

12.2019



www.mio-online.de

mein Globus-Magazin mio

*Stressfreie
Weihnachtsküche*
Menüs zum Vorbereiten

O du Fruchtige
Exotische Köstlichkeiten

*Einfach
selbst gemacht*
Geschenkideen für
die Liebsten



Weine aus deutschen Regionen – Qualität, die man schmeckt



Die 13 Anbaugebiete für Qualitätsweine liegen hauptsächlich im Südwesten Deutschlands, mit Ausnahme der Regionen Sachsen und Saale-Unstrut. Verschiedene Bodenarten, regionalklimatische Unterschiede und gebietsspezifische Rebsorten prägen die Vielfalt der Weine. Die Namen dieser 13 Weinregionen sind von der Europäischen Union als geschützte Ursprungsbezeichnungen (g.U.) anerkannt. Das heißt: Weine, die den Namen der Region tragen, stammen zu 100 Prozent aus der Region und müssen bestimmte Qualitätskriterien erfüllen. Wer sicher sein möchte, einen deutschen Wein mit geschützter Herkunftsangabe zu erwerben, achtet beim Kauf darauf, dass die Region auf der Flasche steht. Mehr Informationen: weine-mit-herkunft.de

AHR

Die Ahr ist eines der kleinsten Weinanbaugebiete Deutschlands. An den Steilhängen über dem Fluss gedeihen vor allem Rotweine, das milde Klima beschert den Trauben im Ahrtal optimale Voraussetzungen. Neben dem Spätburgunder zählt der ebenso wertvolle Frühburgunder zu den Spezialitäten der Region.

PFALZ

Das zweitgrößte Anbaugebiet und größte Rotweingebiet in Deutschland hat die größte Rieslingfläche der Welt. Eine wichtige Rolle spielen auch Weiß- und Grauburgunder, sowie Dornfelder und Spätburgunder bei den roten Sorten. Das fast mediterrane Klima an der Weinstraße lässt Feigen, Zitronen und Oliven blühen.

BADEN

Das drittgrößte und südlichste Anbaugebiet reicht von der Tauber bis zum Bodensee. Die neun Bereiche sind landschaftlich und klimatisch recht unterschiedlich. Baden ist eine der wärmsten Regionen in Deutschland, mit idealen Bedingungen für Burgundersorten im Süden sowie für Riesling und Rivaner im nördlichen Teil.

WÜRTEMBERG

Im viertgrößten Anbaugebiet dominieren die roten Rebsorten, mit einem Anteil von etwa 70 %. Wichtigste Rebsorte ist der Trollinger, auch Schwarzriesling, Lemberger und Spätburgunder gehören zu den Favoriten. Die häufigste weiße Rebsorte ist der Riesling. Etwa 80 % der Weine werden von Genossenschaften produziert.

Wein und Wild

Wild hat in der Regel viel Eigengeschmack, der feine Aromen im Wein leicht überlagert. Deshalb sind zu Wildgerichten vor allem kräftige und körperreiche Weine gefragt, die mit ihren eigenen Aromen dem Wildgeschmack standhalten. Unter den Rotweinen sind Spätburgunder, Lemberger und Dornfelder sehr gute Begleiter. Beim Weißwein sind vor allem Rebsorten mit nachhaltigem Geschmack gefragt, wie zum Beispiel Grauburgunder.

Rehmedaillons mit Birnen, Bohnen und schwarzen Nüssen

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

12 Rehmedaillons (à ca. 80 g), 30 g gebratene Speckstreifen, 200 ml Béchamelsauce, 3 EL Sonnenblumenöl, 8 kleine Petersilienwurzeln mit Grün, 6 – 8 breite Schnippelbohnen, 1 große Birne, 4 – 6 schwarze Walnüsse, 100 ml Wildfond, 2 EL Butter, 2 Stängel glatte Petersilie, Salz

ZUBEREITUNG

1. Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Die Petersilienwurzeln putzen, schälen und zurechtschneiden. Bohnen putzen und schräg in Stücke schneiden. Petersilienwurzeln und Bohnen separat in kochendem Salzwasser blanchieren und sofort in Eiswasser abschrecken.
3. Die Nüsse achteln und im Wildfond erwärmen. Die ungeschälte Birne waschen, achteln, Kerngehäuse entfernen und in dünne Spalten schneiden.
4. Die Rehmedaillons von beiden Seiten in Öl anbraten, dann im Backofen ca. 3 – 5 Minuten fertig garen.
5. In der Zwischenzeit Bohnen und Petersilienwurzeln in aufgeschäumter Butter schwenken und salzen.
6. Das Gemüse mit den schwarzen Nüssen sowie den Birnenspalten auf großen Tellern anrichten. Die Medaillons platzieren, mit Wildfond, Béchamelsauce sowie Speckstreifen garnieren.



Wir empfehlen dazu einen trockenen Spätburgunder oder einen kräftigen Grauburgunder.



„Wir möchten auch zum Jahresende weiterhin unser Bestes geben.“

THOMAS BRUCH

Haben Sie Fragen oder Anregungen zur mio? Dann schreiben Sie uns gern an mio@globus.de

Wir freuen uns auf Ihr Feedback!

Liebe Leserin, lieber Leser!

Wir bei Globus wollen für unsere Kunden noch wichtiger werden und mehr Bewusstsein entwickeln für Dinge, die uns in unserer Branche zu einem besonderen Unternehmen machen. Dies geht von der Auseinandersetzung mit dem, was den Kern von Globus ausmacht, über viele Verbesserungen im Detail bis zu neuen Wegen, die wir heute beschreiten. Das möchten wir auch noch in diesem letzten Monat des Jahres beweisen, denn gerade in der Weihnachtszeit haben wir noch einmal die Chance, Ihnen zu zeigen, was uns besonders macht. Wir präsentieren Ihnen Feiertagsrezepte, die leicht vorbereitet werden können und für weniger Stress beim weihnachtlichen Treiben sorgen. Mit dieser gewonnenen Zeit können Sie Ihren Liebsten und sich selbst eine Freude machen und Selbstgebasteltes verschenken. In unserem Dossier finden Sie dazu allerhand Inspiration.

Für den Silvesterabend haben wir uns in anderen Ländern umgeschaut und zeigen, wie dort ins neue Jahr gestartet wird. Und wenn wir schon mal da sind, machen wir auch gleich noch einen Abstecher in den hohen Norden nach Finnland und stattdem Weihnachtsmann einen Besuch ab. Sie können sich also auf einen entspannten und abwechslungsreichen Dezember freuen.

Auf eine stressfreie Weihnachtszeit!

Ihr

Thomas Bruch, Gesellschafter von Globus



Diesmal in der vorletzten Woche
des Monats in Ihrem Globus-Markt!

mio-Gericht im Dezember

Schweinenacken-
braten in Speckhülle
mit Servietten-
knödeln



 **mio-online**

Das Rezept finden Sie unter
[www.mio-online.de/
mio-gericht](http://www.mio-online.de/mio-gericht)



„mio kocht für mich.“

Vom 16. bis 21. Dezember bei Globus.

.....

Jeden Monat neu: Unser mio-Gericht in der Globus-Gastronomie.
Exklusiv von mio und den Globus-Köchen für Sie entwickelt!



28 Dossier

Wir werden auch in der (Vor-)Weihnachtszeit kreativ und legen selbst Hand an. Schließlich ist keine Saison für Selbstgemachtes besser geeignet!

Inhalt



8

Mein Dezember

Inspirationen | 6

Genuss

Rezepte | 8
Festliche Weihnachtsmenüs
zum Vorbereiten

Foodkolumne | 16
Feiertagsstimmung ohne Stress

Obst & Gemüse | 18
Fruchtige Exoten: Ein Fest
für alle Sinne

Globus-Weinwelt | 22
Edle Brände zu Weihnachten

Bewusst genießen | 26
Geschenke aus der Küche



34

Wohlfühlen

Dossier | 28
Selbst machen – andere begeistern

Leben

Entdecken | 34
Finnische Weihnachten

Do it yourself | 38
Festliche Deko für die Fensterbank

Freizeit | 40
Wie anderswo die Korke knallen



42

Globus

Einblicke | 42
Platten für die Festtage

Neues von Globus | 44
Bienenstark mit Globienchen

Globus-Stiftung | 46
Engagement in Afrika

Kinder | 48
Plätzchenzeit

Rätsel | 49
Gewinnen Sie mit mio!

Vorschau / Impressum | 50
Das erwartet Sie im Januar

ALLE JAHRE WIEDER

Der Advent ist die Zeit für Traditionen. Wir alle haben rund um Weihnachten kleine oder große Rituale, die uns jedes Jahr aufs Neue Freude bereiten. Trotzdem lassen sich dabei immer wieder andere Seiten entdecken. Wir zeigen, wie's geht.



Unter dem Mistelzweig

Stehen zwei Menschen ganz zufällig unter einem aufgehängten Zweig der Mistelpflanze, müssen sie sich küssen – so besagt es jedenfalls eine weihnachtliche Tradition. Doch woher stammt sie eigentlich? Schon im antiken Griechenland stand die Mistel für Fruchtbarkeit. Und auch die Kelten glaubten an die heilenden Kräfte der grünen Zweige. Im England des 18. Jahrhunderts entstand schließlich der Brauch des Kusses, der eine lange anhaltende und glückliche Partnerschaft versprach.

