



Echt gut gemacht.

Limburg

Viel gespart zum Jahresstart:

GÜNSTIG

gibt's bei

GLOBUS

Arla BUKO
Verschiedene Sorten,
1 kg = 4.95



je 200 g
0⁹⁹

Wir finden, probieren
muss sich lohnen!

GLOBUS Rohesser
Nach Westfälischer Art,
im zarten Saitling

Jetzt noch
günstiger!

Probierpreis
1 kg
7⁹⁰
8⁹⁰

GLOBUS Dinkelvollkornbrot
100 % Dinkel, reich an
Vitaminen und Mineral-
stoffen, 1 kg = 4.38

So entsteht unser
Dinkelvollkornbrot



Probierpreis
500 g
2¹⁹
3³⁰

Dinkel enthält höherwertiges Eiweiß,
Vitamine und Mineralstoffe. Ebenso punktet
Dinkel mit einem hohen Anteil an Ballast-
stoffen und ungesättigten Fettsäuren.

Fleischkäse
mit Schmorzwiebeln,
dazu Bratkartoffeln

5⁰⁰

Online noch
mehr sparen!

Jede Woche

bis zu

100
weitere Angebote!



Jersey-Spannbettuch 100 % Baumwolle oder
Frottier-Spannbettuch 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**) **Solange der Vorrat reicht**

biberna
die bettwäsche

ab
4⁹⁹
13^{95}**

**Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

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



3 x 500 Blatt
9⁹⁹
17^{99}**

3er-Pack



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 5⁹⁹**
7⁹⁹

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

*Kaufen Sie 2 Swiffer Produkte und erhalten Sie ein Swiffer gratis.
Starter-Packs sind ausgenommen.

Dieser Coupon ist nur im Original gültig. Nicht
alle abgebildeten Artikel sind jederzeit veran-
fügbar. Nicht mit anderen Coupons kombinierbar.
Keine Barauszahlung. Der Coupon ist im
Haushalt übertragbar. Keine Gabe an Dritte.
Verfälschungen und Persönlichkeitsangaben
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

199⁰⁰
279^{00}**

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

74⁹⁹
149^{99*}

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



2-teiliges Set

49⁹⁹
99^{99*}



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*)



LEIFHEIT

ab
27⁹⁹
44^{99*}



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



Solange
der Vorrat
reicht

je 3-teiliges Set
4⁹⁹
19^{99*}

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



je 102–116 g

1³⁹

Bürger Maultaschen
Verschiedene Sorten,
1 kg: 4.14–5.96



je 250–360 g

1⁴⁹

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



je 45–50 g

1⁵⁹

Leibniz Choco
Verschiedene Sorten,
1 kg = 15.92



je 125 g

1⁹⁹
2⁹⁹

**Ferrero Kinder Schokolade
oder Yogurette**
1 kg = 11.90



je 100 g

1¹⁹
1⁴⁹

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



je 500 g

1³⁹
1⁸⁹

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



je 400–500 g

1⁹⁹

Iglo Fertigergericht
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg = 6.20



je 450 g

2⁷⁹
3⁵⁹

Mühlhäuser Konfitüre
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.76



je 450 g

1⁶⁹
2²⁹

Ferrero Kinder Cards
Keks mit Schokolade,
1 kg = 17.11



128 g

2¹⁹

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



je 115–150 g

1⁹⁹

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



je 850 ml

1⁴⁹

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



je 120–130 g

1⁶⁹

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



je 650 ml

1⁷⁹

Milka Haselnusscreme
Palmölfrei,
1 kg = 7.11



350 g-Glas

350 g

2⁴⁹

**Mutti Polpa
Feinstes Tomatenfruchtfleisch**
1 kg = 2.98



400 g

1¹⁹
1²⁹

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



100 g

0⁷⁹

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



Angebotsgültigkeits-Garantie! ➔ [globus.de/garantien](https://www.globus.de/garantien)

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
6⁹⁹



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

je 0,75 l
0⁷⁹



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

je 6 x 0,33 l
3⁶⁹



Elisabethen Quelle Mineralwasser
Verschiedene Sorten, je 12 x 1 l-MW-Flasche, 1 l = 0.46 + Pfand 3.30

je Kiste
5⁴⁹



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

je Kiste
3⁷⁹

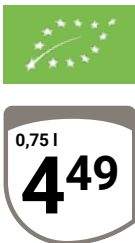


Paulaner Spezi oder Limonade
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.30 + Pfand 3.10

je Kiste
12⁹⁹



Alnatura Bio-Primitivo
Trocken, geschmeidig und fruchtbetont präsentiert dieser Wein Noten von Veilchen, Süßkirschen und Zimt, 1 l = 5.99



Freixenet Mia oder Mederaño
Verschiedene Sorten, 1 l = 3.99

je 0,75 l
2⁹⁹



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
3⁹⁹
4⁹⁹



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

je 0,5–0,7 l
9⁹⁹



Jim Beam Kentucky Straight Bourbon Whiskey
40 % Vol., 1 l = 14.27

0,7 l
9⁹⁹
15⁹⁹



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
9⁹⁹



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

je Packung
4⁹⁹



8 x 4 Deospray
Verschiedene Sorten, 1 l = 16.60

je 150 ml
2⁴⁹
2⁶⁹



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

je 250–400 ml
1⁴⁹
1⁹⁹



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

je 50–150 ml
2⁴⁹
2⁷⁹



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

Solange der Vorrat reicht

je 4er-Pack
4⁷⁹
5⁹⁹



Sagrotan Reiniger
Verschiedene Sorten, 1 l: 3.72–4.65

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

je 600–750 ml
2⁷⁹
2⁹⁹



Air Wick Freshmatic Duo
Verschiedene Sorten, 1 l = 13.98

Solange der Vorrat reicht

je 2 x 250 ml
6⁹⁹



je 85 g
0⁴⁴

Purina Gourmet Gold Katzen Nassfutter
Verschiedene Sorten, 1 kg = 5.18

Jede Woche neu

Exklusive Rabatte für Mitglieder!



30%
mein GLOBUS

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
2⁹⁹
3⁹⁹



Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.



Angebots-Garantie! → globus.de/garantien

Discount-günstig

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

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



500 g
1³⁹

Diese Woche
noch billiger!

Jeden Tag Brühwurst
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.45



Diese Woche
noch billiger!

je 200 g
1⁰⁹
~~1²⁹~~

Jeden Tag Delikatess Hinterkochen
1 kg = 6.95



Diese Woche
noch billiger!

200 g
1³⁹

Jeden Tag
Schwarzwälder
Schinken
1 kg = 14.88



Diese Woche
noch billiger!

80 g
1¹⁹
~~1³⁹~~

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



Diese Woche
noch billiger!

je 200 g
0³³

Jeden Tag Speisequark
Magerstufe,
1 kg = 1.90



Diese Woche
noch billiger!

500 g
0⁹⁵
~~0⁹⁹~~

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



Diese Woche
noch billiger!

200 g
0⁷⁹

Jeden Tag Frischkäse
Verschiedene Sorten,
1 kg = 4.63



je 300 g
1³⁹

Diese Woche
noch billiger!

Jeden Tag Mozzarella
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.32



Diese Woche
noch billiger!

je 125 g
0⁷⁹

Jeden Tag
Käseaufschnitt
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 7.16



Diese Woche
noch billiger!

je 250 g
1⁷⁹
~~1⁸⁹~~

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



Diese Woche
noch billiger!

200 g
2²⁹
~~2⁹⁹~~

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



Diese Woche
noch billiger!

500 ml
1¹⁹
~~1⁴⁹~~

Jeden Tag
Schinken-
zwiebel-
mettwurst
1 kg = 7.95



Diese Woche
noch billiger!

200 g
1⁵⁹
~~1⁹⁹~~

Jeden Tag Ofenkäse
Fein würzig, 1 kg = 12.17



Diese Woche
noch billiger!

180 g
2¹⁹
~~2⁴⁹~~

Jeden Tag
Pommes frites
Wellenschnitt
oder Feinschnitt,
tiefgefroren



Diese Woche
noch billiger!

je 1 kg
1⁵⁹

Jeden Tag Baguette
Kräuter oder Knoblauch
1 kg = 5.09



je 175 g
0⁸⁹

Diese Woche
noch billiger!

