



CORD &  
KUTSCHE

## Themen

- Interview mit Martina Cord
- Apeel: „Pflanzlicher Frischesafe“
- Unsere Liebelotte stellt sich vor
- Frische Fische frisch erlebt

## Hinter die Kulissen blicken mit unserer Marktzeitung



Liebe Gäste,

heute flattert Ihnen die erste gemeinsame Ausgabe von Cord & Kutsches Marktgeflüster in den Briefkasten – eine Marktzeitung, die seit fast fünf Jahren die Kunden der Kutsche-Märkte in Osnabrück auf dem Laufenden hält. Was erwartet Sie? Auf jeden Fall nicht noch ein weiterer Handzettel! Mit der bunten Marktzeitung wollen wir Ihnen einen Blick hinter die Kulissen unseres „Zukunftsmarktes“ gewähren. Genau so bunt und abwechslungsreich wie unser Sortiment werden auch die Themen sein: Wir werfen wie in dieser Ausgabe einen Blick in die Abteilungen unseres Marktes, stellen künftig unsere motivierten Mitarbeiter, regionale Lieferanten sowie moderne Foodstarter vor, kündigen spannende Veranstaltungen bei uns an und blicken auf interessante Ereignisse ebenso wie Aktivitäten vor Ort zurück. Eines ist garantiert: Es wird niemals langweilig!

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Weiterlesen, es gibt viel zu entdecken!  
Martina Cord & Tom Kutsche





## „Unsere Philosophie: freundlich und fröhlich!“

Im Interview spricht Kauffrau Martina Cord, die seit Jahren in Lotte aktiv ist und seit Februar 2019 zusammen mit Tom Kutsche den EDEKA-Markt betreibt, darüber, wie die Zusammenarbeit entstanden ist, ihre Betriebsphilosophie und welche Stärken den 1600 Quadratmeter großen Markt ausmachen.

**Frau Cord, wie würden Sie Ihre Betriebsphilosophie in drei Wörtern zusammenfassen?**  
Freundlich, fröhlich und Zukunft.

**Bitte erklären Sie die Begriffe genauer!**  
Es ist uns eine große Herzensangelegenheit mit unserem „Zukunftsmarkt“ für unsere Gäste mit unserem Team freundlich und fröhlich der Lebensmittelpunkt für Lotte und Umgebung zu sein.

**Was sind die Stärken Ihres „Zukunftsmarktes“?**  
Zuallererst als Vollsortimenter eine große Auswahl an regionalen und internationalen Produkten in allen Abteilungen – insgesamt haben wir mehr als 35000 Artikel. Echte Highlights in unserem Markt sind unsere Fischinsel, der Dry-Aged-Reifeschrank, ein eigener Räucherofen, eine eigene Salatbar und ein Infarm-Kräutergarten in unserer Obst- und Gemüseabteilung, unser Liebelotte Café mit hauseigener Küche und gläserner Konditorei sowie unsere internationale Weinwelt.

**Was zeichnet Ihr motiviertes Team aus?**  
Wir sind eine bunte Mischung von jungen und erfahrenen Menschen, aus Markturgesteinen und neuen Teammitgliedern, die alle das gleiche Ziel verfolgen. Wir lieben Lebensmittel, Qualität und Frische – und das wollen wir an unsere Gäste weitergeben. Freundlichkeit ist uns eine Her-

zensangelegenheit, ebenso unsere Fröhlichkeit. Wir freuen uns, jeden Tag Gäste zu begeistern. Gemeinsam gestalten wir unseren Lebensmittelpunkt Lotte.

**Was planen Sie künftig an Aktivitäten im Markt?**  
Da haben wir für unsere Gäste einiges vor und stehen schon lange in den Startlöchern, wurden in den letzten Monaten von Corona leider etwas ausgebremst. Wir werden verschiedene Themenabende in der Liebelotte auf die Beine stellen: Die Bandbreite reicht von wöchentlichen Schnitzelbüfets über Gourmetabende mit Wein-, Whisky- und Ginverkostungen bis hin zu außergewöhnlichen Ereignissen wie einer After-Work-Cocktailschule und Grillseminaren. Da dürfen sich unsere Gäste auf einige Highlights freuen.

**Wie ist die Zusammenarbeit zwischen Ihnen und Herrn Kutsche zustande gekommen?**

Auch hier kommt wieder das Thema Zukunft ins Spiel. Ich bin in Lotte fest verwurzelt und habe schon über einen langen Zeitraum die Vision verfolgt, einen zukunftsorientierten Lebensmittelpunkt für Lotte zu schaffen. Dazu gehört auch die Planung der Nachfolge. Nach reiflicher Überlegung habe ich Tom Kutsche angesprochen, ob er sich vorstellen kann, dieses Projekt mit mir zu realisieren. Wir kennen uns als Kollegen schon sehr lange und sind sehr uns schnell einig geworden, dass wir dieses Zukunftsprojekt gemeinsam umsetzen wollen. Es freut mich jeden Tag, dass wir den Markt Ende 2019 eröffnen konnten und die Menschen in Lotte von unserer Vision ebenso begeistert sind – da ist schon ein kleiner Traum für mich in Erfüllung gegangen!