Auf den Spuren des Weihnachtsmanns



Hat Coca-Cola den Weihnachtsmann erfunden? Ja und nein. Zwar hat der amerikanische Getränkehersteller seit 1931 großen Anteil am heutigen Erscheinungsbild von Santa Claus, kulturelle Ursprünge gab es jedoch schon früher. So stammt der Name zum Beispiel vom niederländischen „Sinterklaas“ (Nikolaus) ab, bildliche Vorlagen tauchten zudem bereits in skandinavischen Erzählungen und im deutschen Struwwelpeter von 1844 auf. Der offizielle Wohnort des Weihnachtsmanns ist übrigens das Dorf Rovaniemi in Finnland. Dort kann man ihn persönlich in seinem Büro besuchen, die Rentiere kennenlernen und vieles mehr. Mehr dazu erfahren Sie hier im Heft in der Entdecken-Rubrik und unter www.santaclausvillage.info/de





WICHTEL- SPASS

Besonders unter Kollegen, aber auch im Freundeskreis oder der Familie ist das Wichteln sehr beliebt. Dabei erhält jeder Teilnehmer den Namen einer Person, die er beschenken muss. Sind alle nah beieinander, kann man dafür einfach Zettel schreiben, für weiter voneinander entfernte Wichtelfreunde lohnen sich Online-Angebote wie www.wichtel-o-mat.de oder www.wichtelator.de



Vorbestell- service



Keine Lust auf stressige Weihnachten? Beim Globus-Vorbestellservice können Sie ganz bequem schon frühzeitig fürs Festmenü vorbestellen. Ob Partyplatten, Präsentkörbe oder direkt an den Fleisch-, Fisch-, Käse- und Bäckereitheken – die pünktliche Bereitstellung ist garantiert. Mehr dazu unter www.globus.de/vorbestellen

WUNDERLICHES WEIHNACHTSWISSEN

Ein durchschnittlich großer Tannenbaum besitzt etwa 200 000 Nadeln.



Ganz im Gegensatz zur allgemeinen Annahme nehmen wir an den Feiertagen im Durchschnitt nur etwa 370 Gramm an Gewicht zu. Diesen Wert hat das amerikanische National Institute of Health ermittelt.

Gewürzmischung für weihnachtlichen Glühwein

Mit dieser Mischung aus herrlichen Gewürzen zaubern Sie im Handumdrehen einen leckeren Glühwein. Sie lässt sich bis zur Verwendung ganz einfach in einem Schraubglas aufbewahren.

Zutaten (für 750 ml Rot- oder Weißwein)

- 3 EL getrocknete Orangenschale
- 3 Zimtstangen
- 5 Nelken
- 3 Sternanis
- 1 Vanilleschote

Zubereitung

Die Zutaten vermengen und an einem trockenen Ort aufbewahren, bis die Mischung verwendet wird. Dann in heißen, nicht kochenden Wein einrühren, etwa 30 min ziehen lassen und nach Belieben süßen und Orangenscheiben hinzugeben.

Rezept



Schnelle Festtagsküche

Wer möchte an den Feiertagen denn kein opulentes Festtagsessen auf-tischen, mit dem er Familie und Freunde beeindrucken kann? Trotzdem soll noch genug Zeit für gemütliches Bei-sammensein bleiben. Dieser Spagat wird diesmal klappen. Unsere Rezepte lassen sich nämlich ganz einfach vor- und zubereiten und begeistern umso mehr.





Zur Vorbereitung:
Kartoffeln bereits 1–2 Tage
vorher kochen, schälen und gerne
auch schon mit der Kartoffelpresse
zerkleinern. Luftdicht in einer Dose
im Kühlschrank hält die Kartoffel-
masse, bis sie zum Einsatz
kommt.



Lachspralinen im Kartoffelmantel an Kräutersalat

Zutaten für 4 Personen

400 g frisches Lachsfilet	200 g Kräutersalzmischung
500 g Kartoffeln ohne Haut	1/2 Bund Schnittlauch
Salz, Pfeffer	1 Becher Sauerrahm
1 EL Speisestärke	2 EL Honig
2 Eigelb	100 ml Gemüsebrühe
150 g Mehl	2 TL Dijon-Senf
Muskat	80 ml Kräuteressig
Rapsöl	140 ml Olivenöl

1. Lachs in Würfel schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Zu der vorbereiteten Kartoffelmasse (siehe Infos links) Stärke, Eigelb und Mehl geben, mit Salz und Muskat würzen und gut vermischen.
2. Lachswürfel jeweils mit etwas Kartoffelmasse umschließen, sodass sie von allen Seiten gut eingepackt sind.
3. Backofen auf 100 °C vorheizen. Kartoffel-Lachs-Pralinen in einer Pfanne mit etwas Rapsöl von allen Seiten goldbraun anbraten und im vorgeheizten Backofen ungefähr 10 min ruhen lassen.
4. In der Zwischenzeit Salatmischung waschen und abtropfen lassen. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, mit Sauerrahm verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Honig, Gemüsebrühe, Senf und Kräuteressig mit einem Stabmixer zu einem Dressing verarbeiten und das Olivenöl nach und nach unterrühren. Salat damit anmachen. Lachspralinen mit Salat und einem Klecks Sauerrahm auf den Tellern anrichten.

Zubereitungszeit ca. 25 min
Pro Person ca. 993 kcal, 64 g F, 60 g KH, 32 g E

Rehragout

in Schokoladensoße mit
Schupfnudeln und
Apfelrotkohl



Zutaten für 4 Personen

1 kg Rehkeule oder Oberschale	100 g Stangensellerie	500 ml Gemüsebrühe	2 Äpfel	Zubereitungszeit ca. 1,5 h + Garzeit ca. 2,5 h Pro Person ca. 1 054 kcal, 24 g F, 116 g KH, 69 g E
Salz, Pfeffer	1 Knoblauchzehe	500 g Kartoffeln	2 TL Honig	
2 EL Mehl	2 EL Tomatenmark	Muskat	200 ml Apfelsaft	
Rapsöl zum Anbraten	Pfefferkörner,	1 Eigelb	3 EL Preiselbeeren	
2 Zwiebeln	Lorbeerblätter, Wacholderbeeren	150–200 g Mehl	100 g getrocknete Aprikosen	
100 g Karotten	400 ml Rotwein	2 EL Butter	2 Lorbeerblätter	
		500 g frisches Rotkraut	150 g dunkle Kuvertüre	

1. Reh von Sehnen befreien und in ca. 40 g große Stücke schneiden. Fleischstücke würzen und von allen Seiten in Mehl wenden. In einer heißen Pfanne in Öl kurz anbraten und beiseitestellen.

2. Zwiebeln, Karotten, Sellerie und Knoblauch schälen und in grobe Stücke schneiden. In einem Topf anbraten und gemeinsam mit Tomatenmark und Gewürzen (Salz, Pfefferkörner, Lorbeerblätter, Wacholderbeeren) leicht anrösten, ohne dass sie verbrennen. Anschließend mit Rotwein ablöschen, angebratenes Fleisch hinzugeben und je nach Bedarf mit Gemüsebrühe auffüllen. Ca. 2,5 h auf mittlerer Hitze köcheln, bis das Fleisch zart ist.

3. Inzwischen Kartoffeln gar kochen, abkühlen lassen, schälen und mit einer Presse zu einem Brei verarbeiten. Salz, Muskat und Eigelb hinzufügen und gemeinsam mit Mehl verkneten. Kartoffelteil auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu

Die Kartoffeln und auch das Gulasch können schon am Vortag gekocht werden.

einer langen, dünnen Rolle formen und kleine Stücke abschneiden. Diese zwischen beiden Händen zu Schupfnudeln formen und auf ein ebenfalls mit Mehl bestreutes Blech legen. Die

Schupfnudeln in kochendes Salzwasser geben und auf kleiner Hitze ca. 5 min ziehen lassen. In kaltem Wasser abschrecken und kurz vor dem Anrichten in einer Pfanne mit Butter schwenken und mit Salz abschmecken.

4. Rotkraut halbieren und Strunk entfernen. Äpfel schälen und mit dem Rotkraut in feine Streifen schneiden. In einer heißen Pfanne scharf anbraten, Honig dazugeben und alles mit Apfelsaft ablöschen. Preiselbeeren, getrocknete Aprikosen und Lorbeerblätter hinzufügen. Rotkraut ca. 40 min garen, bis es die gewünschte Konsistenz hat, und wenn nötig mit weiterem Apfelsaft aufgießen. Vor dem Servieren die Weinsoße durch ein Sieb passieren, zerhackte Kuvertüre dazugeben und darin schmelzen lassen.



Alnatura Kuvertüre Zartbitter, besteht aus 60 Prozent Kakao, einfach zu zerkleinern und erwärmen, aus biologischer Landwirtschaft, 150 g

Bei Globus erhältlich.

ANZEIGE

ENTDECKEN SIE DAS GEHEIMNIS FRANZÖSISCHER LEBENSART!

Erstklassige Salami-Spezialitäten mit Tradition - original in Frankreich hergestellt.



feinwürzig, in Ruhe gereift, traditionell luftgetrocknet

herzhafter Snack für Picknick und Büro

nach traditioneller Original-Rezeptur



Das ist gut. Seit 1869.

 **mio-online**

Das Video zum Rezept
finden Sie exklusiv auf
www.mio-online.de/kochschule



Zubereitungszeit ca. 1 h 20 min +
Ruhezeit für den Teig ca. 1 h
Pro Person ca. 1 182 kcal, 61 g F,
113 g KH, 41 g E

Ricottaravioli

in Weißwein-Parmesan-Soße

—————
Kochschule

Zutaten für 4 Personen

150 g Mehl
150 g Hartweizengrieß
3 Eier
4 EL Olivenöl
Salz
250 g frischer Spinat
4 Schalotten
3 Knoblauchzehen
2 EL Rapsöl
Muskat
4 Scheiben Toastbrot

500 g Ricotta
4 EL Paniermehl
40 g Risottoreis
100 ml Weißwein
500 ml Gemüsebrühe
100 ml Sahne
60 g Parmesan
200 g in Öl eingelegte
getrocknete Tomaten
Butter
Parmesan zum Garnieren

Schritt für Schritt

1 Für den Nudelteig aus Mehl und Hartweizengrieß einen kleinen Haufen formen und eine Mulde hineindrücken. 2 Eier, 2 EL Olivenöl, 1 Prise Salz und 2 EL Wasser in die Mulde geben und mit den Händen etwa 5 min gut verkneten. Anschließend den Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie packen und für mindestens 1 h kühl stellen.

2 Spinat waschen und abtropfen lassen. Schalotten und Knoblauch schälen und sehr fein schneiden. Die Hälfte davon mit Spinat in einer Pfanne mit Rapsöl anschwitzen und mit Salz und Muskat würzen. Toastbrot würfeln, mit Ricotta und je nach Feuchtigkeit etwas Paniermehl mischen, abschmecken und ebenfalls kalt stellen. Für die Soße die restlichen Schalotten und Knoblauch mit Risottoreis in 2 EL Olivenöl glasig anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und mit Gemüsebrühe auffüllen. Etwa 30 min auf kleiner Hitze köcheln, bis der Reis gar ist.

