



Echt gut gemacht.

Grünstadt

**Wir finden, probieren muss sich lohnen!**

GLOBUS Rohesser  
Nach Westfälischer Art,  
im zarten Saitling

Jetzt noch günstiger!

Probierpreis  
1 kg  
**7,90**  
8,90

Käsesalat Radieschen Gurke  
Schnittkäse Zubereitung

100 g  
**1,29**  
1,69

Fleischkäse  
mit Schmorzwiebeln,  
dazu Bratkartoffeln

**5,00**

Online noch mehr sparen!  
Jede Woche  
bis zu  
**100**  
weitere Angebote!



Jersey-Spannbettlaken 100 % Baumwolle oder  
Frottier-Spannbettlaken 80 % Baumwolle, 20 % Polyester,  
100 x 200 cm: je **4,99** (13.95\*\*), 140 x 200 cm: je **7,99** (18.95\*\*),  
180 x 200 cm: je **9,99** (23.95\*\*)



biberna  
die Bettwäsche

ab  
**4,99**  
13,95\*\*  
Solange der Vorrat reicht

Viel gespart zum Jahresstart:

**GÜNSTIG**

gibt's bei

**GLOBUS**

Arla BUKO  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.95



je 200 g  
**0,99**



pro Stück  
**0,49**

Kohlrabi grün  
Ursprung Italien, KL I



je kg  
**1,11**

Bananen  
Ursprung Ecuador/  
Kolumbien

Dr. Oetker Pizza Ristorante,  
Flammkuchen oder Piccola 2er-Pack  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 kg: 4.85–7.37

je 270–410 g  
**1,99**



Lavazza Kaffee  
Verschiedene  
Sorten, ganze  
Bohnen

je 1 kg  
**16,99**  
23,49



Bitburger Pils  
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

je Kiste  
**10,49**



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



3 x 500 Blatt  
**9,99**  
17,99\*\*



3er-Pack

**Jetzt erhältlich!**

Das neue  
GLOBUS  
Spezial  
"Bewusst  
genießen"  
finden Sie  
online unter

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



Milka Tafelschokolade  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 9.90–11.38



je 87–100 g  
**0,99**

je 75–120 g  
**1,11**



Funny-frisch Spezialität  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 9.25–14.80

je Kiste kaufen + 2 x 1 l-PET-Flasche gratis dazu!  
Sie zahlen nur das Pfand.



je Kiste + 2 Flaschen  
**11,99**



Maggi Ravioli  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 2.49



Zewa Ultra Soft Toilettenpapier  
Verschiedene Sorten, je 1.080/  
1.200 Blatt, 1.000 Blatt: 3.33–3.56



je 8 x 135/150 Blatt  
**3,99**

Persil Waschmittel  
Pulver, Gel oder Discs  
Verschiedene  
Sorten und Inhalte,  
je 5,14 kg/5 l/76 Stück,  
1 WL: 0.17–0.22



je 75–100 WL  
**16,66**

Solange  
der Vorrat  
reicht

**2+1 GRATIS\*** Swiffer



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

je Pack  
**5,99**  
7,69

Kaufmen Sie 2 Swiffer Produkte und erhalten Sie ein Swiffer gratis.

Dieser Coupon ist nur im Original gültig. Nicht alle abgebildeten Artikel sind jederzeit vorhandig. Nicht mit anderen Coupons kombinierbar. Keine Barauszahlung. Der Coupon ist im Haushalt übertragbar. Weitergabe an Dritte, Veröffentlichungen und Verbreitung sind untersagt. Gültigkeit: 05.01.–10.01.2026

9 823215 180012

Viel gespart zum Jahresstart:

# GÜNSTIG gibt's bei **GLOBUS**

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

Passend dazu:  
Miele Staubbeutel HyClean Pure TU  
14.99 (15.45\*)



Solange der Vorrat reicht

**Miele**

**199,00**  
279,-\*\*

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

**BRAUN**

**74,99**  
149,-\*\*

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



2-teiliges Set  
**49,99**  
99,-\*\*

**WOLL**  
MADE IN GERMANY

Induktion

Standrockner Pegasus  
Metall, rostgeschützt durch  
Kunststoffummantelung,  
Leinenlänge:  
15 m: 27,99 (44,99\*),  
18 m: 32,99 (49,99\*) oder  
20 m: 34,99 (59,99\*)



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

Solange der Vorrat reicht

je 3-teiliges Set  
**4,99**  
19,-\*\*



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



je 102–116 g  
**1,39**

Bürger Maultaschen  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 4.14–5.96

je 250–360 g  
**1,49**

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



Leibniz Choco  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 15.92

je 45–50 g  
**1,59**

Ferrero Kinder Schokolade  
oder Yogurette  
1 kg = 11.90



3 Glocken Die mag ich Eiernudeln  
Verschiedene Ausformungen,  
1 kg = 2.78



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

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



je 400–500 g  
**1,99**

Iglo Fertiggericht  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 kg = 6.20



je 450 g  
**2,79**  
3,-\*

Mühlhäuser Konfitüre  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.76



je 450 g  
**1,69**  
2,-\*

Ferrero Kinder Cards  
Keks mit Schokolade,  
1 kg = 17.11



128 g  
**2,19**



Nestlé Choclat Chips oder Choco Crossies  
Verschiedene Sorten, 1 kg: 13.27–17.30

je 115–150 g  
**1,99**

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



je 850 ml  
**1,49**

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



Langnese Viennetta Blättereis  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 l = 2.75



je 650 ml  
**1,79**

Milka Haselnusscreme  
Palmölfrei,  
1 kg = 7.11



350 g-Glas  
**2,49**



Mutti Polpa  
Feinstes Tomatenfruchtfleisch  
1 kg = 2.98



400 g  
**1,19**  
1,-\*

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



100 g  
**0,79**



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

Diese Woche noch billiger!

je Kiste

**6,99**



**Deit Limonade**  
Verschiedene Sorten oder Spezi Cola-Mix  
PET-Flasche, 1 l = 1.05 + Pfand 0.25

je 0,75 l  
**0,79**



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

je 6 x 0,33 l  
**3,69**



**Schweppes Orange Spritz**  
Dose, 1 l = 3.00 + Pfand 0.25

0,33 l  
**0,99**  
1,19



**Paulaner Spezi oder Limonade**  
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.30 + Pfand 3.10

je Kiste  
**12,99**



**Hochwald Mineralwasser**  
Verschiedene Sorten, je 9 x 0,75 l-MW-Flasche, 1 l = 0.56 + Pfand 2.85

je Kiste  
**3,79**



**Sangrita**  
Classico oder Picante  
1 l = 5.58 pfandfrei

je 0,5 l  
**2,79**  
2,99



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

0,7 l  
**9,99**



**Freixenet**  
Mia oder Mederaño  
Verschiedene Sorten, 1 l = 3.99



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

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

je 0,75 l  
**3,99**  
4,99



**Baileys The Original Irish Cream Likör**  
17 % Vol., verschiedene Sorten, 1 l: 14.27–19.98

je 0,5–0,7 l  
**9,99**



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

je 0,7 l  
**9,99**



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

je Packung  
**4,99**



**8 x 4 Deospray**  
Verschiedene Sorten, 1 l = 16.60

je 150 ml  
**2,49**  
2,69



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

je 250–400 ml  
**1,49**  
1,99



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

je 50–150 ml  
**2,49**  
2,69



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

Solange der Vorrat reicht

je 4er-Pack  
**4,79**



**Sagrotan Reiniger**  
Verschiedene Sorten, 1 l: 3.72–4.65

Biozidprodukte vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformationen lesen.  
je 600–750 ml  
**2,79**  
2,99



**Air Wick Freshmatic Duo**  
Verschiedene Sorten, 1 l = 13.98

Solange der Vorrat reicht  
je 2 x 250 ml  
**6,99**



**Purina Gourmet Gold Katzenfutter**  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 5.18

je 85 g  
**0,44**



Jede Woche neu

**Exklusive Rabatte für Mitglieder!**  
mein GLOBUS

**30 % mein GLOBUS**

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

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



**Perfect Fit Katzen-trockenfutter**  
Verschiedene Sorten, 1 kg: 3.99–4.60

je 650–750 g  
**2,99**  
3,99



# Discount-günstig

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



Jeden Tag Frische Eierspätzle  
Mit 18 % Vollei,  
1 kg = 2.78



500 g  
**1 39**

Diese Woche  
noch billiger!

Jeden Tag Brühwurst  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 5.45



Diese Woche  
noch billiger!

je 200 g  
**1 09**  
1 29

Jeden Tag Delikatess Hinterkochschinken  
1 kg = 6.95



Diese Woche  
noch billiger!

200 g  
**1 39**

Jeden Tag  
Schwarzwälder  
Schinken  
1 kg = 14.88



Diese Woche  
noch billiger!

80 g  
**1 19**  
1 39

Jeden Tag Feines Dessert  
Mit Sahne, verschiedene Sorten,  
1 kg = 1.65



Diese Woche  
noch billiger!

je 200 g  
**0 33**

Jeden Tag Speisequark  
Magerstufe,  
1 kg = 1.90



Diese Woche  
noch billiger!

