

Hamburg-Lurup

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

GLOBUS Knackwurst  
Im Ring, nach  
Braunschweiger Art

Jetzt noch  
günstiger!

Probierpreis  
1 kg  
**6,90**  
7,00

GLOBUS Bratwurst  
mit Rahmwirsing und  
Kartoffelstampf

**5,00**

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

500 g-Schale  
**0,99**

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

4 kg-Beutel  
**3,99**

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



Klarsichtboxen-Set  
Kunststoff, verschiedene  
Größen und Farben,  
je 3er- oder 4er-Set:  
von **6,99** (17,99\*)  
bis **8,99** (25,99\*)

keeeper

ab  
**6,99**  
17,99\*

Alle Artikel ohne Dekoration \*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers



*Frisch gemacht.  
Hausgemacht.  
Jede Nacht.*

Herr Heinrich,  
GLOBUS Meisterbäcker

Dr. Oetker  
Die Ofenfrische  
oder  
Tradizionale  
Verschiedene  
Sorten,  
tiefgefroren,  
1 kg: 4.11–5.11

je 350–435 g  
**1,79**



Lorenz  
Crunchips oder  
Crunchips Wow  
oder Roasted  
Verschiedene  
Sorten, 1 kg:  
5.66–9.00

je 110–200 g  
**0,99**



König Pilsener  
Je 24 x 0,33 l/20 x 0,5 l-MW-Flasche,  
1 l: 1.05/1.32  
+ Pfand  
3.10/3.42

je Kiste  
**10,49**  
16,99



Maggi Fix oder Würzpasta  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 6.00–13.93

je 28–65 g  
**0,39**



Müller Froop  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 2.60



je 150 g  
**0,39**

Melitta  
Bella Crema  
Ganze Bohnen,  
verschiedene  
Sorten

je 1 kg  
**12,88**



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



Kuschelweich Weichspüler  
Verschiedene Sorten,  
je 750–1.000 ml,  
1 WL: 0.04–0.05

je 28–38 WL  
**1,39**  
1,95



Tempo Taschentücher  
Verschiedene Sorten und Inhalte,  
je 20 x 9/24 x 9/30 x 10 Tücher,  
10 Tücher: 0.09–0.16



je Packung  
**2,79**

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

je 3er-Pack  
**24,99**  
45,00\*



Viel gespart zum Jahresstart:

# GÜNSTIG gibt's bei **GLOBUS**

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

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



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

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



**GRUNDIG**

**12,99**  
49,99\*

Treteimer Paso  
Kunststoff, verschiedene  
Farben und Modelle,  
6 l: je 9.99 (10.49\*),  
20 l: je 17.99 (31.99\*) oder  
40 l: je 23.99 (49.99\*)

Passend dazu:  
OHO Müllbeutel  
Versch. Größen,  
ab 0,59 oder  
Pely Müllbeutel  
35 l: 1.29 (1.99\*)



40 l

**rotho**

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

1. Klappritt  
Kunststoff, faltbar,  
35 x 27 x 22 cm: 4.99 (17.99\*)  
oder 2. Sitzhocker  
Kunststoff, faltbar,  
36,5 x 30 x 32,5 cm:  
6.99 (10.99\*)

**KESPER**  
KITCHEN AND HOME

ab  
**4,99**  
17,99\*

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

ab  
**1,99**  
3,99\*



Belastbarkeit  
bis 150 kg

Belastbarkeit  
bis 110 kg

Géramont Weichkäse, Le Snack  
oder Bresso Feine Häppchen  
Verschiedene Sorten, 1 kg: 11.10–22.20



je 100–200 g  
**2,22**

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

Glutenfrei  
je 125–200 g  
**1,99**  
2,59

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

je 450–500 g  
**2,49**

Erasco Suppe oder Eintopf  
Verschiedene Sorten,  
1 l: 3.73–3.87

je 385–400 ml  
**1,49**

Knorr  
Schlemmersauce  
Verschiedene Sorten,  
1 l: 3.96

je 250 ml  
**0,99**

Ritter Sport Tafelschokolade  
Bunte Vielfalt  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 9.90



je 100 g  
**0,99**

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



je 110–140 g  
**1,69**  
2,69

Iglo Schlemmerfilet oder Filegro  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 kg: 6.03–9.54

je 240–380 g  
**2,29**  
MSC ZERTIFIZIERTE  
MARINEFISCHE  
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  
**2,22**

Oro di Parma Tomaten  
Passiert oder Stückig,  
Pizza- oder Pastasauce  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 2.33–2.48

je 400–425 g  
**0,99**

Lorenz  
Erdnuss-Locken  
Verschiedene  
Sorten, 1 kg:  
5.66–7.62

je 130–175 g  
**0,99**  
2,19



je 200 g  
**1,69**

Alpro Nuss-Drink  
Verschiedene Sorten



Glutenfrei  
Vegan

je 1 l  
**1,99**

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



Vegan  
je 500 ml  
**2,99**

Nescafé Dolce Gusto  
Verschiedene Sorten, je 8–16 Kapseln,  
1 Kapsel: 0.22–0.45, 1 kg: 28.49–29.92



Mondamin  
Saucenbinder  
oder  
Mehlschwitze  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 5.16



Oreo  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 8.22–13.44



je 96–157 g  
**1,29**

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

**Knoppers**  
**PICK & MIX**

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

9 823 294 181 009

Alle Artikel ohne Dekoration \*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

True Fruits Smoothie  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 3.99,  
pfadfrei



je 750 ml  
**2,99**  
4,69

Deli Reform  
Einfach Kochen  
1 l = 2.58

Gutes aus  
Niedersachsen

500 ml  
**1,29**  
1,59



Hansano Markenbutter  
1 kg = 6.76



250 g  
**1,69**  
3,69

Gutes aus  
Mecklenburg-  
Vorpommern

Bünting Bio Tee  
Verschiedene Sorten, je 20 Beutel,  
1 Beutel = 0.09, 1 kg = 44.75



je 40 g  
**1,79**  
1,99

Gutes aus  
Niedersachsen

Bärenmarke  
Frischer Kakao  
oder Eiskaffee  
Verschiedene Sorten



je 1 l  
**1,49**

Frischli Leckermäulchen  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.93



je 150 g  
**0,59**  
0,99

Gutes aus  
Sachsen-  
Anhalt

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



je 150 g  
**0,69**  
0,99

Kaba Kakao- oder  
Fruchtpulver  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 4.98



je 400 g  
**1,99**  
2,79

Dr. Oetker Kleine Kuchen  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 14.21



je 140 g  
**1,99**  
2,69

Kölln  
Haferflocken  
Blütentzart  
oder Kernige,  
1 kg = 2.38



Mühlhäuser Pflaumenmus  
Original oder Stückig,  
1 kg = 3.76



Harry Eiweißbrot  
1 kg = 3.78



Nordseekäse  
Scheiben  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 19.90



je 100 g  
**1,99**

Käserei Champignon  
Camembert Original oder Leicht  
1 kg = 15.12

je 125 g  
**1,89**  
2,49



Loose Quäse oder  
Hausmacher Minis  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 13.83

je 115 g  
**1,59**  
1,99



Dr. Oetker Kleine Kuchen  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 14.21

je 140 g  
**1,99**  
2,69

Abraham  
Original spanischer  
Serrano Schinken  
11 Monate traditionell  
in Spanien gereift,  
1 kg = 22.90



100 g  
**2,29**

Wiltmann  
Genießer Töpfchen  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 12.90

je 100 g  
**1,29**  
1,99



Pick Juliska  
Ungarische Salami  
1 kg = 11.44

375 g  
**4,29**



Kölln  
Haferflocken  
Blütentzart  
oder Kernige,  
1 kg = 2.38

je 500 g  
**1,19**

Wiesenhof Bruzzler  
Verschiedene Sorten, 1 kg = 9.98



je 400 g  
**3,99**  
4,69

Nadler Krautsalat  
Mit Paprika oder  
Kartoffelsalat  
Mit Gurke  
und Ei

je 1 kg  
**2,99**  
3,99



GLOBUS Antipasti oder Tapas  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 8.73–22.92

Nimm 3,  
spar dabei!  
Diese Woche  
noch billiger!  
je 3 x 80–210 g  
**5,50**



Mühlhäuser Pflaumenmus  
Original oder Stückig,  
1 kg = 3.76

je 450 g  
**1,69**  
2,29

Block House Steakpfanne  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 kg: 12.32–13.56



je 427–470 g  
**5,79**

Vossko Hähnchen Nuggets im Backteig  
Tiefgefroren

1 kg  
**4,99**



GLOBUS Gemüse  
Verschiedene  
Sorten,  
tiefgefroren,  
1 kg: 1.99–2.65

je 750–1.000 g  
**1,99**  
2,59



Harry Eiweißbrot  
1 kg = 3.78

Gutes aus  
Hamburg

500 g  
**1,89**  
2,29





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



je 0,75 l  
**2,69**  
2,99

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



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

**Averna Amaro**  
29 % Vol., ist einer der  
wenigen Kräuterliköre,  
der sowohl pur als auch  
in Mixgetränken und  
Cocktails seinen einzigartigen  
Geschmack und seine feine fruchtige  
Note entfalten kann,  
1 l = 15.70