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



Diese Woche
noch billiger!

500 g
1⁴⁹

Jeden Tag Duo-Schoko-Creme
1 kg = 3.72



Diese Woche
noch billiger!

750 g
2⁷⁹
~~2⁹⁹~~

Jeden Tag Blütenhonig
Cremig,
1 kg = 4.58



Diese Woche
noch billiger!

500 g
2²⁹
~~2⁴⁹~~

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



Diese Woche
noch billiger!

je 140 g
2⁴⁹
~~2⁶⁹~~

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



Diese Woche
noch billiger!

500 g
0⁷⁵
~~0⁷⁹~~



Unser GLOBUS Memo-Spiel

Jetzt mitspielen und gewinnen unter globus-memo.de

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

Diese Woche
noch billiger!

300 g
1 49
2⁹⁹



Jeden Tag
Gebäckstangen
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 9.27

Diese Woche
noch billiger!

je 150 g
1 39
1⁶⁹



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

Diese Woche
noch billiger!

500 ml
1 49
1⁶⁹



Jeden Tag Basmati
oder Jasmin Reis

Diese Woche
noch billiger!

je 1 kg
2 29
2⁴⁹



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

Diese Woche
noch billiger!

6 x 1,5 l
3 33
3⁹⁹



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
2⁹⁵

Diese Woche
noch billiger!



40 Tabs
3 69
2⁹⁹

Diese Woche
noch billiger!



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

Jeden Tag Studentenfutter
Im Beutel,
1 kg = 9.95

Diese Woche
noch billiger!

200 g
1 99
2²⁹



Jeden Tag Erdnüsse
Geröstet und gesalzen,
1 kg = 4.95

Diese Woche
noch billiger!

200 g
0 99
0⁹⁹



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

Diese Woche
noch billiger!

je 190 ml
0 89
0⁹⁹



Jeden Tag
Salzbrezel
1 kg = 3.56

Diese Woche
noch billiger!

250 g
0 89
0⁹⁹



Jeden Tag Schokolade
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.90

Diese Woche
noch billiger!

je 100 g
0 69
0⁹⁹



Diese Woche
noch billiger!

Jeden Tag
Schinkenwürstchen
5 Stück, Abtropf-
gewicht 250 g,
1 kg = 7.96

Diese Woche
noch billiger!

380 g
1 99
1⁹⁹



Jeden Tag Kartoffelknödel
Halb und halb,
1 kg = 2.88

Diese Woche
noch billiger!

309 g
0 89
0⁹⁹



Jeden Tag Sonnenmais
Zart und jung, 1 kg = 4.26

Diese Woche
noch billiger!

3 x 212 ml
1 79
1⁹⁹



Diese Woche
noch billiger!

Jeden Tag
Apfelsaft
Naturtrüb,
Tetra Pak,
pfandfrei

Diese Woche
noch billiger!

1 l
0 99
0⁹⁹



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

Diese Woche
noch billiger!

5 l
1 29
1²⁹



natuvel Taschentücherbox
4-lagig, 10 Tücher = 0.10

Discount-günstig
100 Tücher
0 95
0⁹⁵

Markenqualität
natuvel
zum Wohlfühlgeld

Diese Woche
noch billiger!



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





1,5 kg-Beutel
2⁹⁹

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





1,5 kg-Beutel
2⁹⁹

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





750 g-Beutel
2⁴⁹

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!





FRUCHTHANDEL
RETAIL AWARD 2025
DEUTSCHLANDS
NUMMER EINS
FÜR OBST UND
GEMÜSE.
GLOBUS
Markthallen Holding
GmbH & Co. KG
FRUITNET MEDIA
INTERNATIONAL GMBH
DUISBURG

Wir
sagen
danke!

Tulpen in Keramik
10er-Topf



je Topf
5⁵⁵

Solange
der Vorrat
reicht

Abbildung
ähnlich

Tulpenstrauß warm oder kalt
Verschiedene Farben,
Stiellänge: 40 cm



je Strauß
5⁵⁵

Solange
der Vorrat
reicht

Abbildung
ähnlich

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



3 kg-Beutel

3 kg-Beutel
2⁹⁹



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



je 500 g-Schale
1⁸⁹

Avocados
Ursprung Peru/Südafrika,
Sorte Hass, KL I



Verzehreife
Früchte

je 2er-Beutel
1⁹⁹

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



je 125 g-Schale
1⁹⁹

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



5 kg-Beutel

5 kg-Beutel
2²²

Speisemöhren
Ursprung Deutschland, KL I,
1 kg = 0.60





2 kg-Beutel
1¹⁹

2 kg-Beutel

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



500 g-Beutel
1⁷⁹

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





je Stück
1²⁹

10FACH °P
auf Obst & Gemüse in der
GLOBUS Markthalle!*



9 849900 008942
°PAYBACK

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-Vervielfältigung nicht zulässig.
PAPIER- ODER eCOUPON NUTZEN

**Mehr Frische.
Mehr °Punkte.**





LMB/KW02/26

 **Angebots-Garantie!** ➔ globus.de/garantien

GLOBUS

Meisterbäckerei



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

Herr Soldmann,
Bäckermeister

GLOBUS Kürbiskernbrot
60/40 Weizenmischbrot,
mit Kürbiskernen,
1 kg = 3.99

750 g
2⁹⁹



Snackinsel

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

1 Stück GLOBUS Frankfurter Kranz
+ 1 Kaffee nach Wahl

Kombiangebot
2⁵⁰



GLOBUS Apfelpflunder

pro Stück
1⁵⁵



GLOBUS Laugenbrezel
Stück = 0.66

5 Stück
3³⁰



GLOBUS Butter-Rosinen-Brötchen
Luftig und locker, aus Butterhefeteig
hergestellt, Stück = 0.77

3 Stück
2³⁰



GLOBUS Donuts gemischt
Hefeteigringe, verschiedene
Geschmacksrichtungen,
Stück = 0.95

je 4 Stück
3⁸⁰



GLOBUS Weltmeisterbrot
Weizenmischbrot mit ver-
schiedenen Saaten und einem
Mohn-Sesam-Dekor, mit
Natursauerteig gebacken,
1 kg = 2.80

750 g
2¹⁰



GLOBUS Sahnerolle
Lockerer Biskuit, gefüllt
mit feiner Sahnecreme,
verschiedene Geschmacks-
richtungen, 1 kg = 13.00

je 400 g
5²⁰



So entsteht unsere
Sahnerolle



GLOBUS Saatenbrötchen
Weizenbrötchen, verfeinert
mit Leinsaat und
Haferflocken,
Stück = 0.40

4 Stück
1⁶⁰



4 kaufen –
nur 3 bezahlen

GLOBUS Obsttorte
Luftiger Biskuitboden, mit
saftigen Früchten belegt,
verschiedene Ge-
schmacksrichtungen,
1 kg = 7.77

je 900 g
6⁹⁹



GLOBUS Baguette
Mehrere Male täglich frisch
gebacken, 1 kg = 3.00

250 g
0⁷⁵



GLOBUS

Restaurant

Aus unserer
Eigenproduktion

Pasta Bolognese

100 g
1⁵⁰



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

300 g
2⁵⁹



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

Wochengerichte

Rindergulasch
nach Ungarischer Art,
dazu Penne

7⁵⁰



Germknödel
mit süßer Füllung,
dazu Vanillesauce

7⁵⁰



Wechselnde Tagesgerichte

Küchenmeister Frikadelle
mit Pfefferrahmsauce,
dazu Kroketten

Montag

8⁵⁰



Junge Küche:
Helles Frikassee
mit Reis

Dienstag

7⁵⁰



Kasseler
mit Sauerkraut, dazu
Kartoffelstampf

Mittwoch

8⁰⁰



Schweinegulasch
in Paprikarahmsauce,
dazu Butterspätzle

Donnerstag

8⁵⁰



Seelachs
mit Pesto-Sahnesauce
und Gemüsejulienne,
dazu Salzkartoffeln

Freitag

10⁵⁰



Cordon bleu
vom Hähnchen, mit Erbsen-
Möhrengemüse,
dazu Pommes
frites

Samstag

9⁶⁰



je kg

9⁹⁰

Truthahn-**oberkeulenbackofenbraten**
In der Backofenschale, küchenfertig oder
-**oberkeulenrollbraten**

