99



Hipp Pflanzliches Menü
Verschiedene Sorten,
1 kg: 5.96–7.84




je 190–250 g
1 49
1 69



Mogli Erdnuss Flips
Mit Kichererbsen,
1 kg = 33.00




30 g
0 99
1 29




FruchtBar Pausenfreund Bio Frucht-Tasche
Verschiedene Sorten, 1 kg = 18.86





je 6 x 22 g
2 49
2 99



CD Deospray oder Roll-On
Verschiedene Sorten,
1 l = 10.60–31.80



je 50–150 ml
1 59
1 99



Nø Cosmetics Today Liquid
Verschiedene Sorten,
1 l = 89.90



je 100 ml
8 99
9 99



Greendoor Deo-Creme Classic
1 l = 119.80



50 ml
5 99
7 99



Garnier Skin Active Hyaluron + Gesichtsscreme
Verschiedene Sorten,
1 l = 139.80



je 50 ml
6 99
7 99



Sodasan Orangen Kraftreiniger
1 l = 6.58



500 ml
3 29
3 69



Sodasan Waschmittel Pulver oder Flüssig
Verschiedene Sorten,
je 0.75–1.5 l/1.01 kg,
1 WL: 0.29–0.33



je 18–21 WL
5 99
6 99



Claro Öko Klarspüler oder Nachfüllbeutel
1 l = 4.50



je 500 ml
2 25
2 45



Claro Maschinenpfleger
1 kg = 31.19



160 g
4 99
5 49



Discount-günstig

Bis zu **8.000** Produkte
discount-günstig!

Jeden Tag Fruchtojoghurt
Verschiedene Sorten,
1 kg = 1.67

Diese Woche
noch billiger!

je 150 g
0²⁵
~~0²⁹~~



Jeden Tag Speisequark
Magerstufe,
1 kg = 1.90

Diese Woche
noch billiger!

500 g
0⁹⁵
~~0⁹⁹~~



Jeden Tag Skyr Natur
Nach isländischer Art,
viel Protein,
wenig Fett,
1 kg = 2.30

Diese Woche
noch billiger!

500 g
1¹⁵
~~1¹⁹~~



Jeden Tag Mozzarella
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.32

Diese Woche
noch billiger!

je 125 g
0⁷⁹
~~0⁸⁵~~



Jeden Tag Pflanzencreme
Ideal zum Braten,
Backen und Kochen,
1 l = 2.38

Diese Woche
noch billiger!

500 ml
1¹⁹



Jeden Tag Delikatess Hinterkochen
1 kg = 6.95

Diese Woche
noch billiger!

200 g
1³⁹
~~1⁵⁹~~



Jeden Tag Kaffeepads
Verschiedene Sorten,
je 20 Pads, 1 Pad = 0.09,
1 kg = 17.79

Diese Woche
noch billiger!

je 140 g
2⁴⁹
~~2⁶⁹~~



Jeden Tag Vollkorn Toast
1 kg = 1.50

Diese Woche
noch billiger!

500 g
0⁷⁵
~~0⁷⁹~~



Jeden Tag Kartoffelknödel
Halb und halb,
1 kg = 2.88

Diese Woche
noch billiger!

309 g
0⁸⁹



Jeden Tag Linsenchips
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 11.00

Diese Woche
noch billiger!

je 90 g
0⁹⁹
~~1¹⁹~~



Jeden Tag Studentenfutter
Im Beutel,
1 kg = 9.95

Diese Woche
noch billiger!

200 g
1⁹⁹
~~2²⁹~~



Jeden Tag Salzbrezel
1 kg = 3.56

Diese Woche
noch billiger!

250 g
0⁸⁹



Jeden Tag Eistee
Pfirsich oder Zitrone
PET-Flasche,
1 l = 0.56
+ Pfand 1.50

Diese Woche
noch billiger!

je 6 x 0,5 l
1⁶⁹
~~2¹⁰~~



Jetzt die GLOBUS
App entdecken



globus.de/app

So gut, so echt, so

BIO



Jeden Tag Frischkäse Natur oder Kräuter
Wärmebehandelt, Doppelrahmstufe,
1 kg = 6.60



je 150 g
0⁹⁹

Diese Woche
noch billiger!

Jeden Tag Bio Käsescheiben
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 10.45



je 200 g
2⁰⁹

Diese Woche
noch billiger!

Jeden Tag Bio Blattspinat
Tiefgefroren,
1 kg = 3.05



Diese Woche
noch billiger!

750 g
2²⁹
~~2⁶⁹~~

Jeden Tag Bio Passierte Tomaten
Fein püriert,
1 kg = 1.30



500 g
0⁶⁵
~~0⁷⁹~~

Diese Woche
noch billiger!

Jeden Tag Bio Nudeln
Verschiedene
Ausformungen,
1 kg = 1.58



Diese Woche
noch billiger!

je 500 g
0⁷⁹

Jeden Tag Bio Traubensaft
Tetra Pak,
pfandfrei



Diese Woche
noch billiger!

1 l
1⁷⁹
~~1⁹⁵~~



Angebots-Garantie! → globus.de/garantien

Funny-frisch Erdnuss Flippies oder Donuts
Verschiedene Sorten, 1 kg: 6.45–11.73

je 110–175 g

1²⁹



Mitsuba Streetfood Snackmix
Verschiedene Sorten,
1 kg = 14.21

je 140 g

1⁹⁹_{2³⁹}



Lindt Classic Tafel
Verschiedene Sorten,
1 kg = 14.90

je 100 g

1⁴⁹



Ferrero Hanuta Mini
1 kg = 13.45

200 g

2⁶⁹



Nippon Puffreis Häppchen
Vollmilch oder Zartbitter
1 kg = 8.95

je 200 g

1⁷⁹



Leibniz Choco
Verschiedene Sorten,
1 kg = 14.32

je 125 g

1⁷⁹_{2⁹⁹}



Hitschies Fruchtgummi
Verschiedene Sorten,
1 kg = 7.92

je 125 g

0⁹⁹_{1³⁹}



Nestlé Choclait Chips
oder Choco Crossies
Verschiedene Sorten,
1 kg: 15.27–19.91

je 115–150 g

2²⁹_{3⁷⁹}



Fisherman's Friend
Verschiedene Sorten,
1 kg = 31.60

je 25 g

0⁷⁹_{0⁹⁵}



Em-eukal ohne Zucker
Verschiedene Sorten,
1 kg = 21.20

je 75 g

1⁵⁹_{1⁹⁹}



Storck Bonbons Bunte Welt
Verschiedene Sorten,
1 kg: 3.45–5.20

je 325–490 g

1⁶⁹_{1⁸⁹}



Red Band Dose
Je 100 Stück,
verschiedene
Sorten,
1 kg = 4.99

je 1.200 g

5⁹⁹



Mirácoli 3 Portionen
Verschiedene Sorten,
1 kg = 9.40

je 265 g

2⁴⁹



Maggi Brühe Familiendose
Verschiedene Sorten, ergibt 11–19 l,
1 l: 0.16–0.27

je Dose

3²⁹



Maille Senf
Verschiedene Sorten,
1 l = 9.95

je 200 ml

1⁹⁹



Leimer Mark-Klößchen
Markig-kraftvoll,
1 kg = 7.90

100 g

0⁷⁹



Knorr Basissauce
Verschiedene Sorten,
ergibt 500–750 ml, 1 l: 1.32–1.98

je 2er-/3er-Pack

0⁹⁹



Feinkost Dittmann
Pfefferonen
Mild-pikant und
handgepflückt,
Abtropfgewicht
200 g,
1 kg = 8.45

500 g

1⁶⁹



Dreistern Fleischkonserve
Schweinefleisch oder Schmalzfleisch
Im eigenen Saft, 1 kg = 6.23

je 400 g

2⁴⁹_{2⁶⁹}



Saupiquet Thunfischfilets
Natur, Abtropfgewicht 336 g,
1 kg = 20.80

6 x 80 g

6⁹⁹_{7⁹⁹}



GLOBUS Cornichons
Verschiedene Sorten,
Abtropfgewicht
300 g,
1 kg = 5.97

je 580 g


1⁷⁹_{1⁹⁹}



Werder
Paprikasauce
Klassisch
oder Scharf
1 kg = 3.18

je 500 g

1⁵⁹_{1⁷⁹}



Maggi Würzmischung
Verschiedene Sorten,
1 kg = 23.17

je 60 g

1³⁹



Kühne Surol
oder Salata
1 l = 1.48

je 750 ml

1¹¹



Wein
des Monats



0,75 l
3⁹⁹
7⁹⁹

Elevé Merlot
Cabernet Sauvignon
Vin de Pays d'Oc IGP

Trocken, vollmundig und gehaltvoll,
ideal zu dunklen Fleischgerichten,
1 l = 5.32

Mathias Wolf
Chardonnay Gutswein
Trocken, eleganter
Burgundertyp, der die
feinen Nussaromen
gekonnt mit der
fruchtbetonten
Stilistik verbindet,
1 l = 7.99



0,75 l
5⁹⁹
7⁴⁹

Domaines Vinsmoselle
Auxerrois AOC
Côtes de Remich AOP
Trocken, feinfuchtig
und frisch, aus
Luxemburg,
1 l = 5.32



