



Echt gut gemacht.

Idar-Oberstein

Wir finden, probieren  
muss sich lohlen!

GLOBUS Fleischwurst  
Im Ring, mit Phosphat



Probierpreis  
1 kg  
**6<sup>90</sup>**  
~~7<sup>90</sup>~~

GLOBUS Bratwurst  
mit Rahmwirsing und  
Kartoffelstampf



**5<sup>00</sup>**

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

500 g-Schale  
**0<sup>99</sup>**



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



4 kg-Beutel  
**3<sup>99</sup>**

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



5 l  
**4<sup>99</sup>**

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

keeper

ab  
**6<sup>99</sup>**  
~~17<sup>99</sup>~~



3er-Set

4er-Set

Lorenz Crunchips oder  
Crunchips Wow oder Roasted  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 6.34–10.09

je 110–200 g  
**1<sup>11</sup>**



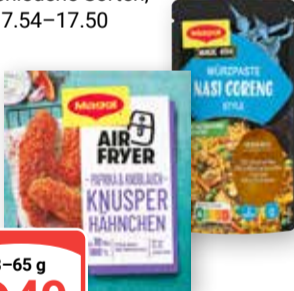
Tempo Taschentücher  
Verschiedene Sorten und Inhalte,  
je 20 x 9/24 x 9/30 x 10 Tücher,  
10 Tücher: 0.10–0.17

je Packung  
**2<sup>99</sup>**



Maggi Fix oder Würzpaste  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 7.54–17.50

je 28–65 g  
**0<sup>49</sup>**



Dr. Oetker Die Ofenfrische oder Tradizionale  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 kg: 4.57–5.69

je 350–435 g  
**1<sup>99</sup>**



Müller Froop  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 2.93

je 150 g  
**0<sup>44</sup>**



Géramont Weichkäse,  
Le Snack oder Bresso  
Feine Häppchen  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 11.45–22.90

je 100–200 g  
**2<sup>29</sup>**



Schwollener Mineralwasser  
Verschiedene Sorten, je 12 x 0,75 l-MW-Flasche,  
1 l = 0.51  
+ Pfand 3.30

GLOBUS  
Getränkemarkt

je Kiste  
**4<sup>29</sup>**  
~~5<sup>79</sup>~~



Ariel Waschmittel Pulver, Flüssig oder Pods  
Verschiedene Sorten, je 3,96 kg/3,6 l/60 Stück,  
1 WL: 0.21–0.28

je 60–80 WL  
**16<sup>99</sup>**



Lacoste Herren-Retros  
95 % Baumwolle,  
5 % Elasthan oder  
-T-Shirts  
100 % Baumwolle,  
verschiedene Größen  
und Farben

je 3er-Pack  
**24<sup>99</sup>**  
~~45<sup>00</sup>~~



Frisch gemacht.  
Hausgemacht.  
Jede Nacht.

Herr Heinrich,  
GLOBUS Meisterbäcker

GLOBUS Weizenbrötchen  
Stück = 0.10

10 Stück  
**0<sup>99</sup>**



GLOBUS Weizenmischbrot  
Mildes Brot, mit hauseigenem  
Natursauerteig gebacken

1.000 g  
**0<sup>99</sup>**  
~~1<sup>39</sup>~~



GLOBUS Roggenmischbrot  
60/40

1.000 g  
**0<sup>99</sup>**  
~~1<sup>39</sup>~~



Viel gespart zum Jahresstart:



**GÜNSTIG**

gibt's bei

**GLOBUS**



Jetzt die GLOBUS App entdecken



globus.de/app

**Hochland Grünländer Scheiben, Hauchdünn oder Würfel**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 12.07–15.36



je 110–140 g  
**1 69**

**Iglo Schlemmerfilet oder Filegro**  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 kg: 7.08–11.21



je 240–380 g  
**2 69**



**Frosta Fertiggericht Classic oder Black Edition**  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 kg: 4.98–5.53



je 450–500 g  
**2 49**

**Senseo Kaffeepads**  
Verschiedene Sorten,  
je 8–16 Pads, 1 Pad: 0.16–0.32,  
1 kg: 23.33–25.90



je 100–111 g  
**2 59**

**Nescafé Dolce Gusto**  
Verschiedene Sorten, je 8–16 Kapseln,  
1 Kapsel: 0.25–0.50, 1 kg: 31.67–33.25



je 120–126 g  
**3 99**

**Oro di Parma Tomaten Passiert oder Stückig, Pizza- oder Pastasauce**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 2.80–2.98



je 400–425 g  
**1 19**

**Knorr Schlemmersauce**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 3.96



je 250 ml  
**0 99**

**Maggi Sauce in der Doppelpackung**  
Verschiedene Sorten,  
ergibt 2 x 250 ml, 1 l = 1.58



je 2er-Pack  
**0 79**

**Mondamin Saucenbinder oder Mehlschwitze**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 5.16



je 250 g  
**1 29**

**Funny-frisch Chipsfrisch**  
Verschiedene Größen, 1 kg:  
7.96–12.44



je 160–215 g  
**1 99**

**Lorenz Erdnuss-Locken**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 6.80–9.15



je 130–175 g  
**1 19**

**Oreo**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 8.22–13.44



je 96–157 g  
**1 29**

**Ritter Sport Tafelschokolade Bunte Vielfalt**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 11.90



je 100 g  
**1 19**



**Storck Knoppers**  
Verschiedene Sorten,  
je 8 Stück,  
1 kg = 9.95

je 200 g  
**1 99**

**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 Sortiment (Ber) und Knoppers Riegel (5er) Sortiment, Verfügbarkeit im Markt vorausgesetzt) direkt an der Kasse. Nicht alle aufgezählten/abgebildeten Artikel sind jederzeit vorrätig. Nur jeweils 1 Coupon pro Kauf einlösbar. Couponeinlösung 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



**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\*)



**44 99**  
84 99\*

**Dampfbügeleisen SI3450L**  
2.400 W, Keramik-Bügelsohle, Wassertank: 220 ml,  
Vertikaldampf, Dampfstoß: 120 g/Min., Tropfschutz,  
Sicherheitsabschaltung



**GRUNDIG**

**12 99**  
49 99\*

**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\*)



ab  
**9 99**  
19 49\*

**1. Klapptritt**  
Kunststoff, faltbar,  
35 x 27 x 22 cm: 4.99 (17.99\*)  
oder **2. Sitzhocker**  
Kunststoff, faltbar,  
36,5 x 30 x 32,5 cm:  
6.99 (19.99\*)



Belastbarkeit  
bis 150 kg



ab  
**4 99**  
17 99\*

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  
**1 99**  
3 99\*

Alle Artikel ohne Dekoration \*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers



Bärenmarke  
Frischer Kakao  
oder Eiskaffee  
Verschiedene Sorten

je 1 l  
**1<sup>99</sup>**  
2<sup>29</sup>



Bärenmarke  
Frische Schlagsahne  
Wärmebehandelt,  
mind. 32 % Fett,  
1 kg = 5.38

500 g  
**2<sup>69</sup>**



Andechser Natur  
Bio-Milch  
1,5 % oder 3,8 % Fett



je 1 l  
**1<sup>49</sup>**



Schwarmstedter Kartoffeltaschen  
Verschiedene Füllungen, tiefgefroren,  
1 kg = 7.63



je 300 g  
**2<sup>29</sup>**  
2<sup>69</sup>

Berchtesgadener Land  
Naturjoghurt Mild  
1,5 % oder 4 % Fett,  
1 kg = 1.98

je 500 g  
**0<sup>99</sup>**  
1<sup>19</sup>



Exquisa Quark-Genuss  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 2.98

je 500 g  
**1<sup>49</sup>**



Ehrmann  
Früchte-, Vanille- oder Grießstraum  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.83

je 115 g  
**0<sup>44</sup>**



Vossko Hähnchen Nuggets im Backteig  
Tiefgefroren



1 kg  
**5<sup>99</sup>**

Salakis Schafsweickäse  
aus 100 % Schafmilch  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 9.95–13.27

je 150–180 g  
**1<sup>99</sup>**



Ferrari Parmigiano Reggiano, Pecorino  
Romano oder Grana Padano  
Italienischer Hartkäse, am Stück oder gerieben,  
verschiedene Sorten, mind. 33 % Fett i. Tr.,  
1 kg: 26.60–28.50

je 150–175 g  
**3<sup>99</sup>**



Mini Babybel Halbfester Schnittkäse  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 15.90

je 5 x 20 g  
**1<sup>59</sup>**



Mini Berliner  
24 Stück, tiefgefroren, mit Himbeerrfüllung,  
1 kg = 8.97



300 g  
**2<sup>69</sup>**  
2<sup>99</sup>

Diese Woche  
noch billiger!