3 In der Zwischenzeit den Nudelteig sehr dünn ausrollen und in Bahnen von ca. 10 cm schneiden. Mit verquirltem Ei bestreichen und in die Mitte einer Bahn im Abstand von etwa 6 cm kleine Haufen der Ricotta-füllung setzen. Die Teigbahnen nach oben zuklappen und den Teig festdrücken. Mit einem passenden Ausstechring Ravioli ausstechen.

4 Ravioli in siedendem Salzwasser etwa 4–6 min köcheln. In der Zwischenzeit Sahne und Parmesan zur Soße hinzugeben, mit dem Stabmixer fein pürieren, durch ein Sieb passieren und abschmecken. Getrocknete Tomaten hacken. Ravioli aus dem Wasser holen, kurz in einer Pfanne mit etwas Butter schwenken und mit Weißwein-Parmesan-Soße und getrockneten Tomaten anrichten. Nach Belieben mit Parmesanspänen garnieren.

Zur Vorbereitung: Die Ravioli können Sie bereits 1–2 Tage vorher zubereiten. Dafür nach dem Abkochen einfach in Eiswasser abkühlen, abtropfen lassen und mit etwas Öl beträufeln. So können Sie die Ravioli im Kühlschrank aufbewahren, bis sie zum Einsatz kommen, und dann in der Pfanne kurz erwärmen.

Das **korrekt Kitchensieb** ist ideal zum Waschen, Abtropfen und Passieren von Gemüse, Salat und Obst sowie zum Abgießen von Reis oder Pasta geeignet. Dank seiner zwei praktischen großen Auflage-rasten ist es einfach in Spüle, Schüssel oder Topf einzuhängen und somit vielseitig in der Küche verwendbar. Darüber hinaus ist das Sieb leicht per Hand zu reinigen. Erhältlich in den Größen 7, 12 und 18 cm.



Bei Globus erhältlich.



Safranrisotto mit frittierten Zucchini- blüten

Zutaten für 4 Personen

- 2 Schalotten
- 2 EL Olivenöl
- 160 g Risottoreis
- 50 ml Weißwein
- 0,5 g Safranfäden
- 450 ml Gemüsebrühe
- 50 g Butter
- 60 g geriebener Parmesan
- Salz und Pfeffer
- 100 g gesiebttes Mehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 100 g Speisestärke
- 1 Ei
- 1 kg Fett
- 12 Zucchini-
blüten



Zur Vorbereitung:

Der Teig zum Frittieren kann bereits am Vortag zubereitet und im Kühlschrank aufbewahrt werden.



Zubereitungszeit ca. 40 min + Kochzeit ca. 25 min
Pro Person ca. 608 kcal, 24 g F, 84 g KH, 16 g E

Globus Risotto & Paella-Reis,

cremig und aromatisch, geeignet für mediterrane Fisch-, Fleisch- und Gemüsegerichte, in nur 15 min genussfertig, 500 g



Bei Globus erhältlich.

1. Schalotten schälen und fein schneiden. Gemeinsam mit Olivenöl und Risottoreis in einem Topf glasig anschwitzen. Alles mit Weißwein ablöschen, Safranfäden hinzufügen und nach und nach mit warmer Gemüsebrühe auffüllen.
2. Nach ca. 20–25 min, wenn der Reis den gewünschten leichten Biss hat, den Topf vom Herd nehmen und Risotto mit Butter und Parmesan verfeinern. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Mehl mit Backpulver und Speisestärke mischen. Das Ei in eine Schüssel schlagen, mit 120 ml kaltem Was-

ser und etwas Salz verquirlen. Mit einem Schneebesen nach und nach die Wasser-Ei-Mischung unter das Mehl rühren, bis keine Klumpen mehr vorhanden sind. Anschließend den Teig 30 min quellen lassen. Sollte der Teig zu dickflüssig sein, nach und nach etwas kaltes Wasser unterrühren, bis die Konsistenz stimmt.

4. In der Zwischenzeit Fett in einem Topf auf 190 °C erhitzen, Zucchini-
blüten in den Teig tauchen, sodass sie komplett bedeckt sind, und kurz im Fett frittieren, bis sie goldbraun sind. Anschließend Zucchini-
blüten auf dem Risotto anrichten.



Tannenhonig- Rosmarin-Parfait mit Quittenragout

Zutaten für 4 Personen

- 1 Zweig Rosmarin
- 2 EL Tannenhonig
- 2 Eier
- 250 ml Sahne
- 2 frische Quitten
- 5 EL brauner Zucker
- 4 cl Honiglikör
- 200 ml Apfelsaft
- 1 Granatapfel

1. Rosmarinnadeln fein hacken und mit Honig und Eiern in eine Schüssel geben. Alles zusammen über dem Wasserbad schaumig schlagen, bis die Eiermasse schön luftig ist und etwa 65 °C erreicht hat.
2. Masse rühren, bis sie abgekühlt ist, anschließend Sahne steif schlagen und vorsichtig unter die Masse heben. Sahne-Ei-Mischung in Formen füllen und über Nacht einfrieren.
3. Quitten schälen, vierteln, Gehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Braunen Zucker in einem Topf karamellisieren, Honiglikör und Quitten dazugeben und mit Apfelsaft ablöschen. Den Topf so weit mit Wasser auffüllen, dass die Quitten bedeckt sind. Anschließend 15 min auf mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Quitten weich sind.
4. Granatapfel aufbrechen, Kerne herauslösen und zusammen mit Ragout und Parfait anrichten.



Bihophar Tannen-Honig, dunkler Honig aus dem Honigtau von Rot- und Weißtannen, intensiver Geschmack mit harzig-herber Würze, 500 g

Bei Globus erhältlich.

Zur Vorbereitung: Da das Parfait eingefroren wird, können Sie es bereits mehrere Wochen im Voraus zubereiten. Das Quittenragout lässt sich ebenfalls 2 Tage zuvor einkochen und kühl stellen. An den Festtagen müssen Sie das Parfait dann nur noch aus den Formen holen. Das Quittenragout kann kalt oder auch nochmals kurz erhitzt und warm genossen werden.

Zubereitungszeit ca. 30 min +
Gefrierzeit ca. 12 h
Pro Person ca. 216 kcal, 11 g F,
23 g KH, 3 g E

 **mio-online**

Das Rezept für die Puten-Involtini
finden Sie exklusiv auf
www.mio-online.de/foodblog



**ICH BIN INA, ARCHITEKTIN
UND FOODBLOGGERIN AUS
LEIDENSCHAFT.**

Bei Globus einzukaufen, ist für mich
Familiendition und kulinarische
Entdeckungstour zugleich. Darum
freue ich mich sehr, euch jeden
Monat mit meiner Foodkolumne
und einem exklusiven Rezept auf
mio-online zu verwöhnen!



www.inaist.de

Weihnachten stressfrei genießen

Im Advent neigen wir alle dazu, uns immer ein klein wenig zu viel für die Weihnachtszeit und die Feiertage vorzunehmen. Ich zeige euch, wie ihr zumindest in der Küche einen Gang runterschalten könnt und dabei trotzdem etwas Weihnachtliches für eure Lieben zaubert.

Weihnachten steht vor der Tür und ich freue mich wahnsinnig auf die anstehenden Feiertage. Endlich kommt die Familie wieder zusammen, es gibt leckeres Essen, der Weihnachtsbaum wird geschmückt und hoffentlich fällt jede Menge Schnee. So viele schöne Dinge! Vor lauter Vorfreude passiert es aber wahrscheinlich uns allen immer wieder, dass wir es mit dem Perfektionismus ein bisschen übertreiben. In die knappe Zeit vor und an den Feiertagen werden eine ganze Menge To-dos hineingepackt. Wir haben jedes Jahr die besten Vorsätze, es anders zu machen – da ähnelt Weihnachten dem Jahreswechsel. Wir wollen die Weihnachtsgeschenke früher einkaufen, die Plätzchenmengen reduzieren und das Festmahl an den Feiertagen soll etwas weniger üppig ausfallen. Denn eigentlich wollen wir doch alle etwas weniger Zeit mit diesen Dingen verbringen und die Tage unserer Familie und unseren Freunden widmen. Natürlich ist es dabei schön, für seine Liebsten etwas besonders Leckeres zuzubereiten. Aber seien wir mal ehrlich: Wer hat Lust, einen ganzen Vormittag in der Küche zu stehen und den Nachmittag mit dem Schrubben des Backofens zu verbringen?

Bei uns gibt es an Heiligabend meist ein Raclette, bei dem die ganze Familie lange am Tisch sitzt, quatscht, die Pfännchen mit Leckereien bestückt und dem Käse beim Schmelzen zuschaut. Danach spielen wir ein kleines Quiz unterm Weihnachtsbaum und verteilen Geschenke bei der richtigen Antwort. Keine Sorge, es sind natürlich ganz einfache Fragen, aber der Spaßfaktor ist garantiert.

Ich habe mir für die Feiertage ein einfaches Rezept ausgedacht, das mit seinen Komponenten trotzdem eine festliche Stimmung verbreitet und euch viel Zeit für andere schöne Dinge lässt. Dazu könnt ihr wunderbar eine kleine Suppe als Vorspeise reichen und habt vielleicht noch ein Dessert im Kühlschrank verstaut. Wofür ihr euch auch entscheidet – ich wünsche euch ein paar wunderschöne, besinnliche Feiertage und freue mich schon auf das kommende Jahr mit euch, wenn es mit leckeren Rezepten aus meiner Küche weitergeht.

Eure
Ina Speck



Da das Fruchtfleisch der Cherimoya recht säurearm ist, empfiehlt es sich, sie vor der Zubereitung mit Zitronensaft zu beträufeln, um eine bräunliche Verfärbung zu verhindern.



Fruchtige Exoten: *Ein Fest für alle Sinne*

Sie sehen nicht nur zum Anbeißen aus, sie sind es auch: Exotische Früchte versüßen uns die winterliche Speisekarte und bringen Farbe in die trübe Jahreszeit. Wir erzählen Ihnen Wissenswertes über die teils unbekanntesten Vitaminbomben und geben zu jedem Früchtchen einen Tipp, wie Sie das Beste aus den südländischen Schönheiten herausholen.

