

Viel gespart zum Jahresstart:

GÜNSTIG

gibt's bei

GLOBUS

Lieken Urkorn Schnittbrot
Verschiedene Sorten,
1 kg: 2.98–3.73



je 400–500 g
1 49
1.89

Den Gamle Fruchtaufstrich
Verschiedene Sorten,
1 kg = 7.08



je 380 g
2 69

Kaba Kakao- oder Fruchtpulver
Verschiedene Sorten, 1 kg = 5.73



je 400 g
2 29
2.79

Krüger
Chai Latte
oder Matcha
Latte
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
5.96–10.64



je 140–250 g
1 49
2.99

Wiltmann Salami
Verschiedene Sorten,
1 kg: 16.13–18.43



je 70–80 g
1 29

Aoste
Luftgetrocknete
Ring- oder
Kordel-Salami
1 kg = 13.32



je 250 g
3 99

Finest Seafood Regenbogen
Forellenfilets
Ohne Haut,
geräuchert,
1 kg = 18.32



Diese Woche
noch billiger!

125 g
2 29

Zott Monte Maxi oder XXL
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.73



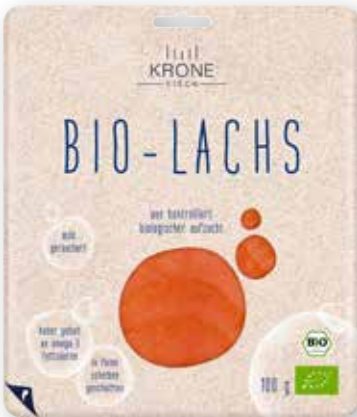
je 400 g
1 49

Wiesenhof Bruzzler
Verschiedene Sorten,
1 kg = 9.98



je 400 g
3 99
4.99

Krone Bio-Lachs
Aus kontrollierter biologischer Aufzucht, mild
geräuchert, in feine Scheiben geschnitten,
1 kg = 37.90



Diese Woche
noch billiger!



100 g
3 79
3.99

Old Amsterdam Käsescheiben
Verschiedene Sorten, 1 kg: 17.17–21.65



je 115–145 g
2 49
3.49

Innocent Soft
Verschiedene
Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 2.77
+ Pfand 0.25



je 900 ml
2 49

Butaris Feines Butterschmalz
Zum Braten, Backen, Kochen
und Frittieren,
1 kg = 13.98



500 g
6 99

Tillman's Toasty
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg = 9.96



je 280 g
2 79
3.99

Bauer Scheibenkäse
Verschiedene Sorten,
1 kg = 9.93



je 150 g
1 49
2.49

Mini Babybel Halbfester Schnittkäse
Verschiedene Sorten,
1 kg = 14.90



je 5 x 20 g
1 49

Bifi Original Roll oder Carazza
Verschiedene Sorten,
1 kg: 14.74–24.88



je 80–135 g
1 99

Bürger Maultaschen
Original schwäbisch,
1 kg = 4.63



300 g
1 39
1.79

Bibigo Gyoza Dumpling oder Wonton Suppe
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 9.68–9.97



je 300–309 g
2 99
3.79

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*)

Senseo

44⁹⁹
84⁹⁹*



Dampfbügeleisen SI3450L

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

GRUNDIG

12⁹⁹
49⁹⁹*



Treiteimer Paso

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

Passend dazu:

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

rotho

SWISS DESIGN

ab 9⁹⁹
19⁴⁹*

40 l

20 l

6 l



1. Klapptritt

Kunststoff, faltbar,
35 x 27 x 22 cm: 4.99 (17.99*)
oder 2. Sitzhocker

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

KESPER

KITCHEN AND HOME

ab 4⁹⁹
17⁹⁹*

Belastbarkeit
bis 150 kg

Belastbarkeit
bis 110 kg



Glas-Frischhaltedose

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

ab 1⁹⁹
3⁹⁹*



Jetzt die GLOBUS
App entdecken



globus.de/app

Iglo Schlemmerfilet oder Filegro

Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 7.08–11.21



je 240–380 g

2⁶⁹

ZERTIFIZIERTE
NACHHALTIGE
FISCHEREI
MSC

www.msc.org

Senseo Kaffeepads

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



je 100–111 g

2²²

Oro di Parma

Tomaten Passiert oder Stückig,
Pizza- oder Pastasauce

Verschiedene Sorten,
1 kg: 2.80–2.98



je 400–425 g

1¹⁹

Lorenz Crunchips
oder Crunchips
Wow oder Roasted

Verschiedene
Sorten,
1 kg: 6.34–10.09



je 110–200 g

1¹¹

Ritter Sport Tafelschokolade
Bunte Vielfalt

Verschiedene Sorten,
1 kg = 11.10



je 100 g

1¹¹

Hochland Grünländer Scheiben,
Hauchdünn oder Würfel

Verschiedene Sorten,
1 kg: 12.07–15.36



je 110–140 g

1⁶⁹

Frosta Fertiggericht
Classic oder Black Edition

Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 4.98–5.53



je 450–500 g

2⁴⁹

Nescafé Dolce Gusto

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



je 120–126 g

3⁹⁹

Knorr Schlemmersauce

Verschiedene Sorten,
1 l = 3.96



je 250 ml

0⁹⁹

Lorenz
Erdnuss-Locken

Verschiedene
Sorten,
1 kg: 6.80–9.15



je 130–175 g

1¹⁹

Knoppers
PICK & MIX

3 kaufen
1€
SOFORT
RABATT
mit Coupon!

Storck
Knoppers

Verschiedene
Sorten,
je 8 Stück,
1 kg = 8.45



je 200 g

1⁶⁹

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



VEGANUARY

Feinkost Popp Veganer Feinkostsalat

Verschiedene Sorten,
1 kg = 10.60

Vegan



je 150 g

1⁵⁹
1⁹⁹

Alpro Nuss-Drink

Verschiedene Sorten

Glutenfrei

Vegan



YFood Trinkmahlzeit

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

Vegan



je 500 ml

2⁹⁹

Maggi
Sauce in der Doppelpackung

Verschiedene Sorten,
ergibt 2 x 250 ml, 1 l = 1.58



je 2er-Pack

0⁷⁹

Mondamin
Soßenbinder

Verschiedene Sorten,
1 kg = 4.76



je 250 g

1¹⁹

Oreo

Verschiedene Sorten,
1 kg: 8.22–13.44



je 96–157 g

1²⁹

Alle Artikel ohne Dekoration *Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

KLA/KW03/26

 [instagram.com/globus.de](https://www.instagram.com/globus.de)



Viel gespart zum Jahresstart:

GÜNSTIG

gibt's bei

GLOBUS





Sarotti Schwarze Herren Schokolade Pralinen
oder Tiamo Trüffelmischung
1 kg: 19.45–31.37



je 124–200 g

3⁸⁹

Wawi Schoko-Reis
Verschiedene Sorten,
1 kg = 11.10



je 200 g

2²²

Dr. Oetker
Kuchenback-
mischung oder
Kleine Backideen
Verschiedene
Sorten,
1 kg: 4.81–11.63



je 240–580 g

2⁷⁹

Maggi Würze
Das gewisse
Tröpfchen
Etwas,
1 l = 9.36



202 ml

1⁸⁹

Just Spices
Allrounder Gewürz
Verschiedene Sorten,
1 kg: 50.53–84.22



je 45–75 g

3⁷⁹

Maille Original Dijon Senf
Verschiedene Sorten,
1 l = 9.95



je 200 ml

1⁹⁹

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



500 g

1⁶⁹

Bertolli Natives
Olivenöl extra
Verschiedene
Sorten,
1 l = 11.98



je 500 ml

5⁹⁹

De Beukelaer Gebäckstangen
Verschiedene Sorten,
1 kg = 10.32



je 125 g

1²⁹_{1⁹⁹}

Tyrrells Chips
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 12.60



je 150 g

1⁸⁹_{1⁹⁹}

Ültje Erdnüsse
Geröstet und gesalzen,
1 kg = 6.64



450 g

2⁹⁹

Böhme Fruchtkaramellen
1 kg = 5.96



250 g

1⁴⁹

Lorenz Snack-Hits
Snackbox,
1 kg = 8.89



280 g

2⁴⁹

Hawesta Heringsfilets
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.95



je 200 g

1¹⁹_{1⁹⁹}

Meica Würstchen
Verschiedene
Sorten, Abtropf-
gewicht 250 g,
1 kg = 11.96



je 540 g

2⁹⁹_{3⁹⁹}

Zabler
Hochzeit Nudeln
Verschiedene
Ausformungen,
1 kg = 4.44



je 250 g

1¹¹

Nissin Foods
Demae Ramen Snack
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.90



