

NORMAMAGAZIN

Frisch inspiriert durch den Tag

GRATIS
ZUM
MITNEHMEN

Kürbis *mal anders!*

HERBST OHNE KÜRBIS? NICHT AUSZUDENKEN!

WIE VIELSEITIG DAS LIEBLINGS-SAISONGEMÜSE IST,

ZEIGEN WIR IHNEN MIT UNSEREN KREATIVEN

KÜRBISREZEPTEN.



SELF-CARE

Einfach mal an sich denken – mit unseren (ent)spannenden Ideen für Ihre Auszeit im Herbst.

ERNTEDANK

Wir packen die Schätze des Herbstes in Gläser und basteln Erntedank-Deko.

HAPPY HALLOWEEN

+++ Grusel-Tapas-Board +++

+++ Witziges Hexenbesen-Give-away +++

+++ Spooky Deko zum Selberbasteln +++

+++ Spuktakulares Rätsel +++

Farbenfrohe
Herbst-
Momente
mit
NORMA®

*„Grad heute Morgen
fiel leise und ganz heimlich
das erste Blatt ab.“*

Mit den ersten kühlen Morgen und den leise fallenden Blättern begrüßt uns der Herbst – eine Zeit des Genusses und des bewussten Innehaltens. Dieses japanische Haiku beschreibt wunderbar den leisen Übergang in eine besondere Zeit des Jahres.

In dieser Herbstausgabe nehmen wir Sie mit auf eine kulinarische Reise: kreative Rezepte mit Hafer und Kürbis sowie Leckeres im Glas zum Erntedank – selbst gemachte Köstlichkeiten, die nicht nur schmecken, sondern auch Erinnerungen schaffen. Außerdem widmen wir uns dem Thema Self-Care im Herbst: Tipps für kleine Auszeiten, um Körper und Seele zu stärken.

Natürlich darf auch das gruselige Vergnügen zu Halloween nicht fehlen – mit Dekoideen und leckerem Fingerfood zum Gruseln. Und weil unsere tierischen Freunde im Herbst besonders viel Liebe verdienen, geben wir auch Tipps, wie Sie Ihren Haustieren eine schöne Zeit bereiten können.

Genießen Sie den Herbst – mit Herz, Geschmack und einem Blick für die kleinen Wunder um uns herum.

Ihre *NORMA* - Redaktion



13

- I N H A L T -



9



- 04 FRISCHE**
- ab 04 Power mit Rote Bete
 - 05 Buchweizen-Risotto mit Roter Bete

- 06 HAFERLIEBE**
- ab 06 Frühstücksrezepte mit Hafer für den Herbst

- 08 KÜRBIS MAL ANDERS**
- ab 08 Kreative Kürbisrezepte
 - 10 Pumpkin food facts

- 11 ERNTEDANK**
- ab 11 DIY: Girlande aus Trockenobst plus Etiketten-Freebie
 - 12 3x Herbst im Glas – Erntedank-Schätze einkochen

- 14 SELF-CARE**
- ab 14 DIY: Bade-Teebeutel
 - 15 Immunboost-Smoothie

- 16 KINDER**
- ab 16 Kochen nach Farben: Heute kochen wir gelb

- 18 HALLOWEEN**
- ab 18 Grusel-Tapas-Snack-Board
 - 20 Hexenbesen-Give-away
 - 21 Schaurige Halloween-DIYs

- 22 HAUSTIER**
- ab 22 Hunde-Leckerlis selbst gemacht
 - 23 Traumhafte Plätze für Hund & Katze



21



15



7



PURPUR- POWER



**Farbexplosion auf dem Teller –
Rote Bete überzeugt mit
sattem Rotviolett, Nährstoff-Kick
und erdig-süßlichem
Geschmack.**

Das färbt ab!

AUFGUND IHRER INTENSIVEN FARBE DIEN T DIE ROTE BETE IN DER LEBENSMITTELINDUSTRIE AUCH ZUR HERSTELLUNG VON LEBENSMITTELFARBEN. FRÜHER WURDE SIE AUSSERDEM ZUM FÄRBN VON STOFFEN VERWENDET, DA IHRE ROTE FARBE GUT AUF STOFFE ÜBERTRAGEN WERDEN KONNTE. HEUTE SPIELT SIE NUR NOCH EINE ROLLE IN DER NATURFÄRBEREI – ODER ZUM OSTEREIERFÄRBN.

SEIT ÜBER
2000 JAHREN

ist die Rote Bete schon bekannt und damit eine der ältesten kultivierten Gemüsesorten. Bereits in der Antike wurde sie als Nahrungsmittel und auch in der Medizin verwendet.

Was in ihr steckt

Die Rote Bete ist ein echtes Superfood, das viele gesunde Inhaltsstoffe in sich vereint, darunter Vitamin C, B-Vitamine, Ballaststoffe und Mineralstoffe wie Magnesium, Kalium und Eisen.

Der rote Farbstoff in der Roten Bete heißt Betanin. Er ist nicht nur für die schöne, kräftige Farbe verantwortlich, sondern hat auch einige gesundheitliche Vorteile. Betanin wirkt antioxidativ und entzündungshemmend.



VERWENDUNG:

Rote Bete ist äußerst vielseitig. Sie glänzt roh in Salaten, gekocht als Beilage oder in Suppen wie Borschtsch, als Saft, in Smoothies sowie in vegetarischen Gerichten. Mit ihrer intensiven Farbe peppt sie jedes Gericht auf und liefert viele gesunde Nährstoffe.



HERKUNFT:

Die Rote Bete stammt ursprünglich aus dem Mittelmeerraum und Westasien. Sie wurde bereits in der Antike kultiviert und hat eine lange Geschichte in verschiedenen Kulturen. Heute wird sie weltweit angebaut, vor allem in Europa, Nordamerika und Asien.

>>> STECKBRIEF

SAISONKALENDER
September/Oktober



Unter diesem QR-Code können Sie den Saisonkalender herunterladen. Oder gehen Sie auf norma-online.de/saisonkalender



1. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken und in Olivenöl glasig anschwitzen.
2. Den Buchweizen zusammen mit Salz und Thymian hinzufügen, kurz rösten, mit Weißwein ablöschen und einmal aufkochen.
3. Im Anschluss für 15–20 Minuten bei mittlerer Hitze unter Rühren köcheln – dabei wie beim klassischen Risotto nach und nach die Gemüsebrühe unterrühren, bis fast die gesamte Flüssigkeit aufgesogen wurde.
4. In der Zwischenzeit die Rote Bete in mundgerechte Spalten oder Streifen schneiden – bei Verwendung frischer Rote Bete diese zunächst vorkochen.

5. Dann die Rote Bete kurz auf hoher Temperatur in etwas Olivenöl anbraten – mit Honig beträufeln, um sie zu karamellisieren und mit Balsamico verfeinern.
6. Dann das „Risotto“ mit etwas kalter Butter und geriebenem Parmesan abrunden und mit Pfeffer abschmecken.
7. Das Buchweizenrisotto auf Teller verteilen, die karamellierte Rote Bete darauf platzieren und alles mit geriebenem Parmesan bestreuen.