Milram Frühlings- oder Gewürzquark  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 5.35–6.38

je 155–185 g  
**0<sup>99</sup>**



Nadler Garnelen Salat  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 18.32

je 125 g  
**2<sup>29</sup>**  
2<sup>69</sup>



Meica Curry King  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 8.14

je 220 g  
**1<sup>79</sup>**  
2<sup>59</sup>



Innocent Orangensaft mit  
oder ohne Fruchtfleisch  
Verschiedene Sorten,  
PET-Flasche,  
1 l = 3.32  
+ Pfand 0.25

je 900 ml  
**2<sup>99</sup>**



Burgis Knödel  
Verschiedene Sorten,  
fertig gerollt  
1 kg: 3.58–4.97

je 360–500 g  
**1<sup>79</sup>**



Knack & Back Teig  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 4.98–8.29

je 240–400 g  
**1<sup>99</sup>**



Palmin Reines Kokosfett  
Rein pflanzlich,  
1 kg = 7.16

250 g  
**1<sup>79</sup>**



Reinert Schinken Nuggetz  
Herzhaft oder extra mager,  
1 kg = 15.27

je 150 g  
**2<sup>29</sup>**



**Zewa Wisch & Weg Küchentücher**  
Verschiedene Sorten und Inhalte,  
je 4 x 45/4 x 74 Tücher, 100 Blatt = 3.08



8 x 150 Blatt  
**2<sup>99</sup>**  
~~3<sup>99</sup>~~

je 250 ml  
**0,99**

je 540 g

**299**

~~389~~

je 220-250 g  
**179**

500 g  
1 89  
2<sup>39</sup>

je 450 g  
**299**

je 314 ml

111

je 500 g  
**229**

210 g  
**1 99**  
~~229~~

400 g  
**249**

je 500 ml  
**6<sup>49</sup>**

je 425 g

**1 29**

~~1<sup>79</sup>~~

je 200 g  
**1 29**

je 175–250 g  
**1 49**

**Diese Woche  
noch billiger!**

360 g  
**1 89**  
~~1 99~~

202 ml  
**1 99**

500 g  
**1 69**

je 58–59 g

089

je 140 g  
**179**  
1 kg

Light Live  
Rot, Weiß oder Rosé  
Alkoholfrei,  
fruchtig und leicht,  
1 l = 3.99



je 0,75 l  
**2<sup>99</sup>**

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



je 0,75 l  
**4<sup>99</sup>**

Averna Amaro  
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  
**10<sup>99</sup>**

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



je 0,7 l  
**11<sup>99</sup>**

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



je 0,7 l  
**6<sup>49</sup>**

Bembel with Care  
Apfelwein  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 2.22  
+ Pfand 0.25



je 0,5 l  
**1<sup>11</sup>**

Allgäuer Büble  
Verschiedene Sorten,  
je 20 x 0,5 l-MW-Bügelverschlussflasche,  
1 l = 1.60 + Pfand 4.50



**GLOBUS**  
Getränkemarkt

je Kiste  
**15<sup>99</sup>**

Warsteiner Bier  
Verschiedene Sorten, auch Alkoholfrei,  
je 20 x 0,5 l-/24 x 0,33 l-MW-Flasche,  
1 l: 1.05/1.32 + Pfand 3.10/3.42



**GLOBUS**  
Getränkemarkt

je Kiste  
**10<sup>49</sup>**  
**16<sup>99</sup>**

Merziger Apfelsaft oder -schorle  
Je 6 x 1 l-MW-Flasche,  
1 l = 1.67 + Pfand 2.40



**GLOBUS**  
Getränkemarkt

je Kiste  
**9<sup>99</sup>**

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



**GLOBUS**  
Getränkemarkt

je Kiste  
**4<sup>99</sup>**

Aquintell Mineralwasser oder Lemon  
Verschiedene Sorten, je 12 x 1 l-PET-Flasche,  
1 l = 0.37 + Pfand 3.30



**GLOBUS**  
Getränkemarkt

je Kiste  
**4<sup>44</sup>**

Bizzl Limonade  
Verschiedene Sorten, je 12 x 1 l-PET-Flasche,  
1 l = 0.67 + Pfand 3.30



**GLOBUS**  
Getränkemarkt

je Kiste  
**7<sup>99</sup>**

Fa Dusche  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 4.76



je 250 ml  
**1<sup>19</sup>**

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



je 200–250 ml  
**1<sup>99</sup>**

Axe Deospray  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 23.27



je 150 ml  
**3<sup>49</sup>**

Attends Einlagen  
Verschiedene  
Größen und  
Inhalte,  
Stück:  
0.12–0.25



je 10–20 Stück  
**2<sup>49</sup>**  
**3<sup>25</sup>**

Pril  
Handgeschirrspülmittel  
Verschiedene Sorten,  
1 l: 2.06–3.09



je 450–675 ml  
**1<sup>39</sup>**

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  
**6<sup>99</sup>**

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



je 28–38 WL  
**1<sup>59</sup>**  
**1<sup>95</sup>**

Weißer Riese  
Waschmittel  
Pulver, Flüssig oder Caps  
Verschiedene Sorten,  
4,5 kg/4,5 l/80 Stück,  
1 WL: 0.14–0.17



je 80–100 WL  
**13<sup>99</sup>**

Cesar  
Hundenassfutter  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 5.00



je 150 g  
**0<sup>75</sup>**

Vitakraft  
Fleischsnack  
für Hunde  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg: 15.96–19.95



je 200–250 g  
**3<sup>99</sup>**  
**4<sup>59</sup>**





# SNACK DICH FIT

## GEWINNE MIT

je Stück  
**079**

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

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

je Stück  
**059**

**1x** AKTIVURLAUB IM  
WERT VON 4.000 €

**2x** PREMIUM  
KÜCHENMASCHINE

**300x** JAHRESABO  
FÜR PREMIUM  
GESUNDHEITSAPP



Der Umwelt  
zuliebe un-  
verpackt

**JETZT  
TEILNEHMEN**

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)



300 g-Schale  
**222**

**Premium Mini-Bananen**  
Ursprung Ecuador,  
1 kg = 7.40



3er-Schale  
**199**

**Passionsfrüchte**  
Ursprung Kolumbien



je 125 g-Schale  
**099**

**Heidelbeeren**  
Ursprung Argentinien/Peru/  
Südafrika, KL I,  
1 kg = 7.92



800 g-Schale  
**199**

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

Allergiker-  
freundlich



**Wirsing**  
Ursprung Italien,  
KL I



1 kg  
**139**

Der Umwelt  
zuliebe un-  
verpackt

**GLOBUS Suppengrün**  
Ursprung Deutschland/Italien,  
1 kg = 2.11



je 800 g-Schale  
**169**

**GLOBUS Bio Gurken**  
Ursprung Spanien, KL II



pro Stück  
**111**



**Buschbohnen**  
Ursprung Marokko, KL I,  
1 kg = 3.98



500 g-Beutel  
**199**

**Chicorée**  
Ursprung Belgien/  
Deutschland/Niederlande,  
KL I, 1 kg = 2.98



je 500 g-Beutel  
**149**

**Süßkartoffeln orangefleischig**  
Ursprung Ägypten/USA,  
Sorte Covington



je kg  
**149**

Der Umwelt  
zuliebe un-  
verpackt

**Champignons braun**  
Ursprung Belgien/Niederlande/Polen,  
KL I, 1 kg = 4.23



je 400 g-Schale  
**169**

**Speisezwiebeln gelb**  
Ursprung Deutschland/  
Neuseeland, KL I



je 1 kg-Netz  
**100**

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



126 g  
**179**  
2<sup>59</sup>



**Alnavit Bio Haferflocken**  
1 kg = 4.42



450 g  
**199**  
2<sup>49</sup>



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

je 80–250 ml  
**149**



# GLOBUS

## Meisterbäckerei



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

Herr Bolmus,  
Bäcker Geselle

### 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  
**330**



## Snackinsel

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

1 Stück GLOBUS Plunder  
+ 1 Kaffee nach Wahl

Kombiangebot

**399**



Elsässer Brötchen

pro Stück  
**125**



**GLOBUS Walnuss-Ciabatta**  
Mit feinen Walnüssen  
veredelt, 1 kg = 9.64

280 g  
**270**



**GLOBUS Dinkelzwilling**  
Dinkelbrot,  
1 kg = 4.93

750 g  
**370**



**GLOBUS Vollkornbrötchen**  
Stück = 0.48

4 Stück  
**190**

4 kaufen –  
nur 3 bezahlen!



