



Echt gut gemacht.

Mühldorf

Viel gespart zum Jahresstart:

GÜNSTIG

gibt's bei

GLOBUS

Müller Froop
Verschiedene Sorten,
1 kg = 2.60



je 150 g

0³⁹

Wir finden, probieren
muss sich lohlen!

GLOBUS Wiener Würstchen
Im zarten Saitling,
mit Phosphat



1 kg

7⁹⁰
8⁵⁰

GLOBUS Bratwurst
mit Rahmwirsing und
Kartoffelstampf



5⁰⁰

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



500 g-Schale

0⁹⁹

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



4 kg-Beutel

3⁹⁹

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



5 l

4⁹⁹

Klarsichtboxen-Set
Kunststoff, verschiedene
Größen und Farben,
je 3er- oder 4er-Set:
von 6.99 (17.99*)
bis 8.99 (25.99*)



ab

6⁹⁹
17⁹⁹*



3er-Set



4er-Set

Käsechips
Aus herzhaftem Cheddar-Käse



1 kg

1⁹⁹
2⁴⁹

Geräucherte
Lachslocken



100 g

1²⁹
1⁵⁹

Obsttorte
Frisch zubereitet,
verschiedene Sorten,
je ganze Torte,
1 kg = 8.89



je 900 g

8⁰⁰
8⁵⁰

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



je 350–435 g

1⁷⁹

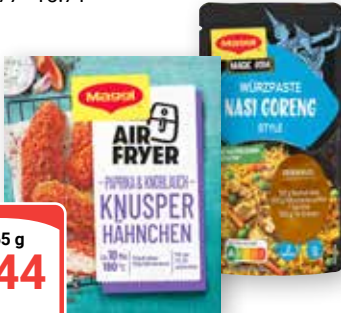
Melitta
Bella Crema
Ganze Bohnen,
verschiedene
Sorten



je 1 kg

13⁷⁹

Maggi Fix oder Würzpaste
Verschiedene Sorten,
1 kg: 6.77–15.71



je 28–65 g

0⁴⁴

Bernbacher Die Guten Eiernudeln
Verschiedene Ausformungen, 1 kg = 2.52



je 2.500 g

6²⁹
8⁴⁹

Flötzinger Cola-Mix oder Cola-Mix Zero
Je 20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.08 + Pfand 3.10



je Kiste

10⁸⁰

Tempo Taschentücher
Verschiedene Sorten und Inhalte,
je 20 x 9/24 x 9/30 x 10 Tücher,
10 Tücher: 0.10–0.17



je Packung

2⁷⁹

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

15⁹⁹

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



je 3er-Pack

24⁹⁹
45⁰⁰

Meica Curry King
Verschiedene Sorten,
1 kg = 8.14



je 220 g
1⁷⁹
2⁶⁹

Aoste Luftgetrocknete
Ring- oder Kordel-Salami
1 kg = 15.96



je 250 g
3⁹⁹

Wiltmann Salami
Verschiedene Sorten,
1 kg: 16.13–18.43



je 70–80 g
1²⁹

Reinert Schinken Nuggetz
Verschiedene Sorten,
1 kg: 15.27–19.08



je 120–150 g
2²⁹

Prim's Entenbrustfilet
Tiefgefroren



1 kg
4⁹⁹
5⁶⁹

Müller Frucht Butter Milch
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 kg = 1.78
+ Pfand 0.25



je 500 g
0⁸⁹
1³⁹

Goldsteig
Emmentaler
Hauchdünn,
1 kg = 11.92



125 g
1⁴⁹

Berchtesgadener Land
Feinster Schlagrahm
32 % Fett, 1 l = 4.95



200 g
0⁹⁹
1¹⁹

Norfolk
Räucherlachs oder Gravad Lachs
1 kg: 22.45–29.93



Diese Woche
noch billiger!

je 150–200 g
4⁴⁹

Vosso Dino & Friends
oder Chicken Nuggets
Tiefgefroren,
1 kg: 5.98–7.48



je 400–500 g
2⁹⁹

Landliebe Frucht- oder Naturjoghurt
Verschiedene Sorten, 3,8–10 % Fett,
MW-Glas, 1 kg = 2.22
+ Pfand 0.15



je 500 g
1¹¹

Hochland Patros
Verschiedene Sorten,
1 kg: 9.94–13.77



je 130–180 g
1⁷⁹

Butaris Feines Butterschmalz
Zum Braten, Backen, Kochen und Frittieren,
1 kg = 12.98



500 g
6⁴⁹

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



Diese Woche
noch billiger!

125 g
2²⁹
2⁴⁹

Dr. Oetker Bistro Baguette
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg = 7.16



je 250 g
1⁷⁹

Dr. Oetker Marmorette, Paula,
Paula Mini oder Paula Snack
Verschiedene Sorten,
1 kg: 2.98–13.30



je 112–500 g
1⁴⁹

Hochland Sandwich Scheiben
oder Schmelzkäseartikel
Verschiedene Sorten,
1 kg: 8.95–11.93



je 150–200 g
1⁷⁹

Bürger Maultaschen
Original schwäbisch, 1 kg = 4.97



300 g
1⁴⁹
1⁸⁹

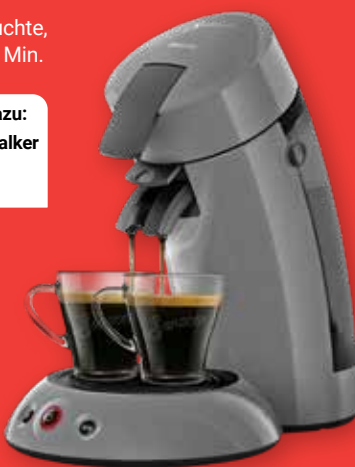
Escal Frutti di Mare oder All'Olio
Gekocht, tiefgefroren, 1 kg: 12.20–20.33



je 270–450 g
5⁴⁹
6⁶⁹

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*)



44⁹⁹
84⁹⁹*

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



12⁹⁹
49⁹⁹*

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

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



9⁹⁹
19⁴⁹*

1. Klapptritt
Kunststoff, faltbar,
35 x 27 x 22 cm: **4.99** (17.99*)
oder **2. Sitzhocker**
Kunststoff, faltbar,
36,5 x 30 x 32,5 cm:
6.99 (19.99*)



4⁹⁹
17⁹⁹*

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



1⁹⁹
3⁹⁹*

Iglo Schlemmerfilet oder Filegro
Verschiedene Sorten, tiefgefroren,
1 kg: 7.08–11.21



