



Gutes für alle.

Das e-Paper von ALDI SÜD
FEBRUAR 2024

INSPIRIERT.



HEISSE
SUPPEN FÜR
KALTE TAGE



SO BUNT IST DER FEBRUAR.

Der Februar zeigt sich in diesem Jahr von seiner farbenfrohen Seite, denn wenn die Natur gerade Winterschlaf hält, holen wir uns die Farben ins Haus. Begleite uns durch die Küchen dieser Welt. Wir haben für dich in die **Suppentöpfe** rund um den Erdball geschaut und eine bunte Vielfalt an Rezepten mitgebracht. Farbenfroh geht es auch beim großen **Finale der National Football League** zu, das in diesem Jahr am 11. Februar stattfindet. Alle, die das Event im TV verfolgen wollen, finden hier ein paar Gadgets, die für die richtige Stimmung sorgen. Oder wie wäre es mit einer Reise nach **Teneriffa**? Wir geben Tipps, wann sich der Trip zur größten der Kanarischen Inseln lohnt und was du gesehen haben solltest. Und falls dir das alles noch nicht bunt genug ist: Im Februar ist **Karneval!** Mit wenig Aufwand bastelst du mit deinen Kids ein farbenprächtiges Kostüm. Wir zeigen dir, wie einfach das ist.

SUPPENGENUSS

LÖFFELN TUT GUT.

Suppen sind so vielseitig wie kaum eine andere Speise

Es hat seine guten Gründe, warum Suppen so beliebt sind. Schließlich gibt es wohl kaum eine andere Speise, die so bekömmlich und nahrhaft ist. Suppen schmecken das ganze Jahr! Egal ob kalt oder heiß, dick oder dünn, scharf oder würzig, herzhaft oder süß: Ein deftiger Gemüsetopf bringt uns durch den Tag, Omas Hühnersuppe hilft gegen vielerlei Wehwehchen und Suppen aus fernen Ländern entführen uns in eine andere Welt. Egal ob klare oder gebundene Suppe, Gemüsesuppe oder Eintopf: Bisher hat noch jede:r eine Lieblingssuppe gefunden!

TYPISCHE SUPPENEINLAGEN

Eierstich

Grießnockerl

Flädle

Croupons

Backerbsen



MIT FLEISCH

GRIECHISCHE Zitronensuppe mit Huhn



GRIECHISCHE

Zitronensuppe mit Huhn

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

100 g Reis	1 l Hühnerbrühe
1 kleine Zwiebel	Salz
2 Stangen Staudensellerie	250 g Hähnchenbrust
1 unbehandelte Bio-Zitrone	2 Eier
1 EL Olivenöl	frischer Dill zum Garnieren

UND SO GEHT'S

- 1 Den Reis nach Packungsanweisung kochen.
- 2 Die Zwiebel schälen und hacken.
Den Sellerie waschen und würfeln. Die Zitrone heiß abwaschen, die Schale in Zesten abreiben und den Saft auspressen.
- 3 Die Zwiebel und den Sellerie im Olivenöl 3–4 Minuten anbraten, bis sie weich sind.
- 4 Die Brühe in einen Topf gießen und aufkochen. Salz hinzufügen. Die Hähnchenbrust hineingeben und 10 Minuten kochen lassen, bis das Fleisch durchgegart ist. Herausnehmen und zerzupfen.
- 5 In einem Mixer die Eier, den Zitronensaft und $\frac{1}{4}$ des gekochten Reises hinzugeben und zu einer glatten Masse pürieren. Während des Mixens 2 Kellen heiße Brühe aus dem Kochtopf langsam angießen.

- 6 Den restlichen Reis und das Fleisch in die leicht köchelnde Brühe geben. Den Zitronen-Eier-Reis-Mix einrühren, bis die Suppe leicht eingedickt ist. Die Suppe sollte nun nicht mehr kochen, da die Ei-Mischung sonst gerinnen kann.
- 7 Die Zitronen-Hähnchen-Reis-Suppe mit gehacktem Dill und den Zitronenzesten garnieren und servieren.

NÄHRWERTE PRO PORTION

kcal/kJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
ca. 179/755	7,1 g	6,9 g	21,4 g



 VEGETARISCH

MEXIKANISCHE Tortillasuppe

MEXIKANISCHE

Tortillasuppe

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

1 Zwiebel	Salz
3 Knoblauchzehen	Pfeffer
1 Chilischote	2 Weizen-Wraps
1 EL Olivenöl	50 ml Pflanzenöl
1 l Gemüsebrühe	1 Avocado
1 Dose gehackte Tomaten	3 Zweige Koriander
2 Limetten	100 g Cheddar (gerieben)
Koriandergewürz	

UND SO GEHT'S

- 1** Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und hacken. Die Chilischote waschen, entkernen und fein hacken.
- 2** Die Zwiebel im Olivenöl glasig dünsten. Den Knoblauch und die Chilischote dazugeben und kurz mitbraten. Die Brühe und die gehackten Tomaten hineingeben. Aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.
- 3** Die Limetten waschen. Eine Limette in Scheiben schneiden, die andere auspressen. Die Suppe mit dem Limettensaft, Koriandergewürz, Salz und Pfeffer abschmecken.