Cherimoyas werden in Spanien, Argentinien, Mexiko, Chile, Peru, Kolumbien und Israel angebaut und sind herzförmige, apfelgroße Früchte mit ledriger, dünner Schale, die mitgegessen werden kann. Eine reife Cherimoya erkennt man an der leicht schwarz werdenden Schale. Sie reift bei Zimmertemperatur nach und hält sich bis zu zwei Wochen. Ihr weiches, süßliches Fruchtfleisch hat ein feines Aroma, das an Erdbeere und Vanillequark erinnert. Ideal schmeckt die Cherimoya in Obstsalat oder Cremes – je nach Geschmack mit Vanillezucker oder kandiertem Ingwer bestreut, mit Weinbrand beträufelt oder Rumfrüchten garniert.



Kakis stammen aus dem ostasiatischen Raum und werden heute in Italien, Spanien, Israel und Brasilien angebaut. Der Kakibaum kann bis zu zehn Meter hoch werden, die Form der Früchte erinnert an Tomaten. Beim Kauf ist darauf zu achten, dass sie frei von Druckstellen sind. Feste Früchte sind noch unreif und sollten vor dem Verzehr zwei bis drei Tage bei Raumtemperatur nachreifen. Im Kühlschrank halten reife Früchte maximal zwei Tage. Die Energiespender mit einem Zuckergehalt von 20 Prozent schmecken saftig-süß, ähnlich Aprikosen, Quitten und Birnen, und enthalten viel Kalium, was den Energiestoffwechsel unterstützt.

Je nachdem, wie fest die Schale ist, kann sie bei bestimmten Kaki-Sorten (z. B. Sharon) mitgegessen werden. Die Frucht lässt sich aber auch wie eine Kiwi aus der Schale löfeln.



Avocados stammen ursprünglich aus Mittelamerika, wo sie schon vor 8000 Jahren von den Azteken und Maya angebaut wurden. Obwohl sie meist als Früchte bezeichnet werden, handelt es sich genau genommen um Beeren. Sie fallen vom Baum und reifen auf der Erde, aber auch bei Zimmertemperatur nach. Bei optimaler Lagerung halten sie bis zu vier Wochen. Reif sind sie, wenn sie auf Druck leicht nachgeben. Zum Genießen die Früchte halbieren und Kern entfernen, anschließend mit

einem Löffel das Fruchtfleisch von der Schale lösen. Aufgrund des hohen Fettgehaltes von bis zu 30 Prozent ist der Kaloriengehalt der Avocado recht hoch. Die Fette bestehen jedoch zum größten Teil aus ungesättigten, sogenannten „guten“ Fettsäuren.

Tipp: Mit Olivenöl verrührt ergibt das Fruchtfleisch eine wirkungsvolle Haarpfackung für strapaziertes Haar. Auch die Haut lässt sich mit Avocadoöl pflegen: Es glättet und versorgt mit Feuchtigkeit.



Kaktusfeigen stammen aus dem tropischen Südamerika und sind heute im Mittelmeerraum, in Asien, Südafrika und Australien verbreitet. Die rund zehn Zentimeter großen, ovalen oder kugelförmigen Früchte haben eine feste, dornige Schale, deren Farbe von grün über gelb bis rot reicht. Das geleeartige Fruchtfleisch mit schwarzen Kernen lässt sich am besten auslöfeln. Kleine dunkelrote Früchte sind mit ihrem feinsäuerlichen Aroma besonders schmackhaft. Die Kaktusfeige verdirbt relativ schnell. Am besten im Kühlschrank lagern und innerhalb von drei Tagen verbrauchen. Wegen der Stacheln sollte man für die Zubereitung Gummi-Handschuhe tragen.

Tipp: Kaktusfeigen haben einen hohen Gehalt an Ballaststoffen und wirken dadurch verdauungsfördernd und mit ausreichend Flüssigkeit sättigend.





Kumquats oder Zwergorangen sind mit den Zitrusfrüchten verwandt und stammen ursprünglich aus China. Heute werden sie auch in Süd- und Mittelamerika angebaut. Die essbare Schale hat einen herb-süßen Geschmack, der an Orangat erinnert. Sie verfügt über ätherische Öle, die bei langem Kauen freigesetzt werden. Das Fruchtfleisch ist säuerlich und kann gut für sämtliche Gerichte eingesetzt werden, in denen auch Orangen verwendet werden. Die Früchte sollten beim Kauf eine feste, glänzende und glatte Schale haben, andernfalls sind sie im Inneren meist schon vertrocknet.

Tipp: An heißen Tagen kann man gefrorene Kumquats anstelle von Eiswürfeln verwenden. Wer die Früchte roh isst, sollte sie zwischen den Handflächen rollen, um die Schale weicher zu machen und das Aroma zu entfalten.



Kiwanos oder auch Hormmelonen stammen ursprünglich aus dem tropischen Afrika und werden heute in Neuseeland, Kenia, Israel und Portugal kultiviert. Die Frucht gehört zu den Kürbisgewächsen, hat eine gelbe, orange bis rote Schale mit kleinen Hörnern und grünes, geleeartiges Fruchtfleisch, das nach Melone, Limette und Gurke schmeckt. Kiwanos werden halbiert und ausgelöffelt und meist als attraktiver Blickfang zum Garnieren von Desserts verwendet.

Tipp: Beim Einkauf sollten Sie darauf achten, dass die Frucht eine intensiv gelbe oder orange Schale aufweist. Die Stacheln sollten fest sein. Bei Zimmertemperatur ist die Kiwano etwa eine Woche haltbar. Im Kühlschrank verliert sie schnell an Geschmack.

Litschis gehören eigentlich zu den Nüssen und stammen aus Südchina. Die Früchte werden bis zu fünf Zentimeter groß und müssen reif geerntet und schnell verschickt werden. Die raue rosa bis rote Schale wird bei älteren Früchten bräunlich. Das Fruchtfleisch ist milchig, beinahe durchsichtig mit einem perlmuttartigen Schimmer, hat eine feste Konsistenz und einen sehr süßen Geschmack. Unreife Früchte hingegen sind beinahe geschmacksneutral. Im Gegensatz zu den meisten anderen Früchten reifen sie nach der Ernte nicht nach.

Tipp: Da Litschis bereits wenige Tage nach der Ernte Farbe, Duft und Geschmack verlieren, empfiehlt es sich, sie zu konservieren – etwa als Kompott, Fruchtgetränk oder Obstschnaps. Die süßen Früchte schmecken gut zu sämtlichen Desserts, aber auch in Fleisch- und Fischgerichten. Allerdings sollte man sie nur kurz erhitzen, da sie sonst zäh werden.





Pitahayas oder Drachenfrüchte stammen ursprünglich aus Mittelamerika und werden heute in vielen tropischen Regionen der Erde angebaut. Es sind die Früchte von Kakteengewächsen, deren

Blüten mit 30 Zentimetern zu den größten der Welt gehören. Pitahayas verdanken ihre Beliebtheit vor allem ihrem spektakulären Aussehen: Unter der magenta-roten oder sattgelben Schale mit zapfenartigen Wölbungen steckt ein geleeartiges weißes oder hellrotes Fruchtfleisch mit unzähligen schwarzen Samenkörnchen, die man mitessen kann. Die Drachenfrucht schmeckt von fein-säuerlich bis sehr süß und ist durch ihren hohen Wassergehalt erfrischend fruchtig.

Tipp: Die Früchte werden am besten bei Zimmertemperatur hängend gelagert. Zum Verzehr können sie wie eine Banane geschält oder halbiert und ausgelöffelt werden.



Junes Exotische Bio-Trockenfrüchte, handverarbeitet, aus kontrolliert biologischem Anbau, nachhaltig und fair produziert, Verpackung aus 95 % recycelter Pappe, komplett recycelbar, 75 g

Bei Globus erhältlich.

ANZEIGE

**FÜR ALLE, DENEN
DIE ZUKUNFT
BESONDERS AM
HERZEN LIEGT**



Ausgewählte
Bio-Früchte
in nachhaltiger
Flasche.



Verschenken Sie Genussmomente

Weihnachtszeit bedeutet Genießerzeit. Die gemütlichen Abende im Advent laden dazu ein, es sich mit einem guten Whisky, dem neuen Trendgetränk, einem fassgereiften Rum oder einem winterlichen Cocktail zu Hause schön zu machen. Außerdem eignen sich edle Spirituosen natürlich auch perfekt als stilvolles Geschenk. Lassen Sie sich von unseren Drink-Ideen inspirieren und entdecken Sie dazu winterliche Cocktailrezepte!

Whisky ist wegen seines rauchigen Aromas gerade im Winter besonders beliebt – übrigens längst nicht mehr nur bei Männern. Dabei ist die meist aus Getreide oder Mais hergestellte Spirituose sehr vielseitig und hat viele Facetten: Seinen Ursprung hat der Whisky in Schottland und Irland. Darüber, wer genau ihn erfunden hat, streiten sich die Iren und Schotten bis heute. Und die Amerikaner haben mit dem Bourbon ihre ganz eigene Whiskey-Interpretation geschaffen.

Mit den aufwendig gestalteten und hochwertigen Flaschenboxen eignet sich Whisky wunderbar als Weihnachtsgeschenk für Genießer. Aber Vorsicht! Wer echte Whiskyfans beschenken möchte, sollte idealerweise die jeweilige Whisky-Vorliebe kennen. Wir erklären daher die wichtigsten Sorten und Begriffe:

Single Malt

Der Begriff Single Malt beschreibt Whisky, der aus einer einzigen Brennerei kommt. Außerdem darf für einen Single Malt nur gemälzte Gerste verwendet werden, kein anderes Getreide. Da er zudem meist zehn Jahre und länger in Eichenholzfässern gelagert wird, gilt die Bezeichnung Single Malt als Qualitätsmerkmal.

Blend

Ein Blended Whisky entsteht wiederum durch das Zusammenführen von drei Whiskysorten: dem Pot Still (sehr intensiv), Grain (weich) und Malt Whisky (aromatisch). In der Regel sind Blended Whiskys durch die Zugabe von weichem Grain Whisky etwas milder und daher die ideale Wahl für Whisky-Neulinge.