2⁶⁹
269

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



1⁶⁹
2⁶⁹

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



2²²
222

Knorr Schlemmersauce
Verschiedene Sorten,
1 l = 3.96



0⁹⁹
099

**Lorenz Crunchips
oder Crunchips
Wow oder Roasted**
Verschiedene
Sorten,
1 kg: 6.34–10.09



1¹¹
111

**Ritter Sport Tafelschokolade
Bunte Vielfalt**
Verschiedene Sorten,
1 kg = 11.10



1¹¹
111

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



2⁴⁹
249

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



1¹⁹
119

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



3⁹⁹
399

**Maggi
Sauce in der Doppelpackung**
Verschiedene Sorten, ergibt 2 x 250 ml,
1 l = 1.58



0⁷⁹
079

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



1¹⁹
2¹⁹

Feinkost Popp Veganer Feinkostsalat
Verschiedene Sorten,
1 kg = 10.60



1⁵⁹
1⁹⁹

Alpro Nuss-Drink
Verschiedene Sorten



1⁹⁹
199

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



2⁹⁹
299

**Mondamin Saucenbinder
oder Mehlschwitze**
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.16



1²⁹
129

Oreo
Verschiedene Sorten,
1 kg: 8.22–13.44



1²⁹
129

**Knoppers
PICK & MIX**
**3 kaufen
1€
SOFORT
RABATT
mit Coupon!**



1⁶⁹
169

Trumpf Edle Tropfen
Verschiedene Sorten, 1 kg = 11.96



je 250 g

2⁹⁹



je 153–185 g

1⁹⁹_{3¹⁹}

Milka Riegel
Verschiedene Sorten,
1 kg: 10.76–13.01



je 200 g

2²⁹_{2⁹⁹}

Wawi Schoko-Reis
Verschiedene Sorten,
1 kg = 11.45

Storck Toffifee
48 Stück, 1 kg = 9.98



400 g

3⁹⁹

Manner Waffeln
oder Törtchen
Verschiedene
Sorten,
1 kg: 6.23–8.30



je 300–400 g

2⁴⁹_{3⁷⁹}

Böhme Fruchtkaramellen
1 kg = 5.96



250 g

1⁴⁹

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



je 400 g

1⁹⁹_{2⁹⁹}

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



je 450 g

2⁹⁹_{3⁶⁹}

Ben's Original
Reis im Kochbeutel oder Lose
Verschiedene Sorten



je 1 kg

3⁴⁹_{3⁹⁹}

Just Spices
Allrounder Gewürz
Verschiedene Sorten,
1 kg: 39.87–66.44



je 45–75 g

2⁹⁹

Bertolli Natives
Olivenöl Extra
Verschiedene Sorten,
1 l = 11.98



je 500 ml

5⁹⁹

Dr. Oetker Kuchenbackmischung
oder Kleine Backideen
Verschiedene Sorten, 1 kg: 4.81–11.63



je 240–580 g

2⁷⁹

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



je 100 g

0⁵⁹_{0⁶⁹}

Maille Original Dijon-Senf
Verschiedene Sorten,
1 l = 9.95



je 200 ml

1⁹⁹

Maggi Würze
Das gewisse
Tröpfchen Etwas,
1 l = 6.24



800 ml

4⁹⁹

Kölln Haferflocken
Blütenart oder Kernige
1 kg = 2.38



je 500 g

1¹⁹

Aurora Rosenmehl
Type 550 oder Spezialmehl
Verschiedene Sorten



je 1 kg

1⁵⁹

Jeden Tag
Thunfischfilets
In Aufguss,
1 kg = 7.93



195 g

1¹⁹_{1²⁹}

Diese Woche
noch billiger!

Geo Bayern Bayerische Brotzeitgurken
Abtropfgewicht 360 g,
1 kg = 4.69



670 g

1⁶⁹

Hengstenberg Essig
Verschiedene Sorten,
1 l = 4.98



je 500 ml

2⁴⁹_{3⁸⁹}

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



je 0,75 l
2⁶⁹
~~3⁷⁹~~

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



je 0,75 l
4⁹⁹

Maybach DQW
Verschiedene
Rebsorten,
trocken bis lieblich,
aus Rheinhessen
oder der Pfalz,
1 l = 3.99



je 0,75 l
2⁹⁹

Mionetto
Prosecco
Spritzig, frisch
und feinerlig,
ein idealer Aperitif,
1 l = 7.99



0,75 l
5⁹⁹
~~9⁹⁹~~

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



je 0,5 l
0⁹⁹
~~1⁴⁹~~

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



je 0,7 l
6⁴⁹

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



0,7 l
10⁹⁹
~~13⁹⁹~~

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



je 0,7 l
11⁹⁹
~~15⁹⁹~~

Ensinger
Schillerquelle
Heilwasser
12 x 0,75 l-
MW-Flasche,
1 l = 0.89
+ Pfand 3.30



je Kiste
7⁹⁹

Warsteiner Bier,
Verschiedene Sorten, auch Alkoholfrei, je 20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 1.05 + Pfand 3.10



je Kiste
10⁴⁹
~~16⁹⁹~~

Weltenburger
Verschiedene Sorten, je 20 x 0,5 l-MW-Flasche,
1 l = 1.30 + Pfand 3.10



je Kiste
12⁹⁹

Allgäuer Büble Edelbräu oder Bayerisch Hell
Je 20 x 0,5 l-MW-Bügelverschlussflasche,
1 l = 1.40 + Pfand 4.50



je Kiste
13⁹⁹

Fa Dusche
Verschiedene Sorten,
1 l = 3.96



je 250 ml
0⁹⁹

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



je 200–250 ml
1⁹⁹

Axe Deospray
Verschiedene Sorten,
1 l = 23.27



je 150 ml
3⁴⁹

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



je 10–20 Stück
2⁴⁹
~~3²⁹~~

Pril
Handgeschirrspülmittel
Verschiedene Sorten,
1 l: 1.91–2.87



je 450–675 ml
1²⁹

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



je Packung
6⁹⁹

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



je 28–38 WL
1⁴⁹
~~1⁹⁵~~

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



Solange
der Vorrat
reicht

je 80–100 WL
12⁹⁹

Cesar
Hundenassfutter
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.00



je 150 g
0⁷⁵

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



je 200–250 g
3⁹⁹
~~5⁹⁹~~



Die GLOBUS Drogerie: gepflegte Vielfalt
Von Baby- und Körperpflege über Hygieneartikel bis Tierfutter.



SNACK DICH FIT

GEWINNE MIT

je Stück
0,79

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

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



Der Umwelt
zuliebe un-
verpackt

**JETZT
TEILNEHMEN**

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



300 g-Schale
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



Allergiker-
freundlich

800 g-Schale
1,99

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



Wirsing
Ursprung Italien,
KL I



1 kg
1,39

Der Umwelt
zuliebe un-
verpackt

GLOBUS Suppengrün
Ursprung Deutschland/Italien,
1 kg = 2.11



je 800 g-Schale
1,69

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

Der Umwelt
zuliebe un-
verpackt

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



je 400 g-Schale
1,69

Speisezwiebeln gelb
Ursprung Deutschland/
Neuseeland, KL I



je 1 kg-Netz
1,00

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



126 g
1,79
2⁸⁹



Alnavit Bio Haferflocken
1 kg = 4.42



450 g
1,99
2⁴⁹



**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





Frische- bäckerei

Mohn- oder
Sesamsemmeln
Stück = 0.50



je 3 Stück
1 50

Knusperstange
Aus leckerem
Blätterteig



pro Stück
1 60

Frische Käsebrezen
100 % Weizenmehl
und geriebener
Gouda



pro Stück
1 40

Wurzelbrot
100 % Weizenmehl,
1 kg = 6.00



500 g
3 00

Mühdorfer
Landbrot



1.000 g
3 10

Dinkel-Vollkornbrot
1 kg = 7.20



500 g
3 60

Nougatring
Dauergebäck,
mit Schoko-Fettglasur



pro Stück
1 80

Donuts
Siedegebäck aus
Hefeteig,



pro Stück
1 20

Schweineohr
Frisch gebacken,
mit Schokoladenglasur



pro Stück
2 00

Windbeutel



pro Stück
2 20

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*



Aus unserer Eigenproduktion

Chefsalat
Gemischter Salat mit Ei, Tomaten,
Gurken, Käse und Schinken



100 g
1 50

Rote Bete-Salat
mit Feta,
1 kg = 8.63



300 g
2 59

Wochengerichte

Aus der Wurstküche:
1 Paar Heiße Wiener
mit Senf und Brezn



3 00

Sauerbraten
aus der Rinderschulter,
mit Blaukraut
und Spätzle



11 50

Wechselnde Tagesgerichte

Hähnchengeschnetzeltes
Züricher Art
mit Spätzle



9 50

Montag

Käsespätzle
mit kleinem Beilagensalat



8 50

Dienstag

Schweinefilet
mit Rahmsauce,
Mischgemüse
und Röstitaler



10 50

Mittwoch

Schweizer Schnitzel
dazu Pommes frites



10 00

Donnerstag

Gebratenes Zanderfilet
auf Grillgemüse,
dazu Kräuterreis



11 50

Freitag

Hirschgulasch
mit Wurzelgemüse
in Rotwein geschmort,
dazu Knödel



12 50

Samstag



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

GLOBUS

Fachmetzgerei

1 kg
6⁹⁰

GLOBUS Weißwurst*
Nach Münchner Art,
mit frischer Petersilie

GLOBUS Käsewürstchen*
Mittelgrob,
im zarten Saitling

1 kg
10⁹⁰

Jetzt noch
günstiger!

