



Echt gut gemacht.

Hermsdorf

Wir finden, probieren
muss sich lohlen!

GLOBUS Knackwurst
Im Ring, nach
Braunschweiger Art

Jetzt noch
günstiger!

Probierpreis
1 kg
6⁹⁰
~~7⁹⁰~~

GLOBUS Bratwurst
mit Rahmwirsing und
Kartoffelstampf

5⁰⁰

Romatomen
Ursprung Spanien,
Sorte siehe Etikett,
KL I, 1 kg = 1.98

500 g-Schale
0⁹⁹

Orangen
Ursprung Spanien,
Sorte siehe Etikett,
KL I, 1 kg = 1.00

Extra große
„XXL“-Früchte

4 kg-Beutel

4 kg-Beutel
3⁹⁹

Scheibenfrostschutz
Frostsicher bis -20 °C,
1 l = 1.00

5 l
4⁹⁹

Klarsichtboxen-Set
Kunststoff, verschiedene
Größen und Farben,
je 3er- oder 4er-Set:
von **6.99** (17.99*)
bis **8.99** (25.99*)

keeper

ab
6⁹⁹
~~17⁹⁹~~



3er-Set

4er-Set

Gutes aus
Sachsen

je Kiste
4⁹⁹

Lichtenauer Mineralwasser oder Plus Lemon
Verschiedene Sorten, je 12 x 1 l-MW-Flasche,
1 l = 0.42 + Pfand 3.30

Gutes aus
Sachsen

je Kiste
4⁹⁹



Géramont Weichkäse,
Le Snack oder Bresso
Feine Häppchen
Verschiedene Sorten,
1 kg: 12.45–24.90

je 100–200 g
2⁴⁹



Köstritzer Edelpils oder Radler
Je 20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 1.10 + Pfand 3.10

Gutes aus
Thüringen

je Kiste
10⁹⁹



Tempo Taschentücher
Verschiedene Sorten und Inhalte,
je 20 x 9/24 x 9/30 x 10 Tücher,
10 Tücher: 0.10–0.17

je Packung
2⁹⁹



Riesa Hartweizennudeln
Verschiedene
Ausformungen,
1 kg = 1.98

Gutes aus
Sachsen

je 500 g
0⁹⁹



Echter Nordhäuser
Reiche Ernte
30 % Vol.,
verschiedene Sorten,
1 l = 10.98

Gutes aus
Thüringen

je 0,5 l
5⁴⁹



Kuschelweich
Weichspüler
Verschiedene Sorten,
je 750–1.000 ml,
1 WL: 0.04–0.06

je 28–38 WL
1⁵⁹
~~1⁹⁵~~



GLOBUS Weizenbrötchen
Stück = 0.10

10 Stück
0⁹⁹



GLOBUS Weizenmischbrot
Mildes Brot, mit hauseigenem
Natursauerteig gebacken

1.000 g
0⁹⁹
~~1³⁹~~



GLOBUS Roggenmischbrot
60/40

1.000 g
0⁹⁹
~~1³⁹~~



Viel gespart zum Jahresstart:



GÜNSTIG

gibt's bei

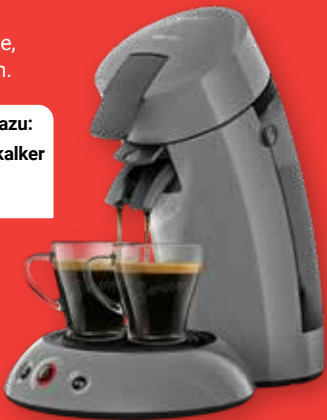
GLOBUS



Padautomat HD6553/70
1.450 W, 1–2 Tassen,
Volumen 0,7 l, Kontrollleuchte,
Endabschaltung nach 30 Min.

Passend dazu:

Senseo Entkalker
CA6520/00
5.99 (6.99*)



44⁹⁹
84⁹⁹*

Dampfbügeleisen SI3450L

2.400 W, Keramik-Bügelsohle, Wassertank: 220 ml,
Vertikaldampf, Dampfstoß: 120 g/Min., Tropfschutz,
Sicherheitsabschaltung



12⁹⁹
49⁹⁹*

Treiteimer Paso

Kunststoff, verschiedene
Farben und Modelle,
6 l: je 9.99 (19.49*),
20 l: je 17.99 (31.99*) oder
40 l: je 23.99 (49.99*)

Passend dazu:

OHO Müllbeutel
Versch. Größen,
ab 0.59 oder
Pely Müllbeutel
35 l: 1.29 (1.99*)



40 l

20 l

6 l

1. Klapptritt

Kunststoff, faltbar,
35 x 27 x 22 cm: 4.99 (17.99*)

2.

Sitzhocker

Kunststoff, faltbar,
36,5 x 30 x 32,5 cm:
6.99 (19.99*)



Belastbarkeit
bis 150 kg

KESPER
KITCHEN AND HOME

ab
4⁹⁹
17⁹⁹*

Belastbarkeit
bis 110 kg

Glas-Frischhaltedose

Mit Clip-Deckel, auslaufsicher, spülmaschinen-,
gefrier-, und mikrowellengeeignet, ohne Deckel
backofengeeignet, verschiedene Größen,
von 370 ml: 1.99 (3.99*)
bis 1.500 ml: 4.99 (7.99*)



ab
1⁹⁹
3⁹⁹*

Iglo Schlemmerfilet oder Filegro
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 6.55–10.38



je 240–380 g
2⁴⁹



LeRo Suppe oder Eintopf

Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg = 4.42



je 450 g
1⁹⁹
2⁴⁹



Schwarzbach Feinkost Salat

Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.56



je 250 g
1³⁹



Pick Original

ungarische
Mini-Salami
1 kg = 17.96



250 g
4⁴⁹



Keunecke Frisches Fertiggericht

Verschiedene Sorten, Königsberger
Klopse oder Senfeier
mit Kartoffeln,
1 kg = 7.12



je 400 g
2⁹⁹

Frischli Leckermäulchen

Verschiedene Sorten,
1 kg = 4.60



je 150 g
0⁶⁹



Nudossi

Ohne Palmöl,
1 kg = 8.30



300 g
2⁴⁹
2⁹⁹



Filinchen

Verschiedene Sorten,
1 kg = 10.53



je 75 g
0⁷⁹
0⁹⁹



Melitta Bella Crema

Ganze Bohnen,
verschiedene Sorten



je 1 kg
13⁹⁹

VEGANUARY



Feinkost Popp Veganer Feinkostsalat
Verschiedene Sorten,
1 kg = 10.60



Vegan

je 150 g
1⁵⁹
1⁹⁹

Alpro Nuss-Drink
Verschiedene Sorten



Glutenfrei

Vegan

je 1 l
1⁹⁹

YFood Trinkmahlzeit

Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 5.98
+ Pfand 0.25



Vegan

je 500 ml
2⁹⁹
3⁹⁹

Müller Froop

Verschiedene Sorten,
1 kg = 2.93



je 150 g
0⁴⁴

Ritter Sport Tafelschokolade

Bunte Vielfalt
Verschiedene Sorten,
1 kg = 11.10



je 100 g
1¹¹

Senseo Kaffeepads

Verschiedene Sorten,
je 8–16 Pads, 1 Pad: 0.14–0.28,
1 kg: 20.00–22.20



je 100–111 g
2²²

Alle Artikel ohne Dekoration *Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers



Lorenz Crunchips oder Crunchips Wow oder Roasted

Verschiedene Sorten,

1 kg: 6.34–10.09

je 110–200 g

1¹¹

Lorenz Erdnuss Locken

Verschiedene Sorten,

1 kg: 6.80–9.15

je 130–175 g

1¹⁹_{2¹⁹}

Storck Knoppers

Verschiedene Sorten,

je 8 Stück,

1 kg = 8.45

je 200 g

1⁶⁹

Knoppers PICK & MIX

3 kaufen

1€

SOFORT RABATT

mit Coupon!

TEILNAHMEBEDINGUNGEN:
Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie 1€ Sofortrabatt beim Kauf von mindestens 3 Knoppers Schnitten oder Knoppers Riegel Produkten (gültig für das gesamte Knoppers Schnitten (Ber) und Knoppers Riegel (Ser) Sortiment, Verfügbarkeit im Markt vorausgesetzt) direkt an der Kasse. Nicht alle aufgezählten/ abgebildeten Artikel sind jederzeit vorrätig. Nur jeweils 1 Coupon pro Kauf einlösbar. Couponeinfösung nur in Deutschland und nur in teilnehmenden Märkten möglich. Barauszahlung und Rechtsweg ausgeschlossen. Vervielfältigungen oder Veröffentlichungen sind nicht gestattet. Coupons sind nur im Original gültig. Kopien werden nicht akzeptiert. Coupon 12.01. bis 17.01.2026

9 823294 181009

ültje Erdnüsse

geröstet & gesalzen

je 150–200 g

1⁷⁹

Lotus Biscoff

Classic oder Doppelkeks

1 kg: 7.33–10.60

je 150–200 g

1⁵⁹_{1⁷⁹}

Zetti Bambina

Verschiedene Sorten, 1 kg: 12.90–14.33

je 90–100 g

1²⁹

Oreo

Verschiedene Sorten, 1 kg: 8.22–13.44

je 96–157 g

1²⁹

Dr. Quendt Dresdner Russisch Brot

Verschiedene Sorten,

1 kg = 8.90

je 100 g

0⁸⁹_{0⁹⁹}

Trumpf Edle Tropfen

Verschiedene Sorten,

1 kg = 11.96

je 250 g

2⁹⁹

Storck Merci Petits

Verschiedene Sorten,

1 kg = 15.04

je 125 g

1⁸⁸_{1⁹⁹}

Angbotspreis-Garantie!

Die Angebotsartikel aus unserem aktuellen Faltblatt finden Sie als Wochenangebote in der Region nirgends günstiger. Wenn doch, gilt dieser Preis auch bei uns.