je 100 g

0⁵⁹_{0⁶⁹}

Hengstenberg
Knax Gewürzgurken
oder Sticksi
Verschiedene
Sorten, Abtropf-
gewicht 360 g,
1 kg = 4.97



je 720 ml

1⁷⁹

Hengstenberg
Essig
Verschiedene
Sorten,
1 l = 4.98



je 500 ml

2⁴⁹_{3⁴⁹}

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



je 0,75 l
2⁶⁹
2⁹⁹

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



je 0,75 l
4⁹⁹

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
10⁹⁹

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



je 0,7 l
11⁹⁹

Wodka
Gorbatschow
37,5 % Vol.,
verschiedene
Sorten,
1 l = 8.56



je 0,7 l
5⁹⁹

Allgäuer Buble
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l-MW-
Bügelverschlussflasche, 1 l = 1.40
+ Pfand 4.50



je Kiste
13⁹⁹

Karlsberg UrPils, Pilsener oder Natur Radler
Je 20 x 0,5 l-/24 x 0,33 l-MW-Flasche,
1 l: 1.30/1.64
+ Pfand
3.10/3.42



je Kiste
12⁹⁹
18⁹⁹

Astra Bier
Verschiedene Sorten, MW-Flasche,
1 l = 2.02 + Pfand 0.48



je 6 x 0,33 l
3⁹⁹
4⁹⁹

Benediktiner Hell
MW-Flasche,
1 l = 2.27 + Pfand 0.48



6 x 0,33 l
4⁴⁹
5⁵⁹

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



je Kiste
3⁴⁹

Berg Quellen Mineralwasser
Verschiedene Sorten, je 12 x 0,7 l-/0,75 l-MW-
Flasche, 1 l: 0.39/0.42
+ Pfand
3.30



je Kiste
3⁴⁹

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



je 6 x 1,25 l
5⁹⁹

Fa Dusche
Verschiedene Sorten,
1 l = 3.96



je 250 ml
0⁹⁹

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



je 200–250 ml
1⁹⁹

Axe Deospray
Verschiedene Sorten,
1 l = 22.20



je 150 ml
3³³

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



je 10–20 Stück
2⁴⁹
3²⁵

Pril
Handgeschirrspülmittel
Verschiedene Sorten,
1 l: 2.06–3.09



je 450–675 ml
1³⁹

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



je Packung
6⁹⁹

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



je 28–38 WL
1⁵⁹
1⁹⁵

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



je 80–100 WL
12⁹⁹

Cesar
Hundenassfutter
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 5.00



je 150 g
0⁷⁵

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



je 200–250 g
3⁹⁹







Der Umwelt zuliebe un-verpackt

JETZT TEILNEHMEN

je Stück

079

Kiwis gold

Ursprung Griechenland/
Italien, Sorte Sungold,
KL I

je Stück

059

Kiwis grün

Ursprung Griechenland/
Italien, Sorte Hayward,
KL I

1x

AKTIVURLAUB IM
WERT VON 4.000 €

2x

PREMIUM
KÜCHENMASCHINE

300x

JAHRESABO
FÜR PREMIUM
GESUNDHEITSAPP



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



300 g-Schale

222

Premium Mini-Bananen

Ursprung Ecuador,
1 kg = 7.40



3er-Schale

199

Passionsfrüchte

Ursprung Kolumbien



je 125 g-Schale

099

Heidelbeeren

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



800 g-Schale

199

Tafeläpfel „Pompur“

Ursprung Deutschland,
KL I, 1 kg = 2.49

Allergiker-
freundlich

HERKUNFT
AUS DEUTSCHLAND



1 kg

139

Der Umwelt zuliebe un-verpackt

Wirsing

Ursprung Italien,
KL I



je 800 g-Schale

169

GLOBUS Suppengrün

Ursprung Deutschland/Italien,
1 kg = 2.11



pro Stück

111

GLOBUS Bio

GLOBUS Bio Gurken

Ursprung Spanien, KL II



500 g-Beutel

199

Buschbohnen

Ursprung Marokko, KL I,
1 kg = 3.98



je 500 g-Beutel

149

Chicorée

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



je kg

149

Süßkartoffeln orangefleischig

Ursprung Ägypten/USA,
Sorte Covington

Der Umwelt zuliebe un-verpackt



je 400 g-Schale

169

Champignons braun

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



je 1 kg-Netz

100

Speisezwiebeln gelb

Ursprung Deutschland/
Neuseeland, KL I



126 g

179

289

Cenovis

Klare Gemüsebrühe

Ohne Hefeextrakt



Vegan



Glutenfrei



Laktosefrei



450 g

199

249

Alnavit Bio Haferflocken

1 kg = 4.42



Glutenfrei



Vegan



je 80–250 ml

149

Innocent Smoothie,
Plus Smoothie oder Shot

Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l: 5.96–18.63
+ Pfand 0.25



Vegan

KLA/KW03/26



Angebots-Garantie! → globus.de/garantien

GLOBUS

Meisterbäckerei



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

Herr Engelhardt,
Teamleiter der Meisterbäckerei

GLOBUS Steinofenbrot

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

1.000 g
3²⁰



Snackinsel

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

1 belegtes GLOBUS Brötchen
+ 1 Softgetränk nach Wahl
Verschiedene Sorten, v0,5 l
PET-Flasche + Pfand 0.25



Kombiangebot

4⁵⁵



Elsässer Brötchen

pro Stück
1²⁰



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

280 g
2⁶⁵



GLOBUS Berliner
Gebacken aus einem
Butterhefeteig, mit
Mehrf Fruchtfüllung,
Stück = 0.91

4 Stück
3⁶⁵



Nachhaltig in Papier-
schachtel verpackt

GLOBUS Donauwelle
Mit Motiv,
1 kg = 18.08

260 g
4⁷⁰



GLOBUS Dinkelzwilling
Dinkelbrot,
1 kg = 4.80

750 g
3⁶⁰



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

je 620–820 g
5⁹⁹
6²⁰



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

700 g
5³⁰



GLOBUS Vollkornbrötchen
Stück = 0.48

4 Stück
1⁹⁰



4 kaufen –
nur 3 bezahlen!

GLOBUS Weizenbrötchen
Zum Aufbacken,
Stück = 0.18

10 Stück
1⁷⁹



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

4 Stück
3⁹⁹
4¹⁵



GLOBUS

Restaurant

Bei GLOBUS sind die Kleinsten die Größten

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

essen
gratis*



An unserer Sushitheke

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



298 g
7⁹⁹



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

321 g
7⁵⁰



Wochengerichte

Geflügelfrikadelle
mit Feta überbacken,
dazu Tsatsiki und
Pommes frites

10⁵⁰



Bunte Tortellinipfanne
mit Fleischfüllung,
dazu Gorgonzolasauce

7⁰⁰



Wechselnde Tagesgerichte

Hähnchengeschnitzeltes
Züricher Art
mit Spätzle

Montag

9⁵⁰



Schweizer Schnitzel
dazu Pommes frites

Donnerstag

10⁰⁰



Käsespätzle
mit kleinem Beilagensalat

Dienstag

8⁵⁰



Gebratenes Zanderfilet
auf Grillgemüse,
dazu Kräuterreis

Freitag

11⁵⁰



Schweinefilet
mit Rahmsauce,
Mischgemüse
und Röstitaler

Mittwoch

10⁵⁰



Hirschgulasch
mit Wurzelgemüse
in Rotwein geschmort,
dazu Knödel

Samstag

12⁵⁰



GLOBUS

Fachmetzgerei



GLOBUS Zupfbraten
Vom saftigen Schweinehinterschinken, in der Backfenschale

1 kg **7⁹⁰**



GLOBUS Biergartenbraten
Mit Bergkäse, Kochschinken* und Alpensalz

1 kg **8⁹⁰**



GLOBUS Backofenbraten
Verschiedene Variationen, vom Schwein

je kg **8⁹⁰**



Cordon bleu*
Vom Schwein


1 kg **8⁹⁰**



GLOBUS Schweinegeschnetzeltes
Verschieden mariniert

je kg **7⁹⁰**

Herrn Frenzels Wurst-Empfehlung:



Sport-Salami

100 g **1⁴⁹**

GLOBUS Wiener Würstchen*
Im zarten Saitling



1 kg **8⁹⁰**

GLOBUS Käsewürstchen*
Im zarten Saitling



1 kg **10⁹⁰**

Braten-Aufschnitt



100 g **1⁵⁹**

Qualität und Frische

Bei unseren Eigenproduktionen setzen wir auf Qualität & Frische – von Lieferanten, mit denen wir vertrauensvoll zusammenarbeiten.