- 4** Für die Tortillastreifen die Wraps in dünne Streifen schneiden. Die Streifen im Pflanzenöl in kleinen Portionen knusprig braten. Auf etwas Küchentrepp abtropfen lassen. Noch warm mit Salz bestreuen.
- 5** Die Avocado schälen, entkernen und würfeln. Den Koriander waschen und die Blätter abzupfen.
- 6** Die Suppe in Schüsseln füllen und mit Tortillastreifen, frischer Limette und Avocado garnieren. Etwas geriebenen Cheddar darüberstreuen und servieren.

NÄHRWERTE PRO PORTION

kcal/kJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
ca. 462/1921	12,8 g	33,3 g	24,8 g



20 MIN.

ITALIENISCHE Ribollita mit Gemüse

ITALIENISCHE

Ribollita mit Gemüse

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

150 g getrocknete weiße Bohnen	2 EL Olivenöl
1 große Zwiebel	200 g gehackte Tomaten aus der Dose
3 Knoblauchzehen	700 ml Gemüsefond oder Brühe
1 Lorbeerblatt (optional)	1 TL Thymian (gerebelt)
2 Möhren	Salz
1 Stange Lauch	Pfeffer
3 Stangen Staudensellerie	120 g Parmesan
100 g Blattspinat	

UND SO GEHT'S

- 1** Die getrockneten weißen Bohnen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag in einem Sieb abtropfen lassen, mit 2 l Wasser, Knoblauch und ggf. Lorbeer in einen Topf geben und einmal aufkochen. Die Bohnen offen bei milder Hitze 60–70 Minuten schwach kochen, dabei ab und zu die Trübstoffe mit einer Schaumkelle abschöpfen.
- 2** Die Zwiebel, den Knoblauch und die Möhren schälen und fein würfeln. Den Lauch putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Den Sellerie waschen und hacken. Den Spinat waschen und putzen.

- 3** Den Lauch und die Zwiebelwürfel im Öl andünsten. Die Möhren, den Sellerie und den Knoblauch dazugeben und etwa 5 Minuten anbraten.
- 4** Die gehackten Tomaten, die Brühe und den Thymian dazugeben. Kurz aufkochen und dann abgedeckt auf kleiner Hitze 15 Minuten köcheln lassen.
- 5** Die Bohnen in die Suppe geben. Die Hälfte des Parmesans fein reiben und untermischen. 5 Minuten köcheln lassen.
- 6** Einen Teil der Suppe aus dem Topf nehmen und mit dem Stabmixer fein pürieren. Die pürierte Suppe dann wieder zurück in den Topf geben.
- 7** Den Spinat zur Suppe geben und etwa 5 Minuten mitkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem übrigen grob gehobelten Parmesankäse garnieren.

Tipp: Dazu passt geröstetes Brot.

NÄHRWERTE PRO PORTION

kcal/kJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
ca. 405/1696	20,8 g	16,4 g	38,5 g

BRASILIANISCHE Fischsuppe



MIT FISCH

BRASILIANISCHE

Fischsuppe

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

450 g Fisch oder Meeresfrüchte (z. B. Lachs, Kabeljau, Thunfisch, Garnelen etc.)	2 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen	300 ml Kokosmilch
2 Zwiebeln	½ Topf Koriander
1 Limette (unbehandelt)	Pfeffer
Salz	
2 Paprikaschoten	
1 Chilischote	

UND SO GEHT'S

- 1** Den Fisch und die Garnelen über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen. In mundgerechte Stücke schneiden.
- 2** Den Knoblauch und die Zwiebeln schälen. Den Knoblauch hacken und die Zwiebeln in Ringe schneiden. Die Limette heiß abwaschen, die Schale abreiben und den Saft auspressen.
- 3** In einer Schüssel die Fischstücke und die Garnelen mit einem Teil des Knoblauchs, dem Limettensaft und Salz vermengen und darin ca. 60 Minuten ziehen lassen.

- 4** Die Paprikaschoten und die Chilischote waschen, putzen und klein schneiden. Die Zwiebelringe, den restlichen Knoblauch sowie die Paprika und die Chilischote in einem Topf mit Olivenöl andünsten.
- 5** Die Kokosmilch mit 100 ml Wasser angießen, die Limettenschale hinzufügen und alles aufkochen. Den Fisch dazugeben. Abgedeckt 15–20 Minuten bei niedriger Temperatur ziehen lassen, bis der Fisch gar ist.
- 6** Den Koriander waschen, hacken und in die Suppe geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

NÄHRWERTE PRO PORTION

kcal/kJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
ca. 545/2262	29,7 g	40,4 g	12,6 g

MAROKKANISCHE Hackfleischsuppe



MIT FLEISCH



MAROKKANISCHE

Hackfleischsuppe

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

1 Zwiebel	Pfeffer
1 Knoblauchzehe	400 g gehackte Tomaten aus der Dose
100 g grüne Oliven	1 l Rinderbrühe
1 Chilischote	75 g Linsen
1 Topf Koriander	Baharat-Gewürzmischung
250 g Rinderhackfleisch	Kurkuma
2 EL Olivenöl	200 g griechischer Joghurt
Salz	

UND SO GEHT'S

- 1** Die Zwiebel schälen und hacken. Den Knoblauch schälen und pressen. Die Oliven in Scheiben schneiden. Die Chilischote waschen, entkernen und in Ringe schneiden. Den Koriander waschen und hacken.
- 2** Das Hackfleisch im Olivenöl 6–8 Minuten knusprig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen.
- 3** Die Zwiebel in die Pfanne geben und glasig dünsten. Den gepressten Knoblauch, die Chilischote und die gehackten Tomaten dazugeben. 5 Minuten köcheln lassen.