0,7 l  
**10,99**  
13,99

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



je 0,7 l  
**11,99**  
15,99

**Nordbrand Nordhausen Pfefferminzlikör**  
18 % Vol.,  
1 l = 5.70



Gutes aus Thüringen

0,7 l  
**3,99**

**Warsteiner Bier**  
Verschiedene Sorten, auch  
Alkoholfrei,  
je 20 x 0,5 l-/  
24 x 0,33 l-MW-Flasche,  
1 l: 1.00/1.26  
+ Pfand  
3.10/3.42



je Kiste  
**9,99**  
16,99

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

je Kiste  
**13,99**  
18,99



**Altenburger Premium Pils**  
20 x 0,5 l-MW-Bügelverschlussflasche, 1 l = 1.20 + Pfand 4.50



Gutes aus Thüringen

**Azzuro Peroni Nastro**  
Verschiedene Sorten, MW-Flasche,  
1 l = 2.52 + Pfand 0.48



alkoholfreie Variante erhältlich

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

**Helles Pölleken**  
MW-Flasche, 1 l = 1.76  
+ Pfand 0.48



6 x 0,33 l  
**3,49**  
4,99

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



je 0,5 l  
**0,99**  
1,39

**Gerolsteiner Mineralwasser**  
Verschiedene Sorten,  
je 12 x 1 l-PET-Flasche,  
1 l = 0.46  
+ Pfand 3.30



je Kiste  
**5,49**

**Fa Dusche**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 3.96



je 250 ml  
**0,99**

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



je 200–250 ml  
**1,99**



**Axe Deospray**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 22.20



je 150 ml  
**3,33**

**Regina Toilettengeschenk**  
Kamille, 3-lagig, 1.200 Blatt, 1.000 Blatt = 2.49



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



je 10–20 Stück  
**2,49**  
3,29

**Pril Handgeschirrspülmittel**  
Verschiedene Sorten,  
1 l: 1.91–2.87



je 450–675 ml  
**1,29**

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



je Packung  
**6,99**

**Cesar Hundenassfutter**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.60



je 150 g  
**0,69**

**Ariel Waschmittel**  
Pulver, Flüssig oder Pods  
Verschiedene Sorten,  
je 3,96 kg/3,6 l/60 Stück,  
1 WL: 0.20–0.27



je 60–80 WL  
**15,99**

**Weißen Riese Waschmittel Pulver, Flüssig oder Caps**  
Verschiedene Sorten,  
je 4,5 kg/4,5 l/80 Stück,  
1 WL: 0.12–0.15



je 80–100 WL  
**11,99**

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



je 200–250 g  
**3,99**  
5,99

# SNACK DICH FIT

## GEWINNE MIT

je Stück  
**0,79**



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



JETZT  
TEILNEHMEN

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

je Stück  
**0,59**

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

**2x PREMIUM KÜCHENMASCHINE**

**300x JAHRESABO FÜR PREMIUM GESUNDHEITSAPP**



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



300 g-Schale  
**2,22**

Premium Mini-Bananen  
Ursprung Ecuador,  
1 kg = 7.40

3er-Schale  
**1,99**

Passionsfrüchte  
Ursprung Kolumbien



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

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



800 g-Schale  
**1,99**

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

Allergiker-  
freundlich



Wirsing  
Ursprung Italien,  
KL I



1 kg  
**1,39**



GLOBUS Bio Gurken  
Ursprung Spanien, KL II

pro Stück  
**1,11**



Buschbohnen  
Ursprung Marokko, KL I,  
1 kg = 3.98

500 g-Beutel  
**1,99**



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

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



Süßkartoffeln orangefleischig  
Ursprung Ägypten/USA,  
Sorte Covington

je kg  
**1,49**



Champignons braun  
Ursprung Belgien/Niederlande/Polen,  
KL I, 1 kg = 4.48

je 400 g-Schale  
**1,79**



Speisezwiebeln gelb  
Ursprung Deutschland/  
Neuseeland, KL I

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



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

126 g  
**1,79**

**2,55**



Alnavit Bio Haferflocken  
1 kg = 4.42

450 g  
**1,99**

**2,49**



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

je 80–250 ml  
**1,49**



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

# GLOBUS

## Meisterbäckerei



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

Herr Dietrich,  
Bäckermeister

**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 Großankauf: leckere  
Backwaren, Snacks  
und mehr.

1 Stück GLOBUS Plunder  
+ 1 Kaffee nach Wahl

Kombiangebot

**199**

Elsässer Brötchen

pro Stück  
**120**

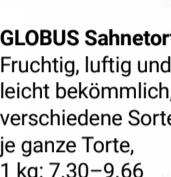
**GLOBUS Walnuss-Ciabatta**  
Mit feinen Walnüssen  
veredelt, 1 kg = 9.46

280 g  
**265**



**GLOBUS Dinkelzwilling**  
Dinkelbrot,  
1 kg = 4.80

750 g  
**360**



**GLOBUS Vollkornbrötchen**  
Stück = 0.50

4 Stück  
**199**

4 kaufen –  
nur 3 bezahlen!

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

4 Stück  
**365**



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

je 620–820 g  
**599**



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

10 Stück  
**179**



**GLOBUS Donauwelle**  
Mit Motiv,  
1 kg = 18.08

260 g  
**470**



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

700 g  
**530**



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

4 Stück  
**399**



### GLOBUS Restaurant

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

So entsteht  
unser Sushi



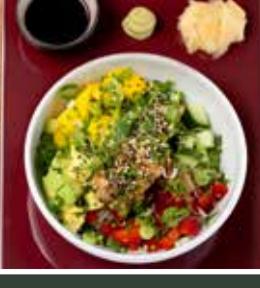
**GLOBUS Inside Out**  
Mit gekochtem Lachs,  
Sushi-Reis, Gurke  
und Kresse,  
1 kg = 26.81

298 g  
**799**



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

321 g  
**750**



**Hackbraten**  
mit Rahmsauce und  
Karottengemüse, dazu  
Petersilienkartoffeln

**990**



Milchreis  
mit Kirschen

**600**



**Hähnchengeschnetzeltes  
Zürcher Art**  
mit Spätzle

**950**



Montag

**Käsespätzle**  
mit kleinem Beilagensalat

**850**



Dienstag

**Schweinefilet**  
mit Rahmsauce,  
Mischgemüse  
und Röstiitaler

**1050**



Mittwoch

**Schweizer Schnitzel**  
dazu Pommes frites

**1000**



Donnerstag

**Gebratenes Zanderfilet**  
auf Grillgemüse,  
dazu Kräuterreis

**1150**



Freitag

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

**1250**



Samstag

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

# GLOBUS

## Fachmetzgerei



1 kg  
**1190**

Kalbshaxe  
Am Stück

Kalbschnitzfleisch  
Aus der Hüfte oder  
Unterschale

je kg  
**1790**

Herrn Gehrkes  
Wurst-Empfehlung:



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

In unserem  
Metzgergrill

pro Stück  
**100**

### GLOBUS Fleischkäse\*-Brötchen

je kg  
**1590**

Kalbsbraten  
oder -rollbraten  
Am Stück

Kalbschnitzel  
Geschnitten

1 kg  
**2090**

Kalbsbrust  
Gefüllt

1 kg  
**1190**

Rinderfilet  
Vom Charolais-  
Jungbüll, am Stück

1 kg  
**3990**

21 Tage Reifung



Entrecôte  
Vom Charolais-  
Jungbüll, am Stück

1 kg  
**2090**

21 Tage Reifung



GLOBUS Römerbraten  
Vom frischen Schweine-  
kamm, mild gepökelt  
und geräuchert, am Stück

1 kg  
**690**

GLOBUS Fleischwurst  
Im Ring

1 kg  
**740**  
790

GLOBUS Wiener Würstchen\*  
Im zarten Saitling

1 kg  
**840**  
890

GLOBUS Putenwiener\*  
Im zarten Saitling

1 kg  
**1140**  
1190

GLOBUS Bierschinken\*  
Geschnitten

100 g  
**119**

GLOBUS Jagdwurst  
Geschnitten

100 g  
**119**

GLOBUS Hausmacher  
Blut- oder Leberwurst  
Im Ring



GLOBUS Kasseler  
Vom Stielkotelett,  
am Stück

1 kg  
**490**

GLOBUS Eisbein

1 kg  
**490**

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



Julie und Gerard Van Landschoot,  
unsere langjährigen Partner aus Flandern

je kg  
**590**



So entsteht unsere  
Blut- & Leberwurst

GLOBUS Bratwurst\*  
Roster, roh

1 kg  
**590**  
690

Jetzt noch  
günstiger!

\*Mit Phosphat

GLOBUS Mettwurst  
Groß

1 kg  
**990**

Jetzt noch  
günstiger!

GLOBUS Fleischkäse\*  
Zum Selberbacken,  
in der Backofenschale

1 kg  
**490**

Jetzt noch  
günstiger!

**Bestes Schweinefleisch  
aus Flandern**

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



Schweinebraten  
oder -rollbraten  
Aus der Schulter,  
am Stück

1 kg  
**490**

GLOBUS Frühstücksknacker  
Im zarten Saitling

1 kg  
**890**

Jetzt noch  
günstiger!