# Apeel: pflanzlicher „Frischesafe“ für Obst und Gemüse



Sie ist ein neuer Trumpf im Kampf gegen Lebensmittelverschwendung: Kaufmann Tom Kutsche bringt durch seinen Lieferanten das innovative Apeelverfahren für Obst und Gemüse ab sofort in die Obst- und Gemüseabteilungen seiner Märkte. Die Apeellösung hält beispielsweise Avocados oder Orangen dank einer zusätzlichen Schutzschicht auf pflanzlicher Basis frisch. Sie kann so zudem dazu beitragen, dass weniger Artikel im Abfall landen. Apeel Sciences-Gründer und CEO des US-Unternehmens, James Rogers, weiß um das große Potenzial des essbaren „Frischesafe“: „Wenn wir erklären, dass wir pflanzliche Stoffe verwenden, um Nahrungsmittel haltbarer zu machen, ist die Reaktion überall positiv.“

**Apeel**  
DIE SCHUTZHÜLLE  
AUF PFLANZLICHER  
BASIS



Es ist Avocadosaison – und wer kennt dieses lästige Phänomen nicht?! Zuerst ist die Frucht noch etwas zu hart für den Verzehr. Die meisten Menschen lassen sie noch ein wenig nachreifen. Doch plötzlich zeigen sich hier und da erste braune Stellen auf der Schale. Dank Apeel erhalten die Kunden Avocados, die ihren Geschmack und ihre Reife länger behalten. Denn Apeel verlangsamt den natürlichen Reifeprozess, indem es Feuchtigkeit in der Frucht bewahrt und Sauerstoff heraushält – so bleibt mehr Zeit, um die „Superfrucht“ bei maximaler Frische zu genießen. Auch Zitrusfrüchte wie Orangen und Mandarinen sind mittlerweile mit der innovativen Schutzschicht in den Kutsche-Märkten erhältlich.

„Das ist ein toller Schritt in Sachen Nachhaltigkeit, über den ich mich persönlich sehr freue“, sagt Kaufmann Tom Kutsche. „Hoffentlich werden in Zukunft noch weitere Produkte folgen, denn das ist eine innovative Lösung, die noch weiter ausgebaut werden muss.“

OBST & GEMÜSE LÄNGER GENIEßEN UND WENIGER WEGWERFEN!

# APEEL

**MIT APEEL**

- ermöglicht natürlichen Reifeprozess
- unbedenklich
- pflanzliche Basis
- hält länger frisch
- reduziert Lebensmittelverschwendung
- geschmacks- & geruchsneutral
- gibt es hierzulande derzeit auf Avocados, Orangen & Mandarinen
- KEIN synthetisches Produkt
- schont natürliche Ressourcen & die Umwelt

**OHNE APEEL**

Die Apeelhülle besteht aus pflanzlichen Fetten, die in Schalen, Samen und im Fruchtfleisch aller Obst- und Gemüsesorten enthalten sind. Der Nutzen ist gleich zweifach: Aus noch mehr Freude am Genuss wird zugleich ein wichtiger Beitrag gegen Lebensmittelverschwendung. Ein brandaktuelles Thema: Denn Studien zufolge werden Jahr für Jahr in Deutschland mehr als zwölf Millionen Tonnen Lebensmittel entsorgt, mehr als die Hälfte davon in privaten Haushalten.



## Bratwürste: echt knackig und einfach zum Anbeißen

Ob grob oder fein, roh oder gebrüht, groß oder klein: Bei Bratwürsten gibt es durchaus große Unterschiede. Doch eines haben sie alle gemeinsam, eine Füllung aus Brät. Die Fleischmasse in der Pelle ist einfach der Liebling vieler Deutscher und die Auswahl im SB-Bereich der Märkte von Tom Kutsche ist enorm vielfältig. Bei uns finden Sie kein 08/15, sondern eine erlesene Auswahl feinsten Würstchen. Von feiner Bratwurst aus nachhaltiger Tierhaltung über eine Variante mit Wildfleisch oder regionale Klassiker von lokalen Herstellern bis hin zu etwas ausgefalleneren Bratwürsten wie der italienischen, pikant gewürzten Salsiccia und der mit Paprika und Knoblauch gewürzten Chorizo reicht die Genuss-Vielfalt. Hier eine kleine Auswahl aus unserem Sortiment ...



### glücksatt: kreative Würste von Schweinen aus Aktivstallhaltung

Vorbildliche Bedingungen für die Tiere und ein verantwortungsvoller Umgang entlang der gesamten Wertekette sind die Grundlage für die ausgezeichnete Qualität der Marke glücksatt und garantieren besten Geschmack. Hergestellt aus Fleisch von Schweinen aus Aktivstall-Haltung gibt es drei Sorten an kreativen Bratwürsten von glücksatt: einen würzigen Gyrosgriller, eine etwas schärfere Variante mit Bacon und Jalapenos sowie eine Grillwurst mit Tomate und Mozzarella.

### Selbst gemacht: südafrikanische Burenwurst mit Thymiannote

Das Rezept für die südafrikanische Burenwurst aus eigener Herstellung hat Metzgermeister Siegfried Jostwerth zusammen mit einem Kunden, einen Südafrikaner mit Weinhandel, der in Osnabrück lebte, vor einigen Jahren entwickelt. Die Wurst ist seitdem der absolute Renner an den Bedientheken. Sie besteht aus Rind- und Schweinefleisch und wird mit Knoblauch, Chili, Koriander, Thymian sowie Salz und Pfeffer verfeinert. Der südafrikanische Leckerbissen im Naturdarm ist 18 Zentimeter lang und von A bis Z Handarbeit, selbstverständlich ohne Geschmacksverstärker und Konservierungsstoffe. Die Burenwurst wird im Markt in Voxtrup produziert und ist in allen Märkten mit Bedientheke zur perfekten Grillzeit von Donnerstag bis Samstag im Sortiment. Ein echt exotischer Leckerbissen, den man mal probiert haben sollte!



## Kikok-Bratwurst vom Maishähnchen



Die Kikok-Bratwurst ist eine Wurst mit hohem Gourmetanspruch und überzeugt mit einem proteinreichen und genussvollen Geschmackserlebnis. Sie wird nach handwerklicher Tradition aus dem frischen Keulfleisch von Kikok-Hähnchen hergestellt, deren Futter zu 50 % aus Mais besteht. Das gibt ihrem Geschmack eine besondere Note. Die würzige und saftige Hähnchenbratwurst ist zart im Biss, feine Gewürze runden ihren Geschmack ab.



## Kinnius: Klassiker und Krakauer nach überlieferter Rezeptur



Die Meister-Wurst.