Jetzt noch
günstiger!

1 kg
8⁹⁰

GLOBUS Rohesser
Nach Westfälischer Art,
im zarten Saitling

1 kg
10⁹⁰

GLOBUS Debrecziner*
Im zarten Saitling

je kg
8⁹⁰

GLOBUS Schweinsbratwurst*
Roh oder gebrüht,
im zarten Saitling

Herrn Jurks
Wurst-Empfehlung:



je 100 g
1⁰⁹

GLOBUS
Frischwurst*-Aufschnitt
Verschiedene Sorten

GLOBUS Knacker*
Regensburger Art,
deftig gewürzt

1 kg
8⁹⁰

GLOBUS Kalbsbratwurst*
Gebrüht,
im zarten Saitling

1 kg
11⁹⁰

GLOBUS
Geschwollene*

1 kg
9⁹⁰

GLOBUS
Backrauschschinken*
Geschnitten

100 g
1³⁹

Rinderbraten
Aus der Jungbullen-
keule, am Stück

1 kg
14⁹⁰



Tafelspitz
Vom Jungbullen,
am Stück

1 kg
15⁹⁰



Rindergulasch
Vom Jungbullen

1 kg
13⁹⁰



Sauerbraten
Eingelegt nach
Hausfrauen Art

1 kg
14⁹⁰



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

GLOBUS Hausmacher
Blut- oder Leberwurst
Im Ring



Schweinerücken
Ohne Knochen,
am Stück

1 kg
7⁹⁰



Schweinehals
Ohne Knochen,
am Stück

1 kg
7⁴⁰



ErzeugerGemeinschaft
Südbayern

Familie Harbeck in
Walchsing-Aldersbach



Familie Brenninger
in Velden



Familie Koch
aus Mengkofen



**Bestes Schweinefleisch
aus Bayern**

52 Wochen im Jahr erhalten wir
täglich ausgezeichnetes Fleisch in
hoher Qualität von unseren Liefere-
ranten – seit Jahrzehnten garanti-
ert. Das hat Tradition, schafft
Vertrauen und Verbundenheit.

je kg
5⁹⁰

So entsteht unsere
Blut- und Leberwurst



GLOBUS Römerbraten
Vom frischen
Schweinehals,
mild gepökelt

1 kg
6⁴⁰



GLOBUS Schweinebauch
Mager, mit Knochen,
am Stück

1 kg
4⁹⁰



Schweineschnitzelfleisch
Aus der Keule, Hüfte
oder Unterschale

je kg
4⁹⁰



Schweinebraten
Aus der Schulter,
am Stück

1 kg
4⁴⁰



Schweinefilet
Frisch

1 kg
9⁴⁰



Schweinehinterhaxe
Frisch oder gepökelt

je kg
4⁹⁰



Kassler
Vom Stielkotelett,
roh, eingesägt,
am Stück

1 kg
4⁹⁰



*Mit Phosphat **Fleischerzeugnis aus Bayern



globus.de/fachmetzgerei

GLOBUS

Fischtheke

Viktoriaseebarschfilet
Ideal zum Braten, festes Fleisch,
aromatischer Geschmack

100 g
1⁶⁹
2²⁹

100 g
1¹⁹

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

**Frau Nowak-Huang's
Fisch-Empfehlung:**



100 g
1²⁹
1⁷⁹



**Kabeljaufilet-
Portionen**

Ohne Haut, aufgetaut, aus MSC-
zertifizierter Fischerei

100 g
1⁵⁹
2¹⁹

Geräucherte Forelle
Besonders saftig durch
die Heißräucherung



100 g
1⁸⁹
1⁹⁹

Kabeljau
Ohne Kopf, aus MSC-
zertifizierter Fischerei

Shrimpscocktail Miami
Mit exotischen Früchten,
in sahnigem Dressing



100 g
1⁶⁹
2⁴⁹

Thunfisch-Frischkäsezubereitung
Doppelrahmstufe im
Milchanteil



100 g
1⁰⁰

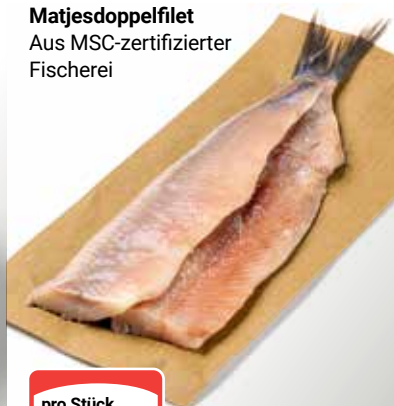


Seealgenzubereitung
Ideal als Beilage zu gebratenem
Fisch, aufgetaut, mariniert



100 g
1⁴⁹

Matjesdoppelfilet
Aus MSC-zertifizierter
Fischerei



pro Stück
1⁴⁹
1⁹⁹



Lachsspezialität
Verschiedene Sorten



je 100 g
3⁷⁹

**Frau Freiers
Käse-Empfehlung:**



100 g
1⁷⁹
1⁸⁹

Taleggio DOP

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

100 g
2¹⁹

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

100 g
1⁷⁹
2²⁹

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



je 100 g
1²⁹

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

100 g
1⁷⁹
2⁶⁹

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

Landana Gouda Holland g.g.A.
mittelalt
Schnittkäse,
rahmig-
aromatisch,
48 % Fett i. Tr.

100 g
0⁹⁹

Bio Almkönig
Österreichischer
Schnittkäse,
mild-nussig,
45 % Fett i. Tr.

100 g
1²⁹
1⁶⁹



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

100 g
1⁴⁹
2¹⁹

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

100 g
1³⁹

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

520 g
5⁰⁰
5⁵⁰



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

je 105–140 g
1²⁹
~~1⁸⁹~~



Schwälbchen Körfez Joghurt
3,5 % oder
10 % Fett

je 1 kg
2¹⁹
~~2⁶⁹~~



Zum Dorfkrug Dessert
Verschiedene Sorten,
1 kg = 5.31

 Vegan

je 375 g
1⁹⁹
~~2⁴⁹~~



Nestlé Mix-in
Verschiedene Sorten,
1 kg = 4.92



je 120 g
0⁵⁹
~~0⁹⁹~~

True Fruits Smoothie
Verschiedene
Sorten,
1 l = 5.05,
pfandfrei

je 750 ml
3⁷⁹
~~4⁶⁹~~



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

je 80–135 g
1⁹⁹



Südtiroler Markenspeck
1 kg = 18.80

425 g
7⁹⁹
~~9⁹⁹~~



Jeden Tag Kloßteig
Halb und halb, aus gekochten und
rohen Kartoffeln, für ca. 8 Stück,
1 kg = 1.85

Diese Woche
noch billiger!

750 g
1³⁹
~~1⁴⁹~~



Fräulein Heidemarie
Putenbrustfilet
SB-verpackt



1 kg
9²⁹

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



600 g
3⁹⁹

Hello Sandwich
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
8.05–14.90

Diese Woche
noch billiger!

je 100–185 g
1⁴⁹
~~1⁹⁹~~



Henglein Spätzle oder Gnocchi
Verschiedene Sorten,
1 kg: 3.58–4.48

je 400–500 g
1⁷⁹



Nadler Heringsfilets
Verschiedene Sorten,
1 kg: 5.66–8.30



je 300–440 g
2⁴⁹
~~2⁷⁹~~

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

Diese Woche
noch billiger!

350 g
2⁷⁹
~~2⁹⁹~~



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

je 320–400 g
9⁹⁹



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

325 g
2⁷⁹
~~3⁷⁹~~



Farm Feinkost Knusperente
Eine halbe Ente, ohne Knochen, ofenfertig
gewürzt, tiefgefroren, 1 kg = 13.88



320 g
4⁴⁴

Jeden Tag Königsberger Klopse
Tiefgefroren, 1 kg = 4.42

450 g
1⁹⁹
~~2²⁹~~



Diese Woche
noch billiger!