Kotelett
Geschnitten vom Kamm oder Stiel



je kg **5⁹⁰**

GLOBUS Leberknödel
Nach hauseigener Rezeptur



1 kg **7⁹⁰**

Putenschnitzel



1 kg **14⁹⁰**

Spinner Schwarzwälder Schinken



100 g **1³⁹**

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 **6⁴⁰**

GLOBUS Rinderrouladen
Vom Charolais-Jungbullen



1 kg **15⁹⁰**



Bestes Schweinefleisch aus Flandern

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

GLOBUS Leberknödel
Nach hauseigener Rezeptur



1 kg **7⁹⁰**

So entsteht unsere Blut- & Leberwurst



GLOBUS Rohesser
Nach Westfälischer Art, im zarten Saitling



1 kg **8⁹⁰**

Jetzt noch günstiger!

GLOBUS Suppenfleisch
Vom Charolais-Jungbullen, aus dem Brustkern



1 kg **11⁹⁰**

Schweineschnitzelfleisch
Aus der Keule, Hüfte oder Unterschale, am Stück



je kg **5⁴⁰**

GLOBUS Kohlrouladen
Küchenfertig



1 kg **13⁹⁰**

*Mit Phosphat

GLOBUS Hausmacher Bratwurst
Grob



1 kg **5⁹⁰**

Jetzt noch günstiger!

GLOBUS Schweine-spießbraten
Vom frischen Schweinekamm



1 kg **8⁹⁰**

GLOBUS

Fischtheke

Viktoriaseebarschfilet
Ideal zum Braten, festes Fleisch,
aromatischer Geschmack

100 g
1 79
2¹⁹

100 g
1 19
2¹⁹

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

**Herrn Hohmanns
Fisch-Empfehlung:**



100 g
1 29
1⁷⁹



**Kabeljaufilet-
Portionen**

Ohne Haut, aufgetaut, aus MSC-
zertifizierter Fischerei

100 g
1 59
2¹⁹

Geräucherte Forelle
Besonders saftig durch
die Heißräucherung

Shrimpscocktail Miami
Mit exotischen Früchten,
in sahnigem Dressing



100 g
1 69
2⁴⁹

Thunfisch-Frischkäsezubereitung
Doppelrahmstufe im
Milchanteil



100 g
1 00



Seealgenzubereitung
Ideal als Beilage zu gebratenem
Fisch, aufgetaut, mariniert



100 g
1 69

Matjesdoppelfilet
Aus MSC-zertifizierter
Fischerei



pro Stück
1 49



Lachsspezialität
Verschiedene Sorten



je 100 g
3 99

**Frau Cekas
Käse-Empfehlung:**



100 g
1 79
2¹⁹

Taleggio DOP

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

100 g
2 29

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

100 g
1 99
2²⁹

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



je 100 g
1 29
1⁶⁹

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

100 g
1 79
2⁶⁹

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

GLOBUS

Käsetheke

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
1⁶⁹



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



100 g
1 69
2¹⁹

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 = 11.54



520 g
6 00
7⁰⁰



globus.de/kaesetheke

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

je 105–140 g
1²⁹
~~1⁸⁹~~



Schwälbchen Körfez Joghurt
3,5 % oder 10 % Fett

je 1 kg
2¹⁹
~~2⁶⁹~~



Zum Dorfkrug Dessert
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.31

je 375 g
1⁹⁹
~~2⁴⁹~~



Nestlé Mix-in
Verschiedene Sorten,
1 kg = 4.92

je 120 g
0⁵⁹
~~0⁹⁹~~



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

je 250 g
0⁸⁸
~~0⁹⁹~~



GLOBUS
Stremellachs
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 23.92

Diese Woche
noch billiger!

je 125 g
2⁹⁹
~~3⁹⁹~~



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

Diese Woche
noch billiger!

350 g
2⁷⁹



Fräulein Heidemarie
Putenbrustfilet
SB-verpackt

1 kg
9²⁹



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

600 g
3⁹⁹



Hello Sandwich
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
8.05–14.90

Diese Woche
noch billiger!

je 100–185 g
1⁴⁹
~~1⁹⁹~~



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

je 400–500 g
1⁹⁹



Nadler Heringsfilets
Verschiedene Sorten,
1 kg: 5.20–7.63

je 300–440 g
2²⁹



Vossoکو Hähnchen Nuggets im Backteig
Tiefgefroren

1 kg
5⁹⁹



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

je 320–400 g
9⁹⁹



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

325 g
2⁷⁹



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

320 g
4⁹⁹



Jeden Tag Königsberger Klopse
Tiefgefroren, 1 kg = 3.98

450 g
1⁷⁹
~~1⁹⁹~~



Diese Woche
noch billiger!

Iglo Rahmspinat oder Apfelrotkohl
Tiefgefroren, 1 kg = 2.39

je 750 g
1⁷⁹



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

je 600–750 g
1⁵⁹
~~2⁷⁹~~



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

je 825–900 ml
1⁶⁹



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

je 250–300 g
3³³
~~5³⁹~~



Ferrero Eis Multipack
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 l: 7.75–15.50

