



Echt gut gemacht.

St. Wendel

Wir finden, probieren  
muss sich lohnen!GLOBUS Lyoner  
Im Ring, mit PhosphatProbierpreis  
1 kg  
**6,90**  
7,00GLOBUS Bratwurst  
mit Rahmwirsing und  
Kartoffelstampf**5,00**Romatomaten  
Ursprung Spanien,  
Sorte siehe Etikett,  
KL I, 1 kg = 1.98500 g-Schale  
**0,99**Orangen  
Ursprung Spanien,  
Sorte siehe Etikett,  
KL I, 1 kg = 1.004 kg-Beutel  
**3,99**Scheibenfrostschutz  
Frostsicher bis -20 °C,  
1 l = 1.005 l  
**4,99**ab  
**6,99**  
17,99\*3er-Set  
4er-SetKlarsichtboxen-Set  
Kunststoff, verschiedene  
Größen und Farben,  
je 3er- oder 4er-Set:  
von **6,99** (17,99\*)  
bis **8,99** (25,99\*)3er-Set  
4er-SetLacoste Herren-Retros  
95 % Baumwolle,  
5 % Elasthan oder  
-T-Shirts  
100 % Baumwolle,  
verschiedene Größen  
und Farben3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er-Set3er-Set  
4er

Viel gespart zum Jahresstart:

## GÜNSTIG gibt's bei GLOBUS

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

Passend dazu:  
Senseo Entkalker  
CA6520/00  
5.99 (6.99\*)



**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\*

Treteimer Paso  
Kunststoff, verschiedene  
Farben und Modelle,  
6 l: je 9.99 (10.49\*),  
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\*)



1. Klappritt  
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\*)



**KESPER**  
KITCHEN AND HOME  
ab  
**4,99**  
17,99\*

Glas-Frischhaltebox  
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\*

Jetzt die GLOBUS  
App entdecken



[globus.de/app](http://globus.de/app)

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



je 110-140 g  
**1,69**

Feinkost Popp Veganer Feinkostsalat  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 10.60



**1,59**  
1,99



Alpro Nuss-Drink  
Verschiedene Sorten



**1,99**



**Glutenfrei**  
**Vegan**



je 450-500 g  
**2,49**



je 240-380 g  
**2,22**



je 100-111 g  
**2,22**



je 120-126 g  
**3,59**



**2,99**



**Vegan**

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

je 400-425 g  
**1,19**



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

je 160-215 g  
**1,99**



Ritter Sport Tafelschokolade  
Bunte Vielfalt  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 9.50



je 100 g  
**0,95**

Knorr Schlemmersauce  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 3.96

je 250 ml  
**0,99**



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

je 130-175 g  
**1,19**



je 200 g  
**1,69**

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**



**Oreo**

je 96-157 g  
**1,29**

TEILNAHMEBEDINGUNGEN:  
Gegen Vorlage dieses Coupons  
erhalten Sie 1€ Sofortrabatt  
beim Kauf von mindestens 3  
Knoppers Schnitten oder Knoppers  
riegel Produkten (gültig für das  
gesamte Knoppers Schnitten  
(Bei) und Knoppers Riegel (Sei)  
Sortiment, Verfügbarkeit im Markt  
vorausgesetzt) direkt an der  
Kasse. Nicht alle aufgezählten/  
abgebildeten Artikel sind jederzeit  
verfügbar. Nur jeweils 1 Coupon pro  
Kauf einlösbar. Coupen einlösung  
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

**Knoppers  
PICK & MIX**

3 kaufen  
**1€  
SOFORT  
RABATT**  
mit Coupon!



9 823 294 181 009

Bärenmarke  
Frischer Kakao  
oder Eiskaffee  
Verschiedene Sorten



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

Bärenmarke  
Frische Schlagsahne  
Wärmebehandelt,  
mind. 32 % Fett,  
1 kg = 5.18

500 g  
**2 59**



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



je 1 l  
**1 49**



Schwarmstedter Kartoffeltaschen  
Verschiedene Füllungen, tiefgefroren,  
1 kg = 7.63



je 300 g  
**2 29**  
2<sup>99</sup>

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



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

Exquisa Quark-Genuss  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 2.98

je 500 g  
**1 49**



Ehrmann  
Früchte-, Vanille- oder Grießtraum  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.39

je 115 g  
**0 39**



Vosko Hähnchen Nuggets im Backteig  
Tiefgefroren



1 kg  
**5 99**

Salakis Schafsweichkäse  
aus 100 % Schafmilch  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 8.45–11.27



je 150–180 g  
**1 69**

Ferrari Parmigiano Reggiano, Pecorino  
Romano oder Grana Padano  
Italienischer Hartkäse, am Stück oder gerieben,  
verschiedene Sorten, mind. 33 % Fett i. Tr.,  
1 kg: 23.27–24.93

je 150–175 g  
**3 49**



Mini Babybel Halbfester Schnittkäse  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 15.90

je 5 x 20 g  
**1 59**



Mini Berliner  
24 Stück, tiefgefroren, mit Himbeerfüllung,  
1 kg = 8.30



Diese Woche  
noch billiger!

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



je 155–185 g  
**0 99**

Nadler Garnelen Salat  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 18.32

je 125 g  
**2 29**  
2<sup>99</sup>



Meica Curry King  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 8.14

je 220 g  
**1 79**  
2<sup>99</sup>



Innocent Orangensaft mit  
oder ohne Fruchtfleisch  
Verschiedene Sorten,  
PET-Flasche,  
1 l = 2.77  
+ Pfand 0.25



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



je 360–500 g  
**1 79**

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

je 240–400 g  
**1 69**



Palmin Reines Kokosfett  
Rein pflanzlich,  
1 kg = 7.16

250 g  
**1 79**



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



je 150 g  
**2 29**



Unser GLOBUS Memo-Spiel

Jetzt mitspielen und gewinnen unter [globus-memo.de](http://globus-memo.de)

# Kleine Preise großes Wow!

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



je Packung  
**2,22**

Regina Toilettenpapier  
Kamille, 3-lagig, 1.200 Blatt, 1.000 Blatt = 2.49



Palmolive Duschgel  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 3.52



Meica  
Wiener, Frankfurter,  
Geflügelwurst oder  
Schinkenwürstchen  
Abtropfgewicht 250 g,  
1 kg = 11.96



Haribo Minis  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 5.97–8.14



Harry Eiweißbrot  
1 kg = 3.78



500 g  
**1,89**  
2<sup>99</sup>

D'arbo NATUREIN Konfitüre  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 6.64



je 450 g  
**2,99**

Suchard Express Kakao  
1 kg = 6.23



400 g  
**2,49**

Bertolli Natives Olivenöl extra  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 11.98



je 500 ml  
**5,99**

Ibis 8 Schokobrötchen  
1 kg = 5.25



Diese Woche  
noch billiger!