500 g  
**0 95**  
0 99

Jeden Tag Crème Fraîche  
30 % Fett, 1 kg = 3.95



Diese Woche  
noch billiger!

200 g  
**0 79**

Jeden Tag Frischkäse  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.63



Diese Woche  
noch billiger!

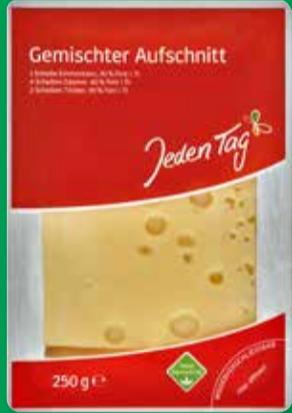
je 300 g  
**1 39**

Jeden Tag Mozzarella  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 6.32



Diese Woche  
noch billiger!

Jeden Tag  
Käseaufschmitt  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 7.16



Diese Woche  
noch billiger!

je 250 g  
**1 79**  
1 89

Jeden Tag  
Gorgonzola  
48 % Fett i. Tr.,  
1 kg = 11.45



Diese Woche  
noch billiger!

200 g  
**2 29**  
2 49

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



Diese Woche  
noch billiger!

500 ml  
**1 19**  
1 49

Jeden Tag  
Schinken-  
zwiebel-  
mettwurst  
1 kg = 7.95



Diese Woche  
noch billiger!

200 g  
**1 59**  
1 79

Jeden Tag Ofenkäse  
Fein würzig, 1 kg = 12.17



Diese Woche  
noch billiger!

180 g  
**2 19**  
2 49

Jeden Tag  
Pommes frites  
Wellenschnitt  
oder Feinschnitt,  
tiefgefroren



Diese Woche  
noch billiger!

je 1 kg  
**1 59**

Jeden Tag Baguette  
Kräuter oder Knoblauch  
1 kg = 5.09



Diese Woche  
noch billiger!

je 175 g  
**0 89**

Jeden Tag Frische Schupfnudeln  
Aus 64 % Kartoffeln,  
1 kg = 2.98



Diese Woche  
noch billiger!

500 g  
**1 49**

Jeden Tag Duo-Schoko-Creme  
1 kg = 3.72



Diese Woche  
noch billiger!

750 g  
**2 79**  
2 99

Jeden Tag Blütenhonig  
Cremig,  
1 kg = 4.58



Diese Woche  
noch billiger!

500 g  
**2 29**  
2 49

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



Diese Woche  
noch billiger!

je 140 g  
**2 49**  
2 69

Jeden Tag  
Vollkorn Toast  
Knusprig und lecker,  
1 kg = 1.50



Diese Woche  
noch billiger!

500 g  
**0 75**  
0 99



Jeden Tag Knabberbox  
8 Sorten Knabber-  
gebäck, 1 kg = 4.97



Diese Woche  
noch billiger!

300 g  
**1 49**

Jeden Tag  
Gebäckstangen  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 9.27



Diese Woche  
noch billiger!

je 150 g  
**1 39**

Jeden Tag  
Linsenchips  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 11.00



Jeden Tag  
Delikatess-  
Mayonnaise  
Enthält  
80 % Rapsöl,  
1 l = 2.98



Diese Woche  
noch billiger!

500 ml  
**1 49**

Jeden Tag Suppe  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 2.98



Jeden Tag Basmati  
oder Jasmin Reis



Diese Woche  
noch billiger!

je 1 kg  
**2 29**

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

Diese Woche  
noch billiger!

6 x 1,5 l  
**3 33**

Kaufe 2 Sixpacks für  
6.00 € zzgl. Pfand!



clino! Premium Küchentücher  
Extrem reißfest und besonders saugstark,  
3-lagig, 100 Blatt = 1.35



4 x 51 Blatt  
**2 75**

Diese Woche  
noch billiger!

clino! Spülmaschinen  
Reiniger-Tabs All in One  
1 Tab = 0.09



40 Tabs  
**3 69**

GRU/KW02/26

Jeden Tag Studentenfutter  
Im Beutel,  
1 kg = 9.95



Diese Woche  
noch billiger!

200 g  
**1 99**

Jeden Tag Erdnüsse  
Geröstet und gesalzen,  
1 kg = 4.95

Diese Woche  
noch billiger!

200 g  
**0 99**



Jeden Tag Pesto  
Grün, Rot oder  
Calabrese  
1 kg = 4.68

Diese Woche  
noch billiger!

je 190 ml  
**0 89**



Jeden Tag Kartoffelknödel  
Halb und halb,  
1 kg = 2.88

Diese Woche  
noch billiger!

309 g  
**0 89**

Jeden Tag Sonnenmais  
Zart und jung, 1 kg = 4.26



3 x 212 ml  
**1 79**

Diese Woche  
noch billiger!

Jeden Tag  
Apfelsaft  
Naturtrüb,  
Tetra Pak,  
pfandfrei



Diese Woche  
noch billiger!

1 l  
**0 99**

natuwell Taschentücherbox  
4-lagig, 10 Tücher = 0.10



Discount-günstig  
100 Tücher  
**0 95**

Markenqualität  
natuwell  
zum Wohlfühlpreis

Diese Woche  
noch billiger!

OHO Destilliertes  
Wasser  
Entmineralisiert  
nach VDE 0510/  
DIN 43530,  
1 l = 0.26



Diese Woche  
noch billiger!

5 l  
**1 29**

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



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



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



## Da haben wir wohl Ihren Geschmack getroffen!

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

Wir sagen danke!



Tulpen in Keramik  
10er-Topf



je Topf  
**5,55**

Solange der Vorrat reicht

Abbildung ähnlich

Tulpenstrauß warm oder kalt  
Verschiedene Farben,  
Stielänge: 40 cm



Solange der Vorrat reicht

je Strauß  
**5,55**

Abbildung ähnlich

# Mehr Frische. Mehr °Punkte.

**10FACH °P**

auf Obst & Gemüse in der GLOBUS Markthalle!\*

Gültig vom 05.01.2026 bis 10.01.2026

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

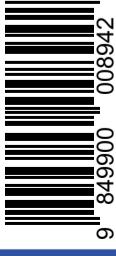
\*Alle Einlösebedingungen und weitere Infos unter globus.de/PAYBACK-coupons

Coupon-Verlängerung nicht zulässig.

PAPIER- ODER eCOUPON NUTZEN



GLOBUS



PAYBACK



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

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



3 kg-Beutel

3 kg-Beutel  
**2,99**



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



je 500 g-Schale  
**1,89**

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



5 kg-Beutel  
**2,22**

Speisemöhren  
Ursprung Deutschland, KL I,  
1 kg = 0.60



2 kg-Beutel  
**1,19**



2 kg-Beutel

Avocados  
Ursprung Peru/Südafrika,  
Sorte Hass, KL I



Verzehrfreie  
Früchte

je 2er-Beutel  
**1,99**

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



je 125 g-Schale  
**1,99**

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



500 g-Beutel  
**1,79**

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



je Stück  
**1,29**



# Vitaminküche – „Wir starten fit ins neue Jahr“



Orangensaft frisch gepresst

1 l = 6.36  
+ Pfand 0.25

Erhältlich in unserer Obst- & Gemüseabteilung

Probierpreis

250 ml

**1 59**



Orangensaft frisch gepresst

1 l = 5.98  
+ Pfand 0.25

Erhältlich in unserer Obst- & Gemüseabteilung

Probierpreis

500 ml

**2 99**



Orangensaft frisch gepresst  
+ Pfand 0.25



Saftorangen lose  
KL I, Ursprung Spanien

Mandarinen  
Ursprungsland siehe Etikett,  
Sorte siehe Etikett, KL I

Zitronen  
Ursprungsland siehe Etikett, Sorte siehe Etikett,  
KL I, 1 kg = 2.22

KL I, Ursprung Spanien



**1 75**



**1 75**



**1 11**

Diese Woche  
noch billiger!

Erhältlich in unserer  
Obst- & Gemüseabteilung

Probierpreis

1.000 ml

**4 99**

Ananas geschnitten  
In Scheiben oder Stücke,  
im Becher,  
1 kg = 4.42

Ananas „Extra Sweet“ ohne Krone für die Ananasschälmashine  
Ursprungsland siehe Etikett, KL I

GLOBUS Gold Ananas  
Ursprungsland siehe Etikett

In Scheiben oder Stücke,  
im Becher,

1 kg = 4.42

**1 99**



**1 99**

Kiwi Gold  
Ursprung siehe Etikett, KL I

Ursprung siehe Etikett, KL I

Bio Ingwer  
Ursprung siehe Etikett

Ursprung siehe Etikett, KL I

Ursprung siehe Etikett, KL I

**0 59**



**0 59**

Zespri

Ursprung siehe Etikett, KL I

Ursprung siehe Etikett, KL I

**4 44**



Diese Woche  
noch billiger!