1 kg

4⁹⁰

GLOBUS Partybraten
Mild gepökelt und
herzhaft geräuchert

1 kg

13⁹⁰

GLOBUS Rinderbraten
Vom Charolais-Jungbullen,
aus der Hohen Rippe

1 kg

15⁹⁰

GLOBUS Rinderrouladen
Vom Charolais-Jungbullen

je kg

5⁴⁰

Schweineschnitzelfleisch
Aus der Keule, Hüfte
oder Unterschale,
am Stück

Haxen- Fleischkäse

Herzhaft-deftig zur Winterzeit

Nur für kurze Zeit

pro Stück

2⁰⁰

GLOBUS Haxen-Fleischkäse*
Im Brötchen, herzhaft-deftig
zur Winterzeit

GLOBUS Cordon bleu
Aus dem Schweine-
rücken

1 kg

9⁹⁰

GLOBUS Limburger Schaschlik
Vom frischen Schweinekamm,
nach original Russischer
Rezeptur, grillfertig zube-
reitet, zum selbst Spießen

1 kg

8⁹⁰

GLOBUS Suppenfleisch
Vom Charolais-Jungbullen,
aus dem Brustkern

1 kg

12⁹⁰

GLOBUS
Pizzafleischkäse*-
Brötchen

pro Stück

1⁸⁰

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

GLOBUS Rinderrollbraten
Gefüllt mit rohem Schinken,
Zwiebeln und Senf,
vom Charolais-
Jungbullen

1 kg

15⁹⁰

Backen bei 160 °C,
ca. 90–120 Min.

GLOBUS Hausmacher
Blut- oder Leberwurst
Im Ring

je kg

6⁹⁰

Schweinefilet
Frisch

1 kg

9⁴⁰

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

So entsteht unser
Fleischkäse

pro Stück

1⁰⁰

GLOBUS
Fleischkäse*-
Brötchen

An unserem
Metzgergrill

GLOBUS Fleischkäse*
Zum Selberbacken, in
der Backofenschale

1 kg

4⁹⁰
5⁴⁰

Jetzt noch
günstiger!

GLOBUS
Frikadellen-
Brötchen

pro Stück

1⁸⁰

Schwamm
Kohlenschinken
Kochschinken-
Spezialität

100 g

1⁶⁹

GLOBUS Mettwurst
Nach Westfälischer Art,
im Schweinedarm

1 kg

7⁹⁰
8⁹⁰

Jetzt noch
günstiger!

GLOBUS
Schnitzel-
Brötchen

pro Stück

2⁰⁰

GLOBUS
Zwiebelfleischkäse
In der Aluschale,
zum selbst
Backen

1 kg

7⁹⁰

Neu
bei uns

Backen bei 140 °C,
ca. 60–70 Min.

GLOBUS Hausmacher
Bratwurst
Grob

1 kg

5⁹⁰
6⁹⁰

Jetzt noch
günstiger!

GLOBUS
Fleischwurst*
Im Ring

1 kg

7⁹⁰

GLOBUS Käsewurstchen*
Im zarten Saitling

1 kg

10⁹⁰

GLOBUS Grillbratwurst*
Im Schweinedarm

1 kg

7⁹⁰

*Mit Phosphat

GLOBUS
Rinderkoch-
mettwurst*

1 kg

9⁹⁰

GLOBUS Wiener
Würstchen*
Im zarten
Saitling

1 kg

8⁹⁰

So entstehen unsere
Wiener Würstchen

GLOBUS Braten-Aufschnitt
Verschiedene Sorten,
geschnitten

je 100 g
1⁵⁹

GLOBUS Roastbeef
Rosa gebraten und in
Scheiben geschnitten

100 g
3⁰⁹

GLOBUS Hackbraten
Zum Selbstbacken

1 kg
7⁹⁰

Backen bei 140 °C,
ca. 60–70 Min.

GLOBUS

Fachmetzgerei

Unsere Bratenvielfalt

**GLOBUS
Warmer Fleischkäse**
Am Stück, ca. 2,2 kg
+ 10 Brötchen

pro Paket
12⁰⁰
13⁹⁰

An unserem
Metzgergrill

GLOBUS Rahmbraten
In der Bratenschale

1 kg
8⁹⁰

160 °C, 150 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Kroketten und Kohlrabi

Elsässer Rahmbraten
Vom Schweinekamm,
in der Bratenschale

1 kg
8⁹⁰

160 °C, 150 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Reis und Salat

**GLOBUS Putenpfanne oder
Putenschlemmer-Braten**
Ofenfertig zubereitet, in der Backschale

je kg
15⁹⁰

160 °C, 120 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung: Salz-
kartoffeln und Brokkoli

Gyrosbraten
Vom Schweine-
kamm, in der
Bratenschale

1 kg
8⁹⁰

160 °C, 150 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung: Reis,
Tsatsiki und Krautsalat

GLOBUS Schweinefilettopf Wiener Rahm
Ofenfertig zubereitet, in der Bratenschale

1 kg
10⁹⁰

160 °C, 90 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Spätzle und Salat

GLOBUS Habanero-Chili-Braten
Vom Schweinenacken,
küchenfertig zubereitet,
in der Backofenschale

1 kg
8⁹⁰

160 °C, 150 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Bratkartoffeln und Salat

GLOBUS Lammbraten
Gefüllt mit Zwiebeln und
Fetakäse, in der
Backofenform

1 kg
22⁹⁰

160 °C, 60 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Bratkartoffeln und Salat

**GLOBUS
Semmelknödel-Rollbraten**
Vom Schweinehals,
handgerollt

1 kg
9⁹⁰

160 °C, 90–120 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Rotkohl und Bratensoße

GLOBUS Putenrollbraten
Aus der mageren
Putenbrust, ohne
Knochen, am Stück

1 kg
15⁹⁰

140 °C, 70–90 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Reis und Salat

GLOBUS Schweinerollbraten
Vom frischen Schinken,
gefüllt mit Dörrfleisch
und Zwiebeln

1 kg
7⁹⁰

Backen bei 160 °C,
ca. 70–90 Min.

Beilagenempfehlung: Kro-
ketten und Gemüsepfanne

**GLOBUS
Cordon bleu-Braten**
Schweinerücken,
gefüllt mit feinem
Kochschinken
und Käse

1 kg
9⁹⁰

160 °C, 60–90 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung: Salz-
kartoffel und Blumenkohl

GLOBUS Rinderrollbraten
Vom Charolais-Jungbullen,
gefüllt mit Dörrfleisch,
Zwiebeln, Senf und
Kräutern

1 kg
13⁹⁰

160 °C, 90–120 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Kartoffeln, Klöße, Rotkohl
und Bratensoße

GLOBUS Gefüllter Kalbsbraten
Mit Schweinemett,
ohne Knochen,
küchenfertig
vorbereitet

1 kg
15⁹⁰

160 °C, 60–90 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Klöße und Rotkohl

**GLOBUS
Kalbsnierenrollbraten**
Gefüllt mit Kalbsniere,
Zwiebeln und
Petersilie

1 kg
16⁹⁰

160 °C, 60–90 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Bratkartoffeln und Salat

GLOBUS Schweinefilet
Geräuchert

1 kg
12⁹⁰

Backen bei 160 °C,
ca. 60–90 Min.

Beilagenempfehlung:
Sauerkraut und Kartoffel-
stampf

Sauerbraten
Vom Charolais-
Jungbullen, küchen-
fertig eingelegt

1 kg
16⁹⁰

Scharf anbraten, mit Rot-
wein oder Sud ablöschen
und im geschlossenen Topf
ca. 90–120 Min. schmoren.