Sywan Schwaaner Fischkonserve Fischsoljanka

Rostocker Art, 1 l = 6.23

400 ml

2⁴⁹

Sywan Heringsfilet

Verschiedene Sorten,

1 kg = 4.95

je 200 g

0⁹⁹_{1⁶⁹}

Dovgan Dorschleber

In Öl, 1 kg = 17.30

115 g

1⁹⁹_{2⁴⁹}

Bautz'ner Tomatenketchup

1 l = 3.58

500 ml

1⁷⁹_{2²⁹}

Knorr Schlemmersauce

Verschiedene Sorten,

1 l = 3.96

je 250 ml

0⁹⁹

Jütro Letscho

Füllmenge 650 g,

1 kg = 1.63

720 ml

1¹¹_{1²⁹}

Bautz'ner Gurken

Verschiedene Sorten,

Abtropfgewicht 360–420 g,

1 kg: 3.55–4.14

je 720 ml

1⁴⁹_{1⁸⁹}

Hainich Rotkraut oder Sauerkraut

Abtropfgewicht 650 g,

1 kg = 1.98

je 720 ml

1²⁹

Hainich Apfelmus

Fein cremig,

Abtropfgewicht 710 g,

1 kg = 2.38

720 ml

1⁶⁹

Die Thüringer Thüringer Wurst oder Rillettes im Glas

Verschiedene Sorten,

1 kg: 9.15–9.92

je 120–130 g

1¹⁹

Oro di Parma Tomaten Passiert oder Stückig, Pizza- oder Pastasauce

Verschiedene Sorten, 1 kg: 3.04–3.23

je 400–425 g

1²⁹

Maggi Sauce in der Doppelpackung

Verschiedene Sorten, ergibt 2 x 250 ml,

1 l = 1.58

je 2er-Pack

0⁷⁹

Mondamin Soßenbinder oder Mehlschwitze

Verschiedene Sorten,

1 kg = 4.76

je 250 g

1¹⁹

Maggi Fix oder Würzpaste

Verschiedene Sorten,

1 kg: 7.54–17.50

je 28–65 g

0⁴⁹

HER/KW03/26

tiktok.com/@globus.de

**Feudo Arancio
Stemmari Sicilia
DOC**
Verschiedene
Rebsortenweine,
trocken, frucht-
betont, aus Sizilien,
1 l = 5.99



je 0,75 l
4⁴⁹

**Bembel with Care
Apfelwein**
Verschiedene
Sorten,
1 l = 1.98
+ Pfand 0.25



je 0,5 l
0⁹⁹

Warsteiner Bier
Verschiedene Sorten, auch Alkoholfrei,
je 20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.10 + Pfand 3.10



je Kiste
10⁹⁹
16⁹⁹

**Neues aus
den GLOBUS
Markthallen**



1 kg
22⁹⁰
28⁹⁰

CollMeCell Direkt Kollagen Pulver

Budweiser Budvar Original
20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.40
+ Pfand 3.10



je Kiste
13⁹⁹

Allgäuer Buble
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l-MW-
Bügelverschlussflasche, 1 l = 1.50 + Pfand 4.50



je Kiste
14⁹⁹

Sachsengold
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 0.80 + Pfand 3.10



je Kiste
7⁹⁹
Gutes aus
Sachsen

Rosenpils oder Natur-Radler
Je 20 x 0,33 l-MW-Flasche, 1 l = 1.36
+ Pfand 3.10



je Kiste
8⁹⁹
10⁹⁹
Gutes aus
Thüringen

Vita Cola
Verschiedene Sorten, je 12 x 1 l-PET-Flasche,
1 l = 0.75 + Pfand 3.30



Gutes aus
Thüringen
je Kiste
8⁹⁹

Nobile
Verschiedene Sorten,
aromatisierte wein-
haltige Getränke
mit Noten von
Schokolade, Vanille
und Nocciola,
1 l = 4.65



je 0,75 l
3⁴⁹

Amaro Averna
29 % Vol., ist einer der
wenigen Kräuterköre,
der pur als auch in
Mixgetränken und
Cocktails seinen einzig-
artigen Geschmack und
feine fruchtige Note
entfalten kann,
1 l = 15.70



0,7 l
10⁹⁹

**Fernet-Branca oder
Branca Menta**
28–35 % Vol.,
1 l = 17.13



je 0,7 l
11⁹⁹

**Wodka
Gorbatschow**
37,5 % Vol.,
verschiedene
Sorten,
1 l = 9.27



je 0,7 l
6⁴⁹

**Garnier
Wahre Schätze
Shampoo oder
Spülung**
Verschiedene
Sorten,
1 l: 7.96–9.95



je 200–250 ml
1⁹⁹

Fa Dusche
Verschiedene
Sorten,
1 l = 4.44



je 250 ml
1¹¹

Axe Deospray
Verschiedene
Sorten,
1 l = 23.27



je 150 ml
3⁴⁹

**Ariel Waschmittel
Pulver, Flüssig oder Pods**
Verschiedene Sorten,
je 3,96 kg/3,6 l/60 Stück,
1 WL: 0.20–0.27



je 60–80 WL
15⁹⁹



**Somat XXL
Caps oder Tabs**
Verschiedene Sorten,
je 42–70 Stück/
0,819–1,62 kg,
Stück: 0.10–0.17/
1 kg: 4.31–8.53



je Packung
6⁹⁹

**Pril Hand-
geschirrspül-
mittel**
Verschiedene
Sorten,
1 l: 2.06–3.09



je 450–675 ml
1²⁹

**Persil Waschmittel
Pulver, Flüssig oder Discs**
Verschiedene Sorten, je 1,04–1,26 kg/
0,9 l/10–16 Stück, 1 WL: 0.27–0.34



je 10–20 WL
4⁹⁹



*) Beim Kauf von 1 Persil
Gigant 10 Waschladungen
erhalten Sie 1 Persil Gigant
10 Waschladungen gratis
dazu. Keine Barauszahlung.
Gültig vom
12.01. bis 17.01.2026

**Sheba Katzen-
nassfutter**
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 5.76



je 85 g
0⁴⁹





**JETZT
TEILNEHMEN**

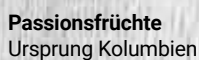
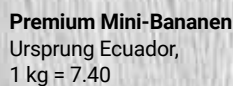
Kiwis gold
Ursprung Griechenland/
Italien, Sorte Sungold,
KL I

Aktionszeitraum: 01. November 2025 bis 28. Februar 2026. Teilnahme ab 18 Jahren und in Deutschland möglich. Weitere Informationen und Teilnahmebedingungen unter [zespri.com/de-DE/gewinnspiel](https://www.zespri.com/de-DE/gewinnspiel)

Kiwis grün
Ursprung Griechenland/
Italien, Sorte Hayward,
KL I

nahmiebedingungen unter respri co

**300x JAHRESABO
FÜR PREMIUM
GESUNDHEITSAPP**



Tafeläpfel „Pompur“
Ursprung Deutschland,
KL I, 1 kg = 2.49



Wirsing
Ursprung Italien,
KL I



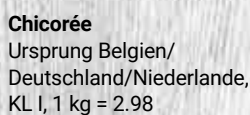
GLOBUS Suppengrün
Ursprung Deutschland/Italien,
1 kg = 2.11



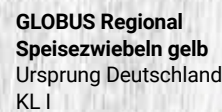
GLOBUS Bio Gurken
Ursprung Spanien, KL II



Buschbohnen
Ursprung Marokko, KL I,
1 kg = 3.98



Champignons braun
Ursprung Belgien/Niederlande/Polen,
KL I, 1 kg = 4.48



Cenovis Bio Klare Gemüsebrühe
Ohne Hefe, 12 Würfel,
1 kg = 14.21



Alnavit Bio Haferflocken
1 kg = 4.42



**Innocent Smoothie,
Plus Smoothie oder Shot**
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l: 5.96–18.63
+ Pfand 0.25



Angebots-Garantie! → [globus.de/garantien](https://www.globus.de/garantien)

GLOBUS

Meisterbäckerei



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

Herr Kügler, Bäckermeister
der Meisterbäckerei

GLOBUS Steinofenbrot

Wir verwenden für unser Brot nur täglich
frisch angesetzten Sauerteig, der über
20 Stunden reifen muss, Wasser, Salz
und Hefe, das schmeckt man

1.000 g
3²⁰



Snackinsel

Für den kleinen Hunger
beim Großeinkauf: leckere
Backwaren, Snacks
und mehr.

1 Stück GLOBUS Plunder
+ 1 Kaffee nach Wahl



Kombiangebot

1⁹⁹

Elsässer Brötchen



pro Stück
1²⁰

GLOBUS Walnuss-Ciabatta
Mit feinen Walnüssen
veredelt, 1 kg = 9.46

280 g
2⁶⁵



GLOBUS Dinkelzwilling
Dinkelbrot,
1 kg = 4.80

750 g
3⁶⁰



GLOBUS Vollkornbrötchen
Stück = 0.48

4 Stück
1⁹⁰

4 kaufen –
nur 3 bezahlen!



GLOBUS Berliner
Gebacken aus einem
Butterhefeteig, mit
Mehrfuchtfüllung,
Stück = 0.91

4 Stück
3⁶⁵



Nachhaltig in Papier-
schachtel verpackt

GLOBUS Sahnetorte
Fruchtig, luftig und
leicht bekömmlich,
verschiedene Sorten,
je ganze Torte,
1 kg: 7.30–9.66

je 620–820 g
5⁹⁹
6²⁰



GLOBUS Weizenbrötchen
Zum Aufbacken,
Stück = 0.18

10 Stück
1⁷⁹



GLOBUS Cookie
Himbeer-White,
Triple Chocolate,
Chocolate und Hafer-
Rosinen-Zitrone,
Stück = 1.00

4 Stück
3⁹⁹



GLOBUS

Restaurant

Bei GLOBUS sind die Kleinsten die Größten

*Wenn die Begleitperson ein Hauptgericht bestellt, genießen
Kinder unter 1,10 m Körpergröße ihr Essen umsonst.

essen
gratis*



An unserer Sushitheke

GLOBUS Inside Out
Mit gekochtem Lachs,
Sushi-Reis, Gurke und
Kresse,
1 kg = 26.81

298 g
7⁹⁹



GLOBUS Bowl mit Hähnchen
Hühnerfleisch mit Marinade, Sojasauce,
Sushi-Reis, Paprika, Mango, Avocado, Kresse,
Schnittlauch, Frühlingszwiebeln, gerösteten
Sesamsamen und
eingelegtem
Ingwer,
1 kg = 23.08

321 g
7⁵⁰



So entsteht
unser Sushi



Hähnchengeschnitzeltes
Züricher Art
mit Spätzle

Montag

9⁵⁰



Schweizer Schnitzel
dazu Pommes frites

Donnerstag

10⁵⁰

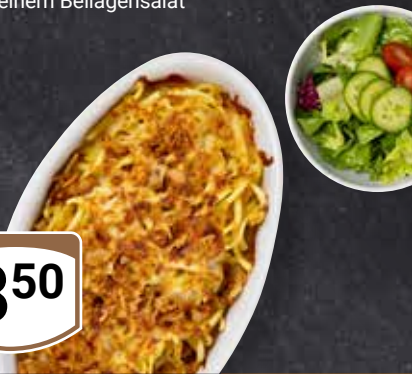


Wechselnde Tagesgerichte

Käsespätzle
mit kleinem Beilagensalat

Dienstag

8⁵⁰



Gebratenes Zanderfilet
auf Grillgemüse,
dazu Kräuterreis

Freitag

12⁵⁰



Schweinefilet
mit Rahmsauce,
Mischgemüse
und Röstitaler

Mittwoch

10⁵⁰



Hirschgulasch
mit Wurzelgemüse
in Rotwein geschmort,
dazu Knödel

Samstag

13⁵⁰



GLOBUS

Fachmetzgerei



1 kg
11⁹⁰

Kalbshaxe
Am Stück

Kalbsschnitzelfleisch
Aus der Hüfte oder
Unterschale

je kg
17⁹⁰

Frau Backhaus'
Wurst-Empfehlung:



