



Das Kundenmagazin von ALDI SÜD
Ausgabe Juli/August 2021

INSPIRIERT

HITZEFREI

Kühl durch
heiße Tage
und Nächte –
auch ohne
Klimaanlage

GLÜCKLICHE HUNDE

Auf Reisen
mit dem
vierbeinigen
Freund

DEN SOMMER GENIESSSEN

Entdecken Sie bunte Eisrezepte mit Beeren,
italienische Köstlichkeiten und jede Menge gute
Ideen für die sonnige Jahreszeit



RAIMUND PRÜM

RIESLING
TROCKEN
MOSEL

Die Mosel bringt Spitzenweine von beispielloser Intensität hervor. Dank des kühlen Klimas und der wärmespeichernden Schieferböden reifen die Trauben besonders langsam.

Hier ist der renommierte Winemaker Raimund Prüm zu Hause, der sich voll und ganz der Liebe zum Riesling verschrieben hat. Für diesen Wein teilt Raimund Prüm sein Wissen mit einem erlesenen Kreis von Weinexperten. Sein Engagement für die Region wird mit jeder Flasche geschmackvoll entlohnt. Denn mit feiner Frucht und eleganter Mineralität trägt dieser Riesling die unverkennbare Handschrift seiner einzigartigen Herkunft.



VEGAN

LIEBE KUNDEN,

haben Sie schon Ihr Lieblingseis für diesen Sommer gefunden? Wir möchten Ihnen die Wahl ein bisschen erschweren und präsentieren ab Seite 7 die ganze Vielfalt des Eisvergnügens von Semifreddo bis Mochi-Eis. Immer mit dabei: die Aromen von frischen Beeren. Um Ihnen noch mehr Appetit zu machen, entführen wir Sie ab Seite 18 nach Bella Italia. Vielleicht überrascht es Sie, wie unkompliziert die italienische Küche im Grunde ist. Im Nu ist ein vier- oder fünfgängiges mediterranes Menü für einen lauen Sommerabend angeordnet. Dazu gehört natürlich ein schönes Glas Wein. Was hochklassigen Wein ausmacht und wie viel Arbeit und Liebe dahintersteckt, erfahren Sie in unserer Reportage über den Winzer Johannes Leitz (S. 26). Das Rheingau wäre übrigens auch ein schönes Ziel für Leute mit Hund. Viele Menschen haben sich im letzten Jahr ein Haustier zugelegt. Da steht in diesem Jahr ein ganz neues Thema auf der Agenda: die erste Reise mit Hund. Ab Seite 40 sagen wir Ihnen, wo und wie Ihre Auszeit mit dem Vierbeiner perfekt wird. Auch für unsere jüngsten Leser haben wir jede Menge Sommerferien-Aktivitäten parat (S. 52) und ab Seite 54 stehen die Schulanfänger im Mittelpunkt. Wir geben Tipps zur Einschulung und zeigen, wie schon der allererste Schultag zum schönen Erlebnis wird.

Wir wünschen viel Vergnügen beim Lesen und Genießen!

Ihre „ALDI INSPIRIERT“-Redaktion

AUSGEZEICHNET!
Beim diesjährigen German Brand Award wurde ALDI SÜD mit snoopstar mit „Gold“ ausgezeichnet.*

MIT snoopstar KANN UNSER MAGAZIN NOCH MEHR!

Mit unserer Partner-App snoopstar sind unsere Inhalte schon heute in neuer Dimension erlebbar – und jede Woche kommen weitere hinzu! Mehr Infos auf aldi-sued.de/snoopstar



1. Diesen QR-Code scannen.



2. snoopstar-App kostenlos laden & öffnen.



3. Magazinseiten mit diesem Hinweis entdecken & scannen. WICHTIG: Die Kamera muss die ganze Seite erfassen. Viel Spaß!



* Die Auszeichnung erfolgte in der Kategorie Excellence in Brand Strategy and Creation – Brand Communication – Digital Solutions & Apps.

SOMMER

DEN SOMMER GENIEßEN

Eis, Eis, Berry  **7**
 Eis ist nicht gleich Eis! Wir zeigen, was möglich ist, und haben außerdem noch ziemlich fruchtige Rezepte

ESSEN & TRINKEN

Inspiration  **17**
 Schöne und praktische Produkte für den perfekten Kaffeegenuss zu Hause

Dolce Vita  **18**
 Holen Sie sich Italien auf den Teller und erfahren Sie Wissenswertes über die italienische Küche

Zu Besuch bei ...  **26**
 ... Johannes Leitz, einem der besten deutschen Winzer. Er erzählt über seine Liebe zum Wein

Tolle Trauben  **30**
 Alles über Weintrauben und wie vielseitig sie sich nutzen lassen

UNTERNEHMEN & VERANTWORTUNG

Sojaanbau **34**
 ALDI SÜD fördert den nachhaltigen Anbau und die Transparenz entlang der Lieferketten

Arved Fuchs  **36**
 Der Abenteurer und Forscher tritt für Natur- und Klimaschutz ein – und kooperiert mit ALDI SÜD

NAH & FERN

Regionalseiten **38**
 Ausflugstipps und ALDI Mitarbeiter-Rezepte aus Ihrer ALDI SÜD Region

Ferien mit Hund  **40**
 Was Sie für einen Urlaub mit Ihrem vierbeinigen Freund wissen müssen – und sechs hundefreundliche Reiseziele

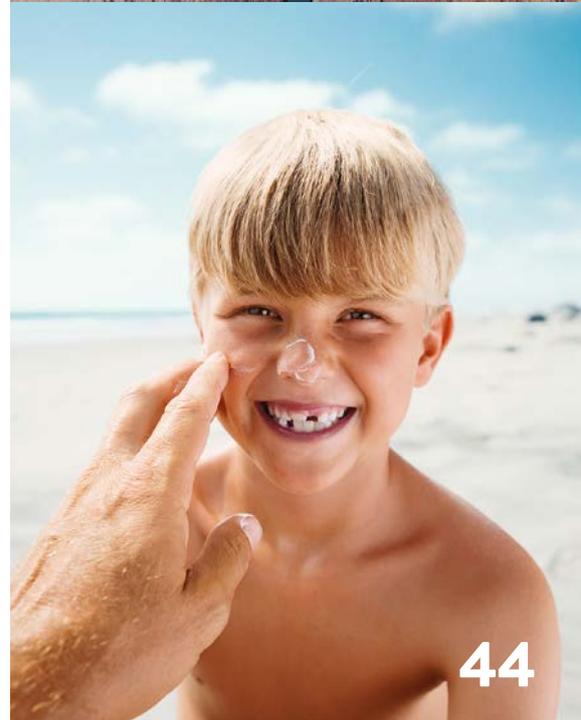
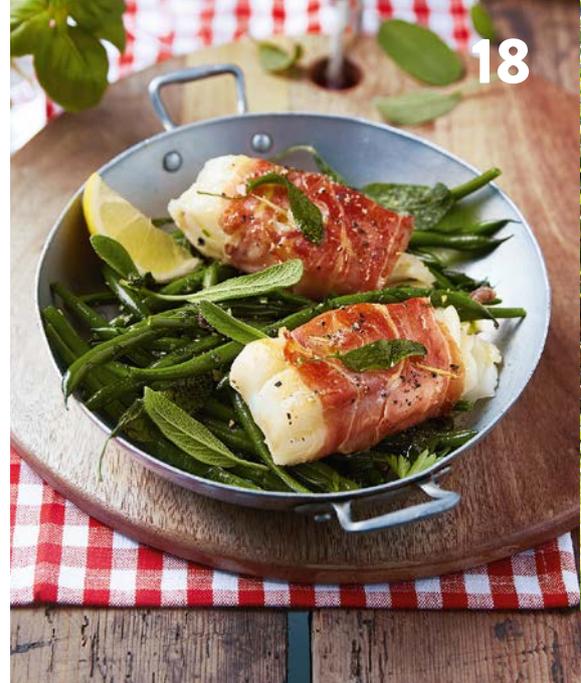
LEBEN & MEHR

Hot Summer **44**
 Wie Sie gut durch eine Hitzewelle kommen und Ihre Wohnung auch ohne Klimaanlage kühl bleibt

Schmerz, lass nach **46**
 Haben Sie doch mal zu viel Sonne abbekommen? Wir haben Tipps, wie sich der Brand löschen lässt

Ferien vor der Tür  **52**
 Langeweile? Keine Chance! Spaß und Abenteuer lassen sich auch toll zu Hause erleben

Endlich Schulkind  **54**
 So wird der erste Schultag für Ihr Kind zum unvergesslichen Erlebnis





7

26



ALLE REZEPTE

- 8 **Mochi-Eis**
mit Erdbeereis-Füllung
- 9 **Sahneeis**
Chili-Chocolate-Cherry
- 10 **Veganes Semifreddo**
mit Himbeeren und Pistazien
- 11 **Eis am Stiel**
mit Brombeere und Himbeere
- 12 **Gugelhupf-Pralinen**
mit Johannisbeer-Kokos-Eis
- 13 **Blueberry Nicecream**
mit Cashews und Zimt
- 14 **Sandwich-Eis**
Beerenmix-Crème fraîche
- 16 **Pfirsich-Sirup**
für die Sommer-Limonade
- 20 **Polenta-Crostini**
mit Salsiccia, Sardellen und Gemüse
- 21 **Insalata di Finocchio**
Fenchelsalat mit Orangen
- 22 **Spaghetti con Salsa di Noci**
Pasta mit ligurischer Walnuss-Sauce
- 23 **Brasato al Vino Rosso**
Rinderbraten in Rotwein
- 24 **Kabeljau-Saltimbocca**
mit grünen Bohnen
- 25 **Torta della Nonna**
mit Pinienkernen
- 38 **Regionale Spezialität**
- 57 **Kalter Hund**
Kekskuchen zur Einschulung

VERSCHOBEN AUF SEPTEMBER

INSPIRATION

IM JULI BEI ALDI SÜD



1, 2, 3,
Beerensmoothie!
150 g Beeren, 200 g Joghurt
und 1 TL Honig mixen,
fertig!



MIAMI PEACH

Pfirsicheistee mit Fruchtwein:
In den USA sind sogenannte
„Hard Iced Teas“, also
alkohol- und koffeinhaltige
Eistees, seit vielen Jahren
beliebt. Mit shoretee kommt
die Idee jetzt auch zu uns.

shoretee
330 ml



Zitruspresse
Ombre

VERSCHOBEN AUF SEPTEMBER

SAUBER GEPRESST

So bleiben die Hände sauber
und es kommt mehr Saft aus
den Zitrusfrüchten.

Ganze Seite scannen & informieren

Drei weitere Smoothie-Ideen im PDF entdecken!

GUT GEMIXT

Unentbehrlich! Aber
selten so formschön,
funktional und farben-
froh! Dieser Mixer
muss sich auf keinen
Fall im Küchenschrank
verstecken.

Stabmixer
Ombre



Cooler Cocktails

Barkeeper-Träume? Die
werden diesen Sommer
wahr. Im Handumdrehen
sind die erfrischenden
Klassiker aus der eigenen
Hausbar serviert.

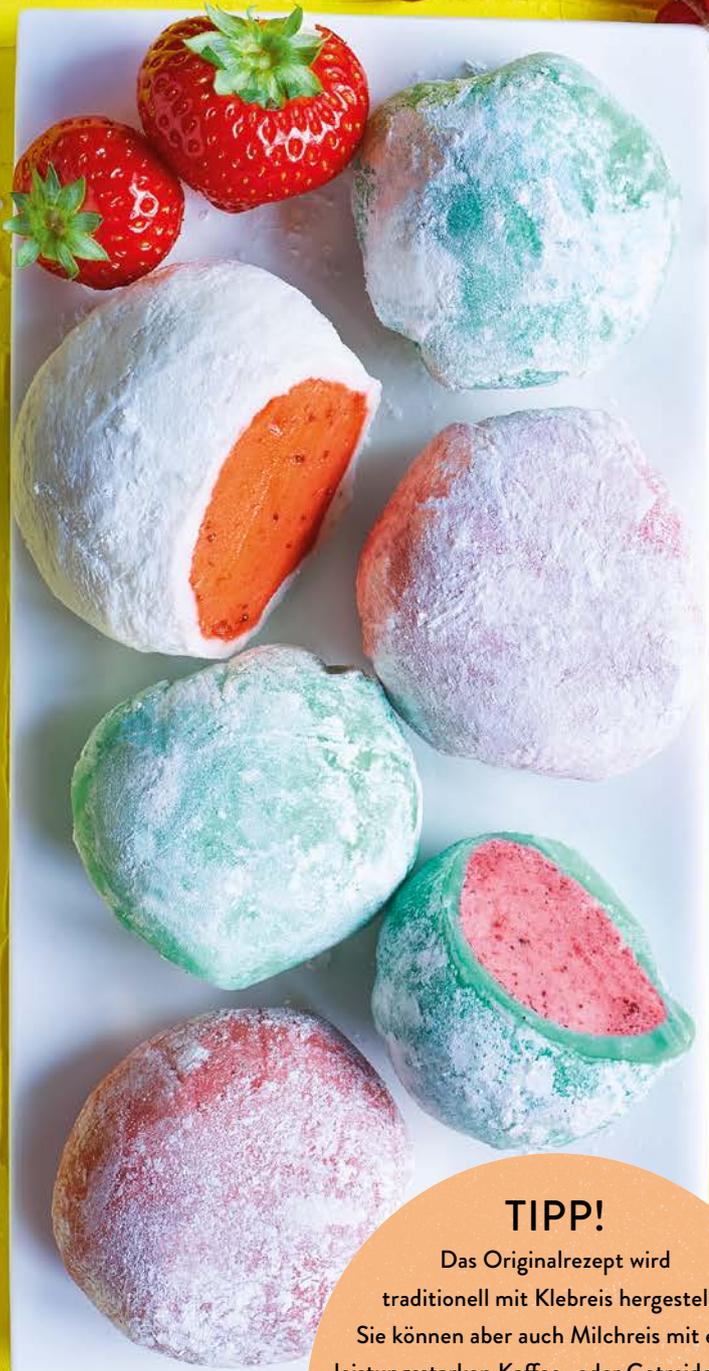
Limes Likör
verschiedene Sorten



Frozen Cocktails
verschiedene Sorten

BERRY (N)ICE

Frostig, fruchtig und richtig schön bunt: unsere liebsten Sommerfrüchtchen Himbeere, Heidelbeere und Co. – eiskalt serviert und kombiniert.



TIPP!

Das Originalrezept wird traditionell mit Klebreis hergestellt. Sie können aber auch Milchreis mit einer leistungsstarken Kaffee- oder Getreidemühle zu Reismehl mahlen. Am besten in Etappen arbeiten und den Reis insgesamt ca. 1 Minute mahlen. Das Mehl anschließend sieben. Die Konsistenz ist ein bisschen weniger elastisch als bei Klebreismehl, aber das Ergebnis ebenso lecker.



MOCHI-EIS

mit Erdbeereis-Füllung

Mit einem Melonenausstecher oder Kaffeemesslöffel (Ø ca. 4 cm) 10 kleine Kugeln Eis ausstechen und in je eine Muffinform setzen. Für ca. 1 Stunde in den Tiefkühler geben. Das Klebreismehl mit dem Puderzucker in einer Schüssel mischen, 250 ml warmes Wasser hinzugeben und zu einer glatten Masse verquirlen. Die Lebensmittelfarbe einrühren. Die Schüssel, mit Frischhaltefolie abgedeckt, bei 600 bis 800 Watt für 1 Minute in die Mikrowelle geben. Den Teig mit einem angefeuchteten Spatel gut durchrühren, wieder abdecken und in Etappen insgesamt 5 Minuten in der Mikrowelle garen. Zwischendurch rühren, bis er leicht glänzend und sehr klebrig geworden ist. Ein mit Backpapier ausgelegtes Blech großzügig mit Speisestärke bestreuen. Den Teig in die Mitte geben und mit Stärke bestreuen. Mit den Händen zu einer ca. 25 cm x 25 cm großen Fläche (ca. 3 mm bis 5 mm dick) ausbreiten. Den Teig für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Aus dem gekühlten Teig ca. 8 cm x 8 cm große Quadrate ausschneiden, überschüssige Stärke mit einem Pinsel entfernen. Die Quadrate, durch je ein Stück Folie getrennt, stapeln und weitere 30 Minuten kühl stellen. Jetzt muss es schnell gehen: Je eine gefrorene Eiskugel aus dem Tiefkühler holen und in die Mitte eines Teigquadrates setzen. Die Enden des Teiges umschlagen, leicht festdrücken, in ein Stück Folie wickeln, die Folienenden fest zusammenzwirbeln und so die Kugel formen. Sofort in den Tiefkühler geben und mit der nächsten Kugel fortfahren. Die Mochis mindestens 1 Stunde tiefkühlen. Vor dem Essen ca. 10 Minuten antauen lassen.

||| ca. 110 kcal/465 kJ, 1,5 g Eiweiß, 2,8 g Fett, 19,8 g Kohlenhydrate (pro Stück)

ZUTATEN FÜR 9-10 MOCHIS

400 g Eiscreme (z. B. Erdbeereis), 150 g Klebreismehl (gemahlene Milchreiskörner), 70 g Puderzucker, Lebensmittelfarbe (Pulver), Speisestärke



SAHNEEIS

Chili-Chocolate-Cherry

Die Schokolade fein hacken. Die Chilischote waschen, entkernen und hacken. Die Kirschen waschen, entkernen und im Gefrierfach anfrieren lassen. Die Milch mit der Chilischote, dem Zucker und der Sahne aufkochen. Die Eier und Eigelbe verquirlen und über ein Wasserbad geben. Unter Rühren nach und nach den Milch-Sahne-Mix dazugießen. Bei mittlerer Hitze cremig schlagen. Die Temperatur darf nicht zu hoch sein, damit die Eier nicht gerinnen. Vom Herd nehmen und die gehackte Schokolade unterrühren und schmelzen lassen. Anschließend abkühlen lassen. Die Eismasse durch ein Sieb in die Eismaschine füllen und nach Herstelleranweisung zubereiten. Die Kirschen in Stücke schneiden und nach 20 Minuten mit in die Maschine geben.