Tipp: Schottischen und irischen Whisky kann man im Zweifel immer an der Schreibweise erkennen. Die Schotten schreiben Whisky, die Iren schreiben Whiskey.



Graciela Bruch

Mein Favorit

Torremilanos Crianza 2015

Die Finca Torremilanos in Aranda de Duero/ Spanien wurde 1903 von Calixto Zorilla auf dem Land südlich des Duero in einer Höhenlage von 800 bis 900 Metern gegründet. Die Rebflächen werden hier zu 100 Prozent in ökologischer Landwirtschaft/Demeter kultiviert. Die Weine sind seit gut zehn Jahren biozertifiziert und biodynamisch.

Für den Torremilanos Crianza werden die Trauben (95 Prozent Tinto del Pais und fünf Prozent Cabernet Sauvignon) zum optimalen Zeitpunkt ausschließlich per Hand gelesen und getrennt ausgebaut. Nach der Vermählung reift der Wein 17 bis 18 Monate in französischen Eichenfässern.

Ein samtiger Wein mit Dichte und Struktur. Feine Aromen von dunklen Waldfrüchten und Kirsche machen ihn zu einem besonderen Wintergenuss.



0,75 l
16,99 €
 Finca Torremilanos Crianza
 Ribera del Duero
 Spanien
 1 l = 22,65 €

Bourbon

Bourbon ist ein amerikanischer Whiskey, der außer der Schreibweise wenig mit dem irischen gemein hat. Anders als seine schottischen und irischen Pendant (Scotch und Irish) wird Bourbon aus Mais und nicht aus Getreide hergestellt.

Rye

Rye Whiskey kommt ursprünglich wie der Bourbon aus den USA. Er ist eine weniger bekannte Sorte und gerade deswegen ein origineller Geschenktipp für Kenner. Rye Whiskey besteht hauptsächlich aus Roggen und ist im Geschmack gerade im Vergleich zum sanften Bourbon trockener und kräftiger. Außerdem muss Rye Whiskey zwei Jahre in neuen verkohlten Eichenfässern lagern, was sein unverwechselbares rauchiges Aroma erklärt. Für alle Cocktailliebhaber und Whiskysfans empfehlen wir passend zur kalten Jahreszeit mit rauchig-bitteren Aromen den Old Fashioned.



Old Fashioned

Zutaten (für 1 Cocktail)

- 2 Spritzer Angostura Bitter
- 1 cl Zuckersirup
- 6 cl Scotch oder Rye Whiskey
- Eiswürfel
- 1 Orangenzeste

Zubereitung:

Angostura und Zuckersirup vermengen, Whisky zugeben und verrühren. Jetzt das Eis daraufschütten und so lange rühren, bis die Eiswürfel im Drink untergehen. Dann nochmals mit Eiswürfeln auffüllen. Orangenzeste über dem Drink anknicken, in den Cocktail geben und servieren.



Rum – der neue Gin

Viele Menschen denken bei Rum immer noch hauptsächlich an Seefahrer-Schnaps oder kennen die Spirituose eher als Zutat des beliebten Mojitos. Dabei hat das Zuckerrohr-Destillat noch viel mehr zu bieten und wird mittlerweile immer häufiger pur getrunken. Tatsächlich weist kaum ein anderer Brand eine solche Vielfalt auf wie Rum: Zu den rund 5000 Zuckerrohr-

arten, die in fast allen subtropischen Ländern angebaut werden, kommen die verschiedenen Herstellungsverfahren und die Aromen aus verschiedenen Holzfässern. Dieses Jahr fand in Berlin bereits das 9. German Rum Festival statt und es gibt sogar die ersten deutschen Bars, die sich auf Rum spezialisiert haben. Natürlich ist Rum auch weiterhin ein wichtiger Bestandteil vieler leckerer Cocktails, wie der Piña colada oder des Mojito. Letzteren haben wir für Sie weihnachtlich neu interpretiert.

Neben einem umfangreichen Spirituosen-Sortiment bietet Globus Ihnen übrigens auch verschiedenes Cocktailzubehör: zum Beispiel passende Gläser und Becher für alle Cocktailarten sowie Shaker, Cocktailsiebe und Co.

Weihnachtsmojito

Zutaten (für 1 Cocktail)

- 2 Limetten
- 6 Minzblätter + etwas Minze zum Garnieren
- 1 EL Zucker
- 2 EL Granatapfelkerne
- 3 EL weißer Rum
- 20 ml dünnflüssiger Kokosnussdrink
- Crushed Ice
- Sprudelwasser

Zubereitung

1 1/2 Limetten auspressen. Minzblätter grob hacken, mit Limettensaft, Zucker und Granatapfelkernen verrühren und in einen Mixer geben. Rum, Kokosnussdrink und etwas Crushed Ice dazugeben und gründlich shaken. In ein Cocktailglas oder einen Kupferbecher füllen und mit etwas Sprudelwasser auffüllen. Mit der restlichen Limette und etwas Minze garnieren.

Horse's Neck

Der Horse's Neck ist der klassische Drink mit Ginger Ale, der mit exzellenten Whiskysorten gemischt wird. Seinen Namen erhielt der Cocktail durch die leger am Glasrand hängende Zitronenschale, die entfernt an einen Pferdehals erinnern soll.

Zutaten (für 1 Cocktail)

Eiswürfel
1 Zitronenscheibe oder -spirale
5 cl Bourbon Whiskey (Jim Beam)
2–3 Spritzer Angostura Bitter
12 cl Ginger Ale

Zubereitung

Einige Eiswürfel und die Zitronenscheibe oder -spirale in ein großes Longdrink-Glas geben. Den Whisky und einige Spritzer Angostura Bitter dazugeben und mit Ginger Ale auffüllen.

Trinkidee



Weinliebhaber
Club

Werden Sie Mitglied und genießen Sie exklusive Vorteile:

[www.globus.de/
weinliebhaberclub](http://www.globus.de/weinliebhaberclub)

ANZEIGE

Dekor
Natur

100%
natürlich

ohne Zuckerzusatz*.

Die innovative Art, Kuchen zu dekorieren.



www.pickerd.de



*enthält von Natur aus Zucker



Für kuschelige Filmabende: Weihnachtspopcorn

Das brauchen Sie:

- 2 EL Sonnenblumenöl
- 100 g Popcornmais
- 200 g feiner brauner Zucker
- 120 g Ahornsirup
- 1 TL Lebkuchengewürz
- 1 EL Backpulver
- 1 EL nicht zu grobes Meersalz

1. 1 EL Öl in einen mittelgroßen Topf geben, sodass der Boden leicht bedeckt ist. 50 g Maiskörner hineingeben, Topfdeckel schließen, stark erhitzen. Sobald die Maiskörner aufpoppen, auf mittlere Hitze reduzieren. Topf von der Platte nehmen und mit geschlossenem Deckel einige Minuten ruhen lassen.
2. Das Gleiche mit dem übrigen Popcorn und Öl wiederholen.
3. Zucker, Sirup und Lebkuchengewürz in einen hohen Topf geben. Bei geringer Hitze erwärmen und rühren, bis der Zucker sich weitestgehend gelöst hat. Dann ohne Rühren auf circa 150 °C erhitzen. Topf vom Herd nehmen und Backpulver unter sofortigem Rühren zufügen.
4. Zuckermasse schnell auf das Popcorn geben und zügig unterheben. Popcorn auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech flach ausbreiten, mit Salz bestreuen und auskühlen lassen. Luftdicht und trocken aufbewahrt, ist das Popcorn bis zu 3 Wochen haltbar.

Verschenken Sie die Naschereien in selbst gestalteten Einmachgläsern! Sie können diese mit Spitzenbordüre, Schleife, Kordel und kleinen Etiketten effektiv dekorieren. Auch Tannenzweige, kleine Christbaumkugeln und getrocknetes Laub lassen sich schön daran befestigen.

Selbst machen – Freude schenken

Etwas Leckeres zum Naschen, ein süßer Likör oder ein schönes Pflegeprodukt lassen sich zu Weihnachten immer gut verschenken. Noch wertvoller ist es aber, wenn man das Präsent selbst herstellt und hübsch verpackt. Das macht Spaß, ist nicht teuer und bereitet unseren Liebsten umso mehr Freude.



Alnatura Popcorn Mais, gezuckert, gesalzen oder speziell gewürzt zu genießen, aus biologischer Landwirtschaft, 500 g

Bei Globus erhältlich.

Für süß-fröhliche Stunden: Spekulatiuslikör

Das brauchen Sie:

500 ml Schlagsahne
300 ml Korn oder Wodka
4 TL Spekulatiusgewürz
5 EL Nuss-Nugat-Creme
3 EL Puderzucker
1 Päckchen Vanillezucker

1. Die Sahne in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen leicht aufschlagen. Dann den Schnaps, das Spekulatiusgewürz, die Nusscreme, Puder- und Vanillezucker zur Sahne geben und alles zu einer glatten Masse verrühren.
2. Den fertigen Likör in eine Flasche füllen, gut verschließen, dunkel und kühl lagern. Im Kühlschrank ist er 4–6 Wochen haltbar.



Mit ein paar Tropfen eines naturreinen ätherischen Öls oder ein paar Farbpigmenten eines Lippenstifts lässt sich der Balsam noch individueller gestalten.

Für natürliche Pflege: Lippenbalsam

Das brauchen Sie:

20 g ungebleichtes Bienenwachs oder als vegane Alternative Kakaobutter
20 g Kokosöl
20 g Sheabutter
ein paar Tropfen eines naturreinen, ätherischen Öls

1. Alle Zutaten in ein Glas geben, im Wasserbad erhitzen und unter Rühren schmelzen, bis eine gleichmäßige, flüssige Masse entsteht.
2. Die Masse in 5 sehr kleine Gläschen mit Schraubverschluss füllen und zum Aushärten in den Kühlschrank stellen. Den Lippenbalsam anschließend nicht dauerhaft gekühlt aufbewahren, sonst lässt er sich schlecht auftragen.