- 4 Das angebratene Hackfleisch, die Rinderbrühe und die Linsen mit in den Topf geben. Aufkochen und ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen den gewünschten Biss haben.
- 5 Die Oliven und die Hälfte des Korianders unterrühren. Die Suppe mit Baharat, Kurkuma, Salz und Pfeffer abschmecken.
- 6 Die Hackfleischsuppe mit Koriander garnieren und griechischen Joghurt dazu reichen.

NÄHRWERTE PRO PORTION

kcal/kJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
ca. 350/1457	21,9 g	19,9 g	17,8 g

INSPIRATION

SUPER IDEEN.

Am 11. Februar wird mitgefiebert. Wir haben die passenden Gadgets für das Football-Superevent.

IM FEBRUAR BEI ALDI SÜD



NFL Snackhelm
zum Servieren von
Chips, Dips etc. mit
herausnehmbarer
Schale und Eimer,
aus Kunststoff,
19,99 €²

**AMERICAN
Beef Jerky**
Sorten: Classic,
Pepper und
Pork Curry,
je 70 g

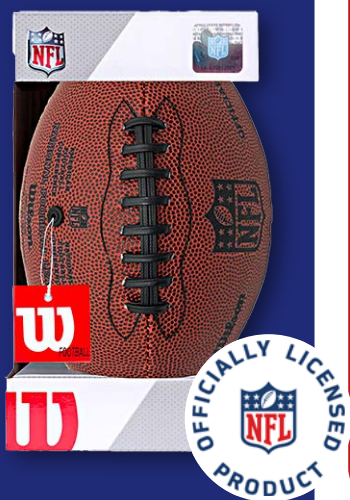


SNACKTIME

Beef Jerky, getrocknetes,
mariniertes Fleisch, ist ein
beliebter Snack in den USA,
der super gegen den kleinen
Hunger hilft.

REZEPT FÜR
HOMEMADE
VEGGIE-
HOT DOG

**WILSON
NFL Mini-
Football'**



90%

der Zuschauer:innen
sehen das Football-
Finale zu Hause oder
bei Freund:innen.

NEU IM SORTIMENT

MY VAY

Wir erweitern das Sortiment
unser veganen Eigenmarke
My Vay. Alle panierten Gerichte
sind vorgegart und lassen sich
fertig braten oder backen.

MY VAY

Cordon Bleu, Mini-Schnitzel,
Knusper-Dinos, Nuggets mit Dip
je 300 g



NEU



ÖKO-TEST

Delikato Ketchup
Im Test:
20 Ketchup
2 sehr gut
7 gut

gut

Ausgabe 03/2023

GUT BEWERTET

Immer wieder erzielen unsere
Eigenmarkenprodukte bei unabhän-
gigen Tests hervorragende Ergebnisse.
Wir freuen uns, dass ÖKO TEST unseren
Delikato Tomaten Ketchup* mit dem
Gesamturteil „gut“ bewertet hat.

DELIKATO
Tomaten
Ketchup
500 ml

*Für ALDI SÜD im Test: „Delikato Tomaten Ketchup“, ermittelt
am Produkt von I. Schroeder (veröffentlicht in der ÖKO-TEST-
Ausgabe 03/23).

EINFACH GEMACHT

GIB MIR 5 ZUTATEN ...

Du wirst staunen, wie einfach deine **Nachos** zubereitet sind. Toppe sie ganz nach deinem Geschmack.



LOW BUDGET

OFEN-NACHOS mit Chili con Carne



SUN
SNACKS
Tortilla Chips
300 g



SPEISEZEIT
Chili con
Carne
800 g

OFEN-NACHOS

mit Chili con Carne

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

200 g Tortilla Chips	200 g Cheddar (gerieben)
400 g Chili con Carne oder Chili sin Carne (aus der Dose)	1 Avocado
	2 Frühlingszwiebeln

UND SO GEHT'S

- 1 Die Tortilla Chips in einer großen Auflaufform verteilen. Das Chili darüber verteilen und alles mit dem geriebenen Käse bestreuen.
- 2 Im vorgeheizten Ofen bei 180 °C Umluft (160 °C Ober- und Unterhitze) 10–15 Minuten überbacken.
- 3 Die Avocado schälen, entkernen und das Fruchtfleisch in dünne Spalten schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen und hacken.
- 4 Die überbackenen Nachos mit den Avocado-scheiben und den Frühlingszwiebeln garnieren und servieren.