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

In unserem
Metzgergrill

pro Stück
1⁰⁰



GLOBUS
Fleischkäse*-Brötchen

je kg
15⁹⁰

Kalbsbraten
oder -rollbraten
Am Stück

1 kg
20⁹⁰

Kalbsschnitzel
Geschnitten

1 kg
11⁹⁰

Kalbsbrust
Gefüllt

Rinderbraten
Vom Charolais-Jung-
bullen, vom Hals,
ohne Knochen,
am Stück

1 kg
11⁹⁰



GLOBUS Rinderbraten
Vom Charolais-Jung-
bullen, aus der
Keule

1 kg
13⁹⁰



GLOBUS Rinderbrust
Vom Charolais-Jung-
bullen, am Stück,
ohne Knochen

1 kg
9⁹⁰



GLOBUS Rinderrollbraten
Vom Charolais-Jung-
bullen, am Stück

1 kg
13⁹⁰



GLOBUS
Schweinefilet

1 kg
9⁴⁰



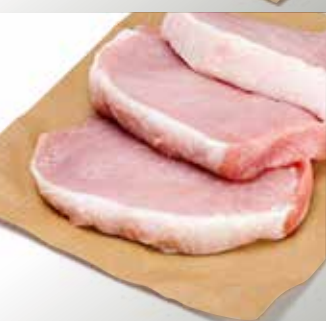
Schinkenspeck
Geschnitten oder
am Stück

je kg
14⁹⁰



Stielkotelett
Geschnitten

1 kg
4⁹⁰



GLOBUS Minutensteak
Vom Schweinerücken

1 kg
8⁹⁰



**Wir sind nur günstig,
weil wir nachhaltig
sind. Durch eine
fast vollständige
Verwertung des
Tieres.**

GLOBUS Hausmacher
Blut- oder Leberwurst
Im Ring



GLOBUS Kasseler
Vom Stielkotelett,
am Stück

1 kg
4⁹⁰



GLOBUS Eisbein

1 kg
4⁹⁰



GLOBUS Mettwurst
Fein

1 kg
8⁹⁰



Jetzt noch
günstiger!

GLOBUS Schweinebauch
Am Stück

1 kg
4⁹⁰



GLOBUS
Mettwurst
Grob

1 kg
9⁹⁰



Jetzt noch
günstiger!

Schweinebraten
oder -rollbraten
Aus der Schulter,
am Stück

je kg
4⁹⁰



je kg
5⁹⁰

So entsteht unsere
Blut- & Leberwurst



GLOBUS Bratwurst*
Roster, roh

1 kg
5⁹⁰
6⁹⁰



Jetzt noch
günstiger!

GLOBUS Fleischkäse*
Zum Selberbacken,
in der Backofenschale

1 kg
4⁹⁰



Jetzt noch
günstiger!

GLOBUS
Frühstücksknacker
Im zarten Saitling

1 kg
8⁹⁰



Jetzt noch
günstiger!



Julie und Gerard Van Landschoot,
unsere langjährigen Partner aus Flandern

Bestes Schweinefleisch
aus Flandern

Das Familienunternehmen
betreibt in 3. Generation einen
Schlachtbetrieb in Ostflandern.
In Zusammenarbeit mit
300 bäuerlichen Betrieben beliefert
es die GLOBUS Fachmetzgerei seit
Jahrzehnten täglich mit frischem
Schweinefleisch. Auf diese Verläss-
lichkeit setzen alle Beteiligten.

*Mit Phosphat



globus.de/fachmetzgerei

GLOBUS

Fischtheke

Viktoriaseebarschfilet
Ideal zum Braten, festes Fleisch,
aromatischer Geschmack

100 g
1⁸⁹

100 g
1¹⁹

**Heringshappen in
Dillcreme**
Heringsfilet in einer
Dill-Joghurtcreme

**Frau Funkes
Fisch-Empfehlung:**



100 g
1²⁹
1⁷⁹



**Kabeljaufilet-
Portionen**

Ohne Haut, aufgetaut, aus MSC-
zertifizierter Fischerei

100 g
1³⁹
1⁸⁹

Geräucherte Forelle
Besonders saftig durch
die Heißräucherung

100 g
1⁸⁹
1⁹⁹

Kabeljau
Ohne Kopf, aus MSC-
zertifizierter Fischerei



Shrimpscocktail Miami
Mit exotischen Früchten,
in sahnigem Dressing



100 g
1⁶⁹
1⁸⁹

Thunfisch-Frischkäsezubereitung
Doppelrahmstufe im
Milchanteil



100 g
1⁰⁰



Seealgenzubereitung
Ideal als Beilage zu gebratenem
Fisch, aufgetaut, mariniert



100 g
1⁴⁹

Matjesdoppelfilet
Aus MSC-zertifizierter
Fischerei



pro Stück
1⁴⁹
1⁸⁹



Lachsspezialität
Verschiedene Sorten



je 100 g
3⁹⁹

**Frau Meyers
Käse-Empfehlung:**



100 g
1⁷⁹
2¹⁹

Taleggio DOP

Italienischer Weichkäse
aus der Lombardei, mild-würzig,
50 % Fett i. Tr.

100 g
2¹⁹

Appenzeller kräftig-würzig
Schweizer Hartkäse
mit Rohmilch hergestellt,
mind. 4 Monate gereift,
51 % Fett i. Tr.

100 g
1⁹⁹
2²⁹

Goldsepp Bergkäse
Österreichischer Heumilch-Hartkäse mit
Rohmilch hergestellt, 180 Tage gereift,
aromatisch-würzig, 45 % Fett i. Tr.



je 100 g
1²⁹

Frischkäsezubereitung Lauch- oder Kräutertraum
Aromatisch, cremig-frisch, Doppelrahmstufe

100 g
1⁷⁹

Montagnolo
Deutscher Weichkäse mit Edelpilzkulturen,
cremig-aromatisch, 70 % Fett i. Tr.

Landana Gouda Holland g.g.A.
mittelalt
Schnittkäse,
rahmig-
aromatisch,
48 % Fett i. Tr.

100 g
0⁹⁹

Bio Almkönig
Österreichischer
Schnittkäse,
mild-nussig,
45 % Fett i. Tr.



100 g
1²⁹



Bonbel Butterkäse
Französischer, halbfester Schnittkäse,
rahmig-mild, mit feinen Butteraromen,
48 % Fett i. Tr.



100 g
1⁶⁹
2¹⁹

Brie Mariotte
Französischer Weichkäse,
rahmig-mild, mit weißem
Edelpilz überzogen,
60 % Fett i. Tr.



100 g
1³⁹

**GLOBUS Zupfbrot
Kochschinken-Käse**
Weizenmischbrot, gefüllt mit
pikanter Kräuterpaste,
würzigem Käse und
saftigem Schinken,
1 kg = 9.62

520 g
5⁰⁰
5⁹⁹



Ferrero Kinder
Milch-Schnitte,
Maxi King oder Pingu
Verschiedene Sorten,
1 kg: 9.21–12.29

je 105–140 g
1²⁹
~~1⁸⁹~~



Schwäbchen Körfez Joghurt
3,5 % oder 10 % Fett

je 1 kg
2¹⁹
~~2⁶⁹~~



Zum Dorfkrug Dessert
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.31

Vegan

je 375 g
1⁹⁹



Nestlé Mix-in
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.75



je 120 g
0⁶⁹
~~0⁹⁹~~

Redlefsen Sülzkotelett
1 kg = 10.09



110 g
1¹¹
~~1¹⁹~~

Ferdi Fuchs Miniwürstchen, Salami
oder Sahne Leberwurst
Für Groß und Klein, 1 kg: 10.32–25.80

je 50–125 g
1²⁹



Schmidt Feinkost Dillhappen, Ölhering,
Seelachsschnitzel oder Heringssalat mit Dill
1 kg: 8.60–10.32



je 125–150 g
1²⁹

Gutes aus
Sachsen

Fräulein Heidemarie
Putenbrustfilet
SB-verpackt



1 kg
9²⁹

Fräulein Heidemarie
Hähnchenunterschenkel
HKL A, SB-verpackt, 1 kg = 6.65



600 g
3⁹⁹

Hello Sandwich
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
8.05–14.90

Diese Woche
noch billiger!

je 100–185 g
1⁴⁹
~~1⁹⁹~~



Henglein Spätzle oder Gnocchi
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
3.98–4.98

je 400–500 g
1⁹⁹
~~2⁴⁹~~



Nadler Heringsfilets
Verschiedene Sorten,
1 kg: 6.34–9.30



je 300–440 g
2⁷⁹
~~3³⁹~~

Meica Curry King
Verschiedene Sorten,
1 kg = 8.14



je 220 g
1⁷⁹
~~2⁵⁹~~

Yuu'n mee Gourmet-Garnelen
Verschiedene Sorten,
tiefgefroren, 1 kg:
24.98–31.22

je 320–400 g
9⁹⁹



Lekker & Anders
Street Food
Pizza Döner
Türkische
Pizza-Variante,
tiefgefroren,
1 kg = 8.58

325 g
2⁷⁹
~~3⁷⁹~~



Farm Feinkost Knusperente
Eine halbe Ente, ohne Knochen, ofenfertig
gewürzt, tiefgefroren, 1 kg = 15.59