Buchweizen- Risotto

mit karamellisierter

Roter Bete

Zutaten für 4 Portionen:

Risotto:

2 ERNTEKRONE Knoblauchzehen
2 ERNTEKRONE Zwiebeln
300 g BIO SONNE Buchweizen
50 g VILLA GUSTO Parmesan
(gerieben)
500 ml BIO SONNE Gemüsebrühe
250 ml Weißwein
2 EL BELLUCCINO Olivenöl
1 EL LANDFEIN Butter (kalt)
½ TL COOK! Thymian
1 Prise COOK! Pfeffer
1 Prise Salz

Topping:

2 ERNTEKRONE Rote-Bete-Knollen
(im Glas oder vakuumiert)
1 EL BELLUCCINO Olivenöl
1 EL BIO SONNE Honig
1 TL Balsamico



WEISS/GRAU
Weißburgunder &
Grauburgunder

Ständig im Sortiment

TIPP

Wer noch etwas Flüssigkeit von der Roten Bete übrig hat, kann dem Risotto damit einen zarten rosa Farbtupfer verleihen.

Haferliebe

FIT IN JEDEN HERBSTTAG

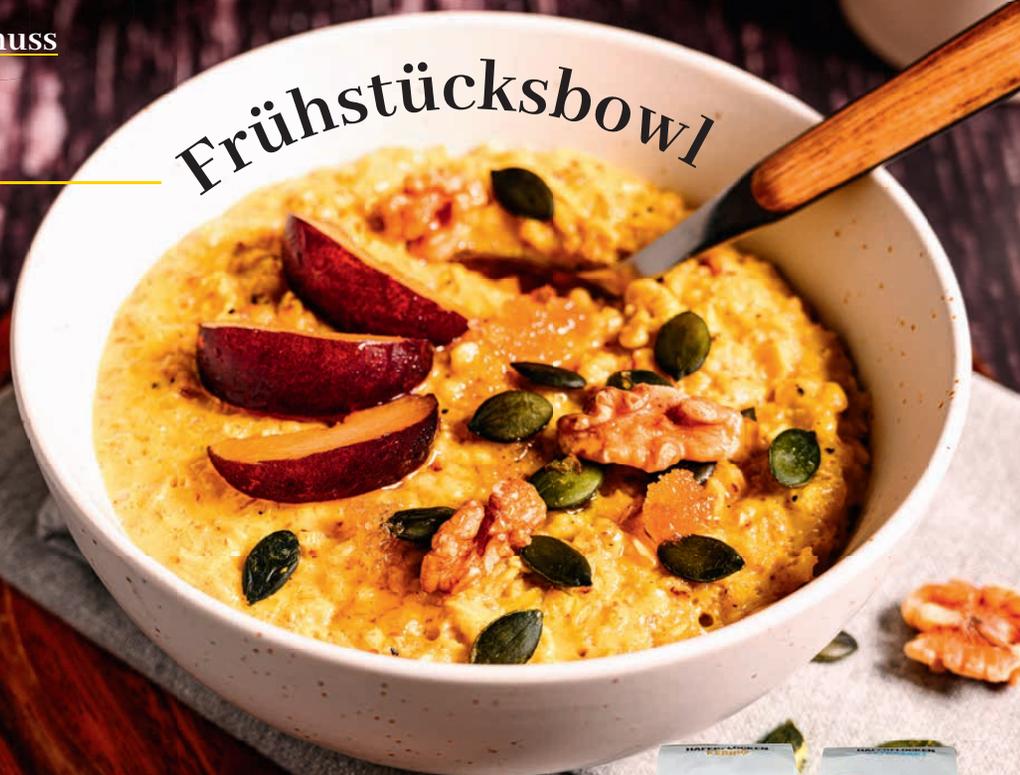
Hafer ist nicht nur ein echtes Wohlfühlkorn, sondern auch ein kleines Kraftpaket: sättigend, ballaststoffreich und rundum gut für Sie. Daraus zaubern wir im Nu kleine Frühstücksfreuden, die nicht nur satt, sondern auch glücklich machen. Ob als Bowl, ofenwarme, duftende Brötchen oder als kleiner Snack für zwischendurch – so schmeckt der Herbst am besten.

Haferporridge mit Zwetschge & Walnuss

Zutaten für 4 Portionen:

200 g GOLDEN BREAKFAST Haferflocken (extrazart)
600 ml LANDFEIN Milch
200 ml Wasser
2 EL BIO SONNE Honig
½ TL COOK! Zimt
½ TL COOK! Kurkuma
1 Prise Salz
–
4 ERNTEKRONEN Zwetschgen
2 EL ARDILLA Walnüsse
2 EL BIO SONNE Kürbiskerne
1 EL BIO SONNE Honig

1. Die Haferflocken zunächst in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett trocken rösten.
2. Im Anschluss die Milch mit Wasser, Honig und den restlichen Gewürzen einmal aufkochen, um dann die gerösteten Haferflocken darunter zu rühren.
3. Die Mischung bei mittlerer Hitze für etwa 5 Minuten köcheln lassen.
4. In der Zwischenzeit die Nüsse und Kürbiskerne ebenfalls in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett leicht rösten.
5. Zum Schluss das Porridge mit Honig süßen und auf Schüsseln verteilen.
6. Das Porridge nach Belieben mit Kürbiskernen, Nüssen, Honig und Obst, wie zum Beispiel Zwetschgen, toppen.



GOLDEN BREAKFAST
Haferflocken,
kernig oder extrazart

Ständig im Sortiment

Hafercookies

Zutaten für 12 Stück:

250 g GOLDEN BREAKFAST Haferflocken (kernig)
150 g BIO SONNE Rohrzucker
120 g KÜCHENSTOLZ Mehl
50 g PFIFF Erdnüsse (geröstet & gesalzen)
200 ml FRISAN Rapsöl
150 ml BIO SONNE Haferdrink oder LANDFEIN Milch
½ TL ZAUBERHAFT BACKEN Backpulver



BIO SONNE

Haferdrink

Ständig im Sortiment

1. Den Ofen auf 190° C Umluft vorheizen.
2. Die Erdnüsse nach Belieben grob oder etwas feiner hacken.
3. Danach alle trockenen Zutaten in einer Rührschüssel vermischen – die flüssigen Komponenten hinzufügen und alles gründlich vermengen.
4. Ein Blech mit Backpapier auslegen und den Teig in zwölf Portionen mit etwas Abstand darauf verteilen (das geht auch wunderbar mit einem Eislöffel).
5. Im Anschluss für 10–12 Minuten goldbraun backen und vollständig abkühlen lassen.



Hafer-Snacks

Gesundes Superfood

Ballaststoffe

Hafer steckt voller löslicher Ballaststoffe, die Ihre Verdauung unterstützen und Sie länger satt halten. Ein lang anhaltendes Sättigungsgefühl kann beim Abnehmen hilfreich sein.

Perfekter Snack

Ob als Porridge oder Energy-Ball – Hafer ist ein nährstoffreicher, energieliefernder Snack für zwischendurch.