360 g  
**1,89**  
1<sup>99</sup>

Maggi Würze  
Das gewisse Tröpfchen Etwas,  
1 l = 9.85



Hengstenberg  
Mildessa oder Rotessa

Je 2 Portionen, Abtropfgewicht 285 g,  
1 kg = 3.89



je 314 ml  
**1,11**

Zabler Hochzeit Nudeln oder Paradiso Bio  
Verschiedene Ausformungen,  
1 kg = 4.58



je 500 g  
**2,29**

Bonduelle Feine Auslese

Verschiedene Sorten,  
Abtropfgewicht 220–280 g,  
1 kg: 4.61–5.86



je 425 g  
**1,29**  
1<sup>79</sup>

Hawesta Heringsfilets  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 6.45



je 200 g  
**1,29**

Lorenz Saltletts  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 4.44–6.34



je 175–250 g  
**1,11**

Feinkost Dittmann  
Pfefferonen

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



Dr. Oetker  
Seelenwärmer Pudding  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 15.08–15.34



je 58–59 g  
**0,89**

Werthers Original  
Popcorn oder Caramel Bites  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 12.79



je 140 g  
**1,79**  
1<sup>99</sup>

Light Live  
Rot, Weiß oder Rosé  
Alkoholfrei,  
fruchtig und leicht,  
1 l = 3.59



je 0,75 l  
**2,69**

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



je 0,75 l  
**4,99**

Averna Amaro  
29 % Vol., ist einer der  
wenigen Kräuterliköre,  
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  
**10,99**

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



je 0,7 l  
**11,99**

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



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



je 0,5 l  
**0,99**

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



je Kiste  
**15,99**

Karlsberg Alkoholfrei  
Verschiedene Sorten,  
MW-Flasche,  
1 l = 2.52  
+ Pfand 0.48



Gutes  
von hier

je 6 x 0,33 l  
**4,99**

Warsteiner Bier  
Verschiedene Sorten, auch Alkoholfrei,  
je 20 x 0,5 l/24 x 0,33 l-MW-Flasche,  
1 l: 1.10/1.39 + Pfand 3.10/3.42



Fa Dusche  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 4.44



je 250 ml  
**1,11**

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

je 200–250 ml  
**1,99**



Tönissteiner Mineralwasser  
Verschiedene Sorten, je 12 x 0,75 l-MW-Flasche,  
1 l = 0.42 + Pfand 3.30



je Kiste  
**3,79**

Aquintell Mineralwasser oder Lemon  
Verschiedene Sorten, je 12 x 1 l-PET-Flasche,  
1 l = 0.29 + Pfand 3.30



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



Pril  
Handgeschrirrspülmittel  
Verschiedene Sorten,  
1 l: 1.91–2.87



je 450–675 ml  
**1,29**

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  
**6,99**



Cesar  
Hundenassfutter  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 5.00

je 150 g  
**0,75**

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



je 28–38 WL  
**1,59  
1,95**

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

je 80–100 WL  
**12,99**



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

je 200–250 g  
**3,99  
4,59**



# SNACK DICH FIT

## GEWINNE MIT

je Stück  
**0,79**



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



JETZT  
TEILNEHMEN

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

je Stück  
**0,59**

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

**2x PREMIUM  
KÜCHENMASCHINE**

**300x JAHRESABO  
FÜR PREMIUM  
GESUNDHEITSAPP**



Aktionstermin: 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://zespri.com/de-de/gewinnspiel)



300 g-Schale  
**2,22**

Premium Mini-Bananen  
Ursprung Ecuador,  
1 kg = 7.40

3er-Schale  
**1,99**

Passionsfrüchte  
Ursprung Kolumbien



je 125 g-Schale  
**0,99**

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



800 g-Schale  
**1,99**

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

Allergiker-  
freundlich



Wirsing  
Ursprung Italien,  
KL I



1 kg  
**1,39**



GLOBUS Bio Gurken  
Ursprung Spanien, KL II



pro Stück  
**1,11**



Buschbohnen  
Ursprung Marokko, KL I,  
1 kg = 3.98



500 g-Beutel  
**1,99**

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

je 500 g-Beutel  
**1,49**



Süßkartoffeln orangefleischig  
Ursprung Ägypten/USA,  
Sorte Covington

je kg  
**1,49**



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

je 400 g-Schale  
**1,69**



Speisezwiebeln gelb  
Ursprung Deutschland/  
Neuseeland, KL I

je 1 kg-Netz  
**1,00**



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



126 g  
**1,79  
2,59**



Alnavit Bio Haferflocken  
1 kg = 4.42

450 g  
**1,99  
2,49**



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

je 80–250 ml  
**1,49**



# GLOBUS

## Meisterbäckerei



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

Herr Bolmus,  
Bäckergeselle

GLOBUS Steinofenbrot

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

1.000 g  
**320**



### Snackinsel

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

1 Stück GLOBUS Plunder  
+ 1 Kaffee nach Wahl

Kombiangebot



**349**

Elsässer Brötchen

pro Stück  
**120**

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

280 g  
**265**



GLOBUS Dinkelzwilling  
Dinkelbrot,  
1 kg = 4.80

750 g  
**360**



GLOBUS Vollkornbrötchen  
Stück = 0.48

4 Stück  
**190**

4 kaufen –  
nur 3 bezahlen!

GLOBUS Weizenbrötchen  
Zum Aufbacken,  
Stück = 0.18

10 Stück  
**179**



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

4 Stück  
**365**



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

je 620–820 g  
**599**



GLOBUS Donauwelle  
Mit Motiv,  
1 kg = 18.08

260 g  
**470**



GLOBUS Butter-Streuselkuchen  
Mit Vanillecreme,  
ein ganzer Kuchen,  
1 kg = 7.57

700 g  
**530**



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

4 Stück  
**399**



### GLOBUS Restaurant

essen  
gratis\*

Bei GLOBUS sind die Kleinsten die Größten

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

#### An unserer Sushitheke

So entsteht  
unser Sushi



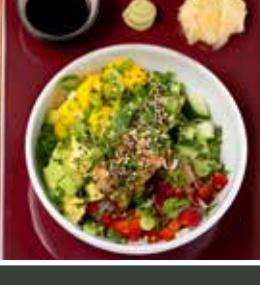
GLOBUS Inside Out  
mit gekochtem Lachs  
Mit Sushi-Reis, Gurke  
und Kresse,  
1 kg = 26.81

298 g  
**799**



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

321 g  
**750**



Kohlroulade  
mit Bratensauce,  
dazu Salzkartoffeln

Auszeichnung für  
Küchenmeister  
Kohlroulade

**750**



#### Wochengerichte

Putenschnitzel  
mit Kohlrabigemüse  
und Pommes frites

**1050**



Hähnchengeschnetzeltes  
Zürcher Art  
mit Spätzle

**950**



Montag

Käsespätzle  
mit kleinem Beilagensalat

**850**



Dienstag

Schweinefilet  
mit Rahmsauce,  
Mischgemüse  
und Röstiitaler

**1050**



Mittwoch

Schweizer Schnitzel  
dazu Pommes frites

**1000**



Donnerstag

Gebratenes Zanderfilet  
auf Grillgemüse,  
dazu Kräuterreis

**1150**



Freitag

Hirschgulasch  
mit Wurzelgemüse  
in Rotwein geschmort,  
dazu Knödel

**1250**



Samstag



Informationen zu Allergenen und Zusatzstoffen entnehmen  
Sie bitte den Aushängen in unserem GLOBUS Restaurant.