0,75 l
3⁹⁹
5⁴⁹

Casal Garcia
Vinho Verde DOC
Branco, Rosé, oder
Fruitzu Erdbeere
Fruchtig-frische Weine
mit belebender Struktur,
ideale Begleiter zu
Meeresfrüchten
und Fischgerichten,
1 l = 5.32



je 0,75 l
3⁹⁹

Lauffener Katzenbeißer
Schwarzriesling Kabinett
Halbtrocken oder
Trollinger oder
Grauburgunder
Trocken, elegante
Weine aus
Württemberg,
1 l = 5.99



je 0,75 l
4⁴⁹
5²⁹

Domaine de la Baume
Pays d'Oc Cabernet
Sauvignon, Merlot,
Petit Verdot, Syrah,
Chardonnay oder
Viognier
Die Auswahl zeigt
die ganze Vielfalt
des Terroirs,
1 l = 7.99



je 0,75 l
5⁹⁹
7⁹⁹

Puklavec & Friends
Verschiedene
Sorten, frische,
fruchtige Weine
aus Slowenien,
1 l = 5.99



je 0,75 l
4⁴⁹
4⁹⁹

Villa Rillago Prosecco
Trevise DOC Vino Frizzante
Ein feinperliger Prosecco
mit einem schönen
Mousseux, ideal als
Aperitif, 1 l = 6.65



0,75 l
4⁹⁹
5⁹⁹



Hans Baer
Riesling Sekt
Trocken, spritzig, mit
lebendiger Säure und
feiner Perlage, ideal
als Aperitif,
1 l = 7.99



0,75 l
5⁹⁹
6⁹⁹

Alpenschnaps
33–35 % Vol.,
verschiedene
Sorten,
1 l = 13.98



je 0,5 l
6⁹⁹
9⁹⁹

Don Papa Rum
Baroko oder Masskara
40 % Vol.,
1 l = 39.99



je 0,7 l
27⁹⁹

Garda Gin
41,7 % Vol., italienischer Gin,
aus den verschiedensten
Botanicals wie Lavendel,
Zitronen und Olivenblättern
hergestellt, die rund um
den Gardasee wachsen,
1 l = 31.98



0,5 l
15⁹⁹
19⁹⁹

im
Trend

Gerolsteiner FLOW
Ein Drink, der midtenkt: 30 % deines täglichen
Bedarfs an Ballaststoffen mit nur einer Flasche
Gerolsteiner FLOW decken? Ganz einfach –
ganz natürlich: zuckerarm, ohne Süßstoffe und
mit spritzigem Gerolsteiner Mineralwasser.
3 Sorten – so erfrischend – so lecker.
Selfcare in deinem Alltag – ganz nebenbei.
PET-Flasche, 1 l = 2.98 + Pfand 0.25

Neu
bei uns



je 0,5 l
1⁴⁹
1⁷⁹

Celtic Stilles französisches
Mineralwasser
PET-Flasche, 1 l = 0.37
+ Pfand 1.50



6 x 1,5 l
3³³

Kaufe 2 Sixpacks
für 6.00 € zzgl. Pfand!

Steinsieker Mineralwasser
Verschiedene Sorten, je 12 x 0,75 l-
MW-Flasche, 1 l = 0.55 + Pfand 3.30



je Kiste
4⁹⁹
5⁹⁹

Peter Mertes Bree
Alkoholfreier Wein
Verschiedene
Sorten,
1 l = 3.99



je 0,75 l
2⁹⁹

Köstritzer Schwarzbier oder Kellerbier
Je 20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 1.20 + Pfand 3.10



je Kiste
11⁹⁹

Budweiser Budvar
MW-Flasche, 1 l = 2.02
+ Pfand 0.48



6 x 0,33 l
3⁹⁹

Scenatic Energy Drink
Verschiedene Sorten,
1 l = 1.00
+ Pfand 0.25



je 0,25 l
0²⁵
0²⁹



Die ganze Welt der Weine

Entdecken Sie Ihre Favoriten aus aller Welt für jeden Anlass.

Motiviert ins neue Jahr



je 40 g
1 59
1⁸⁹

Powerbar Protein Riegel
Verschiedene Sorten,
1 kg = 39.75



je 35 g
0 79
1³⁹

**Power System
Energy Bar Riegel**
Verschiedene Sorten,
1 kg = 22.57



je 55 g
1 99

Barebells Protein Bar
Verschiedene Sorten,
1 kg = 36.18

Meßmer Cold Tea
Verschiedene Sorten, je 14 Beutel,
1 Beutel = 0.17, 1 kg = 63.85

Waterdrop Microdrink
Verschiedene Sorten, je 12 Stück,
Stück = 0.50, 1 kg: 239.60–249.58

More Nutrition Chunky Flavour
Verschiedene Sorten,
1 kg = 77.67

All Stars Whey Protein
Verschiedene Sorten,
1 kg = 43.30

Esn Whey Protein Isolate Isoclear
Verschiedene Sorten,
1 kg = 59.97



je 39 g
2 49



je 24–25 g
5 99
7⁴⁹



je 90 g
6 99



je 300 g
12 99
15⁹⁹



je 300 g
17 99

Powerbar Powergel Hydro
Cola und Koffein,
1 l = 37.16

Powerbar Powergel Shots
Cola und Koffein,
1 kg = 76.33

Isostar Powertabs
Cranberry oder Lemon
1 kg = 33.25

GLOBUS Haferflocken Zart oder Kernig
Aus 100 % Vollkorn, 1 kg = 1.78

Alnatura Bio Hafer-Dinkel-Porridge
oder Früchte-Frühstücksbrei
1 kg = 5.98



67 ml
2 49
2⁶⁹



60 g
2 29
2⁴⁹



je 120 g
3 99
4⁹⁹



je 500 g
0 89
0⁹⁹



je 500 g
2 99

Mister Wraps Protein Wraps
6er-Pack, Ø 25 cm,
1 kg = 5.45

Steiner's Brötchen Low Carb
Verschiedene Sorten,
1 kg = 8.89

Bellani Protein Pasta
1 kg = 4.98



420 g
2 29
2⁴⁹



je 280 g
2 49
2⁹⁹



400 g
1 99
2⁹⁹

**Best Body
Nutrition
Shaker**
Schwarz
oder pink



je Artikel
2 99
3⁹⁹



globus.de/vegan



Durstlöscher – wir haben was Sie brauchen

Powerade Mountain Blast
1 l = 2.39 + Pfand 0.25



0,33 l
0,79
0,99

Collab Koffein- und Collagengetränk
Verschiedene Sorten,
1 l = 5.12
+ Pfand 0.25



Neu bei uns
je 0,33 l
1,69

Quelly Sportgetränk
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche, 1 l = 1.10
+ Pfand 0.25



Diese Woche noch billiger!
je 0,5 l
0,55
0,69

Noda Bio
Verschiedene Sorten,
1 l = 3.91
+ Pfand 0.25



je 0,33 l
1,29

Adelholzener Isotonisches Getränk
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 1.50
+ Pfand 1.50



je 6 x 0,5 l
4,49

Drip Erfrischungsgetränk
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche, 1 l = 1.98
+ Pfand 0.25



je 0,5 l
0,99

Hydr8 Elektrolyt-Getränk
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche, 1 l = 3.38
+ Pfand 0.25



Neu bei uns
je 0,5 l
1,69

Adelholzener Eistee oder Active O2
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche, 1 l = 1.32
+ Pfand 0.25



je 0,75 l
0,99

Erdinger Alkoholfrei
1 l = 1.98
+ Pfand 0.25



0,5 l
0,99
1,19

Störtebeker Atlantik-Ale Alkoholfrei
1 l = 2.58
+ Pfand 0.25



0,5 l
1,29
1,59

Neumarkter Lammsbräu Alkoholfrei
10 x 0,33 l-MW-Flasche,
1 l = 3.03
+ Pfand 2.30



je Kiste
9,99
11,95

Hohes C Vitamin Water
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 1.85
+ Pfand 0.25



je 0,75 l
1,39

Paulaner Weißbier Zitrone 0,0 %
20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 1.50
+ Pfand 3.10



je Kiste
14,99
19,49

Bayreuther Hell Alkoholfrei
20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 1.60
+ Pfand 3.10



je Kiste
15,99

Gatorade Sports-Drink
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 1.98
+ Pfand 0.25



je 0,5 l
0,99
1,49



Neutrogena

BEAUTY TO A SCIENCE

Neutrogena Collagen Tages- oder Nachtcreme

Tagescreme mit LSF 30, 1 l = 239.80

je 50 ml

11⁹⁹_{12⁹⁹}

COLLAGEN BANK

Feuchtigkeitsscreme

Natur + Liebe

Hundenassfutter

Verschiedene Sorten, 1 kg = 4.48

je 400 g

1⁷⁹_{2⁹⁹}

NATUR + LIEBE

HUNDEFUTTER

Wolfsblut

Hundetrockenfutter

Verschiedene Sorten, 1 kg = 4.80

je 12,5 kg

59⁹⁹

WOLFSBLUT

WIDE PLAIN

Pedigree Dentastix

Verschiedene Größen und Inhalte, je 3 x 7/4 x 7/5 x 7 Stück, Stück: 0.17–0.28

je Packung

5⁴⁹

Pedigree

DENTASTIX

DAILY ORAL CARE

Animonda Vom Feinsten

Katzennassfutter

Verschiedene Sorten, 1 kg = 6.90

je 100 g

0⁶⁹_{0⁸⁹}

animonda

VOM FEINSTEN

SENIOR

Cat's Best Original Katzenstreu

Aus Pflanzenfasern, 1 kg = 1.63

4,3 kg

6⁹⁹_{8⁹⁹}

Cat's Best

Original

LISTERINE

Listerine Total Care Mundspülung

Verschiedene Sorten, 1 l = 7.98

je 500 ml

3⁹⁹

LISTERINE

TOTAL CARE

LISTERINE

PROFESSIONAL

Listerine Professional Mundspülung

Verschiedene Sorten, 1 l = 11.98

je 500 ml

5⁹⁹_{6⁹⁵}

LISTERINE

PROFESSIONAL

20% Rabatt*

auf alle Nature Love Nahrungsergänzungsmittel

ab 2 Artikeln vom 05.01.–10.01.2026.

*Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Ausgenommen reduzierte Artikel und Werbeware aus unserem Faltblatt KW02 (gültig vom 05.01.–10.01.2026).

Dove Dusche

Verschiedene Sorten, 1 l = 7.96

je 250 ml

1⁹⁹_{2⁴⁹}

Dove

Cremig-Sanft

L'Oréal Men Expert Dusche

Verschiedene Sorten, 1 l = 6.36

je 250 ml

1⁵⁹

L'ORÉAL MEN EXPERT

HYDRA ENERGY

Hipp Früchte oder Frucht und Getreide Glaskost

Verschiedene Sorten, 1 kg = 6.26

je 190 g

1¹⁹

HiPP

Früchte

Garnier SkinActive Gesichtsreinigung

Verschiedene Sorten, 1 l: 8.23–16.45

je 200–400 ml

3²⁹_{3⁵⁵}

GARNIER SKINACTIVE

Mizellen Reinigungs-wasser

Nivea Schaumfestiger oder Stylingspray

Verschiedene Sorten, 1 l: 11.96–19.93

je 150–250 ml

2⁹⁹

NIVEA

DIAMOND VOLUME

Sensodyne Zahncreme

Verschiedene Sorten, 1 l = 3.32

je 75 ml

2⁴⁹_{2⁷⁹}

SENSODYNE

Extrakt

Nivea Aftershave Balsam

Verschiedene Sorten, 1 l = 59.90

je 100 ml

5⁹⁹

NIVEA MEN

SENSITIVE

AFTER SHAVE BALSAM/BAUME

Wilkinson Hydro 3 Handstück + 9 Klingen oder Quattro Handstück + 9 Klingen

Stück = 1.11

je Set

9⁹⁹

WILKINSON

HYDRO 3

HG Schimmelvernichter

1 l = 13.98

500 ml

6⁹⁹

HG

Schimmel Vernichter

Viss Kraft und Glanz Reinigungsspray

Verschiedene Sorten, 1 l = 2.65

je 750 ml

1⁹⁹

Viss

Cleanboost

Multi-Flächen

Viss Scheuermilch

Verschiedene Sorten, 1 l = 2.98

je 500 ml

1⁴⁹_{1⁹⁵}

Viss

Cleanboost

Vanish Oxi Action Pulver oder Spray

Je 550 g/650–750 ml, 1 kg/1 l: 6.39–8.71

je Artikel

4⁷⁹

Vanish

Oxi Action

Heitmann Maschinen-Entkalker 3 in 1

1 kg = 11.37

175 g

1⁹⁹_{2²⁵}

HEITMANN

MASCHINEN-ENTKALKER 3 IN 1

Lenor Weichspüler

Verschiedene Sorten, je 756 ml, 1 WL = 0.06

je 36 WL

1⁹⁹

Lenor

45 Wäschen

2€ SOFORT-RABATT

Kaufe 1 Lenor Waschmittel Pods 38WL, Pulver 45WL oder Flüssig 50WL + 1 Lenor Weichspüler 36WL und erhalte 2€ Rabatt an der Kasse.

Nicht alle Produkte sind jederzeit vorrätig. Nur gültig für auf dem Coupon genannte Marken. Veröffentlichungen sind untersagt. Nicht mit anderen Coupons kombinierbar und nur im Original gültig. Nur in teilnehmenden Märkten einlösbar. Keine Borauszahlung. Gültig vom 05.01. bis 10.01.2026

Familienglück zu familiären Preisen



Mogli Pizzastangen oder Dinkelbällchen
Verschiedene Sorten,
1 kg: 14.53–27.25



je 40–75 g
1⁰⁹
1²⁹



Billy Tiger Bio Pufuleti
Verschiedene Sorten,
1 kg = 28.29



je 35 g
0⁹⁹
1²⁹



Alete Milch-Getreide-Mahlzeit
Verschiedene Sorten, ab dem 10. Monat,
1 l = 4.38

je 2 x 200 ml
1⁷⁵
1⁹⁹



Healthy Kids Bio Getränk
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l: 1.19–3.61
+ Pfand 0.25



je 0,33–0,5 l
1¹⁹



Tetesept: Badespaß
Verschiedene Sorten,
1 kg = 18.37

je 190 g
3⁴⁹
3⁹⁹



Craze Inkee Badebombe
Verschiedene Ausführungen,
1 kg = 43.63

je 80 g
3⁴⁹



20% Rabatt*

auf alle Nivea Baby-Artikel
vom 05.01.–10.01.2026 ab
einem Kauf von 2 Artikeln.



Weleda baby Wundschutzcreme
Bio-Calendula,
parfümfrei,
1 l = 73.20

75 ml
5⁴⁹
5⁷⁹



Jean Carol Baby-Waschlappen
10 Stück = 0.57

26 Stück
1⁴⁹



*Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Ausgenommen reduzierte Artikel und Werbeware aus unserem Faltblatt KW02 (gültig vom 05.01.–10.01.2026).





OHO Wasserkocher
2.000 W, 1,7 l, Überhitzungs-/Trockengehschutz, Filter herausnehmbar

Diese Woche noch billiger!

16⁹⁹

OHO Toaster
870 W, 2 Scheiben, stufenlos einstellbarer Bräunungsgrad, Aufwärm- und Auftaufunktion, mit integriertem Brötchenaufsatz, Krümelschublade

Diese Woche noch billiger!

16⁹⁹

OHO Eierkocher
350 W, bis zu 7 Eier, inkl. Messbecher

Diese Woche noch billiger!

12⁹⁹

OHO Kaffeemaschine
1.080 W, bis zu 10 Tassen, 1,25 l, Filteraufsatz abnehmbar, Abschaltautomatik

Diese Woche noch billiger!

19⁹⁹

OHO Pfanne
Aluminium, ILAG-Qualitätsbeschichtung, backofengeeignet bis 150 °C, spülmaschinengeeignet, Ø 20 cm: 9.99
Ø 24 cm: 12.99
Ø 28 cm: 15.99
oder Ø 32 cm: 19.99

Induktion

ab 9⁹⁹



Diese Woche noch billiger!

OHO Frischhaltedose
Auslaufsicher, mit Klickverschluss, spülmaschinengeeignet, Volumen: 1.100 ml

2⁹⁹



Diese Woche noch billiger!

OHO Frischhaltedose
Auslaufsicher, mit Klickverschluss, spülmaschinengeeignet, Volumen: 2.350 ml

4⁴⁹



Diese Woche noch billiger!

OHO Frischhalte- und Gefrierdosen-Set
Kunststoff, 5 x 0,5 l, 4 x 0,75 l, 3 x 1 l oder 2 x 2 l, spülmaschinengeeignet

je Set 2⁹⁹



Diese Woche noch billiger!

OHO Thermobecher
Edelstahl, doppelwandig, 420 ml, auslaufsicherer Silikondeckel

Diese Woche noch billiger!

3⁹⁹



OHO Backform
Stahl, antihafbeschichtet, verschiedene Ausführungen, backofengeeignet bis 230 °C: von 2.99 bis 6.99

ab 2⁹⁹



Diese Woche noch billiger!

Passend dazu:
OHO Papier-Muffinförmchen
200er-Pack, 1.99

OHO Papier-Muffin-Förmchen

Diese Woche noch billiger!

200er-Pack 1⁹⁹



OHO Edelstahl-Isolierflasche
Rostfrei, Knopfdruck-Verschluss, doppelwandig, Silikondichtung, 0,35 l: 3.99
0,5 l: 4.99
0,75 l: 5.99
oder 1 l: 6.99

Diese Woche noch billiger!

ab 3⁹⁹



Deckel als Trinkbecher nutzbar

OHO Backpapier
38 x 40 cm, Stück = 0.05



20 Blatt 0⁹⁹

Diese Woche noch billiger!

OHO Tortenring
Edelstahl, Ø 16 cm, Höhe: 8 cm

4⁹⁹



Diese Woche noch billiger!

OHO Digitale Küchenwaage
Mit Wiegeschüssel, max. 5 kg, Schüssel aus rostfreiem Edelstahl

12⁹⁹



Diese Woche noch billiger!

OHO Müllbeutel
25–60 l, verschiedene Inhalte

Nimm 3, spar dabei!

Diese Woche noch billiger!

je 3 Packungen 2⁴⁹



OHO Topfschwämme
Beseitigen hartnäckigen Schmutz auf kratzunempfindlichen Oberflächen



6er-Pack 0⁹⁹

Diese Woche noch billiger!

OHO Wäscheklammern
Auch für schwere Wäschestücke geeignet, sturmsicher

24er-Pack 1⁹⁹



Diese Woche noch billiger!

OHO Teelichte
Brenndauer: ca. 4 Std.

100er-Pack 3⁹⁹



Diese Woche noch billiger!

OHO Destilliertes Wasser
1 l = 0.36

Diese Woche noch billiger!