# GLOBUS

## Fischtheke

Viktoriaseebarschfilet  
Ideal zum Braten, festes Fleisch,  
aromatischer Geschmack

100 g  
**1,89**  
1,99

100 g  
**1,19**

Heringshappen in  
Dillcreme  
Heringsfilet in einer  
Dill-Joghurtcreme

Frau Hildts  
Fisch-Empfehlung:



100 g  
**1,29**  
1,79

ZERTIFIZIERTES  
NACHHALTIGE  
FISCHEINWÄRT  
MSC  
www.msc.org

### Kabeljaufilet- Portionen

Ohne Haut, aufgetaut, aus MSC-  
zertifizierter Fischerei

100 g  
**1,59**

Geräucherte Forelle  
Besonders saftig durch  
die Heißräucherung

Shrimpscocktail Miami  
Mit exotischen Früchten,  
in sahnigem Dressing



100 g  
**1,69**

Thunfisch-Frischkäsezubereitung  
Doppelrahmstufe im  
Milchanteil



100 g  
**1,00**

VON HAND  
MIT HERZ  
GLOBUS

Seealgenzubereitung  
Ideal als Beilage zu gebratenem  
Fisch, aufgetaut, mariniert



100 g  
**1,49**

Matjesdoppelfilet  
Aus MSC-zertifizierter  
Fischerei



pro Stück  
**1,49**

ZERTIFIZIERTES  
NACHHALTIGE  
FISCHEINWÄRT  
MSC  
www.msc.org

Lachsspezialität  
Verschiedene Sorten



je 100 g  
**3,99**

### Frau Wennrichs Käse-Empfehlung:



100 g  
**1,79**  
2,19

### Taleggio DOP

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

VON HAND  
MIT HERZ  
GLOBUS

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

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

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**  
1,69



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

100 g  
**1,69**  
2,19

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

100 g  
**1,39**

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

520 g  
**5,00**  
6,00

VON HAND  
MIT HERZ  
GLOBUS



# Wir produzieren für Sie täglich frisch



<b>Laugenbrezel</b> Ab einem Einkauf von 5 € an der Snackinsel erhalten Sie eine Laugenbrezel gratis!  Gültig gegen Vorlage des Original-Coupons im GLOBUS Hamburg-Lurup vom 12.01. bis 18.01.2026.	<b>Frühstücksknacker</b> Ab einem Einkauf von 10 € an der Metzgerei-theke erhalten Sie 5 Frühstücks-knacker gratis!  Gültig gegen Vorlage des Original-Coupons im GLOBUS Hamburg-Lurup vom 12.01. bis 18.01.2026.	<b>Frischkäsecreme</b> Ab einem Einkauf von 10 € an der Käsetheke erhalten Sie 100 g Frischkäsecreme gratis!  Gültig gegen Vorlage des Original-Coupons im GLOBUS Hamburg-Lurup vom 12.01. bis 18.01.2026.	<b>Fischcreme</b> Ab einem Einkauf von 10 € an der Fischtheke erhalten Sie 100 g Fischcreme gratis!  Gültig gegen Vorlage des Original-Coupons im GLOBUS Hamburg-Lurup vom 12.01. bis 18.01.2026.	<b>Softgetränk</b> Zu jedem Hauptgericht gibt es ein 0,3 l-Softgetränk von unserer Schankanlage gratis dazu!  Gültig gegen Vorlage des Original-Coupons im GLOBUS Hamburg-Lurup vom 12.01. bis 18.01.2026.
--	---	---	---	--

**25% Rabatt-Coupon\***



auf das gesamte Textilien-Sortiment.

\*Ausgenommen sind aktuelle Werbeartikel (Faltbalitt KW 3, gültig vom 12.01. bis 18.01.2026) sowie nicht vorrätige Artikel. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen. Gültig nur gegen Vorlage des Original-Coupons an der Kasse oder Scan & Go-Bereich im GLOBUS Hamburg-Lurup, vom 12.01. bis 18.01.2026. Der Rabatt wird erst an der Kasse oder der Scan & Go-Bezahlstation abgezogen.



2070000712690

**25% Rabatt-Coupon\***



auf das gesamte Spielwaren-Sortiment.

\*Ausgenommen sind aktuelle Werbeartikel (Faltbalitt KW 3, gültig vom 12.01. bis 18.01.2026) sowie nicht vorrätige Artikel. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen. Gültig nur gegen Vorlage des Original-Coupons an der Kasse oder Scan & Go-Bereich im GLOBUS Hamburg-Lurup, vom 12.01. bis 18.01.2026. Der Rabatt wird erst an der Kasse oder der Scan & Go-Bezahlstation abgezogen.



2070000729018

**25% Rabatt-Coupon\***



auf das gesamte Haushaltswaren-Sortiment.

\*Ausgenommen sind aktuelle Werbeartikel (Faltbalitt KW 3, gültig vom 12.01. bis 18.01.2026) sowie nicht vorrätige Artikel. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen. Gültig nur gegen Vorlage des Original-Coupons an der Kasse oder Scan & Go-Bereich im GLOBUS Hamburg-Lurup, vom 12.01. bis 18.01.2026. Der Rabatt wird erst an der Kasse oder der Scan & Go-Bezahlstation abgezogen.



2070000729025

**10% Rabatt-Coupon\***



auf das gesamte Tiernahrungs-Sortiment.

\*Ausgenommen sind aktuelle Werbeartikel (Faltbalitt KW 3, gültig vom 12.01. bis 18.01.2026) sowie nicht vorrätige Artikel. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen. Gültig nur gegen Vorlage des Original-Coupons an der Kasse oder Scan & Go-Bereich im GLOBUS Hamburg-Lurup, vom 12.01. bis 18.01.2026. Der Rabatt wird erst an der Kasse oder der Scan & Go-Bezahlstation abgezogen.



2070000729049

**10% Rabatt-Coupon\***



auf das gesamte Wein-Sortiment.

\*Ausgenommen sind aktuelle Werbeartikel (Faltbalitt KW 3, gültig vom 12.01. bis 18.01.2026) sowie nicht vorrätige Artikel. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen. Gültig nur gegen Vorlage des Original-Coupons an der Kasse oder Scan & Go-Bereich im GLOBUS Hamburg-Lurup, vom 12.01. bis 18.01.2026. Der Rabatt wird erst an der Kasse oder der Scan & Go-Bezahlstation abgezogen.



2070000729056

**25% Rabatt-Coupon\***



auf das gesamte Elektrogeräte-Sortiment.

\*Ausgenommen sind aktuelle Werbeartikel (Faltbalitt KW 3, gültig vom 12.01. bis 18.01.2026) sowie nicht vorrätige Artikel. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatt-Aktionen. Gültig nur gegen Vorlage des Original-Coupons an der Kasse oder Scan & Go-Bereich im GLOBUS Hamburg-Lurup, vom 12.01. bis 18.01.2026. Der Rabatt wird erst an der Kasse oder der Scan & Go-Bezahlstation abgezogen.



2070000729032



Kaufe 2 „Der Norden kocht“-Gewürze und erhalte eine Gewürzmischung gratis dazu!  
Vom 12.01. bis 18.01.2026.



Kaufe 2 Innocent-Säfte, 750 oder 900 ml und erhalte einen 3. Saft von uns gratis dazu!  
Vom 12.01. bis 18.01.2026.



Kaufe für 10 € Rapunzel-Produkte ein und erhalte eine Rapunzel Nougat-Creme mit Kokosblütenzucker im Wert von 5,99 € gratis dazu!  
Vom 12.01. bis 18.01.2026.



tiktok.com/@globus.de

Ferrero Kinder  
Milch-Schnitte,  
Maxi King oder Pinguï  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 8.50–11.33



je 105–140 g  
**1 19**  
1,89



Schwälbchen  
Körfez Joghurt  
3,5% oder  
10% Fett

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



Weihenstephan Cremig und Quarkig  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.38



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

Nestlé Mix-in  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.92

Zum Dorfkugl Dessert  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 5.31



Vegan

je 120 g  
**0 59**  
0,99

je 375 g  
**1 99**



Trentin  
Grana Padano  
16 Monate  
gereift,  
1 kg = 17.45

Diese Woche  
noch billiger!  
je 200 g  
**3 49**  
4,25



Meica Curry King  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 7.23



je 220 g  
**1 59**  
2,69

Fräulein Heidemarie  
Putenbrustfilet  
SB-verpackt

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



1 kg  
**9 29**



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

Diese Woche  
noch billiger!

350 g  
**2 79**  
2,99



Hello Sandwich  
Verschiedene  
Sorten, 1 kg:  
8.05–14.90

Diese Woche  
noch billiger!  
je 100–185 g  
**1 49**  
1,99



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

je 400–500 g  
**1 99**



Nadler Heringsfilets  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 5.20–7.63

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

Diese Woche  
noch billiger!

350 g  
**2 79**  
2,99



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



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

325 g  
**2 79**  
3,79



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



320 g  
**4 99**

Jeden Tag Königsberger Klopse  
Tiefgefroren, 1 kg = 4.42



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

Vegan

je 250–300 g  
**3 33**  
5,39



Iglo Rahmspinat oder Apfelrotkohl  
Tiefgefroren, 1 kg = 2.39

je 750 g  
**1 79**



McCain Chef,  
Steakhouse oder  
Western Frites  
Tiefgefroren,  
1 kg: 1.99–2.48

je 600–750 g  
**1 49**  
2,79



Langnese Cremissimo  
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,  
1 l: 1.66–1.81



je 825–900 ml  
**1 49**

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

je 180–360 ml  
**2 79**



Conditorei  
Coppenrath & Wiese  
Unsere Goldstücke  
Brötchen Klassik  
Verschiedene Sorten,  
tiefgefroren,  
1 kg: 2.39–4.30