Iglo Rahmspinat oder Apfelrotkohl
Tiefgefroren, 1 kg = 2.39

je 750 g
1⁷⁹



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

je 600–750 g
1⁵⁹
~~2⁷⁹~~



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



je 825–900 ml
1⁶⁹

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

je 250–300 g
3³³
~~5³⁹~~

 Vegan



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

je 180–360 ml
2⁷⁹



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

je 300–540 g
1⁴⁹





WhatsApp-Kanal

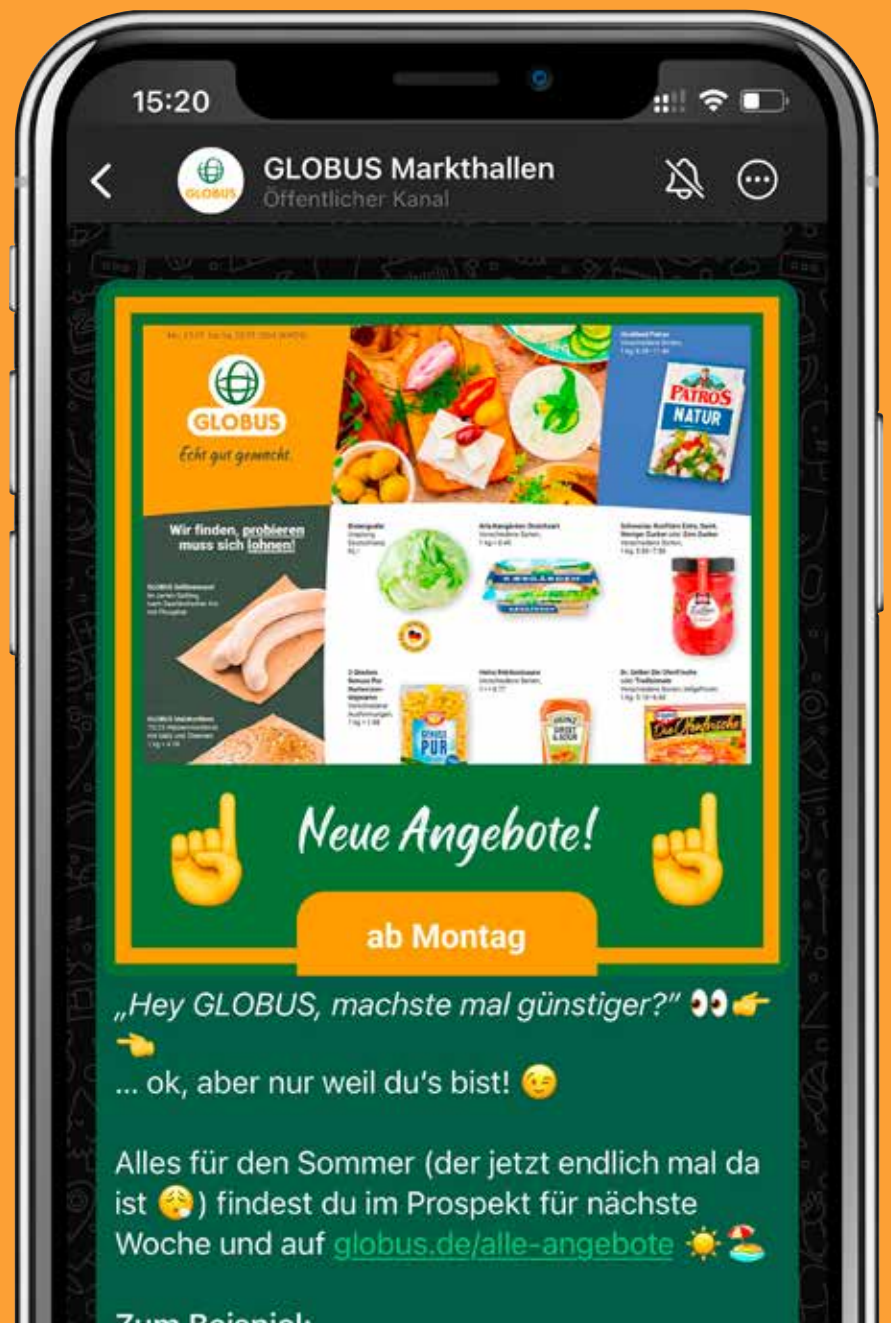
Exklusive Einblicke

Infos als Erstes



globus.de/whatsapp

Jetzt Kanal abonnieren



facebook.com/globus.de

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



je 120–150 g
111

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



je 10 Stück
249
^{2⁶⁹}

Brunch
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.43



je 185 g
119
^{1⁹⁹}

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



je 125 g
149

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



je 125–200 g
199
^{2⁵⁹}

Mini Babybel
Halbfester Schnittkäse,
verschiedene Sorten,
1 kg = 15.90



je 5 x 20 g
159

Jede Woche neu
Exklusive Rabatte für
mein GLOBUS 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.



Ponnath
Hähnchen- oder Putenbrust
Verschiedene Sorten,
1 kg = 11.90



je 100 g
119

Gutfried Geflügel-Fleischwurst
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.23



je 400 g
249
^{3⁴⁹}

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



je 125 g
099

Golden Toast
Dinkel Harmonie Sandwich
1 kg = 2.65



750 g
199
^{2⁹⁹}

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



250 g
129
^{1⁶⁹}

Dr. Oetker Vitalis Müsli
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
4.15–7.55



je 425–600 g
249

Jacobs Cappuccino
Verschiedene
Sorten, 1 kg:
8.73–12.03



je 290–400 g
349
^{4²⁹}

Eduscho
Lieblings-
bohnen
1 kg = 13.32



750 g
999
^{12⁹⁹}

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



je 75–100 g
199
^{2³⁹}

Jede Woche neu
Exklusive Rabatte für
mein GLOBUS 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.



Meßmer Verfeinerter Früchte-
Kräutertee oder Wohlfühltee
Verschiedene Sorten, je 20 Beutel,
1 Beutel = 0.09, 1 kg: 32.55–51.14



je 30–55 g
179

Bihophar Honig
Verschiedene Sorten,
1 kg = 9.98



je 500 g
499

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

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

Diese Woche
noch billiger!

je 1 l
079



Jeden Tag Speisequark
Magerstufe,
1 kg = 1.90

Diese Woche
noch billiger!

500 g
095



Jeden Tag Geriebener Käse
Verschiedene Sorten,
1 kg = 6.76

Diese Woche
noch billiger!

je 250 g
169



Jeden Tag Salami
Verschiedene Sorten,
1 kg = 7.45

Diese Woche
noch billiger!

je 200 g
149
^{1⁶⁹}



Jeden Tag Konfitüre Extra
Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.31

Diese Woche
noch billiger!

je 450 g
149
^{1⁷⁹}



Angebotspreis-Garantie! ➔ globus.de/garantien



PROBIER'S
VEGAN.
DIESEN JANUAR.
VEGANUARY



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



Alsan-S
Pflanzliche Pflanzen-Margarine

Vegan

250 g
0⁹⁹
1²⁹

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



Meggle
DIE VEGANE
EINMALIG BUTTRIG

Vegan

je 250 g
1⁷⁹
2⁰⁹

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



GREEN FORCE
Cevapcici
PFLANZLICHE

Vegan

je 170–180 g
2⁴⁹
2⁷⁹

Sodasan Scheuermilch
1 l = 5.98

Vegan

500 ml
2⁹⁹
3⁴⁹



Lavera Bio Dusche
Verschiedene Sorten,
1 l = 17.45



Vegan

je 250 ml
3⁴⁹
3⁹⁹

Lavera Bio Shampoo
Verschiedene Sorten,
1 l = 15.96



Vegan

je 250 ml
3⁹⁹
4⁹⁹

Lavera Bio Spülung
Verschiedene Sorten,
1 l = 19.95



Vegan

je 200 ml
3⁹⁹
4⁹⁹

Jede
Woche
neu

Exklusive Rabatte für
Mitglieder!