5 l 1⁷⁹



Alle Artikel ohne Dekoration

Schubladencontainer
Kunststoff-Aufbewahrungsschrank, 6 Schubladen,
mit Rollen, 39 x 29 x 61,7 cm



19⁹⁹

Schubladenbox
Kunststoff, mit 4 Schubladen,
29 x 37 x 24,5 cm, stapelbar,
weiß oder schwarz



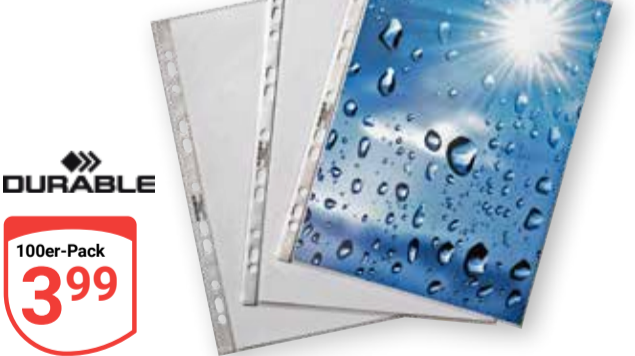
LEITZ

je Artikel
19⁹⁹

**Tagesplaner-Block
oder To-do-Liste-
Block**
Verschiedene
Ausführungen
und Größen:
von **2.99** bis **4.99**

ab
2⁹⁹

Prospekthüllen
DIN A4, stabil und
dokumentenecht



DURABLE

100er-Pack
3⁹⁹

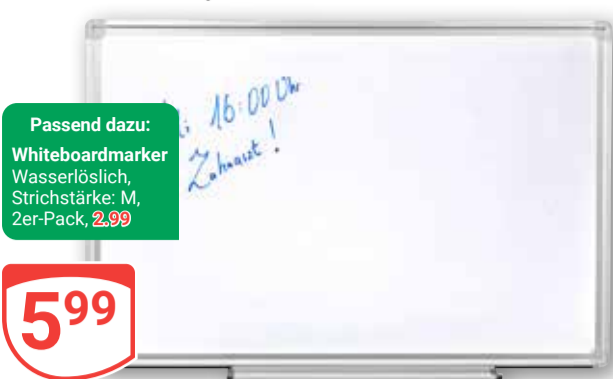
Budget-Planer
Zur besseren Planung und Verwaltung der
Finanzen, durch Einsortieren in Umschläge
können Ausgaben gezielt geplant und verwaltet
werden, verschiedene Farben



je Artikel
9⁹⁹

Alle Artikel ohne Dekoration *Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Magnettafel
60 x 40 cm, inkl. 2 Magneten und Boardmarker



Passend dazu:
Whiteboardmarker
Wasserlöslich,
Strichstärke: M,
2er-Pack, **2.99**

5⁹⁹

Kugelschreiber
Verschiedene
Farben,
Schreibfarbe:
blau oder
Textmarker
Pastellfarben

je 6er-Pack
2⁹⁹

Stifteköcher
Kunststoff, drehbar, rund, 11,8 x 11 cm,
verschiedene Farben

Passend dazu:
**Faber Castell Kugel-
schreiber Poly Ball**
Verschiedene Farben,
je **3.99**

je Artikel
5⁹⁹

Ziptasche
Geeignet für den sicheren
Transport von z. B. Papieren,
Accessoires, Stiften u. v. m.,
transparent, verschiedene
Größen und Farben:
von **1.49** bis **2.29**

ab
1⁴⁹

Ringordner
DIN A4, mit Gummizug,
verschiedene Farben:
je **1.99** oder
Sammelmappe
DIN A4, mit Gummizug,
verschiedene Farben:
je **0.99**

ab
0⁹⁹

Notizbuch Balacron
Schwarz mit runden Ecken, Elastik-
und Leseband, je 80 Blatt/160 Seiten,
Papier: weiß, 70 g/m², blanko, mit
Linienspiegel und Falttasche
hinten innen, verschiedene Farben,
DIN A6: je **1.79**
DIN A5: je **2.79** oder
DIN A4: je **3.79**

ab
1⁷⁹



Beschriftungsgerät P-touch H100LB
Für individuelle Beschriftungen,
verschiedene Schriftgrößen,
Schriftstile und Sonderzeichen,
inkl. 1 Schriftband schwarz auf weiß

brother
at your side

21⁹⁹

Passend dazu:
Brother Schriftband
6 mm, **9.99**

Laminiergerät iLAM
Laminieren von Visitenkarten bis
DIN A4-Format, einsatzbereit in 3 Min.,
LED-Anzeige für Betriebsbereitschaft,
bis zu 10 Folien in 10 Min.

LEITZ

27⁹⁹
45^{29*}

Aktenvernichter IQ Home Office
Schreddert bis zu
10 Blatt DIN A4,
integrierte Anti-
Papierstau-Technik,
Sicherheitsstufe
P4-Partikelschnitt,
Abfallbehälter: 23 l

LEITZ

69⁹⁹
119^{00*}

Eingabe-Stift
Mit 2 kapazitiven Spitzen
für hochpräzises
Schreiben auf Tablets
und Smartphones,
plus Tintenspitze,
Stift aus Aluminium mit
gummiertem Griff

9⁹⁹
19^{99*}

Fächermappe
Kunststoff, DIN A4, mit 12 Fächern und Verschlussklappe,
mit Gummizug, verschiedene Farben
oder **Dokumentenhülle**
Transparent
oder bunt,
je 5er-Pack

je Artikel/5er-Pack
3⁴⁹

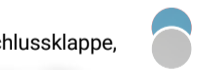
Collegeblock
DIN A4, liniert
oder kariert

Oxford

je Artikel
2⁴⁹
5^{29*}



Passend dazu:
Laminierfolie
DIN A4, Folienstärke:
80 mic., **4.99** (**7.99***)



Topf-Set True Flow
Edelstahl 18/10, Kochtöpfe: Ø 16, 20 und 24 cm und Bratentopf: Ø 20 cm, integrierte Füllskala, Siebfunktion im Deckel, spülmaschinengeeignet

4-teiliges Set
99⁹⁹
249^{00*}



Das große
Haushaltswaren-
sparen
%



Pfannen-Set Ingenio
Aluminium, antihaftbeschichtet, backofengeeignet bis 250 °C (ohne Griff), Thermo-Signal™, spülmaschinengeeignet, Ø 24 und 28 cm, inkl. abnehmbarem Griff, für alle Herdarten geeignet außer Induktion

Tefal
3-teiliges Set
39⁹⁹
94^{99*}



Pfanne XL Force
Aluminium, Titanium 2 x Antihaftversiegelung, Thermo-Signal, für alle Herdarten geeignet außer Induktion, Ø 20 cm: **14.99** (28.99*), Ø 24 cm: **17.99** (32.99*), Ø 28 cm: **19.99** (37.99*), Ø 32 cm oder Wok, Ø 28 cm: je **24.99** (43.99*)

Tefal
ab
14⁹⁹
28^{99*}



Wasserfilter Marella
Kunststoff, reduziert Kalk und Geschmacksstörende Stoffe, gefiltertes Wasser: 1,4 l, elektronische Kartuschenwechselanzeige, inkl. 6 Kartuschen, verschiedene Farben

BRITA
Je Set
32⁹⁹
55^{19*}



1 Kartusche = ca. 150 l gefiltertes Wasser

Passend dazu:
Filterkartusche Maxtra Pro 5 + 1
Ab 27.99 (37.99*)

2 in 1-Schwämme
Mikrofaser/Nylon, weiche Seite: Fleckenentfernung und Polieren, grobe Seite: entfernt harthäckigen Schmutz, bei 60 °C waschbar, 16 x 10 x 10 cm

Genius
5er-Set
249
39^{95*}



60 % saugfähiger als herkömmliche Schwämme (Herstellerangabe)

5er-Set

Wassersprudler Crystal Vorteilspack
Inkl. 3 Glaskaraffen, je 0,7 l, spülmaschinenfest und 1 x Quick Connect-Zylinder, für bis zu 60 l gesprudelt Wasser



5-teiliges Set
79⁹⁹
199^{90*}



Passend dazu:
Glaskaraffe
0,7 l, **9.99** (18.99*)

Ebenfalls erhältlich:
CO2-Zylinder
Neu und befüllt, je **24.99** (32.99*)



Getränkesirup
Ausreichend für ca. 9 l Fertiggetränk, verschiedene Sorten, je 440–500 ml: von **3.49** (5.49*) bis 500 ml: je **3.99** (5.99*), 1 l: 7.93–7.98



ab
349
5^{49*}



Bügelbrett Benny
Metall, dampfdurchlässige Bügelfläche: 110 x 30 cm, höhenverstellbar: bis 90 cm, Verschlussclip zum besseren Verstauen

14⁹⁹
29^{99*}

Solange der Vorrat reicht



Bodenwischer Profi XL-Set
Wischtuchpresse, Kunststoff, Wischer, Aluminiumstiel, mit 360°-Kardangeln mit Wischbezug Micro Duo, beseitigt bis zu 99 % der Viren und Bakterien (Herstellerangabe), bei 60 °C waschbar



Je Set
54⁹⁹
89^{99*}

Wischbezug Superduster XL, speichert Staub, Tierhaare und Allergene, im Wert von 19.99* gratis dazu!