je 300–540 g  
**1 29**





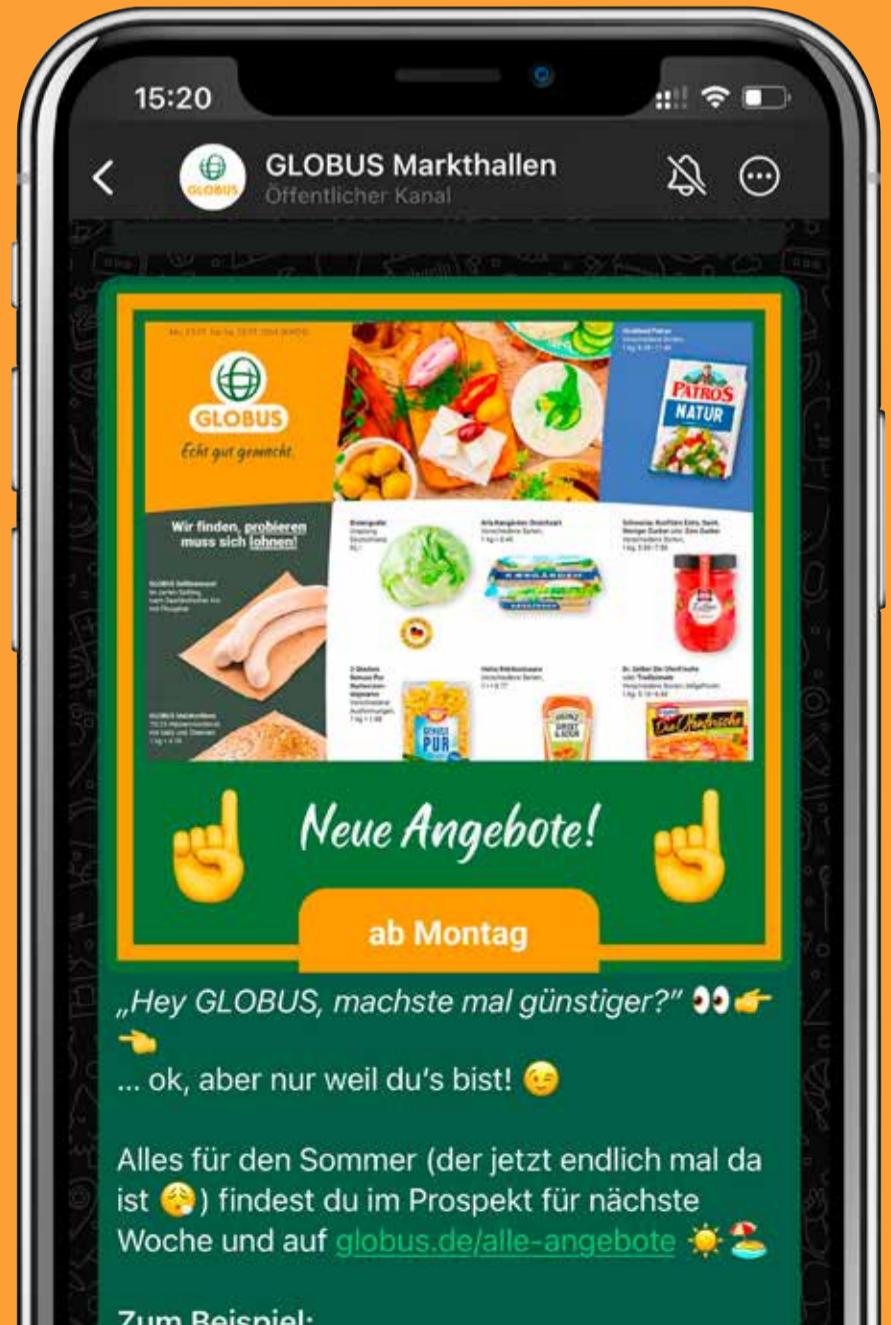
# WhatsApp-Kanal

Exklusive Einblicke

Infos als Erstes

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

Jetzt Kanal abonnieren



Bresso Frischkäse  
Verschiedene Sorten, im Becher oder  
als Portionen, 1 kg: 6.60–8.25



je 120–150 g  
**0,99**



Brunch  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 6.43



Jede Woche neu  
Exklusive Rabatte für  
Mitglieder!

**30%**  
mein GLOBUS



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

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

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



je 125 g  
**0,99**

Golden Toast  
Dinkel Harmonie Sandwich  
1 kg = 3.05



je 750 g  
**2,29**  
2,99

Gutfried Geflügel-Fleischwurst  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 6.98



je 400 g  
**2,79**  
3,69

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



je 250 g  
**1,29**  
1,69

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

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



je 1 l  
**1,11**  
1,49

Diese Woche  
noch billiger!



je 1 l  
**0,89**

Jeden Tag Geriebener Käse  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 6.76



je 250 g  
**1,69**

Jeden Tag Salami  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 8.45



je 200 g  
**1,69**

Jeden Tag  
Konfitüre Extra  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 3.09



je 450 g  
**1,39**  
1,79

Yogi Tea Tee  
Verschiedene Sorten, je 17 Beutel,  
1 Beutel = 0.12, 1 kg: 53.21–65.03



je 30,6–37,4 g  
**1,99**  
2,79

Dr. Oetker  
Vitalis Müsli  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg: 3.32–6.03



je 425–600 g  
**1,99**

Milka Haselnusscreme  
Palmölfrei,  
1 kg = 7.11



350 g-Glas!

350 g  
**2,49**  
3,49

Bihophar Honig  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 9.98



je 500 g  
**4,99**



je 30,6–37,4 g  
**1,99**  
2,79

Jede Woche neu  
Exklusive Rabatte für  
Mitglieder!

**20%**  
mein GLOBUS



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

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

Jacobs Cappuccino  
Verschiedene  
Sorten, 1 kg:  
8.73–12.03



je 290–400 g  
**3,49**  
4,29

Eduscho  
Lieblingsbohnen  
1 kg = 13.32



je 750 g  
**9,99**  
12,99

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



je 75–100 g  
**1,99**



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

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

**VEGANUARY** ❤



Sodasan Scheuermilch  
1 l = 5.98



Vegan  
500 ml  
**2.99**  
3.49

Lavera Bio Dusche  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 17.45

Vegan  
je 250 ml  
**3.49**  
3.95



Lavera Bio Shampoo  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 15.96

Vegan  
je 250 ml  
**3.99**  
4.49



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

250 g  
**0.99**  
1.29

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

je 250 g  
**1.79**  
2.09

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

je 170–180 g  
**2.49**  
2.99



Lavera Bio Spülung  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 19.95

Vegan  
je 200 ml  
**3.99**  
4.49



Jede Woche neu  
 Exklusive Rabatte für  
Mitglieder!

**20%**  
mein GLOBUS



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

Planted. Vegane Filetwürfel  
Classic, 1 kg = 17.45

200 g  
**3.49**  
3.99



GLOBUS Braune Linsen  
1 kg = 3.71



Planted. Vegan Steak  
1 kg = 29.08

120 g  
**3.49**  
3.99

Alnatura Bio Vegane Mayo  
1 l = 9.16

250 ml  
**2.29**



Alnatura Bio Falafel  
1 kg = 8.76

170 g  
**1.49**



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

je 200 g  
**1.29**

Frisia Ufonauten  
Spitztüte, 1 kg = 19.10

78 g  
**1.49**  
1.99



Veganz Bio Protein Choc Bar  
1 kg = 25.80

50 g  
**1.29**  
1.99



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

je 55–60 g  
**1.99**  
2.25



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

je 75–100 g  
**2.29**



**VEGANUARY**

So geht's:

- 1 nimm2 soft Beutel im Aktionszeitraum kaufen
- 2 Foto des Kassenbons hochladen
- 3 Sofort erfahren, ob Du gewonnen hast.

Zahlraum 12.01.2026 – 18.01.2026  
Täglich können bis zu 5 Eltern/Lernende mit dem Foto eines Kassenbons von nimm2soft Gewinnchancen erzielen. Weitere Infos und Teilnahmebedingungen unter [www.nimm2soft.de](http://www.nimm2soft.de)

**Stork Nimm2 Soft**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 4.90

je 345 g **1,69**

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

**Wrigley's Extra Refreshers**  
Verschiedene Sorten,  
Stück = 0.08

**Haribo Minis**  
Verschiedene Sorten, 1 kg: 7.16–8.14

**HARIBO Goldbären Minis**  
Minis

**Ferrero Nutella B-ready**  
1 kg = 13.56

**Nestlé Schokoriegel**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 11.85–15.08

**Stork Merci Petits**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 15.12

**Nestlé After Eight**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 9.45

**nutella B-ready**  
132 g **1,79**

**KitKat WHITE**  
je 132–168 g **1,99**

**merci Petits**  
je 125 g **1,89**

**After Eight**  
je 200 g **1,89**

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

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

**Lorenz NicNac's**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 10.09

**Seeberger Trockenfrüchte**  
Entsteint,  
verschiedene Sorten,  
1 kg = 11.10

**Popchips potato**  
je 80–90 g **1,49**

**Chipsfrisch ungarisch**  
je 160–215 g **1,99**

**NicNac's THE DOUBLE CRUNCH Peanuts**  
je 110 g **1,11**

**Seeberger Delikatess-Figeln**  
je 200 g **2,22**

**Jede Woche neu**

**Exklusive Rabatte für Mitglieder!**

**20% mein GLOBUS**

Der Rabatt gilt nur auf in der Markthalle vorrätige Ware.