320 g
4⁹⁹

BreFood Kaninchenvorderläufe
Aus Bodenhaltung, tiefgefroren



1 kg
6²⁹
~~6⁹⁹~~

Iglo Rahmspinat oder Apfelrotkohl
Tiefgefroren, 1 kg = 2.65



je 750 g
1⁹⁹

McCain Chef,
Steakhouse oder
Western Frites
Tiefgefroren,
1 kg: 2.12–2.65

je 600–750 g
1⁵⁹
~~2⁷⁹~~



Langnese Cremissimo
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 l: 1.88–2.05



je 825–900 ml
1⁶⁹

Valsoia Soja-Eis
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
je 3–4 Stück, 1 kg: 11.10–13.32



je 250–300 g
3³³
~~5³⁹~~

Ferrero Eis Multipack
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 l: 8.31–16.61



je 180–360 ml
2⁹⁹

Conditorei Coppenrath & Wiese Lust auf Kuchen
Verschiedene Sorten, tiefgefroren, 1 kg: 6.02–7.51

je 465–580 g
3⁴⁹
~~4⁷⁹~~





WhatsApp-Kanal

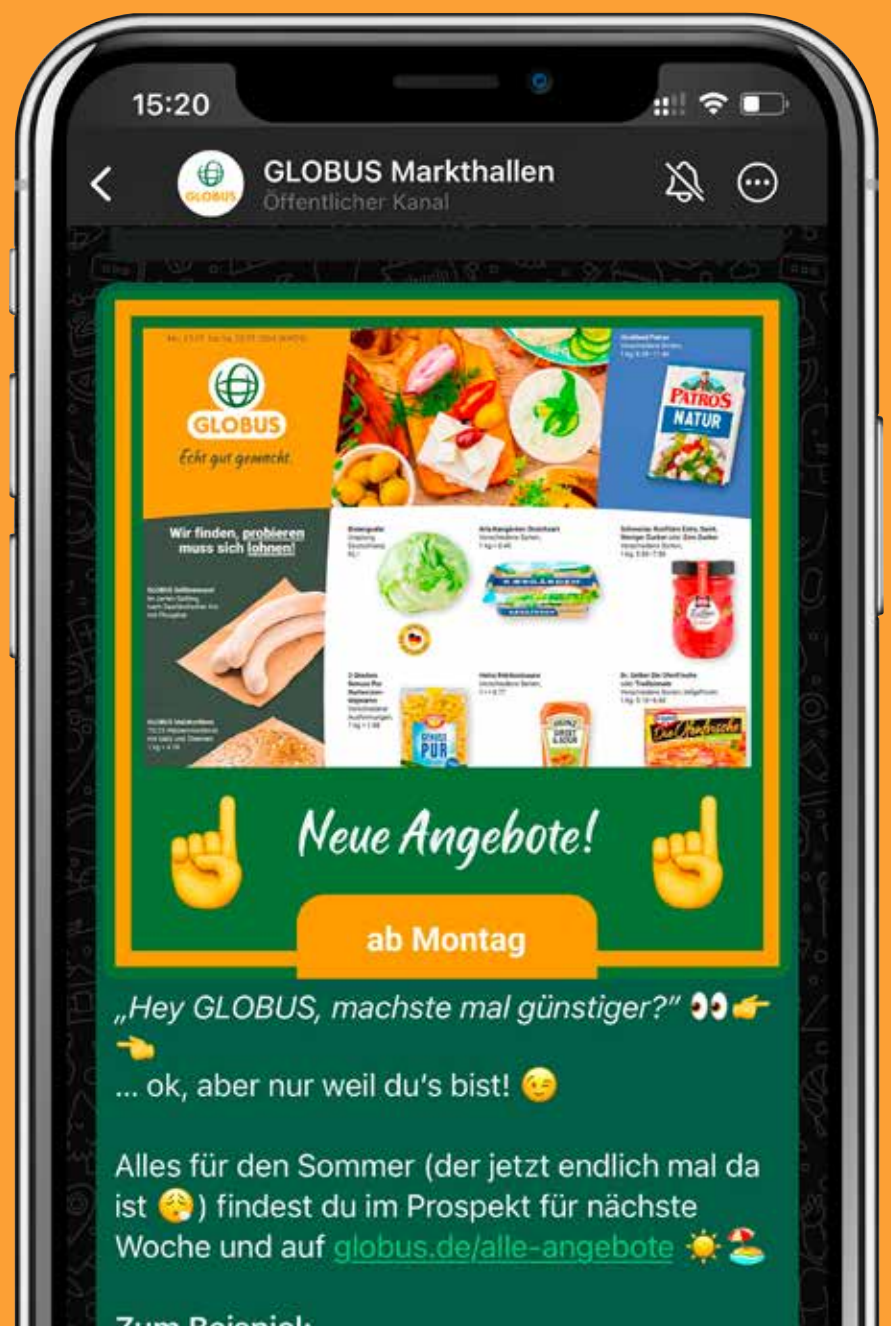
Exklusive Einblicke

Infos als Erstes



globus.de/whatsapp

Jetzt Kanal abonnieren



facebook.com/globus.de

Bresso Frischkäse
Verschiedene Sorten, im Becher oder
als Portionen, 1 kg: 7.40–9.25



je 120–150 g
1.11

Brunch
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.97



je 185 g
1.29
1.99

Alpenhain
Obazda oder Camembert-Creme
Verschiedene Sorten,
1 kg = 11.92



je 125 g
1.49
2.29

Berchtesgadener Land
FrISChe Bergbauern Milch
1,5 % oder 3,5 % Fett,
länger haltbar



je 1 l
1.11
1.29

Ergüllü Mediterrane Creme,
Dip oder Aufstrich
Verschiedene Sorten,
1 kg: 9.95–15.92



je 125–200 g
1.99

Jede Woche neu
Exklusive Rabatte für
mein GLOBUS Mitglieder!

30%
mein GLOBUS

Salzburgmilch
Premium Käsestück oder -scheiben
Verschiedene Sorten, je 150–250 g

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.



Gutfried Geflügel-Fleischwurst
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.23



je 400 g
2.49
3.49

GLOBUS 10 frISChe Eier
Aus Bodenhaltung, Größen: M–L,
Stück = 0.25



je 10 Stück
2.49
2.69

Leicht & Cross Mein Knusperbrot
Verschiedene Sorten, 1 kg = 7.92



je 125 g
0.99

Golden Toast
Dinkel
Harmonie
Sandwich
1 kg = 3.05



750 g
2.29
2.99

Dan Cake 4 Mini-Kuchen
Gefüllt, einzeln verpackt,
1 kg = 5.16



250 g
1.29
1.69

Nudossi Jumbo Waffeln
KnusperfrISChe Waffeln, gefüllt mit leckerer
Nuss-Nougat-Creme, 1 kg = 22.92



65 g
1.49



Dr. Oetker Vitalis Müsli
Verschiedene Sorten,
1 kg: 3.70–6.73



je 425–600 g
2.22

Jacobs Cappuccino
Verschiedene Sorten,
1 kg: 8.73–12.03



je 290–400 g
3.49
4.29

Eduscho
Lieblingsbohnen
1 kg = 13.32



750 g
9.99
12.99

Jede Woche neu
Exklusive Rabatte für
mein GLOBUS Mitglieder!

20%
mein GLOBUS

GLOBUS Kaffeemilch oder Kaffeesahne
4 % oder 10 % Fett, je 165 g

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.



GLOBUS Loser Tee
Verschiedene Sorten,
1 kg: 19.90–26.53



je 75–100 g
1.99
2.29

Goldmännchen Kräuter Tee
Verschiedene Sorten, je 25 Beutel,
1 Beutel = 0.05, 1 kg = 26.44



je 45 g
1.19
1.59



Suchard Express
Kakao
1 kg = 6.23



400 g
2.49

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

Jeden Tag H-Milch
1,5 % oder 3,5 % Fett

Diese Woche
noch billiger!

je 1 l
0.79



Jeden Tag Geriebener Käse
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 6.76

Diese Woche
noch billiger!

je 250 g
1.69



Jeden Tag Salami
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 7.95

Diese Woche
noch billiger!

je 200 g
1.59
1.79



Jeden Tag
Konfitüre Extra
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 3.31

Diese Woche
noch billiger!

je 450 g
1.49
1.79



PROBIER'S
VEGAN.
DIESEN JANUAR.

VEGANUARY

bewusst
leben

Sodasan Scheuermilch
1 l = 5.98

Vegan

500 ml

2⁹⁹
3⁴⁹



Lavera Bio Dusche
Verschiedene Sorten,
1 l = 17.45

Vegan

je 250 ml

3⁴⁹
3⁹⁵



Lavera Bio Shampoo
Verschiedene Sorten,
1 l = 15.96

Vegan

je 250 ml

3⁹⁹
4⁹⁹



Lavera Bio Spülung
Verschiedene Sorten,
1 l = 19.95

Vegan

je 200 ml

3⁹⁹
4⁹⁹



GLOBUS Braune Linsen
1 kg = 3.71

Vegan

400 g

0⁸⁹
0⁹⁹



Rittersport Tafelschokolade
oder Protein Crunchy
Verschiedene Sorten,
1 kg = 22.90–30.53

Vegan

je 75–100 g

2²⁹
2⁷⁹



KoRo Protein Bar
Verschiedene Sorten,
1 kg = 33.17–36.18

Vegan

je 55–60 g

1⁹⁹
2²⁵



Veganz Bio Protein Choc Bar
1 kg = 25.80

Vegan

50 g

1²⁹
1⁹⁹



Frisia
Ufonauten
Spitztüte,
1 kg = 19.10

Vegan

78 g

1⁴⁹
1⁹⁹



Red Band Fruchtgummi oder Lakritz
Verschiedene Sorten, 1 kg = 6.45

Vegan

je 200 g

1²⁹
1⁴⁹



Alnatura Bio Vegane Mayo
1 l = 9.16

Vegan

250 ml

2²⁹



Alnatura Bio Falafel
1 kg = 8.76

Vegan

170 g

1⁴⁹



GLOBUS Braune Linsen
1 kg = 3.71

Vegan

400 g

0⁸⁹
0⁹⁹



Planted. Vegane Filetwürfel
Classic, 1 kg = 17.45

Vegan

200 g

3⁴⁹
3⁹⁹



Billie Green Vegan
Verschiedene
Artikel und Sorten,
je 70–180 g

Vegan



Vegan

je 170–180 g

2⁴⁹
2⁹⁹



Vegan

je 250 g

1⁷⁹
2⁰⁹



Vegan

250 g

0⁹⁹
1²⁹



Alsan-S Pflanzmargarine
Frei von Milchbestandteilen, auch zum Backen
und Braten geeignet, 1 kg = 3.96

Meggle
Die Vegane oder Vegan Streichart
Einmalig buttrig, 1 kg = 7.16

Greenforce Cevapcici,
Mini-Frikadellen oder
Süße Snackbällchen
Verschiedene Sorten,
1 kg = 13.83–14.65

Jede
Woche
neu

Exklusive Rabatte für
Mitglieder!

mein
GLOBUS

20%
mein GLOBUS

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

Planted. Veganes Steak
1 kg = 29.08

Vegan

120 g

3⁴⁹
3⁹⁹



Alnatura Bio Vegane Mayo
1 l = 9.16

Vegan

250 ml

2²⁹



Alnatura Bio Falafel
1 kg = 8.76

Vegan

170 g

1⁴⁹



GLOBUS Braune Linsen
1 kg = 3.71

Vegan

400 g

0⁸⁹
0⁹⁹



Red Band Fruchtgummi oder Lakritz
Verschiedene Sorten, 1 kg = 6.45

Vegan

je 200 g

1²⁹
1⁴⁹



Frisia
Ufonauten
Spitztüte,
1 kg = 19.10

Vegan

78 g

1⁴⁹
1⁹⁹



Veganz Bio Protein Choc Bar
1 kg = 25.80

Vegan

50 g

1²⁹
1⁹⁹



KoRo Protein Bar
Verschiedene Sorten,
1 kg = 33.17–36.18

Vegan

je 55–60 g

1⁹⁹
2²⁵



Rittersport Tafelschokolade
oder Protein Crunchy
Verschiedene Sorten,
1 kg = 22.90–30.53