Bodenwischer Power Mop 3 in 1-Set
Eimer: 12 l mit Sieb, Mopkopf mit 3-teiligem Stiel, kompatibel mit allen Leifheit Mopköpfen, 39 x 29 x 29 cm



Je Set
12⁹⁹
21^{99*}



Passend dazu:
Ersatzkopf
4.99 (6.99*)

Wischtuchpresse Profi
Fußbedienung, 8 l, mit Rollen und Tragegriff, keine Hände im Schmutzwasser, für alle Bezüge des Wischers Profi XL



39⁹⁹
74^{99*}



Bodenwischer Classic XL
360°-Drehgelenk, große Fußtaste, Mikrofaser-Wischbezug, geeignet für alle Böden, waschbar bei 60 °C



12⁹⁹
21^{99*}



Passend dazu:
Ersatz-Wischbezug
5.99 (10.99*)

Wischbezug Profi
Wischbreite: 42 cm, waschbar bis 60 °C, für Bodenwischer Profi XL, verschiedene Ausführungen

Bis zu 400 x waschbar



Je Artikel
12⁹⁹
19^{99*}



Cotton Plus: für Steinböden

Micro Duo: für alle glatten Böden

Extra Soft: für Parkett- und Holzböden

Wäschewanne
25 l: je **4.99** (8.99*) oder **Wäschekorb**
50 l: je **7.99** (15.49*) oder **Wäschesammler**
55 l: je **10.99** (22.99*), Kunststoff



ab
4⁹⁹
8^{99*}



Bügeltisch Airboard M Compact Plus
Thermo-Reflect-Bezug für 2-seitigen Bügeleffekt, höhenverstellbar: 78–98 cm: **44.99** (84.99*) oder **Airboard Express M Solid**
Baumwollbezug, für Dampfstationen, höhenverstellbar: 76–100 cm: **54.99** (99.99*), Metall, Bügelfläche: 120 x 38 cm



ab
44⁹⁹
84^{99*}

Passend dazu:
Bügeltischbezug Thermo-Reflect, 125 x 40 cm: **9.99** (18.99*) oder 140 x 45 cm: **12.99** (20.99*)



Dampfbügeleisen Easygliss FV5718
2.500 W, Durilium Airglide Bügelsohle, Tropfstopp-Funktion, Dampfstoß: 195 g/Min., Dampfabgabe: 45 g/Min.

Tefal
39⁹⁹
54^{99*}



Dampfstation SV6110
2.400 W, leichtgleitende Keramik-Bügelsohle, schnellaufheizend, Wassertank: 1,4 l, Kabellänge: 1,6 m, Pumpendruck: 5 bar, Vertikaldampf

Tefal
89⁹⁹
249^{99*}



Vollautomat ECAM290.81.TB
1.450 W, 15 bar, Wassertank: 1,8 l, herausnehmbare Brühgruppe, Kegelmahlwerk mit 13 Mahlgradstufen, 6 voreingestellte Rezepte, patentiertes Latte Crema System für perfekten Milchschaum



419⁰⁰
590⁰⁰*



Passend dazu:
Wasserfilter DLSC002
8.99 (9.99*)
oder
Entkalker EcoDecalk
1 l = 19.98,
500 ml:
9.99 (12.00*)



Wasserkocher Bueno

2.400 W, Edelstahl, 1,7 l, Soft-Touch-Griff, Abschaltautomatik oder

Toaster Bueno

800 W, Edelstahl, 7 Stufen, Aufwärmfunktion: je **37.99** (~~74.99*~~) oder

Kaffeautomat Bueno

1.000 W, Edelstahl, bis zu 10 Tassen, Filter herausnehmbar, Tropf-Stopp-Funktion, Abschaltautomatik, Warmhaltefunktion:

44.99 (~~74.99*~~)

ab **37⁹⁹**
74⁹⁹*



Allesschneider Solida 4

65 W, Vollmetallausführung, Leichtlaufschlitten, stufenlose Schnittstärkeinstellung, Sicherheits-Moment und Dauerschalter

MADE IN GERMANY



99⁹⁹
169⁹⁹*



Smoothie-Maker

Kult X Mix & Go

300 W, Fassungsvermögen: 0,6 l, Mixbehälter mit Skala und Trinkdeckel, 4-flügeliges Edelstahlmesser, spülmaschinengeeignet

29⁹⁹
74⁹⁹*



**Das große
Haushaltswaren-
sparen**



Wasserkocher KO1508

2.400 W, 1,5 l, automatischer An-/Ausschalter mit Kontrollleuchte

Tefal

12⁹⁹
51⁹⁹*



Mikrowelle mit Grill MG 20

700 W, Grill: 1.000 W, 20 l, Garen auf bis zu 2 Ebenen durch Einschubrost, 27 x 46 x 39,5 cm: **89.99** (~~149.99*~~) oder

MG 25

900 W, 25 l, 5 Mikrowellenstufen, 3 Kombiprogramme, 29 x 50 x 42 cm: **99.99** (~~169.99*~~)



89⁹⁹
149⁹⁹*



Induktionskochfeld Einzel-Touch

2.000 W: **44.99** (~~59.99*~~) oder

Induktionskochfeld Doppel-Touch

3.500 W: **89.99** (~~109.99*~~),

Glaskeramik-Kochfläche, 10 Leistungsstufen, 60–240 °C, Timerfunktion, Digitalanzeige



ab **44⁹⁹**
59⁹⁹*



Heißluft-Fritteuse

SatisFry Panoramic

1.500 W, Fassungsvermögen: 5 l, Touchscreen, 10 Programme, Innenbeleuchtung



39⁹⁹
129⁹⁹*



Mit Panorama-Sichtfenster

Kombi-Service

Steingut, je 4 Kaffeebecher, Dessertteller, Ø 20 cm, Speiseteller, Ø 26 cm, Schalen, Ø 14,5 cm, spülmaschinen- und mikrowellengeeignet

CREATABLE

je 16-teiliges Set
24⁹⁹
89⁹⁹*

Made in Europe

16-teiliges Set



Besteck-Set Luna

Edelstahl 18/10 hochglanzpoliert, je 12 Menümesser, Menügabeln, Menüöffel, Kaffeeöffel, Kuchengabeln

BECKMANN & RÖMMERSKIRCHEN

60-teiliges Set
29⁹⁹
59⁹⁹*

60-teiliges Set



Salatschale

Porzellan, spülmaschinen- und mikrowellengeeignet, Ø 20 cm: **6.99** (~~16.99*~~), Ø 25 cm: **9.99** (~~21.99*~~) oder Ø 30 cm: **12.99** (~~34.99*~~)

CREATABLE

ab **6⁹⁹**
16⁹⁹*



Gläser-Set

2-teilig, doppelwandig, Espresso-Gläser, 60 ml: **3.99** (~~9.95*~~), Cappuccino-Gläser, 300 ml: **3.99** oder Latte Macchiato-Gläser, 400 ml: **8.99** (~~9.99*~~)

ab **3⁹⁹**
9⁹⁵*

Für Heißgetränke geeignet



Teekanne

1,2 l, mit Filtereinsatz aus Edelstahl

Passend dazu:
Stövchen
Edelstahl,
5.99 (~~6.99*~~)

6⁹⁹
21⁹⁹*



Bodensauger mit Beutel R03957EA

900 W, Aktionsradius: 8,8 m, Beutelkapazität: 3 l, Staubbeutelfüllanzeige, automatische Kabelaufwicklung

ROWENTA

74⁹⁹
179⁹⁹*



Bodensauger ohne Beutel

BGS05BL1H

700 W, Hygiene-Filtersystem, AirCycle-Technologie, Teleskoprohr, umschaltbare Rollendüse, Aktionsradius: 9 m, inkl. Zubehör



74⁹⁹
204⁹⁹*



Hand-/Akkusauger VCP5430

250 W, Laufzeit: bis zu 40 Min., Staubbehälter: 0,55 l, 2 Leistungsstufen, mit LED-Licht, inkl. Zubehör

GRUNDIG

99⁹⁹
249⁹⁹*



Jede
Woche
neu

Exklusive Rabatte für



Mitglieder!

Bis zu

30%

mein GLOBUS

Giovanni Ferrari Parmigiano oder Grana Padano
Am Stück oder gerieben,
je 60–150 g



30 %
Rabatt

Bärenmarke Kaffee-Milch
Die Ergiebige 10 % Fett
oder **Die Leichte**
4 % Fett, je 340 g



30 %
Rabatt

Griesson Soft Cake
Verschiedene Sorten,
je 300 g



25 %
Rabatt

Honey Pomelos hell
Ursprung China, KL I,
pro Stück



30 %
Rabatt

Auf alle **Hipp** Windeln



30 %
Rabatt

Auf alle **GLOBUS** Katzensnacks



20 %
Rabatt

Stemmari
Passiata Terre Siciliane IGT
Trocken, Noten von roten Beeren,
Veilchen und Vanille, weich, feine
Tannine, körperreich mit guter
Struktur, passt ideal zu
würzigen Fleischgerichten,
0,75 l



30 %
Rabatt

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.
mein GLOBUS Kundenkarte oder verknüpfte PAYBACK Karte an der Kasse vorzeigen. Der mein GLOBUS Rabatt wird automatisch abgezogen.

sloggi
-30%
AUF SLOGGI
**WOHLFÜHLEN
WAR NOCH NIE
SO EINFACH**
Gültig von
05.01.–10.01.2026
*Nicht kombinierbar
mit anderen Aktionen,
ausgenommen reduzierte
Artikel und Werbeware aus
unserem aktuellen Faltblatt.
Nur gültig auf Artikel der
Marke sloggi ab einem
Mindesteinkaufswert von 5€.

