

# Heimattleben

MENSCHEN. GESCHICHTEN. REZEPTE.

**GRATIS**  
FÜR SIE ZUM  
MITNEHMEN



## REGIONAL & LECKER

Saftiges Strohbullenfleisch  
aus Delbrück-Boke

## 170 JAHRE LÜNING

Mitarbeiter feiern  
großes Sommerfest

## EIN VOLLER ERFOLG

Die sb LÜNING  
Brot Dosenaktion

Handeln mit LEIDENSCHAFT.



SOOOO GUT SCHMECKT  
UNSERE HEIMAT

HEIMAT



## KNACKIG FRISCHE GURKEN

VON MEYER ZU BENTRUP AUS BIELEFELD-QUELLE



ERHÄLTlich IM



## FRISCHER BAUERN Salat

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- |                                   |                          |
|-----------------------------------|--------------------------|
| <b>FÜR DEN Salat:</b>             | <b>FÜR DAS Dressing:</b> |
| 1 rote Zwiebel                    | 2 EL Olivenöl            |
| 350 g Tomaten                     | 2 EL Balsamicoessig      |
| ½ Salatgurke                      | Salz & Pfeffer           |
| 150 g Feta                        | 1 Spritzer Honig         |
| 100 g schwarze, entsteinte Oliven |                          |
| 1 Handvoll Petersilie             |                          |

**ZUBEREITUNG:**

Die Zwiebel in schlanke Ringe schneiden. Die Tomaten waschen und vierteln. Die Gurke schälen und würfeln. Den Feta würfeln. Alles in einer Schüssel vermengen. Dann die Petersilie fein hacken und über den Salat geben.

Für das Dressing die Zutaten in einer kleinen Schüssel verrühren und über den Salat geben.



## SAFTIGE TOMATEN

VON RODENBRÖKER AUS DEM PADERBORNER LAND

## LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

Sommer, Sonne, Urlaubszeit! Zeit, um sich einfach mal zurückzulehnen und die Seele baumeln zu lassen.

Der Sommer zeigt sich von seiner schönsten Seite und viele genießen das gute Wetter im Freien. Bestes Wetter hatten wir auch bei unserer Mitarbeiter-Sommerparty anlässlich des 170-jährigen LÜNING Jubiläums, von dem wir Ihnen in dieser Ausgabe berichten. Bei kühlen Getränken und diversen Köstlichkeiten wurde bis in die Nacht gefeiert. Ein echtes Highlight war dabei der Auftritt von Schlagerstar Anna-Maria Zimmermann.

Im großen Jubiläumsinterview berichte ich über die wichtigsten Erfolge von LÜNING, die Stärken unseres Familienunternehmens und was es für mich bedeutet, dieses zu führen und weiterzuentwickeln.

Zudem zeigen wir Ihnen, was der Sommer kulinarisch zu bieten hat. Auf den Seiten 34-35 verraten wir Ihnen alles über die bunte Vielfalt der Tomaten. Diese schmecken auch hervorragend auf selbstgemachten Burgern. Hierzu finden Sie ebenfalls leckere Rezepte im Heft.

Für die Schüler enden in Kürze die Sommerferien. Alles, was man für einen erfolgreichen Schulstart benötigt, finden Sie bei uns im Nonfood-Sortiment. Passend dazu veranstaltet unsere sb LÜNING-Sparte bereits seit über 15 Jahren die sb LÜNING Brotdosenaktion für die angehenden Erstklässler, um sie beim Start in die spannende Schulzeit zu unterstützen.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Blättern und Lesen in unserer neuen Ausgabe des Heimatlebens und eine schöne Sommerzeit!

Beste Grüße

*Philipp Rieländer*

Philipp Rieländer



## INHALT

### AUS DEN MÄRKTEN

- 04** Bienenhotel E center Hövelhof
- 05** sb LÜNING Brotdosenaktion
- 06** Cocoa For Future: Nachhaltiger Kakaoanbau mit EDEKA

### AUS DEM UNTERNEHMEN

- 09** Hausmesse 2023
- 10** Interview mit Philipp Rieländer - 170 Jahre LÜNING
- 12** LÜNING Mitarbeiter-Sommerparty
- 14** Was ist Leidenschaft?
- 16** Vorstellung der ESAS Group
- 19** Reinhard Beringmeier - 45 Jahre LÜNING

### AUS ALLER WELT

- 20** Wo kommst du denn wech?

### AUS DER HEIMAT

- 24** Strohbullefleisch vom Hof Pahlmeier aus Delbrück-Boke

### AUS DER KÜCHE

- 28** It's Burgertime! Burger, Pommes & mehr
- 32** Bunte Tomatenvielfalt

### AUS DEM LEBEN

- 34** Einfach nachgemacht
- 36** Entdeckt - Neu im Regal!



12

LÜNING-TEAM FEIERT 170 JAHRE



28

LECKERE BURGER, POMMES & MEHR

**IMPRESSUM**  
Herausgeber Max LÜNING GmbH & Co. KG, Westerwieher Straße 33, 33397 Rietberg, Telefon: 05244-705-0, E-Mail: info@luening.de, Verantwortlich für den Inhalt: Marco Grunwald. Umsetzung: LÜNING Werbung, Albert Ellermeier GmbH & Co. KG, Redaktion: Sarah Fraune. Grafikdesign: Lea-Sophie Frische. Bildnachweise: LÜNING Werbung, Adobe Stock, Shutterstock, Edeka.de, folia, Frank Peterschröder, Jonathan Fafengut, Dennis Daletzki, Julius Uelschen

# 3.421 Überraschungs- brotdosen

spenden sb LÜNING Kaufhäuser zum Schulstart



## Nachhaltigkeits- projekt:

### Schulkinder der Kirchscheule befüllen BIENENHOTEL auf dem Parkplatz des EDEKA centers Hövelhof

Der Parkplatz des EDEKA centers Hövelhof ist nun um eine Attraktion reicher und bietet Wildbienen den perfekten Unterschlupf. In Kooperation mit dem Hövelhofer Verein „Helden e. V.“ und zwei Klassen der Kirchscheule Hövelhof wurde das Bienenhotel bezugsfertig gemacht.

Wie und wo Bienen eigentlich leben und wie Honig entsteht, konnten die Schüler der Klassen 2a und 3d während des Unterrichts ihrer Lehrerinnen Frau Marinho, Frau Golla und Frau Storm erfahren. So wurden sie bestens für den Bau des Bienenhotels vorbereitet.

Dank tatkräftiger Hilfe von Peter Klaus und Thorsten Kröber vom „Helden – Verein für Nachhaltige Bildung und Persönlichkeitsentwicklung e. V.“ wurde das Bienenhotel auf dem Parkplatz des Hövelhofer EDEKA centers nun fertiggestellt. Zum Befüllen des Bienenhotels kamen Bambusröhrchen, Stroh, Äste, Tannenzapfen und weitere Materialien zum Einsatz.

Marktleiter Sven Reddeker freut sich riesig über die Unterstützung: „Es ist schön zu sehen, wie viele tatkräftige Hände dieses nachhaltige Projekt unterstützen, von dem die gesamte Region und unsere Umwelt profitiert.“

„Besonders toll wäre es, wenn die Kinder künftig hier beim Einkaufen anhalten und ihren Freunden erzählen, wie wichtig die Bienen für die Umwelt sind und wie fleißig sie bei diesem tollen Projekt des Bienenhotels mitgeholfen haben“, so Johannes Krukenmeyer von der LÜNING-Gruppe.

Das Sortiment der Elli-Märkte und EDEKA center LÜNING bietet regionale Produkte von über 100 Heimatlieferanten, die unter dem Slogan „Von Herzen aus unserer Heimat“ angeboten werden. So trägt jeder Kauf eines regionalen Produkts dazu bei, Arbeitsplätze in der Region zu sichern und die Arbeit der Heimatlieferanten wertzuschätzen. Hinzu kommen kurze Transportwege für die optimale Frische und das Wissen um die Herkunft der lokalen Köstlichkeiten.

Kennen Sie weitere Produkte oder Hersteller aus Ihrer Nachbarschaft oder Ihrem Ort, deren regionale Produkte noch nicht in den LÜNING Märkten zu finden sind? Dann sprechen Sie gerne mit unseren Marktleitern vor Ort oder schreiben eine E-Mail an [info@luning.de](mailto:info@luning.de).



Viele ehemalige Kindergartenkinder starten als angehende Erstklässler mit großer Vorfreude in die Schulzeit. Diesen großen Schritt in einen neuen Lebensabschnitt verschönern die 16 sb LÜNING Kaufhäuser, als Fachhändler für Schreib- und Bastelwaren, bereits seit über 15 Jahren mit ihrer Brotdosenaktion.

So erhielten 147 Kindergärten in den Kreisen Paderborn, Gütersloh, Soest, Lippe, Herford, Wedemark, Stendal und Magdeburg von den ortsansässigen sb LÜNING Teams Brotdosen für die angehenden Erstklässler, die mit kleinen Überraschungen zum Schulstart gefüllt waren. Als echtes Highlight befand sich darunter ein sb LÜNING-Gutschein für den Einkauf der ersten Schulmaterialien. Dieser kann in allen sb LÜNING Kaufhäusern der LÜNING-Gruppe eingelöst werden.

„Wir freuen uns jedes Jahr aufs Neue, mit unserer Aktion den Kindern ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern und sie beim Einstieg in die spannende Schulzeit zu unterstützen“, so Spartenleiter Nonfood Marco Grunwald. Gerade beim Thema Schulstart sind die sb LÜNING Kaufhäuser der erste Ansprechpartner, wenn es um die optimale Schreib- und Bastelwarenausstattung geht. Ob ein Hausaufgabenheft, ein Schnellhefter, eine Schere oder ein Füller - alle Anforderungen der Materialliste werden hier erfüllt. Ganz gleich für welche Altersstufe. Dank der riesigen Auswahl findet man alles vom Preiseinstiegsprodukt bis zum Markenprodukt.



Katharina Ferraro vom sb LÜNING Avenwedde

Zudem bieten die sb LÜNING Kaufhäuser einen Bucheinschlag-Service an, damit die Schulbücher das ganze Jahr über unversehrt bleiben. So kann das neue Schuljahr starten.



Cindy Malchau vom sb LÜNING Tangermünde



Ines Schürmann u. Anja Wust vom sb LÜNING Ballenstedt

Verantwortungsvoller Kakaoanbau mit EDEKA

# Cocoa for Future

# Für Kakao, der allen schmeckt.

Ganz gleich, welches Kakao- oder Schokoladenprodukt Sie in den Händen halten, alle haben einen sehr langen Weg hinter sich und sind weltweit sehr gefragt. Da der Anbau von Kakao jedoch aufgrund der Klimabedingungen nur in tropischen Ländern möglich ist, entstand die Idee zur Förderung des nachhaltigen Kakaoanbaus. In Ghana wird das Programm mit der Kakaooperative „Cocoa Abrabopa Association“ umgesetzt. Zudem arbeitet die EDEKA mit der Rainforest Alliance zusammen, die alle Programmfarmen entsprechend ihrer Richtlinien schult und zertifiziert.