je 180–360 ml
2⁷⁹



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

je 300–540 g
1⁴⁹





WhatsApp-Kanal

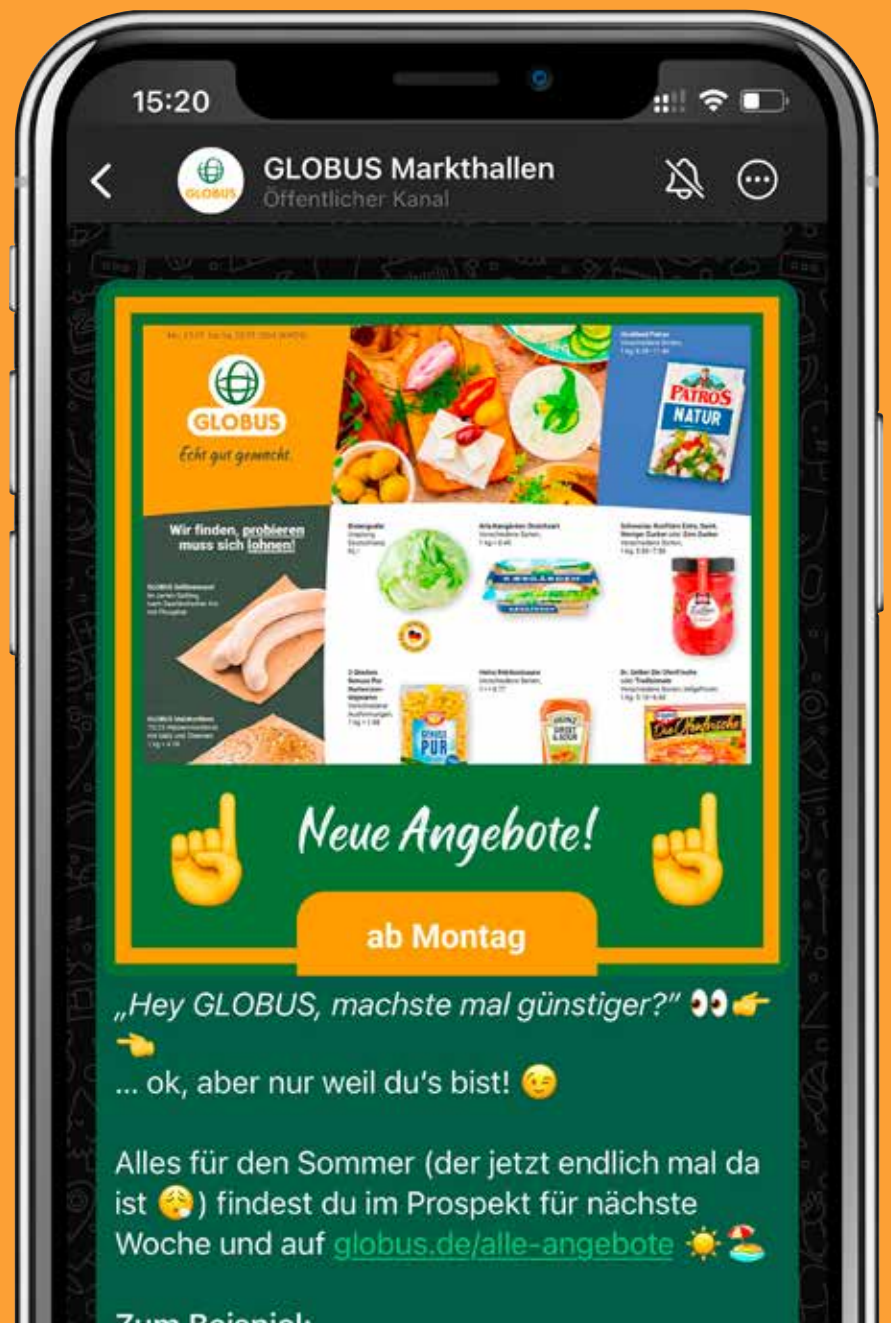
Exklusive Einblicke

Infos als Erstes



globus.de/whatsapp

Jetzt Kanal abonnieren



facebook.com/globus.de

Bresso Frischkäse
Verschiedene Sorten, im Becher oder
als Portionen, 1 kg: 7.93–9.92



je 120–150 g
1 19

Gutfried Geflügel-Fleischwurst
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.23



je 400 g
2 49
3⁴⁹

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



je 10 Stück
2 49
2⁶⁹

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

je 1 l
1 11
1³⁹



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

Glutenfrei

je 125–200 g
1 99



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

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

Diese Woche
noch billiger!

je 1 l
0 79



Jeden Tag Geriebener Käse
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.76

Diese Woche
noch billiger!

je 250 g
1 69



Jeden Tag
Bacon Scheiben
Geräuchert,
1 kg = 11.90

Diese Woche
noch billiger!

100 g
1 19



Jeden Tag Salami
Verschiedene Sorten,
1 kg = 7.45

Diese Woche
noch billiger!

je 200 g
1 49
1⁶⁹



Jeden Tag
Konfitüre Extra
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.31

Diese Woche
noch billiger!

je 450 g
1 49
1⁷⁹



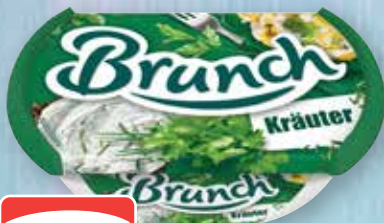
Jede
Woche
neu
Exklusive Rabatte für
mein GLOBUS Mitglieder!

30%
mein GLOBUS

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



Brunch
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.00



je 185 g
1 11
1⁹⁹

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



je 125 g
1 49
2²⁹

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



je 125 g
0 99

Golden Toast
Dinkel Harmonie Sandwich
1 kg = 3.05



750 g
2 29
2⁹⁹

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



250 g
1 29
1⁶⁹

Ibis Milchbrötchen
1 kg = 2.90



480 g
1 39
1⁸⁹

Diese Woche
noch billiger!

Harry Burger
oder Hot Dog
Brötchen
4er- oder
6er-Pack,
1 kg:
4.97–5.96

je 250–300 g
1 49



Grafschafter Original Goldsaft
Der herzhaft-süße Brotaufstrich,
1 kg = 3.09



450 g
1 39
1⁷⁹

Jede
Woche
neu
Exklusive Rabatte für
mein GLOBUS Mitglieder!

20%
mein GLOBUS

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



Jacobs
Cappuccino
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
8.73–12.03

je 290–400 g
3 49
4²⁹



Eduscho
Lieblingsbohnen
1 kg = 13.32

750 g
9 99
12⁹⁹



Dr. Oetker
Vitalis Müsli
Verschiedene
Sorten, 1 kg: 3.82–6.94

je 425–600 g
2 29





PROBIER'S
VEGAN.
DIESEN JANUAR.

VEGANUARY



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



Vegan

250 g
0⁹⁹
1²⁹

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



Vegan

je 250 g
1⁷⁹
2⁰⁹

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



Vegan

je 170–180 g
2⁴⁹
2⁷⁹

Lavera Bio Dusche
Verschiedene Sorten,
1 l = 17.45



Vegan

500 ml
2⁹⁹

Lavera Bio Shampoo
Verschiedene Sorten,
1 l = 15.96



Vegan

je 250 ml
3⁴⁹
3⁹⁵

Lavera Bio Spülung
Verschiedene Sorten,
1 l = 19.95



Vegan

je 250 ml
3⁹⁹
4⁹⁹

GLOBUS Braune Linsen
1 kg = 3.71



Vegan

400 g
0⁸⁹
0⁹⁹

Planted. Veganes Steak
1 kg = 29.08



Vegan

120 g
3⁴⁹
3⁹⁹

Rügenwalder Mühle
Vegane Mühlen Frikadellen Minis
1 kg = 14.48



Vegan

165 g
2³⁹
2⁹⁹

Alnatura Bio Vegane Mayo
1 l = 9.16



Vegan

250 ml
2²⁹

Alnatura Bio Falafel
1 kg = 8.76



Vegan

170 g
1⁴⁹

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



Vegan

je 200 g
1²⁹
1⁴⁹

Frisia
Ufonauten
Spitztüte,
1 kg = 19.10



Vegan

78 g
1⁴⁹
1⁹⁹

Veganz Bio Protein Choc Bar
1 kg = 25.80



Vegan

50 g
1²⁹

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



Vegan

je 55–60 g
1⁹⁹

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



Vegan

je 75–100 g
2²⁹
2⁷⁹

Wein-Empfehlung

von Herrn Dettweiler
(Mitarbeiter der Weinabteilung)



0,75 l
6⁹⁹
~~10⁹⁹~~

Valerio Zenato
Lugana DOC Riel

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

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 = 1.98
+ Pfand 0.25

je 0,5 l
0⁹⁹
~~1³⁹~~



LeviUp Energy Drink
Verschiedene Sorten,
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



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

je 0,5 l
0⁹⁹



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

je 0,75 l
3⁴⁹
~~4⁹⁹~~



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

je 0,75 l
4⁴⁹



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

0,75 l
4⁹⁹
~~5⁹⁹~~



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

0,75 l
14⁹⁹



Winzer Krems
Sandgrube 13
Blauer Zweigelt,
Grüner Veltliner,
Weißburgunder
Trocken oder
Zweigelt
Halbtrocken, gehalt-
volle, fruchtig-frische
Weine, 1 l = 7.05

je 0,75 l
5²⁹
~~5⁴⁹~~



Weinbiet
Pink Temptation
Gemeinsam mit der Weinbiet
Manufaktur haben wir diese
Cuvée aus Cabernet Sauvignon
und Merlot kreiert, unkompli-
ziert und saftig, 1 l = 6.65



0,75 l
4⁹⁹
~~5⁹⁹~~

Exklusiv
bei uns



Abbazia Asti
Fortuna DOCG
1 l = 6.65

Diese Woche
noch billiger!