Tipp: Wer keine Eismaschine hat, lässt die Masse in einer verschließbaren Metallschüssel anfrieren. Dann die Kirschen dazugeben, alles mit einem starken Schneebesen verrühren und wieder zurück in den Tiefkühler. Halbstündlich rühren, bis das Eis durchgefroren ist.

||| ca. 153 kcal/639 kJ, 2,8 g Eiweiß, 9 g Fett, 14,8 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 750 ML
 100 g Zartbitterschokolade, 1 Chilischote,
 120 g Kirschen, 250 ml Milch, 100 g Zucker,
 200 ml Sahne, 2 Eier, 2 Eigelb

IM JULI UND AUGUST
 BEI ALDI SÜD



Eistüten
 100 g



VEGANES SEMIFREDDO

mit Himbeeren und Pistazien

Die Kokosnussmilch über Nacht in den Kühlschrank stellen. Eine Kastenform (ca. 25 cm) mit Klarsichtfolie auslegen. 400 g Beeren waschen und mit 30 ml Ahornsirup, 40 ml Wasser und dem Zimt aufkochen. 15 Minuten köcheln, dann abkühlen lassen. 3 EL Pistazien hacken. Die in der Dose oben abgesetzte Kokosnusscreme herauslöffeln und ca. 2 Minuten cremig aufschlagen. Die Avocado schälen, entkernen und das Fruchtfleisch mit 100 ml Ahornsirup, dem Vanillinzucker und dem Zitronensaft pürieren. Das Kichererbsenwasser mit dem Backpulver ca. 10 Minuten eischneeartig aufschlagen. Die Kokosnusscreme, die Avocadomasse und den Kichererbsen-Schnee durch vorsichtiges Unterheben vermischen. Die Creme, die Himbeersauce und die Pistazien abwechselnd in die Form schichten. Etwas Himbeersauce für die Deko beiseitestellen. Mit einer Schicht Creme abschließen. Glatt streichen und mit Folie abdecken. Mindestens 6 Stunden gefrieren lassen. Vor dem Aufschneiden etwas antauen lassen. Mit Himbeersauce, Himbeeren, 1 EL Pistazien und Minze garnieren.

Tipp: Wer besonders klar abgegrenzte Schichten möchte, füllt diese nacheinander ein und lässt sie jeweils ½ Stunde anfrieren.

ca. 231 kcal/962 kJ, 3 g Eiweiß, 15,7 g Fett, 16,7 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 8-10 SCHEIBEN

3 Dosen Kokosnussmilch, 500 g Himbeeren, 130 ml Ahornsirup, 2 Prisen Zimt, 4 EL Pistazien, 1 Avocado, 2 Päckchen Vanillinzucker, 1 EL Zitronensaft, 100 ml gekochtes Kichererbsenwasser (Aquafaba), ½ TL Backpulver, Minze zum Garnieren



Ganze Seite scannen & informieren



Ein Rezept für
Eiskuchen mit Baiser
im Video!

Bio-Himbeeren
tiefgefroren,
300 g





EIS AM STIEL

mit Brombeere und Himbeere

Die Brombeeren und die Himbeeren waschen und putzen. 50 g von jeder Sorte für die Deko beiseitelegen. Die übrigen Himbeeren und Brombeeren jeweils getrennt mit 2 EL Agavendicksaft, 1 Päckchen Vanillinzucker, 1 Prise Salz und 150 ml Mandeldrink pürieren. Die Eisformen mit dem vorbereiteten Brombeer- bzw. Himbeermus füllen. Für 30 Minuten in den Tiefkühler geben. Anschließend die Stiele einsetzen und einzelne Beeren als Deko auf das angefrorene Eis setzen. Weitere 3 bis 4 Stunden gefrieren lassen, bis das Eis komplett durchgefroren ist.

||| ca. 61 kcal/257 kJ, 0,5 g Eiweiß,
0,2 g Fett, 12,6 g Kohlenhydrate (pro Stück)

ZUTATEN FÜR CA. 8 STÜCK
250 g Brombeeren, 250 g Himbeeren,
4 EL Agavendicksaft, 2 Päckchen Vanillinzucker,
2 Prisen Salz, 300 ml Mandeldrink



IM JULI BEI ALDI SÜD

Pinguin-Eis-Pops
verschiedene
Ausführungen





GUGELHUPF-PRALINEN

mit Johannisbeer-Kokos-Eis

Die Johannisbeeren verlesen, waschen und pürieren. Das Fruchtpüree durch ein Sieb streichen, um die Kerne zu entfernen. Den Puderzucker und den Vanillinzucker unterrühren. Die Sahne cremig, nicht ganz steif aufschlagen. Die Kokosmilch gut durchrühren und mit der Sahne zum Fruchtpüree geben. Die Kokosflocken unterrühren, abschmecken und ggf. noch etwas mehr Puderzucker hinzufügen. Die Johannisbeermasse mit einem Löffel in Mini-Gugelhupfförmchen aus Silikon füllen. Auf jeden Gugelhupf einen Keks aufsetzen. Alles mit Frischhaltefolie abdecken und für mindestens 4 Stunden in den Tiefkühler geben. Die Gugelhupf-Pralinen aus der Form lösen und sofort naschen.

ca. 108 kcal/451 kJ, 1 g Eiweiß,
5,7 g Fett, 12,4 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 20 STÜCK

350 g Rote Johannisbeeren, 120 g Puderzucker,
1 TL Vanillinzucker, 200 ml Sahne, 100 ml Kokos-
milch, 2–3 EL Kokosflocken, 20 kleine Kekse



IM JULI BEI ALDI SÜD



Tartufo Nero
180 g, 320 ml



BLUEBERRY NICECREAM

mit Cashews und Zimt

Am Vortag die Bananen schälen, in kleine Stücke schneiden und einfrieren. Die Stücke sollten möglichst nebeneinanderliegen – hierfür eignet sich eine mit Folie abgedeckte Auflaufform. Die Heidelbeeren waschen, putzen und ebenfalls einfrieren. Am nächsten Tag die Cashews ohne Zugabe von Fett anrösten. Die Bananen und die Beeren leicht antauen lassen. In einem leistungsstarken Mixer erst die Cashews zerkleinern, anschließend die Bananen, 2 EL Wasser hinzugeben und schließlich die Heidelbeeren und den Zimt. Die Zutaten so lange mixen, bis eine cremige Eismasse entstanden ist. Die Nicecream auf 2 Gläser verteilen und mit Heidelbeeren, Nüssen und Kokosflocken garnieren.

ca. 568 kcal/2380 kJ, 10,3 g Eiweiß, 24,8 g Fett, 70 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN

4 reife Bananen, 300 g Heidelbeeren, 100 g Cashews, 2 Prisen Zimt, Beeren, Nüsse und Kokosflocken (zum Garnieren)

IM JULI BEI ALDI SÜD



Mandel-Drink „Original“
Mandel-Drink, ohne Zucker
Kokosnuss-Drink, ohne Zucker



SANDWICH-EIS

Beerenmix-Crème fraîche

Die Beeren waschen, putzen und mit 100 ml Wasser aufkochen. Leicht einköcheln lassen. Die Beeren durch ein Sieb streichen und auskühlen lassen. Das Beerenpüree, die Sahne, die Crème fraîche und den Ahornsirup verrühren. In die Eismaschine füllen und nach Herstellerangaben zubereiten. Danach umfüllen und noch weitere 1 bis 2 Stunden in den Tiefkühler geben. Das Eis antauen lassen und je 1 Kugel Eiscreme zwischen 2 Rundwaffeln geben.

Tipp: Wer keine Eismaschine hat, lässt die Masse in einer verschließbaren Metallschüssel für mindestens 6 Stunden gefrieren. Etwa halbstündlich mit einem kräftigen Schneebesen durchrühren.

||| ca. 199 kcal/830 kJ, 1,9 g Eiweiß, 12,8 g Fett, 17,7 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 750 ML

500 g gemischte Beeren, 250 ml Sahne, 200 ml Crème fraîche, 90 ml Ahornsirup, Rundwaffeln

IM JULI UND AUGUST
BEI ALDI SÜD



Rundwaffeln
60 g



Unser Eis ist nice

Ganze Seite scannen & informieren

snoopstar

Lust auf noch mehr Eis?
Entdecken Sie hier unsere Eisvielfalt.

DEIN
ERST-MAL-PAUSE-EIS

DEIN
ENDLICH-SOMMER-EIS

DEIN
LIEBLINGS-EIS

Weitere Sorten in unserem Sortiment



Multipackung „Kon Tiki“, 517 ml je 11er-Packung



Multipackung „Classic“, 621 ml je 11er-Packung



Sensation Mini Frucht 12 x 50 ml (600 ml)

PFIRSICH-ZEIT



GIB MIR... 5 ZUTATEN.

Schnelle Limonade oder fruchtiger Kick für den Sommerdrink – ein **Pfirsich-Sirup** für alle Fälle

3 **Pfirsiche** waschen, entkernen und klein schneiden. Zusammen mit 250 ml **Wasser**, dem Saft einer **Zitrone**, 250 g **Zucker** und 1 Päckchen **Vanillinzucker** aufkochen. Alles 5 bis 7 Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen und 1 bis 2 Stunden abkühlen und durchziehen lassen. Den Mix durch ein feines Sieb streichen, in eine ausgekochte Flasche abfüllen und verschließen. Gekühlt hält sich der Sirup ca. 4 Wochen.

Tipp: Mit dem fruchtigen Sirup können Sie verschiedene Erfrischungen wie Pfirsich-Limonade, Pfirsich-Eistee oder Cocktails zubereiten. Einfach etwas Sirup ins Glas geben und mit Wasser, kaltem Tee oder Sekt aufgießen.

⚠ ca. 87 kcal/ 373 kJ, 0,0 g Eiweiß, 0,0 g Fett, 21,9 g Kohlenhydrate (pro 30 ml / ergibt ca. 250 ml)



IM JULI BEI ALDI SÜD

Eiswürfelbehälter
für extragroße Eiswürfel



INSPIRATION



10 Euro

kann ein Cappuccino auf dem Markusplatz in Venedig kosten. Bezahlt wird hier vor allem die gute Aussicht.

UNSER WEINTIPP



Raimund Prüm Riesling QbA, trocken, 0,75 l

Mit dem Riesling von Raimund Prüm haben Genießer einen edlen Moselwein auf dem Tisch. Der trockene Weißwein besitzt eine mineralische Ausprägung, durch seine prä-sente Säure wirkt er am Gaumen ausdrucksstark und belebend. Fruch-tige Aromen von Mandarine, Papaya und Zitrusfrüch-ten bringen Frische. Sei-ne beste Trinktemperatur hat er zwischen 9 und 11 Grad. Perfekt für laue Sommerabende! Entdecken Sie mehr aus unserem Weinsortiment auf aldi-sued.de/wein

VERSCHOBEN AUF SEPTEMBER



Kaffeemühle* mit Kegelmahlwerk



Espresso-Maschine* Black/Gun Metal

IM JULI BEI ALDI SÜD

KAFFEE-KUNST

Längst hat Espresso die Welt erobert und man muss nicht extra nach Italien reisen, um das aromatische Getränk zu genießen. Siebträgermaschinen zaubern auch zu Hause einen Espresso mit perfekter Crema. Mit frisch gemahlene Bohnen aus der elektrischen Kaffeemühle wird der Genuss perfekt.

*Bohnen und Tassen nicht im Lieferumfang enthalten.

IM JULI BEI ALDI SÜD

KNABBER-SPASS

Zum Kaffee am Nachmittag oder zum Wein nach einem klassischen Abendmenü: Süßes Gebäck wie Cantuccini oder andere Mandel-Biscotti gehört in Italien einfach dazu.



Cantuccini 300 g

Biscotti verschiedene Sorten, 150 g

ITALIENISCH GENIESSEN

La Dolce Vita

Mit Liebe kochen, mit Genuss essen: Wir feiern das süße Leben so wie in Italien. Vorhang auf für vier Gänge Lieblingsgerichte!

Ausgiebiges Tafeln mit der Familie gehört in Italien zum Lebensgefühl dazu – vor allem am Abend. Man nimmt sich Zeit. Ein klassisches Essen besteht daher meistens aus vier Gängen und dauert gerne mehrere Stunden. Die Reihenfolge steht fest: erst die Antipasti, dann Kohlenhydratreiches und danach Fleisch oder Fisch und zum Schluss etwas Süßes. Bei kleinem Hunger können Gänge zwar weggelassen werden. Da üppige Beilagen zu Fisch oder Fleisch jedoch eher unüblich sind – meist wird nur etwas Gemüse oder Salat dazu gereicht –, ist so ein Menü aber durchaus zu meistern. Dass die italienische Küche als eine der besten der Welt gilt, liegt weder an komplizierten Rezepten noch an ausgefallenen Komponenten. Im Gegenteil, man kocht heute noch so wie früher: einfach und bodenständig. Was die Küche auszeichnet, ist die Qualität der Zutaten: sonnen gereiftes Obst und Gemüse und gutes Olivenöl. Haben Sie Appetit bekommen? Dann holen Sie sich doch Bella Italia nach Hause!



Ein perfekter Einstieg in den Abend ist **ein prickelnder Aperol Royal**: 2 Eiswürfel und 4 cl Aperol in ein Glas geben und mit 10 cl Prosecco oder Champagner auffüllen.



IM JULI BEI ALDI SÜD



Aperol
Aperitivo
11,0 Vol.-%

ANTIPASTI

Die kleinen, bunten Happen werden „ante pasto“, also „vor der Mahlzeit“, serviert – und zwar warm oder kalt. Sie sollen den Gaumen kitzeln und Appetit auf mehr machen.

Ganze Seite scannen & informieren



Das Video zu diesem Rezept finden Sie hier!



Bianco Terre Siciliane Italia
0,75 l



POLENTA-CROSTINI

mit Salsiccia, Sardellen und Gemüse

Die Milch, die Brühe und die Butter verrühren und aufkochen. Die Polenta einstreuen und unter Rühren ca. 5 Minuten köcheln lassen. Den Parmesan hineinreiben, mit Muskat und Salz abschmecken. Die Masse auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech glatt streichen. Abkühlen lassen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und hacken.

Die Paprika und die Zucchini putzen und fein würfeln. Die Chili, die Trockentomaten, die Oliven und den Thymian hacken. Das Gemüse in Olivenöl gar braten. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Salsiccia pellen und das Brät grob zupfen. Knusprig braten. Die Sardellen abtropfen lassen. Aus der Polenta ca. 12 Taler ausstechen. In Olivenöl von beiden Seiten jeweils ca. 3 bis 5 Minuten anbraten. Die Polenta mit dem Röstgemüse sowie der Salsiccia und den Sardellen belegen.

||| ca. 350 kcal/1469 kJ, 17,2 g Eiweiß, 18 g Fett, 27,9 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

250 ml Milch, 250 ml Gemüsebrühe, 1 EL Butter, 100 g Maisgrieß (Polenta), 40 g Parmesan, Muskat, Salz, 1 rote Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 rote Paprika, 1 Zucchini, 1 Chili (Chili-Mix) oder Peperoni, 4 Trockentomaten (abgetropft), 8 Oliven, 2 Zweige Thymian oder andere Kräuter (z. B. Rosmarin), Olivenöl, Pfeffer, Zitronensaft, 2 Salsiccia, 8 Sardellenfilets

IM JULI BEI ALDI SÜD



Salsiccia
300 g



Sardellen
Filets
in Öl, 90 g



INSALATA DI FINOCCHIO

Fenchelsalat mit Orangen

Die Fenchelknollen waschen, putzen und in dünne Streifen hobeln. Das Fenchelgrün aufheben und hacken. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Eine Orange auspressen.

Die übrigen Orangen schälen und filetieren. Eine Chili oder Peperoni hacken. Die Pinienkerne ohne Fett anrösten. Die Minzblätter waschen und zupfen. Den Orangensaft mit dem Essig, Olivenöl und Salz verrühren.

Den Fenchel mit den Zwiebeln und den Orangen mischen und das Dressing dazugeben. Das Fenchelgrün, die Chili, die Pinienkerne und die Minze darübergeben. Mit grob gehobeltem Parmesan garniert servieren.

Tipp: Außerhalb der Fenchelsaison lässt sich der Salat z. B. auch mit Kohlrabi oder Sellerie abgewandelt genießen.

ca. 320 kcal/1332 kJ, 10,8 g Eiweiß, 21,9 g Fett, 16,5 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

2 Fenchelknollen, Kohlrabi oder Sellerie,
1 rote Zwiebel, 3 Orangen, 1 Chili
(Chili-Mix) oder Peperoni, 50 g Pinienkerne,
2 Zweige Minze, 1 EL Weinessig,
4 EL Olivenöl, 2 Prisen Salz,
50 g Parmesan



San Benedetto
natürliches
Mineralwasser,
1,5 l



LA DOLCE VITA

INSALATA

Salate gehören in Italien zu den Vorspeisen, manchmal begleiten sie auch den Hauptgang. Oft sind sie angereichert mit Gemüse, Hühnchen, Thunfisch oder geröstetem Brot. Das Dressing besteht ganz minimalistisch nur aus Salz, Olivenöl und Essig.