Vegan

je 75–100 g

2²⁹
2⁷⁹



globus.de/vegan

Wein-Empfehlung

von Frau Vömel
(Weinfachberaterin der Weinabteilung)



0,75 l
6⁹⁹
~~10⁹⁹~~

Valerio Zenato
Lugana DOC Riel

Elegant mit Aromen nach weißem Pfirsich und Birnen, trocken, fruchtig und frisch, hervorragend als Aperitif oder als Begleiter zu Vorspeisen, leichten Gerichten, Grillfisch und Meeresfrüchten, 1 l = 9.32

Vignerons
Ardéchois
Classiques
Ardèche IGP
Frische,
fruchtige
Rebsortenweine,
1 l = 4.65



je 0,75 l
3⁴⁹
~~4⁹⁹~~

Light Live Rot,
Weiß oder Rosé
Alkoholfrei
fruchtig und
leicht,
1 l = 3.72



je 0,75 l
2⁷⁹
~~3⁷⁹~~

Nemea Reserve
Körperreicher,
trockener Rotwein,
durch 14-monatige
Holzfassreifung
samtig-weiche
Tannine und Aromen
von roten Früchten
und Vanille,
1 l = 6.65



0,75 l
4⁹⁹
~~5⁹⁹~~

Clos de los Siete Mendoza
Argentinien, diese Cuvée
aus den klassischen Reben
des Malbec, Merlot,
Cabernet Sauvignon
und Syrah hat einen
samtig-fruchtigen
Körper und eine
feingliedrige Struktur,
1 l = 19.99



0,75 l
14⁹⁹
~~16⁹⁹~~

Winzer Krems
Sandgrube 13
Blauer Zweigelt,
Grüner Veltliner,
Weißburgunder
Trocken oder
Zweigelt
Halbtrocken, gehalt-
volle, fruchtig-frische
Weine, 1 l = 7.32



je 0,75 l
5⁴⁹

Anselmann
Pfalz DQW
Verschiedene
Sorten,
charaktervolle
und vielschichtige
Weine, aus der
Pfalz, 1 l = 6.65



je 0,75 l
4⁹⁹
~~5⁹⁹~~

Bosco Dei Cirmioli
Prosecco
Frizzante DOC
1 l = 4.39



0,75 l
3²⁹
~~3⁴⁹~~

Villa Rillago
Aperitivo
11 % Vol.,
1 l = 7.13



0,7 l
4⁹⁹
~~5⁹⁹~~

Zacapa Solera
Gran Reserva
40 % Vol.,
1 l = 49.99



0,7 l
34⁹⁹

Dooley's
Toffee
Plant Based
Creamy
Liqueur
15 % Vol.,
1 l = 14.27



0,7 l
9⁹⁹

Bulldog Gin
40 % Vol., ein feiner
Gin, der nicht nur einen
unerwartet exotischen
Geschmack hat, sondern
sehr sanft ist, er eignet
sich hervorragend für
Cocktails, kann aber
auch pur getrunken
werden, 1 l = 27.13



0,7 l
18⁹⁹
~~22⁹⁹~~

Glen Scotia
Harbour Single Malt
Scotch Whisky
40 % Vol., fruchtig und
süß, weicher Pfirsich
und grüner Apfel,
gefolgt von
Toffee Fudge und
Vanillepudding,
1 l = 39.99



0,7 l
27⁹⁹
~~31⁹⁹~~

Bier
des Monats

Januar

26 % Rabatt

Auf alle alkoholfreien
Biere/Biermischgetränke
im 6er- oder 4er-Pack

Kein Null-Bock – aber Bock auf Null-Alkohol:
Starten Sie Ihre guten Vorsätze für 2026 mit 26 % Rabatt auf alle alkoholfreien Biere und Biermischgetränke im 6er- oder 4er-Pack bei GLOBUS. Und freuen Sie sich auf unsere große Auswahl an Bieren und Biermischgetränken ohne Alkohol bei vollem Geschmack!

Meister Pils oder Radler
1 l = 0.90
+ Pfand 0.25



Diese Woche
noch billiger!

je 0,5 l
0⁴⁵
~~0⁴⁹~~

Ileburger
Sachsen Quelle
Fruit & Water
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 0.92
+ Pfand 0.25



Gutes aus
Sachsen

je 0,75 l
0⁶⁹
~~0⁸⁵~~

Ileburger
Sachsen Quelle
Brause
Verschiedene
Sorten, PET-Flasche,
1 l = 0.53
+ Pfand 1.50



Gutes aus
Sachsen

je 6 x 1,5 l
4⁷⁴

Karlsbad Magnesia Sprudel
PET-Flasche,
1 l = 0.44
+ Pfand 1.50



6 x 1,5 l
3⁹⁹
~~6⁵⁴~~

Pfanner
Pure Tea
Verschiedene
Sorten,
PET-Flasche
+ Pfand 0.25



je 1 l
0⁹⁹
~~1¹⁵~~

Sinalco
Limonade
Verschiedene
Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 0.80
+ Pfand 1.50



je 6 x 1,25 l
5⁹⁹

ZUCKERFREI
GRATIS
PROBIEREN!

NULL ZUCKER
100% CASHBACK



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



je 0,5 l
0⁹⁹

LeviUp Energy Drink
Verschiedene Sorten,
1 l = 3.00 + Pfand 0.25



je 0,33 l
0⁹⁹

Untouched Bio Matcha
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche, 1 l = 3.00
+ Pfand 0.25



je 0,33 l
0⁹⁹
~~1²⁹~~

GLOBUS Mineralwasser
Verschiedene Sorten, natriumarm,
PET-Flasche aus 100 % recyceltem
Kunststoff, 1 l = 0.83 + Pfand 1.50



Auch erhältlich
Wasser mit Zitrone

je 6 x 0,5 l
2⁴⁹
~~2⁷⁹~~



GLOBUS Weinfachberater

Nutzen Sie das Wissen unserer IHK-zertifizierten Weinfachberater.

Alkoholfrei genießen



Crodino Alkoholfreier Aperitif
Aus über 30 Kräutern, ideal serviert auf Eis,
mit einer Scheibe Orange,
1 l = 7.64

Sanpellegrino Sanbitter
Italienisches Kultgetränk, leuchtend rot, bitter-
süß-herb und frisch, alkoholfrei, als Aperitif
oder in Cocktails und Mixgetränken, 1 l = 5.94,
pfandfrei

8 x 0,098 l

5⁹⁹

6 x 0,098 l

3⁴⁹

Toschi Sirup
Verschiedene Sorten,
1 l = 9.96

je 250 ml

2⁴⁹
3²⁹

Déja-Vu Alkoholfrei
1 l = 14.27

0,75 l

9⁹⁹

Martini Floreale oder Vibrante Alkoholfrei
1 l = 10.65

je 0,75 l

7⁹⁹

Pitú Puro Alkoholfrei
1 l = 14.27

0,7 l

9⁹⁹

Penninger Alkoholfrei
1 l = 16.41

0,7 l

11⁴⁹

Gordon's Alkoholfrei
1 l = 14.27

0,7 l

9⁹⁹

Tanqueray Alkoholfrei
1 l = 21.41

0,7 l

14⁹⁹

Finsbury Gin Alkoholfrei
1 l = 12.84

0,7 l

8⁹⁹

Siegfried Wonderleaf Alkoholfrei
Bringt die Aromen
der Botanicals von
Gin in alkoholfreier
Version in Drinks
und Cocktails,
1 l = 31.98

0,5 l

15⁹⁹
19⁹⁹

Knut Hansen 0,0 Alkoholfrei
1 l = 31.98

0,5 l

15⁹⁹
19⁹⁹

Ur-Krostitzer Alkoholfrei
20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.00 + Pfand 3.10

je Kiste

9⁹⁹

Apoldaer Hefeweizen Alkoholfrei
11 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.27 + Pfand 2.38

je Kiste

6⁹⁹
7⁹⁹

Störtebeker Alkoholfrei
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 1.70 + Pfand 3.10

je Kiste

16⁹⁹

Rügener Inselbrauerei Alkoholfrei
Verschiedene Sorten,
MW-Flasche,
1 l = 7.55
+ Pfand 0.08

je 0,33 l

2⁴⁹
2⁹⁹

Clausthaler Naturtrüb Alkoholfrei
20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.25 + Pfand 3.10

je Kiste

12⁴⁹

Apolda Glocken Hell
Alkoholfrei, 20 x 0,5 l MW-Flasche, 1 l = 1.40
+ Pfand 3.10

je Kiste

13⁹⁹

Paulaner Hefeweizen Alkoholfrei
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 1.40
+ Pfand 3.10

je Kiste

13⁹⁹

Knabe Malz Malzbier
1 l = 1.98
+ Pfand 0.25

0,5 l

0⁹⁹

Schöffhofer Grapefruit
Alkoholfrei, MW-Flasche,
1 l = 2.02
+ Pfand 0.48

6 x 0,33 l

3⁹⁹

Bitburger Alkoholfrei
Verschiedene Sorten,
MW-Flasche,
1 l = 1.86
+ Pfand 0.48

je 6 x 0,33 l

3⁶⁹

Jever Fun Alkoholfrei
1 l = 1.76
+ Pfand 0.25

0,5 l

0⁸⁸

Maisel & Friends Pale Ale Alkoholfrei
Vollmundig und cremig,
frisch und fruchtig nach
Pfirsich, Mirabelle und
Mango, der natur-
belassene Durstlöcher
mit perfekt eingebundener
Hopfennote, MW-Flasche,
1 l = 3.28 + Pfand 0.48

6 x 0,33 l

6⁴⁹

Motiviert ins neue Jahr



Fruchtbar Bio Riegel
Mit Frucht und Getreide,
verschiedene Sorten, 1 kg = 21.67



je 6 x 23 g
2⁹⁹
~~3⁴⁹~~



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



je 39 g
2⁴⁹
~~3¹⁹~~

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



je 24–25 g
5⁹⁹
~~7⁴⁹~~

**More Nutrition
Chunky Flavour**
Verschiedene Sorten,
1 kg = 88.78



je 90 g
7⁹⁹

All Stars Whey Protein
Verschiedene Sorten,
1 kg = 43.30



je 300 g
12⁹⁹
~~15⁹⁹~~

**Genuport Isostar Hydrate & Perform
Getränkpulver**
Verschiedene Sorten,
1 kg = 16.65



je 400 g
6⁶⁶
~~8¹⁹~~

Powerbar Powergel Hydro
Cola und Koffein,
1 l = 29.70



67 ml
1⁹⁹

**Isostar Powertabs Cranberry
oder Lemon**
1 kg = 33.25



je 120 g
3⁹⁹
~~4⁹⁹~~

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



je 500 g
0⁸⁹
~~0⁹⁹~~

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



je 500 g
2⁹⁹

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



420 g
2²⁹
~~2⁷⁹~~



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



je 280 g
2⁴⁹
~~2⁹⁹~~

Bellani Protein Pasta
1 kg = 6.23



400 g
2⁴⁹
~~2⁹⁹~~

**Best Body
Nutrition Shaker**
Schwarz
oder pink



je Artikel
2⁹⁹
~~3⁹⁹~~



je 40 g
1⁵⁹
~~1⁸⁹~~

Powerbar Protein Riegel
Verschiedene Sorten,
1 kg = 39.75



je 35 g
0⁹⁹
~~1³⁹~~

**Power System
Energy Bar Riegel**
Verschiedene Sorten,
1 kg = 28.29



je 45 g
1²⁹
~~1⁴⁹~~

**Power System
Protein Riegel**
Verschiedene Sorten,
35 % Eiweiß, 1 kg = 28.67



je 55 g
1⁹⁹

Barebells Protein Bar
Verschiedene Sorten,
1 kg = 36.18

Durstlöscher – wir haben was Sie brauchen



Powerade Mountain Blast
1 l = 2.39 + Pfand 0.25



0,33 l
079

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



Neu bei uns
je 0,33 l
169

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



Diese Woche noch billiger!
je 0,5 l
055
069

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



je 0,33 l
129

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



je 6 x 0,5 l
449

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



Neu bei uns
je 0,5 l
169

Drip Erfrischungsgetränk
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 2.58
+ Pfand 0.25



je 0,5 l
129

Erdinger Alkoholfrei
1 l = 1.98
+ Pfand 0.25



0,5 l
099
119

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



0,5 l
129
159

Rücknahme-Garantie!