Beilagenempfehlung:
Klöße und Rotkohl

GLOBUS Kalbsbrust
Gefüllt mit Schweinemett

1 kg
11⁹⁰

160 °C, 60–90 Min. im
vorgeheizten Backofen

Beilagenempfehlung:
Kartoffelstampf und
Rosenkohl

GLOBUS Kohlrouladen
Aus echtem Filderkraut,
mit Hackfleischfüllung,
küchenfertig zubereitet

1 kg
13⁹⁰

Zubereitungsempfeh-
lung: Leicht mit Mehl
bestäuben und in einer Pfanne
kurz mit heißem Fett an-
braten. Brühe dazugeben und
mit geschlossenem Deckel
schmoren lassen.

GLOBUS Klöße
Mit feiner Leber-
wurstfüllung

1 kg
9⁹⁰

Zubereitungsempfehlung: In
einem Topf mit Salzwasser geben
und 20–25 Min. ohne Deckel
ziehen lassen. Nicht Kochen.



GLOBUS

Fischtheke

100 g
2⁶⁹

Frisches Lachsfilet
Mit Haut, zum Braten
oder Dünsten

Rauchmatjeshappen
Mit Dill, in Sylter Sauce

100 g
1⁵⁹



Tilapiafilet
Aufgetaut, natur
oder mariniert

je 100 g
1²⁹

Herrn Falbs Fisch-Empfehlung:

VON HAND
MIT HERZ
GLOBUS

100 g
1⁸⁹



Eiersalat

Liaison aus mildem, rauchigem
Stremellachs und Eiern an einer
fein-würzigen Marinade

Geräuchertes Buttermakrelenfilet
Mit kräftigem Raucharoma



100 g
2⁹⁹
3⁴⁹

Senf-Kräuter-Happen



100 g
1⁵⁹
1⁹⁹

Feine Brathappen
In würzigem Aufguss



100 g
1⁵⁹

Räucherfischplatte Neptun
Mit verschiedenen
Fischsorten



350 g
8⁹⁰

VON HAND
MIT HERZ
GLOBUS

Miesmuscheln Imperial
Aus MSC-zertifizierter Fischerei



1 kg
4⁹⁹
5⁹⁹

www.msc.org

Käse des Monats Drei Klassiker für jeden Geschmack



je 100 g
0⁷⁷

Milram Schnittkäse
Gouda, Edamer oder Butterkäse,
40–45 % Fett i. Tr.

Deutscher Schnittkäse, mild im
Geschmack, gut geeignet als
Brotbelag, Snack oder aufgrund
seiner Schmelzeigenschaft auch
in der warmen Küche verwendbar.

100 g
1⁹⁹
2⁴⁹

Galbani Gorgonzola Intenso DOP
Italienischer Weichkäse mit Edelpilzkulturen,
aromatisch-würzig, 48 % Fett i. Tr.



VON HAND
MIT HERZ
GLOBUS

100 g
1²⁹
1⁶⁹

Frischkäsezubereitung Kirschpaprika
Doppelrahmstufe im Milchanteil,
aromatisch, fruchtig-pikant

Käseebellen
Österreichischer Schnittkäse,
verschiedene Sorten,
mind. 50 % Fett i. Tr.

je 100 g
2⁴⁹

GLOBUS

Käsetheke

Grana Padano DOP
Italienischer Hartkäse mit Rohmilch hergestellt,
vollmundig-aromatisch, mit kristalliner Struktur,
12 Monate gereift, mind. 32 % Fett i. Tr.

100 g
2²⁹
2⁹⁹

**Leerdammer Original,
Léger oder Delacrème**
Holländischer Schnittkäse,
nussig-mild, mit
typischer Lochung,
32–45 % Fett i. Tr.



je 100 g
1²⁹

Zillertaler Bio Bergkäse
Österreichischer Hartkäse mit
Heurohmilch g.t.S. herstellt,
aromatisch, würzig,
45 % Fett i. Tr.



100 g
2¹⁹

Käsesalat Schweizer Art
Käsezubereitung mit Fleischwurst
und Paprika, in einer fein-würzigen
Vinaigrette



100 g
1²⁹

VON HAND
MIT HERZ
GLOBUS

**Geramont, L'Affiné Saint Albroy
oder Chaumes**
Französische Weichkäse,
mild-cremig oder aromatisch-würzig,
51/52/60 % Fett i. Tr.



je 100 g
1⁹⁹

Käsefeingebäck
Fein-würzig, ideal
zu Frischkäse oder
zum Knabbern,
1 kg = 16.13



80 g
1²⁹
1⁶⁹

Laktosefrei

Pizza Wolke
Verschiedene
Sorten,
tiefgefroren,
1 kg = 9.28



je 430 g
3⁹⁹
5⁴⁹



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



je 165–190 g
1⁷⁹
2³⁹

Iglo Fischstäbchen
Tiefgefroren, 1 kg = 11.08



360 g
3⁹⁹
4⁴⁹



Snackmaster Mikrowellen-Pommes
Verschiedene Sorten, tiefgefroren, 1 kg = 7.93



je 140 g
1¹¹
1³⁹

Mars, Snickers oder Twix Eisriegel
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 l: 9.11–13.28



je 172,5–251,5 ml
2²⁹
3⁴⁹

Dr. Oetker Wölkchen
Verschiedene Sorten,
1 kg = 4.72



je 125 g
0⁵⁹
0⁷⁹

Dr. Oetker Götterspeise
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.27



je 150 g
0⁴⁹
0⁵⁹

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



je 400 ml
1¹¹

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



je 500 g
1⁹⁹
2⁶⁹

Jeden Tag
Fruchtjoghurt
Verschiedene Sorten,
1 kg = 1.67

Diese Woche
noch billiger!

je 150 g
0²⁵
0²⁹



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



je 400–450 g
1⁴⁹
1⁹⁹

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



je 500 ml
2⁹⁹

Weihenstephan Schlagrahm
32 % Fett oder
Sahne zum Kochen
15 % Fett,
1 kg = 5.96



je 250 g
1⁴⁹
1⁵⁹

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



je 1.350 ml
3⁴⁹

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

je 300 g
2⁴⁹



Hilcona Gefüllte Nudeln
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 10.36



je 250 g
2⁵⁹
3⁴⁹

Fräulein Heidemarie
Puten-Schnitzel
SB-verpackt, 1 kg = 10.58



500 g
5²⁹

Feinkost Popp Meistersalat
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.55



je 200 g
1¹¹

Tulip Pulled Turkey
1 kg = 11.98



500 g
5⁹⁹
6⁹⁹

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



250 g
1⁶⁹

Fräulein Heidemarie
Hähnchen-Brustfilet-Teilstück
SB-verpackt, 1 kg = 11.32



600 g
6⁷⁹

GLOBUS FRESH 'N' GO
Veganes Schnitzel
oder Gemüse-
schnittzel
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 8.95



je 200 g
1⁷⁹



Diese Woche
noch billiger!

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



je 160–226 g
2⁴⁹
2⁹⁹



Nordsee Fisch
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
8.89–16.60



je 150–280 g
2⁴⁹

Jede
Woche
neu

Exklusive Rabatte für Mitglieder!