**Tennis-, Kurzschaft- oder
Sneaker-Socken**
Baumwollmischung,
Größen: 35/38–43/46,
verschiedene Farben



je 5er-Pack
7⁹⁹
9⁹⁹*



Unser digitaler Kassenbon –
der Umwelt zuliebe



globus.de/bon

**Damen- oder
Herren-Frottee-
Schlafanzug**
Verschiedene
Qualitäten,
Damen-Größen:
36/38–48/50,
Herren-Größen:
M–XXL



je Set
17⁹⁹

Quarz-Wecker
Retro-Look, Alarm mit Nachweckfunktion,
Leuchtziffern und -zeiger, schleichende
Sekunde, 10 x 10 cm, inkl. Batterie,
verschiedene Farben



je Artikel
9⁹⁹
14⁹⁹*

manufact

Ordner
Kunststoff, DIN A4, Einstecktasche mit auswechselbarem Rückenschild,
breit oder schmal, verschiedene Farben



je Artikel
279
4³⁹*

VCIN
LEITZ

Frischhaltedose Easy Clip
Glas oder Kunststoff, BPA-frei, verschiedene
Größen und Farben, von 450 ml: **5.49** (7.99*)
bis 2.250 ml: **14.99** (24.99*)

Einfaches Öffnen und Schließen mit nur einem Clip,
auslaufsicher, gefrier-, kühl-, spül-
maschinen- und mikrowellengeeignet, inkl. Deckel



ab
549
7⁹⁹*

MEPAL

Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Artikel ohne Dekoration *Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

GLOBUS Handelshof St. Wendel
GmbH & Co. KG

Markthalle Bochum
Riemker Straße 13
44809 Bochum
Telefon: 0234 955420

globus.de/bochum-riemke
info-mhrie@globus.de

Gesellschaftssitz:
Am Wirthembösch, 66606 St. Wendel

Markthalle:
Mo–Sa: 08.00–22.00 Uhr
Sonn- und feiertags geschlossen



Das Beste aus beiden Welten!

PAYBACK Karte registrieren, mit mein GLOBUS
verknüpfen und alle Vorteile nutzen!

Am **Tablet** am Empfang in der Markthalle,
auf globus.de/kundenprogramme oder in der **GLOBUS App**.

Bis
zu 500
°Punkte*

*Nur vom 05.01.–18.01.2026: 250 Extra°Punkte für die PAYBACK Neuregistrierung
sowie weitere 250 Extra°Punkte für die erstmalige Verknüpfung von mein GLOBUS
und PAYBACK erhalten (bis zu 500 Extra°Punkte). Voraussetzung ist die erfolgreiche
Freischaltung der PAYBACK Services inkl. Erteilung des Marketing-Einverständnisses
gegenüber GLOBUS (= Verknüpfung). Alle Infos unter globus.de/payback.



Gültig vom 05.01. bis 17.01.2026

GLOBUS Spezial

Bewusst genießen



Jeden Tag
Bio H-Milch
1,5 % oder
3,8 % Fett
je 1 l
1.09



Berchtesgadener Land
Bio Alpenbutter
Mild gesäuert,
1 kg = 11.56
250 g
2.89



GLOBUS

Echt gut gemacht.

Fit durch den Winter, pflanzlich stark.

Jetzt Vitamin C tanken

Zitrusfrüchte, Ingwer und Kurkuma – kleine Helfer mit großer Wirkung. Sie wärmen von innen, unterstützen das Immunsystem und schenken Körper und Geist neue Energie. So lässt sich die kalte Jahreszeit bewusst genießen.



Ingwer-Shot selbst machen



leicht



10 Min.



10 Portionen

100 g frischer Ingwer
50 ml Agavendicksaft
1 TL gemahlene Kurkuma
4–5 Bio-Zitronen

Ingwer mithilfe eines Löffels vorsichtig schälen, dann in kleine Stücke schneiden. Ingwerstücke zusammen mit Agavendicksaft und Kurkuma in einen Mixer geben.

Zitronen halbieren, Saft auspressen und ebenfalls in den Mixer geben, alles zusammen mixen.

Die Süße nach Wunsch variieren. Wenn man möchte, kann man die Flüssigkeit durch ein Sieb streichen, um die Ingwerfasern herauszufiltern.

Tipp:

Die Ingwer-Shots am besten frisch trinken. Alternativ kann man sie auch in einer sauberen Glasflasche (à 300 ml) im Kühlschrank aufbewahren.

Fruchtig-frische Variante:



100 ml frisch gepressten Orangensaft hinzufügen. Damit wird der Fitmacher etwas milder und besonders fruchtig. Statt gemahlene kann man auch frische Kurkuma verwenden.

Demeter Bio Tafeläpfel „Gala Royal“

Ursprung Italien, Kl II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



GLOBUS Bio Demeter Zitronen

Ursprung Italien, Sorte siehe Etikett, Kl II

500 g-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Ingwer

Ursprung Brasilien/China/Peru

je kg

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Tafelbirnen „Williams“

Ursprung Italien, Kl II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Mandarinen

Ursprung Spanien, Sorte siehe Etikett, Kl II,

1 kg = 3.59

je 750 g-Beutel

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Orangen

Ursprung Italien, Sorte siehe Etikett, Kl II

je 1 kg-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Feldsalat
Ursprung Italien,
KL II

100 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Bio Cherrydatteltomaten
Ursprung Spanien, KL II

250 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Bio Zucchini grün
Ursprung Spanien, KL II

500 g-Bund

**Zum aktuellen
Tagespreis**



GLOBUS Bio Basilikum-Topf
Ursprung Deutschland

pro Stück

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Aus der Erde auf den Teller.

Einfache und vielfältige Winterküche

Rüben, Karotten und Pastinaken – robustes Wurzelgemüse, das jede Mahlzeit bereichert. Ob roh, im Salat oder gegart als Beilage: Mit wenigen Handgriffen kommt Farbe, Geschmack und Vielfalt auf den Teller.

Bio Speisemöhren
Ursprung Deutschland/
Niederlande, KL II

je 1 kg-Beutel

**Zum aktuellen
Tagespreis**



**Demeter
Bio Pastinaken**

Ursprung Deutschland,
KL II

500 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



demeter



**Demeter
Bio Zwiebeln rot**
500 g-Netz

**Zum aktuellen
Tagespreis**



demeter



**Demeter
Bio Speisekartoffeln festkochend**
Ursprung Deutschland,
Sorte siehe Etikett

1,5 kg-Beutel

**Zum aktuellen
Tagespreis**



demeter



Saatenbrötchen vom Blech



leicht



ca. 3 h



24 Portionen

- 400 g** Weizenmehl Type 550
+ etwas für die Arbeitsfläche
- 50 g** Weizenvollkornmehl
- 220 ml** Wasser
- 70 g** Sauerteig
- 8 g** Alnatura Hefewürfel
- 1 EL** Honig
- 2 TL** Salz
- 20 g** Mohn
- 30 g** Sesam
- 30 g** Alnatura Sonnenblumenkerne

Zubereitungszeit:

ca. 2,5 h + ca. 20 Minuten Backzeit

Schritt 1:

Beide Mehlsorten in einer Schüssel vermischen. Wasser und Honig grob mit dem Mehl vermengen. Schüssel mit einem feuchten Geschirrtuch abdecken und ca. 30 Min. ruhen lassen.

Schritt 2:

Sauerteig, Hefe und Salz dazugeben. Ca. 8–10 Min. kneten, bis der Teig elastisch wird.

Tipp: Wenn der Teig zu fest ist, weitere 10 ml Wasser hinzugeben.

Gärkörbchen bemehlen, Teig hineinlegen und 1,5 h bei Raumtemperatur gehen lassen. Dabei alle 30 Min. auf einer bemehlten Fläche dehnen und falten. Dafür Teig an einer Seite vorsichtig

Biovegan Meine Meister Backhefe

1 kg = 112.86

7 g

0.79



Vegan

anheben, leicht dehnen und über die Teigmitte zur gegenüberliegenden Seite falten. An den 3 übrigen Seiten wiederholen. Danach mit der Verschlussseite nach unten zurück in die Schüssel geben und abdecken.

Schritt 3:

Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze mit Backblech und einer feuerfesten Schale auf dem Boden des Ofens vorheizen. Teig in 24 gleichgroße Portionen

teilen. Mohn, Sesam und Sonnenblumenkerne in kleine Schüsseln geben. Teigkugeln in die Saaten drücken und auf einem Stück Backpapier als Sonne anordnen. Das Backpapier auf das heiße Backblech ziehen und 1 Glas heißes Wasser in die feuerfeste Schale gießen.

Achtung: heißer Dampf! Backofentür zügig schließen und ca. 10 Min. backen. Temperatur auf 210 °C reduzieren und weitere 10 Min. backen.

Jeden Tag Bio

Kürbiskerne

1 kg = 9.96

250 g

2.49



Alnatura

Bio Sonnenblumenkerne

1 kg = 3.98

500 g

1.99



Alnatura

Bio Walnusskerne

Im Frischepack, 1 kg = 17.93

150 g

2.69



Alnatura

Bio Sesam

Ungeschält, 1 kg = 8.95

200 g

1.79



Alnatura

Bio Saatenmischung

1 kg = 10.76

250 g

2.69



Alnatura

Bio Meersalz

1 kg = 1.78

500 g

0.89



Alnatura
Bio Roggen-
vollkornmehl
1 kg
1.59



Alnatura
Bio Weizenmehl
Type 550
1 kg
1.29



Alnatura
Bio Weizenmehl
Type 405
1 kg
1.39



Küchenmeister
Bio-Dinkelmehl oder
Dinkel-Vollkornmehl
je kg
1.49



Bauk Mühle
Bio Brotbackmischung
Wunderbrød
Nach Norwegischer
Art, 1 kg = 5.82
600 g
3.49



Bauk Mühle
Bio Brotbackmischung
Krustenbrot Hafer
1 kg = 5.98
500 g
2.99



Warum Bio-Mehl?

Mehr Nährstoffe: Geringere Verluste von Mineralien und Vitaminen durch biologische Anbauweise.

Bessere Ballaststoffe und Vielfalt: Vollkorn- und Spezialmehle (Dinkel, Roggen, Buchweizen) liefern einzigartige Aromen.

Umweltfreundlicher: Fördert Bodenqualität, Artenvielfalt und enthält weniger chemische Rückstände.