20%
mein GLOBUS

Planted. Veganes Steak
1 kg = 29.08



planted.
approved by meat lovers
STEAK

Vegan

120 g
3⁴⁹
3⁹⁹

Alnatura Bio Vegane Mayo
1 l = 9.16



ALNATURA
Vegane Mayo
ohne Ei, mit 51 % Fett

Vegan

250 ml
2²⁹

Alnatura Bio Falafel
1 kg = 8.76



ALNATURA
Falafel

Vegan

170 g
1⁴⁹

GLOBUS Braune Linsen
1 kg = 3.71



Braune Linsen
REICH AN
PROTEINEN
MIT MEERSALZ VERFEIN

Vegan

400 g
0⁸⁹
0⁹⁹

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



Red Band
FUN MIX

Vegan

je 200 g
1²⁹
1⁴⁹

Frisia Ufonauten
Spitztüte,
1 kg = 19.10



Frisia
Ufonauten

Vegan

78 g
1⁴⁹
1⁹⁹

Veganiz Bio Protein Choc Bar
1 kg = 25.80



Veganiz
PROTEIN CHOC BAR

Vegan

50 g
1²⁹
1⁹⁹

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



KoRo
Crispy Protein Bar

Vegan

je 55–60 g
1⁹⁹
2²⁵

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



Rittersport
CRUNCHY VOLL-NUSS

Vegan

je 75–100 g
2²⁹
2⁷⁹

So gut, so echt, so

BIO



Rapunzel
Basis Müsli
1 kg = 4.65



750 g
349

Rapunzel Mangos
1 kg = 37.90



100 g
379

RAPUNZEL

Entdecken Sie die Vielfalt.
Bio für dich, fair für mich,
Hand in Hand –
hier wird Bio aus Liebe
gemacht.

Neu
bei uns

Bionella Bio
Nuss-Nougat-Creme
1 kg = 8.33



Vegan

400 g
333
3⁹⁹

Rapunzel
Zuckerrohr Melasse
1 kg = 9.97



300 g
299

Rapunzel
Zwergenwiese
Frucht Garten
Erdbeere
1 kg = 14.62



225 g
329

Rapunzel Zwergenwiese
Mango-Curry-Streich
1 kg = 21.41



130 g
289

Rapunzel Kinder
Tomatensauce Tiger
1 l = 10.12



345 ml
349

Rapunzel Pesto
Verschiedene Sorten
1 l = 34.54



je 130 ml
449

Rapunzel Nudeln
Verschiedene
Ausformungen,
1 kg = 3.98



je 500 g
199

Rapunzel
Himalaya
Basmati Reis
1 kg = 7.98



500 g
399

Rapunzel
Vollmilchschokolade
Rum Traube Nuss
1 kg = 27.90



100 g
279

Rapunzel Dinkel Waffeln
Schoko
1 kg = 19.90



100 g
199

Rapunzel Fruchtschnitte
Verschiedene Sorten,
1 kg = 32.25



je 40 g
129

Rapunzel Samba
Schoko-Stick
1 kg = 45.00



22 g
099

Rapunzel
Haselnüsse
Geröstet,
1 kg = 39.95



200 g
799

Rapunzel
Weißer Quinoa
1 kg = 13.96



250 g
349

Rapunzel Weiße Bohnen
1 kg = 8.98



500 g
449

Rapunzel
Oxyguard
Omega
3-6-9
1 l = 69.90



100 ml
699

Zwergenwiese Soul Kitchen
Verschiedene Sorten,
1 kg = 8.89



je 370 g
329

Rapunzel Kichererbsen
1 kg = 7.46



400 g
179

Rapunzel Baked Beans
Weiße Bohnen in Tomatensauce,
1 kg = 5.73



400 g
229

Rapunzel
Aceto Balsamico
di Modena I.G.P.
1 l = 11.00

Vegan



500 ml
549



globus.de/rezepte

Fritt Kaustreifen Verschiedene Sorten, mit Vitamin C, 1 kg = 9.86 	Wrigley's Extra Refreshers Verschiedene Sorten, Stück = 0.08 	Ricola Böxli ohne Zucker Verschiedene Sorten, 1 kg = 29.80 
--	---	---

Birkel Mezzi Hartweizenteigwaren
Verschiedene Ausformungen,
1 kg = 2.22

Pfanni Kartoffelpüree
Verschiedene Sorten,
1 kg = 10.14

je 500 g
1¹¹
1⁹⁹

Wein-Empfehlung

von Herrn Hutzschenreuter
(Mitarbeiter Getränke)



0,75 l
6⁹⁹
~~10⁹⁹~~

Valerio Zenato
Lugana DOC Riel

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

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



je 0,75 l
3⁴⁹
~~4⁹⁹~~

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



0,75 l
1⁴⁹⁹

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



je 0,75 l
4⁴⁹
~~4⁹⁹~~

Winzer Krems
Sandgrube 13
Blauer Zweigelt,
Grüner Veltliner,
Weißburgunder
Trocken oder
Zweigelt
Halbtrocken, gehalt-
volle, fruchtig-frische
Weine, 1 l = 6.65



je 0,75 l
4⁹⁹

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



0,75 l
4⁹⁹

Bosco dei Cirmioi
Prosecco
Frizzante DOC
1 l = 4.65



0,75 l
3⁴⁹

Three Sixty Vodka
37,5 % Vol.,
seinen sanften und
stilechten Geschmack
erhält Three Sixty
durch vierfache
Destillation,
1 l = 14.27



0,7 l
9⁹⁹

Jameson
Irish Whiskey
40 % Vol.,
ein dreifach destillierter,
irischer Whiskey,
mit feinen Aromen
von Kokosnuss und
frischer Zitrone,
1 l = 21.41



0,7 l
1⁴⁹⁹

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



0,7 l
3⁴⁹⁹

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



0,7 l
9⁹⁹
~~11⁹⁹~~

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



0,7 l
1⁸⁹⁹
~~22⁹⁹~~

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



0,7 l
2⁷⁹⁹
~~31⁹⁹~~

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!

Meister Pils oder Radler
1 l = 0.98
+ Pfand 0.25



Diese Woche
noch billiger!

je 0,5 l
0⁴⁹

Kulmbacher Edelherb
20 x 0,5 l-MW-Flasche, 1 l = 1.10
+ Pfand 3.10



je Kiste
1⁰⁹⁹
~~15⁹⁹~~

Schierlinger Pils
20 x 0,33 l-MW-Flasche, 1 l = 2.12
+ Pfand 3.10



je Kiste
1³⁹⁹
~~15⁹⁹~~

Sinalco Limonade
Verschiedene
Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 0.64
+ Pfand 1.50



je 6 x 1,25 l
4⁷⁹
~~6⁵⁴~~

Dr Pepper
Energy Drink
Verschiedene Sorten,
PET-Flasche,
1 l = 1.19
+ Pfand 0.25



je 1,25 l
1⁴⁹

Knabe Kola
Verschiedene Sorten,
1 l = 2.70
+ Pfand 0.25



je 0,33 l
0⁸⁹
~~1⁰⁹~~

ZUCKERFREI
GRATIS
PROBIEREN!

NULL ZUCKER
100% CASHBACK



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



je 0,5 l
0⁹⁹

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



je 0,33 l
0⁹⁹

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



je 0,33 l
0⁹⁹
~~1²⁹~~

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



Auch erhältlich:
Wasser mit Zitrone

je 6 x 0,5 l
2⁴⁹
~~2⁷⁹~~



GLOBUS Weinfachberater

Nutzen Sie das Wissen unserer IHK-zertifizierten Weinfachberater.

Motiviert ins neue Jahr



je 40 g
1 59
1⁸⁹

Powerbar Protein Riegel
Verschiedene Sorten,
1 kg = 39.75



je 35 g
0 79
1³⁹

**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
2⁴⁹



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*

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



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



Erdinger Alkoholfrei
1 l = 1.78
+ Pfand 0.25



0,5 l
089

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
1129

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 = 1.40
+ Pfand 3.10



je Kiste
1399

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



je 0,75 l
139
169

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



je 0,5 l
099
179

*Solange der Vorrat reicht



JETZT Colgate® kaufen – für ein frisches Lächeln!