50%
mein GLOBUS

20%
mein GLOBUS

30%
mein GLOBUS

Jetzt für *mein GLOBUS* registrieren:

- Am Empfang*
- Auf 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

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



je 250 ml

0⁹⁹



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



 Laktosefrei

je 1 l

1²⁹_{1⁸⁹}

Landliebe Käsescheiben
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 11.93



je 150 g

1⁷⁹_{2⁵⁹}

Olympus Feta, Schafs- oder Ziegenkäse
Verschiedene Sorten, 1 kg = 13.27



je 150 g

1⁹⁹_{2²⁹}

Jede
Woche
neu

 **mein
GLOBUS**

Exklusive Rabatte für
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

2²⁹_{2⁹⁹}

Aoste
Stickado
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
25.57–29.83



je 60–70 g

1⁷⁹

Gutfried
Geflügel Salami
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 13.90



je 100 g

1³⁹_{1⁹⁹}

Rügenwalder Mühlen Mett Zwiebel
Verschiedene Sorten,
1 kg = 14.90



je 100 g

1⁴⁹_{1⁸⁹}

Power System
Proteinriegel
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 22.57



je 35 g

0⁷⁹_{0⁹⁹}

Fulfil
Proteinriegel
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 37.25



je 40 g

1⁴⁹_{1⁹⁹}

Harry Rosinen Stuten
Geschnitten,
1 kg = 4.98



400 g

1⁹⁹_{2⁷⁹}

Mestemacher Eiweißbrot
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.96



je 250 g

1⁴⁹_{2¹⁹}

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



je 300 g

1⁴⁹_{1⁵⁹}

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



je 54 g

0⁸⁹_{0⁹⁹}

Breitsamer Honig
Verschiedene Sorten,
1 kg = 9.98



je 500 g

4⁹⁹

Alnatura
Bio Gemüse Aufstrich
1 kg = 15.36



110 g

1⁶⁹

Grafschafter
Goldsaft
Im Spender,
1 kg = 3.58



 Vegan

500 g

1⁷⁹

Krüger
Signature Blend
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 17.79



je 140 g

2⁴⁹_{3²⁹}

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



je 55 g

3⁶⁹_{4²⁹}

LMB/KW02/26

Angebotsgültigkeits-Garantie! ➔ globus.de/garantien

Alnatura Schokolade Edelbitter
1 kg = 37.38



80 g
2⁹⁹



Alnatura
Zitronen-Sablés
Zarte Gebäckspezialität,
1 kg = 18.09



110 g
1⁹⁹



Alnatura Bio Räucher-Tofu
Buchenholzrauch, 1 kg = 8.45



200 g
1⁶⁹



Rügenwalder Mühle
Veganer Aufschnitt
Verschiedene Sorten,
1 kg: 13.88–15.86



je 70–80 g
1¹¹



Beyond Veganer Burger, Hack oder
Bratwurst
Verschiedene
Sorten, tief-
gefroren, 1 kg:
11.96–14.95



je 200–250 g
2⁹⁹
3⁷⁹



Tartex Aufstrich
Verschiedene Sorten,
1 kg: 14.21–14.74



je 135–140 g
1⁹⁹
2³⁹



Zweifel Vaya Snack
Verschiedene Sorten, 1 kg = 37.38



je 80 g
2⁹⁹
3⁴⁹



Lambertz Bio Hafer-Cookies
Verschiedene Sorten, 1 kg = 9.95



je 200 g
1⁹⁹
2²⁹



je 200–220 g
2⁴⁹



Better Nature Tempeh
Verschiedene Sorten,
1 kg: 11.32–12.45



je 200–220 g
2⁴⁹



Treets Vegane Peanuts
1 kg = 10.76



250 g
2⁶⁹
2⁹⁹



Lindt Vegane
Schokolade
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 39.90



je 100 g
3⁹⁹
4⁹⁹



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

VEGANUARY

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



Alpro Barista
Verschiedene
Sorten,
1 l = 2.92



je 750 ml
2¹⁹
2⁴⁹



Milram
Vegane Schmand-Alternative
1 kg = 5.95



200 g
1¹⁹
1³⁹



Eleplant Vegane Butter
100 % pflanzlich, buttrig im Geschmack,
ohne Palmöl, 1 kg = 6.45