Transparenz: Oft regionale Herkunft und faire Produktionsbedingungen.

Vielseitig in der Küche: Geeignet für Brot, Pfannkuchen, Backwaren – ohne Kompromisse beim Geschmack.

Selbst angesetzter Sauerteig braucht seine Zeit, hält aber bei guter Pflege ewig. Mit dieser Anleitung klappt das Ansetzen kinderleicht!

Was benötigt wird:

- Roggenmehl (am besten Bio)
- lauwarmes Wasser (ca. 25–30 °C)
- ein sauberes Glas mit locker aufliegendem Deckel

Tag 1: Der Start

- 50 g Roggenmehl und 50 g lauwarmes Wasser im Glas vermischen.
- Alles gut zu einem zähen Brei vermengen.
- Das Glas locker abdecken (nicht luftdicht verschließen!) und an einen warmen Ort stellen (ideal: 22 °C bis 26 °C).
- 24 Stunden stehen lassen.

Tag 2: Ruhe und Beobachtung

- Den Ansatz ruhen lassen.
- Mit etwas Glück sieht man die ersten, winzigen Bläschen.

Alnatura
Bio Sauerteig
Extrakt
1 kg = 47.33
15 g
0.71



Tag 3 bis 7: Füttern und aktivieren

- 50 g vom Ansatz nehmen (den Rest entsorgen).
- Diesen mit 50 g frischem Roggenmehl und 50 g lauwarmem Wasser in einem sauberen Glas vermengen.
- Glas wieder locker abdecken und warm stellen.
- Diesen Schritt täglich zur gleichen Zeit bis Tag 7 wiederholen.

Der Sauerteig ist fertig, wenn er nach einer Fütterung zuverlässig innerhalb von 4 bis 8 Stunden sein Volumen verdoppelt und angenehm säuerlich riecht (nicht nach Essigreiniger). Sobald dies geschieht, ist er bereit für das erste Sauerteigbrot.

Tipp:

Den fertigen Sauerteigansatz im Kühlschrank lagern. So muss er nur etwa alle 7 bis 10 Tage erneut gefüttert werden (dazu die Schritte von Tag 3 bis 7 ausführen).

Sauerteig-Starter leicht gemacht

Kalte Soba-Nudel-Bowl

mit Edamame und Lachs



Yutaka
Soba oder
Udon Noodles
1 kg = 7.96
je 250 g

1.99



leicht



ca. 45 Min.



4 Portionen

- 500 g Lachsfilets
- 300 g Soba-Nudeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer, daumengroß
- 1 Chilischote
- 2 EL Reisessig
- 1 EL Sojasauce
- 2 EL Sesamöl
- 300 g Edamame, TK, geschält
- 1 Salatgurke
- 1 EL Sesam, schwarz
- 1 EL Sesam, weiß
- 1 Limette, bio
- etwas Salz, Pfeffer

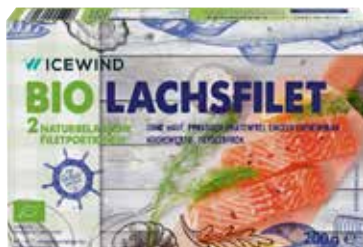
Lachs aus dem Tiefkühler nehmen und im Kühlschrank schonend auftauen lassen. Soba-Nudeln ca. 4 Minuten in ausreichend Salzwasser kochen und abgießen. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Chili waschen, entkernen und fein hacken. Knoblauch, Ingwer und Chili mit Essig, etwas Salz und Pfeffer, Sojasauce und Öl unter die Nudeln mengen. Edamame ca. 6–8 Minuten in Salzwasser garen, abgießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Inzwischen Gurke waschen und mit einem Sparschäler feine Streifen abziehen. Lachs waschen und trocken tupfen. Schwarzen und hellen Sesam mischen und Lachs darin wenden, mit Limettensaft beträufeln und in Streifen schneiden. Sesam, der nach dem Wenden übrig bleibt, unter die Nudeln mischen. Diese mit Edamame, Gurkenstreifen und Sesam-Lachs in einer Bowl anrichten und sofort servieren.

Icewind Bio Lachsfilet

2 Filets, ohne Haut,
tiefgefroren,
1 kg = 27.95

200 g

5.59



Yutaka Sesam

weiß, geröstet,
1 kg = 24.90

100 g

2.49



Alnatura

Bio Sesamöl
Nativ extra

1 l = 15.96

250 ml

3.99



Alnatura

Bio Soja-Sauce
Shoyu-Art

1 l = 11.96

250 ml

2.99



HAK Edamame Bohnen

Im Beutel, Abtropfgewicht 120 g,
1 kg = 16.58

150 g

1.99



Corovita
Premium Natives
Bio-Olivenöl extra

1 l = 15.98

500 ml

7.99



Alnatura
Weißweinessig

1 l = 4.58

500 ml

2.29



Lien Ying
Reisessig

1 l = 7.45

200 ml

1.49



Alnatura Bio
Blütenhonig

1 kg = 8.54

350 g

2.99



GLOBUS Bio Kräuter
Verschiedene Sorten,
tiefgefroren,
1 kg: 10.53–15.80

je 50–75 g

0.79



Alnatura
Bio Weidemilch
Crème fraîche

30 % Fett, 1 kg = 8.60

150 g

1.29



Quinoa-Bowl

mit Hähnchenbrust und Knoblauch-Dip



leicht



ca. 60 Min.



2 Portionen

Für die Hähnchenbrust:

- 2 Hähnchenbrustfilets
- 1 EL Honig
- 1/2 Limette, bio
- 1 TL Paprikapulver, geräuchert
- 1 TL Paprikapulver, edelsüß
- 1 TL Salz
- etwas Olivenöl

Für den Dip:

- 1 Knoblauchzehe
- 3 Stängel Dill
- 150 g Crème fraîche
- 40 g Frischkäse
- etwas Salz + Olivenöl

Außerdem:

- 200 g Quinoa
- 1/4 Kopf Rotkohl
- 1 EL Weißweinessig
- 80 g Kichererbsen (Dose)
- 1/2 Salatgurke
- 1 Avocado
- etwas Salz + Olivenöl

Hähnchenbrust marinieren:

Für die Hähnchenbrust Limette ausdrücken. Saft mit Gewürzen und Honig im Zip-Beutel kurz durchkneten. Fleisch dazugeben und im Beutel ca. 2 Std. im Kühlschrank durchziehen lassen.

Knoblauch-Dip zubereiten:

Oberes Viertel der Knoblauchknolle abschneiden, restliche Knolle mit Öl beträufelt in Alufolie wickeln. In Backofen oder Heißluftfritteuse ca. 20–25 Min. bei 200 °C rösten.

Die nächsten Schritte:

Wasser im Topf erhitzen. Quinoa ca. 15–20 Min. leicht köcheln, abgießen und kurz abkühlen lassen. Rotkohl vom Strunk befreien und in feine Streifen hobeln. 1/4 der Streifen mit Essig und

etwas Salz in eine Schüssel geben. Das Kraut mit den Händen kneten, damit es weicher wird.

Kichererbsen abgießen, abspülen, gut abtropfen lassen. Mit Öl und etwas Salz vermengen. Im Backofen auf Backpapier oder in Heißluftfritteuse ca. 12 Min. bei 200 °C rösten.

Gurke waschen, schräg anschneiden, in feine Scheiben hobeln. Avocado längs halbieren und Kern entfernen. Fruchtfleisch mit dem Löffel aus der Schale lösen und in dünne Spalten schneiden.

Dill waschen, trocken tupfen und fein hacken.

Knoblauchknolle aus dem Ofen nehmen, auspacken, abkühlen lassen. Die weichen Zehen aus der Schale drücken, mit einer Gabel zerdrücken. Mit Dill, Crème fraîche und Frischkäse verrühren sowie mit Salz abschmecken.

Hähnchenbrust aus der Marinade nehmen und mit Küchenpapier abtupfen, da die verbliebene Marinade sonst anbrennen kann.

1 EL Öl in der Pfanne erhitzen, Fleisch in mundgerechte Würfel schneiden, von beiden Seiten je ca. 3 Min. scharf anbraten.

Bowl anrichten:

Quinoa, Gurke, Avocado, Rotkraut und Hähnchenbrust auf tiefe Teller verteilen. Kichererbsen und Dip darüber geben. Mit Dill und Pfeffer garniert servieren.

Müllers Mühle Quinoa

1 kg = 7.16

250 g

1.79



Followfood Thunfisch Filets

Verschiedene Sorten,
Abtropfgewicht
120–130 g,
1 kg: 16.16–23.00
je **160–185 g**
2.99



Alnatura Bio Kichererbsenwaffeln

1 kg = 14.90
100 g
1.49



Kichererbsenwaffeln mit Avocado- Thunfischsalat



leicht



10 Min.



1 Person

- 2 Kichererbsenwaffeln
- 1 Avocado
- 1/2 Zwiebel, rot
- 1 Dose Thunfisch
- 1/2 Limette
- 1 Bund Petersilie
- 1 TL Olivenöl
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer

Das Fruchtfleisch der Avocado mit Thunfisch, Limettensaft, gehackter Petersilie, Olivenöl, gewürfelter Zwiebel sowie Salz und Pfeffer vermengen. Dann die Masse auf die Reiswaffeln geben und genießen.

Wie decke ich meinen täglichen Proteinbedarf?

Täglichen Bedarf kennen:

Allgemein gelten 0,8 g Protein pro kg Körpergewicht als ausreichend. Bei Sportlern ist der Bedarf mit 1,2–2,0 g/kg je nach Sportintensität erhöht.