## Hintergrund und Motivation

Größtenteils erfolgt der Kakaoanbau in kleinbäuerlichen Monokulturen, da die Kakaofarmer meist nur wenige Hektar Land bewirtschaften und aufgrund der angespannten wirtschaftlichen Lage oft nur kurzfristig planen können. Durch den Einsatz von Monokulturen können sie höhere Gewinne erzielen, auf lange Sicht wird jedoch der Boden ausgelaugt und somit unproduktiver.

Kakao ist eine Schattenpflanze, die meistens der prallen Sonne ausgesetzt ist, sodass sie unter Wassermangel und Hitze anfälliger für Schädlinge und Krankheiten ist. Hinzu kommen die Einflüsse des Klimawandels, sodass die Einkommen der Kakaofarmer oft schrumpfen und ihnen keine andere Option als die Rodung neuer Flächen bleibt und so intakte Wälder zerstört werden.

Aufgrund der wirtschaftlichen Situation und dem mangelnden Zugang zu Bildung, leiden auch die Kinder der Farmer, da sie bei den gefährlichen Arbeiten einbezogen werden.

## Ziele der EDEKA

Das Programm „Cocoa For Future“ der EDEKA hat sich daher das Ziel gesetzt, den Kakaoanbau zukunftsfähiger und nachhaltiger zu gestalten und so den Kakaofarmern und ihren Familien bessere Lebens- und Arbeitsbedingungen zu ermöglichen. Sie sollen sozial und wirtschaftlich gestärkt werden – mit positiven Auswirkungen für den Schutz der biologischen Vielfalt und der Ressourcen.



## Besserer Kakaoanbau

Alle Kakaofarmer, die am Programm teilnehmen, haben sich bis 2026 dazu bereit erklärt den Kakaoanbau im Agroforst umzusetzen. Dies verhilft zu mehr Artenvielfalt, sorgt für eine verbesserte Boden- und Pflanzengesundheit und schützt die Plantagen vor Witterungsextremen. Gleichzeitig werden durch eine diversifizierte Ernte die Einkommen erhöht und langfristig die Bodenbedingungen verbessert, da auf Düngemittel verzichtet wird. Die EDEKA unterstützt die Farmer bei regelmäßigen Trainings im effizienten Farm-Management und stärkt ihr Wissen, um die erlernten Methoden und Ansätze selbstständig umzusetzen.

## Schutz der Wälder

Zum Schutz der Wälder als Lebensraum und Ökosystem bauen die Kakaofarmer weder auf kürzlich entwaldeten Flächen noch in geschützten Gebieten ihren Kakao an. Ihre Plantagen sind polygonkartiert. Polygone stellen dabei auf einer digitalen Karte die exakte Lage und Grenzen der Kakaofarmen dar. So können über Satellitendaten die einzelnen Farmen auf Entwaldung überprüft werden. Bei Schulungen wird das Bewusstsein der Farmer für den Wert natürlicher Ökosysteme gestärkt.



## Starke Gemeinschaften

Um Kinderarbeit zu verhindern und eine Grundausbildung zu sichern, sind alle Farmerfamilien Teil des gemeinschaftsbasierten Systems zur Überwachung und Minderung von Kinderarbeit der Child Labour Monitoring and Remediation System – kurz CLMRS. Sollte es zu Fällen von Kinderarbeit kommen, werden gemeinsam mit den betroffenen Haushaltsmitgliedern Präventions- und Abhilfemaßnahmen erarbeitet und realisiert, wie beispielsweise die Beschaffung von Schulausrüstung und Fahrrädern.

Gleichzeitig erhalten die Kakaofarmer und ihre Gemeinden über dörfliche Spar- und Darlehensvereinigungen (Village Savings and Loan Associations – kurz VSLAs) Zugang zu Finanzmitteln, da der Weg über offizielle Banken und Finanzinstitute oft erschwert wird. So lernen sie in kleinen Gruppen, gemeinsam Geld zu sparen und sich gegenseitig kleinere Kredite zu vergeben. Zudem wird hier besonders auf die Förderung von Frauen geachtet. Das Ziel ist effizientes Wirtschaften sowie Investitionen in nachhaltige Einkommensmöglichkeiten zu fördern.



## Unsere Initiative „Cocoa For Future“ hat das Ziel:

-  Kakaoanbau nachhaltiger und klimaresistenter zu gestalten
-  Lebensumstände der Farmer und ihrer Familien zu verbessern
-  Biodiversität und Ressourcen zu schützen

Mehr unter [edeka.de/cocoaforfuture](https://www.edeka.de/cocoaforfuture)



# Alles für die Schule



**Dein Fachhändler vor Ort**

**Für Schul-, Büro- und Bastelzubehör!**

- ✓ Riesen Auswahl: Über 2.500 Schul- & Büroartikel, über 1.000 Bastelartikel
- ✓ Kompetente Beratung
- ✓ Starke Eigenmarke Gut & Günstig
- ✓ Bucheinschlagservice

Mehr Infos



**Wir haben die Marken & die Auswahl!**



**Wir schlagen Deine Bücher ein!**



# LÜNING HAUSMESSE

Unter dem Motto „170 Jahre Handeln mit Leidenschaft“ begrüßte die LÜNING-Gruppe aus Rietberg nach der Coronapause dieses Jahr wieder ihre Handelskunden in den Hallen des A2 Forums in Rheda-Wiedenbrück.

Messe. So wird die LÜNING Hausmesse von Jahr zu Jahr einen Schritt größer, leidenschaftlicher und erfolgreicher. Die LÜNING-Gruppe dankt ihren Kunden, Mitarbeitern und Industriepartnern für die gelungene Messe.

Rund 500 LÜNING-Kunden aus den Unternehmensbereichen Einzelhandel, Großhandel, Tankstelle und Selbstständiger Einzelhandel waren in diesem Jahr geladen. Für sie bereit standen das 70-köpfige LÜNING Team und an die 100 bekannte Industriepartner mit unverzichtbaren Dienstleistungsangeboten, exklusiven Produktneuheiten und vielem mehr.



Das Team vom LÜNING Einkauf bot exklusive Messeangebote an: v.l. Jonas Böckmann, Pascal Brunnert, Julia Pülke, Ulrich Rehse, Sonja Kückmann und Rainer Klinksiek

Eine ganze Halle war alleine den LÜNING Dienstleistungen vorbehalten. Das LÜNING-Team beriet neben den klassischen Themen wie Planung und Sortimentsoptimierung auch zu Ladenbau- und IT-Lösungen sowie Chancen der Absatzsteigerung durch gezielte digitale Werbemaßnahmen. Ganz neu konnte auch der Versand von Prospekten per WhatsApp als Dienstleistung angeboten werden.

Einen weiteren Anziehungspunkt auf der Hausmesse stellten die LÜNING-Dienstleistungspartner mit exklusiven Messeangeboten dar.

Besonders zukunftsweisend war die Präsentation der Selfscanning-Einkaufswagen des LÜNING Dienstleisters „Nomitri“. Dieses System ist bereits in den ersten „Elli-Märkten“ und „EDEKA centern LÜNING“ im Einsatz. Mithilfe eines Tablets am Einkaufswagen scannt der Kunde seinen Einkauf selbstständig und spart an der Kasse wertvolle Zeit.



Das LÜNING Team vom Kundenservice Center begrüßte die Gäste: v.l. Lara Glasemacher, Sabine Friesen, Jeannine Flatt, Angelina Fraune und Vanessa Göstenmeier

Neben vielen Angeboten erwarteten alle Besucher hochwertige Prämien, eine kostenlose Bewirtung, viele gute Gespräche und vor allem leidenschaftliche Momente. Kunden und Industriepartner waren begeistert vom Inhalt, der Organisation und Atmosphäre der diesjährigen



# 170 Jahre LÜNING

## DAS INTERVIEW

mit Geschäftsführer Philipp Rieländer



Als 1853 Max Lüning eine kleine Bäckerei mit Kolonialwarengeschäft in Rietberg gründete, ahnte er wohl kaum, dass er damit den Grundstein für das mittelständische Unternehmen legen würde, das heute eine feste Größe im Lebensmittel Groß- und Einzelhandel ist.

Aktuell wird die LÜNING-Gruppe in sechster Generation von Philipp Rieländer geführt und feiert dieses Jahr ihr 170-jähriges Bestehen. Neben dem eigenen Großhandel gehören mittlerweile 37 eigene Lebensmittel- und Nonfood-Märkte zum Unternehmen. Dabei ist die EDEKA Minden-Hannover zu 49 % an der LÜNING-Gruppe beteiligt.

**Herr Rieländer, Sie haben vor einigen Jahren beschlossen, das Familienunternehmen Ihrer handelstreibenden Vorfahren in sechster Generation fortzuführen und feiern nun das 170-jährige Jubiläum.**

*Was bedeutet dies für Sie?*

Ich bin mittlerweile seit 14 Jahren im Unternehmen tätig, zehn davon als geschäftsführender Gesellschafter und habe die große Freude, gemeinsam mit unserem fantastischen Team die Zukunft von LÜNING gestalten zu dürfen. Diese große Verantwortung, an die Geschichte unseres Unternehmens anzuknüpfen, trage ich dabei gerne.

*Was sind die wichtigsten Erfolge in der Firmengeschichte?*

Im Laufe der Geschichte hat LÜNING diverse Krisen sowie gesellschaftliche und politische Entwicklungen überstanden. Die Welt, in der unser Vorfahr und Firmengründer Max Lüning mit den Geschäften begann, sah gänzlich anders aus und hat sich seither extrem gewandelt. Unser Unternehmen konnte in seiner 170-jährigen Geschichte zahlreiche gravierende Herausforderungen meistern und jedes Mal gestärkt aus diesen hervorgehen. Diese Tatsache sehe ich als großen Erfolg an.

*Was sind aktuell die größten Stärken der LÜNING-Gruppe?*

Das, was LÜNING so besonders macht, ist unser qualifiziertes LÜNING-Team, auf das ich wirklich stolz bin. Daher ist dies für mich die größte Stärke des Unternehmens. Jeder Einzelne trägt mit seiner Arbeit zum großen Ganzen bei. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bestmöglich auszubilden und zu schulen, ist hier ein wichtiger Aspekt unserer Personalarbeit.