ANZEIGE

*Der Kult-Klassiker
schneit wieder rein!*

nur für
kurze Zeit



Genuss-Molkerei
seit 1926



Weihnachtszeit, DIY-Zeit

Der Do-it-yourself-Trend ist seit Jahren ungebrochen. Besonders in der Weihnachtszeit entdecken wir unsere schöpferische Ader. Schließlich ist keine Saison dazu besser geeignet, an langen Adventsabenden mit den eigenen Händen etwas Kreatives zu schaffen. In unserem Dossier haben wir die schönsten Inspirationen für weihnachtliche Deko und Geschenke für Sie gesammelt.



Kaum zu glauben, Weihnachten steht schon wieder vor der Tür. Die besinnlichste Zeit des Jahres ist jedoch oft auch eine der anstrengendsten: Hier noch das letzte Arbeitsprojekt zu Ende bringen, dort das Weihnachtsessen organisieren – ganz zu schweigen von der manchmal recht nervenaufreibenden Suche nach dem richtigen Geschenk für unsere Lieben. Um diese vorweihnachtliche Anstrengung bestmöglich zu umgehen, lassen wir uns in diesem Jahr vom skandinavischen „Hygge-Gefühl“ inspirieren. Gemütlichkeit, Ruhe und Innigkeit stehen hierbei im Vordergrund. Ein weiterer wichtiger Aspekt von Hygge: das Anfertigen und Gestalten von Dingen. Denn hierbei beschäftigt man sich intensiv mit einem schönen Projekt und steckt Zeit und Hingabe in etwas, was man mit seinen eigenen Händen herstellt. Einfach perfekt geeignet für die Weihnachtszeit! Schließlich werden jetzt nicht nur allerlei Geschenke benötigt, sondern auch schöne Deko-Objekte, die das eigene Zuhause so richtig gemütlich machen. Inspirationen dazu findet man mittlerweile überall – ob in speziellen DIY-Magazinen oder -Büchern, auf Blogs oder Vlogs (Video-Blogs) im Internet. Das Schöne an dieser Vielfalt: Es ist für jeden Geschmack und jedes Budget etwas dabei. Es gibt sehr anspruchsvolle, aber auch sehr einfache Projekte, Dinge, deren Herstellung viel Zeit in Anspruch nimmt, sowie Express-Lösungen. Man hat quasi die Qual der Wahl.

Um es Ihnen ein bisschen einfacher zu machen, haben wir auf den folgenden Seiten unsere liebsten DIY-Ideen für die Weihnachtszeit zusammengetragen – Schritt-für-Schritt-Anleitungen inklusive. Die Tannenbäumchen aus Filz sind beispielsweise ein echter Hingucker und lassen in Ihrem Zuhause weihnachtliche Stimmung aufkommen. Außerdem warten einfache Selfmade-Geschenkideen auf Sie, die nicht viel Zeit in Anspruch nehmen und mit denen Sie Ihre Lieben garantiert beeindrucken.

Und wie packt man die Geschenke ganz individuell und noch dazu umweltfreundlich ein? Mithilfe von braunem Packpapier und Kartoffeldruck! Was es damit auf sich hat, verraten Ihnen unsere miorredakteure auf Seite 33.

Jetzt bleibt uns nur noch zu sagen: „An die Werkzeuge, fertig, los!“ Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Basteln und Kochen. ➤

Wohndeko zum Selbermachen

So kommt Weihnachtsstimmung in den eigenen vier Wänden auf



 **mio-online**

Die Vorlagen zum Ausdrucken für die Tannenbaumschablonen finden Sie unter [mio-online.de/tannenbaum](https://www.mio-online.de/tannenbaum)

TANNENBÄUMCHEN

aus Filz

Material für 3 unterschiedlich große Bäumchen

Kohlepapier	Bügeleisen
Fotokarton, DIN A4	Alleskleber
Bleistift	3 Äste (ca. 10 cm, ca. 15 cm, ca. 18 cm), Ø ca. 0,8 cm
Schere	Holzbohrer, Ø 8 mm
Bastelfilz in Grau, 50 cm x 10 cm	x 3 cm, Ø ca. 6 cm x 1,5 cm,
Bastelfilz in Rosa, 50 cm x 15 cm	Ø ca. 6 cm x 2 cm
Bastelfilz in Blaugrau, 40 cm x 10 cm	3 Holzscheiben, Ø ca. 3,5 cm
	Holzleim



Buchtipps

„Meine wunderbare Weihnachtswerkstatt“

von Susanne Wicke, Miriam Klobes, Johanna Rundel und Nina Eckes

Weihnachtszeit ist Bastelzeit! Dieses mit viel Liebe gestaltete Buch gibt einen Einblick in die Wichtelwerkstatt am Nordpol und verbindet dabei viele Ideen für Selbstgemachtes und Selbstgebackenes mit weihnachtlichen Traditionen. Die detaillierten Anleitungen und Vorlagen für DIYs in schlicht-natürlich-schönem Stil machen das Nacharbeiten ganz einfach.

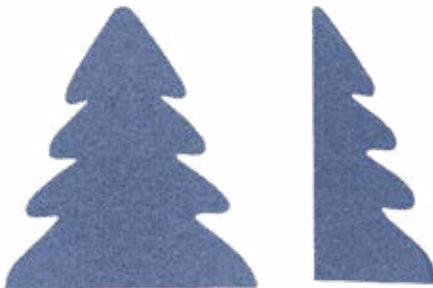
Frech Verlag, **16,99 €**

ISBN: 978-3-7724-7152-0

Bei Globus und unter www.globus-buchshop.de erhältlich.

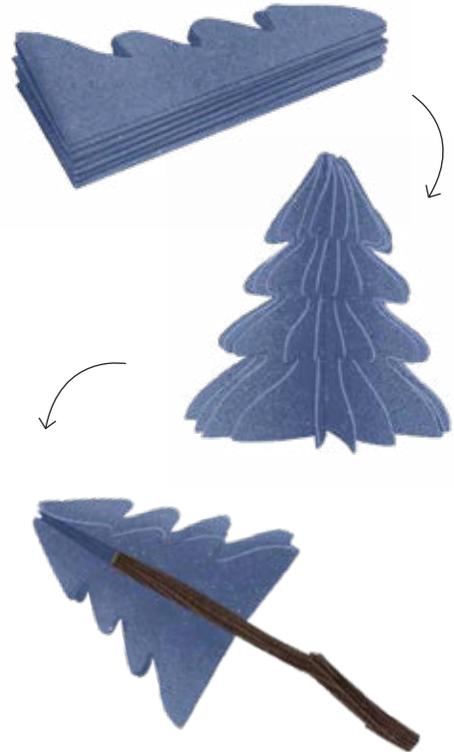
1 Die Vorlage mithilfe des Kohlepapiers auf den Fotokarton übertragen. Dazu das Kohlepapier auf den Karton legen, die Vorlage darauf platzieren und die Linien mit dem Bleistift nachzeichnen. Anschließend ausschneiden.

2 Nun die entstandenen Baumschablonen mit dem Bleistift jeweils 7 Mal auf die verschiedenfarbigen Filzplatten übertragen, mit der Schere ausschneiden, jeden Baum einmal mittig längs falten und die Faltung heiß einbügeln (siehe Bild unten).



3 Pro Bäumchen kleben Sie nun die 7 mittig gefalteten Tannen mit Alleskleber aneinander. Trocknen lassen, danach einen Ast auf den Bund kleben und dabei ca. 1,5 cm Abstand zur Baumspitze lassen (siehe Bilder rechts). Anschließend die beiden noch offenen Baumseiten zusammenkleben.

SCHRITT FÜR SCHRITT



4 Mit dem Bohrer mittig ein ca. 1 cm tiefes Loch in die 3 Holzscheiben bohren. Dann etwas Leim in die Löcher geben und die Bäumchen hineinstecken. Trocknen lassen.

Selbstgemachtes verschenken

Kleine Aufmerksamkeiten für kalte Tage



Viele Materialien finden Sie in Ihrem Globus-Markt

Zutaten für 20 Stück

70 g Pekannüsse	1/2 TL Salz
100 g gemahlene Mandeln	120 g getrocknete Datteln
1 TL Zimt	Schraubglas bzw. Schraubgläser
1/2 TL Kakaopulver	Material zum Verzieren
1 TL Chiasamen	
2 TL Kokosraspel	

1. Pekannüsse grob mahlen und mit Mandeln in einer großen Schüssel vermischen. Anschließend Zimt, Kakaopulver, Chiasamen, Kokosraspeln und Salz hinzugeben und unterrühren.
2. Datteln entkernen und im Multizerkleinerer zu einem cremigen Mus verarbeiten. Dieses zu den anderen Zutaten in die Schüssel geben und so lange rühren, bis eine klebrige, weiche Masse entsteht.
3. Mit einem Löffel kleine Portionen entnehmen und mit den Händen zu 20 Kugeln rollen.
4. In ein bzw. mehrere Schraubgläser füllen und mit Permanentmarker beschriften. Wer möchte, kann noch einen kleinen Tannen- oder Kiefernast an das Glas binden.

Die Energyballs sind im Kühlschrank bis zu 2 Wochen haltbar.

Wellness im Glas:

Badesalz

Material für 4 Gläser

300 g grobes Meersalz
100 g Natronpulver
einige Tropfen ätherisches Öl nach Wahl, z. B. Lavendel, Rose oder Orange
1 Handvoll getrocknete Blütenblätter, z. B. Lavendel oder Rose
4 Einmachgläser à 100 ml
Material zum Verzieren

1. Meersalz, Natron, ätherisches Öl und Blütenblätter vorsichtig in einer großen Schüssel vermengen.
2. Badesalz in die Einmachgläser füllen.
3. Wer möchte, bastelt noch kleine Etiketten aus Tonpapier und beschriftet diese, z. B. mit „Rosenbadesalz“. Anschließend mit Geschenkband am Glas befestigen.