**Pinot Grigio
delle Venezie**
0,75 l

PRIMO PIATTO

Der erste Hauptgang eines italienischen Menüs stillt schon mal den ersten Hunger, sättigt aber noch nicht ganz. Klassisch wird jetzt Pasta serviert, aber auch Risotto oder eine Suppe eignen sich als Auftakt. Übrigens: Italiener benutzen zum Spaghettiesen nur die Gabel. Mit dem Löffel wird höchstens die Sauce unter die Nudeln gemischt.



SPAGHETTI CON SALSA DI NOCI

Pasta mit ligurischer Walnuss-Sauce

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente, also bissfest, kochen. In der Zwischenzeit die Salsa bereiten. Dazu das Brot zerzupfen und in der Sahne ca. 5 Minuten einweichen. Herausnehmen und ausdrücken. Ein paar Walnusskerne zum Garnieren beiseitelegen. Den Rest zusammen mit dem eingeweichten Brot und 2 EL Sahne in einen Mixer geben. Die Pinienkerne, die geschälten Knoblauchzehen, etwas Petersilie, den geriebenen Parmesan und 1 gute Prise Salz hinzufügen. Alles mixen und dabei langsam das Olivenöl eingießen.

Je nach gewünschter Sämigkeit noch die restliche Sahne oder etwas Nudelwasser dazugeben. Das Pesto in eine große Schüssel füllen. Die Spaghetti abgießen, zum Pesto geben und alles gut vermengen. Mit Walnüssen, Pfeffer und gehackter Petersilie garniert servieren.

ca. 952 kcal/3972 kJ, 27,9 g Eiweiß, 56,3 g Fett, 79,1 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

400 g Spaghetti, 2 Weißbrotscheiben, 100 ml Sahne, 150 g Walnüsse, 50 g Pinienkerne, 2 Knoblauchzehen, 2 Zweige Petersilie, 40 g Parmesan, Salz und Pfeffer, 5 EL Olivenöl

IM JULI BEI ALDI SÜD



Nudelmaschine
und Ravioli-
maker

Mehl, Eier und etwas Wasser – mehr braucht es nicht für einen echt italienischen Pastateig.



Sasso al Vento
Cuvée Prestige
0,75 l



BRASATO AL VINO ROSSO

Rinderbraten in Rotwein

Den Sellerie, die Möhren und die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Knoblauchzehen schälen. Die Petersilienblätter abzupfen, einige davon als Deko zur Seite legen. Die Rosmarin- und Thymian-Stängel mit Küchengarn zusammenbinden. Das Fleisch in einem Bräter in Butterschmalz und Olivenöl scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und herausnehmen. Das Gemüse und den Knoblauch im Bräter kurz anbraten, das Fleisch und die Kräuter wieder hineinlegen. Den Rotwein darübergießen. Ca. 30 Minuten ziehen lassen. Den Braten im vorgeheizten Ofen bei 160 Grad Ober- und Unterhitze (140 Grad Umluft) auf unterster Schiene abgedeckt mindestens 4 Stunden (gerne länger) schmoren lassen, zwischendurch immer wieder mit dem Rotweinsud begießen. Nach der Garzeit das Fleisch aus dem Bräter nehmen und im Ofen warm halten. Den Bratensatz im Bräter lösen und die Sauce durch ein Sieb seihen. Das Gemüse pürieren und zur Sauce geben. Aufkochen und mit Salz und Pfeffer und Balsamico-Essig abschmecken. Eventuell mit angerührter Speisestärke andicken. Den Brasato mit Petersilie garniert servieren.

||| ca. 427 kcal/1789 kJ, 48,2 g Eiweiß, 15,5 g Fett, 7,2 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 4-6 PORTIONEN

2 Stangen Staudensellerie, 2 Möhren, 2 rote Zwiebeln, 4 Knoblauchzehen, 1 Topf Petersilie, 2 Rosmarinzweige, 1 Thymianzweig oder andere Kräuter, 2 kg Rinderbraten oder Tafelspitz, 2 EL Butterschmalz, 1 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer, 750 ml kräftigen Rotwein (z. B. Valpolicella Ripasso oder Barolo), Balsamico-Essig, 1 EL Speisestärke

SECONDO PIATTO

Beim zweiten Hauptgang wird es deftig: Jetzt steht Fleisch im Mittelpunkt, gerne geschmort oder gegrillt. Schmorbraten haben einen großen Vorteil: Während der Ofen die Hauptarbeit erledigt, lassen sich Vorspeise und erster Gang in Ruhe zubereiten.



Valpolicella
Ripasso DOC
Superiore
0,75l

Tipp: Ist Ihnen Salbei zu geschmacksintensiv? Dann nehmen Sie stattdessen einfach Petersilie!



KABELJAU-SALTIMBOCCA mit grünen Bohnen

Den Kabeljau abspülen und trocken tupfen. Die Filets halbieren, sodass 8 Stücke entstehen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fischstücke mit je 1 Salbeiblatt belegen und je 1 Scheibe Schinken umwickeln. Etwas Olivenöl erhitzen und die Fischspieße mit der offenen Schinkenseite nach unten ca. 4 Minuten knusprig braten, dann wenden und weitere 4 Minuten braten. Die grünen Bohnen waschen, putzen und in kochendem Salzwasser ca. 5 bis 6 Minuten bissfest garen. Kalt abschrecken und abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen, die Petersilie waschen. Knoblauch, Petersilie und Sardellen hacken und zusammen in 1 EL Butter und 2 EL Olivenöl anschwitzen. Die Bohnen dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

||| ca. 316 kcal/1323 kJ, 38,1 g Eiweiß, 15 g Fett, 5,6 g Kohlenhydrate (pro Portion)

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

4 Kabeljaufilets (ca. 500 g), Salz und Pfeffer, 8 Salbeiblätter, 8 Scheiben Prosciutto Crudo, Olivenöl, 600 g feine grüne Bohnen, 2 Knoblauchzehen, 1 Topf Petersilie, 5 Sardellen, 1 EL Butter

IM JULI BEI ALDI SÜD



**Kabeljau-
rückenfilet**
250 g



**Prosciutto
Crudo Dolce**
150 g



**Chardonnay
Garda DOC**
0,75 l

SECONDO PIATTO

Als Alternative zum Fleisch oder bei mehr als vier Gängen haben Fischgerichte einen festen Platz in der italienischen Menüfolge. Tipp: Salzen Sie Kabeljau, Dorade & Co. immer erst kurz vor der Zubereitung, sonst wird das Fischfleisch leicht trocken.



TORTA DELLA NONNA mit Pinienkernen

Das Mehl mit der Butter verkneten. 150 g Zucker, 1 Ei, 2 Eigelb und 1 Prise Salz dazugeben, zu einem Teig verarbeiten. 30 Minuten kalt stellen.

Für die Creme 700 ml Milch mit 250 g Zucker, 1 Päckchen Vanillinzucker und dem Zitronen-Abrieb aufkochen. Die restliche Milch mit 6 Eigelb und der Speisestärke klumpchenfrei verrühren. Die kochende Milch vom Herd nehmen und die Eiermischung unter Rühren eingießen. Auf den Herd stellen und bei mittlerer Hitze puddingartig eindicken lassen. Dann abkühlen lassen. Den Teig kneten, $\frac{2}{3}$ davon auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen und eine gefettete Spring- oder Tarteform (Ø 26 cm) damit auslegen. Die Ränder hochziehen. Die Puddingcreme einfüllen. Den restlichen Teig ausrollen und als Deckel aufsetzen. Mehrfach mit einer Gabel einstechen. Die Pinienkerne darüberstreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad Ober- und Unterhitze (180 Grad Umluft) ca. 40 bis 45 Minuten backen. Eventuell zwischendurch mit Backpapier abdecken. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

||| ca. 567 kcal/2378 kJ, 11 g Eiweiß,
25,3 g Fett, 72,9 g Kohlenhydrate
(pro Stück/12 Stücke)

ZUTATEN FÜR 1 KUCHEN (Ø 26 CM)

450 g Weizenmehl, 250 g kalte Butter,
400 g Zucker, 1 Ei, 8 Eigelb, 1 Prise Salz,
1 l Milch, 1 Päckchen Vanillinzucker,
Abrieb von 1 Bio-Zitrone, 100 g Speisestärke,
50 g Pinienkerne, Puderzucker

DOLCE

Mit einem Dessert klingt das Menü aus. Dabei lieben es die Italiener süß und gerne auch üppig. Bei der Torta della Nonna – nach Großmutter's Art also – wird feine Puddingcreme mit knusprigem Mürbeteig umhüllt. Nach dem Dessert schließt ein Espresso das Essen ab – niemals aber Cappuccino. Den gibt's nur bis Mittag.

ganze Seite scannen & informieren
snoopstar
Noch einen **Dessert-Klassiker** gibt's im Video!



IM JULI BEI ALDI SÜD

Limoncello
30 Vol.-%, 0,5 l

Valdobbiadene
Prosecco Superiore
extra dry, 0,75 l



REPORTAGE

ZU BESUCH IM RHEINGAU.

Der Rüdesheimer Berg ist die Heimat von **Winzermeister Johannes Leitz** und seinen hochkarätigen Weinen. Hier zeigt er uns, was die Qualität ausmacht und wie viel Arbeit im Weinbau steckt.

Wer den Blick über die Weinbergslagen am Rüdesheimer Berg schweifen lässt, fühlt sich unweigerlich in eine Märchenlandschaft versetzt. Auf malerischen Terrassen recken sich die Rebstöcke der Sonne entgegen, der Rhein windet sich glitzernd durchs Tal, inmitten der Hänge thront die Ruine einer alten Burg. Man muss kein Experte sein, um zu erkennen, dass man sich in einer der erlesensten Weinregionen des Rheingaus befindet. Hier baut die Familie Leitz seit mehr als 250 Jahren Wein an. Winzermeister Johannes Leitz führt den Familienbetrieb bereits seit 36 Jahren mit großem Erfolg.

Das Weingut Leitz blickt auf eine bewegte Geschichte zurück: Nachdem der Hof im Zweiten Weltkrieg vollständig zerstört worden war, baute Leitz' Großvater Josef ihn wieder auf. Mit der Zeit avancierte der Betrieb schon damals zu einem der erfolgreichsten privaten Weingüter im Rheingau. Für kurze Zeit ging er auf den Vater über, der jedoch im Jahr 1965 früh verstarb. Daraufhin folgte eine Phase, die Johannes Leitz liebevoll



Die Traubenernte
bezeichnen Winzer
auch als Weinlese.



„Dornröschenschlaf“ nennt: Seine Mutter übernahm den Betrieb und führte ihn 20 Jahre lang neben ihrem Blumengeschäft weiter.

Doch es fehlte stets an Geld und Investitionen in den Weinbau blieben aus. So kam es, dass Johannes Leitz 1985 nach seiner abgeschlossenen Winzer- ausbildung einen gerade mal 2,9 Hektar großen Betrieb in angeschlagenem Zustand übernahm: „Die Hoffläche war unbefestigt, die Weinfässer zum Teil marode und der Traktor eine uralte Klapperkiste“, erinnert er sich.

Heute wird hier auf einer Fläche von knapp 120 Hektar Wein in höchster Qualität angebaut. Über eine Million Flaschen produziert Leitz pro Jahr. Seine Weine sind international ausgezeichnet, der Betrieb ist schon lange Mitglied im renommierten Verband Deutscher Prädikatsweingüter (VDP). Wie er das alles geschafft hat? „Ich glaube, ein wichtiger Baustein meines Erfolgs ist, dass ich immer mit den Füßen auf dem Boden geblieben bin“, erklärt der 56-Jährige mit stolzer Zurückhaltung. Zahlen



interessieren ihn nicht, denn sein Antrieb ist die Leidenschaft für das Produkt: „Die wundervolle Metamorphose von gewöhnlichem Traubensaft zum Wein – das hat für mich nach wie vor etwas absolut Magisches.“

Bevor es so weit ist, steht allerdings erst einmal die Ernte an. Hier ist das richtige Timing entscheidend. „Da müssen die Trauben quasi auf die Minute pünktlich gelesen werden.“ Sie dürfen nicht zu früh geerntet werden, wenn ihr Säuregehalt noch zu hoch ist. Zu lange warten darf man aber auch nicht, da die Trauben sonst verderben. Für Leitz kein Problem: Durch jahrzehntelange Erfahrung und moderne Ausrüstung hat er den Ernteprozess perfektioniert. Dabei werden er und seine Mitarbeiter jedes Jahr von ca. 45 Erntehelfern unterstützt.

Auch der Rheingau Riesling, der seit 2018 bei ALDI SÜD erhältlich ist, entsteht hier als echte Erzeugerabfüllung. Das heißt, dass alle Produktionsschritte, vom Pflanzen der Reben im Weinberg bis zum Abfüllen der Flaschen im Weingut, vor Ort stattfinden und von Leitz und seinen 30 Mitarbeitern kontrolliert werden. „Der Rheingau Riesling ist einer meiner Lieblingsweine geworden“, sagt Johannes Leitz. Er ist stolz darauf, dass er seinen

1 Die Rebstöcke auf den steilen Terrassenlagen am Rheinufer können nur mit der Hand abgeerntet werden.

2 Der Rheingau Riesling hat vom Weinmagazin „Falstaff“ eine exzellente Bewertung von 88 Punkten erhalten.

3 Die frisch geernteten Trauben auf dem Weg zur Weiterverarbeitung.

4 Nach der Ernte wird der Zuckergehalt im Traubenmost bestimmt.



2

Qualitätswein zusammen mit ALDI SÜD einem breiten Publikum zugänglich machen kann.

Dabei arbeitet der heimatverbundene Winzer trotz der Größe seines Betriebes besonders nachhaltig und naturnah. „Wir tun sehr viel dafür, diese ganz besondere Kulturlandschaft um uns herum zu erhalten. Gleichzeitig aber wollen wir bewusst weg von der Monokultur Weinbau.“ Um die Biodiversität zu fördern, pflanzt der Riesling-Profi regelmäßig neue Obstbäume in seinen Weinbergen, legt Blühstreifen an und kultiviert Trockenmauern auf den Terrassenlagen, in deren Fugen Eidechsen, Schlangen und Insekten leben können.

Die immense Arbeit, mit der Johannes Leitz seine Böden bewirtschaftet, spiegelt sich zuletzt immer auch im Endprodukt wider. Er erklärt: „Jede Rebe wird beeinflusst durch Mineralien und Spurenelemente im Boden. Zugleich spürt sie auch kleinste Veränderungen im Mikroklima. Diese Kombination von Einflüssen ist im Weinbau als Terroir bekannt und macht alle unsere Weine einzigartig.“

INFO

Ort: Rüdesheim

Bewirtschaftet von:

Johannes Leitz und seinen 30 Mitarbeitern. Zur Erntezeit kommen ca. 45 Erntehelfer hinzu. Auch Leitz' 23-jähriger Sohn hilft in den Weinbergen mit.

Produkte: Qualitätsweine, darunter der exklusiv bei ALDI SÜD erhältliche Rheingau Riesling.

Besonderheit:

Johannes Leitz hat sich auf Riesling spezialisiert. Seine Weine sind weltweit renommiert.



3



4

„Die Liebe, die du den Trauben und den Reben schenkst, schmeckst du später im Wein wieder.“



Trauben
hell, kernlos

FOOD-FACTS

RUND UM DIE TRAUBE.



Sie ist eine der ältesten Kulturpflanzen der Welt: Schon vor Jahrtausenden bauten die Menschen an Flussufern und Berghängen Weintrauben an. Erfahren Sie hier mehr über die süße Sommerfrucht.

TRAUBENERNTE



Nachdem die Trauben über den Sommer reichlich Sonne getankt haben, werden die ersten Rebsorten ab Ende August erntereif. Da alle Sorten unterschiedliche Reifezeiten haben, kann sich die Ernte schon mal bis Anfang November ziehen.

CA.
140

REBSORTEN

werden in Deutschland angebaut.



ÜBER
400
JAHRE

alt ist der älteste Weinstock. Er steht in **Maribor, Slowenien.**



1 KG TRAUBEN

braucht es im Schnitt für eine Flasche Wein.

HOCH INS ALL UND ZRÜCK

Eine ungewöhnliche Reise haben 12 Weinflaschen hinter sich. Die edlen Tropfen wurden für 14 Monate zur Internationalen Raumstation ISS geschickt. Es wurde getestet, ob sie sich im All verändern. Spitzenweine sind alle 12 Grand Cru geblieben, nur die Farbe, die Geschmacks- und die Duftnoten haben sich verändert.

GRÖSSTE ANBAU- GEBIETE

- 1 Rheinhessen
- 2 Pfalz
- 3 Baden
- 4 Württemberg
- 5 Mosel



WOFÜR TRAUBEN SONST NOCH GUT SIND.

Nicht nur Wein wird aus Trauben hergestellt. Die Kerne lassen sich zum Beispiel auch zu Traubenkernöl verarbeiten. Das vielseitige Öl eignet sich gut zum Kochen und für Salate. Zum anderen wird es auch in Kosmetika verwendet, weil ihm hautregenerative Eigenschaften nachgesagt werden.

WELCHEN WEIN TRINKEN DIE DEUTSCHEN AM LIEBSTEN?*



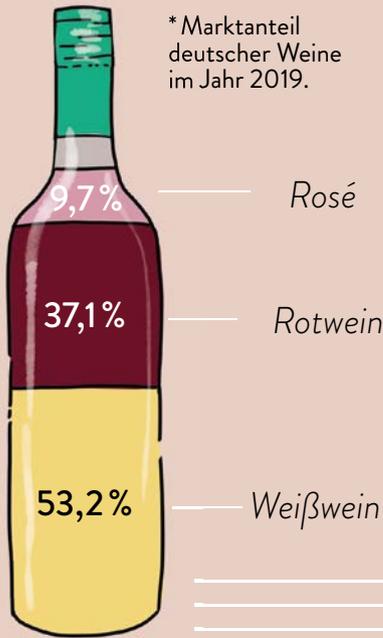
SO WIRD ROSÉ GEMACHT.