Von unserem regionalen Partner, der Fleischerei Kinnius, haben wir gleich vier Bratwurst-Varianten im Sortiment. Zwei klassische Arten von Bratwurst, einmal im Schäl- und einmal im Naturdarm – und das jeweils in verschiedenen Abpackungen. Darüber hinaus gibt es noch eine eher seltene Rindsbratwurst mit intensivem Aroma sowie mit der Krakauer eine pikante Spezialität nach überlieferter Rezeptur mit Pfeffer, Kümmel und viel frischem Knoblauch gewürzt.



## Rindsbratwurst Merguez-Art

Da steckt Feuer drin! Ursprünglich stammt die Bratwurst Merguez-Art aus Nordafrika – aus Maghreb, den Territorien von Tunesien, Algerien, Marokko und Westsahara. Kross gegrillt bringt diese Rindsbratwurst den feurig scharfen Geschmack dank einer pikanten und äußerst intensiven Würzung auf den Grill und wird zu einem echten Highlight! An der Bedienteke erhältlich.



## Sostmann's Feine Osnabrücker Bratwurst -das Original-



Die Feinkost-Fleischerei Sostmann aus Bramsche, die zu den wenigen Fleischereien gehört, die noch selber schlachten, stellt ihre Bratwürste nach alten, überlieferten Rezepten und traditionellen Verfahren in reiner Handarbeit her. Gleich eine ganze Reihe an Grill-Delikatessen unseres regionalen Partners haben wir im Sortiment: die Feine Osnabrücker Bratwurst -das Original-, Krakauer, Käsekrakauer, Käsegriller, Grillbratwürstl nach Nürnberger Art sowie eine herzhafte Lammbratwurst. Probieren lohnt sich!



## Käsegriller im Speckmantel von „Philipp Büning“



Philipp Büning, Jahrgang 1985, ist Metzgermeister aus Tradition – sein Motto "Der vom Rinde versteht" ist nicht nur ein lustiger Werbespruch, sondern ein Qualitätsversprechen. Im April dieses Jahres fusionierte seine Fleischerei mit der Traditionsfleischerei „Mandel“ in Osnabrück und übernahm die drei Filialen in der Stadt. Aus diesem Hause haben wir eine ganz besondere Kreation im Sortiment: einen Käsegriller aus Schweinefleisch mit einem würzigen Mantel aus feinem Speck – ein Muss für jeden Grillliebhaber!



## Giersch: regionale Bratwürste aus Westerkappeln

Die Tradition des Fleischerhandwerks wird in dem Familienunternehmen Giersch aus Westerkappeln bereits über viele Generationen weitergegeben. Das Ergebnis davon sind leckere Bratwürste aus hochwertigem Fleisch ausgesuchter Lieferanten direkt aus der Region. Einige Sorten von Bratwürsten haben wir bei uns im Sortiment: zum Beispiel die klassische Bratwurst im Naturdarm sowie den „Norddeutschen Rauchzipfel“, sehr würzig im Geschmack und mit einer feinen Rauchnote.





**Roja Gepp**

**Alex Gepp**

Das Herz der Saucenmacher von Gepp's schlägt für einzigartige Kreationen, die das i-Tüpfelchen für jedes Gericht sind. Köstliche BBQ- und Grillsaucen, die aus Gutem das Besondere machen. Die Saucenmacher, das sind Roja und Alexander Gepp. Gepp's wurde 2012 gegründet, mit der ganz unbescheidenen Vision, ihre Liebe zu gutem Essen und hausgemachten Saucenspezialitäten mit anderen zu teilen. Der Herzenswunsch der beiden: auch im Alltag jedem Gericht eine ganz besondere Note zu verleihen. In unseren Märkten gibt gleich sieben verschiedene Saucen mit unterschiedlichen Geschmacksrichtungen.

Dafür verwenden die Saucenmacher von Gepp's frische, sorgsam ausgewählte Zutaten und bestes Handwerk für herzhaft-pikante oder auch süße Helfer zum Verfeinern von Fleisch, Fisch und Gemüse, Pasta und Salaten. Alles in ausgewählten Partnermanufakturen traditionell und nach unseren eigenen Rezepturen hergestellt und abgefüllt. Das Geheimnis von Gepp's liegt in der gekonnten Kombination außergewöhnlicher Zutaten und im Verzicht auf Geschmacksverstärker sowie Zusatzstoffe. Mit Know-how und Experimentierfreude, manchmal mit einer Prise Humor, aber in jedem Fall mit Leidenschaft entwickeln Roja und Alexander Gepp Saucenvergreens der Küche weiter, schaffen neue Klassiker oder sprengen einfach mal die Grenzen des Bekannten. Ehrlichkeit, Herzblut und Qualität stecken in jeder Saucenreaktion – und das schmeckt man.



## Perfekt zum Grillen: leckere Saucenkreationen von

**DIE SAUCENMACHER**

### GEPP'S CHILI-KNOBLAUCH-SAUCE

Würzig-scharf ist der Kundenliebling Nummer eins: die Knoblauch-Chili-Sauce mit roten Chilischoten und frischem Knoblauch macht sich nicht nur perfekt als Grillsauce zu Fleisch und Fisch, sondern ist auch wunderbar zum Marinieren von Scampis und als raffinierter Dip zu Fischfilets und Rindersteaks geeignet.

### GEPP'S ORANGE-ROSMARIN-SAUCE

Eine tolle Kombination aus fruchtiger Orange und würzigem Rosmarin. Abgerundet mit Honig ist diese Sauce perfekt für helles Fleisch. Auch als Marinade geeignet, besonders zu Geflügel oder Schweinefleisch. Auch zu gegrilltem Gemüse eine tolle Ergänzung.

### GEPP'S INGWER-WASABI-SAUCE

Frische Schärfe aus Wasabi und Ingwer für alle

Fans der asiatischen Küche. Die Kombination aus dem scharfen japanischen Rettich und der frischen Ingwerwurzel ist intensiv aromatisch und passt gut zu Sushi, asiatischen Gerichten, aber auch zu Huhn und Fisch oder Fleisch.