# GLOBUS

## Fachmetzgerei

1 kg  
**8,90**

GLOBUS Biergartenbraten  
Mit Bergkäse, Kochschinken\*  
und Alpensalz

GLOBUS Backofenbraten  
Verschiedene Variationen,  
vom Schwein

je kg  
**8,90**

Herrn Grimms  
Wurst-Empfehlung:



100 g  
**1,49**

Sport Salami

1 kg  
**7,90**

GLOBUS Zupfbraten  
Vom saftigen Schweine-  
hinterschinken, in der  
Backofenschale

1 kg  
**8,90**

Cordon bleu\*  
Vom Schwein

GLOBUS Schweinegeschnetzeltes  
Verschieden mariniert

je kg  
**7,90**

GLOBUS  
Schwartenmagen  
In Scheiben

1 kg  
**8,90**

GLOBUS Wurstpaket  
5 Wiener\* +  
5 Rohesser

Probierpreis  
pro Paket  
**7,00**  
7,1



GLOBUS Hackbraten  
Nach Hausfrauen Art,  
in der Backform,  
zum Selberbacken

1 kg  
**8,90**

GLOBUS Kalbsleberwurst  
Streichzart, im Golddarm



Kalbsbrust  
Gefüllt mit Mett

1 kg  
**11,90**



Schweinerouladen  
Geschnitten

1 kg  
**8,90**



GLOBUS Schinkenspeck  
Mild gesalzen  
und geräuchert,  
geschnitten

100 g  
**1,49**



1 kg  
**6,90**



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

GLOBUS Hausmacher  
Blut- oder Leberwurst  
Im Ring



GLOBUS Kaiserbraten  
Vom Kasseler Stielkotelett,  
ohne Knochen

1 kg  
**6,40**



GLOBUS Rinderrouladen  
Vom Charolais-  
Jungbullen

1 kg  
**15,90**



GLOBUS Suppenfleisch  
Vom Charolais-Jungbullen,  
aus dem Brustkern

1 kg  
**11,90**



Julie und Gerard Van Landschoot,  
unsere langjährigen Partner aus Flandern

je kg  
**6,90**

So entsteht unsere  
Blut- & Leberwurst



**Bestes Schweinefleisch  
aus Flandern**

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

GLOBUS Kohlrouladen  
Küchenfertig

1 kg  
**13,90**

\*Mit Phosphat



GLOBUS Hautmacher  
Bratwurst  
Grob

1 kg  
**5,90**

Jetzt noch  
günstiger!



GLOBUS Schweine-  
spießbraten  
Vom frischen  
Schweinekamm

1 kg  
**8,90**



# GLOBUS

## Fischtheke

Viktoriaseebarschfilet  
Ideal zum Braten, festes Fleisch,  
aromatischer Geschmack

100 g  
**1,69**

100 g  
**1,19**

Heringshappen in  
Dillcreme  
Heringsfilet in einer  
Dill-Joghurtcreme

Frau Weningers  
Fisch-Empfehlung:



100 g  
**1,29**

ZERTIFIZIERTES  
NACHHALTIGES  
FISCHEINWÄRT  
MSC  
www.msc.org

### Kabeljaufilet- Portionen

Ohne Haut, aufgetaut, aus MSC-  
zertifizierter Fischerei

100 g  
**1,69**

Geräucherte Forelle  
Besonders saftig durch  
die Heißräucherung

100 g  
**1,69**

Kabeljau  
Ohne Kopf, aus MSC-  
zertifizierter Fischerei

Shrimpscocktail Miami  
Mit exotischen Früchten,  
in sahnigem Dressing



100 g  
**1,99**

Thunfisch-Frischkäsezubereitung  
Doppelrahmstufe im  
Milchanteil



100 g  
**1,00**

VON HAND  
MIT HERZ  
GLOBUS

Seealgenzubereitung  
Ideal als Beilage zu gebratenem  
Fisch, aufgetaut, mariniert



100 g  
**1,49**

Matjesdoppelfilet  
Aus MSC-zertifizierter  
Fischerei



pro Stück  
**1,59**

ZERTIFIZIERTES  
NACHHALTIGES  
FISCHEINWÄRT  
MSC  
www.msc.org

je 100 g  
**3,99**

Lachsspezialität  
Verschiedene Sorten



### Frau Pfeifers Käse-Empfehlung:



100 g  
**1,69**

### Taleggio DOP

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



100 g  
**1,99**

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

100 g  
**1,00**

VON HAND  
MIT HERZ  
GLOBUS

100 g  
**1,69**

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

100 g  
**1,59**

### GLOBUS Käsetheke



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  
**0,99**

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**



globus.de/kaesetheke

Brie Mariotte

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

100 g  
**1,39**



GLOBUS Zupfbrot  
Kochschinken-Käse

Weizenmischbrot, gefüllt mit  
pikanter Kräuterpaste,  
würzigem Käse und  
saftigem Schinken,  
1 kg = 9.62