**GLOBUS Berliner**  
Gebacken aus einem  
Butterhefeteig, mit  
Mehrf Fruchtfüllung,  
Stück = 0.95

4 Stück  
**380**



Nachhaltig in Papier-  
schachtel verpackt

**GLOBUS Sahnetorte**  
Fruchtig, luftig und  
leicht bekömmlich,  
verschiedene Sorten,  
je ganze Torte,  
1 kg: 7.56–10.00

je 620–820 g  
**620**



**GLOBUS Weizenbrötchen**  
Zum Aufbacken,  
Stück = 0.18

10 Stück  
**185**



**GLOBUS Donauwelle**  
Mit Motiv,  
1 kg = 18.65

260 g  
**485**



**GLOBUS Butter-Streuselkuchen**  
Mit Vanillecreme,  
ein ganzer Kuchen,  
1 kg = 7.86

700 g  
**550**



**GLOBUS Cookie**  
Himbeer-White,  
Triple Chocolate,  
Chocolate und Hafer-  
Rosinen-Zitrone,  
Stück = 1.04

4 Stück  
**415**



# 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  
Mit Sushi-Reis, Gurke  
und Kresse,  
1 kg = 26.81

So entsteht  
unser Sushi



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**



## Wochengerichte

**Dippekuchen**  
mit Apfelmus

**850**



**Rinderbraten**  
in Rotweinsauce,  
mit Rotkohl und  
Kartoffelklößen

**1150**



## Wechselnde Tagesgerichte

**Hähnchengeschnitztes**  
Züricher Art  
mit Spätzle

Montag

**950**



**Käsespätzle**  
mit kleinem Beilagensalat

Dienstag

**850**



**Schweinefilet**  
mit Rahmsauce,  
Mischgemüse  
und Röstitaler

Mittwoch

**1050**



**Schweizer Schnitzel**  
dazu Pommes frites

Donnerstag

**1000**



**Gebratenes Zanderfilet**  
auf Grillgemüse,  
dazu Kräuterreis

Freitag

**1150**



**Hirschgulasch**  
mit Wurzelgemüse  
in Rotwein geschmort,  
dazu Knödel

Samstag

**1250**



# GLOBUS

## Fachmetzgerei

**1 kg**  
**7<sup>90</sup>**

**GLOBUS Zupfbraten**  
Vom saftigen Schweinehinterschinken, in der Backofenschale

**1 kg**  
**8<sup>90</sup>**

**GLOBUS Biergartenbraten**  
Mit Bergkäse, Kochschinken\* und Alpensalz

**1 kg**  
**8<sup>90</sup>**

**Cordon bleu\***  
Vom Schwein

**je kg**  
**8<sup>90</sup>**

**GLOBUS Backofenbraten**  
Verschiedene Variationen, vom Schwein

**je kg**  
**7<sup>90</sup>**

**GLOBUS Schweinegeschnetzeltes**  
Verschieden mariniert

**Herrn Grimms**  
**Wurst-Empfehlung:**

**100 g**  
**1<sup>49</sup>**

**Sport Salami**

**GLOBUS Frühstücksfleisch**  
Geschnitten

**100 g**  
**0<sup>79</sup>**

**GLOBUS Kartoffelwurst**

**1 kg**  
**7<sup>40</sup>**

**Hackfleisch**  
Gemischt

**1 kg**  
**9<sup>90</sup>**

**GLOBUS Delfter Pfanne**  
Schweinegeschnetzeltes, mariniert

**1 kg**  
**8<sup>90</sup>**

**GLOBUS Schweinefiletpfanne**

**1 kg**  
**13<sup>90</sup>**

Nur an der SB-Theke erhältlich

**GLOBUS Gefüllte Klöße**

**1 kg**  
**9<sup>40</sup>**

**Kochrippchen**  
Vom Stiel oder Kamm

**je kg**  
**7<sup>90</sup>**

**Wurstpaket**  
5 dicke Mett- + 5 dicke Bratwürste, im Schweinedarm

pro Paket  
**9<sup>00</sup>**  
~~10<sup>40</sup>~~

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

**GLOBUS Hausmacher Blut- oder Leberwurst**  
Im Ring

**je kg**  
**6<sup>90</sup>**

So entsteht unsere Blut- & Leberwurst



**GLOBUS Kaiserbraten**  
Vom Kasseler Stielkotelett, ohne Knochen

**1 kg**  
**6<sup>40</sup>**

**GLOBUS Rinderrouladen**  
Vom Charolais-Jungbullen

**1 kg**  
**15<sup>90</sup>**



**GLOBUS Leberknödel**  
Nach hausgener Rezeptur

**1 kg**  
**7<sup>90</sup>**

**GLOBUS Suppenfleisch**  
Vom Charolais-Jungbullen, aus dem Brustkern

**1 kg**  
**11<sup>90</sup>**



**GLOBUS Rohesser**  
Nach Westfälischer Art, im zarten Saitling

**1 kg**  
**8<sup>90</sup>**

Jetzt noch günstiger!

**Schweineschnitzelfleisch**  
Aus der Keule, Hüfte oder Unterschale, am Stück

**je kg**  
**5<sup>40</sup>**



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 Verlässlichkeit setzen alle Beteiligten.

**GLOBUS Kohlrouladen**  
Küchenfertig

**1 kg**  
**13<sup>90</sup>**

\*Mit Phosphat

**GLOBUS Hausmacher Bratwurst**  
Grob

**1 kg**  
**5<sup>90</sup>**

Jetzt noch günstiger!

**GLOBUS Schweine-spießbraten**  
Vom frischen Schweinekamm

**1 kg**  
**8<sup>90</sup>**

# GLOBUS

## Fischtheke

**Viktoriaseebarschfilet**  
Ideal zum Braten, festes Fleisch,  
aromatischer Geschmack

100 g  
**1 89**

100 g  
**1 49**

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

**Frau Weningers  
Fisch-Empfehlung:**



100 g  
**1 49**  
1 79



www.msc.org

**Kabeljaufilet-  
Portionen**

Ohne Haut, aufgetaut, aus MSC-  
zertifizierter Fischerei

100 g  
**1 89**

**Geräucherte Forelle**  
Besonders saftig durch  
die Heißräucherung

100 g  
**1 69**  
1 99

**Kabeljau**  
Ohne Kopf, aus MSC-  
zertifizierter Fischerei



www.msc.org

**Shrimpscocktail Miami**  
Mit exotischen Früchten,  
in sahnigem Dressing



100 g  
**1 99**

**Thunfisch-Frischkäsezubereitung**  
Doppelrahmstufe im  
Milchanteil



100 g  
**1 00**



**Seealgenzubereitung**  
Ideal als Beilage zu gebratenem  
Fisch, aufgetaut, mariniert



100 g  
**1 89**

**Matjesdoppelfilet**  
Aus MSC-zertifizierter  
Fischerei



pro Stück  
**1 69**  
1 99



www.msc.org

**Lachsspezialität**  
Verschiedene Sorten



je 100 g  
**3 99**

**Frau Pfeifers  
Käse-Empfehlung:**



100 g  
**1 79**  
2 19

**Taleggio DOP**

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

100 g  
**2 59**

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

100 g  
**1 99**

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



je 100 g  
**1 29**  
1 69

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

100 g  
**1 99**

**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  
**1 29**

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



100 g  
**1 29**



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



100 g  
**1 69**

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



100 g  
**1 59**

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



520 g  
**5 00**



globus.de/kaesetheke

Ferrero Kinder  
Milch-Schnitte,  
Maxi King oder Pingui  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 10.64-14.19

je 105–140 g  
**1 49**  
~~1 89~~



Schwälbchen Körfez Joghurt  
3,5 % oder 10 % Fett

je 1 kg  
**2 19**  
~~2 69~~



Zum Dorfkrug Dessert  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 5.31

je 375 g  
**1 99**  
~~2 49~~



Nestlé Mix-in  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.92



je 120 g  
**0 59**  
~~0 99~~

Danone Dany Mousse oder Pudding  
Verschiedene Sorten, je 2er-Pack,  
1 kg: 4.30–8.25



je 120–230 g  
**0 99**

Mövenpick Feinjoghurt, Bircher Müsli  
oder Feinster Pudding  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.60



je 150 g  
**0 69**  
~~0 99~~

GLOBUS  
Stremellachs  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 26.32

Diese Woche  
noch billiger!

je 125 g  
**3 29**



Fräulein Heidemarie  
Putenbrustfilet  
SB-verpackt



1 kg  
**9 29**

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



600 g  
**3 99**

Hello Sandwich  
Verschiedene  
Sorten, 1 kg:  
8.05–14.90

Diese Woche  
noch billiger!

je 100–185 g  
**1 49**  
~~1 99~~



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

je 400–500 g  
**1 99**



Nadler Heringsfilets  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 5.20–7.63



je 300–440 g  
**2 29**

Jeden Tag Back-Camembert  
Paniert und vorgebacken, gekühlt,  
mit Preiselbeer-Dip,  
1 kg = 7.97



350 g  
**2 79**  
~~2 99~~

Diese Woche  
noch billiger!

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

je 320–400 g  
**9 99**



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

325 g  
**2 79**  
~~3 79~~



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



320 g  
**4 99**

Jeden Tag Buttergemüse  
Gemüsemischung mit Butter und feiner  
Kräutersauce, tiefgefroren, 1 kg = 3.30



300 g  
**0 99**

Diese Woche  
noch billiger!