Auch wenn manche es immer noch glauben: Der Rosé ist kein Gemisch aus Weißwein und Rotwein. Um ihn herzustellen, verwendet man rote Trauben. Deren gepresster Saft gärt für nur wenige Stunden zusammen mit den Traubenschalen. Dabei geben die Schalen Farbstoffe ab, die dem Rosé seine blassrote Farbe verleihen.

WAS IST DER UNTERSCHIED?



Rosinen nennt man grundsätzlich alle getrockneten Trauben. **Sultaninen** werden aus weißen Trauben hergestellt und sind besonders süß. **Korinthen** hingegen gewinnt man aus roten Trauben. Sie sind kleiner und kräftig im Geschmack.

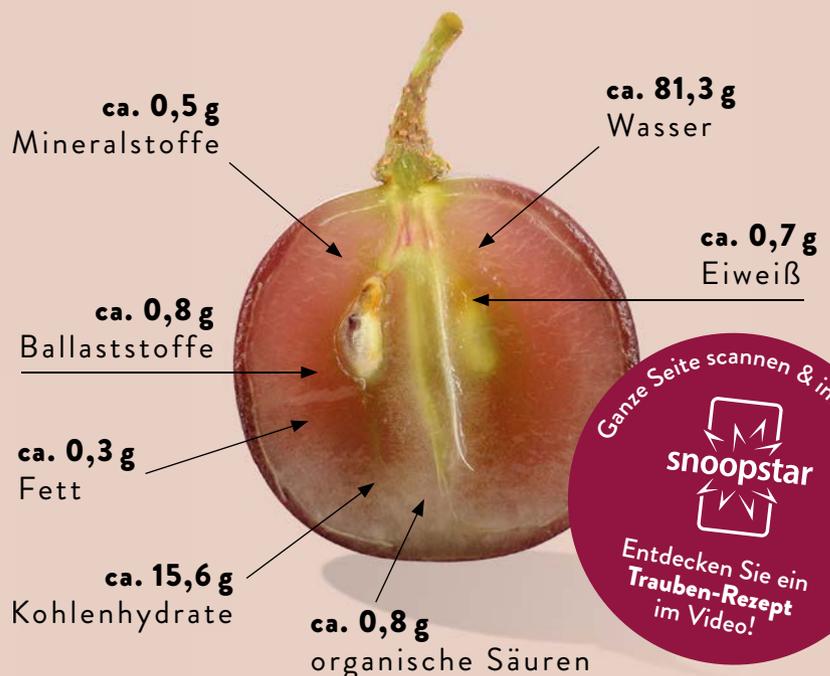


9,3%

der Rebflächen in Deutschland wurden 2019 ökologisch bewirtschaftet.

DAS STECKT DRIN.

In 100 g Trauben stecken im Schnitt ca. 71 kcal (297 Kilojoule).
Und das ist sonst noch drin:



Auch Grappa wird aus Trauben gemacht.

IM JULI BEI ALDI SÜD

Grappa Primitivo aus Italien, 40 Vol. -%



FIT AND FUN



SPASS AM SPIELEN.

ALDI bringt gemeinsam mit Philipp Lahm und den freekickerz eine **Kollektion** heraus.

Cooler Klamotten und Accessoires – nicht nur für Fußballer!



Fußballfans aufgepasst! Am 16. August kommt die exklusive Sport- und Streetwear-Kollektion „freekickerz“ in die Filialen. Zum Anpfiff des Projekts drei Fragen an Philipp Lahm, Weltmeister und DFB-Ehrenspielführer der deutschen Nationalelf.

Herr Lahm, was macht den Fußball so wichtig für Heranwachsende?

In erster Linie sind es die Freude und der Spaß am Spielen und an der Bewegung. Dabei lernt man ganz nebenbei das tägliche Miteinander. Kooperieren, Fairplay, Gewinnen und Verlieren – das ist eine gute Lebensschule.

Was braucht es zum erfolgreichen Profifußballer?

Durchhaltevermögen und Disziplin. Man sollte sich nicht scheuen, immer wieder zu üben, zu üben und zu üben. Man braucht eine Gabe für den Sport, damit man Freude und Spaß hat, jeden Tag Fußball zu spielen.

2017 haben Sie Ihre eigene Profi-Karriere beendet. Was vermissen Sie daran am meisten?

Die Mitspieler und die Atmosphäre in der Kabine vor und nach einem Spiel. Das Adrenalin vor einem Champions-League-Halbfinale und die Atmosphäre in einem vollen Stadion, also die Zuschauer und die Stimmung, die sie erzeugen konnten.

MITMACHEN & GEWINNEN

Wir suchen die 11 besten Nachwuchstalente ab 14 Jahren! Die Teilnehmer laden ihre coolsten Tricks und Tore auf der eigens hierfür angelegten Landingpage www.nextkickerz.de hoch. Die User bestimmen durch Likes die besten 20 Videos, aus denen eine Jury die 11 Gewinner wählt. Den Gewinnern winkt ein exklusives Gruppentraining mit Philipp Lahm, jeder Gewinner darf seinen besten Freund mitbringen.

Teilnahmebedingungen ab Ende Juli unter www.nextkickerz.de

IM AUGUST BEI ALDI SÜD

Teamplayer

Für die Sport- und Streetwear-Kollektion „freekickerz“ haben sich ALDI, Philipp Lahm, die freekickerz, die größten Youtube-Fußball-Content-Creator, die Wünsche Group und die ProSiebenSat.1 Sportplattform ran zusammengetan.



freekickerz Fußball
verschiedene Ausführungen



freekickerz Sportrucksack
verschiedene Varianten



freekickerz Langarmshirt
in schwarz, grau und khaki

OFFENE TÜREN

Die Manuel Neuer Kids Foundation hat ein zweites Kinderhaus MANUS eröffnet. ALDI SÜD half bei der Finanzierung.



Mit dem Kinderhaus MANUS erfüllte sich die Torwartlegende Manuel Neuer vor drei Jahren einen Herzenswunsch: Das MANUS ist seither ein Anlaufpunkt mit vielen Angeboten für benachteiligte Kinder in Neuers Heimatstadt Gelsenkirchen. Nun konnte im März 2021 – auch mithilfe finanzieller Unterstützung durch ALDI SÜD – das zweite MANUS im Ruhrgebiet eröffnen. Es befindet sich in einem sozialen Brennpunkt der Stadt Bottrop. Da, wo es dringend benötigt wurde, findet Neuer. „Jedes Kind hat das Recht auf den Zugang zu Bildung, die Förderung von Talenten und ein respektvolles Miteinander“, erklärte der Profisportler bei der Eröffnung. Im MANUS können die Kids u. a. gemeinsam kochen, Computer nutzen, Musik machen, Sport treiben und handwerkliche Angebote wahrnehmen.

CROWDSOURCING

DA HAST DU DEINEN SALAT.

Beim „Salat Crowdsourcing“ konnten unsere Kunden ihren Lieblingssalat zusammenstellen. Die beliebteste Kreation* gibt es im gesamten Juli in den ALDI SÜD Filialen.

Salate laden wie kaum ein anderes Gericht zum Herumprobieren und Experimentieren ein. Und genau dazu haben wir unsere Kunden im Januar aufgerufen: Mehr als 20.000 Salatkreationen erreichten uns auf einer eigens eingerichteten Website. Eine Jury aus ALDI SÜD Mitarbeitern wählte daraus gemeinsam mit unserem Lieferanten Premium Fresh Network die vier besten Ideen

aus. Auf Instagram kürten unsere Kunden dann den Gewinner. Durchgesetzt hat sich unsere Kundin Cosima mit ihrer Kreation aus **drei Salat-sorten, Cocktailtomaten, Falafelbällchen, kernlosen Trauben und Balsamico-Dressing**. Ein Gewinn für alle: Denn Cosimas veganen Sieger-Salat bieten wir im Juli vier Wochen lang in einer plastikreduzierten Verpackung in unseren Filialen an.

*Salat-Kreation, welche ALDI SÜD Kunden im Rahmen eines Instagram-Votings im Zeitraum vom 16.-19.2.2021 aus vier Salat-Kreationen am häufigsten gewählt haben.

Die Mischung macht's:
Gewinnerin Cosima und
ihre Salatkreation.



WALDSCHUTZ

WÄLDER UND SOJAANBAU

Der Sojaanbau ist weltweit einer der größten Treiber der Entwaldung. Um dies zu ändern, fördert ALDI SÜD den **nachhaltigen Anbau und die Transparenz** entlang der Lieferkette.

Wir engagieren uns für den Schutz der Wälder, denn sie sind komplexe, von Artenvielfalt geprägte Ökosysteme, die einen wichtigen Lebensraum für Pflanzen, Tiere und Menschen und einen großen Speicher für Kohlendioxid darstellen. Im Jahr 2020 haben wir zusammen mit externen Experten das Entwaldungsrisiko entlang unserer globalen Lieferketten untersucht. Es ging darum, mögliche negative Auswirkungen der Tätigkeit unseres Unternehmens auf Wälder ausfindig zu machen.

Insbesondere beim Sojaanbau möchten wir die Weichen neu stellen. Denn der Sojaanbau ist weltweit einer der größten Treiber der Entwaldung. Der deutlich größte Teil des weltweit angebaute Sojas stammt aus

Brasilien, Argentinien und den USA – und mehr als 80 Prozent des angebaute Sojas werden für Futtermittel verwendet. Durch Transparenz entlang der Lieferkette und strenge Vorgaben möchten wir dazu beitragen, den Sojaanbau nachhaltiger zu gestalten. Zu diesem Zweck sind wir unter anderem Mitglied in der Soy Transparency Coalition (soytransparency.org) und der Retail Soy Group (retailsoygroup.org). Unsere Geflügel-, Schäleneier-, Rind- und Schweinefleisch-Lieferanten sind ab Juli 2021 verpflichtet, als nachhaltig zertifiziertes Sojafuttermittel einzusetzen. Bis 2025 werden wir dieses Engagement auf alle relevanten Lieferketten ausweiten, beispielsweise auch auf unsere Milch- oder Fischprodukte aus Aquakultur.

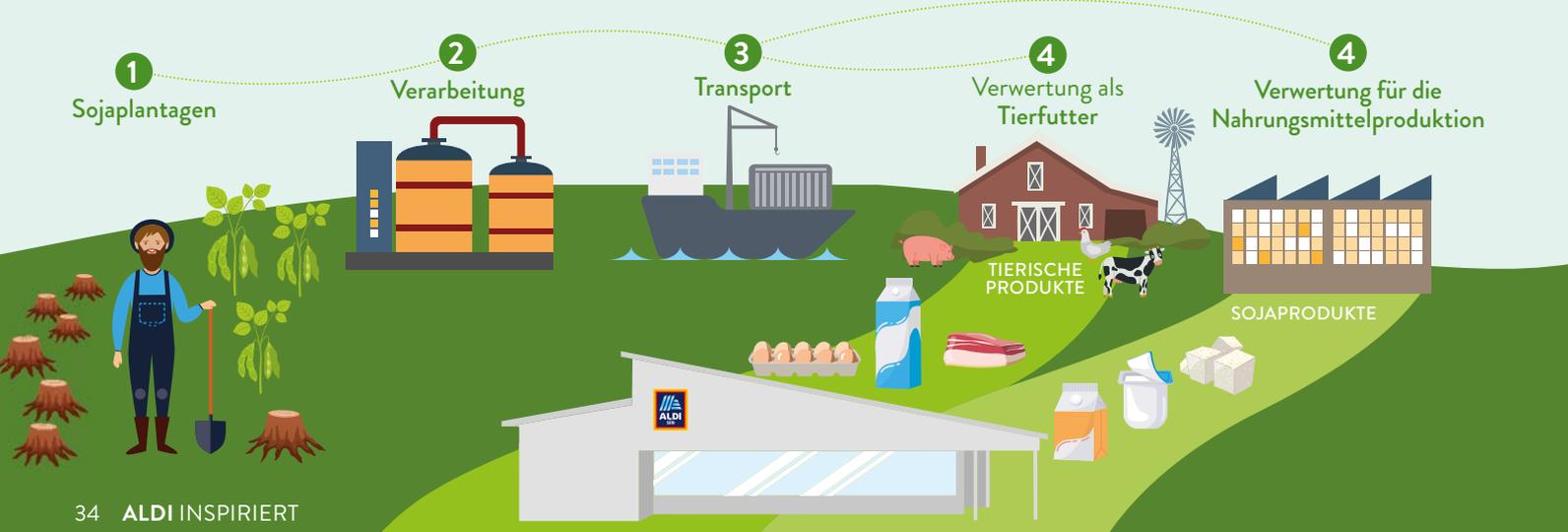
SOJA-HERKUNFT

Um negative Auswirkungen auf die Umwelt besser ausschließen zu können, möchten wir den Einsatz von außereuropäischem Soja stetig verringern. Bei den vegetarischen und veganen Produkten von ALDI SÜD stammt das Soja bereits heute aus Deutschland, Österreich, Frankreich oder den USA. Bei diesen Produkten werden wir in Zukunft die Herkunft des Sojas für unsere Kunden transparent ausweisen.

Bio Veganes Grillsortiment
z. B. Vegane Bio Bratwurst, Soja aus Europa



LIEFERKETTE SOJA (NOCH ZU OFT INTRANSPARENT)



KLIMASCHUTZ

NACHHALTIG LEBEN

MEDIATHEK
 Spannende, informative und vielfältige Erklärvideos zu Themen der Nachhaltigkeit finden Sie jetzt online unter:
aldi-sued.de/mediathek

1 HITZE NUTZEN

Wussten Sie schon, dass im Haushalt etwa 17 % des Stromverbrauchs auf das Kochen und Spülen entfallen? Gerade beim Kochen lässt sich viel Strom einsparen – und so das Klima schützen. Wenn Sie Ihre **Kochplatte oder den Ofen ca. 10 Minuten vor Ende der Garzeit ausschalten**, reicht die Restwärme, um die Mahlzeit fertig zu garen. So können Sie bei einer Garzeit von 50 Minuten 20 % des Energieverbrauchs einsparen.

In unserer **neuen Serie** finden Sie Tipps, die wir in Kooperation mit **DIE UMWELTBERATUNG** zusammengestellt haben. Heute: **Wie Sie beim Kochen etwas für den Klimaschutz tun können!**

3 UMLUFT WÄHLEN

Falls es das Rezept erlaubt, sollten Sie **statt Ober- und Unterhitze bei Ofengerichten immer Umluft wählen**. Der Ofen arbeitet dann effizienter, weil sich die heiße Luft besser verteilt. Pro Stunde werden so rund 76 g klimaschädlicher CO₂-Ausstoß eingespart – das entspricht etwa 10 Luftballons voller Treibhausgas.

2 PASSENDE PLATTE

Verwenden Sie immer die **passende Kochplatte**, um die Energie bestmöglich zu nutzen. Ist die Platte nur um 1 bis 2 cm größer als der Topfboden, werden schon 20 bis 30 % mehr Energie verbraucht. Wer den Deckel auf den Topf setzt, spart noch mehr Energie und Kochzeit.



4 RESTE VERWERTEN

Was viele nicht wissen: Durch Lebensmittelverschwendung entsteht pro Kopf und Jahr in Deutschland fast eine halbe Tonne Treibhausgase.* Hier heißt die Zauberformel: **Verwenden statt verschwenden**. Die Banane ist braun geworden? Sie haben einen Rest Nudeln und jede Menge Gemüseschalen übrig? Mit etwas Kreativität können Sie neue, leckere Speisen zubereiten. Der Smoothie oder das selbst gemachte Eis schmecken mit einer reifen Banane sogar noch besser. Die Nudeln passen perfekt in den Auflauf – und aus 1 bis 2 Stunden aufgekochten Gemüseschalen wird eine tolle Brühe. Obst- und Gemüsereste lassen sich auch gut haltbar machen, indem Sie sie einmachen oder fermentieren.

Gemüse- und Obstreste lassen sich fermentieren oder einmachen.



Ganze Seite scannen & informieren

snoopstar
 Hier geht es zu: **Deine Klima-Frage an ALDI SÜD.**

* Quelle: Deutsche Umwelthilfe e.V. 2020.

1



INTERVIEW

DIE ZEIT DRÄNGT

Arved Fuchs möchte ALDI SÜD Kunden für **umweltfreundliches Trekking und Klimaschutz** begeistern. Im Interview spricht der Seemann und Polarforscher über seine Expeditionen, den Klimawandel - und den Geruch von Gletschern.

2



Herr Fuchs, Sie bereiten gerade Ihre nächste Expedition vor, wohin geht es?

Wir segeln über Island nach Grönland. Dort wollen wir uns genauer ansehen, welche Auswirkungen der Klimawandel auf den Golfstrom und das marine Ökosystem hat. Das Projekt ist über zwei Jahre angelegt und Teil meiner Expeditionsreihe Ocean Change.

Sie gehen immer wieder an Ihre Grenzen, haben unter anderem Grönland mit dem Hundeschlitten durchquert und das Kap Hoorn mit einem Kajak umpaddelt. Was treibt Sie an?

Ich habe wohl so etwas wie ein Abenteuer-Gen in mir. Schon als Kind war ich viel draußen. Wie es hinter dem Horizont weitergeht und wie man sich in der Natur behauptet, hat mich schon als Kind fasziniert und tut es bis heute.

1

Seit über 40 Jahren bereist Arved Fuchs die Polarmeere.

2

Im Klimacamp „Ice Climate Education“ beschäftigen sich Jugendliche mit der Klimaproblematik.

3

Arved Fuchs auf seinem Expeditionsschiff **Dagmar Aaen**, ein umgebauter Haikutter.

In den 70er und 80er Jahren waren Sie noch ohne GPS, Internet, Satellitentelefon unterwegs.