520 g  
**5,00**

VON HAND  
MIT HERZ  
GLOBUS

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



je 105-140 g  
**1,49**  
1,89



Schwälchen Körfez Joghurt  
3,5 % oder 10 % Fett

je 1 kg  
**2,19**  
2,69



Zum Dorfkrug Dessert  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 5.31



Vegan  
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 = 3.27

je 150 g  
**0,49**  
0,99



GLOBUS  
Stremelachs  
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

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



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



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



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



Vegan  
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: 2.39-4.30



je 300-540 g  
**1,29**



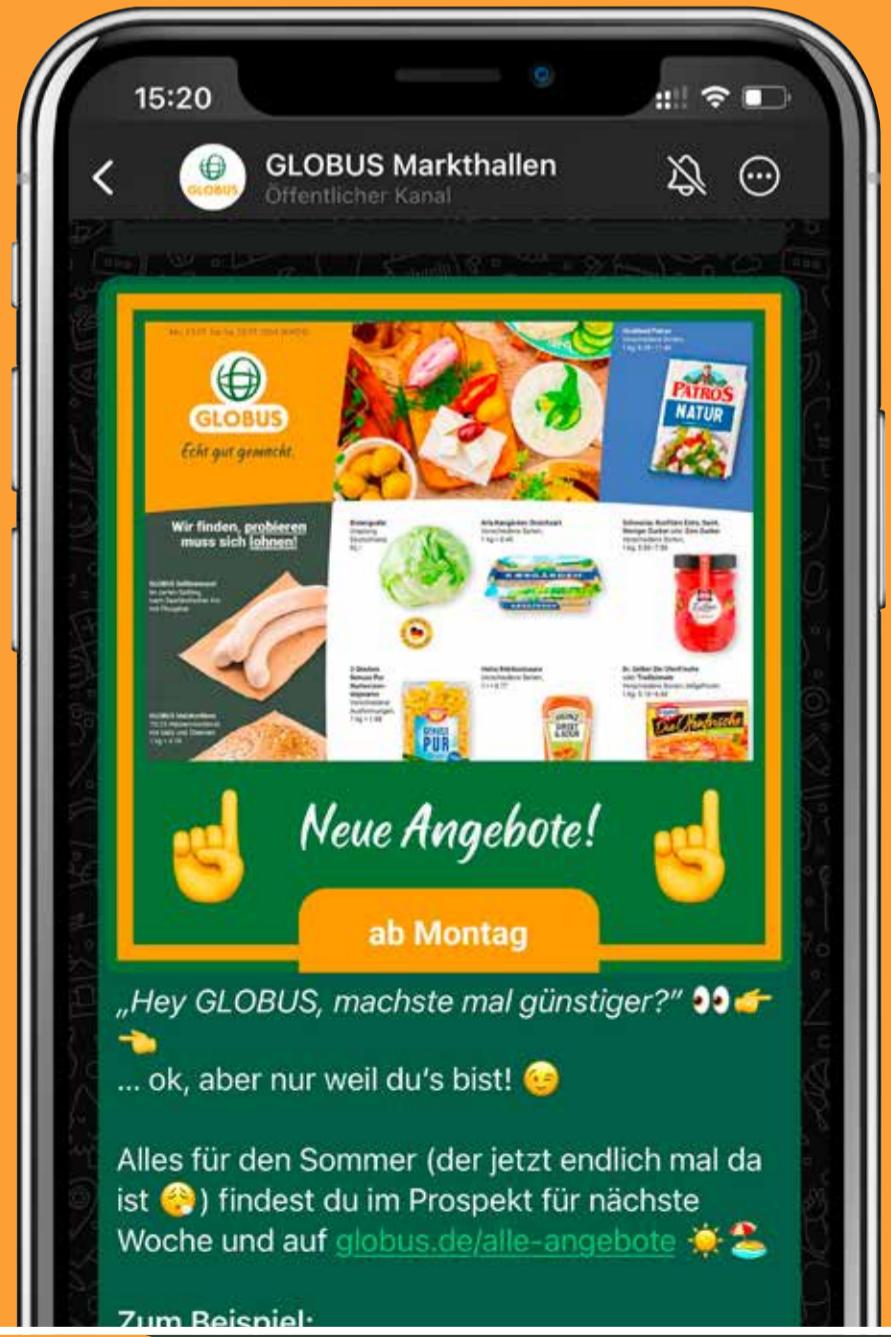
# WhatsApp-Kanal

# Exklusive Einblicke

# Infos als Erstes

# globus.de/whatsapp

**Jetzt Kanal abonnieren**



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



je 120–150 g  
**111**



Brunch  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 6.43



je 185 g  
**119**  
1<sup>99</sup>

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



je 125 g  
**149**  
2<sup>99</sup>

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



je 1 l  
**111**  
1<sup>99</sup>

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



je 125–200 g  
**229**

Berchtesgadener Land Topfen  
Bayerischer Speisequark,  
Mager-, Halbfett- oder Rahmstufe,  
1 kg = 3.52



Herta Genuss Momente  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 12.90–16.13



je 80–100 g  
**129**

**Jede Woche neu**

**Exklusive Rabatte für 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  
**249**  
3<sup>49</sup>

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



je 10 Stück  
**249**

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

Jeden Tag Salami  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 7.45



je 200 g  
**149**

Diese Woche  
noch billiger!

Jeden Tag  
Konfitüre Extra  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.31



Diese Woche  
noch billiger!

je 450 g  
**149**  
1<sup>79</sup>

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



Diese Woche  
noch billiger!

je 1 l  
**079**

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



Diese Woche  
noch billiger!

je 560 g  
**119**  
1<sup>29</sup>

**Jede Woche neu**

**Exklusive Rabatte für 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.



Jacobs Cappuccino  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 8.73–12.03



je 290–400 g  
**349**  
4<sup>29</sup>

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



je 75–100 g  
**199**  
2<sup>99</sup>

Zentis Erdnussbutter  
Creamy oder Crunchy  
1 kg = 6.54



je 350 g  
**229**  
2<sup>99</sup>



je 750 g  
**999**  
12<sup>99</sup>



je 350 g  
**229**  
2<sup>99</sup>



**PROBIER'S  
VEGAN.  
DIESEN JANUAR.**  
**VEGANUARY** ❤



**bewusst leben**

Sodasan Scheuermilch  
1 l = 5.98



Vegan  
500 ml  
**2.99**  
3.49

Lavera Bio Dusche  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 17.45

Vegan  
je 250 ml  
**3.49**  
3.95



Lavera Bio Shampoo  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 15.96

Vegan  
je 250 ml  
**3.99**  
4.49



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

Vegan  
250 g  
**0.99**  
1.29

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

Vegan  
je 250 g  
**1.79**  
2.09

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

Vegan  
je 170–180 g  
**2.49**

Lavera Bio Spülung  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 19.95

Vegan  
je 200 ml  
**3.99**  
4.49



**Jede  
Woche  
neu**  
Exklusive Rabatte für  
mein GLOBUS Mitglieder!

**20%**  
mein GLOBUS

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



Planted. Vegane Filetwürfel  
Classic, 1 kg = 17.45

Vegan  
200 g  
**3.49**  
3.99

GLOBUS Braune Linsen  
1 kg = 3.71



Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

Planted. Veganes Steak  
1 kg = 29.08

Vegan  
120 g  
**3.49**  
3.99

Alnatura Bio Vegane Mayo  
1 l = 9.16

Vegan  
250 ml  
**2.29**

Alnatura Bio Falafel  
1 kg = 8.76

Vegan  
170 g  
**1.49**

Vegan  
400 g  
**0.89**  
0.99

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

Vegan  
je 200 g  
**1.29**

Frisia Ufonauten  
Spitztüte,  
1 kg = 19.10

Vegan  
78 g  
**1.49**  
1.99



Veganz Bio Protein Choc Bar  
1 kg = 25.80

Vegan  
50 g  
**1.29**  
1.99

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

Vegan  
je 55–60 g  
**1.99**

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

Vegan  
je 75–100 g  
**2.29**  
2.79

**PLÖPP & RIDE!**  
JETZT 1 VON 5  
LASTENRÄDERN  
GEWINNEN!

**VEGANUARY**

So geht's:  
1. nimm2 soft Beutel im Aktionszeitraum kaufen  
2. Foto des Kassenbons hochladen  
3. Sofort erfahren, ob Du gewonnen hast.

Stork Nimm2 Soft  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.90

je 345 g  
**1,69**



Zahlraum 12.01.2026 - 18.01.2026  
5 El. 1.000 L. 1.000 B. 1.000 P.  
1.000 K. 1.000 M. 1.000 N. 1.000 O.  
1.000 P. 1.000 Q. 1.000 R. 1.000 S.  
1.000 T. 1.000 U. 1.000 V. 1.000 W.  
1.000 X. 1.000 Y. 1.000 Z.

Fritt Kaustreifen  
Verschiedene Sorten,  
mit Vitamin C,  
1 kg = 9.86

je 70 g  
**0,69**



Wrigley's Extra Refreshers  
Verschiedene Sorten,  
Stück = 0.08

je 35 Stück  
**2,69**  
2,99



Ferrero Nutella B-ready  
1 kg = 13.56



Lotus Biscoff  
Das Original Karamellgebäck  
1 kg = 7.45

Nestlé Schokoriegel  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 11.85–15.08

Stork Merci Petits  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 15.12

Nestlé After Eight  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 12.45



200 g  
**1,49**



je 132–168 g  
**1,99**



je 125 g  
**1,89**  
1,99



je 200 g  
**2,49**

Küchle Knabber-Esspapier  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 27.60

Funny-frisch  
Pop- oder  
Linsenchips  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 16.56–18.63

Funny-frisch  
Goldfischli  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 11.10

Lorenz NicNac's  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 9.00



je 25 g  
**0,69**  
0,99

je 80–90 g  
**1,49**



je 100 g  
**1,11**



je 110 g  
**1,19**



Jede Woche neu  
Exklusive Rabatte für  
mein GLOBUS Mitglieder!