**Die LÜNING-Gruppe ist über die Jahre kontinuierlich gewachsen und verfügt über vier Geschäftsbereiche.**

*Was ist der Vorteil dieser Konstellation?*

Der enorme Vorteil ist die Vielschichtigkeit unseres Unternehmens. Unsere vier Geschäftsbereiche Großhandel, Einzelhandel, Ladenbau und Werbung greifen ineinander und profitieren gegenseitig von Erfolgen. Auch innerhalb der Geschäftsbereiche sind wir beispielsweise durch unterschiedliche Kundengruppen und Vertriebsformate breit aufgestellt. Diese Vielseitigkeit macht uns bei Krisen, und davon gab es in der letzten Zeit ja einige, deutlich widerstandsfähiger. Wenn es in einer Sparte mal nicht so gut läuft, gibt es häufig einen anderen Bereich, der sich überdurchschnittlich gut entwickelt. Es ist diese Konstellation, die uns eine kontinuierliche und langfristige Weiterentwicklung mit dem gesamten Unternehmen ermöglicht.

**„Handeln mit Leidenschaft“ ist das LÜNING-Motto.**

*Wo wird dies besonders deutlich?*

„Handeln mit Leidenschaft“ ist unsere Vision und gleichermaßen unser Erfolgsrezept. Das kann ich unternehmensweit in der täglichen Arbeit unseres Teams beobachten. In den großen, aber noch viel mehr in den kleinen Taten unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter: Sei es im Logistikzentrum, wo unsere vielen Warenströme auch durch harte körperliche Arbeit gemanagt werden, in unseren E-centern, Elli-Märkten oder sb LÜNING Kaufhäusern, im Ladenbau oder in der Verwaltung. **Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gehen ihren Aufgaben mit Freude und Verbundenheit nach.** Dieses „Handeln mit Leidenschaft“ ist das, was langfristig gute Resultate bringt und erfolgreich macht.

**Vor 33 Jahren fiel der Entschluss Ihres Vaters Wolfgang Rieländer, sich die EDEKA als starken Partner mit einer Beteiligung von 49 % an die Seite zu holen.**

*Wie genau gestaltet sich die Zusammenarbeit?*

Die EDEKA ist unser starker Partner. Wir profitieren natürlich von den wettbewerbsfähigen Preisen des Marktführers im Lebensmitteleinzelhandel und können unseren Kunden diese und weitere gute Angebote anbieten. Inzwischen arbeiten wir in nahezu allen Bereichen mit der EDEKA zusammen, zum Beispiel in der IT, der Logistik sowie im Bereich Aus- und Weiterbildung. Wir nutzen die Angebote der EDEKA und sind im stetigen Austausch, um vom gegenseitigen Know-how zu profitieren.

**Aktuell sind sehr bewegte Zeiten, nicht nur politisch, sondern auch wirtschaftlich bringt die derzeitige Inflation Veränderungen für die gesamte Handelslandschaft mit sich.**

*Was sind für LÜNING die größten Herausforderungen und Chancen der Zukunft?*

Aktuell sehen wir besonders die folgenden drei Themen als große Herausforderungen: Die Inflation und damit einhergehende Preisentwicklung, die Frage, wie wir unser Handeln nachhaltiger gestalten können

# 170 JAHRE



und den Fachkräftemangel. Diesen Herausforderungen stellen wir uns jedoch mit Gewissheit und Zuversicht, sie mit unserem tollen Team zu meistern und zukünftig gestärkt daraus hervorgehen zu können.

**Die LÜNING-Gruppe schätzt ihre Unternehmenswerte: Leidenschaft, Zusammenarbeit, Verlässlichkeit, Unternehmertum und Neugier.**

*Mit welchem dieser Werte identifizieren Sie sich ganz besonders?*

Leidenschaft – Getreu unserem Unternehmensmotto! Handeln mit Leidenschaft gelingt sicherlich nicht jeden Tag und bei jeder Aufgabe gleichermaßen. Dennoch bin ich der festen Überzeugung, dass dies an den meisten Tagen und bei der Mehrheit der Aufgaben so sein sollte. Dies ist bei mir der Fall.

Außerdem identifiziere ich mich besonders mit dem Wert Unternehmertum. Ich beschäftige mich gerne mit strategischen Themen, um auch zukünftig eine erfolgreiche Weiterentwicklung der Firma LÜNING sicherzustellen, damit wir auch unser 180. Jubiläum mit Freude zusammen feiern können!



# LÜNING-Team feiert bei großer Sommerparty

- 170 Jahre Handeln mit Leidenschaft



Anlässlich des 170-jährigen Firmenjubiläums fand am 17. Juni beim Verler Dejavu Club ein großes Sommerfest für alle Mitarbeiter der LÜNING-Gruppe statt.

Die Geschäftsführer Philipp und Wolfgang Rieländer begrüßten bei herrlichem Sonnenschein gegen 18 Uhr die über 1.000 anwesenden LÜNING-Mitarbeiter auf dem Hof des Verler Dejavu Clubs. Besonders schön war, dass viele Mitarbeiter aus Niedersachsen und Sachsen-Anhalt per Bus-Shuttle die lange Fahrt auf sich genommen haben, um gemeinsam mit allen zu feiern.

Bei kühlen Getränken wurde auf das Firmenjubiläum angestoßen und an den diversen Streetfood-Ständen nach Herzenslust geschlemmt. Für beste Stimmung sorgte NRWs Party-Band Nummer 1 – „Die Emsperlen“ im Wechsel mit DJ Kai. Gegen 22 Uhr folgte ein ganz besonderes Highlight. Der Auftritt von Schlagersängerin Anna Maria Zimmermann. Mit ihren Hits wie „Himmelblaue Augen“ oder „Tausend Träume weit“ heizte sie die Stimmung richtig an, sodass im Anschluss bis in die Nacht weiter gefeiert wurde. Die grandiose Stimmung und das tolle Ambiente mit passender Deko in den LÜNING-Farben Blau und Gelb machten die Sommerparty perfekt und zu einer rundum gelungenen Veranstaltung, die allen Mitarbeitern noch lange in schöner Erinnerung bleiben wird.

Jetzt Video zur Party anschauen



# WAS IST LEIDENSCHAFT?

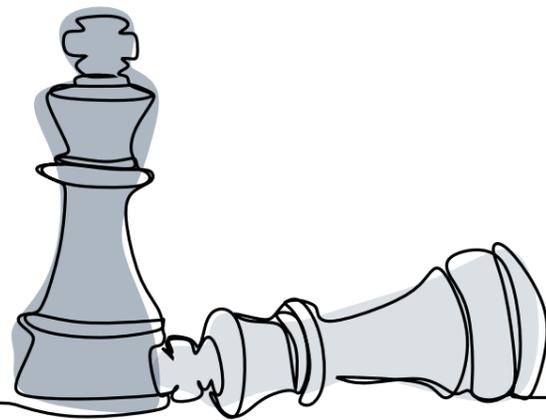
Leidenschaft ist für mich ein starkes emotionales Engagement mit der Verbundenheit zu einer Tätigkeit, die einem Freude und auch eine gewisse Sinnhaftigkeit gibt. Dabei fühlt man sich oft lebendig, motiviert und inspiriert.

## Was ist Ihr Ausgleich zur Arbeit?

Am liebsten verbringe ich meine Freizeit mit meiner Familie und Freunden, gerne auch mal bei einer spannenden Runde Schach oder einem Spiel auf dem Tennisplatz.

## Welches Erlebnis ist Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?

An das Sommerfest im Jahr 2016 denke ich sehr gerne zurück, wobei mir auch die diesjährige Sommerparty mit allen Mitarbeitern anlässlich des 170-jährigen Jubiläums wirklich super gefallen hat.



## Wie sieht Ihr Werdegang aus?

Manch einer würde sagen, mir wurde mein Job mit „in die Wiege“ gelegt. Schon früh lernte ich über meinen Vater Wolfgang die vielen Facetten unseres mittelständischen Familienunternehmens kennen. Das Interesse war somit geweckt, dennoch wollte ich mich vergewissern, dass es eines Tages auch der richtige Weg für mich ist.

Daher begann ich nach meinem Abitur im Jahr 2003, über die Bosch und Siemens Hausgeräte GmbH in München, ein duales Studium in Betriebswirtschaftslehre an der Berufsakademie Heidenheim. Ganz bewusst entschied ich mich hier für ein Industrieunternehmen, um mehr über die gegensätzliche Seite zum LÜNING Groß- und Einzelhandel zu erfahren.

Mit dem Diplom-Betriebswirt und dem Bachelor of Arts

in der Tasche ging es für mich ab Oktober 2006 zur University of Newport in Großbritannien. Hier erlangte ich in einem postgradualen Studium den Masterabschluss in Business Administration. Mir war nun mehr als klar, dass die Handelswelt und LÜNING das Richtige für mich sind. In diversen Praktika bei verschiedenen Handelsunternehmen, wie beispielsweise tegut oder Coop Schweiz, konnte ich mein Wissen vertiefen. Im August 2009 trat ich dann als Mitglied der Geschäftsführung unserem Familienunternehmen bei und unterstützte meinen Vater in den Bereichen IT, Marketing und dem Vertrieb Einzelhandel. Drei Jahre später übernahm ich dann als Prokurist die operative Geschäftsleitung und seit August 2013 die Aufgabe des geschäftsführenden Gesellschafters.

**Name:** Philipp Rieländer

**Bereich bei LÜNING:**  
Geschäftsführung

**Jahre bei LÜNING:** 14

**Sternzeichen:** Widder

**Lieblingsgericht:** Germknödel mit viel Vanillesauce

**Lieblingstätigkeit:** Am liebsten denke ich mich in neue, spannende Themengebiete ein, die unser Unternehmen weiter voranbringen - ganz gleich wie komplex sie zuerst erscheinen mögen.

## Worauf können Sie verzichten?

Auf Stillstand, schließlich soll sich unser Unternehmen stetig weiterentwickeln.



# ESAS Group

## – Der Profi für den ethnischen Handel



Aus dem im Jahr 2008 entstandenen LÜNING Bereich „**Internationale Kunden**“ wurde im Dezember 2019 die **ESAS Group GmbH** mit Sitz in Rietberg gegründet. Unter der ESAS Group agieren die beiden operativen Gesellschaften ESAS Europe GmbH, ebenfalls mit Sitz in Rietberg und die ESAS International B.V. mit Sitz in Roermond in den Niederlanden. Der Name ESAS stammt aus dem türkischen Sprachgebrauch und bedeutet so viel wie „echt“ und „wahrhaftig“. Gleichzeitig ist es das Kürzel für „Ethnic Strategy And Solutions“, da ESAS vielseitige Strategien und Lösungen für den Lebensmitteleinzelhandel (LEH) entwickelt.