Erdnüsse Jumbo  
Ursprung USA,  
1 kg = 4.98



**1 99**

Walnüsse  
Ursprung Chile/USA  
1 kg = 6.23

**2 49**



Maronen gekocht  
Ursprung Frankreich,  
1 kg = 14.98

**5 99**





## Frische-bäckerei



Krustenbrot  
Roggenmischbrot mit  
32 % Roggenmehl

1 kg  
**1 50**

**Vollkornbrot**  
Aus Roggenvollkornmehl,  
Roggenvollkornschorf  
und Natursauerteig



1 kg  
**2 79**

**Baguette**  
Weizenbrot,  
1 kg = 2.76



250 g  
**0 69**

**Harry Rosenbrötchen**  
Hell,  
Stück = 0.35



2 Stück  
**0 70**

**Laugenbrezel**  
Stück = 0.40



3 Stück  
**1 19**

**Berliner-Brezel**  
Fettgebäck aus  
Weizenmehl  
mit Zucker,  
Stück = 0.80



2 Stück  
**1 59**

**Kirschplunder**  
Plunderteig mit Kirschfüllung,  
Stück = 1.15



2 Stück  
**2 29**

**Rosinenzopf**  
Hefegebäck mit  
18 % Rosinen,  
Weizenmehl und  
Vollmilch,  
1 kg = 5.83



600 g  
**3 50**

## GLOBUS Restaurant

Aus unserer  
Eigenproduktion

Pasta Bolognese



100 g  
**1 50**

Couscous-Salat  
mit Paprika, Zwiebeln,  
und Granatapfel,  
1 kg = 8.63



300 g  
**2 59**

**Lecker darf kein  
Luxus sein! Darum  
bieten wir Ihnen  
beste Qualität zu  
fairen Preisen.**

Rindergulasch  
nach Ungarischer Art,  
dazu Penne

**7 50**



Germknödel  
mit süßer Füllung,  
dazu Vanillesauce

**7 50**



### Wechselnde Tagesgerichte

Küchenmeister Frikadelle  
mit Pfefferrahmsauce,  
dazu Kroketten

Montag

Schweinegulasch  
in Paprikarahmsauce,  
dazu Butterspätzle

Donnerstag

Junge Küche:  
Helles Frikassee  
mit Reis

Dienstag

Seelachs  
mit Pesto-Sahnesauce  
und Gemüsejulienné,  
dazu Salzkartoffeln

Mittwoch

**10 50**



Kasseler  
mit Sauerkraut, dazu  
Kartoffelstampf

**8 00**

Cordon bleu  
vom Hähnchen, mit Erbsen-  
Möhren-Gemüse,  
dazu Pommes frites

Samstag

**9 60**



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

je kg  
**9,90**

Truthahnoberkeulenbackofenbraten  
In der Backofenschale, küchenfertig oder  
-oberkeulenrollbraten

1 kg  
**4,90**

GLOBUS Partybraten  
Mild gepökel und  
herhaft geräuchert



1 kg  
**13,90**

GLOBUS Rinderbraten  
Vom Charolais-Jungbullen,  
aus der Hohen Rippe

1 kg  
**15,90**

GLOBUS Rinderrouladen  
Vom Charolais-Jungbullen

je kg  
**5,40**

Schweineschnitzelfleisch  
Aus der Keule, Hüfte  
oder Unterschale,  
am Stück

pro Stück  
**2,00**

GLOBUS Haxen-Fleischkäse\*  
Im Brötchen, herhaft-deftig  
zur Winterzeit



1 kg  
**9,90**

GLOBUS Biergartenbraten  
Vom frischen Schweinekamm,  
gefüllt mit Bergkäse und  
Kochschinken



1 kg  
**9,90**

GLOBUS Cordon bleu  
Vom Schweinerücken



1 kg  
**9,40**

Schweinefilet  
Frisch

1 kg  
**12,90**

Rinderbrust  
Vom Charolais-Jungbullen,  
am Stück, ohne  
Knochen,

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

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



1 kg  
**8,90**



1 kg  
**8,90**



1 kg  
**16,9**



1 kg  
**4,90**

Jetzt noch  
günstiger!



pro Stück  
**1,80**



1 kg  
**8,90**



So entsteht unser  
Fleischkäse

**Globus**  
FACHMETZGEREI

pro Stück  
**1,00**

GLOBUS  
Fleischkäse\*-  
Brötchen

An unserem  
Metzgergrill



1 kg  
**8,90**

\*Mit Phosphat



1 kg  
**9,90**



1 kg  
**8,90**

So entstehen unsere  
Wiener Würstchen

**Haxen-  
Fleischkäse**  
Herhaft-deftig zur Winterzeit

Nur für kurze Zeit



GLOBUS Haxen-Fleischkäse\*  
Im Brötchen, herhaft-deftig  
zur Winterzeit



# GLOBUS

## Fischtheke



<b>Geräuchertes Buttermakrelenfilet</b> Mit kräftigem Raucharoma <b>100 g 2,99</b>	<b>Senf-Kräuter-Happen</b> <b>100 g 1,59</b>	<b>Feine Brathappen</b> In würzigem Aufguss <b>100 g 1,59</b>	<b>Räucherfischplatte Neptun</b> Mit verschiedenen Fischsorten <b>350 g 8,00</b>	<b>Miesmuscheln Imperial</b> Aus MSC-zertifizierter Fischerei <b>1 kg 4,99</b>
--	---	---	--	--

<b>Käse des Monats</b> <b>Drei Klassiker für jeden Geschmack</b> <b>je 100 g 0,77</b>	<b>Galbani Gorgonzola Intenso DOP</b> Italienischer Weichkäse mit Edelpilzkulturen, aromatisch-würzig, 48 % Fett i. Tr. <b>100 g 1,69</b>	<b>Käserebellen</b> Österreichischer Schnittkäse, verschiedene Sorten, mind. 50 % Fett i. Tr. <b>je 100 g 1,99</b>	<b>GLOBUS</b> <b>Käsetheke</b>
---	---	--	-----------------------------------

<b>Leerdammer Original, Léger oder Delacrème</b> Holländischer Schnittkäse, nussig-mild, mit typischer Lochung, 32-45 % Fett i. Tr. <b>je 100 g 0,99</b>	<b>Zillertaler Bio Bergkäse</b> Österreichischer Hartkäse mit Heuernmilch g.t.S. hergestellt, aromatisch, würzig, 45 % Fett i. Tr. <b>100 g 1,99</b>	<b>Käsesalat Schweizer Art</b> Käsezubereitung mit Fleischwurst und Paprika, in einer fein-würzigen Vinaigrette <b>100 g 1,29</b>	<b>Géramont, L'Affiné Saint Albray oder Chaumes</b> Französische Weichkäse, mild-cremig oder aromatisch-würzig, 51/52/60 % Fett i. Tr. <b>je 100 g 1,79</b>	<b>Käsefeingebäck</b> Fein-würzig, ideal zu Frischkäse oder zum Knabbern, 1 kg = 16.13 <b>80 g 1,29</b>
--	--	---	---	---



Pizza Wolke  
Verschiedene Sorten,  
tiefgefroren,  
1 kg = 9.28



je 430 g  
**3,99**  
5,49



Dr. Oetker Intermezzo  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 kg: 9.42–10.85



je 165–190 g  
**1,79**  
2,99

Iglo Fischstäbchen  
Tiefgefroren, 1 kg = 11.08



360 g  
**3,99**  
4,49

Glutenfrei

Dr. Oetker Wölkchen  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.72



je 125 g  
**0,59**  
0,79

Dr. Oetker Götterspeise  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.27



je 150 g  
**0,49**  
0,59

Snackmaster Mikrowellen-Pommes

Verschiedene Sorten, tiefgefroren, 1 kg = 7.93



je 140 g  
**1,11**  
1,39

Mars, Snickers oder Twix Eisriegel

Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 l: 9.11–13.28



je 172,5–251,5 ml  
**2,29**  
3,49

Jeden Tag  
Fruchtjoghurt  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 1.67



je 150 g  
**0,25**  
0,29

Arla Skyr Natur oder Frucht  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 3.31–3.73



je 400–450 g  
**1,49**

yfood  
Trinkmahlzeit  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 5.98  
+ Pfand 0.25



je 500 ml  
**2,99**

Müller  
Müllermilch Protein  
oder Müllerdrink  
Vegan  
Verschiedene Sorten,  
PET-Flasche,  
1 l = 2.78  
+ Pfand 0.25



je 400 ml  
**1,11**

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



je 500 g  
**1,99**  
2,69



Bonduelle Salat  
Family-Mix oder  
Country-Mix  
1 kg = 8.30



je 300 g  
**2,49**

Hilcona Gefüllte Nudeln  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 10.36



je 250 g  
**2,59**  
3,49

Weihenstephan Schlagrahm

32 % Fett oder  
Sahne zum Kochen

15 % Fett,

1 kg = 5.96



je 250 g  
**1,49**  
1,59

Innocent  
Orangensaft  
Mit oder ohne Fruchtfleisch,  
PET-Flasche,  
1 l = 2.59  
+ Pfand 0.25

je 1.350 ml  
**3,49**



je 300 g  
**2,49**

Fräulein Heidemarie  
Puten-Schnitzel

SB-verpackt, 1 kg = 10.58



500 g  
**5,29**

Feinkost Popp Meistersalat  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 5.55

je 200 g  
**1,11**



Tulip Pulled Turkey  
1 kg = 11.98



500 g  
**5,99**  
6,99

Vosko Hähnchen Nuggets  
Im Backteig, mit Curry- und Süß-Sauer-Dip,  
1 kg = 6.76



250 g  
**1,69**

Fräulein Heidemarie  
Hähnchen-Brustfilet-Teilstück

SB-verpackt, 1 kg = 11.32



600 g  
**6,79**

GLOBUS FRESH 'N' GO  
Veganes Schnitzel  
oder Gemüseschnitzel  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 8.95

je 200 g  
**1,79**



Diese Woche noch billiger!