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

**Birkel Mezzi Hartweizen-teigwaren**  
Verschiedene Ausformungen,  
1 kg = 1.98

**Pfanni Kartoffelpüree**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 10.14

**WEIZEN MEHL**  
je 500 g **0,99**

**MEZZI Pennoni**  
je 147 g **1,49**

**Kartoffelpüree**  
**Pfanni**  
DAS LÜCHERE

**Hengstenberg Knax Gewürzgurken**  
oder Sticks  
Verschiedene Sorten, Abtropfgewicht 360 g,  
1 kg = 4.97

**Leimer Backerbsen**  
1 kg = 4.95

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

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

**KNAX knackig-saftig**  
je 720 ml **1,79**

**LEIMER Backerbsen**  
200 g **0,99**

**ANANAS EN TRANCHES ANANAS SCHEIBEN AU JUS + IN SAFT**  
je 850 ml **2,99**

**MINUTO Birkel Käse Nudeln**  
je 52 g **0,99**

**Heinz Tomatenketchup**  
oder Mayonnaise  
1 l = 8.14

**Jeden Tag Passierte Tomaten**  
1 kg = 1.18

**Maggi Sauce in der Doppelpackung**  
Verschiedene Sorten,  
ergibt 2 x 250 ml, 1 l = 1.38

**La Miranda Thunfisch mit Tomate und Basilikum**  
1 kg = 12.44

**HEINZ MAYONNAISE DAS ORIGINAL**  
je 220 ml **1,79**

**Jeden Tag Passierte Tomaten**  
500 g **0,59**

**RAHM-SAUCE FÜR BRATEN**  
je 2er-Pack **0,69**

**Mazzetti Balsamico Essig Original oder Bianco**  
1 l = 5.98

LUR/KW03/26

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

**Siegfried Wonderleaf**  
Bringt die Aromen der  
Botanicals von Gin in  
alkoholfreier Version in  
Drinks und Cocktails,  
1 l = 31.98

Alkoholfrei



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

# Alkoholfrei genießen



Gordon's  
0,0 % Vol.,  
1 l = 13.96



0,7 l  
**9,77**

**Captain Morgan**  
Spiced Gold  
0,0 % Vol.,  
1 l = 12.84



0,7 l  
**8,99**

**Martini Vibrante**  
Alkoholfrei,  
1 l = 10.65



0,75 l  
**7,99**

**Ramazzotti**  
Aperitivo  
Arancia 0,0 %  
Alkoholfreier  
Aperitif,  
1 l = 14.27



0,7 l  
**9,99**

**Shake Me**  
Glitter Spritz  
Aperitivo  
Alkoholfrei,  
Bitterorange,  
1 l = 17.13



0,7 l  
**11,99**

**Crodino Alkoholfreier Aperitif**  
Aus über 30 Kräutern, ideal serviert  
auf Eis, mit einer Scheibe Orange,  
1 l = 7.64



8 x 0,098 l  
**5,99**  
7,39

**Grand Sud**  
Chardonnay  
Alkoholfrei



1 l  
**2,49**

**Grand Sud**  
Merlot  
Alkoholfrei



1 l  
**2,49**

**Käfer Cocktail**  
Alkoholfrei, der  
fruchtig-frische  
Cocktail mit Wein  
und natürlichen  
Aromen,  
verschiedene  
Sorten,  
1 l = 3.72



je 0,75 l  
**2,79**

**Jive Holunderblüte**  
Alkoholfrei,  
1 l = 3.72



0,75 l  
**2,79**

**Nozeco Spumante**  
Alkoholfrei, er hat  
einen frischen und  
zarten Geschmack  
von fruchtigen Äpfeln,  
ideal als Aperitif,  
1 l = 5.32



0,75 l  
**3,99**

**Allure**  
Alkoholfrei,  
verschiedene  
Sorten,  
1 l = 5.32



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

**Schloss Sommerau**  
Rot, Rosé oder  
Weißwein  
Alkoholfrei,  
1 l = 3.99



je 0,75 l  
**2,99**  
3,69

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



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

**Peter Mertes Bree**  
Alkoholfreier Wein,  
verschiedene  
Sorten,  
1 l = 3.99



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

**Katlenburger**  
Erdbeer Bowle  
Alkoholfrei



1 l  
**2,19**  
2,49

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



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

**Gösser Natur Radler**  
oder Alkoholfrei  
MW-Flasche,  
1 l = 2.27  
+ Pfand 0.48

je 6 x 0,33 l  
**4,49**  
6,09



**Desperados**  
Biermix  
Verschiedene  
Sorten,  
MW-Flasche,  
1 l = 3.78  
+ Pfand 0.32

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



**Paulaner**  
Hefeweizen  
Alkoholfrei  
MW-Flasche,  
1 l = 2.27  
+ Pfand 0.48



6 x 0,33 l  
**4,49**  
5,29

**Carlsberg**  
Lager 0,0 %  
MW-Flasche,  
1 l = 2.52  
+ Pfand 0.48



6 x 0,33 l  
**4,99**  
5,99

**Mönchhof**  
Naturradler  
Alkoholfrei  
20 x 0,5 l-MW-  
Bügelverschluss-  
flasche, 1 l = 1.20  
+ Pfand 4.50

je Kiste  
**11,99**



**Störtebeker**  
Bernstein  
Alkoholfrei  
20 x 0,5 l-  
MW-Flasche,  
1 l = 1.50  
+ Pfand 3.10

je Kiste  
**14,99**



# Wein-Empfehlung

von Herrn Mirow  
(Weinfachberater)



## 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!

NUL ZUCKER  
100% CASHBACK

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

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



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

je 0,33 l  
**0,99**



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

je 6 x 0,5 l  
**2,49**



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

je 0,75 l  
**14,99**



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

je 0,75 l  
**3,49**



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

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



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

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



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

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



Abbazia Asti  
Fortuna DOCG  
1 l = 6.65

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



Bosco Dei Cirmioli  
Prosecco  
Frizzante DOC  
1 l = 4.65

je 0,75 l  
**3,49**



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



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



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

je 0,7 l  
**34,99**



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

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



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

je 0,7 l  
**18,99**



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

je 0,7 l  
**27,99**



Pilsner Urquell  
MW-Flasche, 1 l = 2.24  
+ Pfand 0.48

je 6 x 0,33 l  
**4,44**



Meister Pils oder Radler  
1 l = 0.98  
+ Pfand 0.25

Diese Woche  
noch billiger!  
je 0,5 l  
**0,49**



Rothaus Tannenzäpfle Pils  
MW-Flasche, 1 l = 2.27  
+ Pfand 0.48

je 6 x 0,33 l  
**4,49**



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

je 0,33 l  
**0,99**



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

je 6 x 1,25 l  
**5,99**



\* Vom 01.01. bis 08.02.2026 erhalten die ersten 2.000 Teilnehmer/-innen täglich ab 9 Uhr einmal den Kaufpreis für eine Einzelflasche/-dose zurück. Pro Person ist maximal eine Entlastung 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 Mandarine, Fanta zero Exotic, Fanta zero Pink Grapefruit, Sprite zero, muzeo mix zero, Powerade Zero, Powerade Active Water und Fanta Tea ohne Zucker. Teilnahmebedingungen einsehbar unter [www.zuckerfrei-probiert.de](http://www.zuckerfrei-probiert.de)



GLOBUS Weinfachberater

Nutzen Sie das Wissen unserer IHK-zertifizierten Weinfachberater.

**Ahead Bar Riegel**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 42.57



je 35 g  
**1 49**  
1<sup>69</sup>

**Ahead Peanutbutter Cups**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 58.53



je 34 g  
**1 99**  
2<sup>29</sup>

**Ahead Double Chocolate Soft Cookies**  
1 kg = 21.81



4 x 40 g  
**3 49**  
3<sup>99</sup>

**Ahead Crispies**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 45.80



je 50 g  
**2 29**  
2<sup>29</sup>

**Ahead Sirup**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 83.13



je 48 ml  
**3 99**  
4<sup>99</sup>

**More Nutrition Protein Wrap**  
1 kg = 12.07



372 g  
**4 49**  
4<sup>99</sup>

**Holy Energy 3er-Box**  
Verschiedene Sorten,  
je 3 x 7 g, 1 kg = 170.95

je 21 g  
**3 59**  
3<sup>99</sup>



**Mars Snickers oder Mars Proteinriegel**  
1 kg: 39.80–42.34



je 47–50 g  
**1 99**  
2<sup>49</sup>

**Layenberger Low Carb Proteinriegel**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 31.14



je 35 g  
**1 09**  
1<sup>39</sup>

**Layenberger Low Carb Protein Shake**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 27.75



**Rocka No Whey**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 31.63



je 300 g  
**9 49**  
10<sup>49</sup>

**Vitamin Well**  
Verschiedene Sorten,  
PET-Flasche,  
1 l = 2.98  
+ Pfand 0.25



je 0,5 l  
**1 49**  
1<sup>99</sup>

**Power System Protein Deluxe**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 36.18



je 55 g  
**1 99**  
2<sup>49</sup>

**Hej Bar Pro Chocolate & Peanuts**  
1 kg = 33.17



60 g  
**1 99**  
2<sup>49</sup>

**Hej Whey Protein Chocolate**  
1 kg = 39.97



300 g  
**11 99**  
14<sup>99</sup>

**Multi Power Whey Protein**  
1 kg = 33.31



420 g  
**13 99**  
19<sup>99</sup>

**Barebells Milkshake**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 4.55  
+ Pfand 0.25



je 330 ml  
**2 49**  
2<sup>99</sup>



**ENERGY DRINK REVOLUTION!**  
0% Zucker, 0% Kalorien, 100% Geschmack

SHAKER + SODA

**Holy Energy Starter-Set**  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 13.98

je 500 ml  
**6 99**  
7<sup>99</sup>

**Esn Proteinriegel**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 44.22



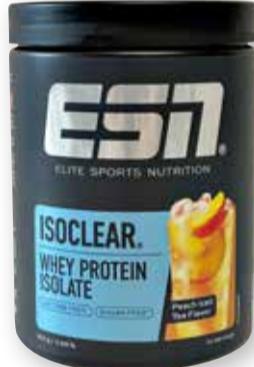
je 45 g  
**1 99**  
2<sup>49</sup>

**Esn Whey Protein**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 43.30



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

**Esn Whey Isolate Isoclear**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 49.97



je 300 g  
**14 99**  
22<sup>99</sup>

**More Iced Coffee Protein Drink**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 53.30



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

**Esn Shaker**  
Transparent, 500 ml



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

# Motiviert ins neue Jahr



je 40 g  
**1,59**

Powerbar Protein Riegel  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 39.75



je 35 g  
**0,79**

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



je 55 g  
**1,99**

Barebells Protein Bar  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 36.18