0,75 l
4⁹⁹
~~5⁴⁹~~



Bosco Dei Cirmoli
Prosecco
Frizzante DOC
1 l = 4.65

0,75 l
3⁴⁹



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

0,7 l
34⁹⁹



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

0,7 l
9⁹⁹
~~12⁹⁹~~



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

0,7 l
18⁹⁹
~~22⁹⁹~~



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

0,7 l
27⁹⁹
~~31⁹⁹~~



Odenwald Quelle Schorle
Verschiedene Sorten, je 12 x 1 l-PET-Flasche,
1 l = 0.75 + Pfand 4.50



je Kiste
8⁹⁹
~~11⁷⁹~~

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



je Kiste
13⁹⁹
~~18⁹⁹~~

Villa Massa Limoncello
30 % Vol., Liqueure di
Limone di Sorrento,
1 l = 21.41

0,7 l
14⁹⁹
~~16⁹⁹~~



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



0,7 l
4⁹⁹



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



je 0,33 l
0⁹⁹



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

Auch erhältlich
Wasser mit Zitrone

je 6 x 0,5 l
2⁴⁹
~~2⁷⁹~~



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



GLOBUS Weinfachberater

Nutzen Sie das Wissen unserer IHK-zertifizierten Weinfachberater.

Bio Ingwer
Ursprung Brasilien/
China/Peru

je kg
3⁹⁰



Der Umwelt
zuliebe un-
verpackt



natuvel Recycling Taschentücher Balsam Box

4-lagig, 10 Tücher = 0.12

80 Tücher
0⁹⁵



Meßmer Kräuter- oder Früchtetee
Verschiedene Sorten, je 20–25 Beutel,
1 Beutel: 0.08–0.09, 1 kg: 19.87–42.57

je 35–75 g
1⁴⁹



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
0⁹⁹



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

je 75–100 g
1⁹⁹



Yogi Tea
Verschiedene
Sorten,
je 17 Beutel,
1 Beutel =
0.11, 1 kg:
53.51–65.03

je 30,6–37,4 g
1⁹⁹



Bihophar Honig
Aus Andalusien,
verschiedene
Sorten,
1 kg = 8.88

je 500 g
4⁴⁴



Borchers Bio Spirulina Pulver
1 kg = 26.60

150 g
3⁹⁹
4⁹⁹



Ültje Nüsse
Verschiedene Sorten,
1 kg = 19.93

je 150 g
2⁹⁹
3⁴⁹



Seeberger Trockenfrüchte
Entsteint, verschiedene Sorten,
1 kg = 11.10

je 200 g
2²²



Wick ohne Zucker
Verschiedene Sorten,
1 kg = 16.53

je 72 g
1¹⁹



Maggi Instant Brühe
Für je 4–7 l, verschiedene
Sorten, 1 l: 0.26–0.45

je Glas
1⁵⁹
1⁹⁹



Hohes C
Vitamin Shots
Verschiedene
Sorten,
1 l = 6.03
+ Pfand 0.25

je 0,33 l
1⁹⁹



Köln Haferflocken
Blütenart oder
Kernige,
1 kg = 2.38

je 500 g
1¹⁹



Arla Skyr Natur
Der Klassiker

1 kg
3²⁹
3⁹⁹



Alpro Protein
Soya Drink Schokolade

1 l
1⁹⁹
2⁴⁹



Zuivelhoeve
Duo Via
High Protein
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 4.98

je 400 g
1⁹⁹
2⁵⁹



Dr. Oetker High Protein Puddingpulver
Verschiedene
Sorten,
1 l = 5.63

je 300 ml
1⁶⁹
1⁷⁹



More Protein
Sahne
Zum Kochen
und Backen,
1 kg = 56.63

300 g
1⁶⁹⁹



Saupiquet Thunfisch Stücke
Verschiedene Sorten, Abtropfgewicht
140–185 g, 1 kg: 12.92–17.07

je 185 g
2³⁹
2⁴⁹



Proteinreiche Backwaren

Harry Eiweiß Sandwich
1 kg = 3.71

375 g
1³⁹
1⁹⁹



Harry
Eiweißbrot
1 kg = 3.78

500 g
1⁸⁹
2³⁹



Mestemacher Eiweiß Toastbrötchen
4 Stück, 1 kg = 6.88

260 g
1⁷⁹
2²⁹



Pema Eiweißbrot
Mit Roggen-Natursauerteig, Sonnenblumen
und Leinsamen, 1 kg = 4.38

500 g
2¹⁹
2⁷⁹



globus-memo.de

Für den Fall der Fälle



Abtei A-Z Komplett
Stück = 0.10



40 Stück
3⁹⁵

Doppelherz Abwehr aktiv
Stück = 0.19



20 Stück
3⁷⁹
4²⁹

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



30 Stück
3⁷⁹

Sunlife Vitamin D3 Wochendepot
Stück = 0.12



20 Stück
2⁴⁹

Rotbäckchen Vital Saft
Verschiedene Sorten,
1 l = 13.31



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

je 450 ml
5⁹⁹
6⁹⁹

Doppelherz Heißgetränk
Verschiedene Sorten,
1 Beutel = 0.28



je 10 Beutel
2⁷⁹

Doppelherz Immun plus Echinacea
Stück = 0.17



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

20 Stück
3⁴⁹
3⁹⁵

Doppelherz Immun Kids Brausetabletten
Stück = 0.19



15 Stück
2⁷⁹
3⁴⁹

Sanostol Multivitamin-Bärchen
Stück = 0.09



60 Stück
5²⁹
5⁹⁹

Sanotact Cistus-Infektblocker Lutschpastillen
Stück = 0.28



30 Stück
8⁴⁹
8⁹⁹

Dobensana Lutschtabletten
Verschiedene Sorten,
Stück = 0.23



je 24 Stück
5⁴⁹

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

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



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

je 37 g
1¹⁹
1⁴⁵

Kaiser Bonbons
Verschiedene Sorten,
1 kg = 19.89



je 90 g
1⁷⁹
1⁹⁹

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

50 ml
4⁹⁹
5⁹⁹

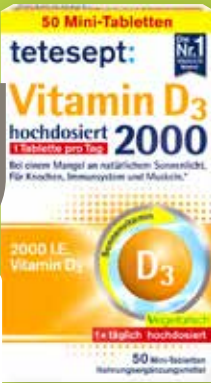


Emsan Nasendusche Komplett-Set + 10 Beutel Nasenspülsalz



11⁹⁹
12⁹⁹

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



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

50 Stück
2²⁹
2⁹⁹

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



20 Stück
3⁴⁹
4⁴⁹

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

Tetesept: Hals und Rachenspray
1 l = 166.33



30 ml
4⁹⁹

Tetesept: Bronchosan Hustensaft Akut
1 kg = 42.65



117 g
4⁹⁹

Tetesept: Rhinolind Nasenspray
1 l = 199.50



20 ml
3⁹⁹

Motiviert ins neue Jahr



je 40 g
159

Powerbar Protein Riegel
Verschiedene Sorten,
1 kg = 39.75



je 35 g
079
0⁹⁹

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



je 55 g
199
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

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

More Nutrition Chunky Flavour
Verschiedene Sorten,
1 kg = 77.67

All Stars Whey Protein
Verschiedene Sorten,
1 kg = 43.30

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



je 39 g
249



je 24–25 g
599



je 90 g
699



je 300 g
1299



je 300 g
1799

Powerbar Powergel Hydro
Cola und Koffein,
1 l = 29.70

Powerbar Powergel Shots
Cola und Koffein,
1 kg = 76.33

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

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

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



67 ml
249



60 g
229



je 120 g
399



je 500 g
089



je 500 g
299

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

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

Bellani Protein Pasta
1 kg = 4.98



420 g
229



je 280 g
249



400 g
199

**Best Body
Nutrition
Shaker**
Schwarz
oder pink



je Artikel
299

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


je 0,33 l
129



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



je 0,5 l
099

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

je 0,75 l
099
1¹⁹



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
11⁴⁵

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

je 0,75 l
139



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



je Kiste
1399

Bayreuther Hell Alkoholfrei
20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 1.60
+ 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 Zahncreme
Verschiedene Sorten,
1 l = 30.00

je 75 ml

225

2⁹⁵

Colgate
Komplett Zahncreme
Verschiedene Sorten,
1 l = 14.80

je 75 ml

111

1⁶⁵

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

3er-Pack

149

1⁹⁹

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

je 200–250 ml

299

3⁹⁹

Gillette Venus
Comfort Spa Rasierer
+ 4 Klingen

je Set

1299

15⁹⁵

Gillette
Shave Gel
Sensitive
1 l = 11.45

200 ml

229

2⁷⁹

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

je 30–74 Stück

1595

1+1 GRATIS

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

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

Sanostol
Multivitaminasaft
Verschiedene
Sorten,
1 l = 17.37

je 460 ml

799

Sos
Wärmeplaster
Stück = 2.50

2 Stück

499

Frolic
Hunde-
trockenfutter
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 2.66