NÄHRWERTE PRO PORTION

kcal/kJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
ca. 637/2650	22,1 g	41,7 g	39,3 g



UNSERE
WEINSCHMECKER
AUSWAHL

WEINTIPP

LEICHTER ROSÉWEIN

Ein frischer Rosé aus der Region Kampanien, der mit ausbalancierter Säure punktet

Aglianico-Trauben gehören zu den hochwertigsten Rebsorten Süditaliens. Sie bilden die Basis für den leichten und fruchtbetonten **IL BUFALO ROSA Rosato**. Frische Aromen von Waldbeere, Kirsche und Granatapfel verbinden sich zu einem lebendigen Wein, der sich vor allem zu Fischgerichten empfiehlt.



doctorwine.it



gilbertgaillard.com



lucamaroni.com

IL BUFALO ROSA
2022 Campania Rosato IGP
Italien, trocken, 0,75 l



Quelle: Nielsen Homescan, Wein (kundenindividuelle Kategorie), MAT April 2022, Absatz Pack, LEH+DM im ALDI SÜD Vertriebsgebiet Deutschland

Circa **5** Monate haben die hochwertigen Aglianico-Trauben für den frischen Rosé im **Stahltank** verbracht.

JETZT NEU

Nur Nur
NATUR

BIO, DAS WEITER GEHT

Nur erlesene
Zutaten
Schonende
Herstellungsverfahren
Fördert die
Artenvielfalt



Natürlich lecker, mit erlesenen
Zutaten von Mutter Natur.



NATURLAND
ZERTIFIZIERT



ALDI-SUED.DE/
NUR-NUR-NATUR

FAIR BRUARY

Mach die Welt ein Stück weit fairer und lerne im Fairbruary die Vielfalt und Qualität unseres Fairtrade-Angebots kennen.

Mit der Wahl eines unserer Fairtrade-Produkte setzt du dich für bessere Arbeits- und Lebensbedingungen der Produzent:innen und Klimagerechtigkeit ein.



Fairtrade steht für:

- Mehr Sicherheit durch feste Arbeitsverträge und Mindestlöhne
- Förderung von Gleichberechtigung sowie Umwelt- und Klimaschutz
- Verbot von ausbeuterischer Kinderarbeit
- Sicherheitsnetz durch stabile Mindestpreise
- Prämien für Gemeinschaftsprojekte
- Verbot gefährlicher Pestizide



CHOCO CHANGER
Schokolade versch. Sorten, je 150 g

Rund **170**
Fairtrade-gesiegelte
Produkte¹

ERFAHRE
MEHR ÜBER
FAIRTRADE
BEI
ALDI SÜD

¹ über das Jahr verteilt, die nach dem Fairtrade-Standard oder dem Fairtrade-Rohstoff-Programm für Kakao zertifiziert sind

STICHWORT: KOCHEN. ANTWORT: LECKER!

EINFACH „KOCHEN“ IN UNSEREN **WHATSAPP CHAT**
EINGEBEN FÜR EINEN REZEPTVORSCHLAG PRO TAG.



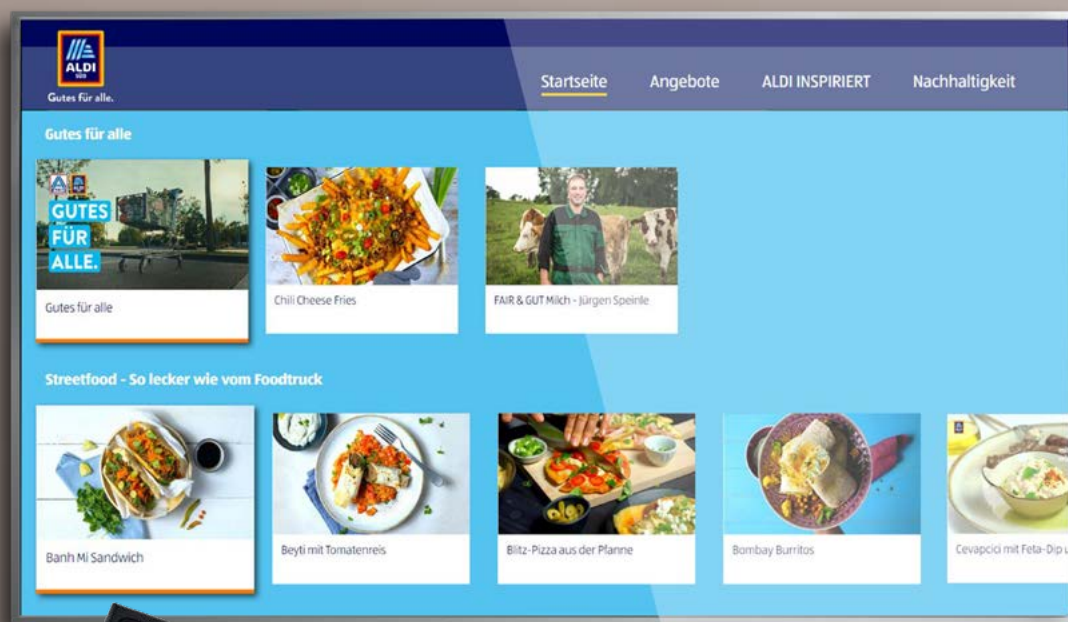
**HIER
GEHT'S ZUM
WHATSAPP
CHAT**



Gutes für alle.