Ja, ich bin so etwas wie ein Dinosaurier. Ich habe mittels der Sterne die Position auf dem Eis bestimmt, meine Hilfsmittel waren Karte, Kompass und Sextant. Heute nutze ich natürlich elektronische und modernen Medien.

Welche Situationen auf Ihren Expeditionen waren besonders brenzlig?

Bei der Durchquerung der Drake Passage bei Kap Hoorn haben wir uns durch zehn Meter hohe Wellen gekämpft. Und als ich auf Skiern unterwegs zum Nordpol war, musste ich genau überlegen, wann ich eine Pause mache und wann nicht. Das Eis war teilweise so dünn, dass ich nicht stehenbleiben durfte, sonst wäre ich eingebrochen. Aber jede Expedition hat ihre kritischen Momente.



ZUR PERSON

Arved Fuchs (68) ist Seemann, Expeditionsleiter und der wohl bekannteste Polarforscher Deutschlands. Seine Popularität nutzt er, um auf die Gefahren der globalen Erwärmung hinzuweisen. Seine Expeditionen gestaltet er immer nachhaltig und umweltfreundlich.



Sie wurden auf ihren Expeditionen auch Zeitzeuge der Auswirkungen des Klimawandels und der Umweltverschmutzung.

Ja, ich empfinde es als Privileg, dass ich so viel unberührte Natur kennenlernen durfte und ich fühle mich verpflichtet, auf die Veränderungen aufmerksam zu machen. Wenn ich mitbekomme, wie der gigantische Packeisgürtel rund um Grönland schmilzt oder an den einsamsten Küsten Alaskas plötzlich angeschwemmte Flipflops und Plastiktüten finde, lässt mich das nicht kalt.

Wie hat sich das Leben für die Menschen in Grönland und der Antarktis verändert?

Vor zwei Jahrzehnten wurde dort der Klimawandel eher bagatellisiert. Heute macht niemand mehr Witze. Die Bewohner kommen nicht mehr zu ihren Jagdrevieren, weil das Eis sie nicht mehr trägt. Plötzlich sind Insekten da, deren Larven das Trockenfleisch

IM JULI BEI ALDI SÜD



Arved Fuchs: „Aus Abenteuer lernen“, Buch, 144 S.



2-Personen-Trekking-Zelt
größtenteils aus
recyceltem Material

verderben. Die Arktis erwärmt sich doppelt so schnell wie der Rest der Welt und diejenigen, die dort leben, spüren die Folgen.

Was müssen wir alle lernen, wenn wir den Klimawandel stoppen wollen?

Wir brauchen auf jeden Fall alle Player: Die Politik muss die Rahmenbedingungen setzen, aber auch Wirtschaft und Industrie müssen neu denken. Es gibt heute so viele Möglichkeiten, mit neuen Technologien saubere Energie zu erzeugen. Wir haben es einfach Jahrzehnte lang verschlafen, daher drängt die Zeit. Aber wir können es schaffen!

Was verbinden Sie mit ALDI SÜD als Kooperationspartner?

Ich habe einen Partner im Handel gesucht, der sich mit Nachhaltigkeit und Klimaschutz auseinandersetzt – so wie ALDI SÜD. Gerade ein Discounter mit großer Reichweite kann Dinge anschieben.

Sie führen jedes Jahr ein Klimacamp für Jugendliche durch. Was lernen die jungen Leute dort?

Mit dem I.C.E.-Camp (steht für Ice – Climate – Education) möchten wir junge Menschen für den Klimaschutz und den Naturschutz im Allgemeinen sensibilisieren. Junge Menschen aus verschiedenen Nationen kommen mit Wissenschaftlern zusammen und lernen vor Ort, also besteigen einen Gletscher oder segeln mit mir auf meinem Expeditionsschiff, der Dagmar Aaen.

Was ist der größte Aha-Moment für die jungen Leute?

Es eine unglaubliche Erfahrung für alle Sinne. Sie können den Gletscher anfassen, spüren, wie kalt er ist, hören, wie das Eis knistert, wenn er sich bewegt, sie können ihn sogar riechen. Viele Jugendlichen haben

noch nie in ihrem Leben Eis und Schnee gesehen. Diese Naturerfahrung macht etwas mit ihnen.

Nach was riecht denn ein Gletscher?

Zum Beispiel nach Pflanzen, die im Eis eingeschlossen waren.

Fehlen uns die Naturerlebnisse?

Ich denke schon, dass sich viele Menschen von der Natur entfremdet haben. Wie groß und gewaltig Natur sein kann, erfährt man nicht am Computer oder Smartphone, dazu muss man raus gehen, auch mal einen Gewitterschauer ertragen.

Sie haben eine Produktreihe für Camper entworfen, die bei ALDI SÜD erhältlich sein wird. Was war Ihnen dabei wichtig?

Meine Camping-Linie soll die Menschen nach draußen locken, aber so, dass es der Natur nicht schadet. Das fängt mit der Ausrüstung an. Ich fand den Ansatz mit recycelten oder langlebigen Materialien gut – so führt man Plastikmüll einer sinnvollen Verwertung zu.

Wie kann man die Natur genießen, ohne sie zu stören?

Öffnen Sie Ihre Sinne, lauschen und erspüren Sie, was um Sie herum passiert. Das geht natürlich nicht, wenn man aufs Handy guckt. Reisen Sie respektvoll, hinterlassen Sie keinen Müll.

Die Linie umfasst ein Zelt, einen Schlafsack, aber auch Besteck aus Bambus und einen Kocher. Haben Sie ein Lieblingsprodukt?

Der Dutch Oven gefällt mir gut, weil es einfach Atmosphäre hat, sich in der freien Natur etwas über einem Feuer oder über Holzkohle zu brutzeln.

Haben Sie so etwas wie ein ultimatives Lieblingsrezept für unterwegs?

Chili con Carne mache ich gerne, das schmeckt mit Fleisch oder ohne gut.

Was war die außergewöhnlichste Nahrung, die Sie auf Ihren Expeditionen zu sich genommen haben?

In Sibirien essen die Nomaden rohes Rentierfleisch. Das Tier wird geschlachtet und aufgeschnitten, das rohe Fleisch noch schlachtwarm in das Blut unter der Bauchdecke getunkt. Ich war als Gast eingeladen und habe selbstverständlich mitgegessen. Für Europäer ist das gewöhnungsbedürftig, für die Menschen dort völlig normal.



Tagesrucksack
größtenteils aus recyceltem Kunststoff



Schlafsack
größtenteils aus recyceltem Material



Lunchbox & Trinkflasche
aus langlebigem, rostfreiem Edelstahl





DESIGN

40 JAHRE ALDI TÜTE.

Kaum zu glauben, doch es gab eine Zeit, in der es bei ALDI noch keine Einkaufstüten gab. Damals nutzten viele unserer Kunden zum Transport ihrer Einkäufe übrig gebliebene Warenkartons, die unser Personal dafür extra bereitstellte. Erst als diese ausrangierten Kartons durch optimierte Prozesse und wachsenden Konsum knapp wurden, brachten wir 1981 die legendäre

ALDI Einkaufstüte in die Filialen. In den folgenden Jahrzehnten avancierte die markante Plastiktüte zu einem echten Kultobjekt. Doch Anfang 2019 war Schluss: Der Umwelt zuliebe verabschiedeten wir uns von dem Einwegmodell. Heute bieten wir unseren Kunden eine bunte Auswahl an nachhaltigen Mehrwegtaschen an, sie bestehen z. B. aus Stoff, Jute oder Papier.

MIT snoopstar KANN UNSER MAGAZIN NOCH MEHR!

Mit unserer Partner-App snoopstar sind unsere Inhalte schon heute in einer neuen Dimension erlebbar – und jede Woche kommen weitere hinzu!



1. Diesen QR-Code scannen.



2. snoopstar-App kostenlos laden & öffnen.



3. Magazineseiten mit diesem Hinweis entdecken & scannen. WICHTIG: Die Kamera muss die ganze Seite erfassen. Viel Spaß!



* Die Auszeichnung erfolgte in der Kategorie Excellence in Brand Strategy and Creation – Brand Communication – Digital Solutions & Apps.

AUS IHRER REGION

MITARBEITERREZEPT

BUNTE QUICHE

Den Lauch putzen und in gleich große Stücke schneiden. In einer Pfanne mit etwas Öl den Lauch kurz andünsten. Wenn die Quiche mit Brokkoli gemacht werden sollte, diesen dann in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Die Eier mit Crème fraîche, dem Sauerrahm und dem Bergkäse verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den fertigen Quiche-Teig in die mit Backpapier ausgelegte Form legen. Lauch und Lachs (oder wahlweise Brokkoli) auf dem Teig gleichmäßig verteilen und die Eimasse darübergießen. Die Quiche 35 bis 40 Minuten auf der mittleren Schiene im Ofen bei 180 Grad Ober- und Unterhitze (160 Grad Umluft) goldbraun backen. Die Quiche kann auch nur mit Gemüse (z. B. mediterran), ohne Lachs, zubereitet werden. Als Beilage schmeckt ein Feldsalat sehr gut dazu.

⚡ ca. 586 kcal/2438 kJ, 34,5 g Eiweiß, 41,0 g Fett, 16,9 g Kohlenhydrate (pro Portion/4 Portionen)

500–700 g Lauch (je nach Größe der Form) oder wahlweise Brokkoli, 1–2 TL Öl, 3 Eier, 200 g Crème fraîche, 120 g Sauerrahm, 100 g Bergkäse (gerieben), Salz und Pfeffer, Quiche-Teig aus der Kühlung, 300 g frischer Lachs oder Räucherlachs



„Wenn ohne großen Aufwand etwas Frisches auf den Tisch kommen soll, ist unser **Quiche-Teig aus der Kühlung** perfekt. Er lässt sich individuell mit frischem Gemüse belegen, und schon ist ein tolles Mittag- oder Abendessen zubereitet.“

Sandra van der Heusen, 50 Jahre, Mitarbeiterin Beschaffung, Regionalgesellschaft Dormagen



MITARBEITERTIPP



Quiche-Teig
aus der Kühlung



NAHERHOLUNG

Drei schöne Ausflugsziele vor der Tür*

1 AUF DEN SPUREN DER RÖMER

Xanten Im Archäologischen Park Xanten können Besucher in die Fußstapfen der Römer treten. Über einer echten römischen Siedlung gelegen, warten viele rekonstruierte Gebäude darauf, erkundet zu werden. Und wer auf Geschichte keine Lust hat, kommt dank Abenteuerspielplatz und Wasserspielen trotzdem auf seine Kosten. apx.lvr.de

2 HOCH HINAUS

Kaldenkirchen Baumfreunde aufgepasst! Auf der Sequoiafarm im Nettetal wartet ein spektakuläres Naturerlebnis: Hier wachsen etwa 100 Mammutbäume, die gewaltige Höhen von rund 40 Metern erreichen. Zur größten Baumart der Erde, die ursprünglich aus Amerika stammt, werden vor Ort auch Führungen angeboten. sequoiafarm.de

3 PARADIES FÜR DIE KLEINEN

Nörvenich Im Bubenheimer Spieleland ist für alle Kinder etwas dabei. Auf dem riesigen Areal eröffnen sich unzählige Möglichkeiten zum Rutschen, Planschen, Springen, Klettern und Fahren. Selbst bei Regen fällt der Ausflug nicht ins Wasser: Der Park bietet auch viele Indoor-Möglichkeiten für alle Altersklassen. bubenheimer-spieleland.de

REGIONAL UND GUT

OBST VON HIER

Thomas Kreuter liebt das Arbeiten in der Natur. „Ich sehe meinen Beruf als Berufung und als Hobby“, sagt der Landwirt. Seinen Familienbetrieb im idyllischen Rheintal hat er vor einiger Zeit ganz auf Obst umgestellt, im Fokus stehen dabei Süßkirschen, „die Königsdisziplin“, denn der Anbau ist nicht einfach. Schädlinge setzen den Früchten zu, Vogelschwärme können ganze Ernten vernichten. Die Kreuters haben ihre Bäume daher so gepflanzt, dass sie in der vollen Sonne stehen, denn Wärme und Wind mag die Essigfliege nicht. Gegen die Stare helfen Raubvogel-Attrappen. Chemie wird nur dann eingesetzt, wenn es gar nicht anders geht. „Schließlich sind wir auf die Insekten und ihre Bestäubung angewiesen“, sagt Kreuter. Anders als früher sind die Kirschbäume heute nur noch drei bis vier Meter hoch. Die Erntehelfer brauchen keine Riesenleitern mehr und können zum Teil vom Boden aus pflücken. Erntefrisch werden die Früchte sortiert und landen dann 24 Stunden später in den Filialen von ALDI SÜD.



Mehr Infos unter
[aldi-sued.de/
regional-und-saisonal](http://aldi-sued.de/regional-und-saisonal)

* Die Ausflugstipps auf dieser Seite sind coronabedingt ohne Garantie. Eine Anfrage bei den Veranstaltern wird empfohlen.



MITARBEITERREZEPT

STREMELLACHS-GNOCCHI

Die Zwiebel schälen und fein schneiden, die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Die Zucchini in halbe Scheiben schneiden und in 1 EL Olivenöl in einer Pfanne anbraten. Die Kirschtomaten waschen und trocknen. Den Stremellachs grob mit einer Gabel zerkleinern. Kirschtomaten und Lachs in die Pfanne geben und kurz mitbraten. Den Frischkäse mit etwas Wasser anrühren und ebenfalls in die Pfanne zum Gemüse und Lachs geben. Nach Geschmack salzen und pfeffern. Anschließend die Gnocchi aus dem Kühlregal hinzugeben und bei geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten gar ziehen lassen.

ca. 273 kcal/1148 kJ, 14,2 g Eiweiß, 10,2 g Fett, 28,7 g Kohlenhydrate (pro Portion/4 Portionen)

1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 Zucchini, 1 EL Olivenöl, 200 g Kirschtomaten, 200 g Stremellachs, 2 EL Frischkäse, Salz und Pfeffer, 300 g Gnocchi



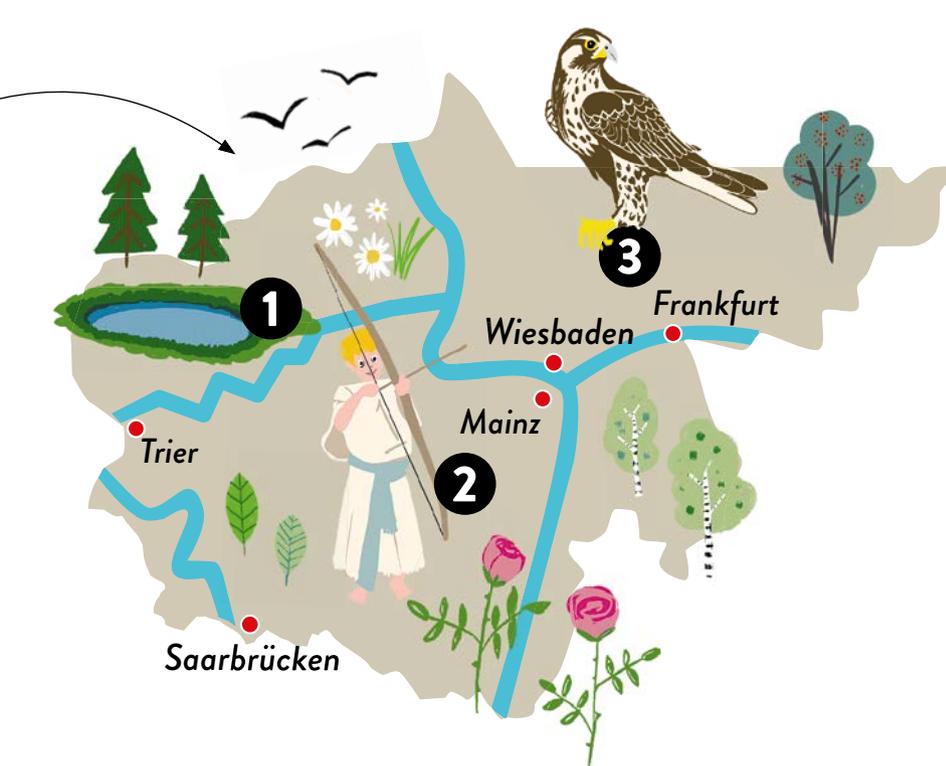
„Unser **Stremellachs** ist lecker und vielseitig. Er verleiht nicht nur meinem schnell zubereiteten Abendessen mit Gnocchi den besonderen Pfiff. Ich esse ihn auch gern schon zum Frühstück auf einem Brötchen – kombiniert mit Frischkäse und Avocado.“

Elena Vitshteyn, 36 Jahre,
Filialleiterin, Regionalgesellschaft Bingen

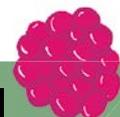


MITARBEITERTIPP

Stremellachs
125 g



REGIONAL UND GUT



OBST VON HIER

In großen Folientunneln wachsen die Himbeeren bei Familie Fehmel im pfälzischen Mutterstadt heran, gut geschützt vor Nässe, Wind und Wetter. Die süßen Beeren sind empfindlich: Zu viel Druck beim Pflücken und schon gibt es Quetschungen. „Die Ernte ist aufwendige Handarbeit“, sagt Jochen Fehmel. Aktuell treibt ihn die Sorge um, ob aufgrund der Pandemiesituation genügend Arbeitskräfte einreisen können. Ohne die fleißigen Saisonkräfte aus Osteuropa geht es nämlich nicht. Familie Fehmel baut seit Jahrzehnten Obst und Gemüse an. Die Eltern Peter und Heike kümmern sich in erster Linie um Tomaten, Feldsalat und Himbeeren. Sohn Jochen Fehmel und seine Frau Christine sorgen dafür, dass alles pünktlich im Handel landet. Die Fehmels sind nämlich nicht nur Erzeuger, sondern auch Großhändler. Ihre FESA GmbH vermarktet Produkte aus dem Familienbetrieb, aber auch die anderer Erzeuger. „Es macht Spaß, Supermärkte zu beraten und mit Obst und Gemüse aus der Region zu beliefern.“