Energie

Hafer gibt dir lang anhaltende Energie – perfekt für einen aktiven Lifestyle – und liefert wichtige Nährstoffe wie Magnesium, Eisen und B-Vitamine.



LANDFEIN

Buttermilch

Ständig im Sortiment

TIPP:
Wahlweise können die Kekse noch mit Trockenobst oder anderen Nüssen verfeinert werden.

Haferbrötchen

Zutaten für 8 Brötchen:

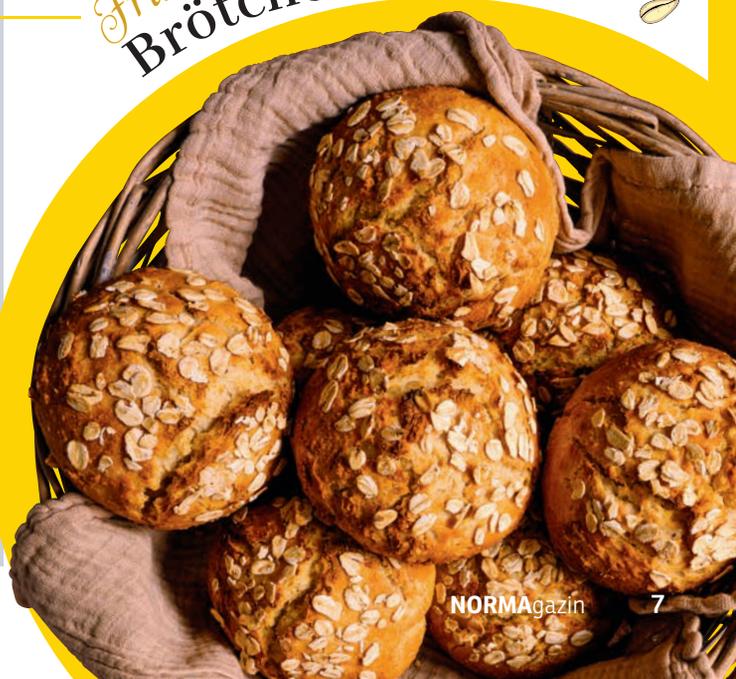
300 g KÜCHENSTOLZ Weizenmehl oder als Alternative Dinkelmehl (Type 630)
150 g GOLDEN BREAKFAST Haferflocken
100 g LANDFEIN Joghurt
10 g BIO SONNE Honig
5 g Frischhefe
250 ml LANDFEIN Buttermilch
1 EL BELLUCCINO Olivenöl
1 TL Salz

Hand voll Eiswürfel

1. Zunächst die Haferflocken im Mixer zerkleinern.
2. Außerdem die Buttermilch lauwarm erwärmen (nicht aufkochen) und die Hefe sowie den Honig darin auflösen.
3. Im Anschluss Mehl, zerkleinerte Haferflocken, Salz, Joghurt und Buttermilchmischung zusammen mit Olivenöl für 10 Minuten von Hand oder mit der Küchenmaschine zu einem homogenen Teig verkneten.

4. Anschließend für eine Stunde abgedeckt bei Raumtemperatur ruhen lassen.
5. Nach Ablauf der Ruhezeit in acht gleich schwere Portionen teilen. Die Teiglinge auf eine leicht bemehlten Arbeitsfläche legen, die Teigenden/Ränder zur Mitte falten und danach mit der Hand rund wirken (mit der Handfläche zu Kugeln formen).
6. Die Teiglinge auf ein Blech mit Backpapier setzen und erneut abgedeckt bei Raumtemperatur eine halbe Stunde ruhen lassen.
7. In der Zwischenzeit den Ofen auf 220° C Umluft vorheizen.
8. Vor dem Backen jeden Teigling mit einer dünnen, scharfen Klinge an der Oberfläche einritzen – dann die Eiswürfel auf den Boden des vorgeheizten Ofens geben, das Blech einschieben und die Brötchen für 30–35 Minuten goldbraun backen (nach etwa 10 Minuten den Wasserdampf durch ein kurzes Öffnen der Ofentür entweichen lassen).

Frühstücks-Brötchen



Kürbis

mal anders!

Ja, Kürbissuppe ist lecker und der Klassiker schlechthin, aber warum nicht mal etwas Neues ausprobieren? Kürbis ist so vielseitig und lässt sich auch auf kreative, überraschende Weise in der Küche verwenden. Ob süß, herzhaft oder als Snack – mit ein bisschen Fantasie wird Ihr Kürbis-Game garantiert zum Highlight! Zeit, den Kürbis mal anders zu entdecken!

UNSER MULTITALENT

OB GERÖSTET, GEBRATEN, PÜRIERT ODER GESCHMORT – KÜRBIS MACHT EINFACH ALLES MIT. SEIN LEICHT NUSSIGES AROMA PASST SUPER ZU HERZHAFTEN, ABER AUCH ZU SÜSSEN GERICHTEN UND GANZ EHRlich: WIR LIEBEN IHN EINFACH, WEIL DIESE LEUCHTENDE FARBE JEDES GERICHT GLEICH SO VIEL SCHÖNER MACHT ♥



SPICE, SPICE, BABY!

COOK!
Curry

Ständig im Sortiment



DAS I-TÜPFELCHEN

VILLA GUSTO
Grana Padano gerieben

Ständig im Sortiment



ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 500 g ERNTEKRUNE Hokkaidokürbis
- 400 g ERNTEKRUNE Kartoffeln
- 280 g KÜCHENSTOLZ Mehl
- 1 EL BELLUCCINO Olivenöl
- 1 EL KÜCHENSTOLZ Stärke
- 1 TL Salz
-
- 1 ERNTEKRUNE Zwiebel
- 100 g BIO SONNE Baby-Spinat
- 50 g VILLA GUSTO Parmesan (gerieben)
- 2 EL BELLUCCINO Olivenöl
- 1 Prise COOK! Pfeffer

UNSERE HERBSTHEROS

TIPP

Die vorgekochten Gnocchi lassen sich nach dem Abschöpfen und Abkühlen auch wunderbar portionsweise einfrieren.



1. Die Kartoffeln mit der Schale weich kochen und den Ofen auf 190°C vorheizen.
2. Währenddessen den Kürbis vom Kerngehäuse und Strunk befreien, in Spalten schneiden und mit Olivenöl bepinselt im Ofen für eine halbe Stunde garen.
3. Im Anschluss die Kartoffeln schälen und die weichen Kürbisspalten pürieren – alles gut abkühlen lassen.
4. Dann die Kartoffeln fein stampfen und zusammen mit Mehl, Salz, Stärke und Kürbispüree nach und nach zu einem homogenen Teig verkneten.
5. In der Zwischenzeit einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und zum Kochen bringen.
6. Den Gnocchiteig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche in vier gleich schwere Portionen teilen und diese zu gleichmäßigen Rollen formen – dann in einzelne Gnocchi schneiden.
7. Die geformten Gnocchi in Salzwasser für 4–5 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen (je nach Menge in zwei Anläufen garen, um den Topf nicht zu überfüllen).
8. Während die Gnocchi garen, die Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden und diese in Olivenöl glasig anschwitzen.
9. Den frischen Spinat hinzufügen und die Gnocchi aus dem Kochwasser abschöpfen und direkt dazugeben.
10. Alles mit Parmesan und Pfeffer verfeinern und einmal durchschwenken.