### GEPP'S BBQ-SAUCE

Der amerikanische Klassiker in Bestform. Rauchig-würzig mit leichter Süße ist die BBQ-Sauce das Must-have beim Grillen. Zu Spareribs, Pulled Pork und Burgern. Zu allem, was sich auf dem Grill wohlfühlt. Auch gegrilltes Gemüse freut sich über einen Schuss BBQ-Sauce oder Sandwiches mit geräuchertem Tofu.

### GEPP'S SESAMSAUCE

Wer das nussig feine Aroma von Sesam liebt, wird von dieser Sauce nicht genug bekommen. Gerösteter Sesam hat ein besonders intensives Aroma

und passt zu Falafeln und Bowls, aber auch zu Fleisch und Fisch. Klassisch auch zu asiatischen Gerichten aus dem Wok.

### GEPP'S ZITRONENGRAS-CURRY-SAUCE

In dieser Sauce steckt eine wahre Aromenvielfalt: die Frische von Zitronengras mit dem würzig wärmenden Curry, abgerundet mit der Süße von Kokosraspeln. Perfekt zu asiatischen Gerichten aus dem Wok, zu Gemüse mit Reis oder hellem Fleisch.

### GEPP'S SENF-KRÄUTER-SAUCE

Superwürzig und kräuterig ist diese Sauce vielseitig verwendbar zu Fisch, Gegrilltem und Kartoffeln. Auf Senfbasis entsteht eine cremige Sauce mit ausgesuchten Gewürzen wie Dill, Knoblauch, Kreuzkümmel und Kardamom.





# Genusstipps für Ihre Grillparty



## BBQ-Sauce

### Zutaten: (4 Portionen)

- 200 g Bacon • 400 g Zwiebel
- 400 g passierte Tomaten
- 100 ml Sojasauce • 20 g Speisestärke
- 10 g Sambal Oelek • 30 g Rauchsatz
- 100 g Puderzucker
- 150 g Rohrohrzucker • 100 ml Cola

### Zubereitung:

1. Eine gusseiserne Pfanne auf den Grill stellen. Den Bacon und die Zwiebeln in kleine Würfel schneiden. Den Bacon in die Pfanne geben und bei geschlossenem Deckel knusprig anbraten. Danach die Zwiebeln hinzugeben und farblos in der Pfanne anschwitzen.
2. Wenn die Zwiebeln weich sind, beides zusammen grob pürieren. Die restlichen Zutaten zusammen vermengen und mit dem Bacon-Zwiebel-Gemisch mischen.
3. Alles zusammen für 25 Minuten in der Pfanne einkochen. Servieren.

## Lavendel-Beeren-Shrub

### Zutaten: (8 Portionen)

- 20 Stiele Lavendel • 200 g Zucker
- 240 ml Apfelessig • 100 g Himbeeren
- 100 g Brombeeren • Eiswürfel
- Mineralwasser classic

### Zubereitung:

Lavendel, Zucker und Essig in einen Topf geben. Aufkochen und 5 Minuten köcheln lassen. Den Sirup komplett abkühlen lassen. Anschließend den Lavendel entfernen. Beeren waschen und in Gläser verteilen. Mit einem Stößel oder einer Gabel zerdrücken. Eiswürfel in gewünschter Menge zugeben und mit Sirup und Wasser auffüllen. Nach Belieben mit Lavendel garnieren und servieren.



## Switchel

### Zutaten: (4 Portionen)

- 80 g Ingwer • 240 ml Apfelessig
- 150 g Honig • Eiswürfel
- Mineralwasser classic

### Zubereitung:

1. Ingwer in Scheiben schneiden. Ingwer zusammen mit dem Apfelessig und Honig in einen Topf geben, aufkochen und etwa 5 Minuten köcheln lassen.
2. Den Sirup komplett abkühlen lassen. Eiswürfel in Gläser verteilen, Sirup und Mineralwasser zugeben und servieren.







# Erfrischende Fassbrausen aus dem Vielanker Brauhaus



Gerade an heißen Sommertagen sehnen wir uns oftmals nach einer richtigen Erfrischung – allein ein kühles Glas Wasser reicht vielen Durstigen da nicht aus, es fehlt der Geschmack. Aber zu süß soll es auch nicht sein, und alkoholhaltige Getränke müssen es auch nicht immer sein. Gemälzte und gegorene Fassbrause ist da seit mehr als 100 Jahren ein Berliner Klassiker und eine erfrischende Alternative. In den Märkten von Tom Kutsche finden Kunden eine ganze Reihe an Fassbrausen mit verschiedenen Geschmacksrichtungen – handwerklich hergestellt und neu interpretiert vom Vielanker Brauhaus, das Elbe-Biosphären-Reservat in Mecklenburg-Vorpommern, in der Nähe von Dömitz liegt.

Das Gasthaus ist wohl eines der ältesten Gebäude des Dorfes Vielank. Durch seine direkte Lage im Ortskern an der Durchfahrtsstraße war es bereits im Mittelalter von Einheimischen und Händlern stark frequentiert. Der aus Vielank stammende Kai Hagen erwarb das Gasthaus 2001, um es als Brauhaus um-

zubauen. Heute ist das Vielanker Brauhaus ein beliebtes Ziel vieler Ausflügler. Neben der Brauerei verfügt das Gasthaus über mittlerweile 36 Hotelzimmer im Landhausstil, einem Brauereigewölbe und einen Biergarten. In der Brauerei werden zehn Bierspezialitäten, zehn Sorten Fassbrause, Cola und Cider hergestellt. Die Brennerei des Vielanker Brauhauses kreiert Spezialitäten wie den überregional bekannten Single Malt Whisky „AurOx“ sowie Liköre und Brände.