ALLES AUF DEM **SCHIRM** MIT ALDI.

JETZT NEU: **DIE ALDI SÜD TV-APP.** LECKERE
KOCHVIDEOS, TIPPS & TRICKS ZU NACHHALTIGKEIT
UND VIELE WEITERE INSPIRIERENDE THEMEN.



Jetzt auf Samsung Smart-TV oder
Amazon Fire TV Stick downloaden.

erhältlich bei
amazon **SAMSUNG**

REISE-REPORTAGE

VIELFÄLTIGES TENERIFFA.

BUCHÉ
JETZT DEINE
TENERIFFA-
TRAUMREISE

ALDI REISEN

**Bunte Dörfer, bizarre Vulkanlandschaften,
weite Strände: Die kanarische Insel hat einiges
zu bieten und ist ein ideales Winterreiseziel**



So genießt man den Sonnenuntergang: mit Blick auf die Masca-Schlucht im Westen Teneriffas.

Ein klirrend kalter Winter in unseren Breiten hat zwar auch seinen Charme, aber mal ehrlich: Manchmal möchte man ihm doch nur zu gerne entfliehen. Also: Ab auf die Insel! Mit 300 Sonnentagen im Jahr und Temperaturen um die 17 Grad ist Teneriffa die ideale Adresse, um im Winter Wärme und Licht zu tanken. Die vulkanisch geformte Insel ist Teil der Kanaren, eines Archipels, das im Atlantik vor der afrikanischen Küste liegt, aber noch zu Spanien und damit zur Europäischen Union gehört. Teneriffa ist die größte Insel der Kanaren und von der Natur reich beschenkt: Subtropische Küste trifft auf bergige Regionen, üppige Vegetation auf bizarre Lavasteinformationen. Egal, ob man wandern, die Sonne oder die Natur genießen will – hier ist für alle etwas dabei.

FARBEN UND NATURSKULPTUREN

Teneriffa hat viele Gesichter, aber mit am beeindruckendsten sind die bizarr geformten Vulkanlandschaften in ihren erdigen Farben Schwarz, Ocker und Rot. Der Februar zeichnet sein eigenes Bild: Zu dieser Zeit hüllt die Mandelblüte die Insel in ein weißes Blütenkleid. Auf Teneriffa gibt es 43 Naturschutzgebiete, die etwa die Hälfte der Inselfläche ausmachen. Zu den bekanntesten zählt der von der UNESCO zum Weltnaturerbe erklärte

Im Februar kann man die Mandelbäume in der von Lava erstarrten Landschaft bewundern.



Teide-Nationalpark. Dort ragt in einer mondgleichen Landschaft der Pico del Teide empor, mit 3718 Metern ist er der höchste Gipfel Spaniens. Eine Seilbahn trägt dich nach oben zu einer Aussichtsplattform über dem Wolkenmeer. Ebenfalls ein beliebtes Ausflugsziel ist die Steilküste Los Gigantes mit ihren meterhohen Felsklippen an der Westküste. Vor dort aus bringen dich Bootstouren ins Reich der Wale und Delfine.

ZU WASSER, LAND, STRAND ODER LUFT

Je vielfältiger die Natur, umso mehr Möglichkeiten: Neben Wander- und Radtouren ist Teneriffa für sein Tauchangebot und seine Gleitschirmflüge bekannt. Entdecke surreale Unterwasserwelten mit versunkenen Schiffen und Höhlen oder schaue dir die Insel aus der Vogelperspektive an. Die durch erstarrte Lava geformten natürlichen Pools in Bajamar oder Garachico sind einen Badebesuch wert. Der Strand von Bollullo liegt im Norden Teneriffas und ist geprägt von schwarzem Sand. Ein Wunderwerk der Natur ist

“

Teneriffa ist ein wahres Paradies für Taucher:innen mit seinen bunten Korallenriffen und Fischen.



der riesige „Drago Milenario“, ein ca. 800 Jahre alter Drachenbaum im Jardín Botánico Puerto de la Cruz. Am Berg hängende Bilderbuch-Dörfer, wie das bunte San Andrés, laden zum Zwischenstopp ein. Genieße das Flair der Hafenstadt Santa Cruz de Tenerife und koste köstliche Meeresfrüchte zum Wein.

VALENTINSTAG

KISS-ME- CAKE

Überrasche deinen Lieblingsmenschen mit einem **Schoko-Brownie im Glas** und genießt entspannt die Zeit der Zweisamkeit

VALENTINS- BACKMIX

SWEETY

Mit dieser süßen Aufmerksamkeit zum Valentinstag wirst du garantiert viel Liebe ernten. Für einen besonderen Effekt kannst du z. B. noch ein Stück Schokolade hineinbacken – mhmm, zum Dahinschmelzen!