200 g
1²⁹
1⁹⁹



Handl Tyrol
Veggie
Tyrölini
Klassik,
1 kg = 28.43



70 g
1⁹⁹
2⁴⁹



Handl Tyrol
Veggie
Wurzerl
Verschiedene
Sorten,
1 kg = 29.83



je 60 g
1⁷⁹
1⁹⁹



Billie Green
Veganer Snack
Salami-Style
Klassik oder
Chili,
1 kg = 26.53



je 75 g
1⁹⁹
2⁴⁹



Block House Veganes Brioche Bun
1 kg = 9.31



2 x 80 g
1⁴⁹
1⁶⁹





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

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

je 0,5 l

099

Grünfink Gemüsesaft
Verschiedene Sorten,
Tetra Pak,
pfandfrei

je 1 l

119

159

GLOBUS Kichererbsen
Mit Meersalz,
1 kg = 2.98

400 g

079

089

Schamel Superroot
Meerrettich Mousse
1 kg = 14.74

135 g

199

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

je 500 g

129

149

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

je 190–250 g

149

169

Mogli Erdnuss Flips
Mit Kichererbsen,
1 kg = 33.00

30 g

099

129

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

je 6 x 22 g

249

299

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

je 50–150 ml

159

199

Nø Cosmetics
Today Liquid
Verschiedene Sorten,
1 l = 89.90

je 100 ml

899

999

Greendoor
Deo-Creme Classic
1 l = 119.80

50 ml

599

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

je 50 ml

699

799

Sodasan
Orangen
Kraftreiniger
1 l = 6.58

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

je 18–21 WL

599

Claro
Öko Klarspüler oder
Nachfüllbeutel
1 l = 4.50

je 500 ml

225

245

Claro
Maschinenpfleger
1 kg = 31.19

160 g

499

So gut, so echt, so

BIO



Alnatura Bio Eier
Bruderküken, Stück = 0.50



10 Stück
4⁹⁹
5²⁹

Alnatura Bio Weidemilch Speisequark
Magerstufe, 1 kg = 4.76



250 g
1¹⁹

Alnatura
Haltbare
Bio
Alpenmilch
1,5 % Fett



1 l
1⁴⁵

Alnatura
Bio Joghurt mild aus fettarmer Milch
1,5 % Fett,
1 kg = 2.50



500 g
1²⁵
1³⁵

Alnatura Bio Feta
Original, 1 kg = 16.61



180 g
2⁹⁹

Alnatura
Bio Fusilli
1 kg = 2.58



500 g
1²⁹

Alnatura Bio
Tomaten Mark
2fach
konzentriert,
1 kg = 7.45



200 g
1⁴⁹

Alnatura
Passata
1 kg = 2.45



690 g
1⁶⁹

Wiltmann Bio Aufschnitt
Verschiedene Sorten,
1 kg = 16.13



je 80 g
1²⁹
2¹⁹

Bionella Bio
Nuss-Nougat-Creme
1 kg = 8.33



400 g
3³³
3⁹⁹

Alnatura Bio Käse
Gerieben,
1 kg = 16.60



150 g
2⁴⁹

Alnatura Rapsöl
Nativ,
1 l = 4.58



0,5 l
2²⁹

Alnatura Bio Agaven Dicksaft
Zum Süßen,
1 l = 9.16



250 ml
2²⁹

Alnatura
Beeren-Müsli
1 kg = 5.99



750 g
4⁴⁹

Alnatura Bio
Maiswaffeln
1 kg = 7.18



110 g
0⁷⁹

Alnatura Kokosmilch
1 l = 4.98



400 ml
1⁹⁹

KoRo Gefriergetrocknete Erdbeerscheiben
1 kg = 59.97



350 g
20⁹⁹
26⁴⁹

KoRo
Bio Mango-
streifen
Brooks



1 kg
22⁹⁹
23⁹⁰

KoRo
Ananasringe
ohne
Zuckerzusatz
1 kg = 29.95



200 g
5⁹⁹
6⁷⁵

Koro Bio Mango-Curry Aufstrich
1 kg = 13.13



380 g
4⁹⁹
5⁵⁰

KoRo Haselnussmus
1 kg = 19.98



500 g
9⁹⁹
12⁹⁹

KoRo Bio Geile Schnitte
1 kg = 37.00



30 g
1¹¹
1⁴⁹



globus-memo.de

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



je 110–175 g

129

Nippon Puffreis Häppchen
Vollmilch oder Zartbitter
1 kg = 8.95



je 200 g

179

Fisherman's Friend
Verschiedene Sorten,
1 kg = 31.60



je 25 g

079

0⁹⁵

Mirácoli 3 Portionen
Verschiedene Sorten,
1 kg = 9.40



je 265 g

249

3²⁹

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



je 12,5–80 g

111

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



je 720 ml

199

2⁵⁹

Gutes aus Brandenburg

Mitsuba Streetfood Snackmix
Verschiedene Sorten,
1 kg = 14.21



je 140 g

199

2³⁹

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



je 210–250 g

279

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



je 75 g

159

1⁷⁵

Funny-frisch Goldfischli
Verschiedene Sorten,
1 kg = 11.10



je 100 g

111

1⁴⁹

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



je 352–400 g

169

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



je 325–490 g

169

Lindt Classic Tafel
Verschiedene Sorten,
1 kg = 16.90



je 100 g

169

1⁹⁹

Kuchen Meister Koala
Schoko oder Milch,
1 kg = 15.87



je 75 g

119

1³⁹

Hitschies Fruchtgummi
Verschiedene Sorten,
1 kg = 7.92



je 125 g

099

1³⁹

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



je Dose

299

Maggi Würzmischung
Verschiedene Sorten,
1 kg = 23.17



je 60 g

139

1⁵⁹

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



je 400 g

249

2⁶⁹

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



6 x 80 g

699

7⁴⁹

Werder Paprikasauce
Klassisch oder Scharf
1 kg = 3.18



je 500 g

159

1⁷⁹

Kühne Surol
oder Salata
1 l = 1.99



je 750 ml

149

Südzucker Feiner Rüben
Zucker



1 kg

139



Wein des Monats



0,75 l
3⁹⁹
7⁹⁹

*Elevé Merlot
Cabernet Sauvignon
Vin de Pays d'Oc IGP*

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

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



0,75 l
5⁹⁹
7⁴⁹

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



0,75 l
3⁹⁹
5⁴⁹

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



je 0,75 l
3⁹⁹

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



je 0,75 l
4⁴⁹

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
5⁹⁹
7⁹⁹

Puklavec & Friends
Verschiedene
Sorten, frische,
fruchtige Weine
aus Slowenien,
1 l = 5.99



je 0,75 l
4⁴⁹
4⁹⁹

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



0,75 l
4⁹⁹
5⁹⁹



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



0,75 l
5⁹⁹
6⁹⁹

Alpenschnaps
33–35 % Vol.,
verschiedene
Sorten,
1 l = 13.98



je 0,5 l
6⁹⁹
9⁹⁹

Pure Divine
Vodka
37,5 % Vol.,
1 l = 9.99



0,7 l
6⁹⁹

Kilbeggan Traditional
Irish Whiskey
40 % Vol., mild, rund,
mit harmonischen
Honignoten und
Anklängen von
süßem Malz,
1 l = 15.70



0,7 l
10⁹⁹

Garda Gin
41,7 % Vol., italienischer Gin,
aus den verschiedensten
Botanicals wie Lavendel,
Zitronen und Olivenblättern
hergestellt, die rund um
den Gardasee wachsen,
1 l = 31.98



0,5 l
15⁹⁹
19⁹⁹

im
Trend

Gerolsteiner FLOW
Ein Drink, der midtenkt: 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

Neu
bei uns



je 0,5 l
1⁴⁹
1⁷⁹

Scenatic Energy Drink
Verschiedene Sorten,
1 l = 1.00
+ Pfand 0.25



je 0,25 l
0²⁵

Voelkel Shot
Verschiedene
Sorten,
1 l = 16.74,
pfandfrei



je 95 ml
1⁵⁹

Peter Mertes Bree
Alkoholfreier Wein
Verschiedene
Sorten,
1 l = 3.99



je 0,75 l
2⁹⁹

La Gioiosa
Prosecco Frizzante
Am Gaumen trocken,
fruchtig Aromen von
Äpfeln und Mango,
1 l = 6.65



0,75 l
4⁹⁹
7⁴⁹

Pfanner
Fruchtsaft
Verschiedene
Sorten,
ausgenommen Oran-
gensaft,
Tetra Pak,
pfandfrei



je 1 l
1⁷⁹
1⁸⁹

Coca-Cola Limonade
Verschiedene Sorten, je 24 x 0,33 l-MW-
Flasche, 1 l = 2.15 + Pfand 5.10



je Kiste
16⁹⁹

Tönissteiner Mineralwasser
Verschiedene Sorten, je 12 x 0,75 l-MW-Flasche,
1 l = 0.50
+ Pfand
3.30



je Kiste
4⁴⁹
6⁴⁹

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



je Kiste
13⁹⁹
19⁴⁹

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



je Kiste
10⁹⁹

Selters Mineralwasser Classic, Medium oder Naturell
Je 12 x 1 l-PET-Flasche,
1 l = 0.50
+ Pfand 3.30



Gutes
von hier

je Kiste
5⁹⁹

Die ganze Welt der Weine

Entdecken Sie Ihre Favoriten aus aller Welt für jeden Anlass.

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

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
2 49
3³⁹



je 24–25 g
5 99
7⁴⁹



je 90 g
6 99



je 300 g
12 99
15⁹⁹



je 300 g
17 99

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
1 99



60 g
2 29



je 120 g
3 99
4⁹⁹



je 500 g
0 89
0⁹⁹



je 500 g
2 99

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

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

Bellani Protein Pasta
1 kg = 4.98



420 g
2 29
2⁷⁹



je 280 g
2 49
2⁹⁹



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



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





Von Baby- und Körperpflege über Hygieneartikel bis Tierfutter.

Familienglück zu familiären Preisen



Mogli Pizzastangen oder Dinkelbällchen
Verschiedene Sorten,
1 kg: 14.53–27.25



je 40–75 g
1⁰⁹



Billy Tiger Bio Pufuleti
Verschiedene Sorten,
1 kg = 28.29



je 35 g
0⁹⁹



Alete Milch-Getreide-Mahlzeit
Verschiedene Sorten, ab dem 10. Monat,
1 l = 4.38

je 2 x 200 ml
1⁷⁵
1⁹⁹



Healthy Kids Bio Getränk
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l: 1.19–3.61
+ Pfand 0.25



je 0,33–0,5 l
1¹⁹
1⁴⁹



Tetesept: Badespaß
Verschiedene Sorten,
1 kg = 18.37

je 190 g
3⁴⁹
3⁹⁵



Craze Inkee Badebombe
Verschiedene Ausführungen,
1 kg = 43.63

je 80 g
3⁴⁹
4⁴⁹



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

75 ml
5⁴⁹
5⁷⁹



Jean Carol Baby-Waschlappen
10 Stück = 0.57

26 Stück
1⁴⁹



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



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



19⁹⁹

Schubladenbox
Kunststoff, mit 4 Schubladen,
29 x 37 x 24,5 cm, stapelbar,
weiß oder schwarz



LEITZ

je Artikel
19⁹⁹

**Tagesplaner-Block
oder To-do-Liste-
Block**
Verschiedene
Ausführungen
und Größen:
von **2.99** bis **4.99**

ab
2⁹⁹

Prospekthüllen
DIN A4, stabil und
dokumentenecht



DURABLE

100er-Pack
3⁹⁹

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



je Artikel
9⁹⁹

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**

5⁹⁹

Kugelschreiber
Verschiedene
Farben,
Schreibfarbe:
blau oder
Textmarker
Pastellfarben

je 6er-Pack
2⁹⁹

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
5⁹⁹

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**

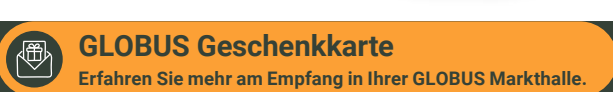
ab
1⁴⁹

Ringordner
DIN A4, mit Gummizug,
verschiedene Farben:
je **1.99** oder
Sammelmappe
DIN A4, mit Gummizug,
verschiedene Farben:
je **0.99**

ab
0⁹⁹

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
1⁷⁹



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

brother
at your side

21⁹⁹

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

27⁹⁹
45²⁹

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

LEITZ

69⁹⁹
119⁰⁰

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

9⁹⁹
19⁹⁹

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

je Artikel/5er-Pack
3⁴⁹

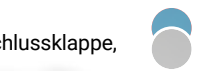
Collegeblock
DIN A4, liniert
oder kariert

Oxford

je Artikel
2⁴⁹
5²⁹



Passend dazu:
Laminierfolie
DIN A4, Folienstärke:
80 mic., **4.99** (**7.99***)