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

je 160–226 g  
**2,49**  
2,99



Nordsee Fisch  
Verschiedene Sorten, 1 kg:  
8.89–16.60



je 150–280 g  
**2,49**

Jede  
Woche  
neu

# Exklusive Rabatte für Mitglieder!



50 %

20 % 30 %

Jetzt für *mein GLOBUS*  
registrieren:

- Am Empfang\*
- Auf [globus.de/registrieren](http://globus.de/registrieren)
- In der GLOBUS App

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



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



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

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



je 250 ml  
**0.99**

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



Laktosefrei  
je 1 l  
**1.29**  
1.89

Landliebe Käsescheiben  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 11.93



je 150 g  
**1.79**  
2.59



je 150 g  
**1.99**  
2.29

Jede Woche neu

Exklusive Rabatte für  
mein GLOBUS Mitglieder!

**20%**  
mein GLOBUS

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

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



je 250 g  
**2.29**  
2.99

Aoste Stickado  
Verschiedene Sorten, 1 kg: 25.57–29.83

je 60–70 g  
**1.79**



Gutfried Geflügel Salami  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 13.90



je 100 g  
**1.39**  
1.99

Rügenwalder Mühlen Mett Zwiebel  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 14.90



je 100 g  
**1.49**  
1.89

Power System Proteinriegel  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 22.57



je 35 g  
**0.79**  
0.99



je 40 g  
**1.49**  
1.99



Harry Rosinen Stuten  
Geschnitten, 1 kg = 4.98



400 g  
**1.99**  
2.29

Mestemacher Eiweißbrot  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 5.96



je 250 g  
**1.49**  
2.19

Smashed Bagel  
Verschiedene Sorten, je 4 x 75 g, 1 kg = 4.97



je 300 g  
**1.49**  
1.59

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



je 54 g  
**0.89**  
0.99

Breitsamer Honig  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 9.98



je 500 g  
**4.99**

Alnatura Bio Gemüse Aufstrich  
1 kg = 15.36

110 g  
**1.69**



Grafschafter Goldsaft  
Im Spender, 1 kg = 3.58

500 g  
**1.79**



Krüger Signature Blend  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 17.79



je 140 g  
**2.49**  
3.29

Starbucks by Nespresso Kaffeekapseln  
Nespresso-kompatibel, verschiedene Sorten, je 10 Kapseln, 1 Kapsel = 0.37, 1 kg = 67.09



je 55 g  
**3.69**  
4.29



Angebots Gültigkeits-Garantie! → [globus.de/garantien](http://globus.de/garantien)

1 kg = 37.38



Vegan

80 g  
**2,99**Alnatura  
Zitronen-Sablés  
Zarte Gebäckspezialität,  
1 kg = 18.09

Vegan

110 g  
**1,99**Alnatura Bio Räucher-Tofu  
Buchenholzrauch, 1 kg = 8.45

Vegan

200 g  
**1,69**Alpro Barista  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 2.92

Vegan

je 750 ml  
**2,19**  
2,49Milram  
Vegane Schmand-Alternative  
1 kg = 5.95

Vegan

200 g  
**1,19**  
1,39Eleplant Vegane Butter  
100 % pflanzlich, buttrig im Geschmack,  
ohne Palmöl, 1 kg = 6.45

Vegan

Rügenwalder Mühle  
Vegane Aufschnitt  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 13.88–15.86Handl Tyrol  
Veggie  
Tyrolini  
Klassik,  
1 kg = 28.43

Vegan

70 g  
**1,99**  
2,49Handl Tyrol  
Veggie  
Wurzerl  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 29.83

Vegan

je 60 g  
**1,79**  
1,99Billie Green  
Vegane Snack  
Salami-Style  
Klassik oder Chili,  
1 kg = 26.53

Vegan

je 75 g  
**1,99**  
2,49

Beyond Veganer Burger, Hack oder Bratwurst

Verschiedene Sorten, tiefgefroren, 1 kg: 11.96–14.95

Vegan

je 200–250 g  
**2,99**  
3,79Iglo Green Cuisine  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 kg: 7.75–13.95je 200–360 g  
**2,79**Zweifel Vaya Snack  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 37.38Glutenfrei  
Laktosefrei

Vegan

je 80 g  
**2,99**  
3,49je 200 g  
**1,99**  
2,29Better Nature Tempeh  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 11.32–12.45

Vegan

je 200–220 g  
**2,49**Treats Vegane Peanuts  
1 kg = 10.76

Vegan

250 g  
**2,69**  
2,99Lindt Vegane Schokolade  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 39.90

Vegan

je 100 g  
**3,99**  
4,49Tartex Aufstrich  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 14.21–14.74

Vegan

je 135–140 g  
**1,99**  
2,29Lambertz Bio Hafer-Cookies  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 9.95

Vegan

je 200 g  
**1,99**  
2,29

Vegan

PROBIER'S  
VEGAN.  
DIESEN JANUAR.  
VEGANUARY ❤

bewusst leben

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

Vegane Vielfalt

Genuss in großer Angebotsbreite ganz ohne tierische Produkte.



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

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

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

[globus.de/vegane-produkte](http://globus.de/vegane-produkte)

Alnatura Bio Kichererbsen

Abtropfgewicht  
240 g,  
1 kg = 4.96



400 g  
**119**



Alnatura Bio Mini-Wiener  
1 kg = 16.41



170 g  
**279**



Carpe Diem  
Kombucha Fresh  
Verschiedene Sorten,  
PET-Flasche,  
1 l = 1.98  
+ Pfand 0.25



Vegan

je 0,5 l  
**099**

Grünfink Gemüsesaft  
Verschiedene Sorten,  
Tetra Pak,  
pfandfrei

Vegan

je 1 l  
**119**  
159



GLOBUS Kichererbsen  
Mit Meersalz,  
1 kg = 2.98

Vegan

400 g  
**079**  
099



Schamel Superroot  
Meerrettich Mousse  
1 kg = 14.74



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



Vegan

je 500 g  
**129**  
149

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

Vegan

je 190–250 g  
**149**  
169



Mogli Erdnuss Flips  
Mit Kichererbsen,  
1 kg = 33.00

Vegan

30 g  
**099**  
129



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



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



Vegan

je 50–150 ml  
**159**  
199

Nø Cosmetics  
Today Liquid  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 89.90

Vegan

je 100 ml  
**899**  
999



Greendoor  
Deo-Creme Classic  
1 l = 119.80

Vegan

50 ml  
**599**



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



Sodasan  
Orangen  
Kraftreiniger  
1 l = 6.58



Vegan

500 ml  
**329**  
369

Sodasan Waschmittel  
Pulver oder Flüssig  
Verschiedene Sorten,  
je 0,75–1,5 l/1,01 kg,  
1 WL: 0.29–0.33

Vegan

je 18–21 WL  
**599**



Claro  
Öko Klarspüler oder  
Nachfüllbeutel  
1 l = 4.50

Vegan

je 500 ml  
**225**  
245



Claro  
Maschinenpfleger  
1 kg = 31.19



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



je 110–175 g  
**129**

Mitsuba Streetfood Snackmix  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 14.21



je 140 g  
**199**  
2<sup>39</sup>

Funny-frisch  
Goldfischchli  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 11.10



je 100 g  
**111**  
1<sup>49</sup>

Lindt Classic Tafel  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 16.90



je 100 g  
**169**  
1<sup>49</sup>

Nippon Puffreis Häppchen  
Vollmilch oder Zartbitter  
1 kg = 8.95



je 200 g  
**179**

Stork Merci Finest Selection  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 11.16–13.29



je 210–250 g  
**279**

De Beukelaer  
Prinzenrolle  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 4.23–4.80



je 352–400 g  
**169**

Kuchen Meister Koala  
Schoko oder Milch,  
1 kg = 15.87



je 75 g  
**119**  
1<sup>39</sup>

Fisherman's Friend  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 31.60



je 25 g  
**079**  
0<sup>95</sup>

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

je 75 g  
**159**  
1<sup>75</sup>



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

je 325–490 g  
**169**



Hitschies Fruchtgummi  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 7.92



je 125 g  
**099**  
1<sup>39</sup>

Mirácoli 3 Portionen  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 9.40



je 265 g  
**249**  
3<sup>29</sup>



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



Maggi Würzmischung  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 23.17



Ostmann Gewürz  
Dose, verschiedene Sorten,  
1 kg: 13.88–88.80



je 12,5–80 g  
**111**

Knorr Basissauce  
Verschiedene Sorten,  
ergibt 500–750 ml, 1 l: 1.05–1.58



je 2er-/3er-Pack  
**079**

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



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



6 x 80 g  
**699**  
7<sup>49</sup>

Spreewaldhof Gewürzgurken  
Verschiedene Sorten,  
Abtropfgewicht 360–420 g,  
1 kg: 4.74–5.53



je 720 ml  
**199**  
2<sup>59</sup>

Werder  
Paprikasauce  
Klassisch  
oder Scharf  
1 kg = 3.18



je 500 g  
**159**  
1<sup>79</sup>

Kühne Surol  
oder Salata  
1 l = 1.99



je 750 ml  
**149**

Südzucker  
Feiner Rüben  
Zucker



1 kg  
**139**



Angebots Gültigkeits-Garantie! → [globus.de/garantien](http://globus.de/garantien)