Kürbis Gnocchi

Kürbis Curry

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 2 ERNTEKRONNE Karotten
- 2 ERNTEKRONNE Kartoffeln
- 2 ERNTEKRONNE Zwiebeln
- 2 ERNTEKRONNE Knoblauchzehen
- ein Stück BIO SONNE Ingwer,
- 2 cm breit
- 350 g ERNTEKRONNE Hokkaidokürbis
- 600 ml BIO SONNE Gemüsebrühe
- 3 EL FRISAN Rapsöl
- 2 EL COOK! Curry
- 1 TL KÜCHENSTOLZ Mehl
- 1 TL BIO SONNE Honig
- 1 TL Salz
- 1 Prise COOK! Pfeffer
-
- ¼ Bund BIO SONNE Petersilie
- 300 g HOUSE OF RICE Langkornreis (im Kochbeutel)

1. Das Gemüse putzen – anschließend die Zwiebeln in feine Streifen schneiden und den Knoblauch sowie Ingwer fein hacken.
2. Den Kürbis samt Schale sowie Karotten und Kartoffeln in mundgerechte Würfel schneiden.
3. Die Zwiebeln in der Hälfte des Öls mit Honig glasig anschwitzen und leicht karamellisieren.
4. Danach Ingwer, Knoblauch, Currypulver und Mehl zufügen und unter Rühren leicht rösten – die entstandene Masse aus dem Topf in eine kleine Schüssel geben und abkühlen lassen (nach Belieben kann der Röstansatz auch mit einigen Esslöffeln von der Gemüsebrühe püriert werden).
5. In der Zwischenzeit das übrige Gemüse im Bratensatz mit dem restlichen Öl anrösten.
6. Dann mit Salz würzen und mit Gemüsebrühe ablöschen, einmal aufkochen und die Currypaste einrühren – alles bei mittlerer Hitze für 10 Minuten abgedeckt köcheln lassen.
7. Währenddessen den Reis nach Packungsanweisung zubereiten.
8. Das Curry mit Pfeffer abschmecken und gemeinsam mit dem Reis und frisch gehackter Petersilie servieren.

WE ARE FAMILY

AUCH WENN'S VERRÜCKT KLINGT: DER KÜRBIS IST BOTANISCH GESEHEN EINE BEERE – UND SOMIT VERWANDT MIT DER HIMBEERE! SÜSSE GENE BRINGT ER ALSO MIT – ABER ER ZEIGT SIE OFT LIEBER IN CREMIGEN SUPPEN, CURRYS ODER IM OFEN STATT IM OBSTESALAT.



Pumpkin food facts

MEHR ALS NUR EIN SUPPENSTAR!

Klar, wir lieben unseren Hokkaido – er ist unkompliziert, lecker und sieht auch noch so verdammt gut aus. Aber wussten Sie, was wirklich alles in ihm steckt? Von kuriosen Verwandtschaftsverhältnissen bis zu cleveren Küchenhacks: Hier kommen ein paar Kürbisfakten, die man einfach mal gehört haben muss.



FRUCHTFLEISCH

OB WEICH ODER KNACKIG, FEST ODER FASERIG – KÜRBISFLEISCH GIBT'S IN VIELEN VARIANTEN. WAS ALLE GEMEINSAM HABEN: **SIE BESTEHEN ZU RUND 90 % AUS WASSER.**

FASERN & KERNE

BEIM AUSHÖHLEN LANDEN SIE MEISTENS IM MÜLL – DABEI LASSEN SICH KÜRBISKERNE SUPER SÄUBERN, TROCKNEN UND WEITERVERWENDEN.

HARTE SCHALE?

DIE SCHALE IST MEISTENS UNGENIESSBAR – MIT EIN PAAR AUSNAHMEN **WIE DEM HOKKAIDO – DA KANN SIE EASY MITGEGESSEN WERDEN.**

Kürbis Aufstrich

TIPP

In einem sauberen Schraubglas im Kühlschrank aufbewahrt, hält der Aufstrich bis zu einer Woche frisch.

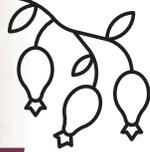
ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

400 g ERNTEKRONEN Hokkaidokürbis
½ BIO SONNE Zitrone
3 EL BELLUCCINO Olivenöl
1 TL Senf
1 TL BIO SONNE Honig
1 TL COOK! Paprikapulver
1 TL COOK! Thymian
½ TL Salz
1 Prise COOK! Chili
1 Prise COOK! Pfeffer

BIO SONNE
Bio-Honig
Ständig im
Sortiment



1. Den Ofen auf 190°C Umluft vorheizen und in der Zwischenzeit den Kürbis von Strunk sowie Kerngehäuse befreien, um ihn in grobe Würfel zu schneiden.
2. Danach mit einem Esslöffel Olivenöl und Salz marinieren und auf einem Blech mit Backpapier oder einer großen Auflaufform für eine halbe Stunde backen.
3. Nach dem Backen einige Minuten abkühlen lassen.
4. Dann mit dem Abrieb und Saft der Zitrone sowie den übrigen Zutaten in einen Mixer geben und cremig pürieren.
5. Auf frischem Brot oder mit Crackern genießen.



Ernte DANK

Das Erntedankfest hat seine Wurzeln in alten Fruchtbarkeitsriten und wurde schon vor Christi Geburt gefeiert – damals ging's um die Ernte und das Gedeihen der Natur. Im Mittelalter hat man das Ganze dann in die christliche Tradition eingebunden.

In Deutschland feiern wir das meist im Oktober, je nach Region am ersten oder zweiten Sonntag – ganz flexibel.

Das Fest ist die perfekte Gelegenheit, um die Ernte zu segnen und für eine reiche Ernte im nächsten Jahr zu danken. Es erinnert uns daran, die Natur und ihre Ressourcen zu schätzen – und verantwortungsvoll damit umzugehen.

FACTS TO GO

DIY
HERBST-
DEKO

Getrocknete
Cranberrys
sorgen für extra
Farbtupfer

Girlande AUS TROCKENOBST

1. OBSTSCHEIBEN TROCKNEN

Sie können fertig getrocknete Obstscheiben aus dem Bastelbedarf verwenden – oder Sie trocknen diese selber: Dafür Äpfel, Birnen (möglichst fest) und Orangen in dünne Scheiben schneiden und im Dörrraumtrocknen. Alternativ kann man die Scheiben auf einem Backblech bei niedrigster Temperatur im Ofen oder im Airfryer trocknen. Orangenscheiben lassen sich auch über der Heizung trocknen, das dauert allerdings länger.

2. AUFFÄDELN

Fädeln Sie das Garn in die Nadel und ziehen Sie das Trockenobst abwechselnd quer auf dem Faden auf. Als zusätzliche Farbtupfer können Sie getrocknete Cranberrys dazwischenpacken.