Iglo Rahmspinat oder Apfelrotkohl  
Tiefgefroren, 1 kg = 2.39

je 750 g  
**1 79**



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

je 600–750 g  
**1 59**



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



je 825–900 ml  
**1 69**

Valsoia Soja-Eis  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
je 3–4 Stück, 1 kg: 13.30–13.32



je 250–300 g  
**3 99**  
~~5 39~~

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

je 180–360 ml  
**2 99**



Conditorei  
Coppenrath & Wiese  
Unsere Goldstücke  
Brötchen Klassik  
Verschiedene Sorten,  
tiefgefroren,  
1 kg: 2.76–4.97

je 300–540 g  
**1 49**





# WhatsApp-Kanal

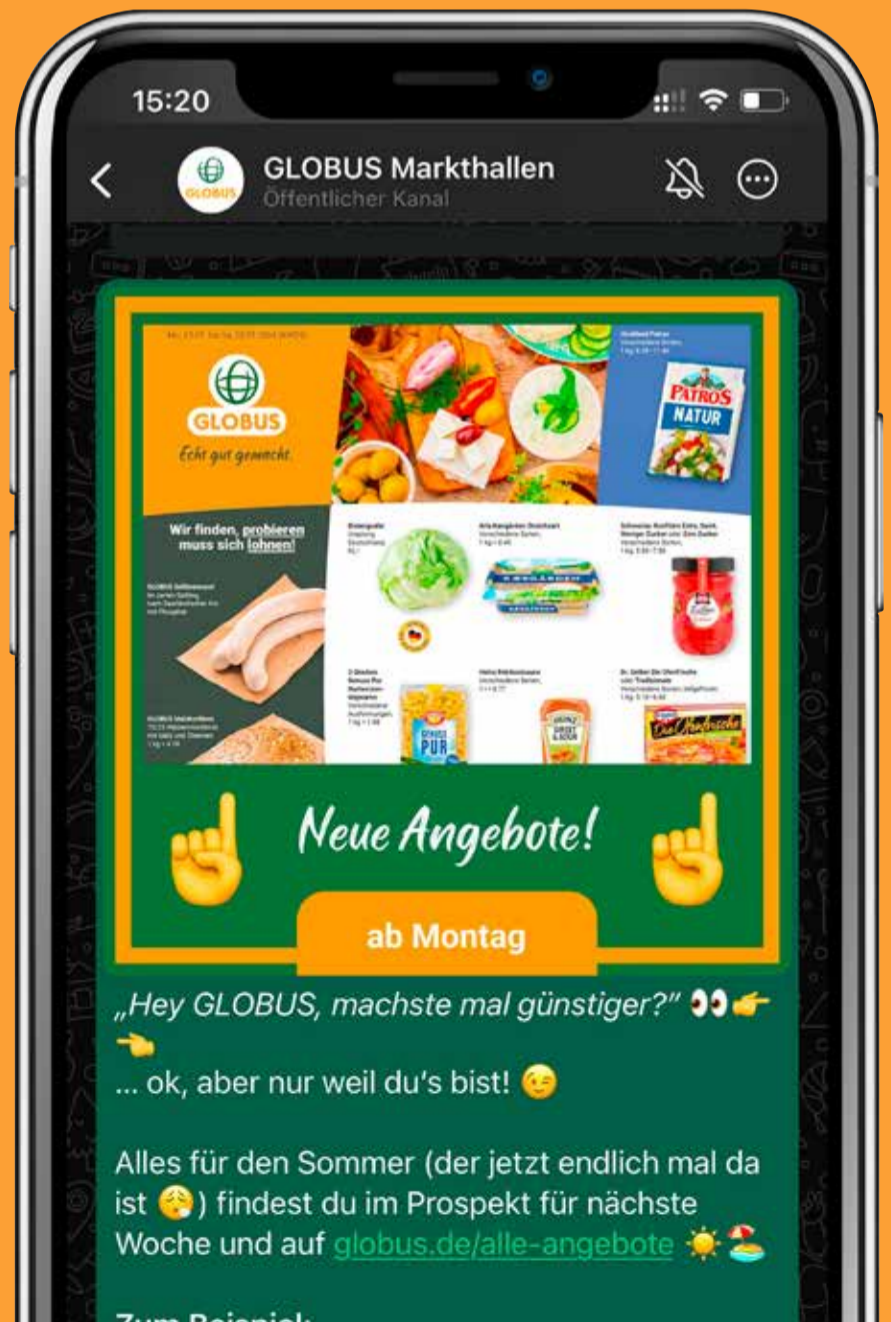
Exklusive Einblicke

Infos als Erstes



[globus.de/whatsapp](https://globus.de/whatsapp)

Jetzt Kanal abonnieren



[facebook.com/globus.de](https://facebook.com/globus.de)

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



je 120–150 g  
**1<sup>11</sup>**



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

je 1 l  
**1<sup>11</sup>**  
1<sup>39</sup>



Schwälbchen Streichrahm  
Leicht gesalzen,  
27 % Fett i. Tr.,  
1 kg = 6.60

150 g  
**0<sup>99</sup>**



Brunch  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 6.97



je 185 g  
**1<sup>29</sup>**  
1<sup>99</sup>

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



je 125 g  
**1<sup>49</sup>**  
2<sup>29</sup>

Ergüllü Mediterrane Creme,  
Dip oder Aufstrich  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 11.45–18.32

je 125–200 g  
**2<sup>29</sup>**



Herta Genuss Momente  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 15.90–19.88

je 80–100 g  
**1<sup>59</sup>**



Jede Woche neu  
Exklusive Rabatte für  
meine 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<sup>49</sup>**  
3<sup>49</sup>

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



je 10 Stück  
**2<sup>49</sup>**

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



je 125 g  
**0<sup>99</sup>**

Golden Toast  
Dinkel Harmonie Sandwich  
1 kg = 3.05



750 g  
**2<sup>29</sup>**  
2<sup>99</sup>

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



250 g  
**1<sup>29</sup>**

Dr. Oetker Vitalis Müsli  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 4.15–7.55

je 425–600 g  
**2<sup>49</sup>**



Jacobs Cappuccino  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 8.73–12.03

je 290–400 g  
**3<sup>49</sup>**  
4<sup>29</sup>



Eduscho  
Lieblingsbohnen  
1 kg = 13.32

750 g  
**9<sup>99</sup>**  
12<sup>99</sup>



Jeden Tag  
Konfitüre Extra  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.31

Diese Woche noch billiger!

je 450 g  
**1<sup>49</sup>**  
1<sup>79</sup>



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

Diese Woche noch billiger!

je 1 l  
**0<sup>79</sup>**



Jede Woche neu  
Exklusive Rabatte für  
meine 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<sup>99</sup>**  
2<sup>29</sup>



Zentis Erdnussbutter  
Creamy oder Crunchy  
1 kg = 6.54

je 350 g  
**2<sup>29</sup>**  
2<sup>99</sup>



Sinnack Mehrkorn-  
oder Gemischte  
Brötchen  
Je 8 Stück,  
1 kg = 2.13

Diese Woche noch billiger!

je 560 g  
**1<sup>19</sup>**  
1<sup>29</sup>





PROBIER'S  
VEGAN.  
DIESEN JANUAR.

VEGANUARY



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



Vegan

250 g  
**0<sup>99</sup>**  
1<sup>29</sup>

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



Vegan

je 250 g  
**1<sup>79</sup>**  
2<sup>09</sup>

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



Vegan

je 170–180 g  
**2<sup>49</sup>**

**Sodasan Scheuermilch**  
1 l = 5.98



Vegan

500 ml  
**2<sup>99</sup>**  
3<sup>49</sup>

**Lavera Bio Dusche**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 17.45



Vegan

je 250 ml  
**3<sup>49</sup>**  
3<sup>95</sup>



**Lavera Bio Shampoo**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 15.96



Vegan

je 250 ml  
**3<sup>99</sup>**  
4<sup>99</sup>



**Lavera Bio Spülung**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 19.95



Vegan

je 200 ml  
**3<sup>99</sup>**  
4<sup>99</sup>



Jede  
Woche  
neu

Exklusive Rabatte für  
Mitglieder!



20%  
mein GLOBUS

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

**Planted. Veganes Steak**  
1 kg = 29.08



Vegan

120 g  
**3<sup>49</sup>**  
3<sup>99</sup>

**Alnatura Bio Vegane Mayo**  
1 l = 9.16



Vegan

250 ml  
**2<sup>29</sup>**



**Alnatura Bio Falafel**  
1 kg = 8.76



Vegan

170 g  
**1<sup>49</sup>**



**GLOBUS Braune Linsen**  
1 kg = 3.71

Vegan

400 g  
**0<sup>89</sup>**  
0<sup>99</sup>



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



Vegan

je 200 g  
**1<sup>29</sup>**

**Frisia Ufonauten**  
Spitztüte,  
1 kg = 19.10



Vegan

78 g  
**1<sup>49</sup>**  
1<sup>99</sup>

**Veganiz Bio Protein Choc Bar**  
1 kg = 25.80



Vegan

50 g  
**1<sup>29</sup>**  
1<sup>99</sup>



**KoRo Protein Bar**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 33.17–36.18



Vegan

je 55–60 g  
**1<sup>99</sup>**

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



Vegan

je 75–100 g  
**2<sup>29</sup>**  
2<sup>79</sup>



# Für die Erkältungszeit: Suppen, Eintöpfe und Heißgetränke

**Campofrio  
Chorizo Griller**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 9.06



je 330 g  
**2<sup>99</sup>**

**Menge  
Bio-Suppenhuhn**  
HKL A, tiefgefroren,  
1 kg = 3.08



1.200 g  
**3<sup>69</sup>**  
4<sup>59</sup>

**Leimer Mark-Klößchen oder  
vegetarische Suppen-Klößchen**  
1 kg = 7.00



je 5 x 100 g  
**3<sup>50</sup>**

**Nimm 5,  
spar dabei!**

**Krüger Day by Day**  
Verschiedene Sorten, je 18–20 Beutel,  
1 Beutel: 0.09–0.10, 1 kg: 11.19–12.43



je 144–160 g  
**1<sup>79</sup>**  
2<sup>29</sup>

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

**Suppengrün**  
Ursprung: Belgien/  
Deutschland,  
1 kg = 1.98



je 500 g-Bund  
**0<sup>99</sup>**

**Suppenzeit!**

**Insula Suppen Gewürz**  
Zutaten: Pastinaken,  
Petersilie, Karotten,  
Lauch und Sellerie,  
1 kg = 11.96



250 g  
**2<sup>99</sup>**

**Drei Glocken  
Die mag ich**  
Verschiedene  
Ausformungen,  
1 kg = 4.00



**Nimm 4,  
spar dabei!**

je 4 x 250 g  
**4<sup>00</sup>**

**Ricola Instant Kräutertee**  
Schweizer Kräutertee,  
Heiß oder kalt zu  
genießen, wohltuend  
und erfrischend,  
1 kg = 14.95