Doch wie kam es zu dieser Vielfalt im Hause Vielanker? Angefangen mit einer Biersorte, dem Vielanker Dunkel, das im Jahre 2002 noch im kleinen Sudhaus gebraut und im Gastraum ausgeschenkt wurde, ist das Getränkesortiment kontinuierlich gewachsen. Noch vor der Eröffnung der Gaststätte kamen ortsansässige Bewohner und Nachbarn, um sich das Bier teilweise in Milchkrügen abzufüllen und mit nach Hause zu nehmen. Um dieser wachsenden Nachfrage gerecht zu werden, wurden die Kapazitäten erweitert und das Bier in Flaschen

abgefüllt – die Etikettierung erfolgte zu dem Zeitpunkt noch per Hand. Im Jahr 2006 wurde das große Sudhaus gebaut, welches mit 2000 Litern viermal so groß ist wie das bestehende im Gasthaus. Im Anschluss wurde in eine Abfüllanlage investiert, die 2009 komplett modernisiert wurde, da nun auch Erfrischungsgetränke ins Sortiment genommen wurden.

Im Jahr 2013, nachdem Andreas Hüttmann, Rüdiger Thieke und Volker Bornkessel den Betrieb übernahmen und das Vielanker Brauhaus gründeten, ist die Produktionsstrecke erweitert worden und die dringend benötigte Lagerhalle mit ca. 1200 m<sup>2</sup> entstanden. Heute, nach vielen Investitionen und Neuerungen, zeichnet sich das Vielanker Brauhaus durch die handgemachten Produkte, die bio-zertifizierte Auerochsenherde, die überregional bekannte und geschätzte Küche, den Service mit dem Mecklenburger Charme sowie durch die Brauseminar- und -führungen und das begehrte, hochwertige Whiskytasting mit Menü im Gewölbekeller aus.







### Johannisbeere

Ob rot, schwarz oder weiß, Johannisbeeren gehören zu den vielseitigsten Sommerfrüchten. Mit der Vielanker Fassbrause Johannisbeere genießen Sie das ganze Jahr über den köstlichen Beeren- geschmack. Angenehm sauer, spritzig und frisch zugleich!

### Original

Die gemälzte und gegorene Fassbrause ist eine köstliche Alternative zu Bier. Die Interpretation von Vielanker besticht durch ihren frischen Geschmack nach Äpfeln und Zitronen – einfach wunderbar.

### Blaubeere

Eine spritzig-fruchtige Erfrischung. Die gemälzte und gegorene Fassbrause überzeugt durch einen intensiven und vollfruchtigen Geschmack nach reifen Blaubeeren. Köstlich, fruchtig und erfrischend.

### Zitrone

Ein Klassiker unter den Erfrischungsgetränken! Mit dem Geschmack von frischem Zitronensaft liegt man immer richtig. Natürliche Zutaten bester Qualität bestimmen den Geschmack. Das Verhältnis zwischen Säure und leichter Süße ist sehr ausgewogen.

### Erdbeere

Herrlich fruchtig und besonders an heißen Sommertagen ein echter Frischegenuss. Die Vielanker Fassbrause Erdbeere schmeckt intensiv und angenehm süß nach reifen Erdbeeren, ohne es an Süße zu übertreiben.

### Holunder

Nicht umsonst ist Holunder mittlerweile so beliebt in Deutschland. Und dass man daraus auch ganz vorzügliche Limonade machen kann, beweist Vielanker. Intensiv aromatische und leicht säuerliche Holunderblüten in einem guten Verhältnis mit Zucker machen diese Limo zu einer fruchtig-säuerlichen Erfrischung.

### Himbeere

Besonders an schönen Sommertagen sind leckere Himbeeren ein wahrer Hochgenuss. Dieses Gefühl hat Vielanker mit seiner Fassbrause in die Flasche gebracht. Schmeckt wunderbar frisch und angenehm fruchtig-süß. Die ideale Alternative zu Limonade

### Sanddorn

Der heimische Sanddorn wächst nur in weitgehend unberührter Natur, vor allem an der Ostsee. Rein natürliche Zutaten und reife, säuerlich-fruchtige Sanddorn-Beeren machen diese Limonade zu einem erfrischenden und köstlichen Erlebnis.

### Cola

Eines der bestens gehüteten Geheimnisse weltweit, von Vielanker köstlich interpretiert! Nicht zu süß, sehr aromatisch und wunderbar erfrischend. Vielleicht finden Sie ja hier Ihre neue Lieblings-Cola.





# Mit Abstand der schnellste Weg: Fleisch und Wurst kontaktlos am Frische-Terminal bestellen

„Jetzt stellen Sie sich mal nicht an“: Unter diesem augenzwinkernden Motto hat Kaufmann Tom Kutsche in seinem Markt in Voxtrup an der Meller Landstraße ein neues Bestellterminal für Fleisch und Wurstwaren in Betrieb genommen. Das Prinzip funktioniert so: Die gewünschte Ware kontaktlos am Terminal bestellen, weiter einkaufen und die Bestellung nach 10 Minuten an der Abholstation abholen. Das spart Zeit und Schlange stehen gehört damit der Vergangenheit an! Probieren Sie das Terminal gerne mal aus, Sie werden begeistert sein, wie einfach das Bestellen damit ist!

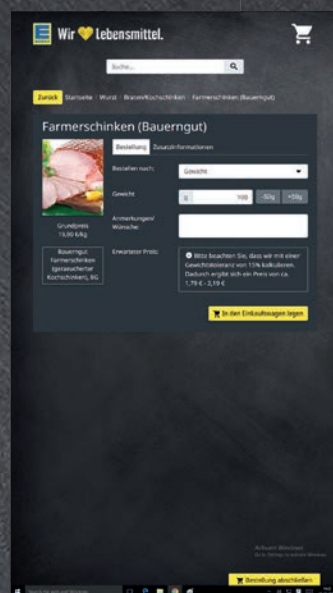


**1.**  
Kategorie  
auswählen



Ob Braten, Aufschnitt, Grillgut oder frische, hausgemachte Salate, Sie haben die Wahl.