3. AUFHÄNGEN

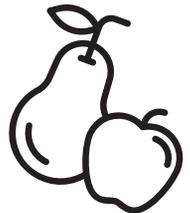
Hängen Sie die Girlande an einem trockenen Ort auf, zum Beispiel ins Fenster oder dekorativ über den Esstisch – die Orangen verströmen ein fruchtiges Aroma. Wenn sie essbares, unbehandeltes (Bio-)Trockenobst verwendet haben, können Sie Ihre Girlande sogar Stück für Stück vernaschen.

Material:

Getrocknete Obstscheiben (z.B. Äpfel, Birnen, Orangen), dickes Garn, Nadel

Buy local

Der heimische Erntetisch ist reich gedeckt. Greifen Sie jetzt zu saisonalen und regionalen Lebensmitteln – frisch, lokal, nachhaltig.



FREEBIE

ETIKETTEN
FÜR MARMELADE & CO.



Passend zu unseren Erntedank-Rezepten auf der nächsten Seite! Laden Sie sich unsere Etiketten zum Ausdrucken unter diesem

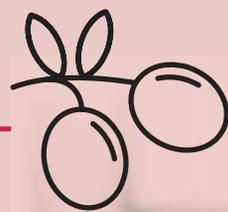
QR-Code herunter. Oder gehen Sie auf norma-online.de/etiketten





ERNTEDANK-
SCHÄTZE

Herbst im Glas



Zutaten für 4 Gläser:

- 500 g ERNTEKRONE Hokkaidokürbis
- 1 ERNTEKRONE Apfel
- 1 BIO SONNE Zitrone
- 1 Päckchen ZAUBERHAFT BACKEN Vanillinzucker
- 1 daumenbreites Stück BIO SONNE Ingwer
- 300 g Gelierzucker (2:1)
- 150 ml BIO SONNE Apfelsaft
- 1 TL COOK! Zimt
- 1 Prise Salz

KÜRBIS-
MARMELADE

1. Zur Vorbereitung den Kürbis und Apfel vom Kerngehäuse sowie Strunk befreien und zusammen in grobe Stücke schneiden.
2. Den Ingwer sowie die Schale der Zitrone fein reiben und die Zitrone auspressen.
3. Danach alles zusammen mit Kürbis, Apfel und Apfelsaft sowie Salz, Vanillinzucker und Zimt in einem Topf bei geschlossenem Deckel für 10–15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.
4. Alles möglichst fein pürieren und den Gelierzucker unterrühren – noch einmal für 3–4 Minuten sprudelnd aufkochen.
5. Dann in sterile Vorratsgläser füllen und bei Raumtemperatur vollständig abkühlen lassen.

Sicher verpackt für den Winter – so einfach lassen sich die Aromen des Herbstes einfangen.



ÖKO-TEST
Bio Sonne
Bio-Saft Apfel
naturtrüb
sehr gut
Ausgabe 10/2024

BIO SONNE Apfelsaft
Ständig im Sortiment

Die Etiketten
zum Ausdrucken
gibt's auf
Seite 11

Herzhaftes

ZWETSCHGENCHUTNEY**Zutaten für 4 Gläser:**

3 ERNTEKRONE Zwiebeln
 1 daumenbreites Stück BIO SONNE Ingwer
 500 g ERNTEKRONE Zwetschgen
 80 g BIO SONNE Rohrzucker
 100 ml Balsamico oder Essig nach Wahl
 1 EL BELLUCCINO Olivenöl
 1 TL COOK! Zimt
 ½ TL COOK! Chili
 ½ TL Salz

1. Zunächst die Zwetschgen entsteinen, in grobe Würfel schneiden und mit Zucker gemischt beiseitestellen.
2. Im Anschluss die Zwiebeln schälen, fein würfeln – den Ingwer fein raspeln.
3. Das vorbereitete Gemüse in etwas Öl anschwitzen, die übrigen Gewürze unterrühren und kurz rösten.
4. Dann die Zwetschgen untermischen, aufkochen und mit Balsamico ablöschen.
5. Das Chutney bei mittlerer Hitze für 15–20 Minuten köcheln lassen.
6. Zum Schluss in sterile Einmachgläser füllen und fest verschlossen bei Raumtemperatur abkühlen lassen.

**Das Chutney
 ist der Star
 auf jeder
 Käseplatte!**

HERBSTGRANOLA

mit Nüssen & Zimt

Zutaten für 4 Portionen:

250 g GOLDEN BREAKFAST Haferflocken
 100 g BIO SONNE Honig
 100 g BIO SONNE Buchweizen
 100 g ARDILLA Mandeln
 50 g ARDILLA Walnüsse
 50 g BIO SONNE Kürbiskerne
 50 g BIO SONNE getrocknete Cranberrys
 50 ml FRISAN Rapsöl
 1 TL COOK! Zimt
 ½ TL COOK! Kurkuma
 1 Prise Salz

1. Den Ofen auf 160° C Umluft vorheizen.
2. Den Buchweizen mit der doppelten Wassermenge einmal für 5 Minuten köcheln – danach quellen und abkühlen lassen (überschüssige Flüssigkeit abgießen).
3. Im Anschluss die Nüsse grob hacken und mit den übrigen Zutaten gründlich vermengen.
4. Ein Blech mit Backpapier auslegen und die Masse darauf gleichmäßig verteilen.
5. Die Granola für 20 Minuten im Ofen goldbraun rösten – nach der Hälfte der Zeit einmal grob durchmischen.
6. Nach Ablauf der Backzeit noch weitere 15 Minuten bei geschlossener Ofentür trocknen lassen – danach vollständig ausgekühlt in saubere Vorratsgläser füllen.

**Bei kühler und
 trockener Lagerung
 hält das Granola
 bis zu 8 Wochen!**

BIO SONNE Kürbiskerne
 Ständig im Sortiment

BELLUCCINO Olivenöl
 Ständig im Sortiment

Self CARE

EINFACH MAL AN SICH DENKEN



Wann haben Sie das letzte Mal nur an sich gedacht?
Genau jetzt ist der perfekte Zeitpunkt, um sich
einen Moment der Selbstfürsorge zu gönnen.
Weniger Stress und mehr Gelassenheit sind nicht nur
gut für die Seele, sondern stärken auch Ihr
Immunsystem – so kommen Sie gesund
und gestärkt durch Herbst und Winter.



#eingekuschelt

bella casa
moderne wohnen

XXL-DECKE
„Cashmere Dots“

Ca. 220 x 240 cm

Erhältlich ab 15. September

#entspannt

BADE- Teebeutel

Entspannung pur bei einem warmen Bad – Lavendel und Kamille sorgen für Beruhigung, Rose verwöhnt mit zartem Duft, Haferflocken pflegen die Haut.

Für die Bade-Teebeutel einfach alle Zutaten in einer Schüssel vermengen. Die Mischung in durchlässige Beutelchen aus Baumwolle oder Organza füllen, dabei nicht zu voll machen. Das Beutelchen verschließen und ins Badewasser geben.