**Meßmer Cold Tea**  
Verschiedene Sorten, je 14 Beutel,  
1 Beutel = 0.17, 1 kg = 63.85



je 39 g  
**2,49**

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

je 24–25 g  
**5,99**



**More Nutrition Chunky Flavour**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 77.67

je 90 g  
**6,99**



**All Stars Whey Protein**  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 43.30

je 300 g  
**12,99**



**Powerbar Powergel Hydro**  
Cola und Koffein,  
1 l = 37.16



67 ml  
**2,49**



60 g  
**2,29**

**Powerbar Powergel Shots**  
Cola und Koffein,  
1 kg = 76.33

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

je 120 g  
**3,99**



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



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



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



420 g  
**2,29**

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



je 280 g  
**2,49**

**Bellani Protein Pasta**  
1 kg = 4.98



400 g  
**1,99**

**Best Body Nutrition Shaker**  
Schwarz oder pink



je Artikel  
**2,99**

# Durstlöscher – wir haben was Sie brauchen



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



0,33 l  
**079**

**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 = 1.50  
+ Pfand 1.50



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

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



Neu bei uns  
je 0,5 l  
**169**

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



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



je 0,75 l  
**099**



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



je 0,75 l  
**139**

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



0,5 l  
**099**

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



0,5 l  
**129**

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



je Kiste  
**999**



**Gatorade Sports-Drink**  
Verschiedene Sorten,  
PET-Flasche,  
1 l = 2.58  
+ Pfand 0.25



je 0,5 l  
**129**

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



je Kiste  
**1399**



**Bayreuther Hell Alkoholfrei**  
20 x 0,5 l-MW-Flasche,  
1 l = 1.50  
+ Pfand 3.10



je Kiste  
**1499**





# JETZT Colgate® kaufen – für ein frisches Lächeln!

Colgate  
Total Zahnpaste  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 22.53



je 75 ml  
**1,69**  
2<sup>95</sup>

Colgate  
Komplett Zahnpaste  
Verschiedene Sorten,  
1 l = 15.87



je 75 ml  
**1,19**  
1<sup>69</sup>

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



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

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



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

Gillette Venus  
Comfort Spa Rasierer  
+ 4 Klingen



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

Gillette  
Shave Gel  
Sensitive  
1 l = 11.45

200 ml  
**2,29**  
2<sup>99</sup>



Pampers Windeln Big Economy Pack  
Verschiedene Größen und Inhalte, Stück: 0.20–0.50



je 30–74 Stück  
**14,99**

Frolic  
Hundetrockenfutter  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 2.66



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

## NIVEA 1+1 GRATIS\*

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



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

Sanostol  
Multivitaminensaft  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 17.37



je 460 ml  
**7,99**

Sos  
Wärmepflaster  
Stück = 2.50



2 Stück  
**4,99**  
5<sup>99</sup>

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



je 72–180 g  
**1,19**

Ace  
Fleckenentferner  
Mit Farbschutz,  
1 l = 2.00



2 l  
**3,99**  
4<sup>99</sup>

Persil Waschmittel  
Pulver, Flüssig oder Discs  
Verschiedene Sorten, je 1,04–1,26 kg/  
0,9 l/10–16 Stück, 1 WL: 0.27–0.34



je 10–20 WL  
**4,99**

## 1+1 GRATIS\*

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

Sheba  
Katzennassfutter  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 5.76



je 85 g  
**0,49**

Glade  
Duftkerze  
1 kg = 24.91



112 g  
**2,79**

Cillit Bang  
Reiniger  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 3.05



je 750 ml  
**2,29**

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



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

Frosch  
Reiniger  
Neutral oder  
Essig



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

GLOBUS Gold  
Klumpstreuer  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 0.83



je 12 l  
**9,99**  
12<sup>99</sup>



## Leckere Vielfalt für kleine Racker!

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

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



Purina Felix  
Deli Moments  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 32.25

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



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

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



je 2 kg  
**5,49**  
6<sup>99</sup>

Innocent Coconut Water  
1 l = 4.98,  
pfandfrei



Aus purem, gekühltem  
Kokosnusswasser

500 ml  
**2,49**  
2<sup>49</sup>

Kloster Kitchen Ingwer Shot  
Verschiedene Sorten,  
je 2 Shots, 1 l = 33.17

  
je 60 ml  
**1,99**  
2<sup>49</sup>

Saftig Granatapfel  
Direkt gepresst,  
PET-Flasche,  
1 l = 2.98  
+ Pfand 0.25



Carpe Diem  
Kombucha Classic  
MW-Flasche,  
1 l = 2.65  
+ Pfand 0.25

500 ml  
**1,49**  
1<sup>99</sup>



Aleo Aloe Vera  
Erfrischungsgetränk  
Mango, Pure Light,  
Granatapfel, Ingwer  
natur oder Erdbeera-  
saft, mit Aloe  
Vera-Stückchen,  
Ursprungsland:  
Taiwan, 1 l = 2.78  
+ Pfand 0.25

0,75 l  
**1,99**  
2<sup>65</sup>



LUR/OFB/KW03/26

KoRo Bio Vollkornreiswaffeln  
Mit 7 Saaten, 1 kg = 10.75

120 g  
**1,29**  
1<sup>59</sup>



KoRo Bio Chia-Samen  
1 kg = 8.99

1 kg  
**8,99**



KoRo Pistazienmus  
1 kg = 39.98

500 g  
**19,99**  
24<sup>99</sup>



GLOBUS Avocadowürfel oder Cranberry-Mix  
Tiefgefroren, 1 kg = 7.16

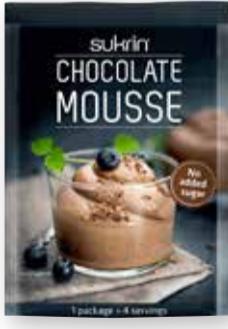


je 250 g  
**1,79**  
1<sup>99</sup>

Seitenbacher Müsli  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 6.65



Sukrin Schokoladen Mousse  
Verschiedene Sorten,  
1 kg: 35.18–37.38



Zuckerfrei

je 80–85 g  
**2,99**  
3<sup>99</sup>

Vita Leinöl  
Kaltgepresst,  
1 l = 12.90



100 ml  
**1,29**  
1<sup>69</sup>

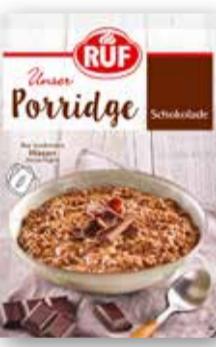
Brief Bio Tofu  
Natur oder geräuchert,  
1 kg: 6.23–7.11



Diese Woche  
noch billiger!

je 350–400 g  
**2,49**  
3<sup>29</sup>

Ruf Porridge  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 12.15



je 65 g  
**0,79**  
0<sup>89</sup>

Mestemacher Brot  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 2.78



je 500 g  
**1,39**  
1<sup>79</sup>

Albaöl Rapsöl  
Schwedische  
Rapsöl-Zubereitung  
mit Buttergeschmack,  
PET-Flasche,  
1 l = 8.65



750 ml  
**6,49**  
7<sup>19</sup>

Schwarzwaldbutter  
Haltbare  
Protein Milch  
0,9 % Fett,  
75 g Protein/l



1 l  
**1,69**

Kölln Hafer-Porridge  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 7.97



Dr. Karg's Knäckebrot  
Verschiedene Sorten,  
1 kg = 10.95



je 200 g  
**2,19**  
2<sup>59</sup>

Becel Omega-3  
Pflanzenöl Classic  
Hergestellt aus  
Sonnenblumen-,  
Raps- und Leinöl,  
1 l = 5.98



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

# Für den Fall der Fälle



Abtei A-Z Komplett  
Stück = 0.11



Doppelherz Abwehr aktiv  
Stück = 0.19



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



Sunlife Vitamin D3 Wochendepot,  
Stück = 0.12



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



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



Rotbäckchen Vital Saft Verschiedene Sorten, 1 l = 13.31

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



Doppelherz Heißgetränk Verschiedene Sorten, 1 Beutel = 0.28



Doppelherz Immun plus Echinacea  
Stück = 0.17



Tetesept: Hals und Rachenspray 1 l = 166.33



Doppelherz Immun Kids Brausetabletten  
Stück = 0.19

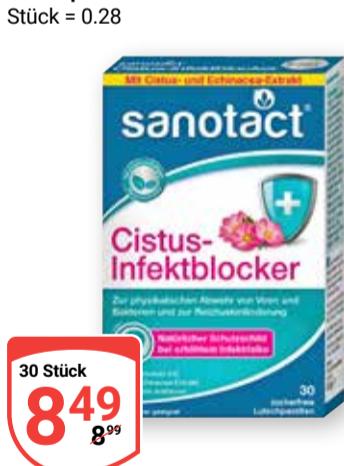
Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke



Sanostol Multivitamin-Bärchen  
Stück = 0.09



Sanotact Cistus-Infektblocker Lutschpastillen  
Stück = 0.28



Dobensana Lutschtabletten Verschiedene Sorten, Stück = 0.23



Tetesept: Bronchosan Hustensaft Akut 1 kg = 42.65



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

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



Kaiser Bonbons Verschiedene Sorten, 1 kg = 19.89



Stérimar Nasenspray Verstopfte Nase  
1 l = 99.80



Emsan Nasendusche Komplett-Set + 10 Beutel Nasenspülslatz



Tetesept: Rhinolind Nasenspray 1 l = 199.50



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

15-teiliges Set  
**69,99**  
199,-\*



#### Schnellkochtopf Praktika Plus

Edelstahl 18/10, poliert, Füllmengenskala,  
spülmaschinengeeignet,  
Ø 18 cm, 2,7 l:  
**34,99** (109,00\*),  
Ø 22 cm, 4 l:  
**49,99** (129,00\*),  
oder Ø 22 cm, 6 l:  
**59,99** (159,00\*)

ab  
**34,99**  
109,-\*



Das große  
Haushaltswaren-  
sparen

%

Solange  
der Vorrat  
reicht

Passend dazu:  
Dichtungsring  
Ab 9,99



#### Pfanne

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

**Wokpfanne**  
Ø 28 cm:  
**17,99** (29,99\*)



#### Rokitta's Fleckschreck

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

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

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



#### Einzeltopf-Serie

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

ab  
**12,99**  
24,-\*



Induktion

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



#### Raumentfeuchter

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

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

#### Servierpfanne

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

ab  
**19,99**  
59,-\*



Induktion



#### Klapbbox

Kunststoff, verschiedene Farben,  
32 l, Tragkraft: 15 kg: je **2,50**  
45 l, Tragkraft: 20 kg: je **4,50** oder  
60 l, Tragkraft: 35 kg: je **6,00**

ab  
**2,50**

32 l

#### Scharnierbox

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

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



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

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



#### Rührschüssel

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

je Artikel/Set  
**1,00**



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

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



#### Lunchbox

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

je Artikel  
**1,50**



#### Wave Box

Kunststoff,  
5,5 l, 30 x 20 x 16 cm, Traggewicht bis 3 kg: je **2,00** (2,99\*),  
18 l, 40 x 30 x 23 cm, Traggewicht bis 6 kg: je **3,00** (4,99\*)  
oder 58 l, 60 x 40 x 35 cm, Traggewicht bis 10 kg: je **5,00** (9,99\*)

ab  
**2,00**  
2,99\*



#### Maxitonne

Kunststoff,  
23 l,  
35 x 44 cm: je **3,00** (5,49\*)  
oder  
40 l,  
40 x 60 cm: je **4,50** (7,99\*)

ab  
**3,00**  
5,49\*



\*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers



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

Ritzenhoff & Breker

ab  
**1.49**  
6.50\*



**Das große  
Haushaltswaren-  
sparen**

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



12 Std.

Heiß  
Kalt  
24 Std.

Made in  
Germany

je Artikel  
**9.99**  
22.49\*

**Platz-Set**

Kunstleder,  
100 % PVC,  
45 x 30 cm,  
verschiedene  
Farben



**zeller  
PRESENT**

je Artikel  
**1.99**  
4.99\*

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

**GRUNDIG**

ab  
**19.99**  
39.99\*



**Küchenmaschine KM6009CB**

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

Solange  
der Vorrat  
reicht

**BOMANN®**

**34.99**  
109.00\*



**Multipfanne PD-8945**

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



**TRISTAR**

**14.99**  
38.99\*



Solange  
der Vorrat  
reicht

**Heißluftfritteuse**

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

**GRUNDIG**

**64.99**  
159.00\*

Großes  
Sichtfenster

Alle Artikel ohne Dekoration \*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

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



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

Zum Reiben, Raspeln und Hobeln

**ADE**

ab  
**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



**Kontaktgrill KG3571**

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

Solange  
der Vorrat  
reicht

**CATRONIC®**

**19.99**  
79.95\*



# 20% Rabatt\*\*

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

Vom 12.01.-17.01.2026 erhalten Sie auf alle 1 l- 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



**AdBlue®**

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

**aroso**

5 l  
**4.99**  
8.99\*



**Trittleiter**

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

Solange  
der Vorrat  
reicht

ab  
**16.99**



**Schuhregal**

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



**Personenwaage BE2306-4**

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

**ADE**

**12.99**  
24.95\*



Unser GLOBUS Memo-Spiel

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

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

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



20 %  
Rabatt

Bonduelle Fertiggericht  
Verschiedene Sorten,  
je 220–425 ml



30 %  
Rabatt

Kühne Trink  
Apflessig-Mix  
Granatapfel oder  
Ingwer  
Je 500 ml



30 %  
Rabatt

Jetzt registrieren:

- In der GLOBUS App
- Am Empfang<sup>1</sup>
- Auf globus.de



globus.de/meinglobus

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

Auf alle Faschingsartikel  
ausgenommen Drogerieprodukte



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

Frottier-Waschhandschuh

Je **1.79** (3.95\*) oder

-Gästetuch

30 x 50 cm:

je **2.99** (4.95\*) oder

-Handtuch

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

oder -Duschtuch

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

100 % Baumwolle,

verschiedene Farben



 ROSS  
since 1897

ab  
**1 79**  
3.95\*

Solange  
der Vorrat  
reicht

Socken ohne Gummibund

3er-Pack

Hochwertige Baumwollmischung,

Damen-Größen: 35/38–39/42:

je **6.99** (7.99\*)

Herren-Größen: 39/42–43/46:

je **7.99** (8.99\*)

verschiedene Farben



ab  
**6 99**  
7.99\*

Damen- oder Herren-Shirt oder -Hose

Hochwertige Baumwollmischung,

Damen-Größen: 38–48,

Herren-Größen: 48–60



Comtessa  
night + day

je Artikel  
**7 99**  
19.95\*

Thermo-Hygrostation WS 9425

Anzeige Innentemperatur in °C oder °F,  
Innenluftfeuchte und Raumkomfort,  
Min./Max., für Tisch, Wand,  
zusätzliche Magnethalterung,  
44 x 44 x 14,5 mm,  
inkl. Batterien



techno line®

3er-Set  
**9 99**  
19.99\*

Tulpen oder Ranunkeln im Hängeglas

Kunststoff, Höhe: 18 cm, verschiedene Farben  
oder Tulpen-Bund

Kunststoff, Höhe: 31 cm, verschiedene Farben



je Artikel  
**4 99**

1. Lithium CR-2032 BP 4 + 2

6er-Pack: **4.99** (12.29\*) oder

2. Max Batterien 8 + 4

Mignon AA oder Micro AAA

Je 12er-Pack: **5.99** (11.89\*)

Stück: 0.50–0.83



ab  
**4 99**  
12.29\*

Damen- oder Herren-Hoodie

Baumwollmischung, Damen-Größen: S–XXL,

Herren-Größen: S–3XL, verschiedene Farben



Solange  
der Vorrat  
reicht

je Artikel  
**7 99**

Damen- oder Herren-Pantolette

Mit Tieffußbett aus Leder,

Damen-Größen: 36–42,

Herren-Größen: 40–46,

verschiedene Farben



je Paar  
**8 99**

Abgabe nur in haushaltssüblichen Mengen. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Artikel ohne Dekoration \*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

GLOBUS Handelshof  
St. Wendel GmbH & Co. KG

Markthalle Hamburg-Lurup  
Grandkuhlenweg 11  
22549 Hamburg  
Telefon: 040 833810

globus.de/hamburg-lurup  
info-mhlu@globus.de

Gesellschaftssitz:  
Am Wirthembösch, 66606 St. Wendel

 GLOBUS



globus.de     

Jetzt die GLOBUS App entdecken

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



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



Gültig vom 05.01. bis 17.01.2026

**GLOBUS** Spezial

# Bewusst genießen



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



Berchtesgadener Land  
Bio Alpenbutter

Mild gesäuert,  
1 kg = 11.56

250 g  
**2.89**



**GLOBUS**

Echt gut gemacht.

# Fit durch den Winter, pflanzlich stark.

## Jetzt Vitamin C tanken

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



## Ingwer-Shot selbst machen



leicht



10 Min.



10 Portionen

100 g  
50 ml  
1 TL  
4–5

frischer Ingwer  
Agavendicksaft  
gemahlene Kurkuma  
Bio-Zitronen

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

### Tipp:

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

### Fruchtig-frische Variante:

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



Demeter Bio Tafeläpfel „Gala Royal“

Ursprung Italien, KL II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



GLOBUS Bio Demeter Zitronen

Ursprung Italien,

Sorte siehe Etikett,

KL II

500 g-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Ingwer

Ursprung Brasilien/

China/Peru

je kg

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Tafelbirnen „Williams“

Ursprung Italien, KL II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Mandarinen

Ursprung Spanien, Sorte siehe Etikett, KL II,

1 kg = 3.59

je 750 g-Beutel

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Orangen

Ursprung Italien,

Sorte siehe Etikett, KL II

je 1 kg-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



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



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



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



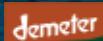
GLOBUS Bio Basilikum-Topf  
Ursprung Deutschland  
pro Stück  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



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



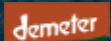
Demeter  
Bio Zwiebeln rot  
500 g-Netz  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



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



Demeter  
**Bio Speisekartoffeln festkochend**  
Ursprung Deutschland,  
Sorte siehe Etikett  
1,5 kg-Beutel  
[Zum aktuellen  
Tagespreis](#)



# Aus der Erde auf den Teller.

## Einfache und vielfältige Winterküche

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

# Saatenbrötchen vom Blech



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

**Zubereitungszeit:**  
ca. 2,5 h + ca. 20 Minuten Backzeit

**Schritt 1:**  
Beide Mehlsorten in einer Schüssel vermischen. Wasser und Honig grob mit dem Mehl vermengen. Schüssel mit einem feuchten Geschirrtuch abdecken und ca. 30 Min. ruhen lassen.