**3.**  
Wünsche  
festlegen



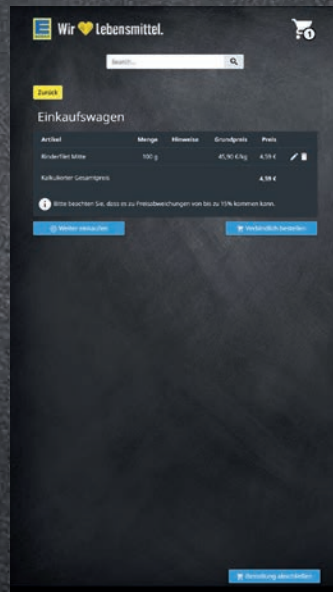
Bestimmen Sie Ihre Wunschmenge sowie die Schnittstärke der Scheiben.

**2.**  
Produkt  
wählen



Entdecken Sie die feine Vielfalt. Hier gibt es alles, was Sie wünschen.

**4.**  
verbindlich  
bestellen



Ihr Auftrag wird bearbeitet und Ihr Einkauf in Kürze an der Abholstation bereitgestellt.



# Was Sie schon immer wissen wollten – Kunden fragen, Kutsche antwortet!

Die aktuelle Frage lautet:

## Warum trinken Sportler alkoholfreies Weizenbier?

**Bernhard Campen-Schenk aus dem Markt an der Waterloostraße**

Sportler, die unter starker Belastung stehen, trinken alkoholfreies Weizenbier, weil das Getränk isotonisch wirkt. Das bedeutet, dass alkoholfreies Bier den beim Sport entstandenen Flüssigkeits- und Mineralstoffverlust ausgleichen kann. Der im alkoholfreien Bier enthaltene Zucker Maltodextrin sorgt außerdem dafür, dass die durch die körperliche Belastung geleerten Glykogenspeicher wieder aufgefüllt werden.

Als isotonisch bezeichnet man solche Getränke, deren Verhältnis von Flüssigkeit und Nährstoffen dem des menschlichen Bluts entspricht. Dadurch können die in diesen Getränken enthaltenen Stoffe besonders schnell durch den Organismus aufgenommen und verwertet werden. Zu den isotonischen Getränken zählen nicht nur bestimmte Sorten von alkoholfreiem Bier, sondern auch Apfelsaftchorle im Mischverhältnis von einem Drittel Saft und zwei Dritteln natriumreichem Mineralwasser. Explizit isotonisch ausgeschrieben Sportgetränke, die den Mineralstoffverlust ausgleichen sollen, sind für Hobbysportler nicht wirklich notwendig, aber auch nicht schädlich.

Nach einer normalen Trainingseinheit im Freizeitsport ist ein isotonisches Getränk selbst dann nicht nötig, wenn man dabei beträchtlich ins Schwitzen gekommen ist. Hier reicht auch einfaches Mineralwasser. Für Marathonläufer und andere Hochleistungssportler sind alkoholfreies Bier oder Apfelschorle jedoch nicht nur ein Mittel, um den Mineralhaushalt wieder aufzufüllen: Sie liefern gleichzeitig Kohlenhydrate, damit der Körper weiter Leistung erbringen kann. Aufgrund des Kohlensäuregehalts sollten beide Getränke erst nach dem Training eingenommen werden.

Manche Sportler trinken alkoholfreies Weizenbier außerdem, um ihren Körper vor Schäden durch Stressbelastung zu schützen. Dazu gehören zum Beispiel Infekte und andere Entzündungsprozesse. Alkoholfreies Weizenbier soll sich nämlich positiv auf den Organismus von Sportlern auswirken, da es Polyphenole enthält. Dabei handelt es sich um sekundäre Pflanzenstoffe, die freie Radikale abfangen, die unter Stressbedingungen im Körper entstehen und die Zellen schädigen sollen.

Kinder und trockene Alkoholiker sollten hingegen grundsätzlich kein alkoholfreies Bier zu sich nehmen. Auch wenn der Restalkoholgehalt vernachlässigbar ist, ähnelt das Bier dem echten doch so sehr, dass die Hemmschwelle zum tatsächlichen Alkoholkonsum schnell herabgesetzt werden kann.





# Genussempfehlungen



## Wein des Monats

### Bio 12 e mezzo Bianco Puglia

Erzeuger:	Varvaglione
Anbaubiet:	Apulien, Italien
Art:	Weißwein
Rebsorten:	Malvasia, Chardonnay
Charakter:	trocken
Beschreibung:	Ein Biowein mit strohgelber Farbe und grünlichen Reflexen im Glas. In der Nase trägt er ein elegant-aromatisches Bukett, das an florale Mimose sowie Frucht- und Zitrusaromen erinnert. Ausbalancierte Säure am Gaumen sorgt für wunderbare Frische und einen langen Nachhall.
Speiseempfehlung:	Passt zu Sushi, Schalentieren und Salat.
Trinktemperatur:	6 bis 8°C
Alkohol:	12,5 %

## Käse des Monats



## ETORKI – Schafskäse aus den französischen Pyrenäen

Etorki (steht im Baskischen für Herkunft) ist ein Schnittkäse aus pasteurisierter Schafsmilch (54% Fett i.Tr.) aus dem Baskenland in den französischen Pyrenäen. Der bekannteste Schafskäse der Region kann auf eine lange Tradition zurückblicken. Bereits seit über 4000 Jahren wird dort traditionell Käse aus Schafsmilch hergestellt. Für die Herstellung dieser Käsespezialität wird ausschließlich die Milch von den einheimischen Manech-Schafen benutzt, die in dem Gebirgszug seit mehr als zwei Jahrtausenden beheimatet sind. Das Besondere: Die Tiere geben beim Melken nur sehr wenig, dafür aber sehr gehaltvolle Milch ab. Man benötigt ungefähr 20 Schafe, um die gleiche Menge Milch zu melken wie von einer einzigen Kuh.