Lavendel

- 1 Tasse Meersalz
- 2 EL getrockneter Lavendel
- 1 EL getrocknete Kamillenblüten
- 1 TL getrocknete Minzblätter

Rose

- 1 Tasse Meersalz
- 2 EL getrocknete Rosenblüten
- 1 EL Haferflocken
- 1 TL getrockneter Lavendel

DIY

TIPP:

Achten Sie darauf,
dass alle Blüten unbehandelt sind.
Wenn Sie möchten, können Sie
die Mischungen noch mit
ätherischen Ölen wie Lavendel-
oder Rosenöl ergänzen –
für mehr Aroma.





DIY
+ Freebie



Auszeit im Glas

„Herbst-Challenges“

„Wandere einmal bei Sonnenuntergang“,
„Sammle zehn bunte Blätter“ – immer, wenn
Sie reif sind für ein bisschen me-time, ziehen
Sie ein Stäbchen und erleben Sie den Herbst
mit mehr Achtsamkeit.

Einfach einige Eisstäbchen nach Lust und Laune
bemalen – dann die Challenges aus unserer Vor-
lage ausdrucken, ausschneiden und daraufkleben.

Dekorativ in ein kleines Glas stellen – fertig.

Wer schafft alle Challenges diesen Herbst?

Laden Sie sich die Vorlage zum
Ausdrucken unter diesem QR-Code
herunter. Oder gehen Sie auf
norma-online.de/challenges



bella casa
modernes wohnen

KUSCHELDECKE

Kuschelige, weiche Sherpa-Rückseite,
ca. 130x170 cm

Erhältlich auf norma24.de



24

Einfach im
Onlineshop bestellen

Immunboost- Smoothie

Zutaten für 2 Drinks:

- 1 ERNTEKRONE Apfel
- 1 BIO SONNE Zitrone
- 1 BIO SONNE Aprikose (getrocknet)
- 2 cm BIO SONNE Ingwer
- 250 ml BIO SONNE Karottensaft
- 2 EL GOLDEN BREAKFAST Haferflocken
- 1 TL BELLUCCINO Olivenöl
- ½ TL COOK! Kurkuma

1. Zunächst die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen.
2. Außerdem den Apfel vom Kerngehäuse befreien und anschließend zusammen mit allen übrigen Zutaten im Mixer fein pürieren.
3. Möglichst frisch servieren!

#gestärkt

TIPP:

Statt Olivenöl kann auch ein hochwertiges Rapskernöl oder Kokosöl in den Smoothie gegeben werden. Es sorgt dafür, dass die fettlöslichen Vitamine besser vom Körper aufgenommen werden können.



BIO SONNE Karottensaft
Ständig im Sortiment



Kochen
nach Farben
mit Kids



Hauptgang



COOK!
Kurkuma
Ständig
im Sortiment



Heute kochen wir

**WAS IST
EIGENTLICH KURKUMA?**
Kurkuma ist ein Gewürz, das
aus der Kurkuma-Pflanze
(*Curcuma longa*) gewonnen wird.
Es ist bekannt für seine leuchtend
gelbe Farbe und wird oft als
Zutat in Currypulver
verwendet.



HÄHNCHEN- EINTOPF mit Kartoffel, Mais & Kurkuma

Zutaten
für 4 Portionen:
2 GUT LANGENHOF Hähnchenbrustfilets
2 ERNTEKRONE Kartoffeln
1 ERNTEKRONE Paprika (gelb)
1 ERNTEKRONE Zwiebel
1 Dose ERNTEKRONE Mais
1 Becher LANDFEIN Saure Sahne
¼ Bund BIO SONNE Petersilie
700 ml BIO SONNE Gemüsebrühe
2 EL FRISAN Rapsöl
1 TL COOK! Kurkuma
1 Prise COOK! Pfeffer
1 Prise Salz

1. Die Zwiebel und Kartoffeln schälen und klein würfeln – Paprika von Strunk und Kerngehäuse befreien und ebenfalls würfeln.
2. Das Hähnchenfleisch in mundgerechte Stücke schneiden und kurz ringsherum in Öl anbraten – danach aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.
3. Im Anschluss die Zwiebeln und Kartoffeln im Bratensatz zusammen mit Kurkuma leicht anbräunen und mit Gemüsebrühe aufgießen.
4. Die Basis abgedeckt für 10 Minuten köcheln lassen, dann den abgetropften Mais, Hähnchenfleisch und die Paprikawürfel hinzufügen – weitere 5 Minuten köcheln und mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Den Eintopf mit saurer Sahne und frisch gehackter Petersilie verfeinern.

GELB

Sind Sie bereit für ein buntes Kochabenteuer mit den Kids? Heute dreht sich alles um die Farbe Gelb – denn Gelb macht nicht nur gute Laune, sondern kann auch richtig lecker sein! Mit zwei tollen gelben Gerichten, die Kinder garantiert zum Obst- und Gemüseliebhaber machen, wird das Kochen zum Spaß für die ganze Familie. So bunt und köstlich kann gesunde Ernährung sein – diese gelben Leckereien zaubern Farbe auf den Teller und ein Lächeln ins Gesicht!



BANANEN-CREME

mit Cookies

Zutaten für 4 Portionen:
8 STÜCK DELICIA Cookies
2 BIO SONNE Bananen
250 g LANDFEIN Vanille-Joghurt
100 ml LANDFEIN Schlagsahne
2 EL BIO SONNE Honig
1 Prise COOK! Kurkuma
1 Prise Salz

1. Zunächst die Bananen schälen und in Scheiben schneiden (einige Scheiben für die Deko beiseitelegen).
2. Danach mit Honig, Kurkuma und Salz möglichst fein pürieren und unter den Joghurt mischen.
3. Die Schlagsahne steif schlagen und unter die Masse heben.
4. Im Anschluss die Cookies zerkrümeln und mit der Bananencreme in Gläser schichten – nach Herzenslust dekorieren.

DELICIA
Cookies
Ständig
im Sortiment



Dessert

TIPP:
Bananen sollten am besten bei Zimmertemperatur an einem dunklen, trockenen Ort gelagert werden, idealerweise hängend. Bananen sollten nicht im Kühlschrank gelagert werden, da die Kälte sie schnell braun und matschig macht und den Geschmack beeinträchtigt.



Let's
have a



HEXEN
FINGER

Spooky Night

HAPPY
HALLOWEEN

SPINNEN
CRACKER

Rezept auf Seite 20

Keine Angst, die beißen nicht.

Im Gegenteil, diese spooky Snacks warten nur darauf, von uns verspeist zu werden.

Witziges Fingerfood – perfekt für kleine und große Hexenfinger und Monsterklauen.

Lasst die Spuknacht beginnen!

MUMIEN-
WÜRSTCHEN

Rezept auf Seite 20

Für die Augen können Dekoaugen aus Zucker, aber auch eine Kombination aus Frischkäse und Pfefferkörnern verwendet werden.