Colgate

Total Zahncreme

Verschiedene Sorten,
1 l = 30.00

je 75 ml

225

2⁹⁵

Colgate

Komplett Zahncreme

Verschiedene Sorten,
1 l = 14.80

je 75 ml

111

1⁶⁹

Colgate

Zahnbürste

Extra Clean 2 + 1
Mittel,
Stück = 0.50

3er-Pack

149

1⁹⁹

Pantene

Haarspray oder
Schaumfestiger

Verschiedene
Sorten,
1 l: 11.96–14.95

je 200–250 ml

299

3⁹⁹

Gillette Venus

Comfort Spa Rasierer

+ 4 Klingen

je Set

12⁹⁹

Gillette

Shave Gel

Sensitive

1 l = 11.45

200 ml

229

2⁷⁹

Pampers Windeln Big Economy Pack

Verschiedene Größen und Inhalte, Stück: 0.20–0.50

je 30–74 Stück

14⁹⁹

NIVEA

1+1 GRATIS*

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

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

Sanostol

Multivitaminensaft

Verschiedene
Sorten,
1 l = 15.20

je 460 ml

6⁹⁹

Sos

Wärmepflaster

Stück = 2.50

2 Stück

4⁹⁹

Frolic

Hunde-
trockenfutter

Verschiedene
Sorten,
1 kg = 2.66

je 1,5 kg

3⁹⁹

Pedigree Singles Snack

Verschiedene Sorten und Inhalte,
1 kg: 6.61–20.52

je 72–180 g

119

Ace

Fleckenentferner

Mit Farbschutz,
1 l = 2.00

2 l

3⁹⁹

4⁹⁹

Persil Waschmittel

Pulver, Flüssig oder Discs

Verschiedene Sorten, je 1,04–1,26 kg/
0,9 l/10–16 Stück, 1 WL: 0.27–0.34

je 10–20 WL

4⁹⁹

1+1 GRATIS*

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

Sheba

Katzennassfutter

Verschiedene
Sorten,
1 kg = 5.76

je 85 g

049

Glade

Duftkerze

1 kg = 24.91

112 g

279

Cillit Bang

Reiniger

Verschiedene
Sorten,
1 l = 3.32

je 750 ml

249

WC Ente

Total Aktiv Gel

Verschiedene
Sorten,
1 l = 2.52

je 750 ml

189

2²⁵

Frosch Reiniger

Neutral
oder Essig

je 1 l

179

1⁹⁹

GLOBUS Gold

Klumpstreu

Verschiedene
Sorten,
1 l = 0.83

je 12 l

999

12⁹⁹

PURINA

felix

Leckere Vielfalt für kleine Racker!

Purina Felix

Soup Katzen-
nassfutter

Verschiedene
Sorten,
1 kg = 6.22

je 6 x 48 g

179

2²⁵

Purina Felix

Deli Moments

Verschiedene
Sorten,
1 kg = 32.25

je 4 x 10 g

129

1⁵⁹

Purina Felix

Katzennassfutter Multipack

Verschiedene Sorten,
1 kg = 3.43

je 24 x 85 g

699

7⁹⁵

Purina Felix

Katzen-
trockenfutter

Verschiedene
Sorten,
1 kg = 2.75

je 2 kg

549

6⁸⁹

Für den Fall der Fälle



Abtei A-Z Komplett
Stück = 0.09



40 Stück
379
299

Doppelherz Abwehr aktiv
Stück = 0.19



20 Stück
379
429

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



30 Stück
379
429

**Sunlife Vitamin D3
Wochendepot,**
Stück = 0.12



20 Stück
249
325

Rotbäckchen Vital Saft
Verschiedene Sorten,
1 l = 13.31



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

je 450 ml
599
749

Doppelherz Heißgetränk
Verschiedene Sorten,
1 Beutel = 0.28



je 10 Beutel
279

**Doppelherz Immun plus
Echinacea**
Stück = 0.17



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

20 Stück
349
399

**Doppelherz Immun Kids
Brausetabletten**
Stück = 0.19



15 Stück
279
349

**Sanostol
Multivitamin-Bärchen**
Stück = 0.09



60 Stück
529
599

**Sanotact Cistus-Infektblocker
Lutschpastillen**
Stück = 0.28



30 Stück
849
899

Dobensana Lutschtabletten
Verschiedene Sorten,
Stück = 0.23



je 24 Stück
549

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

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



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

je 37 g
119

Kaiser Bonbons
Verschiedene Sorten,
1 kg = 19.89



je 90 g
179
219

**Stérimar Nasenspray
Verstopfte Nase**
1 l = 99.80



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

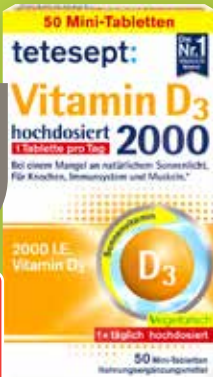
50 ml
499
599

**Emsan Nasendusche Komplett-Set
+ 10 Beutel Nasenspülsalz**



1199
1349

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



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

50 Stück
229
299

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



20 Stück
349
449

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

Tetesept: Hals und Rachenspray
1 l = 166.33



30 ml
499

**Tetesept: Bronchosan
Hustensaft Akut**
1 kg = 42.65



117 g
499
549

Tetesept: Rhinolind Nasenspray
1 l = 199.50



20 ml
399

Genius

einfach genial

Passend dazu:
Cerafit Pfanne
Ø 24 cm: **24.99** oder
Pfanne
Ø 28 cm: **29.99**

Cerafit Steel
Ø 20 cm, robuster, hochwertiger Edelstahl verbunden mit hervorragender Antihafteigenschaft der Keramikbeschichtung, 60 % bessere Antihafteigenschaften im Vergleich zu anderen Antihaft-Pfannen, für alle Herdarten geeignet

19⁹⁹

Alle Artikel dieser Seite solange der Vorrat reicht

Standhobel Nicer Dicer Mando
Kunststoff, Edelstahl,
6 Einsätze für z. B.
Scheiben oder Julienne,
inkl. Auffangbehälter,
Fingerschutz und
Reinigungsbürste

10-teiliges Set
24⁹⁹
79⁹⁵*

Nicer Dicer Chef Professional
8-eckiger Auffangbehälter,
Fassungsvermögen:
5.200 ml,
diverse Schneideinsätze

23-teiliges Set
39⁹⁹

Nicer Dicer Fusion
Ein Schneid-Oberteil und ein -Unterteil,
Stifteraster klein und groß,
Schneid-Stempel, Messereinsatz Nr. 2
(6 x 6 mm/ 12 x 12 mm),
Messereinsatz Nr. 3
(Viertel und Achtel),
XXL-Messereinsatz Nr. 4
(24 x 24 mm),
Auffangbehälter: 2,5 l

je Set
34⁹⁹



Multihobel
Edelstahl rostfrei, umfangreiche
Schneidmöglichkeiten,
inkl. 3 wechselbaren Einsätzen,
Rezeptbuch, Auffangbehälter:
550 ml und Frischhaltedeckel

Nicer Dicer SPEED

9-teiliges Set
19⁹⁹
59⁹⁹*

Mini-Zerkleinerer
Akkubetrieben, Obst, Gemüse,
Nüsse und vieles mehr in
Sekunden perfekt zerkleinert,
praktischer Mixbehälter:
300 ml

Nicer Dicer SPEED

9⁹⁹

Einkaufskorb Falko
Dunkelblau, mit Ankern

19⁹⁹

2 in 1-Schwämme
Mikrofaser/Nylon, weiche Seite: Fleckenentfernung und Polieren,
grobe Seite: entfernt hartnäckigen Schmutz, bei 60 °C waschbar,
16 x 10 x 10 cm,
Stück = 1.00

5-teiliges Set
4⁹⁹
39⁹⁵*

60 % saugfähiger als herkömmliche Schwämme (Herstellerangabe)

Genius Clia Rainbow Schwamm groß
12 abziehbare
Schichten in
Regenbogenfarben

4⁹⁹

Haartrockner-Set Invictus Hair D7
1.600 W, Digitalmotor, 3 Geschwindigkeits-
und 4 Temperaturstufen, Anionen verringern
statische Aufladung der Haare,
inkl. Diffusor, Styling- und
Smoothing Düse,
verschiedene Farben

je 4-teiliges Set
39⁹⁹

Topper Deluxe
Extra hoch: mit 9 cm Höhe ist der Topper Deluxe 30 % höher als andere Topper, Zonen- und Ventilationslochung vermeidet Hitzestau, Anti-Slip-Unterseite vermeidet das Verrutschen des Toppers, 90 x 200 x 9 cm