## Wein des Monats



0,75 l  
**3,99**  
7,99

### Élevé Merlot Cabernet Sauvignon Vin de Pays d'Oc IGP

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

0,75 l  
**5,99**  
7,49



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

0,75 l  
**3,99**  
5,49



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

je 0,75 l  
**5,99**  
7,99

je 0,75 l  
**3,99**



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

je 0,75 l  
**3,99**



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



je 0,75 l  
**4,49**



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



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

je 0,75 l  
**5,99**  
6,99



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



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



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

je 0,5 l  
**15,99**  
19,99



### Gerolsteiner FLOW

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

### Scenatic Energy Drink

Verschiedene Sorten,  
1 l = 1.00  
+ Pfand 0.25

je 0,25 l  
**0,25**

### Knabe Malz

Malzbier  
Dose, 1 l = 1.98  
+ Pfand 0.25

0,5 l  
**0,99**



### Pfanner Fruchtsaft

Verschiedene Sorten,  
ausgenommen  
Orangensaft,  
Tetra Pak,  
pfandfrei

je 1 l  
**1,79**  
1,99



je 95 ml  
**1,59**



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



### Voelkel Shot

Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 16.74,  
pfandfrei

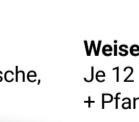
je 95 ml  
**1,59**



je 0,75 l  
**4,49**  
5,99



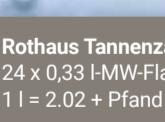
je Kiste  
**4,49**  
5,99



je Kiste  
**3,49**



je 0,5 l  
**1,49**  
1,79



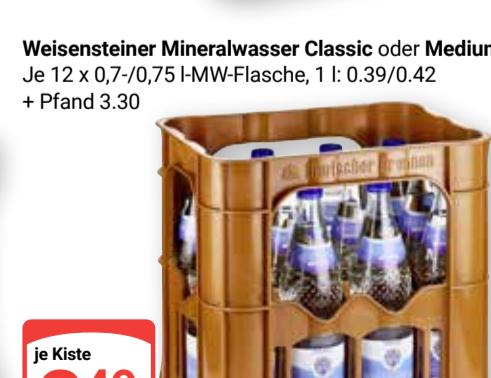
je Kiste  
**15,99**



je Kiste  
**5,49**



je Kiste  
**3,49**



Die ganze Welt der Weine

Entdecken Sie Ihre Favoriten aus aller Welt für jeden Anlass.



Winzergenossenschaft  
Vier Jahreszeiten  
Blauer Portugieser Rotwein  
Trocken oder halbtrocken



Gutes von hier  
je 1 l  
**3,99**  
4,49

Winzergenossenschaft  
Vier Jahreszeiten  
Palmberg Riesling QbA  
Trocken oder halbtrocken



Gutes von hier  
1 l  
**4,49**  
4,49

Winzergenossenschaft  
Vier Jahreszeiten  
Palmberg  
Portugieser Weißherbst  
Trocken



Gutes von hier  
1 l  
**4,49**  
4,49

Winzergenossenschaft  
Vier Jahreszeiten  
Gelber Muskateller  
Sekt Doux  
Süßer Sekt mit etwa  
60 g Restzucker, 1 l = 8.65



Gutes von hier  
0,75 l  
**6,49**  
7,79

Winzergenossenschaft  
Vier Jahreszeiten  
Merlot oder  
Cabernet Sauvignon  
Trocken,  
1 l = 6.65



Gutes von hier  
je 0,75 l  
**4,99**

Winzergenossenschaft  
Vier Jahreszeiten  
Cabernet Sauvignon  
Trocken,  
1 l = 7.05



Gutes von hier  
0,75 l  
**5,29**  
5,79

Winzergenossenschaft  
Vier Jahreszeiten  
Tempranillo Rotwein  
Trocken,  
1 l = 8.39



Gutes von hier  
0,75 l  
**6,29**  
6,79

Winzergenossenschaft  
Vier Jahreszeiten  
Dürkheimer Feuerberg  
St. Laurent Rot QbA  
Trocken,  
1 l = 6.65



Gutes von hier  
0,75 l  
**4,99**

Moselland Dornfelder  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 3.05



Diese Woche noch billiger!  
je 0,75 l  
**2,29**  
2,39

Moselland  
Spätburgunder QbA  
Trocken



Diese Woche noch billiger!  
1 l  
**2,49**  
2,79

Moselland  
Riesling  
Aus der Pfalz,  
trocken



Diese Woche noch billiger!  
1 l  
**2,49**  
2,89

Privatbrennerei  
Henry Mason  
Bourbon Whiskey  
Kentucky  
40 % Vol.,  
1 l = 12.41



Diese Woche noch billiger!  
0,7 l  
**8,69**  
9,49

Aquarissima Mineralwasser  
Verschiedene Sorten, je 12 x 1 l-PET-Flasche,  
1 l = 0.21 + Pfand 3.30



Diese Woche noch billiger!  
je Kiste  
**3,49**  
3,99

Q4 Mineralwasser Classic oder Medium  
Je 12 x 0,7 l-MW-Flasche, 1 l = 0.36  
+ Pfand 3.30



je Kiste  
**2,99**  
3,99

Berg Quellen Mineralwasser  
Verschiedene Sorten, PET-Flasche, 1 l = 0.66  
+ Pfand 1.50



je 6 x 0,75 l  
**2,99**  
3,99

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



je Kiste  
**8,99**

Jeden Tag Limonade  
Verschiedene Sorten, je 12 x 0,7 l-MW-Flasche,  
1 l = 0.51 + Pfand 3.30



Diese Woche noch billiger!  
je Kiste  
**4,29**  
4,99

Eichbaum Braumeisters Limonade  
Verschiedene Sorten,  
MW-Flasche, 1 l = 1.51  
+ Pfand 0.48



Gutes von hier  
je 6 x 0,33 l  
**2,99**  
3,99

Karamalz Alkoholfreies Malzgetränk  
MW-Flasche, 1 l = 1.51  
+ Pfand 0.48



je 6 x 0,33 l  
**2,99**  
3,99

Bellheimer Lord Pils  
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l/24 x 0,33 l-MW-Flasche, 1 l: 1.40/1.77 + Pfand 3.10/3.42



je Kiste  
**13,99**

# Motiviert ins neue Jahr



je 40 g  
**1 59**  
189

Powerbar Protein Riegel  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 39.75



je 35 g  
**0 79**  
099

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



je 55 g  
**1 99**  
269

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**  
319

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



je 24–25 g  
**5 99**  
749

More Nutrition Chunky Flavour  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 77.67



je 90 g  
**6 99**

All Stars Whey Protein  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 43.30



je 300 g  
**12 99**  
1599

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



je 300 g  
**17 99**

Powerbar Powergel Hydro  
Cola und Koffein,  
1 l = 29.70



67 ml  
**1 99**

Powerbar Powergel Shots  
Cola und Koffein,  
1 kg = 76.33



60 g  
**2 29**

Isostar Powertabs  
Cranberry oder Lemon  
1 kg = 33.25



je 120 g  
**3 99**  
499

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



je 500 g  
**0 89**  
099

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



420 g  
**2 29**  
299

Vegan

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



je 280 g  
**2 49**  
299

Bellani Protein Pasta  
1 kg = 4.98



400 g  
**1 99**  
299

Best Body  
Nutrition  
Shaker  
Schwarz  
oder pink



je Artikel  
**2 99**  
399

# 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



**Adelholzener Isotonisches Getränk**  
Verschiedene Sorten,  
PET-Flasche,  
1 l = 1.26  
+ Pfand 1.50



je 6 x 0,5 l  
**379  
402**

**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



**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



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



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



je Kiste  
**1399**

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





Imkerei Ullrich  
Lindenblütenhonig  
1 kg = 18.76

Bihophar Manuka Honig  
1 kg = 31.96



250 g  
**7,99**  
9,99



#### Alnatura Bio Honig

In der Spenderflasche,  
1 kg = 8.54



350 g  
**2,99**



#### Langnese Minis

Verschiedene Sorten,  
je 5 x 20 g,  
1 kg = 16.90



je 100 g  
**1,69**  
1,99

#### Bad Heilbrunner Gesundheitstee

Verschiedene Sorten, je 8 Beutel,  
1 Beutel = 0.12, 1 kg: 61.88–82.50

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



je 12–16 g  
**1,11**

#### Alnatura Kräutertee

Verschiedene Sorten,  
je 20 Beutel,  
1 Beutel = 0.07,  
1 kg = 49.67



je 30 g  
**1,49**



#### Doppelherz Heißgetränk

Verschiedene Sorten, je 10 Beutel,  
1 Beutel = 0.28



je Artikel  
**2,79**  
3,29



#### Krüger Heiße Zitrone

Heißgetränk, mit Vitamin C und Zink,  
20 Beutel, 1 Beutel = 0.10,  
1 kg = 12.44

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



je 160 g  
**1,99**  
2,29

#### Krüger Salbei-Honig

Im Beutel, 1 kg = 13.82

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



je 144 g  
**1,99**  
2,29

#### Teaballs GmbH Teaballs

Verschiedene Sorten,  
1 kg = 332.67



je 15 g  
**4,99**  
5,99

#### GLOBUS Tee Earl Grey

Verschiedene Sorten,  
1 kg = 26.53



je 75 g  
**1,99**  
2,39

#### Bünting Tee Früchtetee

Verschiedene Sorten,  
1 kg = 13.95

je 200 g  
**2,79**  
3,29

GLOBUS Grünstadt informiert:



## Dauerhaft günstig für Ihre Gesundheit

Da geht's mir gleich viel besser!