je 1,5 kg

399

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

je 72–180 g

119

Ace
Fleckenentferner
Mit Farbschutz,
1 l = 2.00

2 l

399

4⁹⁹

Persil Waschmittel
Pulver, Flüssig oder Discs
Verschiedene Sorten, je 1,04–1,26 kg/
0,9 l/10–16 Stück, 1 WL: 0.24–0.48

je 10–20 WL

479

1+1 GRATIS

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

Sheba
Katzen Nassfutter
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 5.76

je 85 g

049

Glade
Duftkerze
1 kg = 24.91

112 g

279

Cillit Bang
Reiniger
Verschiedene
Sorten,
1 l = 3.19

je 750 ml

239

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

je 750 ml

189

2²⁵

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

je 750 ml

189

2²⁵

Frosch
Reiniger
Neutral oder
Essig

je 1 l

179

1⁹⁹

GLOBUS Gold
Klumpstreu
Verschiedene
Sorten,
1 l = 0.83

je 12 l

999

12⁹⁹

Leckere Vielfalt für kleine Racker!

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

je 6 x 48 g

179

2²⁵

Purina Felix
Deli Moments
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 32.25

je 4 x 10 g

129

Purina Felix
Katzennassfutter Multipack
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.43

je 24 x 85 g

699

7⁹⁹

Purina Felix
Katzentrocken-
futter
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 2.75

je 2 kg

549

6⁸⁹

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

je Artikel
9⁹⁹

by Louise



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

je 3er-/4er-Pack
9⁹⁹



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

SCHIESSER
NATURALE PERSONEN MIT SEEL
ab
9⁹⁹
14⁹⁵*



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

je Artikel
6⁹⁹
14⁹⁹*



savarie
NATURANA

Design- und
Farbbeispiele

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

Speidel.

je 2er-/3er-Pack
12⁹⁹
14⁹⁹*



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

je 2er-Pack
7⁹⁹
14⁹⁹*

sloggi



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

bruno banani.
NOT FOR EVERYBODY

ab
14⁹⁹
39⁹⁵*



SALE
SALE
SALE

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

bruno banani.
NOT FOR EVERYBODY

je 2er-Pack
12⁹⁹
19⁹⁵*



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

je 10er-Pack
12⁹⁹



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

je Paar/3er-Pack
4⁹⁹



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

ab
5⁹⁹
6⁹⁹*



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

je Artikel
4⁹⁹



! **Discount-
günstig**

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

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



ab
5⁹⁹
6⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



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



je 2er-Pack
6⁹⁹
7⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!

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



ab
3⁹⁹
4⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



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



je 5er-Pack
6⁹⁹
7⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



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



je 10er-Pack
8⁹⁹
9⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Neben Barzahlung akzeptieren wir folgende Zahlungsmöglichkeiten:



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

je Garnitur
9⁹⁹
24^{95*}

CASTELL
BETTWÄSCHE

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

je Garnitur
5⁹⁹

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

biberna
die bettwäsche

ab
4⁹⁹

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

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

BeCo

19⁹⁹
59^{90*}

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

700 g
Großknäuel

je 700 g-Knäuel
10⁹⁹

Solange
der Vorrat
reicht

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

je Artikel
4⁹⁹

Hochwertiges Geschirrtuch
50 x 70 cm, verschiedene Qualitäten
und Designs

ROSS
since 1897

je Artikel
1⁹⁹
4^{95*}

SALE
SALE
SALE

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

ab
2⁹⁹

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

ESPRIT

ab
7⁹⁹
14^{99*}

Solange
der Vorrat
reicht

*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

GLOBALIS Kaiserslautern informiert:

Apotheke im GLOBUS

- KAISERSLAUTERN -

Inh.: Geest & Kraft OHG

**GEEST
KRAFT**



COUPONS

**Ausschneiden
EINLÖSEN & SPAREN !!**

www.apotheke-im-Globus-kl.de

*Gegenüber dem Preis laut Lauertaxe bei ausnahmsweiser Erstattung durch die gesetzliche Krankenversicherung
**Preis = Preis laut Lauertaxe bei ausnahmsweiser Erstattung durch die gesetzliche Krankenversicherung
Die in diesem Coupon-Flyer angegebenen unverbindlichen Preisempfehlungen basieren auf der aktuell gültigen Mehrwertsteuer.

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

Magnesium Verla complex
400mg Zitrone/Maracuja
Direktgranulat
25 Stk.



Zu Risiken u. Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Apotheke im GLOBUS
Kaiserslautern

Preis** ... jetzt nur
13⁷⁹ **9⁹⁹**

-27%*

Coupon

Gültig bis 31.03.2026

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

IBUDEx
400 mg
20 Tbl.
mit 400 mg
Ibuprofen



gegen Schmerzen und Fieber

Zu Risiken u. Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Alle Artikel solange der Vorrat reicht.

Apotheke im GLOBUS
Kaiserslautern

Preis** ... jetzt nur
3⁹⁵ **2⁹⁸**

-24%*

Coupon

Gültig bis 31.03.2026

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

Umckaloabo
50 ml Tropfen
**Bei Husten und
Bronchitis**



100 ml = 35,58 €

Zu Risiken u. Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Apotheke im GLOBUS
Kaiserslautern

Preis** ... jetzt nur
23⁷⁰ **17⁷⁹**

-24%*

Coupon

Gültig bis 31.03.2026

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

Cystinol akut
60 Tbl.
**Bei Harnwegs-
infektionen**



Zu Risiken u. Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Apotheke im GLOBUS
Kaiserslautern

Preis** ... jetzt nur
26⁵⁰ **19⁵⁹**

-26%*

Coupon

Gültig bis 31.03.2026

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

15%

auf ein Produkt Ihrer Wahl

Gilt nicht bei bereits reduzierten Artikeln. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten. Ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen und Rezeptanteile

Apotheke im GLOBUS
Kaiserslautern

Preis** ... jetzt nur
13⁷⁹ **9⁹⁹**

-15%*

Coupon

Gültig bis 31.03.2026

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

PARACETAMOL DEXCEL
500 mg
20 Tbl.
**Bei
Schmerzen
und Fieber**



Zu Risiken u. Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Alle Artikel solange der Vorrat reicht.

Apotheke im GLOBUS
Kaiserslautern

Preis** ... jetzt nur
1⁸² **1²⁰**

-34%*

Coupon

Gültig bis 31.03.2026

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

Vigantol 1000 I.E.
Vitamin D3
Tabletten
100 Tbl.
**Bei Vitamin D
Mangel**



Zu Risiken u. Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Apotheke im GLOBUS
Kaiserslautern

Preis** ... jetzt nur
8⁹⁹ **6⁶⁹**

-25%*

Coupon

Gültig bis 31.03.2026

Gegen Abgabe dieses Coupons erhalten Sie:

NUROFEN SCHMELZTABLETTE
200 mg
24 Tbl.
**Bei
Schmerzen
und Fieber**



Zu Risiken u. Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Alle Artikel solange der Vorrat reicht.