Gesunde Leckerei:

Zimt-Energyballs



Geschenke individuell verpacken



Einfache DIY-Tipps aus der mio-Redaktion

Alana Schenk, Redakteurin

Dieses Jahr habe ich mich in Sachen Geschenkverpackung von meiner kleinen Nichte inspirieren lassen, die im Kindergarten mit Kartoffeldruck arbeitet. „Super Idee“, dachte ich mir. „Genau das Richtige für eine ganz individuelle Verpackung.“ Was man dazu benötigt? Einige Bögen unifarbenes, unbeschichtetes, faltbares Papier, Ausstechförmchen nach Wahl (z. B. Tannenbäume oder Sterne), ein scharfes Messer, einen Tuschekasten, einen Pinsel und natürlich eine Kartoffel. Die Technik ist wirklich kinderleicht! Einfach die Kartoffel halbieren und das Förmchen hineindrücken. Dann mit dem Messer um die Form herumschneiden, sodass ein Stempel entsteht. Anschließend großzügig mit Farbe bepinseln und auf das Papier drücken. Gut trocknen lassen und fertig ist das DIY-Geschenkpapier! Dazu ist Packpapier oder unbedrucktes Papier um vieles nachhaltiger als Geschenkfolie oder aufwendig bedrucktes Geschenkpapier.



Pascal Schmidt, Redakteur

Mein Erfolgsrezept beim Geschenkeverpacken ist seit Jahren braunes Packpapier. Ja, richtig gehört. Denn nichts ist so vielseitig einsetzbar und lässt meiner Kreativität zudem so viel Spielraum. Man kann es beispielsweise mit buntem Masking-Tape (buntes Haftklebeband aus Papier) bekleben oder frische Zweige oder Stechpalme daran befestigen. Dieses Jahr verwende ich rot-weiße Zuckerstangen als Deko, die ich mit Paketschnur an den Geschenken befestige.



Perfekt für Basteleien aller Art: **UHU ReNature**, Klebstift und Vielzweckkleber flinke Flasche, Formel und Verpackung aus größtenteils nachwachsenden Rohstoffen, 100 % recycelbar, ohne Lösungsmittel, mehrfach ausgezeichnet mit dem Green Brand Label für ökologische Marken, 100 bzw. 21 g

Bei Globus erhältlich.

ANZEIGE

Acumed Premium Line Für jedes Auge die passende Linse!

Für extra lange Tragezeiten: Acumed SH

Extrem sauerstoffdurchlässige, sehr gut verträgliche Monatslinse aus modernem Silikon-Hydrogel-Material

- optimale Sauerstoffversorgung des Auges
- für lange Tragezeiten über 14 Stunden täglich ideal geeignet
- UV-Schutzfilter



Für eine optimale Pflege und lange Haltbarkeit ihrer Kontaktlinse empfehlen wir die Verwendung der speziell auf das Kontaktlinsenmaterial abgestimmten Pflegeserie.





Dem Weihnachtsmann auf der Spur – Abenteuer Finnland

Zugegeben, auf den ersten Blick gehört Finnland nicht unbedingt zu den beliebtesten Urlaubszielen. Dabei ist das unscheinbar wirkende Land hoch oben im Norden viel aufregender, als sein Ruf es vermuten lässt! Wir verraten Ihnen, warum Finnland eine Reise wert ist – und das besonders im Winter.

Rekordverdächtige Natur erleben

Grüne Landschaften, malerische Fjells und atemberaubende Polarlichter: Naturliebhabern hat Finnland so einiges zu bieten. Nicht umsonst wird es im Volksmund auch als „Land der tausend Seen“ bezeichnet. Etwa 188 000 der außerordentlich klaren Gewässer durchziehen das Festland. Ohnehin geizt die finnische Natur nicht mit Superlativen. Über 70 Prozent der Landesfläche sind mit Wald bedeckt – das ist mehr als in jedem anderen Land Europas.

Dank des sogenannten Jokamiehen Oikeudet (zu Deutsch Jedermannsrecht) ist es allen Einwohnern und Reisenden gestattet, sich frei überall in der Natur aufzuhalten. Wildes Camping ist ebenso erlaubt wie Angeln oder das Sammeln von Beeren und Pilzen, solange die Umwelt dabei mit dem nötigen Respekt behandelt wird.

In der Region Lappland lassen sich die berühmten Polarlichter besonders häufig beobachten. In mehr als 200 Nächten im Jahr spielt sich das beeindruckende Naturspektakel am Himmel ab und hüllt diesen in leuchtend bunte Farben.

Authentische finnische Küche

Gemessen am jährlichen Konsum pro Kopf sind die Finnen absolute Weltmeister im Kaffeetrinken. Am liebsten wird das tiefschwarze Heißgetränk in der nachmittäglichen Kaffeepausti gemeinsam mit Kollegen, Freunden oder Verwandten geschlürft. In den letzten Jahren hat sich dementsprechend eine anspruchsvolle finnische Kaffeekultur entwickelt. So findet man nicht nur in hippen Städten wie Helsinki viele kleine Röstereien und liebevoll eingerichtete Cafés.

Slow Food wird in Finnland großgeschrieben. Hier wird viel Wert auf eine authentische Küche mit gesunden, natürlichen Zutaten gelegt. Die Finnen lieben frischen Fisch, ganz egal ob

geräuchert, gegrillt oder gekocht. Aber auch rustikale Aufläufe und Fleischgerichte gehören zu den landestypischen Spezialitäten. Unser Tipp für Ihren nächsten Finnland-Trip: Probieren Sie unbedingt Kalakukko, eine Pastete mit Schweinefleisch, Fisch und Speck in einem Teig aus gebackenem Roggenbrot.

Schwitzen wie die Weltmeister

Der gemeinsame Gang in die Sauna ist wichtiger Bestandteil der finnischen Kultur und hat eine lange Tradition. Es heißt, dass es in Finnland so viele Saunen gibt, dass alle 5,4 Millionen Finnen darin gleichzeitig Platz haben. Schätzungen zufolge sind zwischen zwei und drei Millionen Saunen über das Land verteilt. Saunieren kann man in Finnland auf unterschiedlichste Weise: Von einem kleinen zehnmütigen Blitzbesuch bis hin zu einer gesellschaftlichen Veranstaltung, die sich über mehrere Stunden erstreckt, bei der man zwischendurch schwimmen geht und Würstchen auf dem offenen Feuer grillt – die Sauna dient der Entspannung und Körperpflege genauso wie als sozialer Treffpunkt. **Fun-Fact:** Es gibt Saunen in Ein-Zimmer-Wohnungen, in Sommerhäusern und öffentlichen Schwimmbädern, Sportstudios und Hotels, auf Booten und sogar in Bussen.

Dem Weihnachtsmann auf der Spur

Im Santa Claus Village mitten in Rovaniemi, der Hauptstadt Lapplands, können



sich Besucher auf eine ganz besondere Überraschung freuen. Dort lebt nämlich der Weihnachtsmann höchstpersönlich! Vor einigen Jahren hat er seinen Wohnsitz ganz offiziell in das kleine Weihnachtsmanndorf verlegt. Klein und Groß dürfen ihn hier ganzjährig in seinem Büro besuchen, fleißigen Elfen beim Verpacken der Geschenke zusehen und mit Rentieren auf Tuchfühlung gehen. Wenn das ganze Dorf von Oktober bis April in eine dicke Schneedecke gehüllt ist, kommt dabei ganz besondere Weihnachtsstimmung auf!

aufgetischt wird, auch ein Besuch auf dem Friedhof. Mit hell leuchtenden Kerzen wird dort der Verstorbenen gedacht. Und selbstverständlich geht es am Ende des Tages zum besinnlichen Schwitzen in die Weihnachtssauna. Hauskaa Joulua – frohe Weihnachten!



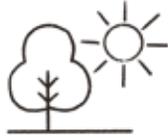
Joulu: Weihnachten auf Finnisch

Umgeben von tief verschneiten Landschaften und einem leuchtenden Sternenhimmel verbringen die Finnen die Weihnachtstage am liebsten gemütlich mit der Familie. Eingeläutet wird die besinnliche Zeit schon Mitte November mit Pikkujoulu, dem „kleinen Weihnachten“, das mit allerlei winterlichen Festen aufwartet. Hier wird nach Herzenslust gesungen, Ingwerkekse genascht und Glögi, finnischer Glühwein, getrunken. Zu Heiligabend selbst gehört, neben einem deftigen Mahl, bei dem der traditionelle Weihnachtsschinken Joulukinkku

Schon gewusst?

2019 wurde Finnland zum zweiten Mal in Folge zum glücklichsten Land der Welt erklärt. Das geht aus dem jährlichen „World Happiness Report“ hervor, der Einwohner aus 156 Ländern nach ihrer Zufriedenheit befragt und bei der Bewertung auch die durchschnittliche Lebenserwartung und die wirtschaftliche Lage berücksichtigt.





Im Norden Lapplands geht im Juni und Juli die Sonne nicht unter.



Beinahe ein Viertel aller Finnen besitzt ein „Mökki“, ein rustikales Ferienhaus für den Sommer.



Die Höhe der Bußgelder für Raser wird individuell nach dem Einkommen berechnet.



Das Kultspiel „Angry Birds“ wurde in Finnland erfunden.



Am „Restaurant Day“, der viermal im Jahr stattfindet, darf jeder sein eigenes Restaurant oder Café eröffnen – und zwar für genau einen Tag und ganz egal an welchem Ort. Der ganz besondere Feiertag wurde in Helsinki erfunden – und geht mittlerweile um die ganze Welt!

Die beste Reisezeit ...

... für Wanderungen im grünen Süden und laue Abende in Helsinki oder Tampere?
> Mai bis August

... für aufregenden Wintersport durch verschneite Hügel und endlose Loipen?
> November bis März

... für (vor-)weihnachtliche Stimmung in den malerischen Schneelandschaften Lapplands?
> Oktober bis April

ANZEIGE

Mach Deinen Tag ein Schlückchen besser.

Mit unseren Bio-Tees TEEKANNE Organics.



Gut fühlen schmeckt.



mio-online

Weitere tolle DIY-Ideen
finden Sie online unter
www.mio-online.de/diy



Lichterstadt

Lichterdeko ist an Weihnachten nicht wegzudenken. Wenn Sie dabei noch recyceln wollen, basteln Sie doch einfach Monas Weihnachtshäuschen. Ruckzuck entsteht ein ganzes Weihnachtsdorf auf Ihrer Fensterbank.

Mini-
DIY



Kein Platz auf der Fensterbank? Kein Problem! Einfach mit einem weißen Glasstift die Häuser von innen auf die Fensterscheibe malen. Wenn das Zimmer hell erleuchtet ist, sehen die Häuser von außen genauso schön aus.