Mehr Infos unter
[aldi-sued.de/
regional-und-saisonal](https://aldi-sued.de/regional-und-saisonal)



NAHERHOLUNG

Drei schöne Ausflugsziele vor der Tür*

1 BADEN IM VULKAN

Gillenfeld Die Eifelmaare sind jahrtausendlang erloschene Vulkankrater, die sich im Laufe der Zeit mit Wasser gefüllt haben. Das Pulvermaar mit seinem glasklaren Wasser gilt als eines der schönsten. Ein Freibad am Rand lädt zum Planschen im Wasser ein. Oder man erkundet den bis zu 72 Meter tiefen See mit dem Boot.
eifel.info/a-pulvermaar-1

2 GESCHICHTE ZUM ANFASSEN

Steinbach Im Keltendorf Steinbach mitten in der Pfalz kann man die spannende Geschichte der Kelten mit den Händen entdecken. Neben Führungen durch die rekonstruierte Siedlung können sich große und kleine Besucher an zahlreichen Aktivitäten wie Bogenschießen, Filzen und Tonarbeiten versuchen.
keltendorf-steinbach.de

3 FASZINIERENDE VOGELWELT

Schmitten Bei einem Ausflug zum Großen Feldberg sollten Familien einen Besuch in der Falknerei auf keinen Fall auslassen. Jung und Alt können hier Bussard, Adler & Co. hautnah erleben. Neben lehrreichen Vorträgen und spannenden Führungen gibt es auch die Möglichkeit, hier Kindergeburtstage zu feiern.
falknerei-feldberg.de



MITARBEITERREZEPT

SCHAFSKÄSE- TOMATEN- MAULTASCHEN

Fein geschnittene Zwiebel in bereits erhitztes Olivenöl geben und glasig dünsten. Dann die Maultaschen hinzugeben (im Ganzen oder klein geschnitten) und kross rösten. Erst Tomatenmark, dann Feta hinzugeben, durch mehrmaliges Wenden gut verteilen und mit Pfeffer und ein wenig Salz würzen (je nach Salzgehalt des Fetas ist das Rezept auch ohne Salz möglich). Etwa $\frac{2}{3}$ der Tomaten stückeln, hinzugeben und kurz mitbraten. Die Maultaschen auf die Teller verteilen und mit den restlichen gestückelten Rispen-tomaten und den frischen Basilikumblättern garnieren.

⚖ ca. 602 kcal/2517 kJ, 25,9 g Eiweiß, 32,2 g Fett, 48,1 g Kohlenhydrate (pro Portion/4 Portionen)

1 Zwiebel, 2 EL Olivenöl, 720 g Maultaschen, 1 EL Tomatenmark, 200 g Feta, 2 Prisen Pfeffer aus der Mühle, 1 Prise Salz, 300 g Rispen-tomaten, Basilikumblätter



„Die besondere Qualität unserer **Rispen-tomaten** erkennt man schon am aromatischen Duft. Als Hobbykoch weiß ich, wie wichtig gute Zutaten für den Geschmack sind. Das gilt auch für meine mediterran interpretierten Maultaschen.“

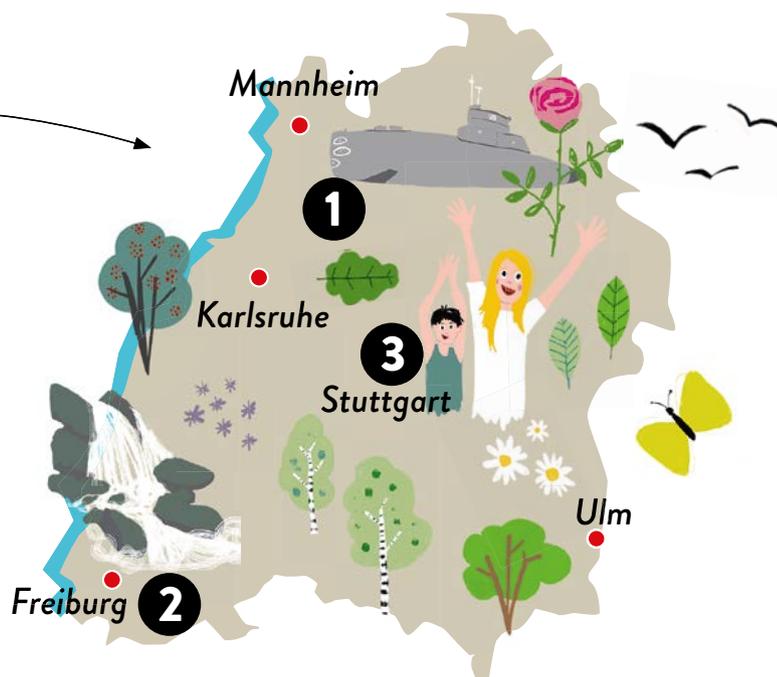
Arne Dolde, 31 Jahre,
Mitarbeiter Finanzbuchhaltung,
Regionalgesellschaft Aichtal



MITARBEITERTIPP



Rispen-tomaten
frisch



NAHERHOLUNG

Drei schöne Ausflugsziele vor der Tür*

1 U-BOOT VORAUSS

Sinsheim/Speyer Ein Tipp für Technikfans: Die Technikmuseen in Sinsheim und Speyer feiern dieses Jahr ihr 40- und 30-jähriges Bestehen. Klar, dass im Sommer viele Extra-Events geplant sind. Als besonderes Geburtstagsgeschenk erwartet das Technikmuseum in Sinsheim ein neues Ausstellungsstück: ein U-Boot.

technik-museum.de

2 KLETTERN IM BACHLAUF

Todtnau In der Langenbachschlucht sind Kletterkünstler ab elf Jahren in ihrem Element. Die geführten Bachkletterwanderungen sind ein tolles Naturerlebnis. Unterwegs im Bachbett passieren die Wanderer Wasserläufe und überklettern Steine und Felsen. Durch zum Teil hüfthohes Wasser geht es etwa einen Kilometer bergauf.

hochschwarzwald.de

3 SOMMERFESTIVAL GENIESSEN

Stuttgart Vom modernen Elektro-Swing über mitreißenden Soul bis hin zu klassischen Folksongs: Vielfalt ist Programm. Das Sommerfestival der Kulturen findet dieses Jahr vom 22. bis 27. Juli statt. Bands, Chöre und Sänger aus aller Welt bringen ganz Stuttgart zum Tanzen. Ein musikalisches Erlebnis für die ganze Familie.

sommerfestival-der-kulturen.de

REGIONAL UND GUT

MAIS VON HIER

Frischer Zuckermais schmeckt aus dem Kochtopf und vom Grill gleichermaßen lecker. In der Region Karlsruhe hat sich die Familie Bletscher vom Lamprechtshof auf den Anbau des beliebten Gemüses spezialisiert. Grundsätzlich seien die Bedingungen für den Anbau der wärmeliebenden Pflanze in Südwestdeutschland sehr gut, sagt Daniel Bletscher, der den Betrieb vor zwei Jahren von seinem Vater übernommen hat. Was viele nicht wissen: Zuckermais muss immer mit einem Mindestabstand zu Futtermais angebaut werden, um eine Fremdbefruchtung zu vermeiden. Denn diese könnte den Geschmack beeinträchtigen. Geerntet wird das gelbe Gemüse frühmorgens mit zwei großen Pflückmaschinen. Anschließend werden die Kolben von Hand entblättert, sortiert und – ganz neu – in Schlauchbeutel verpackt. Der Lamprechtshof verzichtet seit dieser Saison auf Verpackungsschalen und trägt so zur Müllvermeidung bei. Ein Grund mehr für Zuckermais aus der Region!



Mehr Infos unter
[aldi-sued.de/
regional-und-saisonal](http://aldi-sued.de/regional-und-saisonal)

* Die Ausflugstipps auf dieser Seite sind coronabedingt ohne Garantie. Eine Anfrage bei den Veranstaltern wird empfohlen.

AUS IHRER REGION



MITARBEITERREZEPT

VEGGIE-LETSCHO

Die Zwiebel klein schneiden, die Paprika in Streifen schneiden, die Tomaten vierteln. Die Zucchini längs aufschneiden und grob würfeln. Die Eier in einer Tasse leicht aufschlagen. Die Lauchzwiebel in feine Ringe schneiden und beiseitestellen. Die Zwiebelstücke in einer großen Pfanne mit dem Öl leicht golden anbraten. Bunte Paprika hinzugeben, 3 bis 4 Minuten anbraten, danach die Zucchini dazugeben, noch mal leicht anbraten. Mit einem Deckel bedeckt dünsten lassen. Nach 4 bis 5 Minuten die Tomaten untermischen und das Gemüse weiterdünsten. Nach ca. 5 Minuten den Deckel abnehmen und das Gemüse ca. weitere 4 Minuten umrühren. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und Salatgewürz abschmecken. Wenn das meiste Wasser verdunstet ist, die Eier untermischen und warten, bis die Eier fest sind. Die Pfanne vom Herd nehmen und zum Schluss den Ziegenfrischkäse ganz leicht untermischen, aber nicht mehr kochen lassen.

⚖ ca. 403 kcal/1676 kJ, 16,3 g Eiweiß, 25,9 g Fett, 21,0 g Kohlenhydrate (pro Portion/4 Portionen)

1 Zwiebel, 9 bunte Spitzpaprika, 8 Strauchtomaten, 1 Zucchini, 4 Eier, 1 Lauchzwiebel, 2 EL Öl, Salz und Pfeffer, 1 TL Paprika (süß), 1 TL Salatgewürz, 200 g Ziegenfrischkäse



„Der **Ziegenfrischkäse** kommt nicht nur in mein Letscho. Da mein Mann unter Laktoseintoleranz leidet, ist er für uns immer eine tolle Alternative zu Kuhmilchkäse.“

Julie Kalivoda, 56 Jahre,
Kassiererin/Verkäuferin,
Regionalgesellschaft Ebersberg



MITARBEITERTIPP



Ziegenfrischkäse
150 g



NAHERHOLUNG

Drei schöne Ausflugsziele vor der Tür*

1 KÜHLES HÖHLENABENTEUER

Hirschbach Gleich 30 Höhlen und Grotten können mutige Hobbyforscher auf dem 16 Kilometer langen Höhlenwanderweg im Landkreis Amberg-Weilburg in der Oberpfalz erkunden. Wem der komplette Rundweg zu lang ist, der bestaunt einfach nur die 40 Meter lange Cäciliegrotte, sie ist das Highlight der Höhlentour.
hirschbachtal.de

2 MIT PFEIL UND BOGEN IM WALD

Hohenkammer Robin Hood spielen? Im Bogenpark Hohenkammer in Oberbayern darf die ganze Familie zu Pfeil und Bogen greifen. Der Parcours liegt mitten im Wald – und keine Angst, all die wilden Tiere, die unterwegs vor den Bogen kommen, sind Attrappen: vom Grizzlybären bis zum Krokodil.
bogenpark-hohenkammer.de

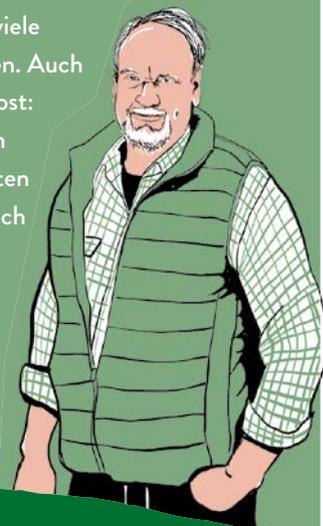
3 DURCHS BLÜTENMEER

Dennenlohe Ein Paradies für Gartenfreunde ist der Schlosspark von Dennenlohe. In dem 26 Hektar großen, wildromantischen Landschaftspark blüht und grünt es fast das ganze Jahr über. Aber in den Sommermonaten ziehen vor allem die farbenprächtigen Rosen und die Lotosblüten im Schlossweiher die Blicke auf sich.
dennenlohe.de

REGIONAL UND GUT

OBST VON HIER

Heidelbeeren kennt man aus Norddeutschland. Dass die blauen Beeren inzwischen auch in Bayern wachsen, liegt mit an der Familie Riemensperger aus Ainertshofen. „Wir wollten weg von der Tierhaltung und dem Ackerbau und haben eine Nische gesucht“, erzählt Johann Riemensperger. „Die Bedingungen für Freiland-Heidelbeeren bei uns sind gut: Der Boden ist nährstoffarm, kalkhaltig und luftig, also genau so, wie es die Heidelbeere mag.“ Inzwischen sind die Riemenspergers mit 60 Hektar Anbaufläche einer der größten Produzenten. Sie bewirtschaften ihre Felder nach integriertem Anbau, das heißt, auf chemischen Pflanzenschutz und Dünger wird so gut es geht verzichtet. Geerntet werden die blauen Beeren von Ende Juni bis Mitte September. Süß-säuerlich, knackig, frisch – so schmecken seine Beeren, sagt Johann Riemensperger, der sich freut, ein Produkt anzubauen, das viele Menschen mögen. Auch der Erzeuger selbst: Er isst die blauen Beeren am liebsten frisch vom Strauch mit etwas Sahne oder pikant als Chutney.



Mehr Infos unter
[aldi-sued.de/
regional-und-saisonal](http://aldi-sued.de/regional-und-saisonal)

* Die Ausflugstipps auf dieser Seite sind coronabedingt ohne Garantie. Eine Anfrage bei den Veranstaltern wird empfohlen.

URLAUB AUF VIER PFOTEN.

Viele Menschen haben sich während der Pandemie einen Hund zugelegt. Jetzt kommen die Ferien und die Frage: **Verreisen mit dem geliebten Tier** – wie geht das und was muss man beachten?





2

1

Hunde lieben Meer und Strand. An der Ostsee gibt es viele Hundestrände, an denen Vierbeiner auch leinenlos toben und im Sand buddeln können.

2

Camping ist ideal für Hunde! Viele Campingplätze haben sich auf Hundebesitzer eingestellt und bieten Extraservice, etwa Hundeduschen.

3

Ahoi, Matrose: Mit etwas Eingewöhnung fühlen sich Vierbeiner auch auf einem Boot wohl. Aber bitte nur mit Schwimmweste – sicher ist sicher.



1

Wenn Herrchen oder Frauchen Koffer packen, werden ihre Vierbeiner unruhig. Nicht selten lassen sie sich direkt in der Reisetasche nieder, als wollten sie sagen: Du nimmst mich schon mit, oder? Dabei kommt für die meisten Hundemamas und -papas ein Urlaub ohne ihren Wauz gar nicht infrage. Schließlich sind die Fellnasen mit dem treuen Blick nicht nur vollwertige Familienmitglieder, sondern auch sehr soziale und an ihren Menschen gebundene Tiere. Sie lieben es, mit ihrem „Rudel“ Zeit zu verbringen und neue Dinge zu entdecken. Und welchem Hundehalter geht nicht das Herz auf, wenn der Vierbeiner glücklich über Almwiesen hechelt oder mit flatternden Schlappohren am Strand herumtobt? Ein gemeinsamer Urlaub macht Spaß und stärkt die Bindung zwischen Mensch und Tier.

Wer mit seinem Hund verreisen will, sollte sein Ziel allerdings sorgfältig aussuchen. Achten Sie darauf, was Sie Ihrem vierbeinigen Freund zumuten können und wo Hunde überhaupt willkommen sind. Ein Städtetrip im Hochsommer? An die Adria bei 40 Grad im Schatten?

Die Hitze kann für Tiere zur Belastung werden und an vielen Stränden sind während der Hauptsaison Hunde verboten. Auch die Entfernung spielt eine Rolle. Nicht alle Hunde vertragen Autofahren gut. Flugreisen sind für Tiere immer eine Zumutung, sodass die Tierrechtsorganisation PETA grundsätzlich davon abrät – außer der Hund ist klein genug, wiegt also (mit Transportbox) maximal acht Kilo. Dann darf er bei einigen Fluggesellschaften mit in die Kabine und muss nicht in den Frachtraum. Sollte die geplante Reise für den Vierbeiner mehr Stress als Freude bedeuten, dann ist er wahrscheinlich bei Freunden, Tiersittern oder in einer Hundepension besser aufgehoben.

Deutschland ist Hundeland.

In ganz Europa gibt es hundefreundliche Destinationen. Aber man muss gar nicht in die Ferne schweifen: Deutschland ist ein tolles Urlaubsziel für Hundeliebhaber. Von den Alpen bis zur Nord- und Ostsee-Region gibt es tierfreundliche Unterkünfte. Gut geeignet sind Ferienwohnungen und Campingplätze. In vielen – nicht allen! – Hotels sind Vierbeiner inzwischen willkommen, oft aber mit Einschränkungen, sie dürfen dann etwa nicht mit in den Frühstücksraum. Egal, wohin es Hundebesitzer zieht: Erkundigen Sie sich vorher, ob Haustiere erlaubt sind und unter welchen Bedingungen. Meist fallen für die Tiere Extraübernachtungskosten an. Tipp: Checken Sie bei der Wahl Ihrer Unterkunft, wie hundefreundlich die Umgebung ist. Gibt es direkt vor Ort schöne Wege zum Gassigehen? Vielleicht sogar die Möglichkeit zum Freilauf? Hundestrände? Open-Air-Kinos, Museen mit Doggy Days?