200 g  
**2<sup>99</sup>**  
3<sup>49</sup>

**GLOBUS Teller-,  
Berg- oder Rote Linsen**  
1 kg = 3.00



**Nimm 2,  
spar dabei!**

je 2 x 500 g  
**3<sup>00</sup>**

**Wurzener Gerstengraupen**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 2.58



je 500 g  
**1<sup>29</sup>**  
1<sup>59</sup>

**Knorr Bouillon**  
Verschiedene Sorten,  
ergibt 4,4–7 l,  
1 l: 0.21–0.34



je Glas  
**1<sup>49</sup>**

**Meßmer Husten- & Bronchialtee**  
9 Beutel, 1 Beutel = 0.13, 1 kg = 70.00



17 g  
**1<sup>19</sup>**  
1<sup>39</sup>

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

**Leimer Croutons**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 9.90



je 100 g  
**0<sup>99</sup>**  
1<sup>49</sup>

**Insula Lorbeerblätter**  
1 kg = 71.60



25 g  
**1<sup>79</sup>**  
1<sup>99</sup>

**GLOBUS Suppengemüse**  
Tiefgefroren



1.000 g  
**2<sup>49</sup>**

**Bünting Bio Tee**  
Verschiedene Sorten, je 20 Beutel,  
1 Beutel = 0.11, 1 kg = 57.25



je 40 g  
**2<sup>29</sup>**  
2<sup>69</sup>

**Bürger Markklößchen**  
Suppeneinlage,  
1 kg = 7.56



250 g  
**1<sup>89</sup>**  
1<sup>99</sup>

**Larco Brühe Rinderbrühe  
oder Hühnerbrühe**  
1 l = 4.68



je 340 ml  
**1<sup>59</sup>**  
1<sup>79</sup>

**Tada Brühe**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 11.40



je 350 ml  
**3<sup>99</sup>**  
4<sup>49</sup>

**Teekanne Ländertee**  
Verschiedene Sorten, je 20 Beutel,  
1 Beutel = 0.09, 1 kg = 54.00



je 35 g  
**1<sup>89</sup>**  
2<sup>29</sup>

Wein-Empfehlung

von Herrn Schawo  
(IHK-zertifizierter Weinberater)



0,75 l  
**6<sup>99</sup>**  
~~10<sup>99</sup>~~

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  
**3<sup>49</sup>**  
~~4<sup>99</sup>~~

Feudo Arancio Stemmari Sicilia DOC  
Verschiedene Rebsortenweine, trockene, fruchtbetonte Weine aus Sizilien, 1 l = 5.99



je 0,75 l  
**4<sup>49</sup>**  
~~4<sup>69</sup>~~

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  
**4<sup>99</sup>**  
~~5<sup>99</sup>~~

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  
**14<sup>99</sup>**  
~~16<sup>99</sup>~~

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



je 0,75 l  
**5<sup>49</sup>**

Abbazia Asti Fortuna DOCG 1 l = 6.65



Diese Woche noch billiger!

0,75 l  
**4<sup>99</sup>**

Bosco Dei Cirmoli Prosecco Frizzante DOC 1 l = 4.65



0,75 l  
**3<sup>49</sup>**

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



0,7 l  
**4<sup>99</sup>**

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



0,7 l  
**34<sup>99</sup>**

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



0,7 l  
**9<sup>99</sup>**  
~~11<sup>99</sup>~~

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  
**18<sup>99</sup>**

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  
**27<sup>99</sup>**  
~~31<sup>99</sup>~~

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 = 0.98 + Pfand 0.25



Diese Woche noch billiger!

je 0,5 l  
**0<sup>49</sup>**

Veltins Fassbrause Holunder oder Zitrone MW-Flasche, 1 l = 2.02 + Pfand 0.48



GLOBUS Getränkemarkt

je 6 x 0,33 l  
**3<sup>99</sup>**  
~~5<sup>09</sup>~~

Arizona Eistee Verschiedene Sorten, PET-Flasche, 1 l = 1.78 + Pfand 0.25



je 0,5 l  
**0<sup>89</sup>**  
~~0<sup>99</sup>~~

Granata Bio Granatapfelsaft 100 % Direktsaft, pfandfrei



1 l  
**4<sup>99</sup>**

Alnatura Holunderblütensirup 1 l = 9.06



300 ml  
**2<sup>99</sup>**

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



je 6 x 1,25 l  
**5<sup>99</sup>**  
~~6<sup>54</sup>~~

ZUCKERFREI  
GRATIS  
PROBIEREN!

NULL ZUCKER  
100% CASHBACK



Powerade Verschiedene Sorten, PET-Flasche, 1 l = 2.22 + Pfand 0.25



je 0,5 l  
**1<sup>11</sup>**

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



je 0,33 l  
**0<sup>99</sup>**

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



je 0,33 l  
**0<sup>99</sup>**

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



je 6 x 0,5 l  
**2<sup>49</sup>**  
~~2<sup>79</sup>~~



GLOBUS Weinfachberater

Nutzen Sie das Wissen unserer IHK-zertifizierten Weinfachberater.

\* Vom 01.01. bis 08.02.2026 erhalten die ersten 2.000 Teilnehmern/-innen täglich ab 9 Uhr einmal den Kaufpreis für eine Einzelflasche/-dose zurück. Pro Person ist maximal eine Erlösung für 2 Sorten möglich. Teilnehmende Aktionspackungen (soweit im Markt verfügbar): 0,33l EINWEG Dose, 0,4l, 0,5l, 0,85l, 1,25l und 1,5l PET EINWEG Flasche der Marken Coca-Cola light, Coca-Cola Zero Sugar, Coca-Cola Zero Sugar koffeinfrei, Fanta zero, Fanta zero Lemon, Fanta zero Mango, Fanta zero Mandarin, Fanta zero Exotic, Fanta zero Pink Grapefruit, Sprite zero, mirco mix zero, Powerade Zero, Powerade Active (Isot) und Faze Tea ohne Zucker. Teilnahmebedingungen einsehbar unter [www.zuckerfrei-probieren.de](http://www.zuckerfrei-probieren.de)

Moselland  
Müller-Thurgau  
Nahe DQW  
Trocken

1 l  
**1 99**



Original Smirnoff Ice  
10 % Vol.,  
1 l = 7.96  
+ Pfand 0.25

0,25 l  
**1 99**



Gorbatschow Lemon, Maracuja  
oder Sex on the Beach  
10 % Vol.,  
1 l = 6.03  
+ Pfand 0.25

je 0,33 l  
**1 99**



Dreh & Trink  
Verschiedene Sorten,  
85 % Gebirgsquellwasser,  
100 % Geschmack, jede Dreh und  
Trink-Sorte erfrischt  
nicht nur mit ihrem  
fruchtigen Geschmack,  
sondern überrascht auch  
durch ganz besondere  
Charakterzüge,  
1 l = 4.45,  
pfandfrei

je 0,2 l  
**0 89**  
0 99



Jack Daniel's & Cola  
oder Jack & Ginger  
10 % Vol.,  
1 l = 6.03  
+ Pfand 0.25

je 0,33 l  
**1 99**



Jim Beam White & Cola  
10 % Vol.,  
1 l = 6.03  
+ Pfand 0.25

0,33 l  
**1 99**



Gentleman Jack & Coca-Cola  
10 % Vol.,  
1 l = 9.06  
+ Pfand 0.25

0,33 l  
**2 99**  
3 69



Captain Morgan  
Original Spiced Gold & Cola  
10 % Vol.,  
1 l = 7.96  
+ Pfand 0.25

0,25 l  
**1 99**



Kelterei Possmann  
Streuobst Saft  
Mild oder Herb

je 1 l  
**1 99**  
2 29



Millonario Kuytchi  
Spirit-Drink  
40 % Vol., Geruch:  
weiche, buttrige  
Vanillenoten, ergänzt  
durch Trockenfrüchte,  
Datteln und Schokolade,  
Geschmack: Toffee,  
Milchschokolade,  
süße Datteln,  
Rosinen und Honig,  
weich und umhüllend  
im Abgang,  
1 l = 41.41

0,7 l  
**28 99**



Michel Roter  
Weinbergspfirsich  
Likör  
18 % Vol.,  
1 l = 19.99

Gutes  
von hier  
0,7 l  
**13 99**  
15 99



Martini Rosso,  
Rosato, Bianco,  
Extra Dry  
oder Fiero  
14,4–15 % Vol.,  
1 l = 9.32

je 0,75 l  
**6 99**



Captain Morgan  
Original Spiced Gold  
35 % Vol.,  
basierend auf einer  
geheimen Mischung  
karibischen Rums,  
milder Gewürze und  
natürlichen Aromen  
entsteht eine weiche  
ausgewogene  
Spirituose,  
1 l = 12.84

0,7 l  
**8 99**



Light Live Sparkling Sprizz 0,0 %  
Fruchtig, bitter-süß, ein erfrischendes,  
alkoholfreies Erlebnis,  
1 l = 6.65