BACK FAMILY
Brownies
mit Zartbitter-
Chunks,
420 g

VALENTINSBACKMIX

Schoko-Brownies im Glas

ZUTATEN FÜR CA. 15 BROWNIES:

Im Glas:	100 g Schokolade
100 g Mehl	6 Walnüsse (grob gehackt)
1 TL Backpulver	
150 g brauner Zucker	Außerdem:
50 g weißer Zucker	3 Eier
80 g Kakao	180 g Butter
80 g gemahlene Mandeln	1 Prise Salz

UND SO GEHT'S

- 1** Die trockenen Zutaten nacheinander in ein großes Glas (Füllmenge ca. 700–800 ml) schichten.
- 2** Das Glas mit einer Schleife und einem Etikett zum Verschenken verzieren.
- 3** Zum Backen der Brownies alle Zutaten aus dem Glas in eine große Schüssel geben.
- 4** Die Eier schaumig aufschlagen. Die Butter schmelzen. Die Backmischung mit den Eiern, der Butter und 1 Prise Salz zu einem Teig verrühren.
- 5** Den Teig in eine gefettete Auflaufform oder Brownie-Form gießen und im vorgeheizten Ofen bei

160 °C Umluft (180 °C Ober- und Unterhitze)
ca. 20 Minuten backen.

- 6 Den Teig auskühlen lassen, in Rechtecke schneiden und servieren.

NÄHRWERTE PRO PORTION

kcal/kJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
ca. 281/1169	4,6 g	18,3 g	22,8 g



Alina Seitlinger,
32 Jahre, HR im Office Manage-
ment, ALDI SÜD Rastatt

MEIN REZEPT

HERZIGE PIZZA zum Valentinstag

RAFFINIERT



MEIN PRODUKTTIPP



LE GUSTO
Oregano
gerebelt,
12 g



Für die perfekte Pizzasauce ist der gerebelte **LE GUSTO Oregano** von **ALDI SÜD** einfach ein Muss.

HERZIGE PIZZA

zum Valentinstag

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN

½ Würfel Hefe	6 Scheiben Salami
1 Prise Zucker	80 g Rucola
300 g Weizenmehl	50 g Parmesan (gehobelt)
Salz	
Olivenöl	
500 g passierte Tomaten	
Pfeffer	
1 TL getrockneter Oregano	
200 g Mozzarella	

UND SO GEHT'S

- 1** Die Hefe mit 1 Prise Zucker in 150 ml lauwarmes Wasser bröseln und ca. 10 Minuten darin quellen lassen.
- 2** Das Mehl und ½ TL Salz mischen. Das Hefe-Wasser und 2 EL Olivenöl in die Mehlmischung geben und ca. 10 Minuten zu einem elastischen Teig kneten.
- 3** Den Teig abgedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen.
- 4** Die passierten Tomaten aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen.
Noch warm mit Salz bestreuen.

- 5 Den Mozzarella in Scheiben schneiden und aus der Salami mit Plätzchen-Formen kleine Herzchen ausstechen.
- 6 Den Teig halbieren, zwei Teigkreise ausrollen und diese anschließend in eine Herzform bringen.
- 7 Die Tomaten-Sauce auf den Pizzen verstreichen. Den Mozzarella und die Salami darauf verteilen.
- 8 Die Pizzen im vorgeheizten Ofen bei 220 °C Umluft (240 °C Ober- und Unterhitze) 15 Minuten backen.
- 9 Vor dem Servieren mit etwas Rucola und Parmesan bestreuen.

NÄHRWERTE PRO PORTION

kcal/kJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
ca. 576/2418	25,9 g	24,0 g	64,0 g

AUSFLUGSTIPPS

Der Valentinstag ist ein guter Anlass, gemeinsame Zeit zu verbringen. Ob drinnen oder draußen: Romantik findet sich überall.

1 EWIGE LIEBE

Stuttgart. Eine schöne Tradition zum Valentinstag könnte ein Ausflug zum „Denkmal Ewiger Liebe“ werden. König Wilhelm I. hatte es auf dem Württemberg zum Gedenken an seine Gemahlin Katharina erbaut – mit weitem Blick über das Neckartal. Als Mitbringsel bietet sich der hauseigene Honig an.



www.grabkapelle-rotenberg.de

2 CANDLE-LIGHT-DINNER

Ahorntal. Eine romantische Atmosphäre ist beim Candle-Light-Dinner in der Burg Rabenstein garantiert. Ob im Markgrafensaal oder im Jagdzimmer: Euch erwartet ein 5-Gänge-Menü, das speziell zum Valentinstag zusammengestellt wurde.

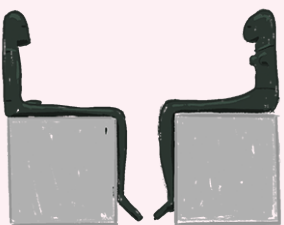


burg-rabenstein.de

3 WALK OF LOVE

Neumarkt i. d. Oberpfalz. Zum Rundgang „Alles aus Liebe“ lädt das Museum Lothar Fischer am Valentinstag von 17.30–19 Uhr ein. Am Ende der Führung stoßt ihr gemeinsam auf eine glückliche Zukunft an.

tourismus-neumarkt.de



INSPIRATION

VALENTINSTAG

Es gibt viele Anlässe, an denen man seine Liebe zeigen kann. Der Valentinstag ist einer davon.

IM FEBRUAR BEI ALDI SÜD



Immer eine gute
Geschenkidee – auch
last minute!