SIE SPAREN  
**34%**



Voltaren  
Schmerzgel forte  
2,32% Gel  
150 g  
statt € 30,48<sup>1)</sup>  
**€ 19,99**  
DAUER-TIEFPREIS  
1 kg = € 133,27

<sup>1)</sup> Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers.

Abgabe in haushaltstypischen Mengen, solange der Vorrat reicht. Für Druck- und Satzfehler keine Haftung.



Daimlerstraße 23 · 67269 Grünstadt · Telefon 06359-947971

www.apotheke-im-globus-gruenstadt.de

info@apotheke-im-globus-gruenstadt.de

Unsere Öffnungszeiten: Mo-Sa.: 08.00 – 21.00 Uhr



Hauptstraße 16 · 67269 Grünstadt · Telefon 06359-919237

www.schwanen-apotheke-gruenstadt.de

info@schwanen-apotheke-gruenstadt.de

Unsere Öffnungszeiten: Mo-Fr.: 08.30 – 18.30 Uhr, Sa.: 08.30 – 12.30 Uhr



## Standflächen-Vermietung

Suchen Sie nach einer Plattform, um Ihre Firma/  
Produkte/Dienstleistung zu präsentieren?

Im GLOBUS Grünstadt bieten wir hierfür  
geeignete Standflächen in der Passage und  
im Außenbereich für Ihre Promotion.

Bewerbung bitte an Frau Taudte unter:

Telefon: 06359 947-103

E-Mail: c.taudte@globus.net



# Discount-günstig

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



natuvell Netzschwamm



**natuvell Wattepads**  
100 % Baumwolle,  
weich & fusselfrei,  
10 Stück = 0.06



Diese Woche  
noch billiger!

140 Stück  
**0,89**  
0,95

Markenqualität  
zum Wohlfühlpreis

**natuvell Zahnbürste**  
Mittel, verschiedene  
Farben,  
Stück = 0.30



Diese Woche  
noch billiger!

je 3er-Pack  
**0,89**

Markenqualität  
zum Wohlfühlpreis

**natuvell Zahnseide-Sticks**  
Classic Jumbo Box  
10 Stück = 0.23

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

Diese Woche  
noch billiger!

100 Stück  
**2,29**

Markenqualität  
zum Wohlfühlpreis

**natuvell Wundpflaster Sensitiv**  
10 x 6 cm,  
Stück = 0.04

Markenqualität  
zum Wohlfühlpreis

20 Stück  
**0,89**  
1,00



**natuvell Pflasterverband**  
Steriler Wundverband,  
8 x 10 cm  
Stück = 0.36

Markenqualität  
zum Wohlfühlpreis

5er-Pack  
**1,79**  
1,95



**natuvell Wärmepflaster**  
9,5 cm x 13 cm



Markenqualität  
zum Wohlfühlpreis

2er-Pack  
**1,79**  
2,00

Jeden Tag Toilettenspender Classic  
3-lagig, 1.000 Blatt = 1.72



10 x 220 Blatt  
**3,79**

Diese Woche  
noch billiger!

Jeden Tag Küchentücher Classic Saugstark  
100 Blatt = 0.97



4 x 64 Blatt  
**2,49**

Diese Woche  
noch billiger!

**natuvell Taschentücher**  
4-lagig, 10 Tücher = 0.09



30 x 10 Tücher  
**2,79**

Diese Woche  
noch billiger!

**La Ligne Seife**  
Nachfüller,  
verschiedene  
Sorten  
1 l = 1.32

Diese Woche  
noch billiger!

je 750 ml  
**0,99**

**clino! WC-Schaum**  
Mit Aktivsauerstoff für eine gründliche  
2 Phasen-Tiefenreinigung, 5 Beutel,  
1 kg = 7.58

Diese Woche  
noch billiger!

5 x 100 g  
**3,79**



**clino! WC-Tabs**  
Stück = 0.08

Diese Woche  
noch billiger!

16 Stück  
**1,29**  
1,45



**clino! Brillenputztücher**  
10 Tücher = 0.17



52 Tücher  
**0,89**

Diese Woche  
noch billiger!

**clino! Feuchte Allzwecktücher**  
Verschiedene Sorten,  
10 Tücher = 0.22



je 50 Tücher  
**1,09**

Diese Woche  
noch billiger!

**clino! Geschirreiniger-Cabs**  
Multi-Power-Caps, 30 Stück, 1 kg = 8.42

Diese Woche  
noch billiger!

450 g  
**3,79**



**clino! Waschmittel Color-Pulver**  
1 WL = 0.12

Diese Woche  
noch billiger!

80 WL  
**9,49**  
9,95



**GLOBUS Leberwurst**  
In der Tube,  
1 kg = 22.53

75 g  
**1,69**



**GLOBUS Hundesnack**  
Entenbrust-  
streifen oder  
Hühnerbrust-  
streifen

je 1 kg  
**13,99**



**Neutrogena**

BEAUTY TO A SCIENCE

Neutrogena Collagen Tages- oder Nachcreme  
Tagescreme mit LSF 30, 1 l = 239.80



je 50 ml  
**11,99**  
12,99

**LISTERINE**

Listerine Total Care Mundspülung Verschiedene Sorten, 1 l = 6.98

je 500 ml  
**3,49**



**LISTERINE® PROFESSIONAL**

Listerine Professional Mundspülung Verschiedene Sorten, 1 l = 11.98

je 500 ml  
**5,99**  
6,95



**20% Rabatt\***  
auf alle Nature Love Nahrungsergänzungsmittel

ab 2 Artikeln vom 05.01.-10.01.2026.

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

Natur + Liebe Hundenassfutter Verschiedene Sorten, 1 kg = 4.48



je 400 g  
**1,79**  
2,29

Dove Dusche Verschiedene Sorten, 1 l = 7.96

je 250 ml  
**1,99**  
2,49



L'Oréal Men Expert Dusche Verschiedene Sorten, 1 l = 6.36

je 250 ml  
**1,59**



Hipp Früchte oder Frucht und Getreide Glaskost Verschiedene Sorten, 1 kg = 5.21



Wolfsblut Hundetrockenfutter Verschiedene Sorten, 1 kg = 4.80



je 12,5 kg  
**59,99**

Garnier SkinActive Gesichtsreinigung Verschiedene Sorten, 1 l: 8.23–16.45

je 200–400 ml  
**3,29**



Nivea Schaumfestiger oder Stylingspray Verschiedene Sorten, 1 l: 11.96–19.93

je 150–250 ml  
**2,99**



Sensodyne Zahncreme Verschiedene Sorten, 1 l = 3.32



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



je Packung  
**5,49**

Nivea Aftershave Balsam Verschiedene Sorten, 1 l = 59.90

je 100 ml  
**5,99**  
6,95



Wilkinson Hydro 3 Handstück + 9 Klingen oder Quattro Handstück + 9 Klingen Stück = 1.11

je Set  
**9,99**



HG Schimmelvernichter 1 l = 13.98



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

Animonda Vom Feinsten Katzenfutter Verschiedene Sorten, 1 kg = 6.90



je 100 g  
**0,69**  
0,89

Viss Kraft und Glanz Reinigungsspray Verschiedene Sorten, 1 l = 2.65

je 750 ml  
**1,99**



Viss Scheuermilch Verschiedene Sorten, 1 l = 2.98

je 500 ml  
**1,49**  
1,95



Vanish Oxi Action Pulver oder Spray Je 550 g/650–750 ml, 1 kg/1 l: 6.39–8.71



Cat's Best Original Katzenstreu Aus Pflanzenfasern, 1 kg = 1.63



4,3 kg  
**6,99**  
8,99

Heitmann Maschinen-Entkalker 3 in 1 1 kg = 11.37

175 g  
**1,99**  
2,25



Lenor Weichspüler Verschiedene Sorten, je 756 ml, 1 WL = 0.06

je 36 WL  
**1,99**  
9,99



**2€ SOFORT-RABATT**

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

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

Gültig vom 05.01. bis 10.01.2026



9-823217-222000

Die GLOBUS Drogerie: gepflegte Vielfalt

Von Baby- und Körperpflege über Hygieneartikel bis Tierfutter.