3 x 0,2 l  
**3 99**



Kleiner Feigling Fruchtlikör  
20 % Vol., verschiedene Sorten,  
1 l = 15.98

je 0,5 l  
**7 99**



Kleiner Klopfer Partylikör  
16 % Vol., verschiedene Sorten,  
1 l = 17.76

je 25 x 0,02 l  
**8 88**



Berentzen Smoothie  
15 % Vol.,  
verschiedene Sorten,  
1 l = 13.98

je 0,5 l  
**6 99**  
7 99



Boente Wald Geist  
oder Holla  
die Wald Fee  
15–18 % Vol.,  
verschiedene  
Sorten,  
1 l = 5.70

je 0,7 l  
**3 99**  
4 69



Berentzen Minis  
14,5 % Vol., sortiert,  
im 24er-Gürtel,  
1 l = 20.81

24 x 0,02 l  
**9 99**  
13 99



Passoã Fruchtlikör  
17 % Vol.,  
1 l = 12.84

0,7 l  
**8 99**  
12 99



Bacardi Razz  
27 % Vol.,  
1 l = 15.70

0,7 l  
**10 99**



Bacardi Blanca  
35 % Vol., dieser  
Rum eignet sich  
durch seine milde,  
angenehme Art,  
perfekt zum Mixen  
von Cocktails sowie  
als Basis für  
Longdrinks,  
1 l = 14.27

0,7 l  
**9 99**



Three Sixty Vodka  
37,5 % Vol.,  
seinen sanften  
und stilechten  
Geschmack erhält  
Three Sixty durch  
vierfache  
Destillation,  
1 l = 14.27

0,7 l  
**9 99**



Ouzo Deka 10  
37,5 % Vol.,  
1 l = 9.99

Diese Woche  
noch billiger!  
0,7 l  
**6 99**



Rücknahme-Garantie!



globus.de/garantien

je 0,75 l

2<sup>99</sup>

**Käfer Aromatisierter, weinhaltiger Cocktail**  
Der fruchtig-frische Cocktail, mit Wein und natürlichen Aromen, verschiedene Sorten, 1 l = 3.99



Fürst von Metternich  
Piccolo Sekt  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 11.45

je 0,2 l

2<sup>29</sup>



Pfanner Tee  
Verschiedene Sorten,  
Tetra Pak,  
1 l = 0.60,  
pfandfrei



Mautner Sirup  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 4.27,  
pfandfrei



je 2 l

1<sup>19</sup><sub>1<sup>99</sup></sub>



je 0,7 l

2<sup>99</sup>



**Helles Pülleken**  
MW-Flasche,  
1 l = 2.17  
+ Pfand 0.48



Original Oettinger Glorietta ACE Saft Orange/Karotte

20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 0.85 + Pfand 3.10

**GLOBUS**  
Getränkemarkt

je Kiste

8<sup>49</sup><sub>10<sup>49</sup></sub>



je 6 x 0,33 l

4<sup>19</sup>



je 6 x 0,33 l

3<sup>99</sup>



**Original Oettinger OeTea Eistee Pfirsich oder Zitrone**  
Je 20 x 0,5 l-MW-Flasche,  
1 l = 0.90 + Pfand 3.10



**Augustiner München Hell oder Edelstoff**  
Je 20 x 0,5 l-MW-Flasche,  
1 l = 1.90 + Pfand 3.10



**GLOBUS**  
Getränkemarkt

je Kiste

8<sup>99</sup><sub>10<sup>49</sup></sub>



**GLOBUS**  
Getränkemarkt

je Kiste

1<sup>899</sup>



**Astra Urtyp oder Rotlicht**  
Je 27 x 0,33 l-MW-Flasche, 1 l = 1.46 + Pfand 3.66



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

I-O/KW03/26

**Dr Pepper**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 2.39  
+ Pfand 0.25



**Almdudler Klassik oder Zuckerfrei**  
Die österreichische Limonade besteht seit über 50 Jahren aus 32 natürlichen Alpenkräutern, die den einzigartigen Geschmack ausmachen, PET-Flasche + Pfand 0.25



**Paulaner Spezi, Spezi Zero oder Limo Orange**  
MW-Flasche,  
1 l = 2.12  
+ Pfand 0.48



**Rotbäckchen Direktsaft**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 3.56,  
pfandfrei



**Orangina**  
**Original oder Rouge**  
PET-Flasche,  
1 l = 1.98  
+ Pfand 0.25



**Schöfferhofer**  
**Weizenbiermischgetränk**  
Verschiedene Sorten,  
MW-Flasche, 1 l = 2.02  
+ Pfand 0.48



**Echter Nordhäuser Reiche Ernte**  
30 % Vol.,  
verschiedene Sorten,  
1 l = 11.98



**Ouzo of Plomari**  
40 % Vol.,  
1 l = 14.27



**Jim Beam, Red Stag, Sunshine Blend, Honey oder Apple**  
32,5-40 % Vol.,  
1 l = 15.70



**Romanza Amaretto Mandellikör**  
20 % Vol.,  
am Gaumen  
Noten von Vanille,  
Karamell und  
Marzipan,  
1 l = 8.56



**Präsentkörbe für besondere Anlässe**  
Einfach am Empfang 4 Werktage im Voraus bestellen.

# Motiviert ins neue Jahr



je 40 g  
**1 59**  
1<sup>89</sup>

**Powerbar Protein Riegel**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 39.75



je 35 g  
**0 79**  
0<sup>99</sup>

**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 = 88.78

**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**



je 90 g  
**7 99**



je 300 g  
**12 99**  
15<sup>99</sup>



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**



60 g  
**2 29**  
2<sup>49</sup>



je 120 g  
**3 99**  
4<sup>99</sup>



je 500 g  
**0 89**  
0<sup>99</sup>



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

**Best Body Nutrition Shaker**  
Schwarz  
oder pink



420 g  
**2 29**  
2<sup>79</sup>



je 280 g  
**2 49**  
2<sup>99</sup>



400 g  
**1 99**  
2<sup>99</sup>



je Artikel  
**2 99**  
3<sup>99</sup>

# Durstlöscher – wir haben was Sie brauchen



**Powerade Mountain Blast**  
1 l = 2.39 + Pfand 0.25



0,33 l  
**0<sup>79</sup>**  
0<sup>99</sup>

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



Neu  
bei uns  
je 0,33 l  
**1<sup>69</sup>**

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



Diese Woche  
noch billiger!  
je 0,5 l  
**0<sup>55</sup>**  
0<sup>69</sup>

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



je 0,33 l  
**1<sup>29</sup>**

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



je 6 x 0,5 l  
**4<sup>49</sup>**

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



Neu  
bei uns  
je 0,5 l  
**1<sup>69</sup>**

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



je 0,5 l  
**0<sup>99</sup>**

**Erdinger Alkoholfrei**  
1 l = 1.98  
+ Pfand 0.25



0,5 l  
**0<sup>99</sup>**  
1<sup>19</sup>

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



0,5 l  
**1<sup>29</sup>**  
1<sup>59</sup>

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



je Kiste  
**9<sup>99</sup>**  
11<sup>95</sup>

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



je Kiste  
**14<sup>99</sup>**

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



je Kiste  
**15<sup>99</sup>**

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



je 0,75 l  
**0<sup>99</sup>**  
1<sup>09</sup>

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



je 0,75 l  
**1<sup>39</sup>**  
1<sup>69</sup>

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



je 0,5 l  
**0<sup>99</sup>**





# JETZT Colgate® kaufen – für ein frisches Lächeln!



**Colgate Total Zahncrème**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 30.53

je 75 ml

**2<sup>29</sup>**  
2<sup>95</sup>



**Colgate Komplett Zahncrème**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 17.20

je 75 ml

**1<sup>29</sup>**  
1<sup>65</sup>



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

3er-Pack

**1<sup>49</sup>**  
1<sup>99</sup>

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



je 200–250 ml

**2<sup>99</sup>**  
3<sup>99</sup>

**Gillette Venus**  
**Comfort Spa Rasierer**  
+ 4 Klingen



je Set

**12<sup>99</sup>**  
15<sup>95</sup>

**Gillette**  
**Shave Gel**  
**Sensitive**  
1 l = 11.45



200 ml

**2<sup>29</sup>**  
2<sup>79</sup>

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



je 30–74 Stück

**15<sup>95</sup>**

**Frolic**  
**Hunde-**  
**trockenfutter**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 2.66



je 1,5 kg

**3<sup>99</sup>**

**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**  
**saft**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 17.37



je 460 ml

**7<sup>99</sup>**

**Sos**  
**Wärme**  
**pflaster**  
Stück = 2.50



2 Stück

**4<sup>99</sup>**  
5<sup>99</sup>

**Pedigree Singles Snack**  
Verschiedene Sorten und Inhalte,  
1 kg = 6.61–20.52



je 72–180 g

**1<sup>19</sup>**

**Ace**  
**Fleckenentferner**  
Mit Farbschutz,  
1 l = 2.00



2 l

**3<sup>99</sup>**  
4<sup>99</sup>

**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

**4<sup>99</sup>**

**1+1 GRATIS**

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

**Sheba**  
**Katzennassfutter**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 5.76



je 85 g

**0<sup>49</sup>**

**Glade**  
**Duftkerze**  
1 kg = 26.70



112 g

**2<sup>99</sup>**

**Cillit Bang**  
**Reiniger**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 3.32



je 750 ml

**2<sup>49</sup>**

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



je 750 ml

**1<sup>89</sup>**  
2<sup>25</sup>

**Frosch**  
**Reiniger**  
Neutral oder  
Essig



je 1 l

**1<sup>79</sup>**  
1<sup>99</sup>

Biozidprodukte vorsichtig  
verwenden. Vor Gebrauch  
stets Etikett und Produkt-  
informationen lesen.