Apotheke im GLOBUS
Kaiserslautern

Preis** ... jetzt nur
19⁷¹ **14⁷⁹**

-24%*

Coupon

Gültig bis 31.03.2026

Merkurstr. 57 • 67663 Kaiserslautern • Tel.: 0631/36192778 • Öffnungszeiten: MONTAG – SAMSTAG : 8:00 – 22:00 Uhr



Umtausch-Garantie! ➔ globus.de/garantien

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

15-teiliges Set
69⁹⁹
~~199⁰⁰*~~



Induktion

15 Teile

Solange
der Vorrat
reicht

Das große
Haushaltswaren-
sparen
%

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

ab
34⁹⁹
~~109⁰⁰*~~



Induktion



Passend dazu:
Dichtungsring
Ab 9.99

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

ab
9⁹⁹
~~24⁹⁹*~~

BRATmaxx

Induktion



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

ab
19⁹⁹
~~59⁹⁰*~~



Induktion



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

ab
3⁹⁹
~~9⁹⁹*~~



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

ab
3⁹⁹
~~6⁴⁹*~~



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

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

ab
4⁹⁹
~~12⁹⁰*~~



Faltbar

Solange
der Vorrat
reicht

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

ab
2⁵⁰



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

Je Artikel/Set
1⁰⁰



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

Je Artikel
1⁵⁰



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

ab
1⁵⁰
~~2⁴⁹*~~



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

ab
1⁵⁰
~~3⁴⁹*~~



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

ab
2⁰⁰
~~2⁹⁹*~~



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

ab
1⁵⁰
~~2⁴⁹*~~



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

ab
4⁰⁰
~~6⁹⁹*~~



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

ab
3⁰⁰
~~5⁴⁹*~~



*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

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

Ritzenhoff & Breker

ab
1.49
6.50*

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

zeller
PRESENT

je Artikel
1.99
4.99*

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

GRUNDIG

ab
19.99
39.99*

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

Solange
der Vorrat
reicht

BOMANN®

34.99
109.90*

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

TRISTAR

14.99
38.99*

Solange
der Vorrat
reicht

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

GRUNDIG

64.99
159.90*

Großes
Sichtfenster

Alle Artikel ohne Dekoration *Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Das große
Haushaltswaren-
sparen

%

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

emsa

je Artikel
9.99
22.49*

Made in
Germany

12
Std.

Heiß

Kalt

24
Std.

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

VILLA VERDE

ab
1.99

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

Zum Reiben, Raspeln
und Hobeln

ADE

39.99
59.95*

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

emerio®

ab
19.99
34.90*

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

JUST VEGAN

14.99
99.99*

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

Solange
der Vorrat
reicht

CIATRONIC®

19.99
79.95*

20% Rabatt**

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

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

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

EUROLUB
Efficiency in Fluids

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

cartrend

je Artikel
4.99

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

aroso
Die Deutsche Tankstellenmarke seit 1973

5 l
4.99
8.99*

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

Solange
der Vorrat
reicht

ab
16.99

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

KESPER
KITCHEN AND HOME

7.99
24.99*

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

ADE

12.99
24.95*





Täglich von
10–17 Uhr

Schleifexpress Weiss

**Diese Woche bei uns am
Haupteingang am Expert Klein**

Schleifexpress Weiss kümmert sich um
stumpfe Messer, Scheren und vieles mehr.



Bierreise – Alles rund ums Bier

Bier-Tasting am 29.01.2026, von 18.00 bis 20.00 Uhr

Erleben Sie einen informativen und genussvollen Abend
rund um das Thema Bier bei uns in der GLOBUS Markthalle
Kaiserslautern.

Unser International Beersommelier Sascha Schieler, der
BierSasch, entführt Sie in die Welt der verschiedenen Bierstile,
deren Rohstoffe, der Brauereien und erzählt viel Wissens-
wertes rund ums Bier. Während der 2-stündigen Verkostungs-
reise werden bis zu 7 internationale Biere verkostet.

**20 € pro Person, Anmeldung an unserer Kunden-
information, Teilnehmerzahl begrenzt.**



**Samstag
31.01.2026
von 14.00 bis
17.00 Uhr**

Magischer Winterbesuch: Elsa & Olaf kommen!

Freut euch auf einen ganz
besonderen Moment voller
Zauber, Lachen und leuchtender
Kinderaugen! Die beliebten Winter-
helden Elsa und Olaf sind als Walking
Acts bei uns zu Gast und mischen
sich fröhlich unter die Besucher.

Ob für ein herzliches Foto, eine liebe-
volle Umarmung oder ein kleines
Gespräch – die Beiden bringen
garantiert jede Menge Freude mit!

Highlight: Unvergessliche
Begegnungen für Groß und Klein.

Kommt vorbei und erlebt einen
Hauch von Arendelle
– wir freuen uns auf euch!



Jede
Woche
neu

Exklusive Rabatte für



Mitglieder!

Bis zu

30%

mein GLOBUS

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



30 %
Rabatt

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



30 %
Rabatt

Jetzt registrieren:

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



globus.de/meinglobus

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

Auf alle **Faschingsartikel**
ausgenommen Drogerieprodukte



20 %
Rabatt

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



20 %
Rabatt

Bonduelle Fertigergericht
Verschiedene Sorten,
je 220–425 ml



30 %
Rabatt

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



30 %
Rabatt

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

Frottier-Waschhandschuh

Je **1.79** (3.95*) oder

-Gästetuch

30 x 50 cm:

je **2.99** (4.95*) oder

-Handtuch

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

oder **-Duschtuch**

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

100 % Baumwolle,

verschiedene Farben



ROSS
since 1897

ab
1.79
3.95*

Solange
der Vorrat
reicht

Socken ohne Gummiband

3er-Pack

Hochwertige Baumwollmischung,

Damen-Größen: 35/38–39/42:

je **6.99** (7.99*),

Herren-Größen: 39/42–43/46:

je **7.99** (8.99*),

verschiedene Farben



nur
die

ab
6.99
7.99*

Damen- oder Herren-Shirt oder -Hose

Hochwertige Baumwollmischung,

Damen-Größen: 38–48,

Herren-Größen: 48–60



je Artikel
7.99
19.95*

Glanzpunkt
UHREN | SCHMUCK | HAAR

Batterie leer – kein Problem

Fachgerechter Batteriewechsel

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

7.99

Inklusive Gehäusereinigung
und Dichtungsringpflege

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



je Artikel
4.99

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



ab
4.99
12.29*

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



Solange
der Vorrat
reicht

je Artikel
7.99

Edelstahlkochtopf
2,8 l oder 5,0 l



je Artikel
32.99

**SCNELLE
NUMMER.**

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 Kaiserslautern
Merkurstraße 57
67663 Kaiserslautern
Telefon: 0631 5358-0

globus.de/kaiserslautern
info-mhkl@globus.de

Gesellschaftssitz:
Am Wirthembösch, 66606 St. Wendel

Markthalle:
Mo–Sa: 08.00–22.00 Uhr

Sonn- und feiertags
geschlossen

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



**Jetzt die GLOBUS
App entdecken**

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

mein
GLOBUS
**Tanke
schön**

**Bis zu 4 Cent pro
Liter sparen**

Erfahren Sie mehr unter
globus.de/tankeschoen

globus.de



**Online noch
mehr sparen!**

Jede Woche

bis zu
100
weitere Angebote!



Gültig vom 05.01. bis 17.01.2026

GLOBUS Spezial

Bewusst genießen



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



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



GLOBUS

Echt gut gemacht.

Fit durch den Winter, pflanzlich stark.

Jetzt Vitamin C tanken

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



Ingwer-Shot selbst machen



leicht



10 Min.



10 Portionen

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

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

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

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

Tipp:

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

Fruchtig-frische Variante:



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

Demeter Bio Tafeläpfel „Gala Royal“

Ursprung Italien, Kl II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



GLOBUS Bio Demeter Zitronen

Ursprung Italien, Sorte siehe Etikett, Kl II

500 g-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Ingwer

Ursprung Brasilien/China/Peru

je kg

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Tafelbirnen „Williams“

Ursprung Italien, Kl II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Mandarinen

Ursprung Spanien, Sorte siehe Etikett, Kl II,

1 kg = 3.59

je 750 g-Beutel

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Orangen

Ursprung Italien, Sorte siehe Etikett, Kl II

je 1 kg-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Feldsalat
Ursprung Italien,
KL II

100 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Bio Cherrydatteltomaten
Ursprung Spanien, KL II

250 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Bio Zucchini grün
Ursprung Spanien, KL II

500 g-Bund

**Zum aktuellen
Tagespreis**



GLOBUS Bio Basilikum-Topf
Ursprung Deutschland

pro Stück

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Aus der Erde auf den Teller.