Dabei fungiert das Unternehmen als **Partner** der vielen ethnischen Lebensmittelhändler in Deutschland und ist gleichzeitig **Produzent** und **Großhändler**, sodass neben dem Eigenmarkensortiment, türkische, internationale und deutsche Produkte vermarktet werden. In Kürze werden auch **Sortimentsbausteine** mit internationalen Produkten für den deutschen Lebensmitteleinzelhandel angeboten. Durch die Gründung von ESAS konnte das damalige LÜNING Vertriebsnetz für den ethnischen Einzelhandel auf ganz Deutschland erweitert werden, sodass derzeit bundesweit acht Außendienstmitarbeiter für ESAS tätig sind.

Cengiz Inci und Volkan Kuru bilden als operative Geschäftsführer die Vertriebs-Doppelspitze von ESAS. LÜNING Geschäftsführer Philipp Rieländer ist hier ebenfalls als Geschäftsführer und Mitgesellschafter tätig, sodass ESAS von der vollen LÜNING-Kompetenz in allen Bereichen profitiert, wie beispielsweise dem Sortiment oder der Logistik.

Cengiz Inci ist ein echtes LÜNING „Eigengewächs“ und kennt nicht nur die LÜNING-Gruppe bestens, sondern auch den ethnischen Einzelhandel, da er langjährige Erfahrung im LÜNING Außendienst für diesen Bereich sammelte. Volkan Kuru war zuvor viele Jahre im ethnischen Großhandel mit Fokus auf den ethnischen LEH tätig. Durch diese Synergie bündeln die drei ihre Kompetenzen und Fachkenntnisse und vereinbaren die türkische Expertise mit der Struktur und dem Know-how der LÜNING-Gruppe. Dabei entwickeln sie mit ihrem deutsch-türkischen Team ganzheitliche Strategien und Lösungen, die den Bedürfnissen der Händler und Konsumenten auf dem europäischen Markt für ethnische Lebensmittel entsprechen und das zu wettbewerbsfähigen Preisen.

### LIEFERANT FÜR DEUTSCHE, TÜRKISCHE UND INTERNATIONALE PRODUKTE

ESAS bietet seinen Kunden mehr als 20.000 deutsche Artikel und einen neuen innovativen Ansatz. Groß- und Einzelhändler können die gesamte Vielfalt von deutschen und ethnischen Produkten in ihren Supermärkten anbieten und so attraktive One-Stop-Shopping-Erlebnisse bieten, was wiederum eine enorme Zeitersparnis für die Endkunden mit sich bringt. Mit diesem Leistungsspektrum befindet sich ESAS in einer deutlichen Pionierrolle.

Dank der kontinuierlichen Lieferfähigkeit deutscher und internationaler Produkte, zu einem guten Preis-Leistungs-Verhältnis, ist eines der großen Probleme ethnischer Märkte gelöst, dass alle Produkte von einem Unternehmen zur Verfügung gestellt werden. Hier kommt alles aus einer Hand.



DAS FÜHRUNGSTEAM DER ESAS-GROUP:  
DIE OPERATIVEN GESCHÄFTSFÜHRER VOLKAN KURU UND CENGIZ INCI



### BESCHAFFUNGSEXPERTE & HERSTELLER FÜR TÜRKISCHE PRODUKTE

ESAS produziert hochwertige Qualitätsprodukte für türkische und andere ethnische Gruppen mit ähnlichen Bedürfnissen, die unter den Marken „ESAS“ und „Birinci“ vertrieben werden. Unter der ESAS-Eigenmarke werden Produkte in besonders hochwertiger Qualität zu super Preisen vermarktet, ergänzt durch die Birinci Eigenmarke, die zum Preiseinstiegspreis erhältlich ist.

Die Produktion erfolgt dabei sowohl in der Türkei als auch in vielen anderen Ländern der EU, wie zum Beispiel Deutschland, Spanien, Italien, Griechenland und den Niederlanden. Mittlerweile umfasst das ESAS-Sortiment etwa 400 türkische Artikel und wächst stetig. Diese entsprechen den geschmacklichen, sozialen, kulturellen und religiösen (Halal-) Erwartungen der ethnischen Endverbraucher.

Gleichzeitig bietet ESAS deutsche und internationale Markenprodukte zu wettbewerbsfähigen Preisen mit dem Ziel, die perfekte Gesamtlösung für Einzelhändler zu liefern und seine Wettbewerbsfähigkeit zu erhöhen.

Ein weiterer Standort der ESAS Group, die ESAS International B.V. mit Sitz in Roermond, führt zudem ein Liaison Office in Istanbul. Hier kümmert sich das ESAS-Team um den Einkauf und die Entwicklung der Eigenmarkenprodukte. Die hauseigenen Lebensmittelingenieure verantworten dabei die Qualitätssicherung. Dabei werden sowohl Produkte für den Lebensmitteleinzelhandel als auch das produzierende Gewerbe beschafft. Je nach Kundenwunsch findet man perfekt abgestimmte Lösungen. Daher können Rohstoffe für große Industriepartner auch in Containermengen und in kürzester Zeit besorgt werden.

Alle ESAS-Kunden haben einen deutschen Ansprechpartner, der ohne Umwege mit dem Team in Istanbul kurzfristig agieren und Rücksprache halten kann, da jeder einzelne Schritt von der Ursprungsquelle über die Weiterverarbeitung bis zum Verkauf begleitet wird.

### SORTIMENTSBAUSTEINE MIT INTERNATIONALEN PRODUKTEN

Das Vorhaben gab es schon sehr lange im deutschen LEH, doch niemand hatte die perfekte Lösung. Ganz neu konnte dies nun bei ESAS zielkundenorientiert in die Tat umgesetzt werden - Sortimentsbausteine mit dem perfekten Mix an internationalen Produkten. Je nach verfügbarem Platz kann hier zwischen 1 bis 5 m breiten Bausteinen gewählt werden, die entsprechend den Bedürfnissen vor Ort angepasst werden. Von diesen nachhaltig funktionierenden Lösungen profitieren kleine Dorfläden, Frischmärkte, Tankstellenbetreiber und auch größere Lebensmitteleinzelhändler. Die erste Umsetzung der Bausteinlösungen erfolgt in Kürze in den Elli-Märkten und EDEKA centern der LÜNING-Gruppe.

„In unserem Marktsegment der ethnischen Märkte sind wir der kundenorientierteste und leistungsfähigste Lebensmittelspezialist, da wir mit den besten Lieferanten und Lebensmittelhändlern der Branche zusammenarbeiten. Das nachhaltige Wachstum und der Erfolg unserer Kunden haben dabei immer höchste Priorität“, so die Geschäftsführer Cengiz Inci und Volkan Kuru.



**EHRlich, WAHRhaftig, AUTHENTisch.**



## ESAS-PRODUKTPALETTE

Derzeit umfasst das türkische Sortiment folgende Kategorien: Molkereiprodukte, Halal-Fleischwaren, Teigwaren, Bulgur, gekochte und trockene Hülsenfrüchte, Reis, Pflanzenöle, Oliven und Olivenöle, eingelegtes Gemüse und Salatdressings, Trockenfrüchte, Halva und Brotaufstriche, Tahin und Gewürze.

Ergänzt wird das Sortiment mit den wichtigsten türkischen A-Marken (Tukas, Öncü, Caykur, Mahmood etc...)

und internationalen Marken. Der breite und tiefe Sortimentsmix an deutschen und ethnischen Produkten, vereint in einem Unternehmen, bietet ESAS eine Nischenbesetzung und ist in der Form in der Handelswelt einmalig. Durch das kundenorientierte Wachstum wird die Produktpalette kontinuierlich erweitert, sodass sie stets den aktuellen Markttrends und Kundenwünschen entspricht.

# LÜNING sagt DANKE!

Bei Reinhard Beringmeier - für 45 Jahre Unternehmenstreue

**Heutzutage ist es eher eine Seltenheit, dass man gleich mehrere Jahrzehnte beim gleichen Arbeitgeber tätig ist. Doch bei LÜNING ist dies kein Einzelfall! Reinhard Beringmeier ist ein echtes „LÜNING Kind“ und blickt nun auf 45 Jahre der Betriebszugehörigkeit zurück.**

Alles begann 1978, als Reinhard Beringmeier nach seinem Abitur eigentlich den Bundeswehrdienst antreten wollte. Doch aufgrund eines komplizierten Beinbruchs beim Fußballspielen wurde er ausgemustert. Über seinen Freund und damaligen Nachbarn Johannes Krukenmeyer kam er auf die Idee, eine Ausbildung im Einzelhandel bei LÜNING zu starten. Auch wenn der erste Gedanke folgender war: „Hauptsache, ich habe erstmal einen Job“. Das daraus 45 Jahre bei LÜNING werden würden, hatte er wohl kaum im Sinn.

Die damalige Ausbildung im Einzelhandel bestand aus einem Jahr als Verkäufer und einem weiteren Jahr als Kaufmann. Sein erstes Lehrjahr absolvierte er im Elli-Markt Delbrück beim damaligen Marktleiter Hans Benner. Daraufhin ging es für den zweiten Teil zum Elli-Markt Schloß Holte zu Wolfgang Rumpsmüller. Nach dem erfolgreichen Abschluss war Reinhard Beringmeier als „Springer“ in verschiedenen LÜNING-Märkten im Einsatz, bis er ein halbes Jahr später im Herbst 1981 im damaligen Elli-Markt in Salzkotten als Marktleiter eingesetzt wurde. So schnell nach der Ausbildung die Verantwortung für einen gesamten Markt und das Team zu bekommen, erfüllte ihn zu recht mit Stolz.

Auch heutzutage wird aufstrebenden LÜNING-Mitarbeitern gerne früh Verantwortung übertragen.

Zwei Jahre später wechselte Reinhard als Marktleiter zum damaligen Elli nach Hövelhof, wo heute das E center zu finden ist.

1988 ging der damalige Niederlassungsleiter des LÜNING Ladenbaus, Herr Steinkemper, in Rente, sodass diese Position neu besetzt werden musste. Gesucht wurde ein Mitarbeiter, der stets mit großem Engagement und Leidenschaft agierte und dabei den Endkunden und seine Wünsche zur Orientierung im Markt stets im Blick hatte. All dies vereinte Reinhard Beringmeier, dank seiner lang-

jährigen Erfahrungen im Einzelhandel. So kam es, dass er zum LÜNING Ladenbau wechselte und diesen Job übernahm. Das Interesse am technisch kreativen Arbeiten und die Einrichtung von Märkten, um Waren ins passende Licht zu rücken, begleiteten Reinhard schon viele Jahre. Zudem lernte er bei seinem beruflichen Weg nun auch die planerische Seite bestens kennen. Mittlerweile sind es ganze 35 Jahre beim Ladenbau!