IM JULI BEI ALDI SÜD

Hundebuggy
Maße: ca. 119 cm x 67 cm x 105 cm,
Tragkraft: bis 20 kg



CHECKLISTE

1 Auch Hunde können Sonnenbrand bekommen, etwa an Nase oder Bauch. Für sie gibt es spezielle **Sonnenschutzcremes**.

2 Auf die **Packliste für Ausflüge** gehören eine **Zeckenzange**, ein **faltbarer Napf**, **Leckerlis** und **genügend Wasser**.

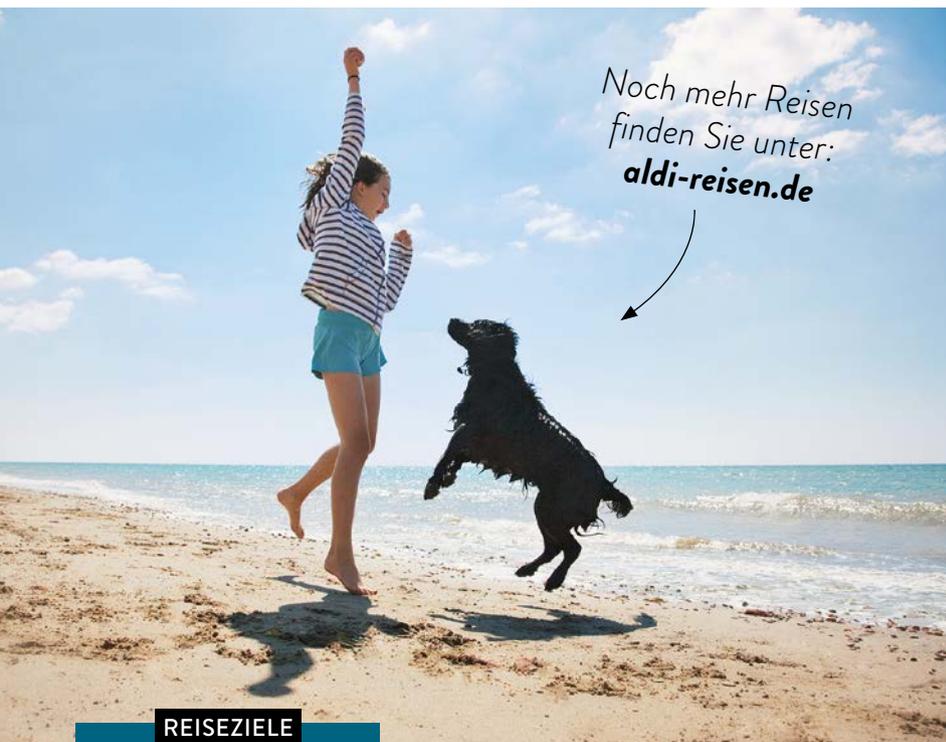
3 Eine **verschließbare Plastikbox** transportiert **gefüllte Hundebeutel** geruchssicher zum **nächsten Abfalleimer**.



Mit dem Hund sicher unterwegs.

Auch Vierbeiner brauchen einen Reisepass. Im Inland reicht der gelbe Impfausweis. Für Reisen ins europäische Ausland ist der blaue Heimtierausweis erforderlich. Prüfen Sie, welche Impfungen nötig sind. Dabei kann der Tierarzt helfen. Wenn Ihr Hund noch nicht gechippt und bei einer der drei großen Registrierungsstellen – Tasso, Findex oder ifta (Internationale Zentrale Tierregistrierung) – angemeldet ist, holen Sie das nach! Sollte Ihr Liebling einmal weglaufen, kommt er dank der registrierten Daten leichter zu Ihnen zurück. Unbedingt empfehlenswert ist auch eine Hundehalter-Haftpflichtversicherung. Selbst ein kleiner Hund kann große Schäden verursachen, wenn er sich losreißt und in ein Fahrrad läuft. Gut zu wissen: Auch im Auto muss der Hund gesichert sein, z. B. mit einer Transportbox, einem Hundesicherheitsgurt oder einem Hundegitter. Tipp: Gewöhnen Sie Ihren Vierbeiner rechtzeitig daran.





Noch mehr Reisen
finden Sie unter:
aldi-reisen.de

REISEZIELE

Im Seebad Grömitz in der Lübecker Bucht locken zwei Hundestrände – und eine malerische Steilküste.

Der Odenwald ist ideal zum Wandern. Und in Heidelberg wartet die Pfötchentour, eine Führung für Hundebesitzer.

Idyllische Hundewege entlang kraterförmiger Senken gibt es in der Vulkaneifel.

Baden vor Alpenpanorama können Zwei- und Vierbeiner rund um den Spitzingsee und an vielen Stellen im Schliersee.

Tolle Reiseziele mit Hund.

Usedom mit seinen kilometerlangen feinen Sandstränden hat für Zwei- und Vierbeiner einiges zu bieten. Überall auf der Insel gibt es extra ausgewiesene Strandabschnitte für Hunde. Wuff und Wauz können hier planschen und buddeln, am Strandkorb von Herrchen und Frauchen dösen oder sich Leckerlis am Kiosk kaufen lassen. Das verträumte Hinterland der Insel rund um das Achterwasser ist perfekt für ausgiebige Touren mit Hund.

Schroffe Berge, sanfte Täler: Die Zugspitzregion im Wettersteingebirge bietet unzählige Wanderwege mit grandioser Aussicht. Viele sind auch gut für Mensch und Hund geeignet, es gibt sogar Touren im hochalpinen Bereich, die hundetauglich sind – also ohne Klettersteig. Aber man kann es sich auch einfacher machen und die Seil- oder Zahnradbahn nehmen. Hunde dürfen in allen Bergbahnen für einen geringen Unkostenbeitrag mitfahren.



Romeo Hundesnacks verschiedene Sorten, auch im Romeo-Sortiment: Hundeness- und Hundetrockenfutter



MIT DEM HUND ZUM WEISSENHÄUSER STRAND

Gönnen Sie sich ein paar schöne Tage im Ferien- und Freizeitpark Weissenhäuser Strand an der Ostsee (Angebot PDJ018 buchbar unter aldi-reisen.de). Sie können drei, vier bzw. sieben Nächte buchen, Frühstück inklusive. Die Ferienanlage ist ideal für einen Familienurlaub. Und das Beste ist: Nur ca. 600 Meter entfernt liegt der schöne Ostseestrand. Der Hundestrand ist ein wahres Paradies für Vierbeiner zum Löcherbuddeln, Herumtollen und Baden. Pro Ferienwohnung sind maximal zwei Haustiere erlaubt. Weitere Infos unter: aldi-reisen.de

VERLOSUNG

Unter allen Teilnehmern mit Hund verlosen wir 4 Nächte inkl. Frühstück für 2 Personen, tägl. Eintritt in das subtropische Badeparadies und tägl. Eintritt in das Abenteuer-Dschungelland. Anreistag: Sonntag, Termine bis Ende März 2022, Buchung nach Verfügbarkeit. Veranstalter: Berge & Meer. Mehr Infos siehe Sternchentext*.

* Sie können an dem Gewinnspiel in der Zeit vom 05.07.2021, 9.00 Uhr, bis zum 09.07.2021, 23.59 Uhr, im Internet unter aldi-sued.de/reisegewinnspiel teilnehmen. Der Gewinner wird per Los ermittelt und per E-Mail benachrichtigt. Mitarbeiter der Unternehmensgruppe ALDI SÜD sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Weitere Teilnahmebedingungen finden Sie auf aldi-sued.de.



Kostenlose Lieferung!

IM JULI BEI ALDI SÜD



Hundestrandkorb inkl. Futternapf und Abdeckhaube, Breite: 60 cm, Höhe: 75 cm, Tiefe: 45 cm

1-2-3... HITZE- FREI!

So kühlen Sie Ihre Räume **auch ohne Klimaanlage** – energie-sparend und umweltfreundlich.

Der Sommer wird heiß. Selbst wenn es nur ein paar Tage sind, an denen das Thermometer auf mindestens 30 Grad Celsius klettert (elf Tage waren es im Jahr 2020 in Deutschland) – nach einem brütend heißen Tag sehnen wir uns nach einer Abkühlung in den eigenen vier Wänden. Aber was tun, wenn es in der Wohnung noch wärmer ist als draußen? Besonders Räume mit Südsonne und im Dachgeschoss heizen sich schnell auf. Die Folgen: schlaflose Nächte und ein geschwächter Kreislauf. Für unser Wohlbefinden sind kühle Räume bei Hitze genauso wichtig wie viel trinken und eine erfrischende Dusche. Dass man nicht immer eine Klimaanlage braucht, um die Wohnung auf Wohlfühltemperatur zu bringen, zeigen unsere Tipps.

TIPPS FÜR ZU HAUSE

COOLE HACKS FÜR HEISSE TAGE.

- 1 Wenn Sie zu Hause sind, öffnen Sie die Fenster und hängen Sie feuchte Tücher davor. Die Verdunstungskälte kühlt die Raumtemperatur herunter.
- 2 Halten Sie Ihre Fenster tagsüber überwiegend geschlossen und sorgen Sie erst abends und nachts für Durchzug.
- 3 Dunkeln Sie Ihre Räume am Tag ab: Schließen Sie die Rollläden oder ziehen Sie die Vorhänge zu.
- 4 Schalten Sie ungenutzte elektronische Geräte aus – nicht etwa nur auf Stand-by. Das schont den Geldbeutel und die Umwelt. Die Geräte produzieren zudem unnötig Wärme.



IM JULI BEI ALDI SÜD

FRISCHE BRISE

Ventilatoren kühlen nicht, sondern verwirbeln die Luft im Raum und sorgen so für eine angenehm frische Brise. Tipp: Den Ventilator abends ans geöffnete Fenster stellen, sodass er nach innen zeigt. So leitet er die kühle Abendluft in die Wohnung.

Hochgeschwindigkeitsventilator in Chrom

42,6 °C

beträgt der Hitzerekord in Deutschland. Diese Temperatur wurde am 25. Juli 2019 in Lingen im Emsland gemessen.

IM JULI BEI ALDI SÜD

Mobiler Luftkühler mit LED

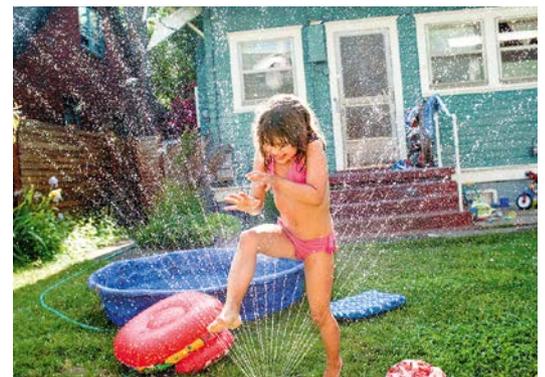


HEISS ODER KALT?

Flimmernde Hitze, über 30 Grad und wir dürsten nach einer eisgekühlten Schorle. Aber helfen kalte Getränke jetzt wirklich? Auch wenn es sich im ersten Moment erfrischend anfühlt, etwas Eiskaltes zu trinken – eine abkühlende Wirkung hat das nicht, im Gegenteil: Unser Organismus versucht sofort, die kalte Flüssigkeit auf Körpertemperatur zu bringen. Dafür ist Energie notwendig. Noch mehr Schwitzen ist die Folge. Greifen Sie bei Hitze lieber zu lauwarmen (nicht heißen) Getränken. Sie bieten die beste Erfrischung.

HITZE-TIPPS FÜR KIDS.

Wenn es sehr heiß ist, am besten tagsüber in der Wohnung bleiben und Aktivitäten auf den späten Nachmittag verschieben. Planschen mit Wasser macht Spaß und kühlt ab. Geben Sie den Kleinsten aber lieber ein angefeuchtetes Tuch zum Spielen. Eltern sollten bei ihren Kindern auf luftige Kleidung achten und in der Nähe von Babys und Kleinkindern Zugluft vermeiden.



ZU VIEL SONNE GETANKT?

Ihre Haut ist gerötet, spannt und fühlt sich heiß an? Sie haben die Sonne unterschätzt? Zum Glück lässt sich ein **leichter Sonnenbrand** gut behandeln.



1 AUS DER SONNE GEHEN

Wenn sich die Haut rötet, juckt oder spannt, sollten Sie ein schattiges Plätzchen oder geschlossene Räume aufsuchen.

2 VIEL TRINKEN

Durch einen Sonnenbrand verliert der Körper Flüssigkeit. Trinken Sie viel Wasser oder lauwarmen Tee, um den Flüssigkeitshaushalt wieder auszugleichen.

3 KÜHLEN

Eine kühle Dusche und feuchte Tücher können Sonnenbrand lindern, ebenso Quark-Auflagen. Dazu kühlen Quark fingerdick auf die betroffene Hautstelle auftragen und mit einem Tuch umwickeln.

4 EINCREMEN

Sonnengeschädigte Haut braucht Pflege. Cremen Sie die betroffenen Stellen regelmäßig mit feuchtigkeitsspendenden Lotionen ein.

5 NICHT REIZEN

Verzichten Sie, solange die Haut noch gereizt ist, auf Peelings, Gesichtsmasken oder Anti-Aging-Produkte.

Warum wird die Haut bei Sonnenbrand heiß?

Ist die Haut ohne Schutz zu lange intensiver UV-Strahlung ausgesetzt, kommt es zu Rötungen oder Schwellungen. Eine Entzündung entsteht. Der Körper reagiert darauf mit einer stärkeren Durchblutung. Die Haut rötet sich und wird warm oder sogar heiß.

GUT GESCHÜTZT

Wer sich bis ins höhere Alter über eine schöne, vor allem aber gesunde Haut freuen möchte, sollte nicht zu sparsam mit Sonnenschutzmitteln umgehen. Hautärzte empfehlen für den gesamten Körper eines Erwachsenen 30 bis 40 Milliliter, das sind ca. 6 Esslöffel, ein Teelöffel davon für das Gesicht. Zwischen 11 und 15 Uhr ist die UV-Strahlung am stärksten. Am besten ist es, über die Mittagszeit sonnengeschützte Orte aufzusuchen, auf jeden Fall aber die direkte Sonne zu meiden. Wollen Sie dennoch den ganzen Tag z. B. am Strand verbringen, benutzen Sie Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor (LSF). Sie schützt gut, aber auch nicht ewig. Die Faustregel lautet: $\text{LSF} \times \text{Eigenschutz (heller Hauttyp 10 Minuten, dunkler Hauttyp 30 Minuten)} - 10 \text{ Prozent} = \text{mögliche Sonnenzeit}$.

INSPIRATION



Kinder- und Babyhaut

Hurra, der Sommer ist da! Endlich wieder draußen toben, Spielplätze erobern oder Sandburgen bauen. Doch Kinderhaut ist um ein Vielfaches empfindlicher als die Haut von Erwachsenen und braucht besonders viel Schutz. Säuglinge und Kleinkinder sollten bis zu ihrem zweiten Lebensjahr nicht in die direkte Sonne. Für alle anderen gilt: ausreichend eincremen (30 Minuten vor dem Sonnenbaden), intensive Mittagssonne meiden, möglichst im Schatten bleiben und regelmäßig nachcremen. Arme, Beine, Kopf und Nacken sollten durch UV-undurchlässige Kleidung geschützt sein.

**Ultra Sensitiv
Sonnenlotion**
200 ml



Hoher Schutz, ohne
Parfüm: perfekt
auch für Babys und
Neurodermitiker.

Stiftung
Warentest

test



**SEHR GUT
(1,5)**

Im Test:
17 Sonnenschutz-
mittel
4 sehr gut

Ausgabe 07/2020
www.test.de

20HC91



GUT BEWERTET

Zuverlässiger Sonnenschutz für die Kleinen: Bei einer Prüfung von Stiftung Warentest im Jahr 2020* wurde das OMBRA Kids Sonnenspray LSF 30 mit „sehr gut“ bewertet. Das Spray ist wasserfest, versorgt die Haut mit Feuchtigkeit und verzichtet auf den chemischen UV-Filter Octocrylene.

OMBRA Kids Sonnenspray
LSF 30, 150 ml

* Getestet wurden 17 Sonnencremes, Sonnenlotionen und Sonnensprays für Kinder (Sonnenschutzfaktor: 30, 50 oder 50+).

IMPRESSUM

Herausgeber:

ALDI SÜD Dienstleistungs-GmbH & Co. oHG, Unternehmensgruppe
ALDI SÜD, Burgstraße 37,
45476 Mülheim an der Ruhr,
V.i.S.d.P.: Lina Binder

E-Mail an die Redaktion:
inspiriert@aldi-sued.de

Möchten Sie regelmäßig über unser aktuelles Angebot informiert werden? Dann nutzen Sie unseren E-Mail-Service und Sie erhalten kostenlos unseren Newsletter:

[aldi-sued.de/newsletter](mailto:inspiriert@aldi-sued.de)

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

Druck: Prinovis GmbH & Co. KG,
Betrieb Dresden, Meinholdstraße 2,
01129 Dresden

Um Ihnen den Lesefluss zu erleichtern, verwenden wir im Textlauf ausschließlich männliche Bezeichnungen. Bei direkten oder indirekten Verweisen auf fremde Internetseiten macht sich die ALDI SÜD Dienstleistungs-GmbH & Co. oHG deren Inhalt nicht zu eigen. Die ALDI SÜD Dienstleistungs-GmbH & Co. oHG haftet für die Inhalte dieser Internetseiten nicht. Die Verantwortlichkeit liegt allein beim jeweiligen Anbieter. Diese Kundenzeitschrift wurde auf FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt.



MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C020233

BILDNACHWEISE

Titelfoto: Getty Images/ArtMarie
Adobe Stock: S. 46;
ALDI SÜD: S. 5-6, 17, 26-29, 31-34,
36-38, 42-43, 45, 48, 49-56, 58;
Berge & Meer: S.43; Freepik: S.30,
34-35, 45, 51, 56; Getty Images:
S. 3-5, 41-43, 45, 47-48, 50, 52-54;
living4media/Birgid Allig: S. 44;
Meike Bergmann mit Raufeld Medien:
S. 5, 7-16, 38; Nicky Walsh mit
Raufeld Medien: S. 4, 18-25;
Raufeld Medien: S. 4, 6, 17, 30-31, 35,
39, 52-53, 55, 57; Shutterstock: S.17,
S. 30-31, 56; Stocksy: S. 40-41

FOLGEN SIE UNS

facebook.com/ALDISUED

youtube.com/ALDISUEDDE

instagram.com/ALDISUEDDE

pinterest.com/aldisued

xing.com/companies/aldisued



IM JULI BEI ALDI SÜD

HEAT_IT!

Mit Hitze gegen Juckreiz: „heat_it“ heißt das Produkt eines deutschen Start-ups, das allein durch Wärme bei lästigen Insektenstichen hilft. Der handliche Stick passt auf Android-Smartphones und wird per App aktiviert und erwärmt. Nach einem Stich hält man ihn kurz an die betroffene Stelle. Die Hitze verringert die Intensität des Juckreizes und lindert so den Schmerz. Dank mitgelieferter Schutzhülle lässt sich der Stick super, z. B. am Schlüsselbund, befestigen.

Lässt sich easy
am Schlüssel-
bund befestigen.



heat_it für Android mit USB-C-Stecker
plus Gutschein für Micro-USB-Adapter,
made in Germany

INSPIRATION

Ob im Topf oder am Rankgitter:
Kletterpflanzen besitzen einen
besonderen Charme.



Dipladenia
groß,
verschiedene
Farben



IM JULI BEI ALDI SÜD

Aufsteiger

Kletterpflanzen verwandeln sogar den kleinsten Balkon in ein grünes Sommerparadies. Dipladenia & Co. eignen sich auch gut, um auf der Terrasse Akzente zu setzen oder eine Tür zu umranken. Das Beste: Man kann beim Wachsen zuschauen.

10–15 l

Wasser pro m²
sind in sehr heißen
Sommern täglich
nötig, um den Garten
zu bewässern.

Viele weitere tolle Gartentipps unter:
aldi-sued.de/garten

WASSER MARSCH!

1

Den Garten täglich frühmorgens wässern und die Kübelpflanzen jetzt so häufig gießen, dass der Wurzelballen immer gut durchfeuchtet ist, die Pflanzen aber nicht im Wasser stehen.

2

Aufgepasst: nur die Erde gießen! Starkes Sonnenlicht auf Wassertropfen kann Pflanzenblätter regelrecht verbrennen.

3

Dadurch, dass jetzt häufiger gegossen wird, spült man auch Nährstoffe aus der Blumenerde. Die Pflanzen deshalb wöchentlich mit Flüssigdünger versorgen.

IM JULI BEI ALDI SÜD

Pflege tut gut.

Rasen leidet unter Hitze, Sonne und Trockenheit. Die Folge: gelbe, braune und kahle Stellen. Es lohnt sich, Nährstoffe zuzuführen. So bleibt das Gras robuster.

Rasen-Fit

stärkt die Widerstandskraft des Rasens, zusätzlich zur normalen Pflege verwenden, 3 kg



RASEN-TIPP

Bei der Rasenpflege im Juli und August ist regelmäßiges Wässern das A und O. Auch für eine zweite Düngung ist es noch nicht zu spät – Produkte mit hohem Kaliumgehalt schützen vor Krankheit und Austrocknung. Und bleibt beim Mähen der Rasenschnitt liegen, wirkt dieser wie ein natürlicher Dünger.

IM JULI BEI ALDI SÜD

KORBBLÜTLER

Pflanzen sehen noch dekorativer aus, wenn sie stilvoll verpackt sind. In attraktiven Seegraskörben machen sogar Outdoorpflanzen im Haus und in der Wohnung eine gute Figur – denken Sie an einen Wasserschutz für den Boden.

Seegraskörbe, verschiedene Designs





FERIEN DAHEIM!

Ganze Seite scannen & informieren
snoopstar

Findet hier
die DIYs zum
Ausdrucken!

Wer sagt, dass man immer verreisen muss, um etwas zu erleben? Auch **vor der Haustür warten viele Abenteuer.** Mit diesen Tipps und Spielen wird es euch nicht langweilig.



Wasserschlacht

An heißen Tagen gibt es nichts Schöneres als eine Abkühlung! Zum Beispiel mit einer ordentlichen Ladung Wasserballons. Die eignen sich auch für eine spritzige Brennball-Variante: Das Grundprinzip ist gleich, doch statt einen Ball so weit wie möglich zu werfen, versucht das werfende Team hier, die Läufer mit den Wasserballons zu treffen.

DIY-Rasensprenger

Plastikflasche mit Löchern versehen, Gartenschlauch mit Klebeband daran befestigen und los geht's!

IM JULI BEI ALDI SÜD

Wurfgleiter
verschiedene
Farben



Wasserbomben
aus recyceltem
Plastik



Wasserkanone
verschiedene
Farben



Quadro Kletterpyramide
für drinnen und draußen



Seifenblasen-Set
verschiedene Sets





Radwanderung

Wie gut kennt ihr eure Umgebung? Bei einer Radtour lernt ihr womöglich ganz neue Seiten eurer Heimat kennen. Wie wäre es zum Beispiel, mal den Ort in eurer Region mit dem lustigsten Namen zu besuchen? Wer weiß, was es dort zu entdecken gibt! Abends könnt ihr dann bei einem Picknick den Sonnenuntergang genießen. Tipp: Eine Radtour lässt sich auch prima mit einer Schnitzeljagd kombinieren.

Zelten im Garten ist für die Kinder immer ein Highlight!

IM AUGUST BEI ALDI SÜD

Eine Reise zu den Sternen.

Vom **Großen Wagen** über den Polarstern bis hin zur Milchstraße: Auch mit bloßem Auge könnt ihr am Nachthimmel viel erkennen. Mit einem Teleskop eröffnet sich aber eine ganz neue Welt für euch. Eure Eltern helfen dabei, das Teleskop richtig zu nutzen.

Teleskop
inklusive
ASTRO R-LITE
Taschenlampe,
Smartphone-
Kamera-
Adapter und
hochwertigem
Sonnenfilter



DIY-Wurfspiel

Als Ziele eignen sich mit Wasser gefüllte Flaschen. Für die Wurfgeschosse einfach den äußeren Ring von Papptellern ausschneiden!



ENDLICH SCHULKIND!

SPARTIPPS

1

Ein **Schultaschen-set** mit Rucksack, Federmäppchen und Turnbeutel kann bis zu 260 Euro kosten. Tipp: Im Netz gibt es gebrauchte Sets, die (fast) so gut wie neu aussehen.

2

Brotbüchse und Trinkflasche (im Fachgeschäft für ca. 15 bis 40 Euro zu haben) sind tolle Geschenkideen für alle, die was spendieren wollen.

3

Eine **Schultüte** selber basteln macht Spaß und spart Geld. Stabile Rohlinge gibt es für ca. 5 Euro. Zum Verzieren eignen sich Washi Tape, Sticker und Krepppapier.



IM AUGUST BEI ALDI SÜD



Schulrucksack
inkl. Federmäppchen



IM JULI BEI ALDI SÜD

Füllhalter-Set
verschiedene
Farben

Findest du die 4 Dinge, die nicht in die Schultüte gehören?

Bald ist es so weit, du kommst in die **1. Klasse**. Das wird spannend. Weißt du schon, worauf du dich am meisten freust?

Bestimmt haben dir deine Mama oder dein Papa schon erklärt, was du in der Schule alles lernen wirst. Vielleicht habt ihr auch im Kindergarten oder in der Kita darüber gesprochen, welche Dinge in der Schule anders sind, als du es kennst. Klar, erst einmal ist alles ungewohnt für dich: die fremden Kinder, das Klassenzimmer, der Schulhof und deine Lehrer. Es ist eben ein großer Schritt vom Kita-Kind zum Schulkind. Du wirst staunen, schon nach ein paar Tagen hast du dir die neuen Namen und Gesichter gemerkt. Das Schönste an der Schule? Du erlebst jeden Tag interessante Dinge und hast zu Hause ganz viel zu erzählen und zu zeigen. Was macht dir am meisten Spaß? Singen, malen, rechnen oder schreiben? Mit wem spielst du in der Schulpause am liebsten? Wie sehen die Kreise aus, die du in dein Heft gemalt hast? Und hast du dich schon einmal gemeldet, wenn der Lehrer etwas gefragt hat? Deine Eltern werden staunen, was du schon alles kannst!

IM JULI BEI ALDI SÜD



Schüler Kalender
verschiedene
Designs



Fruchtriegel
verschiedene
Sorten



Mamia
Bio-Hirse Snacks,
Bio-Maisstangen,
je 80 g

IM AUGUST BEI ALDI SÜD

Ganze Seite scannen & informieren

snoopstar

Hierhinter findet sich
die Anleitung für eine
DIY-Schultüte!

Auflösung: Fisch, Fisch, Schuh, Gießkanne, Handteger

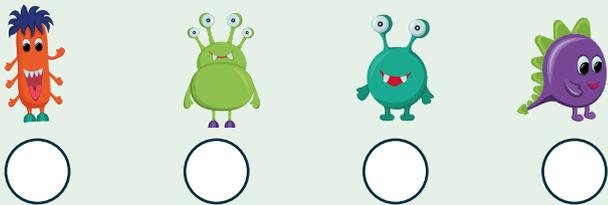
D

O

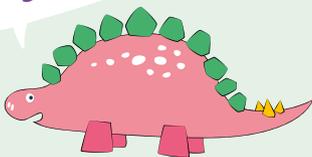
B

A

Findest du heraus, wie oft jedes Monster zu sehen ist?



SO VIELE NEUE GESICHTER. FAST WIE IN DER SCHULE!



Auflösung: 7, 6, 5, 5

IM AUGUST BEI ALDI SÜD



Kratzbuch
Schultüte
verschiedene
Ausführungen



Schulstart
Eintragungsbücher
in zwei Varianten

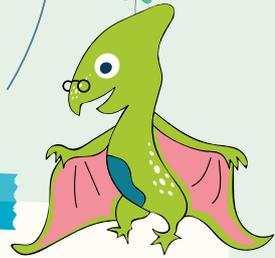
IM JULI BEI ALDI SÜD



Magnetzahlen &
-symbole
90 Stück

TIPP FÜR ELTERN

Auch wenn die Feier nur im kleinen Kreis stattfindet, laden Sie große und kleine Gäste rechtzeitig ein. Die besten Freunde Ihres Kindes feiern womöglich selbst Einschulung an diesem Tag. Gibt es Nachbarkinder oder Freunde aus dem Sportverein, die kommen können? Alleine unter Erwachsenen ist es für das frischgebackene Schulkind sonst schnell langweilig. Tipp: Legen Sie ein Gästebuch bereit, in das jeder ein paar persönliche Worte schreiben kann. Das ist später eine schöne Erinnerung.



GUT VORBEREITET

Bestimmt freust du dich schon auf die Schule. Aber manchmal ist man trotzdem aufgeregt. Wenn du dich **gut vorbereitest**, wird es sicherlich ein super Tag!!!

- Was möchtest du gerne anziehen?
- Kennst du schon deinen Schulweg?
- Was kommt in deine Brotbox für den ersten Schultag?
- Hast du schon das frühe Aufstehen geprobt?
- Sind alle Sachen von der Schulliste in der Schultasche?

Ganze Seite scannen & informieren



Hier gibt's eine
Checkliste zum
Ausdrucken!

Lecker Lineal



Zusammen
backen!

Dieser tolle Kuchen nach Art eines **Kalten Hundes** ist genau das Richtige für deine Einschulungsfeier!



Ganze Seite scannen & informieren

snoopstar

Ein Video zum
Kalten-Hund-Rezept
gibt's hier!



1 Die Kuvertüre hacken und mit dem Kokosfett und der Sahne in einem Topf langsam schmelzen. Den Vanillinzucker unterrühren.



DU BRAUCHST

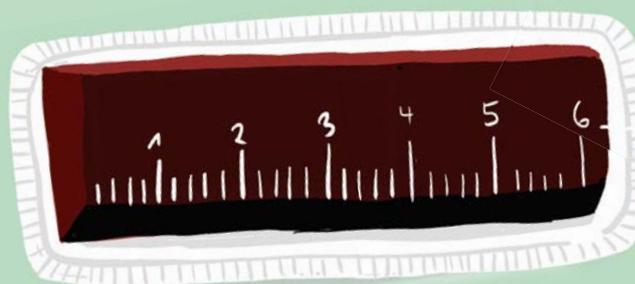
FÜR EINEN KALTEN HUND
200 g Zartbitter-Kuvertüre
400 g Vollmilch-Kuvertüre
150 g Kokosfett oder Kokosöl
200 g Sahne
2 Päckchen Vanillinzucker
250 g Butterkekse

FÜR DIE ZUCKERSCHRIFT

1 Eiweiß
150 g Puderzucker
1 Prise Salz

2 Eine Kastenform (25 cm x 11 cm) mit Frischhaltefolie auslegen. Mit einem Löffel eine Schicht flüssige Schokolade hineingeben. Jetzt einfach immer im Wechsel Schokolade und Kekse hineinschichten. Ca. 8 bis 9 Keksschichten sollten hineinpassen. Dann kommt der Kalte Hund für ca. 8 Stunden in den Kühlschrank. Danach aus der Form nehmen und vorsichtig stürzen.

3 Für die weiße Schrift das Eiweiß mit dem Puderzucker und dem Salz so lange aufschlagen, bis eine feste Masse entstanden ist und dann in einen Spritzbeutel füllen. Den Kalten Hund mithilfe der weißen Zuckerschrift wie ein Lineal bemalen – mit vielen kleinen Strichen und Zahlen.



FÜR UNS, VON UNS.



LESERTIPPS FÜR DIE KÜCHE

von **Marianne S.**

Karotten bleiben länger frisch und knackig, wenn man sie in ein feuchtes Tuch wickelt und im Gemüsefach des Kühlschranks aufbewahrt.

von **Birgit S.**

Bei Ingwer funktioniert das Schälen mit dem Messer oder Gemüseschäler wegen der vielen knubbeligen Stellen nicht so gut. Ich nehme dafür immer einen Teelöffel. Wenn man die Innenkante wie ein Messer an die Knolle ansetzt, lässt sich die Schale ganz einfach abschaben.

von **Nadiya H.**

Bevor man Eiweiß zu Eischnee schlägt, die Schüssel mit einem Küchentuch und etwas Essigwasser auswischen. Das löst nicht sichtbare Fettbeläge, die verhindern könnten, dass das Eiweiß steif wird.

REGINA E. PER MAIL

LIEBES „ALDI INSPIRIERT“-TEAM, mein Mann hat mich letztes mit einem Dessert überrascht. Da wir es sooo lecker finden, will ich Ihnen heute das Rezept und ein Foto davon senden. Man braucht für das „Eis mit Schwips“ für 2 Personen: 2 Stück Eis-Sensation Mini, ca. 30 g Eierlikör, ca. 30 g geraspelte Kuvertüre und ca. 30 g Heidelbeeren. Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit. Bleiben Sie gesund.

Liebe Frau E., da können wir nur zustimmen: eine tolle Idee! Und wir haben es natürlich gleich ausprobiert. Herzlichen Dank dafür!



Unser Frühsommerheft finden Sie unter aldi-sued.de/kundenmagazin oder Sie scannen einfach den QR-Code:



SCHREIBEN SIE UNS!

Haben auch Sie Anregungen, Tipps oder Fragen an „ALDI INSPIRIERT“, dann senden Sie uns eine E-Mail an inspiriert@aldi-sued.de, Stichwort „Leserbrief“. **Aus allen Einsendungen verlosen wir ein Jahresabo von „ALDI INSPIRIERT“.** Wir freuen uns auf Ihre Meinung.

(Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen.)

GISELA B. PER MAIL

LIEBES „ALDI INSPIRIERT“-TEAM, das war ja wieder mal eine total gelungene Ausgabe! Ich wusste nicht, womit ich anfangen sollte. Dann erst mal lesen. Dann folgte Kochen und natürlich Essen. Dann Backen und wieder Essen. So war ich genug gestärkt fürs Putzen, das dann sogar noch Spaß machte. Vielen Dank dafür und weiter so.

Liebe Frau B., wir freuen uns, dass Sie so viel Spaß beim Lesen, Kochen und Backen hatten, dass sogar auch Putzen Spaß gemacht hat.

KAMERA DRAUF

UND EINE WELT GEHT AUF.

DAS MAGAZIN JETZT
VIRTUELL ERLEBEN.



Hol dir deine
Informationen.

Lass dich
inspirieren.

Erfahre alles über
Nachhaltigkeit.

MIT **snoopstar** KANN UNSER MAGAZIN **NOCH MEHR!**

Mit unserer Partner-App snoopstar sind unsere Inhalte schon heute in einer neuen Dimension erlebbar – und jede Woche kommen weitere hinzu!



1. Diesen QR-Code scannen.



2. snoopstar-App kostenlos laden & öffnen.



3. Magazineiten mit diesem Hinweis entdecken & scannen. WICHTIG: Die Kamera muss die ganze Seite erfassen. Viel Spaß!

Mehr Infos auf aldi-sued.de/snoopstar

URLAUB?

HABEN WIR UNS VERDIENT.

Gewinnen Sie
einen Kurzurlaub
für 2 Personen mit Hund
im Ferien- und Freizeitpark
Weissenhäuser Strand
an der Ostsee!

Wie Sie am Gewinnspiel teilnehmen
können, erfahren Sie auf der Seite 43.

Veranstalter der Gewinnreise ist
Berge & Meer.

aldi-reisen.de