Passend dazu:
Topper Deluxe
140 x 220 cm: **119.00** oder
180 x 220 cm: **139.00**

99⁰⁰

Kopfkissen
Bezug: 100 % Baumwolle, Außenkissenfüllung: 90 % Polyester, 10 % Milchfaser, Kissenfutter: 100 % Polyester, allergikerfreundlich, 80 x 80 cm

je Artikel
39⁹⁹

Kopfkissen
Optimales Schlafklima dank feuchtigkeits-absorbierenden Eigenschaften, 40 x 80 cm

29⁹⁹

Handstaubsauger Invictus One
90 W, Hochleistungs-BLDC-Motor
mit 2,5facher Saugkraft,
Akkulaufzeit: 15 Min.,
2fach-Filtersystem,
inkl. HEPA-Filter,
Staubbehälter: 90 ml

39⁹⁹
149⁹⁵*

Hand-/Akkusauger Invictus X3
160 W, LED-Akkuanzeige, 180°-Gelenkkopf,
Laufzeit: bis 40 Min., inkl. LED-Spot-Licht,
Anti-Wrap-Funktion, inkl. Wandhalterung
und Fugendüse

Auch als Handsauger nutzbar

11-teiliges Set
119⁰⁰
249⁹⁵*

Hand-/Akkusauger Invictus X9
450 W, Lithium-Ionen-Akku, LED-Touch-
Display, Akkulaufzeit: bis zu 55 Min.,
Hochleistungs-BLDC-Motor, HEPA- und
Multi-Zyklonfilter, inkl. Zubehör

Auch als Handsauger nutzbar

14-teiliges Set
179⁰⁰
499⁹⁰*

Alle Artikel ohne Dekoration *Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

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

je Artikel
9⁹⁹

by Louise



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

je 3er-/4er-Pack
9⁹⁹



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

SCHIESSER

ab
9⁹⁹
14⁹⁵*



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

je Artikel
6⁹⁹
14⁹⁹*



savarie
NATURANA

Design- und
Farbbeispiele

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

Speidel.

je 2er-/3er-Pack
12⁹⁹
14⁹⁹*



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

je 2er-Pack
7⁹⁹
14⁹⁹*

sloggi



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

bruno banani.
NOT FOR EVERYBODY

ab
14⁹⁹
39⁹⁵*



SALE
SALE
SALE

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

bruno banani.
NOT FOR EVERYBODY

je 2er-Pack
12⁹⁹
19⁹⁵*



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

je 10er-Pack
12⁹⁹



! **Discount-
günstig**

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

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



ab
5⁹⁹
6⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



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



je 2er-Pack
6⁹⁹
7⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!

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



ab
3⁹⁹
4⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



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



je 5er-Pack
6⁹⁹
7⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



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



je 10er-Pack
8⁹⁹
9⁹⁹*

Diese Woche
noch billiger!



*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Neben Barzahlung akzeptieren wir folgende Zahlungsmöglichkeiten:



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

je Garnitur
9⁹⁹
24^{95*}

CASTELL
BETTWÄSCHE

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

je Garnitur
5⁹⁹

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

biberna
die bettwäsche

ab
4⁹⁹

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

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

BeCo

19⁹⁹
59^{90*}

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

700 g
Großknäuel

je 700 g-Knäuel
10⁹⁹

Solange
der Vorrat
reicht

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

je Artikel
4⁹⁹

Hochwertiges Geschirrtuch
50 x 70 cm, verschiedene Qualitäten
und Designs

ROSS
since 1897

je Artikel
1⁹⁹
4^{95*}

SALE
SALE
SALE

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

ab
2⁹⁹

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

ESPRIT

ab
7⁹⁹
14^{99*}

Solange
der Vorrat
reicht

Herren-T-Shirt
100 % Baumwolle,
Größen: M–3XL,
verschiedene Farben

JAKO

je Artikel
12⁹⁹
19^{99*}

Herren-Sporthose
Größen: M–XXL

JAKO

je Artikel
12⁹⁹
29^{99*}

**Damen- oder
Herren-Freizeitanzug**
Damen-Größen: 38–46,
Herren-Größen: S–XXL,
verschiedene Farben

je Artikel
24⁹⁹

**Damen- oder
Herren-Fleecejacke**
Damen-Größen: M–XL,
Herren-Größen: M–XXL

je Artikel
9⁹⁹

Damen-Winterleggings
Größen: S–3XL oder
Herren-Jogginghose
Größen: M–XXL,
verschiedene Farben

je Artikel
9⁹⁹

Herren-Sporthose
Baumwollmischung,
Größen: M–XXL,
verschiedene Farben

STOOKER®
Made for Friends

je Artikel
19⁹⁹
24^{95*}

Nike
Damen- oder Herren-Hoodie
Damen-Größen: S–XL,
Herren-Größen: M–XXL,
verschiedene Farben

je Artikel
44⁹⁹
59^{99*}

Nike
**Damen- oder
Herren-Sweathose**
Damen-Größen: S–XL,
Herren-Größen: M–XXL,
verschiedene Farben

je Artikel
39⁹⁹
49^{99*}

Under Armour
Herren-Hoodie
oder -**Sweathose**
Baumwollmischung,
Größen: M–XXL,
verschiedene
Farben

je Artikel
39⁹⁹
60^{90*}

*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers



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

15-teiliges Set
69⁹⁹
~~199⁰⁰*~~



Induktion

15 Teile

Solange
der Vorrat
reicht

Das große
Haushaltswaren-
sparen

%

Einzeltopf-Serie
Aluguss, spülmaschinen-
geeignet, Stielkasserolle
oder Kochtopf:
Ø 16 cm: je **12.99** (~~24.90*~~),
Kochtopf:
Ø 20 cm: **14.99** (~~34.90*~~) oder
Ø 24 cm: **19.99** (~~44.90*~~)

ab
12⁹⁹
~~24⁹⁰*~~



Induktion

Schnellkochtopf Praktika Plus

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

Passend dazu:
Dichtungsring
Ab 9.99

ab
34⁹⁹
~~109⁰⁰*~~



Induktion

Servierpfanne

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

ab
19⁹⁹
~~59⁹⁰*~~



Induktion

Pfanne

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

ab
9⁹⁹
~~24⁹⁹*~~

BRATmaxx

Induktion

Rokitta's Fleckschreck

Blau für das Bad: entfernt Kalk- und Wasserflecken,
Grau für die Küche: gegen Eingebrenntes und Flugrost:

3.99 (~~9.99*~~) oder

Rostschreck

Aluminium, gegen Flugrost
in der Spülmaschine,
für ca. 600 Spülgänge:
4.99 (~~19.99*~~)

ab
3⁹⁹
~~9⁹⁹*~~



Raumentfeuchter

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

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



ab
3⁹⁹
~~6⁴⁹*~~



Faltbare Frischhaltedose

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

ab
4⁹⁹
~~12⁹⁰*~~

Faltbar



Solange
der Vorrat
reicht

Klappbox

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

ab
2⁵⁰



Rührschüssel

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

Je Artikel/Set
1⁰⁰



Lunchbox

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

Je Artikel
1⁵⁰



Scharnierbox

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

ab
1⁵⁰
~~2⁴⁹*~~



Klappdeckelbox

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

ab
1⁵⁰
~~3⁴⁹*~~



Wave Box

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

ab
2⁰⁰
~~2⁹⁹*~~



Wäschekorb, -wanne oder -sammler

Kunststoff, verschiedene Größen
und Farben: von **1.50** (~~2.49*~~)
bis **4.50** (~~7.99*~~)

ab
1⁵⁰
~~2⁴⁹*~~



Mülleimer

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

ab
4⁰⁰
~~6⁹⁹*~~



Maxitonne

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

ab
3⁰⁰
~~5⁴⁹*~~



*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers



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

Ritzenhoff & Breker

ab
1.49
6.50*

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

zeller
PRESENT

je Artikel
1.99
4.99*

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

GRUNDIG

ab
19.99
39.99*

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

Solange
der Vorrat
reicht

BOMANN®

34.99
109.90*

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

TRISTAR

14.99
38.99*

Solange
der Vorrat
reicht

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

GRUNDIG

64.99
159.90*

Großes
Sichtfenster

Alle Artikel ohne Dekoration *Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Das große
Haushaltswaren-
sparen