Entdecke die Vielfalt
unserer ALDI SÜD
Guthaben- und
Gutscheinkarten
in der Filiale*



MEINE
KUCHENWELT

Himbeertorte
in Herzform,
tiefgefroren,
600 g

ALDI FOTO

ALDI Fotobuch
A4 mit Hard-
cover-Bindung
inkl. 32 S. im
hochwertigen
Digitaldruck
oder auf
Echtfoto-Papier



SEI KREATIV.

Bring deine schönsten Erinne-
rungen auf die Leinwand oder
verewige sie in einem selbst
gestalteten Fotobuch.



Foto-Leinwand
handgespanntes
Leinwandgewebe,
Keilrahmen: 2 cm
aus Fichtenholz,
versch. Formate

*ALDI SÜD ist nicht Leistungs-
erbringer. Die Leistung wird nach
Einlösung von einem Dritten erbracht.

SCHALTJAHR

HURRA, 1 TAG MEHR!

FEBRUAR

29

2024 ist wieder ein Schaltjahr. Kommt es dir auch so vor, als würde dir ein ganzer Tag geschenkt?

Etwa einen Vierteltag mehr als 365 Tage braucht die Erde, um die Sonne zu umrunden. In vier Jahren kommt so ein ganzer Tag zusammen: **der 29. Februar**. Durch das Schaltjahr wird verhindert, dass sich die Jahreszeiten verschieben.



PLAYLAND

Rahmenpuzzle

2er-Sets, versch.

Modelle z. B. Bauernhof,

ab 3 Jahren,

3,99 €²



MEHR ZEIT FÜR ...

... deine Freund:innen.
Verabredet euch zum
Basteln oder Malen. Zum
nächsten Schaltjahr 2028
zeigt ihr euch, was ihr
damals gestaltet habt.



KARNEVAL

DIE MINI-NARREN SIND LOS.

In diesem Jahr könnt ihr euch auf tierischen Spaß freuen.
Bist du eher **Frosch** oder **Fuchs**?



FUCHSOHREN ODER FROSCHAUGEN?

Etwas Zeit ist bestimmt noch, bis ihr in Kindergarten, Schule oder zu Hause Karneval feiert. Warum also das Kostüm nicht einmal selbst gestalten? Das macht Spaß und sorgt für Vorfreude.



ODER LIEBER
EIN FUCHS-
GESICHT?
SO GEHT'S!

**KOSTÜM-DIY-
HAARREIF**



TIERISCH SCHMINKEN

Habt ihr auch so viel Spaß, dein Gesicht anzumalen? Oft reichen schon ein paar Striche und fertig ist die Maskerade. Lass dir dabei von Erwachsenen helfen.

DIY-KOSTÜM-HAARREIF

Fuchsohren und Froschaugen

DAS BRAUCHST DU:

Haarreifen

Moosgummi in den Farben
Grün, Schwarz, Orange
und Weiß

Schere

Heißkleber

UND SO GEHT'S



- 1 Für die Fuchsohren 2 Stück oranges Moosgummi aufeinander kleben und daraus zwei Ohren (ca. 6 x 6 x 6 cm) zuschneiden. Zwei etwas kleinere Dreiecke (ca. 5 x 5 x 5 cm) aus weißem Moosgummi ausschneiden und auf die orangen Ohren kleben. Die Ohren an den Haarreif legen und an der unteren Seite so zuschneiden, dass sie gut auf den Haarreif passen. Dann kannst du die Fuchsohren mit Heißkleber oben auf dem Haarreif befestigen. Lass dir beim Kleben von einem Erwachsenen helfen!



- 2** Für die Froschaugen schneidest du zwei Kreise aus grünem Moosgummi (ca. 7 cm Ø), zwei Kreise aus weißem Moosgummi (ca. 5 cm Ø) und zwei Kreise aus schwarzem Moosgummi (ca. 4 cm Ø) aus. Klebe die weißen Kreise auf das grüne Moosgummi und die schwarzen Kreise auf die weißen Kreise. Lege die Froschaugen an den Haarreif und schneide sie so zu, dass sie gut auf den Haarreif passen. Jetzt kannst du die Froschaugen mit Heißkleber oben auf dem Haarreif befestigen. Lass dir beim Kleben von einem Erwachsenen helfen!

FAMILIENREZEPT

APFEL-LASAGNE

Die typische Lasagne mag wohl jeder. Doch wie wäre es mal mit einer fruchtigen Variante?



ZUSAMMEN GEHT ES SO EINFACH



1 kg Äpfel (1 Apfel beiseitelegen) schälen, entkernen, würfeln. Mit 100 ml Wasser, 6 EL Zitronensaft, 1 EL Honig, 1 ½ TL Zimt in einem Topf ca. 20 Minuten köcheln lassen, zu Mus stampfen.