20% mein GLOBUS

GLOBUS Weizenmehl  
Type 405 oder 550 oder  
Dinkelmehl  
Type 630, je 1 kg



Birkel Mezzi  
Hartweizen-  
teigwaren  
Verschiedene Ausformungen,  
1 kg = 2.58

je 500 g  
**1,29**  
1,99



Pfanni Kartoffelpüree  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 10.14



Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

Kühne Schlemmertöpfchen  
Verschiedene Sorten, extra knackig,  
Abtropf-  
gewicht 300 g,  
1 kg = 9.97

Leimer  
Backerbsen  
1 kg = 6.45



je 580 ml  
**2,39**



200 g  
**1,29**

Del Monte Obstkonserve  
Verschiedene Sorten,  
Abtropfgewicht  
470–510 g,  
1 kg: 5.86–6.36

je 850 ml  
**2,99**



Birkel Minuto Bechergericht  
Verschiedene Sorten, ohne Zusatzstoffe,  
Geschmacksverstärker, Konservierungs-  
und Farbstoffe, 1 kg = 19.04



Heinz Tomatenketchup  
oder Mayonnaise  
1 l = 8.14

Jeden Tag  
Passierte Tomaten  
1 kg = 1.18



je 220 ml  
**1,79**

Diese Woche  
noch billiger!  
500 g  
**0,59**



Mazzetti  
Balsamico Essig  
Original oder  
Bianco  
1 l = 5.98



je 500 ml  
**2,99**

GLOBUS Asia Mungobohnen-  
keimlinge oder Bambusstreifen  
Abtropfgewicht 175 g,  
1 kg = 6.80



je 370 ml  
**1,19**  
1,39

La Miranda Thunfisch mit  
Tomate und Basilikum  
1 kg = 12.44



2 x 80 g  
**1,99**  
2,29



# Wein-Empfehlung

von Herrn Schawo  
(IHK-zertifizierter Weinberater)



## 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

## 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!

## ZUCKERFREI GRATIS PROBIEREN!

NULL ZUCKER  
100% CASHBACK

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



je 0,5 l  
**111**

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

je 0,33 l  
**099**

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

je 0,33 l  
**099**

Meister Pils oder Radler  
1 l = 0.98  
+ Pfand 0.25

je 0,5 l  
**049**

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



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



Feudo Arancio  
Stemmarli Sicilia  
DOC  
Verschiedene Rebsortenweine,  
trockene, frucht-  
betonte Weine aus Sizilien,  
1 l = 5.99



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



je 0,75 l  
**499**  
599

je 0,75 l  
**1499**  
1699

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

je 0,75 l  
**549**

Abbazia Asti  
Fortuna DOCG  
1 l = 6.65

Diese Woche  
noch billiger!  
je 0,75 l  
**499**

Bosco Dei Cirmioli  
Prosecco  
Frizzante DOC  
1 l = 4.65

je 0,75 l  
**349**

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

je 0,7 l  
**499**



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

je 0,7 l  
**3499**

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

je 0,7 l  
**999**  
1199

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

je 0,7 l  
**1899**

je 0,7 l  
**2799**  
3199

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



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



Naturbursche  
Bio Streuobstapfelsaft  
MW-Flasche  
+ Pfand 0.15



je 6 x 0,5 l  
**249**  
279



Hochwald Mineralwasser  
Classic, Medium  
oder Naturelle  
PET-Flasche,  
1 l = 0.66  
+ Pfand 1.50

je 6 x 0,75 l  
**299**  
474



je 5 l  
**111**  
149



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

je 6 x 1,25 l  
**599**  
654



je 95 ml  
**169**  
199



Voelkel Shot  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 17.79,  
pfandfrei

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



je 0,5 l  
**111**

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

je 0,33 l  
**099**

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

je 0,33 l  
**099**

Meister Pils oder Radler  
1 l = 0.98  
+ Pfand 0.25

je 0,5 l  
**049**



Diese Woche  
noch billiger!

\* Vom 01.01. bis 08.02.2026 erhalten die ersten 2.000 Teilnehmer\*innen täglich ab 9 Uhr einmal den Kaufpreis für eine Einzelflasche/-dose zurück. Pro Person ist maximal eine Eilösung für 2 Sorten möglich. Teilnehmende Aktionspackungen (soweit im Markt verfügbar): 0.33l FINNWEISS Dose, 0.4l, 0.5l, 0.85l, 1.25l und 1.5l PET FINNWEISS Flasche der Marken Coca-Cola light, Coca-Cola Zero Sugar, Coca-Cola Zero Sugar koffeinfrei, Fanta zing, Fanta zero Lemon, Fanta zero Mango, Fanta zero Mandarine, Fanta zero Exotic, Fanta zero Pink Grapefruit, Sprite zero, muzeo mix zero, Powerade Zero, Powerade Active Water und Fanta zero Zucker. Teilnahmebedingungen einsehbar unter [www.zuckerfrei-probiert.de](http://www.zuckerfrei-probiert.de)



GLOBUS Weinfachberater  
Nutzen Sie das Wissen unserer IHK-zertifizierten Weinfachberater.

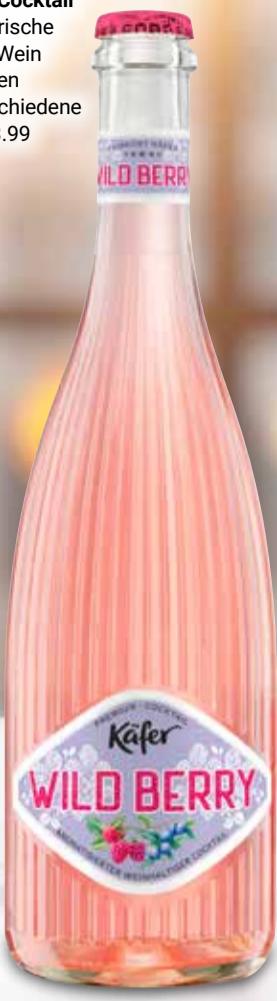
je 0,75 l  
**2,99**

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  
**2,29**



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

je 0,33 l  
**0,79**



Rotbäckchen Direktsaft  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 3.56,  
pfandfrei

je 0,7 l  
**2,49**



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

je 0,5 l  
**5,99**



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



je 2 l  
**1,19  
1,99**

Mautner Sirup  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 4.27,  
pfandfrei



je 0,7 l  
**2,99**

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

je 6 x 0,33 l  
**4,19**



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

je 6 x 0,33 l  
**3,99**



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



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



6 x 0,33 l  
**4,29**



je Kiste  
**8,49  
10,49**

Teinacher Genuss-Limonade, -Schorle oder -Eistee  
Verschiedene Sorten, je 12 x 0,75 l-MW-Flasche,  
1 l = 0.78 + Pfand 3.30



je Kiste  
**6,99**

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



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

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



je Kiste  
**8,99  
10,49**

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



je Kiste  
**18,99**

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



je Kiste  
**12,99**



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

# Motiviert ins neue Jahr



je 40 g  
**1,59**  
1,89

Powerbar Protein Riegel  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 39.75



je 35 g  
**0,79**  
0,99

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



je 39 g  
**2,49**

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



je 24–25 g  
**5,99**

More Nutrition Chunky Flavour  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 88.78



je 90 g  
**7,99**

All Stars Whey Protein  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 43.30



je 300 g  
**12,99**  
15,99

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



je 300 g  
**17,99**

Powerbar Powergel Hydro  
Cola und Koffein,  
1 l = 37.16



je 67 ml  
**2,49**

Powerbar Powergel Shots  
Cola und Koffein,  
1 kg = 76.33



je 60 g  
**2,29**  
2,49

Isostar Powertabs  
Cranberry oder Lemon  
1 kg = 33.25



je 120 g  
**3,99**  
4,99

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



je 500 g  
**0,89**  
0,99

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



je 500 g  
**2,99**

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



je 420 g  
**2,29**  
2,49

Vegan

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



je 280 g  
**2,49**  
2,99

Bellani  
Protein Pasta  
1 kg = 4.98



je 400 g  
**1,99**  
2,99



Best Body  
Nutrition  
Shaker  
Schwarz  
oder pink



je Artikel  
**2,99**  
3,99

# Durstlöscher – wir haben was Sie brauchen



Powerade  
Mountain Blast  
1 l = 2.39 + Pfand 0.25



0,33 l  
**079  
099**

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



Neu  
bei uns

je 0,33 l  
**169**

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



Diese Woche  
noch billiger!