1989 war ein besonders spannendes Jahr, an das er gerne zurückdenkt. Als am 9. November des Jahres die Mauer fiel, machte er sich mit Geschäftsführer Wolfgang Rieländer auf den Weg nach Ostdeutschland. Schnell erkannten sie das große Potential, um im Einzelhandel und Ladenbau zu expandieren, sodass die beiden fortan alle zwei bis vier Wochen im Osten waren, um dort „SB-Hallen“, Elli-Märkte und EDEKA center zu errichten. Gleichzeitig wurden weitere Standorte des LÜNING Ladenbaus in Dresden, Magdeburg und Rostock eröffnet, um mit dem LÜNING Know-how Warenträger für allerlei Märkte zu liefern.

Ab dem ersten August tritt Reinhard seine wohlverdiente Rente an. Zuhause wird er nun seine Zeit mit seinen Enkelkindern verbringen und sich verstärkt dem Taubensport widmen. Dieses Hobby begleitet ihn schon seit Kinder-tagen.



# Wo kommst du denn wech?

Wir Handelsleute sind ein buntes Völkchen und arbeiten mit interessanten Kollegen aus aller Welt zusammen. In dieser Ausgabe unserer „Heimatleben“ erzählt uns Byron Henningham, Berufskraftfahrer der LÜNING-Gruppe, von seiner Heimat Jamaika und schenkt uns ein traditionelles jamaikanisches Rezept.



## Byron Henningham

BERUFSKRAFTFAHRER



SEIT DEZEMBER 2022

LEDIG

61  
JAHRE



BAD WALDLIESBORN

Unser LÜNING Mitarbeiter Byron Henningham kommt gebürtig aus Jamaika, dem Heimatort der Reggae-Musik, genauer gesagt aus dem Süden, wo der Ort Thompson Town in der Region Clarendon liegt. Die traumhafte Karibik-Insel Jamaika ist die drittgrößte der Großen Antillen. Die Landschaft ist geprägt von langen Sandstränden und vielen Regenwäldern. Das tropische Klima bietet beste Voraussetzungen für den Anbau von Tabak, Piment, Ingwer, Bananen und Kakao.

Seinen Vater Melbourne lernte Byron erst im Alter von sieben Jahren richtig kennen, da er nur wenige Monate alt war, als dieser das Angebot über die britische Kolonie wahrnahm, um im England zu arbeiten. Gemeinsam mit seiner Mutter Imogen und seinen Geschwistern wohnte Byron bei seiner Tante in einem Haus. Hier hatte die Familie auch ein kleines Stück Land, wo Obst und Gemüse angebaut wurden. Der Großteil wurde jedoch auf dem lokalen Markt gekauft, wo man zu Fuß oder mit dem Bus hinkam.

Als Byron fünf Jahre alt war, ging seine Mutter ebenfalls nach England. So lange blieb Byron mit seinen zwei anderen Geschwistern bei seiner Tante. Zwei Jahre später konnten die drei nachreisen. Hier hat Familie Henningham in einer Wohnung in Huddersfield in der Grafschaft Yorkshire gewohnt. Diese Zeit hat Byron in besonderem Maße geprägt, da er hier groß geworden und zur Schule gegangen ist. Auch heute hat er in England noch viele Freunde. Nach der Highschool, im Alter von 18 Jahren, begann Byron eine Lehre als Klempner, die er nach zwei Jahren jedoch abbrach, um der britischen Armee beizutreten. So kam es, dass er seit 1981 überwiegend in Deutschland lebt.

Von der Armee aus wurde er in Paderborn, Detmold und Hildesheim stationiert. Während dieser Zeit absolvierte er

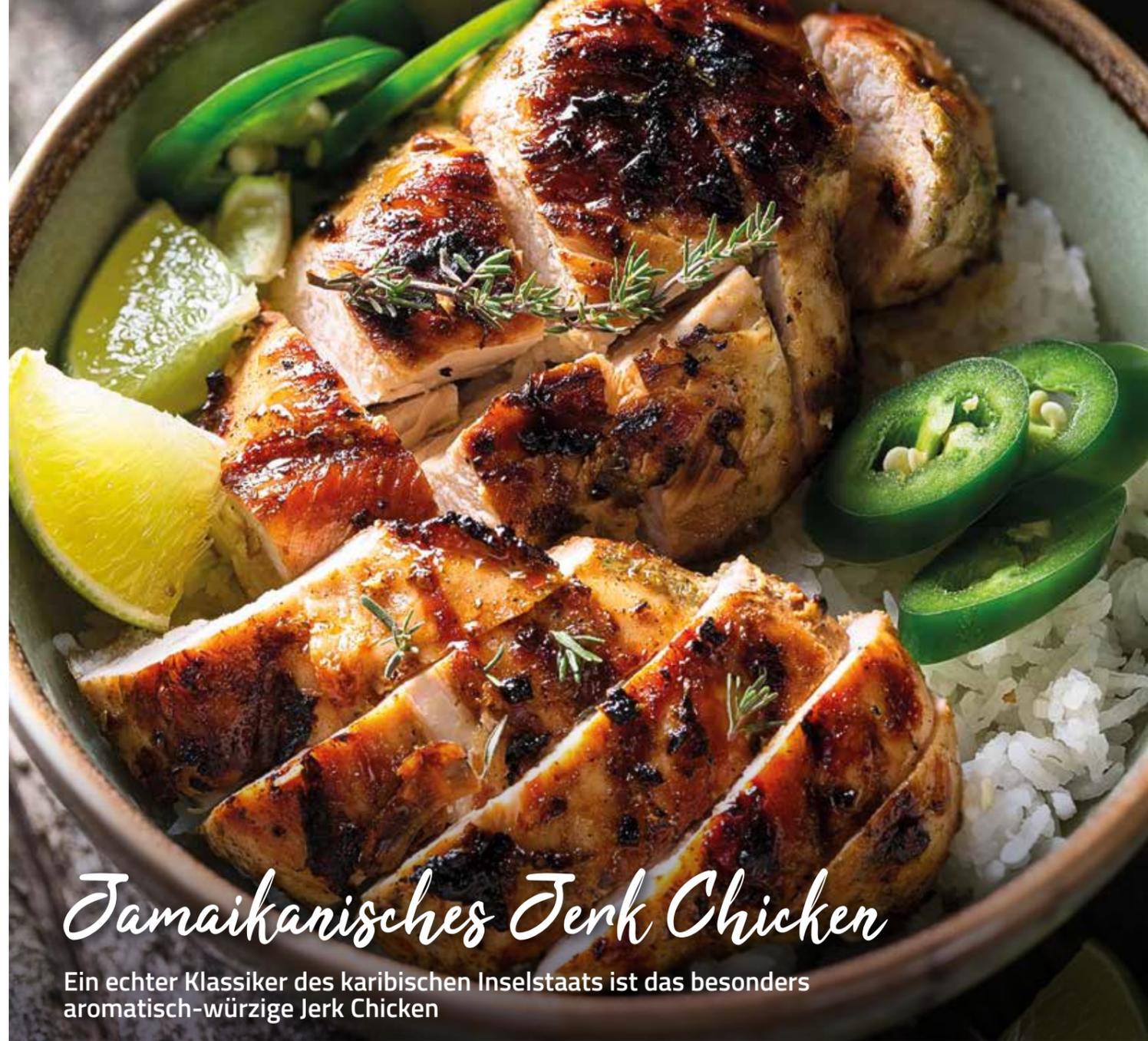
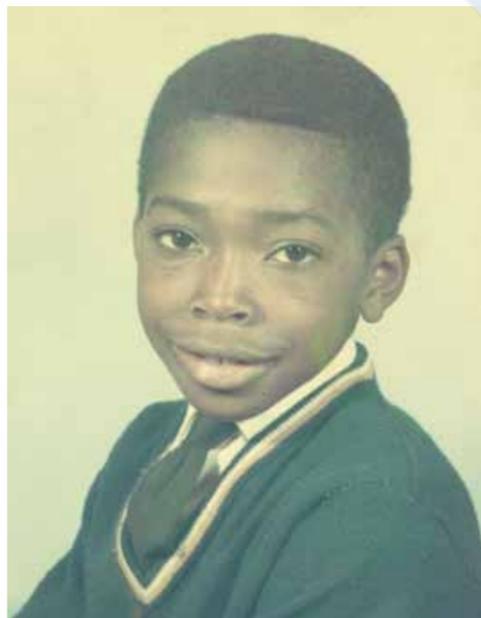
eine Ausbildung zum Automechaniker inklusive Gesellenbrief. Da Byron bereits während seiner Schulzeit in England zwei Jahre lang Deutschunterricht hatte, konnte er seine Kenntnisse mit dem Einstieg beim Militär direkt vertiefen und sogar als Übersetzer eingesetzt werden. Nach neun Jahren beim Militär begann er im Jahr 1990 als Berufskraftfahrer bei der damaligen Firma Holtkötter Leuchten in Bad Waldliesborn. Es folgten weitere Arbeitgeber, bei denen er als LKW-Fahrer tätig war, zuletzt für fünf Jahre bei der Firma Holz Wallmeier in Lippstadt. Doch auf Dauer wollte er nicht mehr tagelang mit dem LKW unterwegs sein, daher las er mit regem Interesse die Stellenausschreibung bei LÜNING. Seit Dezember letzten Jahres ist Byron Henningham als Haus- und Hof LKW-Fahrer bei LÜNING tätig, um in erster Linie Tiefkühlware zwischen den einzelnen Lagern zu transportieren.



Das letzte Mal war Byron im Jahr 2009 auf Jamaika, um seine Verwandten und Freunde zu besuchen. Seine Erinnerungen an die Zeit auf Jamaika sind nach wie vor sehr schön, da das Leben dort recht einfach war. Zu der Zeit seiner Kindheit gab es noch keine Elektrik im Haus und so wurde beispielsweise die Wäsche von den Frauen im Fluss gewaschen, während die Kinder im Wasser geschwommen sind. Selbst heute fühlt er sich dort direkt heimisch, was am Klima und der Gelassenheit der Leute liegt. Da er die meisten Jahre seines Lebens in Deutschland wohnt, ist auch Bad Waldliesborn seine Heimat geworden. Hier lebt er zusammen mit seiner Lebensgefährtin Marion. Er achtet auf seine Gesundheit und hält sich gerne fit bei regelmäßigen Kraft- und Dehnübungen, beim Joggen und Fahrradfahren. Zudem hat Byron viele Freunde auch durch das jahrelange Fußballspielen beim SV Lippstadt gefunden. Wenn irgendwo in der Nähe ein Reggae Festi-

val stattfindet, ist Byron mit seinen Freunden immer gerne dabei.

Der Großteil seiner Familie lebt heute noch in England, genau wie sein Sohn Francis. Dank ihm ist Byron mittlerweile zweifacher und in Kürze sogar dreifacher Opa. Immer wenn es die Zeit erlaubt, besucht er ihn in England.