Protein zu jeder Mahlzeit:

Versuchen Sie, zu jeder Hauptmahlzeit (und idealerweise auch zu Snacks) eine Proteinquelle einzubauen. Das hält länger satt und sorgt für eine kontinuierliche Versorgung. Besonders proteinreich sind mageres Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte.

Pflanzliche Quellen kombinieren:

Kombinieren Sie Hülsenfrüchte (z. B. Bohnen) und Getreide (z. B. Reis oder Brot). Dadurch erhalten Sie ein vollständigeres Aminosäureprofil (die „Bausteine“ des Proteins).

Schlau sein beim Snacken:

Ersetzen Sie „leere“ Kalorien-Snacks durch proteinreiche Alternativen (z. B. eine Handvoll Nüsse, griechischen Joghurt, Hüttenkäse oder einen Proteinriegel).

Flüssige Proteine sinnvoll nutzen:

Ergänzen Sie Proteinshakes nach dem Training, um den Muskelaufbau und die Regeneration zu fördern. Bei Zeitmangel oder geringem Appetit sind Shakes auch ideale Helfer, um den täglichen Proteinbedarf zu decken.

Campo Verde Kichererbsen

Im Glas, Abtropfgewicht 230 g,
1 kg = 6.48

350 g
1.49



Alnatura Körniger Friskäse

1 kg = 7.95
200 g

1.59



Bauk Mühle Grünkern-Burger

1 kg = 12.44
160 g

1.99



KoRo Soja Protein Crispies

1 kg
12.99



KoRo Bio Erdnussmus

1 kg = 9.98
500 g

4.99



Bauk Süßkartoffel Falafel

1 kg = 12.44
160 g

1.99



Entdecken Sie
unser großes
KoRo Sortiment



Natürlich vegan, einfach lecker.



Alnatura
Vegane Frischcreme
Verschiedene Sorten,
1 kg = 16.60
je 150 g
2.49



Alnatura
Bio Tahin
Sesammus
1 kg = 14.76
250 g
3.49



Alnatura
Bio Haferdrink
Ungesüßt,
Tetra Pak,
pfandfrei
1 l
1.29



Alnatura
Sojacreme oder
Hafercreme
Cuisine
1 l = 4.95
je 200 ml
0.99



Alnatura
Kokos Natur
1 kg = 5.73
400 g
2.29



Was ist eigentlich **VEGANUARY?**

Veganuary ist eine jährliche Kampagne im Januar, die Menschen dazu ermutigt, einen Monat lang vegan zu leben – also keine tierischen Produkte zu konsumieren.

Der Zweck dahinter:
Bewusstsein für Tierschutz,
Umwelt und Gesundheit
fördern.

Wie starten Sie am besten?
Viele Alltagsprodukte sind zufällig vegan (Nudeln, Reis, Tomaten, Hülsenfrüchte, Marmelade, Kokosmilch, Currypasten, Tomatenmark, Gewürze, Saucen, Tee, Kaffee, Fruchtsäfte). Dazu können Sie sich mit pflanzlichen Alternativen wie Pflanzenmilch, veganer Margarine, Soja-joghurt oder Tofu eindecken. Ein Essensplan-Tool kann dabei helfen, Mahlzeiten und Einkäufe zu strukturieren und Rezepte zu erstellen.

Verändern Sie nicht alle Gewohnheiten. Fast alles, was Sie mögen, gibt es auch vegan oder lässt sich veganisieren, z. B. Lasagne mit Sojahack und pflanzlicher Béchamel, Frühstück mit veganen Würstchen oder Tofu. Von Currys über Aufläufe bis Desserts – fast jedes Gericht können Sie vegan zubereiten.

Mehr Infos zum
Veganuary und Tipps
zum Start gibt es hier.



True Dates Datteln
Verschiedene Sorten,
1 kg = 17.90
je 100 g
1.79



Die Dattel – mehr als nur ein Trockenobst

Getrocknete Datteln sind eine natürliche Nährstoffbombe: Sie liefern schnelle Energie, viele Ballaststoffe und wichtige Mineralstoffe wie Kalium, Magnesium und Eisen. Zudem enthalten sie Antioxidantien und Vitamin B6. Als natürlicher Zuckerersatz sind sie vielseitig einsetzbar.



Für ein reines Zuhause

**Frosch
Spül-Spray**
1 l = 5.83
300 ml
1.75



claro Geschirrspültabs
Multi oder classic,
Stück: 0.11–0.16
je 50–75 Stück
7.99



**Ecover
Handgeschirrspülmittel**
Verschiedene
Sorten,
1 l = 3.31
je 450 ml
1.49



**sodasan
Spülmittel**
Verschiedene
Sorten,
1 l = 4.38
je 500 ml
2.19



Schnelle Hilfe gegen häufige Flecken:

Rotwein:

Sofort Salz auf den Fleck geben, danach mit Zitronensaft beträufeln, mit Mineralwasser auswaschen.

Kaffee/Tee:

1 TL Natron auf 100 ml warmes Wasser – Fleck einweichen, danach normal waschen.

Fett/Öl:

Maisstärke aufstreuen, Fett aufsaugen lassen, ausbürsten, dann mit warmem Wasser und etwas Soda nachbehandeln.

Gras/Fruchtsaft:

Mit Zitronensaft einreiben, 10 Min. einwirken lassen, dann auswaschen. Bei weißer Wäsche gegebenenfalls Natron dazugeben.

Make-Up/Lippenstift:

Etwas Alkohol (z. B. Bio-Spiritus) auf ein Tuch geben, Fleck abtupfen, danach waschen.

Kugelschreiber/Tinte:

Wattestäbchen in Zitronensaft oder Alkohol tränken und vorsichtig auftupfen, danach mit Wasser ausspülen.

Unser Beitrag für die Umwelt: sodasan

- Natürliche Inhaltsstoffe
- Kein Mikroplastik
- Klimaschutz
- Biologische Abbaubarkeit
- Kreislaufwirtschaft
- Recycling Kunststoff

**sodasan
Allzweck
Reiniger**
1 l
3.49



**Claro Kalk-Stopp
Waschmaschinentabs**
Stück = 0.17
45 Tabs
7.49



**Frosch
Waschmittel**
Verschiedene
Sorten,
flüssig,
1 WL = 0.20
je 25 WL
4.99



Passende Nachfüller auch im Sortiment



Bewusst ernähren, liebevoll begleiten.

HiPP Schalenmenü
Verschiedene Sorten,
1 kg = 7.96
je 250 g
1.99



Alete Menü im Glas
Verschiedene Sorten,
ab 1 Jahr,
1 kg = 5.16
je 250 g
1.29



FruchtBar Bio Fruchtpüree
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 7.90
je 100 g
0.79



Mogli Bio Kekse
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 15.92
je 125 g
1.99



So fühlt sich Natürlichkeit an.

Weleda Serum Drops
Verschiedene Sorten, 1 l = 266.33
je 30 ml
7.99



Greendoor Deo Stick Classic,
1 kg = 115.19
52 g
5.99



Dr. Scheller Tages- oder Nachtpflege
Mit Arganöl, 1 l = 139.80
je 50 ml
6.99





Bionade
Verschiedene
Sorten, PET-Flasche,
1 l = 2.48
+ Pfand 0.25
je 0,4 l

0.99



Red Bull Organics
Verschiedene
Sorten,
1 l = 3.00
+ Pfand 0.25
je 0,33 l

0.99



**Andechser
Bio-Kefir**
PET-Flasche,
1 l = 2.58
500 g

1.29



**Jeden Tag Bio
Gemüsesaft**
Verschiedene
Sorten, Tetra Pak,
pfandfrei
je 1 l

1.59



Kefir-Smoothie mit Karotten und Minze



leicht



10 Min.



1 Person

500 ml Kefir
2 Karotten
1 Zweig Minze
1 Banane
1 TL Honig
1/2 Zitrone
(nur Saft)
1 Hand Eiswürfel

Die Karotten grob
zerkleinern und die
Minzblätter zupfen. Alle
Zutaten zusammen in
einen Mixer geben, bis
die Mischung glatt ist.
Mit Eiswürfeln servieren
und genießen.

**The Duke Bio
Munich Dry Gin**
45 % Vol., komplexer
Duft mit reicher
Zitrus-Note und
floralen Tönen,
1 l = 35.70
0,7 l

24.99



**Prosecco Extra
Dry Bosco
Malera Prosecco
Spumante
Extra Dry Bio**
1 l = 9.32
0,75 l

6.99



**Domaine Royal de Jarras
Pink Flamingo Bio Rosé
Gris de Gris Tête de Cuvée
IGP Sable de Camargue
Agriculture Biologique**
Elegante Aromen von
kleinen roten Früchten
im Mund, gepaart mit
dezenten Zitrus- und
Grapefruitaromen,
1 l = 9.32
0,75 l

6.99



**Novantacheppi
Primitivo
Puglia Bio**
1 l = 7.99
0,75 l

5.99



**Kloster Eberbach
Achtsam**
Das alkoholfreie
Pendant zur
beliebten Achtsam
PIWI-Cuvée,
mittlerweile ein
Klassiker unserer
alkoholfreien
Auswahl,
1 l = 10.65
0,75 l
7.99



Alkoholfrei!



GLOBUS

GLOBUS Markthallen
Holding GmbH & Co. KG
Leipziger Straße 8
66606 St. Wendel
globus.de

Abgabe nur in haushaltsüblichen
Mengen. Für Druckfehler keine
Haftung. Abbildungen können
von Originalgröße abweichen.
Alle Artikel ohne Dekoration
und solange der Vorrat reicht.