Wir nehmen alle ungeöffneten Getränkeflaschen zurück. Das gilt für alkoholische und alkoholfreie, deren Mindesthaltbarkeitsdatum nicht an die Einhaltung einer Kühlkette geknüpft ist.

Paulaner Weißbier Zitrone 0,0 %
20 x 0,5 l-
MW-Flasche,
1 l = 1.40
+ Pfand 3.10



je Kiste
1399

Bayreuther Hell Alkoholfrei
20 x 0,5 l-
MW-Flasche,
1 l = 1.50
+ Pfand 3.10



je Kiste
1499

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



je 0,75 l
099
119

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



je 0,75 l
139
169

Gatorade Sports-Drink
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 2.38
+ Pfand 0.25



je 0,5 l
119





JETZT Colgate® kaufen – für ein frisches Lächeln!



Colgate Total Zahncrème
Verschiedene Sorten,
1 l = 30.00

je 75 ml

225
2⁹⁵



Colgate Komplett Zahncrème
Verschiedene Sorten,
1 l = 17.20

je 75 ml

129
1⁶⁹



Colgate Zahnbürste
Extra Clean 2 + 1
Mittel,
Stück = 0.50

3er-Pack

149
1⁹⁹

Pantene Haarspray oder Schaumfestiger
Verschiedene Sorten,
1 l: 11.96–14.95



je 200–250 ml

299
3⁹⁹

Gillette Venus Comfort Spa Rasierer
+ 4 Klingen



je Set

1299
14⁹⁹

Gillette Shave Gel Sensitive
1 l = 11.45



200 ml

229
2⁷⁹

Pampers Windeln Big Economy Pack
Verschiedene Größen und Inhalte, Stück: 0.22–0.53



je 30–74 Stück

1595

Attends Einlagen
Verschiedene Größen und Inhalte,
Stück: 0.13–0.27



je 10–20 Stück

269
3²⁹

NIVEA 1+1 GRATIS
Kaufe 1 NIVEA Q10 Tagespflege und erhalte 1 NIVEA Q10 Nachtpflege GRATIS.*



*Gilt auf alle NIVEA Q10 Tagespflegen und Q10 Nachtpflegen (ausgeschlossen Minis). Gültig: 12.01.–18.01. 2026.

Sanostol Multivitamin
Verschiedene Sorten,
1 l = 17.37



je 460 ml

799

Sos Wärmepflaster
Stück = 2.50



2 Stück

499
5⁹⁹

Frolic Hundetrockenfutter
Verschiedene Sorten,
1 kg = 2.66



je 1,5 kg

399

Ace Fleckenentferner
Mit Farbschutz,
1 l = 2.00



2 l

399
4⁹⁹

Weißer Riese Waschmittel
Pulver, Flüssig oder Caps
Verschiedene Sorten,
je 4,5 kg/4,5 l/80 Stück,
1 WL: 0.13–0.16



je 80–100 WL

1299

Glade Duftkerze
1 kg = 26.70



112 g

299

Pedigree Singles Snack
Verschiedene Sorten und Inhalte,
1 kg: 7.17–22.24



je 72–180 g

129

Cillit Bang Reiniger
Verschiedene Sorten,
1 l = 3.32



je 750 ml

249

WC Ente Total Aktiv Gel
Verschiedene Sorten,
1 l = 2.52



je 750 ml

189
2²⁵

Frosch Reiniger
Neutral oder Essig



je 1 l

179
1⁹⁹

GLOBUS Gold Klumpstreu
Verschiedene Sorten,
1 l = 0.83



je 12 l

999
12⁹⁹

Purina Felix Leckere Vielfalt für kleine Racker!

Purina Felix Soup Katzennassfutter
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.22



je 6 x 48 g

179
2²⁵

Purina Felix Deli Moments
Verschiedene Sorten,
1 kg = 32.25



je 4 x 10 g

129
1⁵⁹

Purina Felix Katzentrockenfutter Multipack
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.43



je 24 x 85 g

699
7⁹⁹

Purina Felix Katzentrockenfutter
Verschiedene Sorten,
1 kg = 2.75



je 2 kg

549
6⁸⁹

Für den Fall der Fälle



Abtei A-Z Komplett
Stück = 0.09



40 Stück
3.69
2.99

Doppelherz Abwehr aktiv
Stück = 0.19



20 Stück
3.79
4.29

Schaebens Zink + C + D3 + B12 Immun-Komplex
Stück = 0.12



30 Stück
3.79
4.29

Sunlife Vitamin D3
Wochendepot,
Stück = 0.12



20 Stück
2.49
3.25

Rotbäckchen Vital Saft
Verschiedene Sorten,
1 l = 13.31



Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke

je 450 ml
5.99
6.99

Doppelherz Heißgetränk
Verschiedene Sorten,
1 Beutel = 0.25



je 10 Beutel
2.49

Doppelherz Immun plus Echinacea
Stück = 0.17



Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke

20 Stück
3.49
3.99

Doppelherz Immun Kids Brausetabletten
Stück = 0.19



15 Stück
2.79
3.49

Sanostol Multivitamin-Bärchen
Stück = 0.09



60 Stück
5.29
5.99

Sanotact Cistus-Infektblocker Lutschpastillen
Stück = 0.27



30 Stück
7.99

Dobensana Lutschtabletten
Verschiedene Sorten,
Stück = 0.23



je 24 Stück
5.49
6.29

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke

Dallmann's Bonbons
Verschiedene Sorten,
zuckerfrei,
1 kg = 32.16



Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke

je 37 g
1.19
1.35

Kaiser Bonbons
Verschiedene Sorten,
1 kg = 19.89



je 90 g
1.79
2.19

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke

50 ml
4.99
5.99

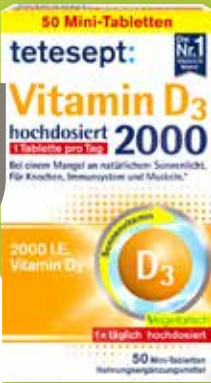


Emsan Nasendusche Komplett-Set + 10 Beutel Nasenspülsalz



11.99
13.49

Tetesept: Vitamin D3
Bei Mangel an natürlichem Sonnenlicht,
Stück = 0.04



Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke

50 Stück
1.99
2.99

Tetesept: Immusan C 800 5 in 1-Depot Complex
Stück = 0.17



20 Stück
3.49

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke

Tetesept: Hals und Rachenspray
1 l = 166.33



30 ml
4.99
5.95

Tetesept: Bronchosan Hustensaft Akut
1 kg = 38.38



117 g
4.49
5.49

Tetesept: Rhinolind Nasenspray
1 l = 199.50



20 ml
3.99

Damen- oder Herren-Shirt
oder -Hose
Damen-Größen: S-XXL,
Herren-Größen: M-XXL
oder **Damen-Sleepshirt**
Größen: S-XXL

je Artikel
9⁹⁹

by Louise



Modellbeispiele

Herren-Retro-Pants 3er-Pack
oder **-Slips 4er-Pack**
95 % Baumwolle, 5 % Elasthan,
Größen: 5-9

je 3er-/4er-Pack
9⁹⁹



Damen-Taillen-Slips 2er-Pack
Je **9.99** (14.95*) oder
Herren-Slips 2er-Pack
oder **-Hemden 2er-Pack**
Je **17.99** (24.95*),
100 % Baumwolle, hoch-
wertige Feinrippqualität,
verschiedene Größen

SCHIESSER
NATURALE PERFORMANCE
ab
9⁹⁹
14⁹⁵*



**BH mit oder
ohne Bügel**
Verschiedene
Qualitäten,
Modelle
und Farben

je Artikel
6⁹⁹
14⁹⁹*



savarie
NATURANA

Design- und
Farbbeispiele

Damen-Achselhemden 2er-Pack
oder **-Slips 3er-Pack**
100 % Bio-Baumwolle
oder Baumwolle,
verschiedene Größen

Speidel.

je 2er-/3er-Pack
12⁹⁹
14⁹⁹*



Damen-Midi- oder -Taillen-Slips
Größen: 38-48 oder
-Maxi-Slips
Größen: 40-50,
96 % Baumwolle, 4 % Elasthan,
weiß oder schwarz

je 2er-Pack
7⁹⁹
14⁹⁹*

sloggi



Herren-Tanktops 2er-Pack
Je **14.99** (39.95*) oder
-T-Shirts 2er-Pack
Je **16.99** (44.95*),
95 % Baumwolle,
5 % Elasthan,
Größen: S-XXL

bruno banani.
NOT FOR EVERYBODY

ab
14⁹⁹
39⁹⁵*



SALE
SALE
SALE

Herren-Retro-Pants
93 % Baumwolle,
7 % Elasthan,
verschiedene
Größen und Farben

bruno banani.
NOT FOR EVERYBODY

je 2er-Pack
12⁹⁹
19⁹⁵*



Herren- oder Damen-Slips
100 % Baumwolle,
Damen-Größen: 36/38-48/50,
Herren-Größen: 5-9,
verschiedene
Farben

je 10er-Pack
12⁹⁹



Hygge Home-Socken
mit ABS-Sohle
Größen: 35/38-39/42 oder
Kuschelsocken 3er-Pack
Kuschelige Qualität,
Größen: 35-42

je Paar/3er-Pack
4⁹⁹



Thermosocken 2er-Pack
Je **5.99** (6.99*) oder
Kniestrümpfe 2er-Pack
Je **9.99** (10.99*),
Baumwollmischung,
Größen: 35/38-43/46,
verschiedene Farben

ab
5⁹⁹
6⁹⁹*



Damen-Thermo-Leggings
mit Steg oder ohne Steg
oder **-Thermo-Strumpfhose**
Verschiedene Größen
und Farben

je Artikel
4⁹⁹



! **Discount-
günstig**

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

OHO Damen-Slips
Je **5.99** (6.99*) oder
-BH
Je **9.99** (11.99*),
verschiedene Qualitäten,
Größen und Modelle



ab
5⁹⁹
6⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



OHO Damen-Midislips
Größen: 36/38-48/50 oder
-Maxislips Größen: 40/42-52/54,
95 % Baumwolle, 5 % Elasthan,
verschiedene Farben



je 2er-Pack
6⁹⁹
7⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!