MOZZARELLA-
AUGEN &
MOTIV-
CAMEMBERT

G-G-G- Grusel- TAPAS



SPOOKY-
SNACK-
BOARD

MOZZARELLA-AUGEN & MOTIV-CAMEMBERT

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Becher VILLA GUSTO Mozzarella-Minis
- 200 g VILLA GUSTO Prosciutto Cotto (optional)
- 150 g EXCELLENT BUFFET getrocknete Tomaten
- 50 g EXCELLENT BUFFET schwarze Oliven
- 2 EL VILLA GUSTO Pesto grün
-
- 1 CREMISÉE Camembert
- 3 EL TANTE KLARA Brombeer- oder Sauerkirsch-Fruchtaufstrich

1. Einen Motiv-Plätzchenausstecher mittig in den Camembert drücken (nicht bis ganz auf den Boden) – dann herausziehen und die Form mit einem kleinen, scharfen Messer nachschneiden.
2. Die entstandene Mulde mit dem Fruchtaufstrich füllen.
3. Für die Augen je in jeder Mozzarella-Kugel mittig eine kleine Mulde ausschneiden – diese mit Pesto füllen.
4. Für die Pupille je eine kleine runde Scheibe aus den dunklen Oliven ausstechen und im Pesto platzieren.
5. Die Mozzarella-Kugeln je in ein kleines Nest aus Schinken setzen und ringsherum mit getrockneten Tomaten dekorieren.
6. Den Camembert in der Mitte der Mozzarella-Augen platzieren.

HEXENFINGER MIT BLUTIGEM DIP

Zutaten für 4 Portionen:

- 2 Packungen GUT BARTENHOF Bacon
- 150 g PFIFF Gebäck-Stängli
- 50 g EXCELLENT BUFFET gemischte Oliven
-
- 1 Glas FINEST gefüllte Kirschpaprika
- 6 EL SUNRED Ketchup
- 1 EL TAO Asia Snack Sauce Sweet Chili
- 1 Prise COOK! Pfeffer

1. Für den blutigen Dip die beiden Saucen zusammen mit Pfeffer vermischen und über die gefüllten Kirschpaprika geben.
2. Die Gebäckstangen jeweils mit einer Scheibe vom Bacon umwickeln.
3. Die Oliven halbieren und am runden Ende leicht spitz wie einen Fingernagel zuschneiden.
4. An einem Ende der umwickelten Gebäckstangen einen Tropfen der Sauce aufbringen und die Olive daraufsetzen.
5. Alles auf einem großen Servierbrett zusammen mit dem Dip und übrigen Oliven anrichten.



VILLA GUSTO
Mozzarella Minis
Ständig im Sortiment



PFIFF
Gebäck-Stängli
Ständig im Sortiment





MUMIENWÜSTCHEN MIT EITRIGER KÄSESAUCE

Zutaten für 4 Portionen:

1 Packung VILLA GUSTO Pizzateig mit Tomatensauce
1 Packung GUT LANGENHOF Mini-Geflügelwiener
–
200 g LECKERROM Gouda (in Scheiben)
200 g LECKERROM Emmentaler (in Scheiben)
150 ml LANDFEIN Milch
1 TL COOK! Paprikapulver
1 Prise COOK! Pfeffer
1 Prise COOK! Chili
–
Pfefferkörner & CREMISÉE Frischkäse (Deko)

1. Den Pizzateig in dünne Streifen schneiden und die Wiener damit umwickeln – dabei an einer Stelle eine Lücke für die Augen lassen.
2. Währenddessen den Ofen auf 190° C Umluft vorheizen.
3. Die Mumienwürstchen auf einem Blech mit Backpapier verteilen und für 15–20 Minuten goldbraun backen – abkühlen lassen und mit je zwei Tupfen Frischkäse und Pfefferkörnern die Augen daraufsetzen.
4. In der Zwischenzeit die Käsesauce zubereiten – hierfür die Milch einmal aufkochen. Die Käsescheiben in grobe Stücke brechen und unter Rühren hinzufügen.
5. Sobald der Käse geschmolzen ist, alles mit Paprikapulver, Chili und Pfeffer würzen.
6. Nun auch die Pizzasauce erwärmen und zusammen mit den Mumienwürstchen und der Käsesauce servieren.



VILLA GUSTO
Pizzateig mit Tomatensauce
Ständig im Sortiment



SPINNENCRACKER MIT PIKANTER FRISCHKÄSECREME

Zutaten für 4 Portionen:

220 g KÜCHENSTOLZ Mehl
150 g LANDFEIN Butter
150 g LECKERROM Emmentaler (gerieben)
2 EL LANDFEIN Milch
½ TL Salz
–
150 g CREMISÉE Paprika-Chili-Frischkäse
50 g PFIFF Salzstangen
1 TL Pfefferkörner (Deko)

1. Den Käse zusammen mit den übrigen Zutaten zu einem mürben Teig verkneten – diesen abgedeckt für eine halbe Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
2. Den Ofen auf 200° C Umluft vorheizen und ein Blech mit Backpapier auslegen.
3. Den vorbereiteten Teig etwa zwei bis drei Millimeter dick ausrollen, kreisförmig ausstechen und mit einer Gabel mehrmals einstechen, um Luftbläschen beim Backen zu vermeiden.
4. Die Cracker mit etwas Abstand auf dem Backpapier platzieren und für 8–10 Minuten goldbraun backen.
5. Sobald die Cracker abgekühlt sind, etwa die Hälfte mit Frischkäse bestreichen – dann die Salzstangen in kurze Stücke brechen und als Beine am Rand entlang platzieren.
6. Je einen Cracker als Deckel daraufsetzen und mit zwei Tupfen Frischkäse die Pfefferkörner als Augen daraufsetzen.



PFIFF
Salzstangen
Ständig im
Sortiment

TRICK OR TREAT



ALS
GIVE-AWAY
ODER
PLATZ-
KÄRTCHEN

KNUSPER KNUSPER Hexenbesen

Jetzt wird's kreativ im Goodie-Bag: Eine Handvoll PFIFF Salzstangen in 5-cm-Stücke schneiden oder brechen, diese dann aufrecht in kleine, transparente Bonbon-Tüte stellen. Einen Papierstrohalm in die Mitte stecken und die Tüte mit einem passenden Band verschließen, sodass der Strohalm als Besenstiel oben hinaussteht. Nach Belieben mit Namen beschriften und als Platzkärtchen verwenden.



Keine Lust auf Kürbismatsch-Hände? Wir basteln witzige Halloween-Kürbisse ganz ohne Aushöhlen und Schnitzen. Und unsere easy peasy Leuchtgeister rufen fröhlich...

LEUCHT-Geister



Material:
Lufttrocknende Modelliermasse weiß,
Strohalm,
Nudelholz,
Untertasse,
Messer,
Federball,
LED-Teelicht

Die Modelliermasse ca. 2–3 mm dick ausrollen. Die Untertasse darauflegen und mit dem Messer rundum fahren, um einen Kreis auszuschneiden. Mit dem Strohalm nun drei Löcher für die Augen und den Mund ausstechen. Den Federball mit der Kugel nach oben aufstellen. Den Kreis vorsichtig aufnehmen und über den Federball legen – dabei den Teig zu hübschen Falten drapieren. Mit leicht nassem Finger lassen sich kleine Risse auf der Oberfläche glätten. Über Nacht trocknen lassen – anschließend den Geist über ein LED-Teelicht setzen. Fertig – frohe Geisterstunde!