**GLOBUS Gold**  
**Klumpstreu**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 0.92



je 12 l

**10<sup>99</sup>**  
12<sup>99</sup>

**PURINA** **felix**

## Leckere Vielfalt für kleine Racker!

**Purina Felix**  
**Soup Katzen-**  
**nassfutter**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 6.22



je 6 x 48 g

**1<sup>79</sup>**  
2<sup>25</sup>

**Purina Felix**  
**Deli Moments**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 32.25



je 4 x 10 g

**1<sup>29</sup>**  
1<sup>59</sup>

**Purina Felix**  
**Katzennassfutter Multipack**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.43



je 24 x 85 g

**6<sup>99</sup>**  
7<sup>99</sup>

**Purina Felix**  
**Katzen-**  
**trockenfutter**  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 2.75



je 2 kg

**5<sup>49</sup>**  
6<sup>89</sup>

# Für den Fall der Fälle



**Abtei A-Z Komplett**  
Stück = 0.09



40 Stück  
**349**  
299

**Doppelherz Abwehr aktiv**  
Stück = 0.19



20 Stück  
**379**  
425

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



30 Stück  
**379**  
425

**Sunlife Vitamin D3 Wochendepot**,  
Stück = 0.12



20 Stück  
**249**  
325

**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  
**599**  
699

**Doppelherz Heißgetränk**  
Verschiedene Sorten,  
1 Beutel = 0.28



je 10 Beutel  
**279**

**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  
**349**  
395

**Doppelherz Immun Kids Brausetabletten**  
Stück = 0.20



15 Stück  
**299**  
349

**Sanostol Multivitamin-Bärchen**  
Stück = 0.09



60 Stück  
**529**  
595

**Sanotact Cistus-Infektblocker Lutschpastillen**  
Stück = 0.28



30 Stück  
**849**  
899

**Dobensana Lutschtabletten**  
Verschiedene Sorten,  
Stück = 0.23



je 24 Stück  
**549**

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  
**119**

**Kaiser Bonbons**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 19.89



je 90 g  
**179**  
199

**Stérimar Nasenspray Verstopfte Nase**  
1 l = 99.80



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

50 ml  
**499**

**Emsan Nasendusche Komplett-Set + 10 Beutel Nasenspülsalz**



**1199**  
1295

**Tetesept: Vitamin D3**  
Bei Mangel an natürlichem Sonnenlicht,  
Stück = 0.05



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

50 Stück  
**229**  
299

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



20 Stück  
**349**

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  
**499**

**Tetesept: Bronchosan Hustensaft Akut**  
1 kg = 42.65



117 g  
**499**

**Tetesept: Rhinolind Nasenspray**  
1 l = 199.50



20 ml  
**399**



GLOBUS Knusper Müsli  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.99

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 500 g  
**4<sup>99</sup>**  
6<sup>78</sup>



GLOBUS Konfitüre Extra  
oder Passiert  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 5.13–5.29

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 330–340 g  
**3<sup>49</sup>**



GLOBUS Champignons  
2. Wahl, in Scheiben,  
fertig geschnitten,  
Abtropfgewicht 315 g,  
1 kg = 5.81

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 580 ml  
**3<sup>66</sup>**  
4<sup>38</sup>



GLOBUS Schwarzwurzeln  
Perfekt für Pfannengerichte,  
erntefrisch verarbeitet,  
Abtropfgewicht 320 g,  
1 kg = 5.72

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 530 ml  
**3<sup>66</sup>**  
4<sup>38</sup>



GLOBUS Sandwichgurken  
Fertig geschnitten,  
Abtropfgewicht 290 g,  
1 kg = 4.97

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 530 g  
**2<sup>88</sup>**  
3<sup>78</sup>



GLOBUS Gemüse  
Verschiedene Sorten,  
tiefgefroren,  
1 kg: 1.75–2.33

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 750–1.000 g  
**3<sup>50</sup>**



GLOBUS Pommes,  
Kroketten oder Wedges  
Verschiedene Sorten,  
tiefgefroren,  
1 l: 2.33–2.92

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 600–750 g  
**3<sup>50</sup>**



Diese Woche  
noch billiger!

GLOBUS Pommes  
Verschiedene Sorten,  
tiefgefroren,  
1 kg= 1.83

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 1.500 g  
**5<sup>50</sup>**



GLOBUS Ananas Stücke oder Scheiben  
Gezuckert, Abtropfgewicht 140 g,  
1 kg = 7.83

Nimm 3,  
spar dabei!

je 3 x 236 ml  
**3<sup>29</sup>**



GLOBUS Tortilla Wraps  
Weizen oder Vollkorn  
1 kg = 3.85

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 360 g  
**2<sup>77</sup>**



GLOBUS Kaffeesahne  
12 % Fett,  
1 kg = 4.00

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 250 g  
**2<sup>00</sup>**



GLOBUS Bourbon-Vanille Herzwaffeln  
Mit Butter,  
1 kg = 8.15

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 165 g  
**2<sup>69</sup>**  
3<sup>38</sup>



GLOBUS Himbeeren  
Tiefgefroren,  
1 kg = 10.00

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 300 g  
**6<sup>00</sup>**



Nimm 2,  
spar dabei!

GLOBUS Eistee  
Verschiedene Sorten,  
PET-Flasche,  
1 l = 0.55  
+ Pfand 3.00

Nimm 2,  
spar dabei!

je 2 x 6 x 1,5 l  
**10<sup>00</sup>**



GLOBUS  
Reines Rapsöl  
1 l = 3.99

750 ml  
**2<sup>99</sup>**  
3<sup>79</sup>



GLOBUS Leinöl  
100 % rein und  
kaltgepresst, reich an  
Omega-3-Fettsäuren,  
1 l = 7.56

250 ml  
**1<sup>89</sup>**  
1<sup>99</sup>



GLOBUS Crema  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 11.16

je 250 ml  
**2<sup>79</sup>**  
2<sup>99</sup>



GLOBUS  
Natives Olivenöl  
Extra,  
1 l = 15.98

500 ml  
**7<sup>99</sup>**  
8<sup>99</sup>



GLOBUS  
Omega-3-Salatöl  
1 l = 6.98

500 ml  
**3<sup>49</sup>**  
3<sup>69</sup>





**OHO Backpapier-Zuschnitte**  
38 x 40 cm,  
Stück = 0.04

2 x 20 Blatt  
**1<sup>50</sup>**  
2<sup>18</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

Nimm 2, spar dabei!

**OHO Aluminium-Folie**  
Vielfältig einsetzbar in der Küche, 30 cm x 3 m,  
1 m = 0.58

2 Packungen  
**3<sup>50</sup>**  
4<sup>98</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

Nimm 2, spar dabei!

**OHO Gefrierbeutel**  
3 l, Stück = 0.01

3 x 50 Stück  
**2<sup>00</sup>**  
2<sup>97</sup>\*

Nimm 3, spar dabei!

Diese Woche noch billiger!

**OHO Bio-Kompostbeutel**  
Papier, 10 l,  
Stück = 0.03

3 x 10er-Pack  
**2<sup>00</sup>**  
2<sup>97</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

Nimm 3, spar dabei!

**OHO Frischhalte- und Gefrierdosen-Set**  
Kunststoff, 6 x 90 ml,  
5 x 0,5 l, 4 x 0,75 l,  
3 x 1 l oder 2 x 2 l,  
spülmaschinengeeignet

je 2 Stück  
**5<sup>00</sup>**  
7<sup>98</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

2 Packungen!

**Aqualine Topfreiniger**  
Bunt

2 x 10er-Set  
**1<sup>50</sup>**  
1<sup>98</sup>\*

Nimm 2, spar dabei!

**Trinkglas Event**  
315 ml, stapelbar,  
spülmaschinengeeignet

6 Gläser  
**6<sup>00</sup>**

Nimm 6, spar dabei!

**OHO Destilliertes Wasser**  
Entmineralisiert nach  
VDE 0510/DIN 43530,  
1 l = 0.34

3 x 5 l  
**3<sup>00</sup>**  
5<sup>97</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

Nimm 3, spar dabei!

**OHO Fusselroller**  
Mit einer Rolle

3 Stück  
**3<sup>00</sup>**  
5<sup>97</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

Nimm 3, spar dabei!

**Duster Staubmagnet**  
Nachfüllpackung  
Mit oder ohne Duft,  
je 9 Tücher

je 2 Packungen  
**7<sup>00</sup>**  
9<sup>98</sup>\*

Nimm 2, spar dabei!

**OHO Jersey-Spannbetttuch**  
100 x 200 cm, 100 % Baum-  
wolle, verschiedene Farben

je 2 Artikel  
**10<sup>00</sup>**  
15<sup>98</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

Nimm 2, spar dabei!