OHO Fein-Söckchen 7er-Pack
3.99 (4.99*) oder
-Kniestrümpfe 7er-Pack **4.99** (5.99*) oder
-Strumpfhosen 7er-Pack
Größen: 38-54: je **7.99** (8.99*),
100 % Polyamid



ab
3⁹⁹
4⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



OHO Socken oder Sneakersocken
Baumwollmischung,
Größen: 35/38-43/46,
verschiedene Designs
und Farben



je 5er-Pack
6⁹⁹
7⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



**OHO Sport-, Kurzschaft-
oder Sneaker-Socken**
Baumwollmischung,
Größen: 39/42-43/46,
verschiedene
Farben



je 10er-Pack
8⁹⁹
9⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Neben Barzahlung akzeptieren wir folgende Zahlungsmöglichkeiten:



Biber-Bettwäsche
65 % Baumwolle,
35 % Polyester,
mit Reißverschluss,
135 x 200/80 x 80 cm,
verschiedene Designs

je Garnitur
9⁹⁹
24^{95*}

CASTELL
BETTWÄSCHE

Mikrofaser-Bettwäsche
Mit Reißverschluss,
135 x 200/80 x 80 cm,
verschiedene Designs

je Garnitur
5⁹⁹

Mikrofaser-Interlock-Spannbettuch
100 x 200 cm: je **4.99** (9.99*),
140 x 200 cm: je **7.99** (12.99*) oder
180 x 200 cm: je **9.99** (15.99*),
verschiedene Farben

biberna
die bettwäsche

ab
4⁹⁹

Mikrofaser-Steppbett
Füllung: 900 g 100 % Polyester 3D-Klimafaser,
waschbar bis 95 °C, trocknergeeignet, 135 x 200 cm

Passend dazu:
Kopfkissen
40 x 80 cm: **9.99** (19.90*) oder
80 x 80 cm: **14.99** (39.90*)

BeCo

19⁹⁹
59^{90*}

Goliath
Lauflänge: 1.848 m
oder **Grandiosa**
Lauflänge: 1.862 m,
100 % Polyacryl, verschiedene
Farben, 1 kg = 15.70

700 g
Großknäuel

je 700 g-Knäuel
10⁹⁹

Solange
der Vorrat
reicht

Stuhlkissen
40 x 40 cm oder
Leseknochen
18 x 35 cm,
verschiedene Farben

je Artikel
4⁹⁹

Hochwertiges Geschirrtuch
50 x 70 cm, verschiedene Qualitäten
und Designs

ROSS
since 1897

je Artikel
1⁹⁹
4^{95*}

SALE
SALE
SALE

Frottier-Handtuch
50 x 100 cm: je **2.99**
oder -**Duschtuch**
70 x 140 cm: je **7.99**
100 % Baumwolle,
verschiedene Farben

ab
2⁹⁹

Frottier-Handtuch
50 x 100 cm: je **7.99** (14.99*)
oder -**Duschtuch**
67 x 140 cm: je **15.99** (37.99*),
100 % Baumwolle,
verschiedene Farben

ESPRIT

ab
7⁹⁹
14^{99*}

Solange
der Vorrat
reicht

Herren-T-Shirt
100 % Baumwolle,
Größen: M–3XL,
verschiedene Farben

JAKO

je Artikel
12⁹⁹
19^{99*}

**Damen- oder
Herren-Fleecejacke**
Damen-Größen: M–XL,
Herren-Größen: M–XXL

je Artikel
9⁹⁹

Herren-Sporthose
Größen: M–XXL

JAKO

je Artikel
12⁹⁹
29^{99*}

SALE
SALE
SALE

Damen-Winterleggings
Größen: S–3XL oder
Herren-Jogginghose
Größen: M–XXL,
verschiedene Farben

je Artikel
9⁹⁹

**Damen- oder
Herren-Freizeitanzug**
Damen-Größen: 38–46,
Herren-Größen: S–XXL,
verschiedene Farben

je Artikel
24⁹⁹

Herren-Sporthose
Baumwollmischung,
Größen: M–XXL,
verschiedene Farben

STOOKER®
Made for Friends

je Artikel
19⁹⁹
24^{95*}

Nike
Damen- oder Herren-Hoodie
Damen-Größen: S–XL,
Herren-Größen: M–XXL,
verschiedene Farben

je Artikel
44⁹⁹
59^{99*}

Nike
**Damen- oder
Herren-Sweathose**
Damen-Größen: S–XL,
Herren-Größen: M–XXL,
verschiedene Farben

je Artikel
39⁹⁹
49^{99*}

Under Armour
Herren-Hoodie
oder -**Sweathose**
Baumwollmischung,
Größen: M–XXL,
verschiedene
Farben

je Artikel
39⁹⁹
60^{90*}

*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers



Topf-Set Galactica
Edelstahl, innen hochglanzpoliert,
Volumenskala, Kochtöpfe satiniert:
Ø 14, 18 und 24 cm, Stielkasserolle:
Ø 16 cm, Milchtopf: Ø 14 cm,
Schüssel: 2,5 l, Pfannen:
Ø 20, 24 und 28 cm
und weiteres Zubehör

15-teiliges Set
69⁹⁹
~~199⁰⁰*~~



Induktion

15 Teile

Solange
der Vorrat
reicht

Das große
Haushaltswaren-
sparen
%

Schnellkochtopf Praktika Plus
Edelstahl 18/10, poliert, Füllmengenskala,
spülmaschinengeeignet,
Ø 18 cm, 2,7 l:
34.99 (109.00*),
Ø 22 cm, 4 l:
49.99 (129.00*)
oder Ø 22 cm, 6 l:
59.99 (159.00*)

ab
34⁹⁹
~~109⁰⁰*~~



Induktion



Passend dazu:
Dichtungsring
Ab 9.99

Pfanne
Edelstahl, antihaftbeschichtet, Wabenstruktur,
kratzfest, backofengeeignet bis 210 °C,
Ø 20 cm: **9.99** (24.99*),
Ø 24 cm: **12.99** (27.99*),
Ø 28 cm: **14.99** (29.99*) oder
Wokpfanne
Ø 28 cm:
17.99 (29.99*)

ab
9⁹⁹
~~24⁹⁹*~~

BRATmaxx

Induktion



Servierpfanne
Aluguss, antihaftbeschichtet, mit Deckel backofenfest bis 180 °C,
spülmaschinenfest, Ø 24 cm: **19.99** (59.90*),
Ø 28 cm: **23.99** (69.90*) oder
Ø 32 cm: **27.99** (84.90*)

ab
19⁹⁹
~~59⁹⁰*~~



Induktion



Rokitta's Fleckschreck
Blau für das Bad: entfernt Kalk- und Wasserflecken,
Grau für die Küche: gegen Eingebrauntes und Flugrost:
3.99 (9.99*) oder
Rostschreck
Aluminium, gegen Flugrost
in der Spülmaschine,
für ca. 600 Spülgänge:
4.99 (19.99*)

ab
3⁹⁹
~~9⁹⁹*~~



Raumentfeuchter
Gegen Schimmel und muffige Gerüche
Compact Für Räume bis zu 35 m²,
450 g: **3.99** (6.49*), 1 kg = 8.87 oder
Pylar Für Räume bis zu 80 m²,
1 kg: **4.99** (14.99*)

ab
3⁹⁹
~~6⁴⁹*~~



Passend dazu:
Nachfüllpack
3 x 450 g oder
2 x 1 kg:
je **6.99** (9.99*),
1 kg: 3.50–5.18

Faltbare Frischhaltedose
Silikon, Kunststoff, luftdicht,
auslaufsicher, Silikon-Ventil,
temperaturbeständig bis 230 °C
ohne Deckel, spülmaschinen- und
mikrowellengeeignet,
von 500 ml: **4.99** (12.90*)
bis 1.200 ml:
6.99 (16.90*)

ab
4⁹⁹
~~12⁹⁰*~~



Faltbar

Solange
der Vorrat
reicht

Klappbox
Kunststoff, verschiedene Farben,
32 l, Tragkraft: 15 kg: je **2.50**
45 l, Tragkraft: 20 kg: je **4.50** oder
60 l, Tragkraft: 35 kg: je **6.00**

ab
2⁵⁰



Rührschüssel
1,5 l
Messbecher
0,5 l oder 1 l
Aufbewahrungskörbchen
2er- oder 3er-Set
Vorratsdose
0,5 l oder 1 l oder
Frischhalte-/Gefrierdosen
2er-Set, 0,5 l oder 3er-Set, 0,25 l

Je Artikel/Set
1⁰⁰



Lunchbox
23 x 15 x 6,5 cm oder
Frischhaltedose
Luft- und wasserdicht,
Silikon-Verschluss,
0,5 l oder
Schneidebrett

Je Artikel
1⁵⁰



Scharnierbox
Kunststoff, 6 verschiedene
Größen, von 6 l: **1.50** (2.49*)
bis 52 l: **6.00** (10.99*)

ab
1⁵⁰
~~2⁴⁹*~~



Klappdeckelbox
Kunststoff,
verschiedene
Farben, von 8 l,
30 x 23 x 20 cm:
je **1.50** (3.49*)
bis 88 l,
60 x 45 x 45 cm:
je **10.00** (16.99*)

ab
1⁵⁰
~~3⁴⁹*~~



Wave Box
Kunststoff,
5,5 l, 30 x 20 x 16 cm, Trag-
gewicht bis 3 kg: je **2.00** (2.99*),
18 l, 40 x 30 x 23 cm, Trag-
gewicht bis 6 kg: je **3.00** (4.99*)
oder 58 l, 60 x 40 x 35 cm,
Traggewicht bis 10 kg:
je **5.00** (9.99*)

ab
2⁰⁰
~~2⁹⁹*~~



Wäschekorb, -wanne oder -sammler
Kunststoff, verschiedene Größen
und Farben: von **1.50** (2.49*)
bis **4.50** (7.99*)

ab
1⁵⁰
~~2⁴⁹*~~



Mülleimer
Kunststoff,
verschiedene
Varianten:
von **4.00** (6.99*)
bis **6.00** (9.99*)

ab
4⁰⁰
~~6⁹⁹*~~



Maxitonne
Kunststoff,
23 l,
35 x 44 cm:
je **3.00** (5.49*)
oder
40 l,
40 x 60 cm:
je **4.50** (7.99*)

ab
3⁰⁰
~~5⁴⁹*~~



*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Geschirreinzelteile Porzellan, spülmaschinen- und mikrowellengeeignet: von **1.49** (6.50*) bis **2.99** (9.99*) oder **Becher** Glas, 380 ml, je **2.99** (5.50*) oder **Teeanne** Glas, mit Sieb: von **7.99** (13.50*) bis **9.99** (14.50*)