je 0,5 l  
**055  
069**

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



EU

je 0,33 l  
**129**



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

je 6 x 0,5 l  
**449**



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



Neu  
bei uns

je 0,5 l  
**169**

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



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

je 0,75 l  
**099  
109**



Erdinger  
Alkoholfrei  
1 l = 1.98  
+ Pfand 0.25

0,5 l  
**099  
119**



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

0,5 l  
**129  
159**



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

je Kiste  
**999  
1195**



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

je 0,75 l  
**139  
169**



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

je Kiste  
**1499**



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

je Kiste  
**1599**



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

je 0,5 l  
**099**





# JETZT Colgate® kaufen – für ein frisches Lächeln!

Colgate  
Total Zahnpasta  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 30.53



je 75 ml  
**2,29**  
2<sup>95</sup>

Colgate  
Komplett Zahnpasta  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 17.20



je 75 ml  
**1,29**  
1<sup>65</sup>

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



3er-Pack  
**1,49**  
1<sup>99</sup>

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



je 200–250 ml  
**2,99**  
3<sup>99</sup>

Gillette Venus  
Comfort Spa Rasierer  
+ 4 Klingen



je Set  
**12,99**  
15<sup>95</sup>

Gillette  
Shave Gel  
Sensitive  
1 l = 11.45

je 200 ml  
**2,29**  
2<sup>79</sup>



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



je 30–74 Stück  
**15,95**

Frolic  
Hundetrockenfutter  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 2.66



je 1,5 kg  
**3,99**

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



je 72–180 g  
**1,19**

NIVEA  
**1+1 GRATIS\***



Kaufe 1 NIVEA Q10 Tagespflege und erhält  
1 NIVEA Q10 Nachtpflege GRATIS.\*

\*Gilt auf alle NIVEA Q10 Tagespfleges und Q10 Nachtpfleges (ausgeschlossen Minis). Gültig: 12.01.–18.01.2026.

Sanostol  
Multivitaminensaft  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 17.37



je 460 ml  
**7,99**

SOS  
Wärmepflaster  
Stück = 2.50



2 Stück  
**4,99**  
5<sup>99</sup>

Sheba  
Katzenfutter  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 5.76



je 85 g  
**0,49**

Ace  
Fleckenentferner  
Mit Farbschutz,  
1 l = 2.00



**2,1**  
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: 0.24–0.38

je 10–20 WL  
**4,79**

Cillit Bang  
Reiniger  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 3.32



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

je 750 ml  
**2,49**

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

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

je 750 ml  
**1,89**  
2<sup>25</sup>

Frosch  
Reiniger  
Neutral oder  
Essig



je 1 l  
**1,79**  
1<sup>99</sup>

GLOBUS Gold  
Klumpstreu  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 0.92



je 12 l  
**10,99**  
12<sup>99</sup>

Glade  
Duftkerze  
1 kg = 26.70



**112 g**  
**2,99**

## Leckere Vielfalt für kleine Racker!

**PURINA**  
**felix**



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

je 6 x 48 g  
**1,79**  
2<sup>25</sup>



Purina Felix  
Deli Moments  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 32.25

je 4 x 10 g  
**1,29**  
1<sup>59</sup>

Purina Felix  
Katzenfutter Multipack  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.43



je 24 x 85 g  
**6,99**  
7<sup>99</sup>

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



je 2 kg  
**5,49**  
6<sup>89</sup>

# Für den Fall der Fälle



Abtei A-Z Komplett  
Stück = 0.09



Doppelherz Abwehr aktiv  
Stück = 0.19



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



Sunlife Vitamin D3  
Wochendepot,  
Stück = 0.12



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



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



Doppelherz Heißgetränk  
Verschiedene Sorten,  
1 Beutel = 0.28



Doppelherz Immun plus  
Echinacea  
Stück = 0.17



Tetesept: Hals und Rachenspray  
1 l = 166.33



Doppelherz Immun Kids  
Brausetabletten  
Stück = 0.20

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



Sanostol  
Multivitamin-Bärchen  
Stück = 0.09



Sanotact Cistus-Infektblocker  
Lutschpastillen  
Stück = 0.28



Dobensana Lutschtabletten  
Verschiedene Sorten,  
Stück = 0.23



Tetesept: Bronchosan  
Hustensaft Akut  
1 kg = 42.65



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



Kaiser Bonbons  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 19.89



Stérimar Nasenspray  
Verstopfte Nase  
1 l = 99.80



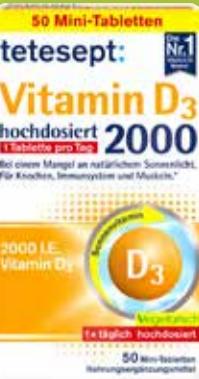
Emsan Nasendusche Komplett-Set  
+ 10 Beutel Nasenspülzsalz



Tetesept: Rhinolind Nasenspray  
1 l = 199.50



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



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



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



Tetesept: Bronchosan  
Hustensaft Akut  
1 kg = 42.65



Tetesept: Rhinolind Nasenspray  
1 l = 199.50



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

je Artikel  
**9,99**

by Laniel



Phil & Co.

Modellbeispiele

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

je 3er-/4er-Pack  
**9,99**



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, hochwertige Feinrippqualität, verschiedene Größen

**SCHIESSER**

ab  
**9,99**  
14,95\*



BH mit oder ohne Bügel  
Verschiedene Qualitäten, Modelle und Farben

je Artikel  
**6,99**  
14,99\*



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  
**12,99**  
14,99\*



Damen-Midi- oder -Taillen-Slips

Größen: 38–48 oder

-Maxi-Slips

Größen: 40–50,

96 % Baumwolle, 4 % Elasthan, weiß oder schwarz

je 2er-Pack  
**7,99**  
14,99\*



\*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

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  
BETTER FOR EVERYDAY

ab  
**14,99**  
39,95\*

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

bruno banani  
BETTER FOR EVERYDAY

je 2er-Pack  
**12,99**  
19,95\*



SALE  
SALE  
SALE



Herren- oder Damen-Slips

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

je 10er-Pack  
**12,99**



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

je Paar/3er-Pack  
**4,99**



Thermosocken 2er-Pack

Je 5,99 (6,99\*) oder  
Kniestrümpfe 2er-Pack  
Je 9,99 (10,99\*), Baumwollmischung, Größen: 35/38–43/46, verschiedene Farben

ab  
**5,99**  
6,99\*



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

je Artikel  
**4,99**



! Discount-günstig

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

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



OHO Damen-Slips  
Je 5,99 (6,99\*) oder  
-BH  
Je 9,99 (11,99\*), verschiedene Qualitäten, Größen und Modelle

ab  
**3,99**  
4,99\*

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

ab  
**5,99**  
6,99\*



Diese Woche noch billiger!



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

je 10er-Pack  
**8,99**  
9,99\*

Diese Woche noch billiger!