**OHO Teelichte**  
Brenndauer: ca. 4 Std.,  
Stück = 0.02

2 x 100er-Pack  
**7<sup>00</sup>**  
9<sup>98</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

Nimm 2, spar dabei!

**Go Paper**  
Kopierpapier Go Copy  
DIN A4 80 g/m2,  
für alle Kopiergeräte  
und Drucker geeignet,  
100 Blatt = 0.80

500 Blatt  
**10<sup>00</sup>**  
14<sup>97</sup>\*

3 Packungen!

**OHO Mikrofaser-Kopfkissen**  
40 x 80 cm

2 Artikel  
**15<sup>00</sup>**  
19<sup>98</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

Nimm 2, spar dabei!

Auch erhältlich:  
2 Kopfkissen  
80 x 80 cm,  
20.00 (29.98)

**Packband**  
Transparent  
oder Braun  
48 mm x 60 m,  
1 m = 0.02

je 3 Artikel  
**3<sup>00</sup>**  
4<sup>47</sup>\*

Nimm 3, spar dabei!

**Collegeblock**  
70 g/m², 80 Blatt,  
kariert oder liniert,  
mit Doppelrand,  
verschiedene  
Motive

je 2 Artikel  
**2<sup>00</sup>**  
3<sup>58</sup>\*

Nimm 2, spar dabei!

**OHO 4 Jahreszeiten-Bett**  
Bezug: 100 % Polyester-Mikrofaser,  
Füllung: 500 g + 700 g silikonisierte  
Polyesterhohlfaser, waschbar  
bis 95 °C, 135 x 200 cm

2 Artikel  
**35<sup>00</sup>**  
49<sup>98</sup>\*

Diese Woche noch billiger!

Nimm 2, spar dabei!

Auch erhältlich:  
2 Einziehidecken  
25.00 (35.98)

Alle Artikel ohne Dekoration \*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  
**69<sup>99</sup>**  
~~199<sup>00</sup>\*~~



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  
**34<sup>99</sup>**  
~~109<sup>00</sup>\*~~



Induktion



Passend dazu:  
Dichtungsring  
Ab 9.99

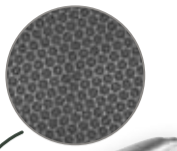
**Pfanne**  
Edelstahl, antihafbeschichtet, Wabenstruktur,  
kratzfest, backofengeeignet bis 210 °C,  
Ø 20 cm: **9.99** (24.99\*),  
Ø 24 cm: **12.99** (27.99\*),  
Ø 28 cm: **14.99** (29.99\*) oder  
**Wokpfanne**  
Ø 28 cm:  
**17.99** (29.99\*)

ab  
**9<sup>99</sup>**  
~~24<sup>99</sup>\*~~



BRATmaxx

Induktion



**Servierpfanne**  
Aluguss, antihafbeschichtet, 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  
**19<sup>99</sup>**  
~~59<sup>90</sup>\*~~



Induktion



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

ab  
**3<sup>99</sup>**  
~~9<sup>99</sup>\*~~



**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  
**3<sup>99</sup>**  
~~6<sup>49</sup>\*~~



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  
**4<sup>99</sup>**  
~~12<sup>90</sup>\*~~



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  
**2<sup>50</sup>**



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

ab  
**1<sup>50</sup>**  
~~2<sup>49</sup>\*~~



**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  
**1<sup>00</sup>**



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

Je Artikel  
**1<sup>50</sup>**



**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  
**2<sup>00</sup>**  
~~2<sup>99</sup>\*~~



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

ab  
**1<sup>50</sup>**  
~~2<sup>49</sup>\*~~



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

ab  
**4<sup>00</sup>**  
~~6<sup>99</sup>\*~~



**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  
**3<sup>00</sup>**  
~~5<sup>49</sup>\*~~



\*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, antihafbeschichtet, 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 antihafbeschichtet 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, spülmaschinegeeignete Trommeleinsätze, integrierte Kabelaufwicklung

Zum Reiben, Raspeln und Hobeln

ADE

**39.99**

**Sandwichtoaster ST-109562.17**  
900 W, antihafbeschichtet, mit Kontrollleuchte und Anti-Rutsch-Füßen: **19.99** (34.90\*) oder **Doppel-Waffeleisen WM-123356 mit Herzform** 1.200 W, antihafbeschichtet, 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, Fettablauftrinne 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**

**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**



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

je Artikel  
**9<sup>99</sup>**

by Louise



Modellbeispiele

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

je 3er-/4er-Pack  
**9<sup>99</sup>**



**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**  
NATURLICH. PERFEKT. MIT SEIL.  
ab  
**9<sup>99</sup>**  
**14<sup>95</sup>\***



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

je Artikel  
**6<sup>99</sup>**  
**14<sup>99</sup>\***



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  
**12<sup>99</sup>**  
**14<sup>99</sup>\***



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

je 2er-Pack  
**7<sup>99</sup>**  
**14<sup>99</sup>\***

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  
**14<sup>99</sup>**  
**39<sup>95</sup>\***



**SALE**  
**SALE**  
**SALE**

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

**bruno banani.**  
NOT FOR EVERYBODY

je 2er-Pack  
**12<sup>99</sup>**  
**19<sup>95</sup>\***



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

je 10er-Pack  
**12<sup>99</sup>**



**! 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  
**5<sup>99</sup>**  
**6<sup>99</sup>\***

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  
**6<sup>99</sup>**  
**7<sup>99</sup>\***

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  
**3<sup>99</sup>**  
**4<sup>99</sup>\***

Diese Woche  
noch billiger!



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



je 5er-Pack  
**6<sup>99</sup>**  
**7<sup>99</sup>\***

Diese Woche  
noch billiger!



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



je 10er-Pack  
**8<sup>99</sup>**  
**9<sup>99</sup>\***

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  
**9<sup>99</sup>**  
24<sup>95\*</sup>

**CASTELL**  
BETTWÄSCHE

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

je Garnitur  
**5<sup>99</sup>**

**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  
**4<sup>99</sup>**

**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**

**19<sup>99</sup>**  
59<sup>90\*</sup>

**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  
**10<sup>99</sup>**

Solange  
der Vorrat  
reicht

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

je Artikel  
**4<sup>99</sup>**

**Hochwertiges Geschirrtuch**  
50 x 70 cm, verschiedene Qualitäten  
und Designs

**ROSS**  
since 1897

je Artikel  
**1<sup>99</sup>**  
4<sup>95\*</sup>

**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  
**2<sup>99</sup>**

**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  
**7<sup>99</sup>**  
14<sup>99\*</sup>

Solange  
der Vorrat  
reicht

\*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

**GLOBUS Idar-Oberstein informiert:**



## Jetzt schlemmen und sparen

### Der Neue ist da!

Schlemmerblock 2025/2026 für die Region Bad Kreuznach & Umgebung und Kusel/Birkefeld & Umgebung

Erhältlich an unserem Zeitschriften-Shop in der Passage.

je Block  
**12<sup>99</sup>**



## Die GLOBUS Geschenke-Box für Kinder

- Und so geht's:
- Leere Geschenke-Box nehmen
  - Wunschartikel in unserer Spielwarenabteilung zusammen stellen
  - Box befüllt an einen unserer Mitarbeitenden zurück geben

**Haben Sie weitere Fragen zur genauen Vorgehensweise?**  
**Dann sprechen Sie uns einfach in der Spielwaren-**  
**abteilung an, wir helfen Ihnen gerne weiter.**



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 Empfang<sup>1</sup>
- Auf globus.de



globus.de/meinglobus

<sup>1</sup>Bitte 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 Fertigergericht**  
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 • REPARATUR

**Batterie leer –  
kein Problem**

**Fachgerechter  
Batteriewechsel**

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

**7.99**

Inklusive Gehäusereinigung  
und Dichtungsringpflege

**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



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 St. Wendel  
GmbH & Co. KG  
Markthalle Idar-Oberstein

Zwischen Wasser 13, an der B 41,  
55743 Idar-Oberstein  
Telefon: 06784 80-0

globus.de/idar-oberstein  
info-mhi-o@globus.de

Gesellschaftssitz:  
Am Wirthembösch,  
66606 St. Wendel

**Markthalle + Getränkecenter:**  
Mo–Do: 08.00–20.00 Uhr  
Fr–Sa: 08.00–21.00 Uhr

**Waschstraße:**  
Mo–Sa: 09.00–18.00 Uhr

Sonn- und feiertags geschlossen



**Jetzt die GLOBUS  
App entdecken**

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

**Tanke  
schön**

**Bis zu 4 Cent pro  
Liter sparen**

Erfahren Sie mehr unter  
globus.de/tankeschoen

globus.de     



**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

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



Glutenfrei



Vegan



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



Glutenfrei



Vegan



## 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

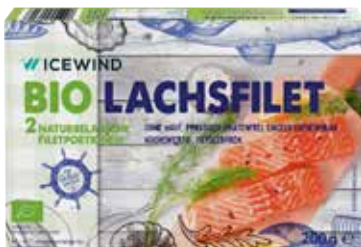
Lachs aus dem Tiefkühler nehmen und im Kühlschrank schonend auftauen lassen. Soba-Nudeln ca. 4 Minuten in ausreichend Salzwasser kochen und abgießen. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Chili waschen, entkernen und fein hacken. Knoblauch, Ingwer und Chili mit Essig, etwas Salz und Pfeffer,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