# Familienglück zu familiären Preisen



## Mogli Pizzastangen oder Dinkelbällchen

Verschiedene Sorten,  
1 kg: 14.53–27.25



**demeter**  
je 40–75 g  
**1 09**

## Billy Tiger Bio Pufuleti

Verschiedene Sorten,  
1 kg = 28.29

**demeter**  
je 35 g  
**0 99**



## Alete Milch-Getreide-Mahlzeit

Verschiedene Sorten, ab dem 10. Monat,  
1 l = 4.38



**ab 10.**  
je 2 x 200 ml  
**1 75**  
1 99

## Healthy Kids Bio Getränk

Verschiedene Sorten,  
PET-Flasche,  
1 l: 1.19–3.61  
+ Pfand 0.25



**demeter**  
je 0,33–0,5 l  
**1 19**  
1 49

## Tetesept: Badespaß

Verschiedene Sorten,  
1 kg = 18.37

**demeter**  
je 190 g  
**3 49**  
3 95



## Craze Inkee Badebombe

Verschiedene Ausführungen,  
1 kg = 43.63

**demeter**  
je 80 g  
**3 49**  
4 49



## 20% Rabatt\*

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



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

**demeter**  
75 ml  
**5 49**  
5 79



Jean Carol  
Baby-Waschlappen  
10 Stück = 0.57

**demeter**  
26 Stück  
**1 49**



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



Eltern-Kind-Service im Wickelraum

Jederzeit kostenlose Windeln und Pflegeprodukte für Ihr Baby.

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



**19,99**



**LEITZ**

je Artikel  
**19,99**

**Tagesplaner-Block**  
oder **To-do-Liste-Block**  
Verschiedene Ausführungen und Größen:  
von **2,99** bis **4,99**



ab  
**2,99**

**Prospekthüllen**  
DIN A4, stabil und dokumentenecht



**DURABLE**

100er-Pack  
**3,99**

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



Alle Artikel ohne Dekoration \*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

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

Passend dazu:  
Whiteboardmarker  
Wasserlöslich,  
Strichstärke: M,  
2er-Pack, **2,99**

**5,99**

**Kugelschreiber**  
Verschiedene Farben,  
Schreibfarbe:  
blau oder  
**Textmarker**  
Pastellfarben



je 6er-Pack  
**2,99**

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

Passend dazu:  
Faber Castell Kugel-  
schreiber Poly Ball  
Verschiedene Farben,  
je **3,99**

je Artikel  
**5,99**



**Ziptasche**  
 Geeignet für den sicheren Transport von z. B. Papieren, Accessoires, Stiften u. v. m., transparent, verschiedene Größen und Farben:  
von **1,49** bis **2,29**



ab  
**1,49**

**Ringordner**  
DIN A4, mit Gummizug, verschiedene Farben:  
je **1,99** oder  
**Sammelmappe**  
DIN A4, mit Gummizug, verschiedene Farben:  
je **0,99**



**Notizbuch Balacron**  
Schwarz mit runden Ecken, Elastik- und Leseband, je 80 Blatt/160 Seiten, Papier: weiß, 70 g/m², blanko, mit Linienspiegel und Falttasche hinten innen, verschiedene Farben, DIN A6: je **1,79**, DIN A5: je **2,79** oder DIN A4: je **3,79**

ab  
**1,79**



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

**brother**  
at your side

**21,99**

Passend dazu:  
Brother Schriftband  
6 mm, **9,99**



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

**LEITZ**

**27,99**  
45,29\*



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

**LEITZ**

**69,99**  
119,00\*



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



**9,99**  
19,99\*

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



je Artikel/Ser-Pack  
**3,49**

**Collegeblock**  
DIN A4, liniert oder kariert



je Artikel  
**2,49**  
5,39\*

**Oxford**

je Artikel  
**2,49**  
5,39\*



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



4-teiliges Set  
**99,99**  
249,00\*



## Das große Haushaltwaren- sparen

%

Induktion

Pfannen-Set Ingenio

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



Tefal

3-teiliges Set  
**39,99**  
94,99\*

**Pfanne XL Force**  
Aluminium, Titanium 2 x Antihaftversiegelung, Thermo-Signal,  
für alle Herdarten geeignet außer Induktion,  
Ø 20 cm: **14,99** (28,99\*),  
Ø 24 cm: **17,99** (32,99\*),  
Ø 28 cm: **19,99** (37,99\*),  
Ø 32 cm oder Wok,  
Ø 28 cm: je **24,99** (43,99\*)



**Tefal**

ab  
**14,99**  
28,99\*

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

sodastream

5-teiliges Set  
**79,99**  
199,90\*



Passend dazu:  
Glaskaraffe  
0,7 l, **9,99** (18,99\*)

**BRITA**

je Set  
**32,99**  
55,19\*

**Wasserfilter Marella**  
Kunststoff, reduziert Kalk und Geschmacks-  
störende Stoffe, gefiltertes Wasser: 1,4 l,  
elektronische Kartuschen-  
wechselanzeige,  
inkl. 6 Kartuschen,  
verschiedene Farben

Passend dazu:  
Filterkartusche  
Maxtra Pro 5 + 1  
Ab **27,99** (37,99\*)



**Getränkesirup**  
Ausreichend für ca. 9 l Fertiggetränk,  
verschiedene Sorten, je 440–500 ml:  
von **3,49** (5,49\*) bis 500 ml: je **3,99** (5,99\*),  
1 l: 7,93–7,98



ab  
**3,49**  
5,49\*

**2 in 1-Schwämme**

Mikrofaser/Nylon, weiche Seite: Fleckenentfernung  
und Polieren, grobe Seite: entfernt hartnäckigen Schmutz,  
bei 60 °C waschbar,  
16 x 10 x 10 cm



**Genius**

5er-Set  
**24,99**  
39,95\*

60 % saugfähiger als  
herkömmliche Schwämme  
(Herstellerangabe)

5er-Set

**14,99**  
29,99\*

Solange  
der Vorrat  
reicht

**Bügelbrett Benny**

Metall, dampf-  
durchlässige  
Bügelfläche:  
110 x 30 cm,  
höhenverstell-  
bar: bis 90 cm,  
Verschlussclip  
zum besseren  
Verstauen



**Bodenwischer Profi XL-Set**

Wischtuchpresse, Kunststoff,  
Wischer, Aluminiumstiel, mit  
360°-Kardangelenk mit Wisch-  
bezug Micro Duo, beseitigt  
bis zu 99 % der Viren und  
Bakterien (Herstellerangabe),  
bei 60 °C waschbar



**LEIFHEIT**

je Set  
**54,99**  
89,99\*



Wischbezug Superduster XL,  
speichert Staub, Tierhaare  
und Allergene, im Wert von  
19,99\* gratis dazu!

**Bodenwischer Power Mop 3 in 1-Set**

Passend dazu:  
Ersatzkopf  
4,99 (6,99\*)



je Set  
**12,99**  
21,99\*

**Bügeltisch Airboard M Compact Plus**  
Thermo-Reflect-Bezug für  
2-seitigen Bügeleffekt,  
höhenverstellbar: 78–98 cm:  
**44,99** (84,99\*) oder



**Airboard Express M Solid**

Baumwollbezug, für Dampfstationen,  
höhenverstellbar: 76–100 cm:  
**54,99** (99,99\*), Metall,  
Bügelfläche: 120 x 38 cm

**LEIFHEIT**

ab  
**44,99**  
84,99\*

Passend dazu:  
Bügeltischbezug  
Thermo-Reflect,  
125 x 40 cm:  
9,99 (18,99\*) oder  
140 x 45 cm:  
12,99 (20,99\*)

**Dampfbügeleisen Easygliss FV5718**

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



**Tefal**

**39,99**  
54,99\*

**Dampfstation SV6110**

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



**Tefal**

**89,99**  
249,99\*

**Wischbezug Profi**

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

Bis zu 400 x waschbar

**LEIFHEIT**

je Artikel  
**12,99**  
19,99\*



Cotton Plus:  
für Steinböden

Micro Duo:  
für alle glatten  
Böden

Extra Soft:  
für Parkett-  
und Holzböden

Wäschewanne  
25 l: je **4,99** (8,99\*) oder

Wäschekorb

50 l: je **7,99** (15,49\*) oder

Wäschekomplett

55 l: je **10,99** (22,99\*),  
Kunststoff

**rotho**  
SWISS DESIGN

ab  
**4,99**  
8,99\*



55 l

50 l

25 l

Alle Artikel ohne Dekoration

\*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

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



**DeLonghi**

**419,00**  
590,-\*

Passend dazu:  
Wasserfilter DLSC002  
**8,99** (9,99\*) oder  
Entkalker EcoDecalk  
1 l = 19,98,  
500 ml: **9,99** (12,00\*)