BOO!



LED-Teelichte 6er

Erhältlich ab 15. Oktober

RÄTSELHAFT

FINDE DIE UNTERSCHIEDE

Wo haben sich nur die sechs Fehler im unteren Bild versteckt?



Diese Last-Minute-Kürbisdeko ist im Handumdrehen gemacht und eignet sich wunderbar für Kinder, die nicht mit dem Messer schnitzen wollen:

Mit dem Schraubenzieher leicht versetzt acht Löcher für die Spinnenbeine in den Kürbis bohren. Die Pfeifenputzer hineinstecken – eventuell kürzen – und zu Beinen zurechtbiegen. Mehrere Wackelaugen aufkleben – besonders effektiv sind Glow-in-the-dark-Wackelaugen, aber normale funktionieren auch. Mit dem weißen Marker noch Zähne und nach Belieben weitere Deko aufmalen – fertig!

Kürbis-DEKO

Material:
Kleiner Hokkaido- oder Zierkürbis, 8 Stück schwarzer Pfeifenputzer, Glow-in-the-dark-Wackelaugen, weißer Permanentmarker, kleiner Schraubenzieher

OHNE
AUSHÖHLEN
&
SCHNITZEN



Welt-
Hunde-
Tag am
10.10.

 
**Pfoten
Liebe**

Ein Hoch auf unsere
allerbesten Freunde
auf vier Pfoten!

Am 10. Oktober ist Welthundetag – der perfekte Anlass, um unseren vierbeinigen Freunden mal wieder „Danke“ zu sagen. Denn sie begleiten uns treu durch dick und dünn, bringen uns zum Lachen, spenden Trost und sorgen für jede Menge schöne Momente. Ob Hund oder Katze – unsere Fellnasen haben es verdient, verwöhnt zu werden!

Backen ist Liebe –
auch für unsere
Vierbeiner




Self-made
**Knusper-
pfoten**

ZUTATEN FÜR 20–25 KEKSE:

- 1 reife Banane
- 100 g zarte Haferflocken
- 1 EL BIO SONNE Rapsöl
- 1 Ei (Größe M)

1. Die Banane mit einer Gabel gründlich zerdrücken und mit dem Ei und Öl vermischen.
2. Nach und nach die Haferflocken unterrühren, bis eine formbare Masse entsteht. Wer mag, gibt etwas Petersilie dazu.
3. Den Teig zu kleinen Kugeln oder Knochen formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
4. Bei 160°C Umluft ca. 25–30 Minuten backen, bis die Kekse leicht gebräunt und fest sind.
5. Anschließend vollständig abkühlen lassen und in einem luftdichten Behälter aufbewahren – hält sich etwa eine Woche.

FRISAN Rapskernöl
Ständig im Sortiment

Hardin *fach gut !!*

KATZENKRATZBAUM

Ca. 71 x 66 x 160 cm

Erhältlich auf norma24.de



24

Einfach im
Onlineshop bestellen





WUSSTEN SIE, DASS ...?

... HUNDE ÜBER 100 WÖRTER VERSTEHEN KÖNNEN?

... KATZEN BIS ZU 16 STUNDEN PRO TAG SCHLAFEN KÖNNEN?
→ **ECHE POWERNAP-PROFIS**

... DIE NASENABDRÜCKE VON HUNDEN SO EINZIGARTIG SIND WIE FINGERABDRÜCKE?

... DASS KATZEN SICH BEIM SCHNURREN SELBST BERUHIGEN UND DAS SOGAR HEIL-PROZESSE FÖRDERT?

... HUNDE CA. 300 MILLIONEN RIECHZELLEN HABEN?
→ **MENSCHEN NUR CA. 5 MIO.**

IMPRESSUM:

Herausgeber:

NORMA
Lebensmittelfilialbetrieb Stiftung & Co. KG
Heisterstraße 4
90441 Nürnberg

V.i.S.d.P.: Katja Heck

Kontakt:

kontakt-formular-internet@norma-online.de

Du möchtest gerne immer auf dem Laufenden sein und das NORMA-Angebot per E-Mail erhalten?

Dann abonniere unseren kostenlosen Newsletter unter <https://www.norma-online.de/de/newsletter/>

Realisation & Produktion:

myartwork GmbH
www.myartwork-gmbh.com

Projektmanagement: Stefan Dittrich

Rezepte, Foodstyling & Fotografie:

Stefanie Isabella Wenzel
Foodbloggerin | Kochbuchautorin |
Foodstylistin | Rezeptentwicklerin
www.lebkuchennest.de

Produktfotografie

M17CreativeStudio GmbH
www.m17studios.de

Druckerei:

Sattler Media GmbH
Kurt-Sattler-Straße 9
38315 Hornburg

Bildnachweise:

Shutterstock: Seite 2, 3, 4, 8, 9, 10, 14, 22

Den Großteil der verwendeten Zutaten finden Sie ständig in unserem Sortiment. Alle weiteren Zutaten sollten Sie immer im Haus haben.



Cat FILZ-KATZENHAUS

Ca. 46x43x44 cm,
verschiedene Farben

Inkl.
weichem
Kissen

Roy HAUSTIERKÖRBCHEN „FALCO“

Erhältlich in 3 Größen und
verschiedenen Farben



Ein Plätzchen zum Träumen

Jetzt finden Sie bei uns wieder
kuschelige Schlafplätze und vieles
mehr für Hund & Katze.

Cat KUSCHELBETT „DREAMY“

In Lammfell-Optik, ca. 48x40x4cm



Roy LIEGEKISSEN „LIFE“

Verschiedene Größen und Farben,
mit Wendefunktion



Alle Artikel erhältlich
ab 1. Oktober

Pflege- Tipps:



für Hund & Katze



Bürsten tut gut

Regelmäßige Fellpflege stärkt die Bindung, fördert die Durchblutung – und spart Haarflusen im Zuhause.

Pfotenpflege

Im Herbst nach Spaziergängen abwischen – das schützt vor rissiger Haut.

Ohren auf!

Saubere Ohren sind wichtig – bei Hunden regelmäßig auf Schmutz oder Rötungen achten. Wattestäbchen tabu!



Spielzeit

Bewegung & Beschäftigung sind wichtig – auch für Wohnungskatzen!

Streicheleinheiten

Zuwendung ist das schönste Pflegemittel. Wer regelmäßig kuschelt, entdeckt auch kleinere Veränderungen im Fell oder an der Haut frühzeitig.

Trinken nicht vergessen!

Gerade bei Aktivität im Herbstwetter brauchen Hunde ausreichend frisches Wasser – auch auf längeren Spaziergängen.

Spooktacular TREATS

HAPPY
HALLOWEEN

UNHEIMLICH
GROSSE
AUSWAHL
AB 13. OKTOBER
BEI UNS



Excelsior®

Bona
Vita®

exklusiv bei

NORMA®