%

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

emsa

je Artikel
9.99
22.49*

Made in
Germany

12
Std.

Heiß

Kalt

24
Std.

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

VILLA VERDE

ab
1.99

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

Zum Reiben, Raspeln
und Hobeln

ADE

39.99
59.95*

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

emerio®

ab
19.99
34.90*

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

JUST VEGAN

14.99
99.99*

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

CLA TRONIC®

19.99
79.95*

Solange
der Vorrat
reicht

20% Rabatt**

auf alle 1 l- und 5 l-Motoren-
öle 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 Falblatt KW03 (gültig vom 12.–17.01.2026) sowie bereits reduzierte Artikel.

EUROLUB
Efficiency in Fluids

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

cartrend

je Artikel
4.99

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

aroso
Die deutsche Traditionsmarke seit 1973

5 l
4.99
8.99*

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

Solange
der Vorrat
reicht

ab
16.99

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

KESPER
KITCHEN AND HOME

7.99
24.99*

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

ADE

12.99
24.95*



Jede
Woche
neu

Exklusive Rabatte für



Mitglieder!

Bis zu

30%
mein GLOBUS

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



30%
Rabatt

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



30%
Rabatt

Jetzt registrieren:

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



globus.de/meinglobus

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

Auf alle Faschingsartikel
ausgenommen Drogerieprodukte



20%
Rabatt

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



20%
Rabatt

Bonduelle Fertigergericht
Verschiedene Sorten,
je 220–425 ml



30%
Rabatt

Kühne Trink
Apfelessig-Mix
Granatapfel oder
Ingwer
Je 500 ml



30%
Rabatt

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

Frottier-Waschhandschuh

Je 1.79 (3.95*) oder

-Gästetuch

30 x 50 cm:

je 2.99 (4.95*) oder

-Handtuch

50 x 100 cm: je 4.99 (9.95*)

oder -Duschtuch

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

100 % Baumwolle,

verschiedene Farben



ROSS
since 1897

ab
1.79
3.95*

Solange
der Vorrat
reicht

Socken ohne Gummiband

3er-Pack

Hochwertige Baumwollmischung,

Damen-Größen: 35/38–39/42:

je 6.99 (7.99*),

Herren-Größen: 39/42–43/46:

je 7.99 (8.99*),

verschiedene Farben



nur
die

ab
6.99
7.99*

Damen- oder Herren-Shirt oder -Hose

Hochwertige Baumwollmischung,

Damen-Größen: 38–48,

Herren-Größen: 48–60



Comtessa
night + day

je Artikel
7.99
19.95*

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

GLOBUS Handelshof
St. Wendel GmbH & Co. KG
Markthalle Mühldorf

Einkaufsmeile West,
Siemensstraße 18, 84453 Mühldorf
Telefon: 08631 603-0

globus.de/muehldorf
info-mhmue@globus.de

Gesellschaftssitz:
Am Wirthembösch, 66606 St. Wendel

Markthalle:

Mo–Sa: 08.00–20.00 Uhr
Sonn- und feiertags
geschlossen

Baumarkt:

Telefon: 08631 3679-0



Jetzt die GLOBUS
App entdecken

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

mein
GLOBUS
Tanke
schön

Bis zu 4 Cent pro
Liter sparen

Erfahren Sie mehr unter
globus.de/tankeschoen

globus.de



Online noch
mehr sparen!

Jede Woche

bis zu
100
weitere Angebote!



Gültig vom 05.01. bis 17.01.2026

GLOBUS Spezial

Bewusst genießen



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



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



GLOBUS

Echt gut gemacht.

Fit durch den Winter, pflanzlich stark.

Jetzt Vitamin C tanken

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



Ingwer-Shot selbst machen



leicht



10 Min.



10 Portionen

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

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

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

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

Tipp:

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

Fruchtig-frische Variante:



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

Demeter Bio Tafeläpfel „Gala Royal“

Ursprung Italien, Kl II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



GLOBUS Bio Demeter Zitronen

Ursprung Italien, Sorte siehe Etikett, Kl II

500 g-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Ingwer

Ursprung Brasilien/China/Peru

je kg

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Tafelbirnen „Williams“

Ursprung Italien, Kl II

500 g-Schale

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Mandarinen

Ursprung Spanien, Sorte siehe Etikett, Kl II,

1 kg = 3.59

je 750 g-Beutel

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Demeter Bio Orangen

Ursprung Italien, Sorte siehe Etikett, Kl II

je 1 kg-Netz

[Zum aktuellen Tagespreis](#)



Bio Feldsalat
Ursprung Italien,
KL II

100 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Bio Cherrydatteltomaten
Ursprung Spanien, KL II

250 g-Schale

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Bio Zucchini grün
Ursprung Spanien, KL II

500 g-Bund

**Zum aktuellen
Tagespreis**



GLOBUS Bio Basilikum-Topf
Ursprung Deutschland

pro Stück

**Zum aktuellen
Tagespreis**



Aus der Erde auf den Teller.

Einfache und vielfältige Winterküche

Rüben, Karotten und Pastinaken – robustes 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



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



Warum Bio-Mehl?

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

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

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

Transparenz: Oft regionale Herkunft und faire Produktionsbedingungen.

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

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

Was benötigt wird:

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

Tag 1: Der Start

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

Tag 2: Ruhe und Beobachtung

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

Alnatura
Bio Sauerteig
Extrakt
1 kg = 47.33
15 g
0.71



Tag 3 bis 7: Füttern und aktivieren

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

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

Tipp:

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

Sauerteig-Starter leicht gemacht

Kalte Soba-Nudel-Bowl

mit Edamame und Lachs



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

1.99



leicht



ca. 45 Min.



4 Portionen

- 500 g Lachsfilets
- 300 g Soba-Nudeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer, daumengroß
- 1 Chilischote
- 2 EL 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

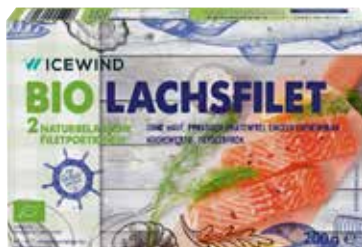
Lachs aus dem Tiefkühler nehmen und im Kühlschrank schonend auftauen lassen. Soba-Nudeln ca. 4 Minuten in ausreichend Salzwasser kochen und abgießen. Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Chili waschen, entkernen und fein hacken. Knoblauch, Ingwer und Chili mit Essig, etwas Salz und Pfeffer, 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, Sojajoghurt oder Tofu eindecken. Ein Essensplan-Tool kann dabei helfen, Mahlzeiten und Einkäufe zu strukturieren und Rezepte zu erstellen.

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

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



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



Die Dattel – mehr als nur ein Trockenobst

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



Für ein reines Zuhause

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



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



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



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



Schnelle Hilfe gegen häufige Flecken:

Rotwein:

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

Kaffee/Tee:

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

Fett/Öl:

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

Gras/Fruchtsaft:

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

Make-Up/Lippenstift:

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

Kugelschreiber/Tinte:

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

Unser Beitrag für die Umwelt: sodasan

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

**sodasan
Allzweck
Reiniger**
1 l
3.49



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



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



Passende Nachfüller auch im Sortiment



Bewusst ernähren, liebevoll begleiten.

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



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



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



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



So fühlt sich Natürlichkeit an.

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



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



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





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



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



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



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



Kefir-Smoothie mit Karotten und Minze



leicht



10 Min.



1 Person

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

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

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



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



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



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



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



Alkoholfrei!



GLOBUS

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

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