**Schritt 2:**  
Sauerteig, Hefe und Salz dazugeben. Ca. 8–10 Min. kneten, bis der Teig elastisch wird.

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

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

**Biovegan**  
**Meine Meister**  
**Backhefe**  
1 kg = 112.86  
**7 g**

**0.79**



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

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

**Schritt 3:**  
Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze mit Backblech und einer feuerfesten Schale auf dem Boden des Ofens vorheizen. Teig in 24 gleichgroße Portionen

**Alnatura**  
**Bio Saaten-**  
**mischung**  
1 kg = 10.76  
**250 g**



**Alnatura**  
**Bio Meersalz**  
1 kg = 1.78  
**500 g**



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

**2.49**



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

**1.99**



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

**2.69**



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

**1.79**



Alnatura  
Bio Roggen-  
vollkornmehl  
1 kg  
1.59



Alnatura  
Bio Weizenmehl  
Type 550  
1 kg  
1.29



Alnatura  
Bio Weizenmehl  
Type 405  
1 kg  
1.39



Küchenmeister  
Bio-Dinkelmehl oder  
Dinkel-Vollkornmehl  
je kg  
1.49



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



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



Warum  
Bio-Mehl?



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

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

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

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

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

#### Tag 1: Der Start

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

#### Tag 2: Ruhe und Beobachtung

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

Alnatura  
Bio Sauerteig  
Extrakt  
1 kg = 47.33  
15 g  
0.71



#### Was benötigt wird:

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

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

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

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

#### Tipp:

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

# Sauerteig-Starter leicht gemacht

# Kalte Soba-Nudel-Bowl mit Edamame und Lachs

**Yutaka**  
**Soba oder Udon Noodles**  
 1 kg = 7.96  
 je 250 g  
**1.99**



leicht      ca. 45 Min.      4 Portionen

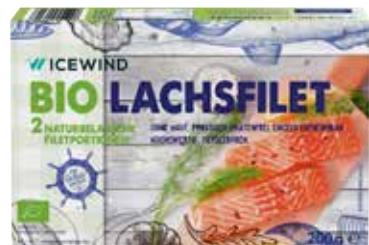
**500 g** Lachsfilets  
**300 g** Soba-Nudeln  
**1** Knoblauchzehe  
**1 Stück** Ingwer, daumengroß  
**1** Chilischote  
**2 EL** Reisessig  
**1 EL** Sojasauce  
**2 EL** Sesamöl  
**300 g** Edamame, TK, geschält  
**1** Salatgurke  
**1 EL** Sesam, schwarz  
**1 EL** Sesam, weiß  
**1** Limette,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

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

**Icewind Bio Lachsfilet**  
 2 Filets, ohne Haut, tiefgefroren, 1 kg = 27.95  
**200 g**  
**5.59**



**HAK Edamame Bohnen**  
 Im Beutel, Abtropfgewicht 120 g, 1 kg = 16.58  
**150 g**  
**1.99**



**Yutaka Sesam**  
 weiß, geröstet, 1 kg = 24.90  
**100 g**  
**2.49**



**Alnatura**  
**Bio Sesamöl**  
**Nativ extra**  
**1 l = 15.96**  
**250 ml**  
**3.99**



**Alnatura**  
**Bio Soja-Sauce**  
**Shoyu-Art**  
**1 l = 11.96**  
**250 ml**  
**2.99**



Corovita

Premium Natives

Bio-Olivenöl extra

1 l = 15.98

500 ml

**7.99**



Alnatura

Weißweinessig

1 l = 4.58

500 ml

**2.29**



Lien Ying

Reisessig

1 l = 7.45

200 ml

**1.49**



Alnatura Bio

Blütenhonig

1 kg = 8.54

350 g

**2.99**



GLOBUS Bio Kräuter

Verschiedene Sorten,

tiefgefroren,

1 kg: 10.53–15.80

je 50–75 g

**0.79**



Alnatura

Bio Weidemilch

Crème fraîche

30 % Fett, 1 kg = 8.60

150 g

**1.29**



# Quinoa-Bowl

## mit Hähnchenbrust und Knoblauch-Dip



leicht



ca. 60 Min.



2 Portionen

### Für die Hähnchenbrust:

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

### Für den Dip:

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

### Außerdem:

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

### Hähnchenbrust marinieren:

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

### Knoblauch-Dip zubereiten:

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

### Die nächsten Schritte:

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

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

Kichererbsen abgießen, ab spülen, gut abtropfen lassen. Mit Öl und etwas Salz vermengen.

Im Backofen auf Backpapier oder in Heißluftfritteuse ca. 12 Min. bei 200 °C rösten.

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

Dill waschen, trocken tupfen und fein hacken.

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

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

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

### Bowl anrichten:

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

### Müllers Mühle Quinoa

1 kg = 7.16

250 g

**1.79**



**Followfood**  
**Thunfisch Filets**  
 Verschiedene Sorten,  
 Abtropfgewicht  
 120–130 g,  
 1 kg: 16.16–23.00  
 je 160–185 g  
**2.99**



**Alnatura Bio**  
**Kichererbsenwaffeln**  
 1 kg = 14.90  
**100 g**  
**1.49**



## Wie decke ich meinen täglichen Proteinbedarf?

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

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

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

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

**Flüssige Proteine sinnvoll nutzen:**  
 Ergänzen Sie Proteinkräfte nach dem Training, um den Muskelaufbau und die Regeneration zu fördern. Bei Zeitmangel oder geringem Appetit sind Shakes auch ideale Helfer, um den täglichen Proteinbedarf zu decken.



**Campo Verde Kichererbsen**  
 Im Glas, Abtropfgewicht 230 g,  
 1 kg = 6.48  
**350 g**  
**1.49**



**KoRo**  
**Soja Protein Crispies**  
**1 kg**  
**12.99**



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



## Kichererbsenwaffeln mit Avocado-Thunfischsalat

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

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

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



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



*Entdecken Sie unser großes KoRo Sortiment*



# Natürlich vegan, einfach lecker.



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



Vegan



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



Vegan



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



Vegan



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



Vegan



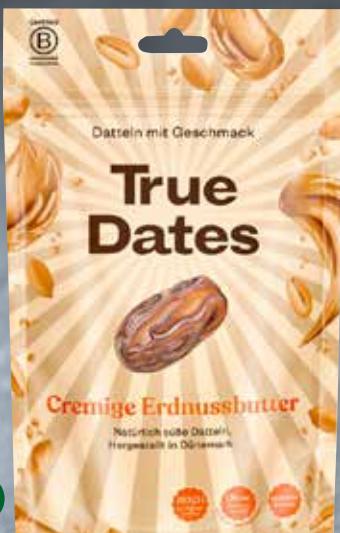
**Alnatura**  
Kokos Natur  
1 kg = 5.73  
400 g  
**2.29**



Vegan



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



Vegan

Was ist eigentlich  
**VEGANUARY?**

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

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

**Wie starten Sie am besten?**  
Viele Alltagsprodukte sind  
zufällig vegan (Nudeln, Reis,  
Tomaten, Hülsenfrüchte,  
Marmelade, Kokosmilch,  
Currypasten, Tomatenmark,  
Gewürze, Saucen, Tee, Kaffee,  
Fruchtsäfte). Dazu können Sie  
sich mit pflanzlichen Alter-  
nativen wie Pflanzenmilch,  
veganer Margarine, Soja-  
joghurt oder Tofu eindecken.

Ein Essensplan-Tool kann  
dabei helfen, Mahlzeiten und  
Einkäufe zu strukturieren und  
Rezepte zu erstellen.

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

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

## Die Dattel – mehr als nur ein Trockenobst

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



# Für ein reines Zuhause

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



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



Ecover  
Handgeschirr-  
spülmittel  
Verschiedene  
Sorten,  
1 l = 3.31  
je 450 ml  
**1.49**



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



## Schnelle Hilfe gegen häufige Flecken:

### Rotwein:

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

### Kaffee/Tee:

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

### Fett/Öl:

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

### Gras/Früchtsaft:

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

### Make-Up/Lippenstift:

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

### Kugelschreiber/Tinte:

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

## Unser Beitrag für die Umwelt: sodasan

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

sodasan  
Allzweck  
Reiniger  
1 l  
**3.49**



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



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



Passende Nachfüller auch im Sortiment



# Bewusst ernähren, liebevoll begleiten.



## HiPP Schalenmenü

Verschiedene Sorten,  
1 kg = 7.96

je 250 g  
**1.99**



## Alete Menü im Glas

Verschiedene Sorten,  
ab 1 Jahr,  
1 kg = 5.16

je 250 g  
**1.29**



## FruchtBar

Bio Fruchtpüree  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 7.90

je 100 g  
**0.79**



## Mogli

Bio Kekse  
Verschiedene  
Sorten,  
1 kg = 15.92

je 125 g  
**1.99**



So fühlt sich  
Natürlichkeit  
an.



## Weleda Serum Drops

Verschiedene Sorten, 1 l = 266.33

je 30 ml  
**7.99**



## Dr. Scheller Tages- oder Nachtpflege

Mit Arganöl, 1 l = 139.80

je 50 ml  
**6.99**





## Kefir-Smoothie mit Karotten und Minze



500 ml Kefir



2 Karotten



1 Zweig Minze

1 Banane



1 TL Honig



1/2 Zitrone (nur Saft)

1 Hand Eiswürfel

1 Person

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

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



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



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



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



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



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



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



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



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



**GLOBUS**

**GLOBUS Markthallen Holding GmbH & Co. KG**  
Leipziger Straße 8  
66606 St. Wendel

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

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