Der Etorki ist den traditionellen Schafskäsen aus der Region sehr ähnlich, ist aber milder und mit einer kompakteren Struktur. Ein gereifter Etorkikilaib hat eine zylindrische Form von etwa 25 cm Durchmesser und 11 cm Höhe. Der Käse hat eine natürliche, trockene und gelblich-braune bis ockerfarbene Rinde. Der Teig ist fest und hat eine cremige Textur. Etorki hat eine milde Würze und erinnert im Geschmack an süßes Karamell. In Frankreich wird die baskische Delikatesse sehr gerne mit einer kleinen Schicht Marmelade darauf genossen. Er eignet sich auch gut zu Obst wie Äpfeln oder Birnen, ebenso zu Oliven, rohem Gemüse oder in Salaten. Der Etorki kommt auch gut in Quiches und Tartes oder beim Raclette zur Geltung.







## Sternenschnuppenmonat: Das Funkeln am Himmel beginnt

Habt ihr nachts schon mal eine Sternenschnuppe gesehen und euch was gewünscht? Im August solltet ihr gleich eine ganze Liste griffbereit haben, dann blitzen sie nämlich in Scharen über den Nachthimmel. Ganz besonders viele sind in den Nächten um den 12. August zu beobachten. Dann leuchtet jede Minute eines der Himmelslichter auf.

Die vielen Sternenschnuppen entstehen, da ein kleiner Komet namens „Swift-Tuttle“ jedes Jahr um diese Zeit an der Erde vorbeikommt. Da er sehr schnell unterwegs ist, verliert er zwischendurch Eisbrocken und Staubteilchen, die er wie einen langen Schweif mit sich zieht. Berührt dieser Kometenstaub die Erdatmosphäre, verglühen die Partikel. Je nach Größe sehen wir nur ein kurzes Aufblitzen aus dem Augenwinkel oder bei den fußballgroßen Brocken ein mehrere Sekunden lang leuchtende Bahn.

Der Sternenschnuppenregen trägt den Namen Perseiden, da die Leuchtspuren aus der Richtung eines Sternbilds zu kommen scheinen, das nach dem griechischen Helden Perseus benannt wurde. Verfolgt eine Schnuppe im August eine andere Bahn, dann gehört sie nicht zu den Perseiden. Sie bringt euch dann extra viel Glück, da sie sehr selten ist.

Am besten lässt sich der Perseidenschauer beobachten, wenn der Mond gerade nicht scheint. Daher ist dieses Jahr die ideale Zeit direkt in der Stunde nach der Abenddämmerung, bevor der Halbmond aufgeht. Wolken können die Leuchtschauer verdecken, die Lichter der Stadt stören aber nicht. Im Gegensatz zum schwachen Licht der Sterne sind Sternenschnuppen sehr hell. Von einem dunklen Ort ohne Straßenlaternen, zum Beispiel einem Park, könnt ihr ihre auffällig schnellen Bewegungen gut sehen.

*Wir wünschen euch viel Spaß beim Sternebeobachten!*





# Veranstaltungstipps

## Bodo Wartke „Wandelmut“

Bodo Wartke stellt sein neues Klavierkabarett-Programm vor. Seit über 20 Jahren steht der Wortakrobat auf der Bühne und schafft es immer noch und immer wieder zu überraschen. Der Künstler, der sich einen Reim auf alle Ungereimtheiten des Lebens macht, berührt mit seinen vertonten Geschichten und lässt auch ernste Töne nicht aus. In gewohnter Manier bringt er sein Publikum zum Lachen, zum Nach- und Weiterdenken. Poetisch, politisch, persönlich, prägnant!

- Veranstaltungsort: Osnabrückhalle
- Preis: ab 32,20 Euro
- Wann: Freitag, 4. September, 20 Uhr



© Sebastian Niehoff



THEATER  
OSNABRÜCK

## Die neue Spielzeit am Theater Osnabrück

Die Spielzeit 2020/21 am Theater Osnabrück beginnt Ende August mit einem abwechslungsreichen Programm: Aufgrund der Abstandsregelungen wird das emma-theater vorerst nicht bespielt werden – stattdessen dient es als Studio für digitales Theater. Im digitalen Programm wird es z. B. die Uraufführung „**Tödliche Entscheidung**“ (ab 19. September 2020) als interaktive Web-Serie geben, bei der die Zuschauer den weiteren Verlauf der Geschichte mitentscheiden. Das Programm im Schauspiel bleibt politisch und spricht mit Erich Maria Remarques „**Die Nacht von Lissabon**“ (ab 28. September 2020) und der Komödie „**Willkommen**“ (ab 24. Oktober 2020) aus zwei Perspektiven das Thema Flüchtlinge an. Rebekka Kricheldorf's „**Das Waldhaus**“ (ab 6. Februar 2021) thematisiert Verschwörungstheorien und das Gewinnerstück des Osnabrücker Dramatikerpreises 2019, „**Verbindungsfehler**“ (16. Mai 2021) von Julian Mahid Carly-Hossain, ist als letzte Premiere im Schauspiel zu erleben, nach vielen weiteren Premieren.