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
99⁹⁹
249^{00*}



Das große
Haushaltswaren-
sparen
%



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
39⁹⁹
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
14⁹⁹
28^{99*}



Wasserfilter Marella
Kunststoff, reduziert Kalk und Geschmacksstörende Stoffe, gefiltertes Wasser: 1,4 l, elektronische Kartuschenwechselanzeige, inkl. 6 Kartuschen, verschiedene Farben

BRITA
Je Set
32⁹⁹
55^{19*}



1 Kartusche = ca. 150 l gefiltertes Wasser

Passend dazu:
Filterkartusche Maxtra Pro 5 + 1
Ab 27.99 (37.99*)

2 in 1-Schwämme
Mikrofaser/Nylon, weiche Seite: Fleckenentfernung und Polieren, grobe Seite: entfernt harthäckigen Schmutz, bei 60 °C waschbar, 16 x 10 x 10 cm

Genius
5er-Set
249
39^{95*}



60 % saugfähiger als herkömmliche Schwämme (Herstellerangabe)

5er-Set

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



5-teiliges Set
79⁹⁹
199^{90*}



Passend dazu:
Glaskaraffe
0,7 l, **9.99** (18.99*)



Ebenfalls erhältlich:
CO2-Zylinder
Neu und befüllt, je **24.99** (32.99*)

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
349
5^{49*}



Bügelbrett Benny
Metall, dampfdurchlässige Bügelfläche: 110 x 30 cm, höhenverstellbar: bis 90 cm, Verschlussclip zum besseren Verstauen

14⁹⁹
29^{99*}

Solange der Vorrat reicht



Bodenwischer Profi XL-Set
Wischtuchpresse, Kunststoff, Wischer, Aluminiumstiel, mit 360°-Kardangeln mit Wischbezug Micro Duo, beseitigt bis zu 99 % der Viren und Bakterien (Herstellerangabe), bei 60 °C waschbar



Je Set
54⁹⁹
89^{99*}

Wischbezug Superduster XL, speichert Staub, Tierhaare und Allergene, im Wert von 19.99* gratis dazu!



Bodenwischer Power Mop 3 in 1-Set
Eimer: 12 l mit Sieb, Mopkopf mit 3-teiligem Stiel, kompatibel mit allen Leifheit Mopköpfen, 39 x 29 x 29 cm



Je Set
12⁹⁹
21^{99*}



Passend dazu:
Ersatzkopf
4.99 (6.99*)

Wischtuchpresse Profi
Fußbedienung, 8 l, mit Rollen und Tragegriff, keine Hände im Schmutzwasser, für alle Bezüge des Wischers Profi XL



39⁹⁹
74^{99*}



Bodenwischer Classic XL
360°-Drehgelenk, große Fußtaste, Mikrofaser-Wischbezug, geeignet für alle Böden, waschbar bei 60 °C



12⁹⁹
21^{99*}



Passend dazu:
Ersatz-Wischbezug
5.99 (10.99*)

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

Bis zu 400 x waschbar



Je Artikel
12⁹⁹
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 **Wäschesammler**
55 l: je **10.99** (22.99*), Kunststoff



ab
4⁹⁹
8^{99*}

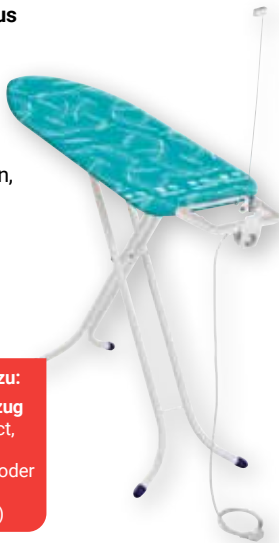


Bügeltisch Airboard M Compact Plus
Thermo-Reflect-Bezug für 2-seitigen Bügeleffekt, höhenverstellbar: 78–98 cm: **44.99** (84.99*) oder **Airboard Express M Solid**
Baumwollbezug, für Dampfstationen, höhenverstellbar: 76–100 cm: **54.99** (99.99*), Metall, Bügelfläche: 120 x 38 cm



ab
44⁹⁹
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
39⁹⁹
54^{99*}



Dampfstation SV6110
2.400 W, leichtgleitende Keramik-Bügelsohle, schnellaufheizend, Wassertank: 1,4 l, Kabellänge: 1,6 m, Pumpendruck: 5 bar, Vertikaldampf

Tefal
89⁹⁹
249^{99*}



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



419⁰⁰
590⁰⁰*



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
Kaffeautomat Bueno
1.000 W, Edelstahl, bis zu 10 Tassen, Filter herausnehmbar, Tropf-Stopp-Funktion, Abschaltautomatik, Warmhaltefunktion:
44.99 (~~74.99*~~)

ab **37⁹⁹**
74⁹⁹*



Allesschneider Solida 4
65 W, Vollmetallausführung, Leichtlaufschlitten, stufenlose Schnittstärkeinstellung, Sicherheits-Moment und Dauerschalter



99⁹⁹
169⁹⁹*



Smoothie-Maker Kult X Mix & Go
300 W, Fassungsvermögen: 0,6 l, Mixbehälter mit Skala und Trinkdeckel, 4-flügeliges Edelstahlmesser, spülmaschinengeeignet

29⁹⁹
74⁹⁹*



**Das große
Haushaltswarensparen**
%



Wasserkocher KO1508
2.400 W, 1,5 l, automatischer An-/Ausschalter mit Kontrollleuchte

Tefal
12⁹⁹
51⁹⁹*



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*~~)



89⁹⁹
149⁹⁹*



Induktionskochfeld Einzel-Touch
2.000 W: **44.99** (~~59.99*~~) oder
Induktionskochfeld Doppel-Touch
3.500 W: **89.99** (~~109.99*~~), Glaskeramik-Kochfläche, 10 Leistungsstufen, 60–240 °C, Timerfunktion, Digitalanzeige



ab **44⁹⁹**
59⁹⁹*



Heißluft-Fritteuse SatisFry Panoramic
1.500 W, Fassungsvermögen: 5 l, Touchscreen, 10 Programme, Innenbeleuchtung



39⁹⁹
129⁹⁹*



Kombi-Service
Steingut, je 4 Kaffeebecher, Dessertteller, Ø 20 cm, Speiseteller, Ø 26 cm, Schalen, Ø 14,5 cm, spülmaschinen- und mikrowellengeeignet



je 16-teiliges Set
24⁹⁹
89⁹⁹*



Made in Europe

16-teiliges Set

Besteck-Set Luna
Edelstahl 18/10 hochglanzpoliert, je 12 Menümesser, Menügabeln, Menüöffel, Kaffeeöffel, Kuchengabeln



60-teiliges Set
29⁹⁹
59⁹⁹*



60-teiliges Set

Salatschale
Porzellan, spülmaschinen- und mikrowellengeeignet, Ø 20 cm: **6.99** (~~16.99*~~), Ø 25 cm: **9.99** (~~21.99*~~) oder Ø 30 cm: **12.99** (~~34.99*~~)



ab **6⁹⁹**
16⁹⁹*



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 **3⁹⁹**
9⁹⁵*

Für Heißgetränke geeignet



Teekanne
1,2 l, mit Filtereinsatz aus Edelstahl

Passend dazu:
Stövchen
Edelstahl,
5.99 (~~6.99*~~)

6⁹⁹
21⁹⁹*



Bodensauger mit Beutel R03957EA
900 W, Aktionsradius: 8,8 m, Beutelkapazität: 3 l, Staubbeutelfüllanzeige, automatische Kabelaufwicklung



74⁹⁹
179⁹⁹*



Bodensauger ohne Beutel BGS05BL1H
700 W, Hygiene-Filtersystem, AirCycle-Technologie, Teleskoprohr, umschaltbare Rollendüse, Aktionsradius: 9 m, inkl. Zubehör



74⁹⁹
204⁹⁹*



Hand-/Akkusauger 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



99⁹⁹
249⁹⁹*



Jede
Woche
neu

Exklusive Rabatte für



Mitglieder!