Ritzenhoff & Breker

ab
1.49
6.50*

Platz-Set
Kunstleder,
100 % PVC,
45 x 30 cm,
verschiedene
Farben

zeller
PRESENT

je Artikel
1.99
4.99*

Wasserkocher WK 5320 L 2.200 W, 1,7 l, Abschaltautomatik: **19.99** (39.99*) oder **Toaster TA 5320 L** 800 W, inkl. Brötchenaufsatz und Krümel-schublade: **22.99** (39.99*) oder **Kaffeeautomat KM 5320 L** 900 W, 1,25 l, für 10 Tassen, Glaskanne, Permanentfilter: **24.99** (49.99*)

GRUNDIG

ab
19.99
39.99*

Küchenmaschine KM6009CB
1.000 W, 5 l-Edelstahl-Rührschüssel, inkl. Schneebesen, Knet- und Rührhaken und Spritzschutzdeckel

Solange
der Vorrat
reicht

BOMANN®

34.99
109.90*

Multipfanne PD-8945
1.500 W, Ø 40 cm, regelbares Thermostat, antihaftbeschichtet, Kontrollleuchten, abnehmbares Kabel

TRISTAR

14.99
38.99*

Solange
der Vorrat
reicht

Heißluftfritteuse FRY7320
1.750 W, Fassungs-
vermögen: 7,6 l,
Touch-Display, Korb
antihaftbeschichtet
und spülmaschinen-
geeignet

GRUNDIG

64.99
159.90*

Großes
Sichtfenster

Alle Artikel ohne Dekoration *Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Das große
Haushaltswaren-
sparen

%

Isolierkanne Samba Wave
Kunststoff, 1 l, Quick-
Press-Verschluss,
verschiedene Farben

emsa

je Artikel
9.99
22.49*

Made in
Germany

12
Std.

Heiß

Kalt

24
Std.

1. **Duftkerze im Glas** Ø 9 cm, Höhe: 8 cm, verschiedene Düfte: je **1.99**
2. **Duftteelichte** Transparente Hülle, verschiedene Düfte, je 24er-Pack: **2.99**
3. **Duftteelichte Jumbo** Transparente Hülle, verschiedene Düfte, je 24er-Pack: **3.99**
4. **Duftkerze im Glas mit Deckel** Verschiedene Düfte: je **5.99**

VILLA VERDE

ab
1.99

Gemüseschneider KA1802
200 W, 4 verschiedene, spülmaschinengeeignete Trommeleinsätze, integrierte Kabelaufwicklung

Zum Reiben, Raspeln
und Hobeln

ADE

39.99
59.95*

Sandwichtoaster ST-109562.17
900 W, antihaftbeschichtet, mit Kontrollleuchte und Anti-Rutsch-Füßen: **19.99** (34.90*) oder **Doppel-Waffeleisen WM-123356 mit Herzform** 1.200 W, antihaftbeschichtet, Backampel, stufenloser Temperaturregler: **24.99** (59.90*)

emerio®

ab
19.99
34.90*

Bambus Grill LR-133
2.200 W, 37 x 25 cm, für 4 Personen, stufenlos regelbare Temperatur bis 200 °C

JUST VEGAN

14.99
99.99*

Kontaktgrill KG3571
2.000 W, 180°-Öffnung, 2 Grillflächen zu je: 29,5 x 23,5 cm, stufenlos regelbarer Thermostat, Fettablaufrinne und Auffangschale

Solange
der Vorrat
reicht

CIATRONIC®

19.99
79.95*

20% Rabatt**

auf alle 1 und 5 l-Motorenöle
der Marken TBO&S
und Eurolub

Vom 12.01.–17.01.2026 erhalten Sie auf alle 1 und 5 l-Motorenöle der Marken TBO&S und Eurolub 20 % Rabatt** ab einem Einkaufswert von 5 €.

**Ausgenommen sind Werbeartikel aus unserem Faltblatt KW03 (gültig vom 12.–17.01.2026) sowie bereits reduzierte Artikel.

EUROLUB
Efficiency in Fluids

KFZ-Verbandkasten oder -tasche
Inhalt nach DIN 13164-B und der StVZO § 35 h, staubgeschützt und steril verpackt

cartrend

je Artikel
4.99

AdBlue®
Nur für Dieselfahrzeuge mit SCR-Systemen geeignet, inkl. Einfüllschlauch, 1 l = 1.00

aroso
Die deutsche Tankstellenmarke seit 1973

5 l
4.99
8.99*

Trittleiter
Stahl, klappbar, belastbar bis 150 kg, Antirutschfüße, mit 2 Stufen, Höhe: 83 cm: **16.99** oder mit 4 Stufen, Höhe: 147 cm: **24.99**

Solange
der Vorrat
reicht

ab
16.99

Schuhregal
FSC®-zertifizierte Tanne, 3 Ebenen, für bis zu 9 Paar Schuhe

KESPER
KITCHEN AND HOME

7.99
24.99*

Personenwaage BE2306-4
Wiegefläche aus Sicherheitsglas, Tragkraft: bis 180 kg, 30 x 30 cm, Batteriestandanzeige, automatische Abschaltung, batteriebetrieben (CR2032 enthalten)

ADE

12.99
24.95*



Jede
Woche
neu

Exklusive Rabatte für



Mitglieder!

Bis zu

30%

mein GLOBUS

Escal Isländischer Edel-Lachs
2 Filetportionen ohne Haut,
tiefgefroren, 250 g



30 %
Rabatt

Ehrmann High Protein Pudding
Verschiedene Artikel
und Sorten oder **Drink**
+ Pfand 0.25



30 %
Rabatt

Jetzt registrieren:

- In der GLOBUS App
- Am Empfang¹
- Auf globus.de



globus.de/meinglobus

¹Bitte halten Sie für die Registrierung und Verknüpfung Ihre E-Mail-Adresse und Passwort bereit.

Auf alle **Faschingsartikel**
ausgenommen Drogerieprodukte



20 %
Rabatt

Max Snack-Nüsse
Verschiedene Sorten
und Gewichte,
je 150–450 g



20 %
Rabatt

Bonduelle Fertiggericht
Verschiedene Sorten,
je 220–425 ml



30 %
Rabatt

**Kühne Trink
Apfelessig-Mix
Granatapfel oder
Ingwer**
Je 500 ml



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 abgebogen.

Frottier-Waschhandschuh

Je **1.79** (3.95*) oder

-Gästetuch

30 x 50 cm:

je **2.99** (4.95*) oder

-Handtuch

50 x 100 cm: je **4.99** (9.95*)

oder **-Duschtuch**

70 x 140 cm: je **9.99** (29.95*),

100 % Baumwolle,

verschiedene Farben



ROSS
since 1897

ab
1.79
3.95*

Solange
der Vorrat
reicht

Socken ohne Gummiband

3er-Pack

Hochwertige Baumwollmischung,

Damen-Größen: 35/38–39/42:

je **6.99** (7.99*),

Herren-Größen: 39/42–43/46:

je **7.99** (8.99*),

verschiedene Farben



nur
die

ab
6.99
7.99*

Damen- oder Herren-Shirt oder -Hose

Hochwertige Baumwollmischung,

Damen-Größen: 38–48,

Herren-Größen: 48–60



Comtessa
night + day

je Artikel
7.99
19.95*

Glanzpunkt
UHREN | SCHMUCK | PERLEN



Batterie leer – kein Problem

Fachgerechter Batteriewechsel

Inklusive Batterie, Silberoxid-Knopfzelle,
ohne Wasserdichtkeitsprüfung,
Lithiumbatterie gegen Aufpreis.

7.99

Tulpen oder Ranunkeln im Hängeglas
Kunststoff, Höhe: 18 cm, verschiedene Farben
oder **Tulpen-Bund**
Kunststoff, Höhe: 31 cm, verschiedene Farben



je Artikel
4.99

1. **Lithium CR-2032 BP 4 + 2**
6er-Pack: **4.99** (12.29*) oder
2. **Max Batterien 8 + 4**
Mignon AA oder Micro AAA
Je 12er-Pack: **5.99** (11.89*),
Stück: 0.50–0.83



Energizer

ab
4.99
12.29*

Damen- oder Herren-Hoodie
Baumwollmischung, Damen-Größen: S–XXL,
Herren-Größen: S–3XL, verschiedene Farben



Solange
der Vorrat
reicht

je Artikel
7.99

Damen- oder Herren-Pantolette
Mit Tieffußbett aus Leder,
Damen-Größen: 36–42,
Herren-Größen: 40–46,
verschiedene Farben



je Paar
8.99

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

GLOBUS Handelshof
GmbH & Co. KG

Markthalle Hermsdorf
Rodaer Straße 72
07629 Hermsdorf
036601 71-0

globus.de/hermsdorf
info-mhher@globus.de

Gesellschaftssitz:
Neunmorgenstraße, 66424 Einöd

Markthalle:

Mo–Do: 08.00–20.00 Uhr
Fr: 08.00–21.00 Uhr
Sa: 08.00–20.00 Uhr
Sonn- und feiertags
geschlossen

Waschstraße:

Mo–Sa: 08.00–19.00 Uhr

Baumarkt:

036601/71410



Jetzt die GLOBUS App entdecken

Angebote, Scan & Go und viele
weitere Vorteile immer dabei.

globus.de



Tanke schön

Bis zu 4 Cent pro Liter sparen

Erfahren Sie mehr unter
globus.de/tankeschoen



Online noch mehr sparen!

Jede Woche

bis zu 100 weitere Angebote!



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

Tipp:

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

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.

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 Wurzel-
gemüse, 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 Reissessig
- 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

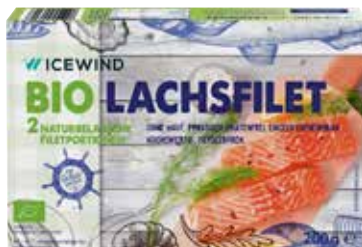
Lachs aus dem Tiefkühler nehmen und im Kühlschrank schonend auftauen lassen. Soba-Nudeln ca. 4 Minuten in ausreichend Salzwasser kochen und abgießen. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Chili waschen, entkernen und fein hacken. Knoblauch, Ingwer und Chili mit Essig, etwas Salz und Pfeffer, 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 Frischkäse

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 auf tupfen, 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](https://www.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.