## Jamaikanisches Jerk Chicken

Ein echter Klassiker des karibischen Inselstaats ist das besonders aromatisch-würzige Jerk Chicken

### ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

1,5 kg Hähnchenfleisch  
(Mischung aus Flügeln, Schenkeln, Keulen- und Brustfleisch)

### FÜR DIE MARINADE:

5 Frühlingszwiebeln  
2,5 cm Ingwer  
3 Zweige Thymian  
2 Chilischoten  
3 Knoblauchzehen  
2 Limetten  
3 EL Sojasauce  
½ TL Zimt  
¼ TL schwarzen gemahlene Pfeffer  
¼ TL Piment  
¼ TL Muskat

### ZUBEREITUNG:

Für die Marinade zuerst die Frühlingszwiebeln waschen und in grobe Stücke schneiden. Den Ingwer schälen und ebenfalls grob zerkleinern. Nun die Thymianblätter abzupfen, die Chilischoten entkernen und den Knoblauch schälen. Die Limetten auspressen und den Saft mit den anderen Zutaten in einem Food Processor zerkleinern. Das Hähnchenfleisch nun in einem Gefrierbeutel marinieren und über Nacht etwa 12 Stunden ziehen lassen, damit der Geschmack besonders intensiv wird. Am nächsten Tag, das Hähnchen auf dem Grill bei indirekter Hitze von beiden Seiten garen, bis sich eine dunkle Grillkruste bildet. Während der Grillzeit das Fleisch mit der restlichen Marinade aus dem Gefrierbeutel bepinseln. Alternativ das Hähnchen im vorgeheizten Backofen bei 200°C Ober- und Unterhitze für ca. 45 Minuten garen.



BESTES STROHBULLENFLEISCH  
AUS DELBRÜCK-BOKE



♥ VON HERZEN AUS UNSERER HEIMAT ♥

♥ VON HERZEN AUS UNSERER HEIMAT ♥

# SAFTIGES, WOHLSCHECKENDES STROHBULLENFLEISCH AUS DELBRÜCK-BOKE



Bereits seit dem Jahr 1738 bewirtschaftet Familie Pahlsmeier, mittlerweile in 9. Generation, ihren 160 Hektar großen Landhof in Boke, nahe der Lippeauen. Felix Pahlsmeier kümmert sich hier als „Bullenflüsterer“ gemeinsam mit einem Auszubildenden stets um das Wohl der Tiere und Felder, während seine Frau Eva für die Familie und die Vermarktung der Produkte zuständig ist. Der Verdienst ist dabei saftiges, wohlschmeckendes Strohbullefleisch.

**WAS FÜR LÜNING DER HANDEL IST, IST BEI FAMILIE PAHLSMEIER DIE LANDWIRTSCHAFT UND ZWAR ECHTE LEIDENSCHAFT!**

„Das Wohlbefinden unserer Strohbulle steht bei uns an erster Stelle. Die Jungtiere wachsen bei uns bis zum Bullen entspannt heran. Bei der Fütterung kommen nur Zutaten höchster Qualität zum Einsatz, die perfekt auf unsere Tiere abgestimmt sind und das macht sich beim einzigartigen Geschmack des Fleisches bemerkbar“, so Felix Pahlsmeier.

Das Strohbullefleisch bietet höchste Qualität mit sicherer, regionaler Herkunft – dem Tier zuliebe. Jedes Tier wird wertgeschätzt, gepflegt und geliebt.

Die Strohbulle werden artgerecht in den fünf großzügigen, lichtdurchfluteten Ställen mit ständigem Kontakt zum Außenklima gehalten, wo sie mehr Platz als vorgeschrieben haben. Dieses Stallkonzept entspricht der Haltungsform 3. Jeden Tag gibt es frisches Stroh und erstklassiges, gentechnikfreies Futter, wie Mais und Heu, das zum Großteil von den eigenen Feldern stammt.

Übrigens werden durch den Anbau von Mais pro Hektar ca. 30 Tonnen CO<sup>2</sup> gebunden und es werden etwa neun Tonnen Sauerstoff freigesetzt.

„Wir ermöglichen unseren Strohbulle ein artgerechtes Tierleben, das finden wir fair, genau wie unsere Preise für unser einwandfreies Fleisch. Ausreichend Platz, hochwertiges Futter, täglich frisches Stroh, das alles kostet Geld und ist es uns wert“, so Eva Pahlsmeier.

Pahlsmeiers Strohbulle sind Simmentaler Rinder, die auch als Fleckvieh bezeichnet werden. Sie gehören in Deutschland, Österreich und der Schweiz zu den beliebtesten Rinderrassen. Der Ursprung dieser Rasse liegt im Simmental in der Schweiz, daher auch ihre Namensgebung. Ihr Fleisch hat eine besonders aromatische Würze. Da die Strohbulle auf Stroh gehalten werden, sind ihre Muskulatur und das intramuskuläre Fett besonders ausgeprägt, welches wiederum das Fleisch sehr saftig und einzigartig im Geschmack machen.



## DIE AUFZUCHT

Familie Pahlsmeier hat in den letzten Jahren in erneuerbare Energien investiert, wie beispielsweise eine 75 kw Hofbiogasanlage, die mit dem eigenen anfallenden Bullenmist gefüttert wird. Mit der Energie, die dabei entsteht, können sechs Haushalte mit Wärme beliefert und Strom für ungefähr 220 Haushalte produziert werden. Mit Blick auf die ökologische Nachhaltigkeit setzt die Familie auf regenerative Landwirtschaft. Die Reduzierung von Pflanzenschutzmitteln und Mineraldünger, am besten gegen Null, ist hier der Grundgedanke.

Ebenso ist die soziale Nachhaltigkeit ein wichtiger Aspekt für Felix und Eva Pahlsmeier. Daher kümmern sie sich selbst um ihre Tiere und die Felder. So wissen sie genau, wo die Strohbulle herkommen und wo sie geschlachtet werden. All diese Schritte werden daher begleitet.



JETZT EINEN BLICK IN DEN ALLTAG WERFEN



# KICHERERBSEN-SÜSSKARTOFFEL BURGER

## ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

### AUßERDEM:

4 Burger-Buns  
2 EL Olivenöl  
Salat

### FÜR DIE JOGHURTCREME:

1 TL Tahin (Sesampaste)  
150 g griechischer Joghurt  
2 Minzblätter  
¼ unbehandelte Zitrone, Abrieb  
und Saft  
Salz & Pfeffer  
1 Süßkartoffel  
1 Dose Kichererbsen  
60 g Mehl  
1 Ei  
1 TL gemahlener Koriander  
½ TL Paprikapulver  
1 Knoblauchzehe  
½ TL Salz  
etwas Pfeffer  
100 g Semmelbrösel

### Burger-Glück ganz ohne Fleisch:

Die Patties für unseren Kichererbsen-Süßkartoffel-Burger stellen Sie einfach selber her und servieren ihn mit Joghurtcreme und Salat.

### ZUBEREITUNG:

Süßkartoffel schälen und in 1,5 cm große Würfel schneiden. In Salzwasser etwa 12 Minuten garkochen. Anschließend abschütten, ausdampfen und abkühlen lassen.

Für die Joghurtcreme Sesammus im Glas gut aufrühren, mit Joghurt, in Streifen geschnittene Minze und Zitronensaft- und abrieb vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Kichererbsen abgießen und abrausen. Mit den abgekühlten Süßkartoffeln in einem hohen Gefäß pürieren. In eine Schüssel geben und mit Mehl, Ei, Koriander, Paprikapulver, klein geschnittenem Knoblauch, Salz und Pfeffer zu einem Teig verrühren. Etwas Semmelbrösel zugeben bis die Masse dick und formbar wird. Dann den Teig etwas ruhen lassen.

In einen tiefen Teller die Semmelbrösel geben und darauf jeweils 1 gehäuften Esslöffel der Süßkartoffelmasse geben, vorsichtig in den Bröseln wälzen und zu 4 Patties formen, die ungefähr der Größe der Buns entsprechen.

In einer beschichteten Pfanne mit etwas Olivenöl die Patties auf beiden Seiten knusprig ausbacken. Anschließend die Buns auf der Schnittfläche anbraten.

Die Buns mit Salat und Sauce bestücken, den Kichererbsen-Pattie darauf geben und mit Sauce und Salat sowie dem Deckel abschließen.



# PULLED PORK BURGER



## ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

### FÜR DAS PULLED PORK:

1 Schweinenacken mit Schwarte  
1 EL Senfsaat, braun  
2 EL Senfsaat, gelb  
6 Kugeln Wacholder  
7 Kardamomkapsel, grün  
3 TL Koriandersaat  
1 TL Kümmel  
3 EL Salz  
2 EL Rohrzucker  
250 ml Apfelsaft  
Salz  
Chilipulver

### FÜR DIE BURGER:

Barbecuesauce  
250 g Krautsalat  
200 g Rotkohl  
4 Burgerbrötchen

### UTENSILIEN:

Spritze mit schmaler Kanüle (z. B. aus der Apotheke)

### ZUBEREITUNG:

Alle Gewürze in einer Pfanne kurz anrösten. Danach das Salz und den Rohrzucker mit den gerösteten Gewürzen in einem Mörser fein mahlen und den Schweinenacken damit großzügig und kräftig einreiben. Eine Spritze mit ca. 250 ml Apfelsaft und etwas Salz befüllen. Den Schweinenacken mit dem Apfelsaft impfen, um ihn noch feiner im Geschmack zu machen. Zum Schluss das Fleisch im Smoker bei ca. 120 °C für sechs Stunden garen.

Die Burgerbrötchen kurz im Smoker oder mit etwas Butter in der Pfanne erhitzen. Den Rotkohl mit einer Reibe zerkleinern. Das Pulled Pork nach den sechs Stunden aus dem Smoker holen. Die Burgerbrötchen mit Barbecuesauce bestreichen und mit dem Pulled Pork, etwas Rotkohl und Krautsalat belegen.



# BBQ BURGER SAUCE

Die selbstgemachte feine Würzsauce mit Whisky, Kaffee und Worcestershiresauce passt perfekt zu leckeren Burgern.

## ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- |                          |                                 |
|--------------------------|---------------------------------|
| 3 Schalotten             | ½ TL Paprikapulver, rosenscharf |
| 2 Knoblauchzehen         | 1 TL Paprikapulver, geräuchert  |
| 1 EL Rapsöl              | 1 Prise gemahlene Piment        |
| 150 g Tomatenketchup     | 1 Prise Salz                    |
| 2 cl Whisky              | 1 Prise Pfeffer                 |
| 2 cl Kaffee              |                                 |
| 1 TL Worcestershiresauce |                                 |
| 1 TL braunen Zucker      |                                 |

## ZUBEREITUNG:

Schalotten und Knoblauch pellen und fein würfeln. In einer beschichteten Pfanne mit Öl von allen Seiten anrösten. Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen. Ketchup, Whisky, frisch gebrühten Kaffee und Worcestershiresauce glattrühren. Karamellierte Schalotten und Knoblauch unterrühren. Mit den Gewürzen abschmecken.