Bis zu

30%

mein GLOBUS

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**

Honey Pomelos hell
Ursprung China, KL I,
pro Stück



**30 %
Rabatt**

Auf alle **Hipp** Windeln



**30 %
Rabatt**

Auf alle **GLOBUS** Katzensnacks



**20 %
Rabatt**

Stemmari
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.

sloggi
**-30%
AUF SLOGGI**
**WOHLFÜHLEN
WAR NOCH NIE
SO EINFACH**
Gültig von
05.01.-10.01.2026
*Nicht kombinierbar
mit anderen Aktionen,
ausgenommen reduzierte
Artikel und Werbeware aus
unserem aktuellen Faltblatt.
Nur gültig auf Artikel der
Marke sloggi ab einem
Mindesteinkaufswert von 5€.

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



je 5er-Pack
7⁹⁹
9⁹⁹*



Damen- oder Herren-Strick
Damen-Größen: S–XXL,
Herren-Größen: M–3XL,
verschiedene
Modelle und
Farben



Solange
der Vorrat
reicht

je Artikel
14⁹⁹
29⁹⁹*



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

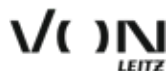


je Set
17⁹⁹

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



je Artikel
27⁹
43⁹*



Frischhaltedose 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-, kühlischränk-, spül-
maschinen- und mikrowellengeeignet, inkl. Deckel



ab
5⁴⁹
7⁹⁹*

MEPAL



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



je Artikel
9⁹⁹
14⁹⁹*

manufact

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 Limburg

Mundipharma Straße 1
65549 Limburg
Telefon: 06431 2120–0

globus.de/limburg
E-Mail: info-mhlmb@globus.de

Gesellschaftssitz:
Am Wirthembösch,
66606 St. Wendel

Markthalle:

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

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 oder in der **GLOBUS App**.

Bis
zu **500
°Punkte***

*Nur vom 05.01.–18.01.2026: 250 Extra°Punkte für die PAYBACK Neuregistrierung
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.



Gültig vom 05.01. bis 17.01.2026

GLOBUS Spezial

Bewusst genießen



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



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



GLOBUS

Echt gut gemacht.

Fit durch den Winter, pflanzlich stark.

Jetzt Vitamin C tanken

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



Ingwer-Shot selbst machen



leicht



10 Min.



10 Portionen

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

Tipp:

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

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

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

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

Fruchtig-frische Variante:



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

Demeter Bio Tafeläpfel „Gala Royal“

Ursprung Italien, Kl II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



GLOBUS Bio Demeter Zitronen

Ursprung Italien, Sorte siehe Etikett, Kl II

500 g-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Ingwer

Ursprung Brasilien/China/Peru

je kg

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Tafelbirnen „Williams“

Ursprung Italien, Kl II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Mandarinen

Ursprung Spanien, Sorte siehe Etikett, Kl II,

1 kg = 3.59

je 750 g-Beutel

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Orangen

Ursprung Italien, Sorte siehe Etikett, Kl II

je 1 kg-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Feldsalat
Ursprung Italien,
KL II

100 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Bio Cherrydatteltomaten
Ursprung Spanien, KL II

250 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Bio Zucchini grün
Ursprung Spanien, KL II

500 g-Bund

**Zum aktuellen
Tagespreis**



GLOBUS Bio Basilikum-Topf
Ursprung Deutschland

pro Stück

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Aus der Erde auf den Teller.

Einfache und vielfältige Winterküche

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

Bio Speisemöhren
Ursprung Deutschland/
Niederlande, KL II

je 1 kg-Beutel

**Zum aktuellen
Tagespreis**



**Demeter
Bio Pastinaken**

Ursprung Deutschland,
KL II

500 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



demeter



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

**Zum aktuellen
Tagespreis**



demeter



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

1,5 kg-Beutel

**Zum aktuellen
Tagespreis**



demeter



Saatenbrötchen vom Blech



leicht



ca. 3 h



24 Portionen

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

Zubereitungszeit:

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

Schritt 1:

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

Schritt 2:

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

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

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

Biovegan Meine Meister Backhefe

1 kg = 112.86

7 g

0.79



Vegan

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

Schritt 3:

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

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

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

Jeden Tag Bio

Kürbiskerne

1 kg = 9.96

250 g

2.49



Alnatura

Bio Sonnenblumenkerne

1 kg = 3.98

500 g

1.99



Alnatura

Bio Walnusskerne

Im Frischepack, 1 kg = 17.93

150 g

2.69



Alnatura

Bio Sesam

Ungeschält, 1 kg = 8.95

200 g

1.79



Alnatura

Bio Saatenmischung

1 kg = 10.76

250 g

2.69



Alnatura

Bio Meersalz

1 kg = 1.78

500 g

0.89



Alnatura
Bio Roggen-
vollkornmehl
1 kg
1.59



Alnatura
Bio Weizenmehl
Type 550
1 kg
1.29



Alnatura
Bio Weizenmehl
Type 405
1 kg
1.39



Küchenmeister
Bio-Dinkelmehl oder
Dinkel-Vollkornmehl
je kg
1.49



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



Glutenfrei



Vegan



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



Glutenfrei



Vegan



Warum Bio-Mehl?

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

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

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

Transparenz: Oft regionale Herkunft und faire Produktionsbedingungen.

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

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

Was benötigt wird:

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

Tag 1: Der Start

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

Tag 2: Ruhe und Beobachtung

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

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).

Alnatura
Bio Sauerteig
Extrakt
1 kg = 47.33
15 g
0.71



Sauerteig-Starter leicht gemacht

Kalte Soba-Nudel-Bowl

mit Edamame und Lachs



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

1.99



leicht



ca. 45 Min.



4 Portionen

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

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

Icewind Bio Lachsfilet

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

200 g

5.59



Yutaka Sesam

weiß, geröstet,
1 kg = 24.90

100 g

2.49



Alnatura Bio Sesamöl

Nativ extra
1 l = 15.96

250 ml

3.99



Alnatura Bio Soja-Sauce

Shoyu-Art
1 l = 11.96

250 ml

2.99



HAK Edamame Bohnen

Im Beutel, Abtropfgewicht 120 g,
1 kg = 16.58

150 g

1.99



Corovita
Premium Natives
Bio-Olivenöl extra

1 l = 15.98

500 ml

7.99



Alnatura
Weißweinessig

1 l = 4.58

500 ml

2.29



Lien Ying
Reisessig

1 l = 7.45

200 ml

1.49



Alnatura Bio
Blütenhonig

1 kg = 8.54

350 g

2.99



GLOBUS Bio Kräuter
Verschiedene Sorten,
tiefgefroren,
1 kg: 10.53–15.80

je 50–75 g

0.79



Alnatura
Bio Weidemilch
Crème fraîche

30 % Fett, 1 kg = 8.60

150 g

1.29



Quinoa-Bowl

mit Hähnchenbrust und
Knoblauch-Dip



leicht



ca. 60 Min.



2 Portionen

Für die Hähnchenbrust:

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

Für den Dip:

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

Außerdem:

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

Hähnchenbrust marinieren:

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

Knoblauch-Dip zubereiten:

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

Die nächsten Schritte:

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

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

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

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

Dill waschen, trocken tupfen und fein hacken.

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

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

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

Bowl anrichten:

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

Müllers Mühle Quinoa

1 kg = 7.16

250 g

1.79



Followfood Thunfisch Filets

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

2.99



Alnatura Bio Kichererbsenwaffeln

1 kg = 14.90

100 g

1.49



Kichererbsenwaffeln mit Avocado- Thunfischsalat



leicht



10 Min.



1 Person

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

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

Wie decke ich meinen täglichen Proteinbedarf?

Täglichen Bedarf kennen:

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

Protein zu jeder Mahlzeit:

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

Pflanzliche Quellen kombinieren:

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

Schlau sein beim Snacken:

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

Flüssige Proteine sinnvoll nutzen:

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

Campo Verde Kichererbsen

Im Glas, Abtropfgewicht 230 g,
1 kg = 6.48

350 g

1.49



Alnatura Körniger 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 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



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

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