Einfache und vielfältige Winterküche

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

Bio Speisemöhren
Ursprung Deutschland/
Niederlande, KL II

je 1 kg-Beutel

**Zum aktuellen
Tagespreis**



**Demeter
Bio Pastinaken**

Ursprung Deutschland,
KL II

500 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



demeter



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

**Zum aktuellen
Tagespreis**



demeter



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

1,5 kg-Beutel

**Zum aktuellen
Tagespreis**



demeter



Saatenbrötchen vom Blech



leicht



ca. 3 h



24 Portionen

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

Zubereitungszeit:

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

Schritt 1:

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

Schritt 2:

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

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

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

Biovegan Meine Meister Backhefe

1 kg = 112.86

7 g

0.79



 Vegan



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

Schritt 3:

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

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

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

Jeden Tag Bio

Kürbiskerne

1 kg = 9.96

250 g

2.49



Alnatura

Bio Sonnenblumenkerne

1 kg = 3.98

500 g

1.99



Alnatura

Bio Walnusskerne

Im Frischepack,
1 kg = 17.93

150 g

2.69



Alnatura

Bio Sesam

Ungeschält,
1 kg = 8.95

200 g

1.79



Alnatura

Bio Saatenmischung

1 kg = 10.76

250 g

2.69



Alnatura

Bio Meersalz

1 kg = 1.78

500 g

0.89



Alnatura
Bio Roggen-
vollkornmehl
1 kg
1.59



Alnatura
Bio Weizenmehl
Type 550
1 kg
1.29



Alnatura
Bio Weizenmehl
Type 405
1 kg
1.39



Küchenmeister
Bio-Dinkelmehl oder
Dinkel-Vollkornmehl
je kg
1.49



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



Glutenfrei



Vegan



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



Glutenfrei



Vegan



Warum Bio-Mehl?

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

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

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

Transparenz: Oft regionale Herkunft und faire Produktionsbedingungen.

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

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

Was benötigt wird:

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

Tag 1: Der Start

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

Tag 2: Ruhe und Beobachtung

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

Alnatura
Bio Sauerteig
Extrakt
1 kg = 47.33
15 g
0.71



Tag 3 bis 7: Füttern und aktivieren

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

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

Tipp:

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

Sauerteig-Starter leicht gemacht

Kalte Soba-Nudel-Bowl

mit Edamame und Lachs



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

1.99



leicht



ca. 45 Min.



4 Portionen

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

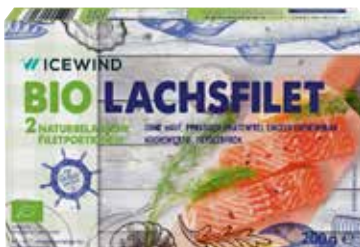
Lachs aus dem Tiefkühler nehmen und im Kühlschrank schonend auftauen lassen. Soba-Nudeln ca. 4 Minuten in ausreichend Salzwasser kochen und abgießen. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Chili waschen, entkernen und fein hacken. Knoblauch, Ingwer und Chili mit Essig, etwas Salz und Pfeffer,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

Icewind Bio Lachsfilet

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

200 g

5.59



Yutaka Sesam

weiß, geröstet,
1 kg = 24.90

100 g

2.49



Alnatura Bio Sesamöl

Nativ extra
1 l = 15.96

250 ml

3.99



Alnatura Bio Soja-Sauce

Shoyu-Art
1 l = 11.96

250 ml

2.99



HAK Edamame Bohnen

Im Beutel, Abtropfgewicht 120 g,
1 kg = 16.58

150 g

1.99



Corovita
Premium Natives
Bio-Olivenöl extra
1 l = 15.98
500 ml
7.99



Alnatura
Weißweinessig
1 l = 4.58
500 ml
2.29



Lien Ying
Reisessig
1 l = 7.45
200 ml
1.49



Alnatura Bio
Blütenhonig
1 kg = 8.54
350 g
2.99



GLOBUS Bio Kräuter
Verschiedene Sorten,
tiefgefroren,
1 kg: 10.53–15.80
je 50–75 g
0.79



Alnatura
Bio Weidemilch
Crème fraîche
30 % Fett, 1 kg = 8.60
150 g
1.29



Quinoa-Bowl

mit Hähnchenbrust und Knoblauch-Dip



leicht



ca. 60 Min.



2 Portionen

Für die Hähnchenbrust:

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

Für den Dip:

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

Außerdem:

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

Hähnchenbrust marinieren:

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

Knoblauch-Dip zubereiten:

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

Die nächsten Schritte:

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

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

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

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

Dill waschen, trocken tupfen und fein hacken.

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

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

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

Bowl anrichten:

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

Müllers Mühle Quinoa

1 kg = 7.16
250 g
1.79



Followfood Thunfisch Filets

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

2.99



Alnatura Bio Kichererbsenwaffeln

1 kg = 14.90

100 g

1.49



Kichererbsenwaffeln mit Avocado- Thunfischsalat



leicht



10 Min.



1 Person

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

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

Wie decke ich meinen täglichen Proteinbedarf?

Täglichen Bedarf kennen:

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

Protein zu jeder Mahlzeit:

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

Pflanzliche Quellen kombinieren:

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

Schlau sein beim Snacken:

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

Flüssige Proteine sinnvoll nutzen:

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

Campo Verde Kichererbsen

Im Glas, Abtropfgewicht 230 g,
1 kg = 6.48

350 g

1.49



Alnatura Körniger Friskäse

1 kg = 7.95

200 g

1.59



Bauk Mühle Grünkern-Burger

1 kg = 12.44

160 g

1.99



KoRo Soja Protein Crispies

1 kg

12.99



KoRo Bio Erdnussmus

1 kg = 9.98

500 g

4.99



Bauk Süßkartoffel Falafel

1 kg = 12.44

160 g

1.99



Entdecken Sie
unser großes
KoRo Sortiment



Natürlich vegan, einfach lecker.



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



Alnatura
Bio Tahin
Sesammus
1 kg = 14.76
250 g
3.49



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



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



Alnatura
Kokos Natur
1 kg = 5.73
400 g
2.29



Was ist eigentlich **VEGANUARY?**

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

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

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

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

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



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



Die Dattel – mehr als nur ein Trockenobst

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



Für ein reines Zuhause

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



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



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



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



Schnelle Hilfe gegen häufige Flecken:

Rotwein:

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

Kaffee/Tee:

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

Fett/Öl:

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

Gras/Fruchtsaft:

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

Make-Up/Lippenstift:

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

Kugelschreiber/Tinte:

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

Unser Beitrag für die Umwelt: sodasan

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

**sodasan
Allzweck
Reiniger**
1 l
3.49



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



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



Passende Nachfüller auch im Sortiment



Bewusst ernähren, liebevoll begleiten.

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



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



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



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



So fühlt sich Natürlichkeit an.

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



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



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





Bionade
Verschiedene
Sorten, PET-Flasche,
1 l = 2.48
+ Pfand 0.25
je 0,4 l
0.99



Red Bull Organics
Verschiedene
Sorten,
1 l = 3.00
+ Pfand 0.25
je 0,33 l
0.99



**Andechser
Bio-Kefir**
PET-Flasche,
1 l = 2.58
500 g
1.29



**Jeden Tag Bio
Gemüsesaft**
Verschiedene
Sorten, Tetra Pak,
pfandfrei
je 1 l
1.59



Kefir-Smoothie mit Karotten und Minze



leicht



10 Min.



1 Person

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

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

**The Duke Bio
Munich Dry Gin**
45 % Vol., komplexer
Duft mit reicher
Zitrus-Note und
floralen Tönen,
1 l = 35.70
0,7 l
24.99



**Prosecco Extra
Dry Bosco
Malera Prosecco
Spumante
Extra Dry Bio**
1 l = 9.32
0,75 l
6.99



**Domaine Royal de Jarras
Pink Flamingo Bio Rosé
Gris de Gris Tête de Cuvée
IGP Sable de Camargue
Agriculture Biologique**
Elegante Aromen von
kleinen roten Früchten
im Mund, gepaart mit
dezenten Zitrus- und
Grapefruitaromen,
1 l = 9.32
0,75 l
6.99



**Novantacheppi
Primitivo
Puglia Bio**
1 l = 7.99
0,75 l
5.99



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



Alkoholfrei!



GLOBUS

GLOBUS Markthallen
Holding GmbH & Co. KG
Leipziger Straße 8
66606 St. Wendel
[globus.de](https://www.globus.de)

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