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  
**9,99**  
24,95\*

**CASTELL**  
Bettwäsche

**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\*)



**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  
**10,99**



\*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

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

je Garnitur  
**5,99**

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

je Artikel  
**4,99**

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

je Artikel  
**1,99**  
4,95\*

**ROSS**  
since 1897



GLOBUS St. Wendel informiert:

**Mikrofaser-Interlock-Spannbetttuch**  
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  
**4,99**  
9,99\*

**Frottier-Handtuch**  
50 x 100 cm: je **2,99**  
oder **-Duschtuch**  
70 x 140 cm: je **7,99**  
100 % Baumwolle,  
verschiedene Farben

ab  
**2,99**



**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  
**7,99**  
14,99\*

Solange  
der Vorrat  
reicht



Rabatt-Aktion

Als mein GLOBUS Mitglied  
satte Rabatte sichern  
vom 12.01. bis 17.01.2026

**25% Rabatt\*\***

auf Baby-Bekleidung, Wäsche,  
Nachtwäsche, Strümpfe,  
Kurzwaren und Wohntextil.



\*\*Ausgenommen von der Rabatt-Aktion sind  
aktuelle Werbeartikel aus dem GLOBUS  
Faltblatt KW03, gültig vom 12.01.–17.01.2026.  
Der Rabatt wird automatisch an der Kasse  
abgezogen, bei Vorlage Ihrer *mein GLOBUS*  
oder PAYBACK Kundenkarte.  
Gültig nur auf vorrätige Artikel.  
Nicht mit anderen Rabatten kombinierbar.  
Ausgenommen Werbeware und reduzierte Artikel.



**Topf-Set Galactica**  
Edelstahl, innen hochglanzpoliert,  
Volumenskala, Kochtöpfle 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  
**69,99**  
199,00\*



mit Freunde kochen!



Induktion

15 Teile

Das große  
Haushaltswaren-  
sparen

%

Solange  
der Vorrat  
reicht

Einzeltopf-Serie

Aluguss, spülmaschinen-  
geeignet, Stielkasserolle  
oder Kochtopf:  
Ø 16 cm: je **12,99** (24,90\*),  
Kochtopf:  
Ø 20 cm: **14,99** (34,90\*) oder  
Ø 24 cm: **19,99** (44,90\*)



ab  
**12,99**  
24,90\*



mit Freunde kochen!

Induktion

#### 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\*)

Passend dazu:  
Dichtungsring  
Ab 9,99



ab  
**34,99**  
109,00\*



Induktion

#### Pfanne

Edelstahl, antihaftbeschichtet, Wabenstruktur,  
kratzfest, backofengeeignet bis 210 °C,  
Ø 20 cm: **9,99** (24,99\*),  
Ø 24 cm: **12,99** (27,99\*),  
Ø 28 cm: **14,99** (29,99\*) oder  
Wokpfanne

Ø 28 cm:  
**17,99** (29,99\*)



ab  
**9,99**  
24,99\*

BRATmaxx

Induktion

#### Servierpfanne

Aluguss, antihaftbeschichtet, mit Deckel backofenfest bis 180 °C,  
spülmaschinengeeignet, Ø 24 cm: **19,99** (59,90\*),  
Ø 28 cm: **23,99** (69,90\*) oder  
Ø 32 cm: **27,99** (84,90\*)



ab  
**19,99**  
59,90\*



Induktion

#### Rokitta's Fleckschreck

Blau für das Bad: entfernt Kalk- und Wasserflecken,  
Grau für die Küche: gegen Eingebranntes und Flugrost:  
**3,99** (9,99\*) oder

#### Rostschreck

Aluminium, gegen Flugrost  
in der Spülmaschine,  
für ca. 600 Spülgänge:  
**4,99** (19,99\*)



ab  
**3,99**  
9,99\*

#### Klapbbox

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  
**2,50**

45 l

32 l

#### Scharnierbox

Kunststoff, 6 verschiedene  
Größen, von 6 l: **1,50** (2,49\*)  
bis 52 l: **6,00** (10,99\*)



ab  
**1,50**  
2,49\*

27 l

52 l

Wäschekorb, -wanne oder -sampler  
Kunststoff, verschiedene Größen  
und Farben: von **1,50** (2,49\*)  
bis **4,50** (7,99\*)



ab  
**1,50**  
2,49\*

27 l

36 l

38 l

Mülleimer  
Kunststoff,  
verschiedene  
Varianten:  
von **4,00** (6,99\*)  
bis **6,00** (9,99\*)

ab  
**4,00**  
6,99\*



#### Raumentfeuchter

Gegen Schimmel und muffige Gerüche  
**Compact** Für Räume bis zu 35 m<sup>3</sup>,  
450 g: **3,99** (6,49\*), 1 kg = 8,87 oder  
**Pylar** Für Räume bis zu 80 m<sup>3</sup>,  
1 kg: **4,99** (14,99\*)



ab  
**3,99**  
6,49\*

Passend dazu:  
Nachfüllpack  
3 x 450 g oder  
2 x 1 kg:  
je **6,99** (9,99\*),  
1 kg: 3,50–5,18

#### Faltbare Frischhaltebox

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  
**4,99**  
12,90\*

Faltbar

Solange  
der Vorrat  
reicht

#### Lunchbox

Luft- und wasserdicht,  
Silikon-Verschluss,  
0,5 l oder  
Schneidebrett



je Artikel  
**1,50**

#### 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  
**2,00**  
2,99\*

5,5 l

18 l

58 l

#### 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  
**3,00**  
5,49\*

23 l

40 l

\*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers



**Geschirrreinzelteile** 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 **Teekanne Glas**, mit Sieb: von **7.99** (13.50\*) bis **9.99** (14.50\*)

Ritzenhoff & Breker

ab  
**1.49**  
6.50\*



**Das große  
Haushaltswaren-  
sparen**  
%

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



12 Std.

Heiß

Made in  
Germany

Kalt

24 Std.

**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



**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.  
Brötchenaufsatzt 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**  
109.00\*



**Multipfanne PD-8945**

1.500 W, Ø 40 cm, regelbares Thermostat,  
antihaftbeschichtet, Kontrollleuchten,  
abnehmbares Kabel

**TRISTAR**

**14.99**  
38.99\*

Solange  
der Vorrat  
reicht



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



**Gemüseschneider KA1802**  
200 W, 4 verschiedene,  
spülmaschinengeeignete  
Trommleinsätze, integrierte  
Kabelaufwicklung

Zum Reiben, Raspeln  
und Hobeln

**ADE**

ab  
**39.99**  
59.99\*



**Sandwichtoaster ST-109562.17**

900 W, antihaftbeschichtet, mit Kontrollleuchte und  
Anti-Rutsch-Füßen: **19.99** (34.90\*) oder

**Doppel-Waffeleisen WM-123356**

mit Herzform

1.200 W, antihaftbeschichtet,  
Backampel, stufenloser  
Temperaturregler:

**24.99** (59.90\*)

**emerio**

ab  
**19.99**  
34.90\*



**Bambus Grill LR-133**

2.200 W, 37 x 25 cm, für 4 Personen,  
stufenlos regelbare Temperatur bis 200 °C



**Kontaktgrill KG3571**

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

Solange  
der Vorrat  
reicht

**CATRONIC**

**19.99**  
79.95\*



**AdBlue®**

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

**aroso**  
Die deutsche Traditionsmarke seit 1973

5 l  
**4.99**  
8.99\*



**Trittleiter**

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

Solange  
der Vorrat  
reicht

ab  
**16.99**



**Schuhregal**

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



**Personenwaage BE2306-4**

Wiegefläche aus Sicherheitsglas, Tragkraft: bis 180 kg,  
30 x 30 cm, Batteriestandanzige, automatische Abschaltung,  
batteriebetrieben  
(CR2032 enthalten)

**ADE**

**12.99**  
24.95\*



**Heißluftfritteuse**

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

**GRUNDIG**

**64.99**  
159.00\*



Großes  
Sichtfenster

Alle Artikel ohne Dekoration \*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers



Unser GLOBUS Memo-Spiel

Jetzt mitspielen und gewinnen unter [globus-memo.de](http://globus-memo.de)



# 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

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



20 % Rabatt

Bonduelle Fertiggericht  
Verschiedene Sorten,  
je 220–425 ml



30 % Rabatt

Kühne Trink  
Apfelessig-Mix  
Granatapfel oder  
Ingwer  
Je 500 ml



30 % Rabatt

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



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

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



Socken ohne Gummibund

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



Damen- oder Herren-Shirt oder -Hose

Hochwertige Baumwollmischung,

Damen-Größen: 38–48,

Herren-Größen: 48–60



Glanzpunkt  
Uhren Schmuck Modeschmuck

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



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 haushaltstypischen Mengen. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Artikel ohne Dekoration \*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

GLOBUS  
Handelshof St. Wendel GmbH &  
Co. KG

Markthalle St. Wendel

Am Wirthembösch,  
66606 St. Wendel  
Telefon: 06851 803-0  
globus.de/st.wendel  
info-mhwd@globus.de

Gesellschaftssitz:  
Am Wirthembösch,  
66606 St. Wendel



Jetzt die GLOBUS  
App entdecken

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

globus.de

mein  
GLOBUS  
Tanke  
schön

Bis zu 4 Cent pro  
Liter sparen

Erfahren Sie mehr unter  
globus.de/tankeschoen



°Punkten  
& sparen

PAYBACK

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  
50 ml  
1 TL  
4-5

frischer Ingwer  
Agavendicksaft  
gemahlene Kurkuma  
Bio-Zitronen

### Tipp:

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

Ingwer mithilfe eines Löffels vorsichtig schälen, dann in kleine Stücke schneiden. Ingwerstücke zusammen mit Agavendicksaft und Kurkuma in einen Mixer geben. Zitronen halbieren, Saft auspressen und ebenfalls in den Mixer geben, alles zusammen mixen. Die Süße nach Wunsch variieren. Wenn man möchte, kann man die Flüssigkeit durch ein Sieb streichen, um die Ingwerfasern herauszufiltern.

### Fruchtig-frische Variante:

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



Demeter Bio Tafeläpfel „Gala Royal“

Ursprung Italien, KL II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



GLOBUS Bio Demeter Zitronen

Ursprung Italien,

Sorte siehe Etikett,

KL II

500 g-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Ingwer

Ursprung Brasilien/

China/Peru

je kg

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Tafelbirnen „Williams“

Ursprung Italien, KL II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Mandarinen

Ursprung Spanien, Sorte siehe Etikett, KL II,

1 kg = 3.59

je 750 g-Beutel

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Orangen

Ursprung Italien,

Sorte siehe Etikett, KL II

je 1 kg-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Feldsalat  
Ursprung Italien,  
KL II  
100 g-Schale  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



Bio Cherrydatteltomaten  
Ursprung Spanien, KL II  
250 g-Schale  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



Bio Zucchini grün  
Ursprung Spanien, KL II  
500 g-Bund  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



GLOBUS Bio Basilikum-Topf  
Ursprung Deutschland  
pro Stück  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



**Bio Speisemöhren**  
Ursprung Deutschland/  
Niederlande, KL II  
je 1 kg-Beutel  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



Demeter  
Bio Zwiebeln rot  
500 g-Netz  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



Demeter  
**Bio Pastinaken**  
Ursprung Deutschland,  
KL II  
500 g-Schale  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



Demeter  
**Bio Speisekartoffeln festkochend**  
Ursprung Deutschland,  
Sorte siehe Etikett  
1,5 kg-Beutel  
[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.

# Saatenbrötchen vom Blech



**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**



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

**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



Bauck Mühle  
Bio Brotbackmischung  
Wunderbröd  
Nach Norwegischer  
Art, 1 kg = 5.82  
600 g  
3.49



Glutenfrei



Vegan

Bauck 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!

#### 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



#### Was benötigt wird:

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

#### Tag 3 bis 7: Füttern und aktivieren

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

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

#### Tipp:

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

# Sauerteig-Starter leicht gemacht

# Kalte Soba-Nudel-Bowl mit Edamame und Lachs



**Yutaka**  
**Soba oder**  
**Udon Noodles**  
1 kg = 7.96

je 250 g  
**1.99**



leicht      ca. 45 Min.      4 Portionen

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

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

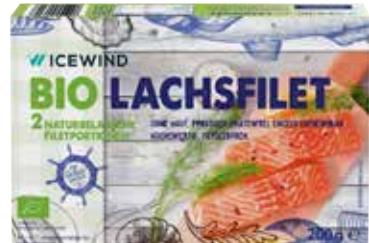
**Icewind Bio Lachsfilet**  
2 Filets, ohne Haut,  
tiefgefroren,  
1 kg = 27.95

200 g  
**5.59**



**HAK Edamame Bohnen**  
Im Beutel, Abtropfgewicht 120 g,  
1 kg = 16.58

150 g  
**1.99**



**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**



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 auspressen. Saft mit Gewürzen und Honig im Zip-Beutel kurz durchkneten. Fleisch dazugeben und im Beutel ca. 2 Std. im Kühl schrank durchziehen lassen.

### Knoblauch-Dip zubereiten:

Oberes Viertel der Knoblauchknolle abschneiden, restliche Knolle mit Öl beträufeln 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, ab spülen, 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, Rotkohl 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**



## 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 Proteinkräfte 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**



KoRo  
Soja Protein  
Crispies  
1 kg  
**12.99**



Alnatura Körniger  
Frischkäse  
1 kg = 7.95  
200 g  
**1.59**



KoRo  
Bio Erdnussmus  
1 kg = 9.98  
500 g  
**4.99**



Entdecken Sie  
unser großes  
KoRo Sortiment



## Kichererbsenwaffeln mit Avocado-Thunfischsalat

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

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.

Bauck Mühle  
Grünkern-Burger  
1 kg = 12.44  
160 g  
**1.99**



Bauck  
Süßkartoffel  
Falafel  
1 kg = 12.44  
160 g  
**1.99**



# Natürlich vegan, einfach lecker.



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



Vegan



Alnatura  
Bio Tahin  
Sesammus  
1 kg = 14.76  
250 g  
**3.49**



Vegan



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



Vegan



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



Vegan



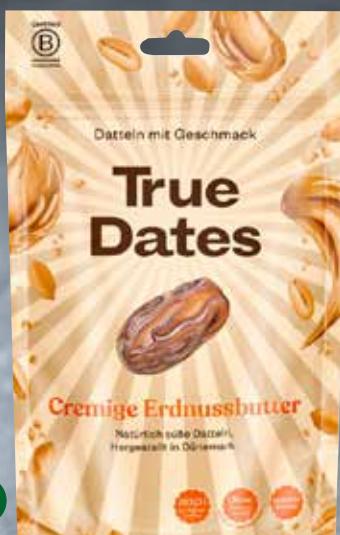
Alnatura  
Kokos Natur  
1 kg = 5.73  
400 g  
**2.29**



Vegan



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



Vegan

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  
förderen.

**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 Alter-  
nativen 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 Würst-  
chen 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.**

## 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  
Handgeschirr-  
spülmittel  
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 ab tupfen, 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 Nach-  
füller 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**





## Kefir-Smoothie mit Karotten und Minze



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.

**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**



**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 haushaltstypischen Mengen. Für Druckfehler keine Haftung. Abbildungen können von Originalgröße abweichen. Alle Artikel ohne Dekoration und solange der Vorrat reicht.