APFEL-LASAGNE

ZUTATEN FÜR 4-6 PORTIONEN

1 kg Äpfel	2 Eier
1 Zitrone	60 g Zucker
1 EL Honig	1 Pck. Vanillepuddingpulver
½ TL Zimt	50 g Butter (kalt)
500 g Magerquark	60 g Mandeln (blanchiert, gehackt)
150 g Schmand	Sultaninen (optional)
150 ml Milch	

UND SO GEHT'S

- 1** Die Äpfel waschen und einen Apfel beiseitelegen.
- 2** Die restlichen Äpfel schälen, entkernen und würfeln. Die Würfel zusammen mit 100 ml Wasser, dem Saft einer Zitrone, dem Honig und dem Zimt in einem Topf abgedeckt ca. 20 Minuten köcheln lassen. Mit einem Stampfer zu einem stückigen Apfelmus grob stampfen.
- 3** Den Quark, den Schmand, die Milch, die Eier, den Zucker und das Puddingpulver mit einem Handrührgerät zu einer cremigen Masse verquirlen.
- 4** Den restlichen Apfel schälen, entkernen und in dünne Spalten schneiden.

- 5** Eine Auflaufform fetten und einen kleinen Klecks Quarkcreme darin verteilen. Nun immer im Wechsel die Lasagneplatten, das Apfelkompott und die Quarkcreme einschichten. Wer mag, kann an dieser Stelle auch ein paar Sultaninen einstreuen.
- 6** Mit einer Schicht Quarkcreme abschließen und die Apfelscheiben darauf verteilen. Ein paar Butterflocken und etwas Zimt darüber geben.
- 7** Im vorgeheizten Ofen bei 160 °C Umluft (180 °C Ober- und Unterhitze) ca. 45 Minuten backen.
- 8** In den letzten 10 Backminuten die gehackten Mandeln darüber streuen.

Tipp: Vor dem Servieren ein paar Minuten ruhen lassen. So lässt sich die Apfel-Lasagne besser anschneiden.

NÄHRWERTE PRO PORTION

kcal/kJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
ca. 449/1786	16,0 g	20,6 g	48,0 g

VORSCHAU

UNSERE THEMEN IM MÄRZ



FROHE OSTERN

Überrasche deine Liebsten mit feinen Backwaren für die Ostertafel.



RAUF AUF DEN SATTEL

Von Akku bis Beleuchtung – mach den Frühjahrscheck für dein E-Bike.



DER GARTEN RUFT

Hobbygärtner:innen atmen auf: Die Saison hat begonnen.

IMPRESSUM

Herausgeber: ALDI SÜD Dienstleistungs-SE & Co. oHG,
Unternehmensgruppe ALDI SÜD, Burgstraße 37, 45476 Mülheim an der Ruhr

V.i.S.d.P.: Dr. Bastian Dinter

Firma und Anschrift unserer regional tätigen Unternehmen findest du auf aldi-sued.de/filialen oder mittels unserer kostenlosen automatisierten Service-Nummer 0800 8002534.

E-Mail an die Redaktion: inspiriert@aldi-sued.de
Interessierte für Anzeigenschaltungen wenden sich bitte an die E-Mail:
inspiriert@aldi-sued.de

Möchtest du regelmäßig über unser aktuelles Angebot informiert werden?
Dann nutze unseren E-Mail-Service und erhalte kostenlos unseren Newsletter:
aldi-sued.de/newsletter

Produktion: Raufeld Medien GmbH, Paul-Lincke-Ufer 42/43,
10999 Berlin

Bei direkten oder indirekten Verweisen auf fremde Internetseiten macht sich die ALDI SÜD Dienstleistungs-SE & Co. oHG deren Inhalt nicht zu eigen. Die ALDI SÜD Dienstleistungs-SE & Co. oHG haftet für die Inhalte dieser Internetseiten nicht. Die Verantwortlichkeit liegt allein beim jeweiligen Anbieter.

Bildnachweise: Titelfoto und Intro: Meike Bergmann/raufeld; Suppengenuss: Meike Bergmann/raufeld; Einfach gemacht: raufeld; Reise-Reportage: Getty Images (1-9), Valentinstag: raufeld; Mitarbeiterrezept: raufeld; Ausflugstipps: raufeld (Illustrationen); Schaltjahr: Getty Images (1-3); Karneval: Getty Images; raufeld (Illustration und DIY); Familienrezept: Line Holler/raufeld, raufeld (Illustrationen); Vorschau: Meike Bergmann/raufeld (1), Getty Images (2,3); Produktabbildungen: ALDI SÜD

FOLGE UNS



facebook.com/ALDI.SUED



youtube.com/ALDISUEDDE



instagram.com/ALDISUEDDE



xing.com/companies/aldisued



de.linkedin.com/company/aldi-sued



tiktok.com/@aldisuedde

AUFLÖSUNG DER FUSSNOTEN

- 1 Bei Redaktionsschluss stand der Preis noch nicht fest. Preise sind unserer Website unter [aldi-sued.de](https://www.aldi-sued.de) zu entnehmen.
- 2 Wir bitten um Beachtung, dass diese Aktionsartikel im Unterschied zu unserem ständig vorhandenen Sortiment nur in begrenzter Anzahl zur Verfügung stehen. Sie können daher schon am Vormittag des ersten Aktionstages kurz nach Aktionsbeginn ausverkauft sein. Aufgrund der aktuellen Situation in der internationalen Seefracht sind einzelne Artikel zeitweise nicht verfügbar. Bekleidung ist teilweise nicht in allen Größen verfügbar. Alle Artikel ohne Dekoration.