**Wasserkocher Bueno**

2.400 W, Edelstahl, 1,7 l, Soft-Touch-Griff, Abschaltautomatik oder **Toaster Bueno**  
800 W, Edelstahl, 7 Stufen, Aufwärmfunktion: je **37,99** (74,99\*) oder **Kaffeeautomat Bueno**  
1.000 W, Edelstahl, bis zu 10 Tassen, Filter herausnehmbar, Tropf-Stopp-Funktion, Abschaltautomatik, Warmhaltefunktion: **44,99** (74,99\*)



ab **37,99**  
74,99\*

**WMF**

**Allesschneider Solida 4**

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

**MADE IN GERMANY**

**ritter**

**99,99**  
169,99\*



**Mikrowelle mit Grill MG 20**

700 W, Grill: 1.000 W, 20 l, Garen auf bis zu 2 Ebenen durch Einschubrost, 27 x 46 x 39,5 cm: **89,99** (149,99\*) oder **MG 25**

900 W, 25 l, 5 Mikrowellenstufen, 3 Kombiprogramme, 29 x 50 x 42 cm: **99,99** (169,99\*)

**CASO DESIGN**

**89,99**  
149,99\*



**Kombi-Service**

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

**CREATABLE**

je 16-teiliges Set  
**24,99**  
89,99\*



Made in Europe

16-teiliges Set

**Besteck-Set Luna**

Edelstahl 18/10 hochglanzpoliert, je 12 Menümessner, Menügabeln, Menülöffel, Kaffeelöffel, Kuchengabeln

60-teiliges Set  
**29,99**  
59,99\*



60-teiliges Set

**Gläser-Set**

2-teilig, doppelwandig, Espresso-Gläser, 60 ml: **3,99** (9,95\*), Cappuccino-Gläser, 300 ml: **3,99** oder Latte Macchiato-Gläser, 400 ml: **8,99** (9,99\*)

ab **3,99**  
9,95\*

Für Heißgetränke geeignet



**Bodensauger ohne Beutel BGS05BL1H**

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

**BOSCH**  
Technik fürs Leben

**74,99**  
204,99\*



**Hand-/Akku-Sauger VCP5430**

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



Solange der Vorrat reicht

Auch als Handsauger nutzbar

**GRUNDIG**

**99,99**  
249,99\*



Passend dazu:  
Stövchen Edelstahl, **5,99** (6,99\*)

**74,99**  
179,99\*

**Rowenta**

**74,99**  
179,99\*

**Teekanne**  
1,2 l, mit Filtereinsatz aus Edelstahl



Alle Artikel ohne Dekoration \*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Jede  
Woche  
neu

# Exklusive Rabatte für Mitglieder!

Bis zu

# 30 % mein GLOBUS

Honey Pomelos hell  
Ursprung China, KL I,  
pro Stück

30 %  
Rabatt

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



30 %  
Rabatt

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



30 %  
Rabatt

Griesson Soft Cake  
Verschiedene Sorten,  
je 300 g



25 %  
Rabatt

Auf alle Hipp Windeln



30 %  
Rabatt

Auf alle GLOBUS Katzensnacks



20 %  
Rabatt

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



30 %  
Rabatt

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

Trinkglas  
400 ml, spülmaschinengeeignet,  
verschiedene Farben



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

CREATable

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



je 5er-Pack  
**7,99**  
9,99\*

PUMA

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



je Set  
**17,99**

Ordner

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



je Artikel  
**2,79**  
4,99\*

LEITZ

Frischhaltebox Easy Clip

Glas oder Kunststoff, BPA-frei, verschiedene  
Größen und Farben, von 450 ml: **5,49** (7,99\*)  
bis 2.250 ml: **14,99** (24,99\*)

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



ab  
**5,49**  
7,99\*

MEPAL

Selbst scannen, Zeit sparen  
und mit PAYBACK punkten



globus.de/scanandgo

Quarz-Wecker

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



je Artikel  
**9,99**  
14,99\*

manufakt

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 Grünstadt  
Daimlerstraße 23  
67269 Grünstadt  
Telefon: 06359 947-100  
globus.de/gruenstadt  
E-Mail: info-mhgru@globus.de

Gesellschaftssitz:  
Am Wirthembösch  
66606 St. Wendel

GLOBUS

Markthalle:  
Mo–Fr: 08.00–21.00 Uhr  
Sa: 07.00–21.00 Uhr  
Sonn- und feiertags geschlossen

Waschstraße:  
Mo–Sa: 08.00–19.00 Uhr

Tankstelle:  
24 Stunden mit Girocard, Kredit-  
oder Flottenkarte tanken.

## Das Beste aus beiden Welten!

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

Am Tablet am Empfang in der Markthalle,  
auf [globus.de/kundenprogramme](http://globus.de/kundenprogramme) oder in der GLOBUS App.

Bis  
zu 500  
°Punkte\*

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



Gültig vom 05.01. bis 17.01.2026

**GLOBUS** Spezial

# Bewusst genießen



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



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



**GLOBUS**

Echt gut gemacht.

# Fit durch den Winter, pflanzlich stark.

## Jetzt Vitamin C tanken

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



## Ingwer-Shot selbst machen



leicht



10 Min.



10 Portionen

100 g  
50 ml  
1 TL  
4–5

frischer Ingwer  
Agavendicksaft  
gemahlene Kurkuma  
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](#)



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



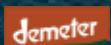
Demeter  
Bio Zwiebeln rot  
500 g-Netz  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



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.

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

**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.

**Jeden Tag Bio**  
Kürbiskerne  
1 kg = 9.96  
250 g  
**2.49**



**Alnatura**  
**Bio Sonnen-**  
**blumenkerne**  
1 kg = 3.98  
500 g  
**1.99**



**Alnatura**  
**Bio Walnuskerne**  
Im Frischepack,  
1 kg = 17.93  
150 g  
**2.69**



**Alnatura**  
**Bio Sesam**  
Ungeschält,  
1 kg = 8.95  
200 g  
**1.79**



**Alnatura**  
**Bio Saaten-**  
**mischung**  
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



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



Warum  
Bio-Mehl?

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

**Bessere Ballaststoffe und Vielfalt:** Vollkorn- und Spezialmehle (Dinkel, Roggen, Buchweizen) liefern einzigartige Aromen. **Umweltfreundlicher:** Fördert Bodenqualität, Artenvielfalt und enthält weniger chemische Rückstände.

**Transparenz:** Oft regionale Herkunft und faire Produktionsbedingungen.

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

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

#### 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

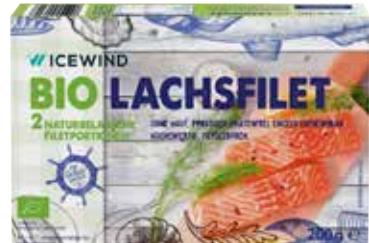
**500 g** Lachsfilets  
**300 g** Soba-Nudeln  
**1** Knoblauchzehe  
**1 Stück** Ingwer, daumengroß  
**1** Chilischote  
**2 EL** Reisessig  
**1 EL** Sojasauce  
**2 EL** Sesamöl  
**300 g** Edamame, TK, geschält  
**1** Salatgurke  
**1 EL** Sesam, schwarz  
**1 EL** Sesam, weiß  
**1** Limette,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



**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
  - 1 Min.**
  - 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



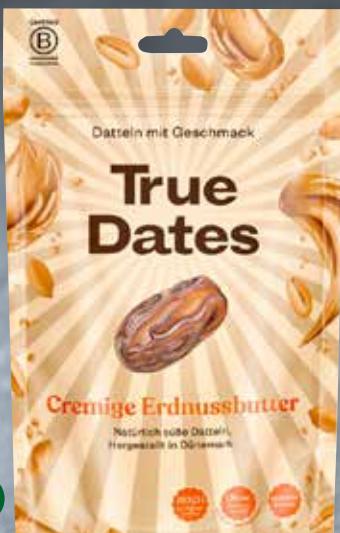
**Alnatura**  
Kokos Natur  
1 kg = 5.73  
400 g  
**2.29**



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/Früchtsaft:

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 auftupfen, danach mit Wasser ausspülen.

## Unser Beitrag für die Umwelt: sodasan

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

sodasan  
Allzweck  
Reiniger  
1 l  
**3.49**



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



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



Passende Nachfüller auch im Sortiment



# Bewusst ernähren, liebevoll begleiten.



## HiPP Schalenmenü

Verschiedene Sorten,  
1 kg = 7.96

je 250 g  
**1.99**



## Alete Menü im Glas

Verschiedene Sorten,  
ab 1 Jahr,  
1 kg = 5.16

je 250 g  
**1.29**



## FruchtBar

Bio Fruchtpüree  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 7.90

je 100 g  
**0.79**



## Mogli

Bio Kekse  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 15.92

je 125 g  
**1.99**



So fühlt sich  
Natürlichkeit  
an.

## Weleda Serum Drops

Verschiedene Sorten, 1 l = 266.33

je 30 ml  
**7.99**



## Greendoor Deo Stick

Classic,  
1 kg = 115.19  
52 g

**5.99**



NEU!

## 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  
**0,71 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.