# SÜßKARTOFFEL-POMMES

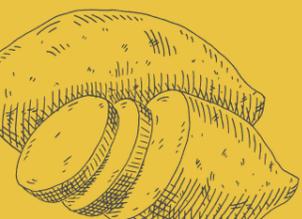
In diesem Rezept für Süßkartoffel-Pommes verraten wir Ihnen, wie Sie auch ohne Fritteuse krosse Pommes zubereiten: Süßkartoffelstäbchen in Wasser einweichen, mit Stärke bedecken, in Öl wenden, würzen, backen, salzen, servieren & genießen!

## ZUBEREITUNG:

Süßkartoffeln schälen und in lange, dünne Sticks schneiden. Die Sticks in einer Schüssel mit lauwarmem Wasser ausgiebig „baden“ – ca. eine Stunde lang, besser über Nacht. Ofen auf 230°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Süßkartoffel-Sticks abtropfen lassen und mit einem Tuch abtupfen. Einen großen Plastikbeutel mit der Hälfte der Sticks füllen und 2 EL Stärke dazu geben. So verschließen, dass viel Luft in der Tüte bleibt und dann kräftig schütteln. Die Sticks sollten gleichmäßig mit Stärke bedeckt sein. Süßkartoffel-Sticks herausnehmen und mit den restlichen Sticks ebenso verfahren. Alle Sticks in eine Schüssel geben, in Öl wenden und mit Paprikapulver und Rosmarin würzen. **Wichtig: Noch kein Salz hinzugeben!** Die Sticks mit ausreichend Abstand auf einem mit Backpapier oder Alufolie (mit der matten Seite nach oben) ausgelegtem Backblech verteilen. Nach 10 Min. bei 230 °C die Sticks einmal wenden, dabei wieder auf genug Abstand achten. Weitere 10-15 Min. backen, bis die Sticks anfangen, braun zu werden. Ofen ausschalten und die Süßkartoffel Pommes bei offener Ofentür noch ein paar Minuten ruhen lassen.

## ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 4 Süßkartoffeln
- 4 EL Stärke
- 4 EL Olivenöl
- 4 Stiele Rosmarin
- 4 TL Paprikapulver
- 6 TL Meersalz



# KARTOFFELECKEN

Perfekt als besondere Beilage, leichte Zwischenmahlzeit oder leckerer Snack.

## ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 1 kg festkochende Kartoffeln
- 2 Knoblauchzehen
- 10 EL Olivenöl
- ½ TL Muskatnuss
- 1 TL Currypulver
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver
- 1 grobes Salz
- 1 Prise gemahlene schwarzen Pfeffer
- 3 Stängel Thymian

## ZUBEREITUNG:

Kartoffeln gründlich waschen, ggf. Triebe und Augen herausschneiden, in Spalten schneiden und ca. 30 Minuten in kaltes Wasser legen. Kartoffelspalten abspülen und trocken tupfen. Backofen auf 200 °C Umluft (220 °C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kartoffelecken in eine Schüssel geben. Olivenöl mit Muskatnuss, Currypulver, Paprikapulver, grobem Salz und frisch gemahlenem Pfeffer verrühren, über die Kartoffelecken geben. Alles gut miteinander vermengen, sodass alle Kartoffelspalten ausreichend mit Öl benetzt sind. Kartoffelecken auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Dabei darauf achten, dass keine Kartoffeln übereinanderliegen. Thymian zupfen und auf den Kartoffelspalten verteilen. Für 25-30 Minuten auf mittlerer Schiene goldbraun und knusprig backen.



# BIG MAC BURGER SAUCE

Einer der vermutlich bekanntesten Burger ist der Big Mac. Probieren Sie doch einmal unsere selbstgemachte Big Mac Burger Sauce für den Burgerabend zuhause.

## ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 1 Essigurke         | 1 TL Weißweinessig |
| ½ Zwiebel           | ½ TL Zucker        |
| 1 kl. Knoblauchzehe | ½ TL Paprikapulver |
| 150 g Mayonnaise    | 1 Prise Salz       |
| 1 TL Senf           | 1 Prise Pfeffer    |
| 1 TL Ketchup        |                    |

## ZUBEREITUNG:

Essigurke in feine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch pellen und ebenfalls fein würfeln. Mayonnaise, Senf, Ketchup und Weißweinessig mit Zucker glattrühren. Essigurke, Zwiebel und Knoblauch unterrühren. Burgersauce mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.



# Bunte Tomatenvielfalt...

...von Cherry-, Rispen- und Fleischtomaten

**Leuchtend rot und gerade im Sommer schmecken sie besonders gut – Tomaten!** Ihren Ursprung haben die zu den Nachtschattengewächsen gehörenden Früchte in Südamerika, genauer gesagt in den peruanischen Anden, wo sie auch heute noch als Wildart zu finden sind. Im Allgemeinen gibt es über 3.000 Tomatensorten.

### Saison & Lagerung

Tomaten sind ganzjährig im Handel erhältlich und haben in Deutschland von Juni bis Oktober Saison. Zu der Zeit sind sie sehr gehaltvoll und aromatisch. Generell mögen sie es dunkel, luftig und eine Zimmertemperatur von 16 °C. Da Tomaten das natürliche Reifegas Ethylen freisetzen, sollte anderes Obst und Gemüse lieber separat aufbewahrt werden, damit sie nicht zu schnell weich werden.

### Gesunde Eigenschaften

Tomaten liefern viel Vitamin C und Folsäure. Zudem enthalten sie viele Ballaststoffe und sind mit 17 kcal pro 100 g besonders kalorienarm. Bei den meisten Tomatensorten reifen die Früchte an der Traube von oben nach unten, nach und nach. So kann es vorkommen, dass erntereife Früchte schnell überreif werden und dann herunterfallen oder platzen. Daher werden sie einzeln geerntet.

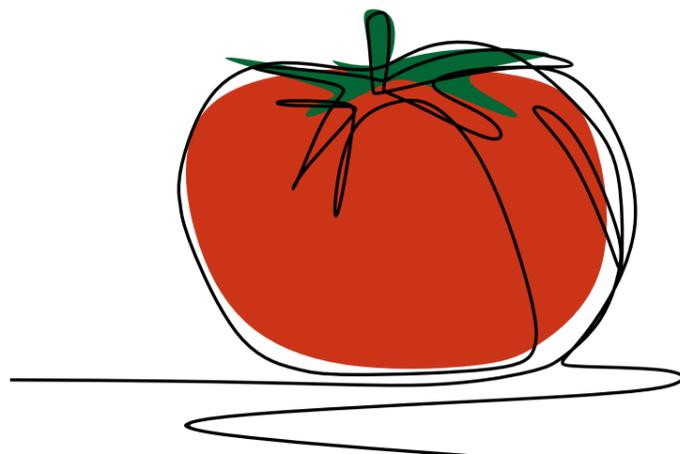
Bei Rispentomaten ist dies hingegen anders. Hier reifen die Früchte nach und nach an der Rispe, sodass diese erst geerntet werden, wenn alle Tomaten reif sind. Dies hat den Vorteil, dass sie sehr geschmackvoll bleiben. **Rispen-tomaten** wiegen pro Frucht ca. 60 g bis 100 g. Die kleinsten ihrer Art sind die **Mini-Rispentomaten**. Sie schmecken aromatisch-süß, haben einen ausgeprägten Tomatengeschmack und behalten ihr kräftiges Aroma über lange Zeit. Besonders gut im Salat oder einfach zum Snacken beim Abendbrot.

**Fleischtomaten** haben einen frischen, feinsäuerlichen Geschmack. Sie sind größer als Rispentomaten und haben, wie der Name vermuten lässt, besonders viel Fruchtfleisch. Durch ihre feste Konsistenz sind sie weniger saftig als Cherrytomaten und eignen sich perfekt zum Kochen von Saucen und zum Füllen beispielsweise als Grilltomate.

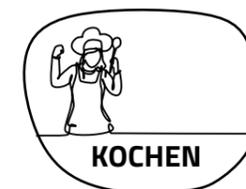
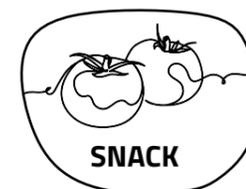
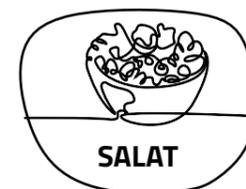
**Ochsenherztomaten** sind an ihrer charakteristischen Herzform sowie der zerfurchten Oberfläche erkennbar und erinnern an ein Ochsenherz. Die Sorte ist sehr kompakt und besitzt viel feines Fruchtfleisch. Sie kann bis zu 800 g pro Frucht wiegen. Ochsenherztomaten reifen von innen nach außen. Sie sind ideal für Salat oder auf dem Sandwich.

**Cocktailtomaten** wiegen pro Frucht zwischen 20 g und 60 g. Da die Pflanzen recht klein sind, eignen sie sich perfekt für den Anbau im Kübel. Da sie schnell wässrig im Geschmack werden, halten sie gekühlt etwa vier Wochen. Bei Zimmertemperatur nur eine Woche.

**Cherrytomaten** werden auch als Kirschtomaten bezeichnet und sind etwas kleiner als Cocktailtomaten. Sie wiegen nur bis zu 20 g und sind meistens sehr süß. Die Früchte können rund, länglich oder oval sein. Ovale Sorten werden auch als Datteltomaten bezeichnet.



## TOMATEN VIELFALT



	SALAT	SNACK	KOCHEN
PFLAUMENTOMATEN	X		X
OCHSENHERZTOMATEN	X		
COCKTAIL-RISPENTOMATEN	X		X
FLEISCHTOMATEN			X
RISPENTOMATEN	X		X
MINI-ROMATOMATEN	X	X	
MINI-RISPENTOMATEN	X	X	X
MINI-PFLAUMENTOMATEN		X	
CHERRY-RISPENTOMATEN		X	



### Französische Tomatentarte

Leben wie Gott in Frankreich? Zumindest so essen! Unsere französische Tomatentarte eignet sich hervorragend als Vorspeise oder auch als Hauptgericht im Sommer.

#### ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

##### FÜR DEN BELAG:

- 1 Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- 2 TL Oregano
- 200 g gehackte Tomaten
- 1 Prise Zucker
- 300 g Cherrytomaten
- 100 g Ziegenfrischkäse
- etwas Basilikum

##### FÜR DEN TEIG:

- 80 g kalte Butter
- 180 g Weizenmehl
- 1 Ei
- 1 Prise Salz
- 1 TL Olivenöl
- Backerbsen zum Blindbacken

#### Zubereitung:

Für den Teig die Butter in grobe Stücke schneiden, mit Mehl, Salz sowie einem Esslöffel kaltem Wasser zu einem Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie einwickeln und für 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Backofen auf 180 °C Umluft (200 °C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die Tarteform gleichmäßig mit dem Olivenöl einpinseln.

Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche ausrollen und die Tarteform damit auskleiden. Backpapier auf den Teig auflegen und mit Backerbsen ausfüllen. Für 10 Minuten blindbacken.

Für die Tomatensauce die Zwiebel pellen, in feine Würfel schneiden und mit einem Esslöffel Olivenöl glasig anschwitzen. Oregano und gehackte Tomaten hineingeben und für 5 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Die bunten Tomaten waschen.

Die Tarte mit der Tomatensauce bestreichen und mit bunten Tomaten belegen. Ziegenkäse zerrupfen und auf den Tomaten verteilen. Für 15 Minuten goldbraun backen und mit frischem Basilikum garniert servieren.

# Einfach nachgemacht! SIMPLE TIPPS FÜR MEHR Nachhaltigkeit

## Dünger aus Eierschalen

Im Garten wächst und gedeiht alles noch besser mit etwas Dünger. Dieser lässt sich ganz einfach aus Eierschalen selbst machen.

So funktioniert es:

1. Zuerst die Eierschalen von ein bis zwei Eiern mit einem Mörser oder Mixer zerdrücken oder zermahlen.
2. Die zerkleinerten Eierschalen dann in einen Eimer geben und mit einem Liter Wasser übergießen und für etwa 12 Stunden ziehen lassen, damit sich die Mineralstoffe im Wasser lösen.
3. Anschließend die Kalkdüngermischung durch ein feines Sieb gießen, um die Eierschalen zu entfernen.
4. Alle Eierschalen, die sich nicht im Wasser aufgelöst haben, einfach auf den Kompost geben oder auf der Erde der Pflanzen verteilen.



Benötigt wird:

- 1-2 Eier
- 1 Liter Wasser



## Umweltfreundlicher Grillanzünder

Statt chemischer Grillanzünder, ist die Herstellung einer umweltfreundlichen Version schnell umsetzbar.

So funktioniert es:

1. Die Mulden des Eierkartons mit Sägespäne füllen und gut festdrücken. Alternativ können auch andere brennbare Materialien wie Nussschalen oder Holzwolle verwendet werden.
2. Nun die Kerzenreste in einem alten Topf zum Schmelzen bringen und über die Sägespäne in die Mulden gießen.
3. Nach einer Stunde Abkühlzeit, können die umweltfreundlichen Grillanzünder zum Einsatz kommen.

Benötigt wird:

- Leerer Eierkarton
- Wachsreste
- Sägespäne (alternativ Holzwolle oder Nussschalen)

# POKÉMON

## Gewinnspiel

Gewinnen Sie mit etwas Glück eine von drei Pokémon KP01 Top-Trainer Boxen!



### DARIN ENTHALTEN SIND:

- 9 Boosterpacks der Pokémon-Sammelkartenspiel-Erweiterung Karmesin & Purpur
- 1 holografische Vollbild-Promokarte mit Koraidon oder Miraidon
- 65 Kartenhüllen mit Koraidon oder Miraidon
- 45 Energiekarten des Pokémon-Sammelkartenspiels
- 1 Spielanleitung für die Erweiterung Karmesin & Purpur
- 6 Schadensmarken-Würfel
- 1 bei Wettbewerben zulässiger Münzwurf-Würfel
- 2 Kunststoffmarken für spezielle Zustände
- 1 Sammelbox zum Aufbewahren sämtlicher Artikel mit 4 Trennstegen zum Organisieren
- 1 Code-Karte für Pokémon-Sammelkartenspiel-Live

JETZT TEILNEHMEN  
UND GEWINNEN



# Entdeckt! Neu im Regal!



## Curtice Brothers

Unsere Saucen sind die besten, die wir machen wollen. Denn sie enthalten nur, was wirklich hineingehört: sorgfältig ausgewählte natürliche Zutaten, die gut gekocht für echten Geschmack sorgen. Wir verarbeiten nur die besten Tomaten, Zwiebeln und Äpfel in unserem Ketchup. Keine künstlichen Aromen oder Farbstoffe, echten Essig, echte Kräuter und echte Gewürze.



## Katjes GZSZ und Martin Rütter Hundjes

Alle Herzschmerz- und Dramafründer aufgepasst: Katjes präsentiert seine Produktneuheiten in Kooperation mit Martin Rütter und GZSZ! Fruchtig, leckeres Fruchtgummi in Kombination mit Schaumzucker und das alles in Hunde- und GZSZ-Formen.



## Liotta Dessertsaucen

Mit viel Liebe zum Detail und dem richtigen Gespür für Genuss und perfekten Kombinationen kreiert Liotta einzigartige Dessertsaucen in höchster Premiumqualität. Erhältlich in den Sorten Schokolade, Erdbeer, Amarena, Himbeer und Caramel.

## Coffee B Lungo

Das Kaffee kapsel-System ohne Kapsel. Der gemahlene Kaffee wird dabei zunächst zu einem Ball verpresst und anschließend mit einer Schutzschicht natürlichen Ursprungs ummantelt. Die Schutzschicht bewahrt das Kaffeearoma auch nach dem Öffnen der Verpackung und gibt dem Coffee Ball Stabilität. Ausgewogen, lieblich und raffiniert - mit den Geschmacksnoten Johannisbeere, Nuss und Schokolade.



## Tradizionale Bianca Rucola

Rucola und Cherrytomaten auf würzigem Sauerrahm: Die Pizza Tradizionale Bianca Rucola ergänzt das vegetarische Tiefkühl-Sortiment.



## Bistro Baguette Spicy BBQ Vegan

Mit der neuen Sorte Spicy BBQ Vegan gibt es das beliebte Bistro Baguette von Dr. Oetker erstmals in einer veganen Variante.



## Intermezzo® Hot Chili mit Peperoni Salami

Intermezzo® von Dr. Oetker, präsentiert mit der Sorte Hot Chili mit Peperoni-Salami eine würzig scharfe Special Edition.



## Spezi® meets Krombacher

Krombacher Spezi® vereint fruchtigen Orangensaft und prickelnde Cola zu einem echten Geschmackserlebnis. Spezi® neu interpretiert, natürlich alkoholfrei und fruchtig frisch.



## Ricola Himbeere melisse

Im zuckerfreien Himbeere Melisse-Bonbon kombiniert Ricola seine original 13 Schweizer Alpenkräutern mit der fruchtigen Süße von reifen Himbeeren und der aromatischen Frische der Melisse zu einem wohltuenden erfrischend-fruchtigen Geschmack.



## Zentis Triple Zero Brotaufstrich

Neu für den Frühstückstisch und eine echte Neuerung unter den fruchtigen Aufstrichen. Triple ZERO steht für 0 % Zuckerzusatz, 0 % künstliche Süßungsmittel und 0 % Konservierungsstoffe. Man bekommt 75 % Fruchtgehalt aus besten Früchten – das ergibt natürlich 100 % unvergleichlichen Genuss. Und zwar in den Liebingsorten: Erdbeere, Kirsche und Aprikose.



## Treets - The Rainbow Edition

Und noch bunter! Die Rainbow Edition enthält knackige Peanuts umhüllt von einer bunten, knusprigen Zuckerschicht. Gefärbt mit Farben aus der Natur wie Rote Beete, Kurkuma oder Beta-Carotin. Daher zu 100 % Veggie – natürlich aus 100 % Fairtrade-Kakao!

**BEI UNS IN DEN MÄRKTEN:**  
center LÜNING  
Elli  
sb LÜNING

**Ab Mitte August erhältlich**

©2023 Pokémon. ©1995-2023 Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc. TM, ® und Namen der Charaktere sind Warenzeichen von Nintendo.

# Niedliche Walrossstüte



Unsere süßen Geschenktüten kannst du mit allem füllen, was deinen Liebsten ein dickes Walross-Lächeln ins Gesicht zaubert.

- SO WIRD GEBASTELT:**
1. Drucke dir die Vorlage für das Walross aus und schneide die Einzelteile aus
  2. Übertrage sie mit Bleistift auf das farbige Tonpapier und schneide sie aus
  3. Klebe alle Elemente zusammen, bis auf die Schwanzflosse
  4. Der zusammengefügte Körper wird nun auf den oberen Teil des umgedrehten Blockbodenbeutels geklebt
  5. Befülle nun deine Walrossstüte mit einer Überraschung
  6. Die Öffnung des Beutels wird jetzt zusammengedrückt, sodass ein wenig davon übersteht.
  7. Die Flosse wird daran befestigt und der Beutel bis zum Ende des Flossenschlitzes eingeschnitten
  8. Anschließend wird der Beutel mit einer Kordel verschlossen

## Was du brauchst

- Folia Bastelvorlage
- Tonpapier
- Blockbodenbeutel
- Bastelschere
- Bastelkleber
- Papierkordel



zur Bastelvorlage



# Vorschau Heimatleben 03 | 2023



**DEFTIG LECKER!**  
Leckere Rezepte nach Omas Art



**GRÜNKOHL**  
Ein echtes Superfood



**DAS SCHMECKT!**  
Ostwestfälisches Bier von Josefs Bräu aus Bad Lippspringe

 <b>Unsere Elli-Märkte:</b> Avenwedde Benteler Delbrück Erwitte Gütersloh Hövelhof Kaunitz Lipperode	 <b>Unsere EDEKA LÜNING:</b> Burg-Nord Burg-Mitte Mengerlinghausen Neuenkirchen	 <b>Unsere EDEKA center LÜNING:</b> Hövelhof Rietberg Langenberg Wanzleben	 <b>Unsere sb LÜNING Kaufhäuser:</b> Anröchte Avenwedde Asemissen Ballenstedt Belecke Delbrück Geseke Hiddenhausen Haldensleben	Herzebrock Hövelhof Lübbecke Mellendorf Tangermünde Verl Wolmirstedt
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------

Max LÜNING GmbH & Co. KG, Westerwieher Straße 33, 33397 Rietberg  
 Telefon: 05244-705-0, E-Mail: info@luning.de, www.luning.de



**Handeln mit LEIDENSCHAFT.**

**Elli-Markt – sb LÜNING – EDEKA LÜNING –  
EDEKA center LÜNING  
Märkte der LÜNING-Gruppe**

[www.luening.de](http://www.luening.de)