Die erste Premiere der Dance Company Theater Osnabrück befasst sich mit Verhaltensregeln: Abstand halten, nichts berühren! Dabei geht es allerdings um einen Museumsbesuch, denn Choreograf Mauro de Candia spielt in der Uraufführung „**Kunstraub**“ (ab 10. Oktober 2020) mit den Verhaltensregeln in einer Kunstsammlung. Im Musiktheater kehrt die erste Boygroup der Welt als Wiederaufnahme zurück: Mit „**Die Comedian Harmonists – jetzt oder nie**“ (ab 12. September 2020) wird die Geschichte der erfolgreichen Gruppe nach ihrer durch den Nationalsozialismus bedingten Trennung 1935 weitererzählt. Dramatik pur verspricht die erste Premiere im Musiktheater: In Henry Purcells englischer Oper „**Dido and Aeneas**“ (26. September 2020) treffen die verwitwete Königin Dido und der trojanische Herrscher Aeneas aufeinander und verlieben sich – doch böse Mächte stehen der Verbindung entgegen. Die Operette „**Die schöne Galathee**“ (28. November 2020) und Leonard Bernsteins Musical „**Trouble in Tahiti**“ (ab 23. Januar 2021) stehen im Musiktheater ebenso auf dem Programm wie Richard Wagners „**Die Meistersinger von Nürnberg**“ (ab 13. März 2021) und die spartenübergreifende Inszenierung von Mozarts „**Requiem**“ (ab 24. April 2021). Im Konzertprogramm warten neben den Sinfonie-, Kammer- und Schlosskonzerten auch Kinder- und Familienkonzerte auf die Zuschauer. Alle Infos zur Spielzeit 2020/21 unter [www.theater-osnabrueck.de](http://www.theater-osnabrueck.de).



© Kerstin Schönburg



© Jörg Landsberg



# Liebelotte: Handwerkskunst und Genuss pur



Unsere Liebelotte im Eingangsbereich des Marktes ist viel mehr als nur ein einfaches Café – es ist ein Ort zum Entspannen und für puren Genuss. Selbstverständlich bieten wir unseren Gästen neben täglich frischen Brot- und Backwaren in bewährter Qualität von Schäfer's auch allerhand biologische und vegane Leckerbissen vom Knuf Bäcker aus dem Emsland – seit Neuestem auch sonntags von 8 bis 17 Uhr. Abgerundet wird das Ganze durch Kuchen und Tortenköstlichkeiten, die von unseren krea-

tiven Konditorinnen in gläserner Produktion mit Liebe vor Ort hergestellt werden. Genießen Sie in gemütlicher, moderner Atmosphäre unsere vielfältigen Frühstücksideen, eine abwechslungsreiche Speisekarte mit täglich wechselndem Mittagstisch, Burger und Co. sowie unsere aromatischen Kaffeespezialitäten der Rösterei Imping. Lassen Sie sich von uns verführen und nehmen Sie sich einen Moment Zeit zum Genießen – in der Liebelotte bieten wir Ihnen alles, was Sie dafür brauchen.



## SCHNITZELZEIT

Jeden Donnerstag von 18 bis 21 Uhr

- versch. Gerichte vom Schwein und Hähnchen
- wahlweise All-you-can-eat
- Starttermin ist der 13. August.

## SAVE THE DATE

**Wein und Genuss mit Fisch**

Wann: 25. September um 19 Uhr

**Wein-ganz-Wild**

Wann: 23. Oktober um 19 Uhr

Karten erhalten Sie am Tresen der Liebelotte oder bei uns im Markt.

*Liebelotte*  
café.grill.brot





**Garantiert einen Abstecher wert!**

## F(r)isch, frischer: Cord & Kutsches Fischinsel

Frische Fische frisch erleben: Auf einem riesigen Meer aus funkelnden Eiswürfeln dekoriert unser Thekenteam liebevoll seine fangfrischen Meeresspezialitäten und verankert sie immer wieder abwechslungsreich aufs Neue im Sortiment. Fischliebhaber gehen mit uns auf eine Genussreise durch verschiedene Gewässer: von Seelachs und Seeteufel über Krabben und Tintenfisch bis hin zu Muscheln und Co. aus allen sieben Weltmeeren, frische wie geräucherte Forellen aus dem heimischen Nettetal und traditionell hergestellte Spezialitäten-salate der Fischmanufaktur Gosch von der Nordsee warten auf unsere Gäste. Doch wir verkaufen nicht nur Fisch, sondern halten unseren handwerklichen Kurs und zaubern gerade jetzt in der Grillsaison viele hauseigene Geschmackserlebnisse wie süß-pikante Gar-

nelen am Spieß mit Honig- Senf-Marinade , sommerliche Garnelen am Spieß mit Mozzarella, fruchtige Scampi am Spieß mit Orangen-Basilikum-Pesto und pikante Gambas am Spieß treffen Chorizo. Auch unsere geräucherten Fische aus der eigenen Räucherei sind ein wahrer Gaumenschmaus. Von unserer Fischtheke aus geht eine maritime Welle durch Lotte – garantiert einen Abstecher wert!



### IMPRESSUM Auflage: 45 000 Exemplare

Herausgeber (v. i. S. d. P.): Kutsche Gruppe  
Bergstr. 11 • 49152 Bad Essen  
Tel.: (054 72) 981 97 05  
Fax: (054 72) 981 97 06

Objektleitung und Druck:  
ProExakt GmbH  
Bahnhofstraße 17 • 38170 Schöppenstedt  
Tel.: (053 32) 96 86-54  
Fax: (053 32) 96 86-58  
E-Mail: info@proexakt.de  
www.proexakt.de

Redaktionsleitung: Kai Knoche  
Tel.: (053 32) 96 86-40  
E-Mail: k.knoche@proexakt.de

Gestaltung und Anzeigensatz:  
Wiebke Fichtner/Sabrina Bergmann  
Tel.: (053 32) 96 86-57  
E-Mail: w.fichtner@proexakt.de

Das geistige Eigentum in Wort, Bild, Idee und Design liegt, soweit nicht anders angegeben, bei der ProExakt GmbH. Alle gestalteten Anzeigen sind ebenfalls urheberrechtlich geschützt. Nutzung und Nachdruck sind nur mit schriftlicher Genehmigung der ProExakt GmbH gestattet. Angaben zu Terminen etc. sind ohne Gewähr.

Bei dem Projekt Marktzeitung mit einer Gesamtauflage von über 6 Millionen Exemplaren handelt es sich um ein marktbezogenes individuelles Printprodukt für selbstständige EDEKA-Kaufleute.