ICH BIN MONA UND BLOGGE ÜBER INNENEINRICHTUNG UND MEINE DIY-PROJEKTE.

Bereits als Kind war ich mit meiner Mutter und meinen Geschwistern regelmäßig bei Globus. Meine Mutter erzählt heute noch gerne die Geschichten, als sie mit drei Kindern und meistens zwei vollen Einkaufswagen durch den Markt streifte.



www.ichliebedeko.de

Material:

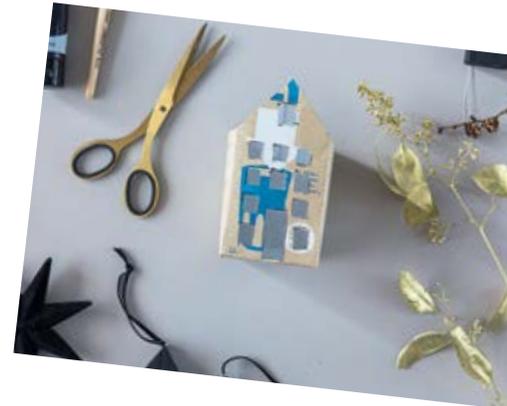
leere Milch- oder Getränkekartons	Pfeifenputzer
Stift zum Anzeichnen	Acrylfarbe
Lineal	Pinsel
scharfe Schere oder Bastelcutter	Lichterkette oder LED-Teelichter

Alle Materialien sowie viele weitere Weihnachtsartikel finden Sie in Ihrem Globus-Markt!

- 1 Getränkekartons gut ausspülen und trocknen lassen. Die Form eines Hauses mit Spitzdach, Fenstern und einer Tür auf die Getränketüten mit Stift und Lineal aufzeichnen.
- 2 Häuser zuschneiden und die kleinen Fenster und Türen ausschneiden. Für etwas Abwechslung sorgen ein paar größere (Hoch-)Häuser. Hier kann zum Beispiel auch der Deckel angemalt und mit einem weißen Pfeifenputzer als rauchender Schornstein umwickelt werden.
- 3 Häuser mit Farbe anmalen und gut trocknen lassen. Besonders Schwarz ist eine der Trendfarben für dieses Weihnachten und wirkt in Kombination mit Gold sehr edel.
- 4 Die fertigen Häuser auf der Fensterbank oder einem Sideboard dekorieren. Als Beleuchtung in jedes Haus ein paar Birnchen der Lichterkette stecken.

Tipp: Falls das Lichterhäuschen ein geschlossenes Dach hat, können Sie auf der Rückseite noch eine größere Öffnung hineinschneiden, durch die man die Lichterkette oder das LED-Teelicht stecken kann.

Schritt für Schritt





Andere Länder, andere (Silvester-)Sitten

Buntes Feuerwerk, prickelnder Sekt, gutes Essen. Für uns hierzulande braucht es diese drei Dinge für ein klassisches Silvesterfest. Anderswo auf der Welt gibt es da aber durchaus Unterschiede: Was hat Silvester zum Beispiel mit Trauben zu tun? Wieso feiern Russen gleich mehr als eine Woche und warum interessiert man sich in China kaum für den Jahreswechsel? Wir verraten Ihnen, wie weltweit ins neue Jahr gerutscht wird.



Das wohl größte Silvesterfeuerwerk Europas erscheint am Himmel über Reykjavik, denn in Island sind bunte Raketen äußerst beliebt.

Feliz año nuevo

In Spanien gibt es Weintrauben um Mitternacht, und zwar genau zwölf Stück. Von diesen muss dann zu jedem Glockenschlag eine verzehrt werden – das verspricht Glück im kommenden Jahr. Die Tradition ist so weit verbreitet, dass Supermärkte und fliegende Händler bis kurz vor Mitternacht Trauben im Zwölferpack verkaufen.

Argentinier begrüßen das neue Jahr gerne mit einem Regen aus Papierschnipseln. Das symbolisiert die Befreiung von alten Lasten – und für Schnee ist es ja ohnehin zu warm. In Mexiko hingegen gelten ein sauberes Haus und Goldschmuck als gutes Omen, das Wohlstand anzieht.

В новым годам

Die russisch-orthodoxe Kirche richtet sich nach dem julianischen Kalender. Überträgt man diesen auf unsere Zeitrechnung, findet Silvester dann erst am 13. Januar statt. Das hält das feierfreudige Russland jedoch nicht davon ab, bereits am 31. Dezember mit den Festlichkeiten zu starten. In dieser Nacht bringen Väterchen Frost und seine Begleiterin Schneeflöckchen Geschenke zum sogenannten Jolka-Fest. Insgesamt dauert die arbeitsfreie Festphase dann bis zum orthodoxen Weihnachtsfest, das auf den 6. und 7. Januar fällt.

Kali chronia

In Griechenland wird zum Neujahrsfest gezockt! Die Karten- und Würfelspiele zu Hause oder im Kasino spiegeln dem Volksglauben nach das Schicksal des kommenden Jahres wider. Wer gewinnt, den erwarten gute Zeiten, die Verlierer können zumindest auf Glück in der Liebe hoffen. Die Zockerei beginnt bereits am Abend des 31. Dezember und dauert oft bis zum Sonnenaufgang am 1. Januar. Angeblich wird dabei landesweit ein dreistelliger Millionenbetrag verspielt.

Xinnián kuàilè

Auch in China orientiert man sich, was den Jahreswechsel angeht, an einem anderen Kalender. Dementsprechend ruhig geht es am 31. Dezember zu. Meist bleibt es beim Abendessen im Kreise der Familie und im Regelfall gibt es auch kein Feuerwerk. Kein Wunder, denn dafür fällt das chinesische Neujahrsfest einige Wochen später umso größer aus. Dieses richtet sich nach dem Mondkalender und variiert daher zwischen Ende Januar und Mitte Februar. Dann allerdings herrscht Ausnahmezustand: Viele Millionen Chinesen reisen in ihre Heimatdörfer und im ganzen Land finden riesige Feuerwerke statt. 2020 beginnt das neue Jahr am 25. Januar.



Perfekt für den Start ins neue Jahr: **Mille Ladubay Cremant de Loire A.C. Brut**, trockener weißer Schaumwein, aus dem französischen Loire-Tal, 0,75 l

Bei Globus erhältlich.

Die klassischste aller Silvestertraditionen bleibt trotz allem das Feuerwerk, das überall auf der Welt zum Jahreswechsel dazugehört. Mehr zu dessen Herkunft erfahren Sie unter www.mio-online.de/silvester

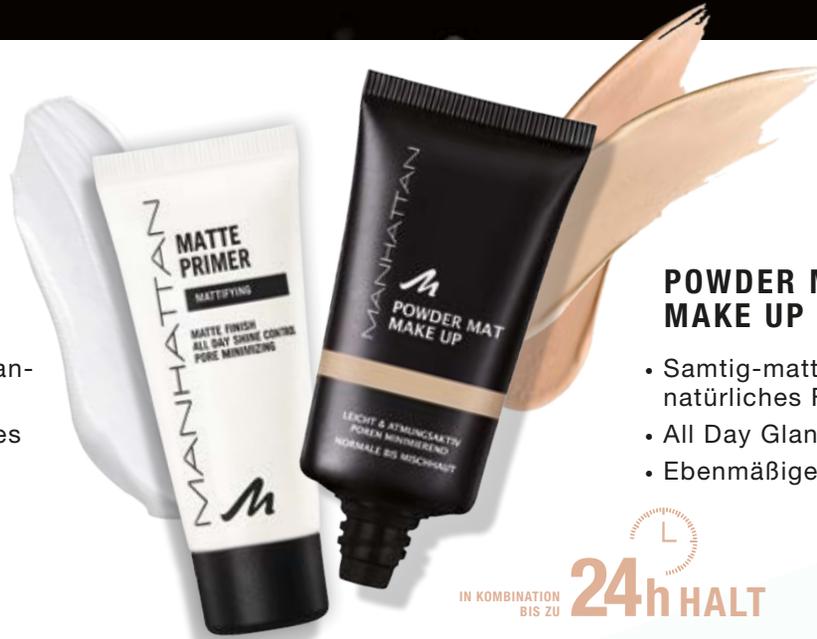


MANHATTAN

COSMETICS

MATTE PRIMER

- Für ultimative langanhaltende Looks
- Samtig-mattierendes Finish
- Minimiert Poren



POWDER MAT MAKE UP

- Samtig-mattes, natürliches Finish
- All Day Glanzkontrolle
- Ebenmäßige Deckkraft

IN KOMBINATION
BIS ZU

24h HALT

Kreiere Deinen
NEW YEAR'S LOOK
mit MANHATTAN Produkten



ALL IN ONE EXTREME LIPSTICK

FB. 30, BUZZ'N

- Hochpigmentierte, intensive Farbe in nur einem Auftrag
- Bis zu 10h Halt
- Zartschmelzende Textur & seidiger Glanz



DIP EYELINER

- Langanhaltend
- Wasserfest
- Mit Spezialapplikator



SUPREME LASH WONDER'LUXE MASCARA

- 100% vollere, längere & dichtere Wimpern*
- Mit 4 luxuriösen Pflege-Ölen
- Kein Verklumpen



Platten für die Festtage

An Weihnachten darf es schon mal etwas Besonderes sein. Für das gewisse Etwas sorgt der Globus-Plattenservice. Ob Käse-, Fisch-, Sushi- oder Antipasti-Platten, hier ist für jeden Geschmack etwas dabei!

Jeder Globus-Markt bietet mittlerweile einen Plattenservice an, wobei die Sushi-Platten nicht in allen Märkten erhältlich sind – welche Auswahl Ihr Markt bietet können Sie vor Ort oder online erfahren. Das Angebot der Platten wechselt je nach Saison; während in der Winterzeit besonders Deftiges gefragt ist, wird in den Sommermonaten oft zu leichteren Varianten gegriffen. Neben der großen Auswahl, die die Online-Bestellung bietet, können aber auch völlig individuelle Platten an den jeweiligen Theken vor Ort oder telefonisch zusammengestellt werden. An der Käsetheke haben Feinschmecker zum Beispiel die Wahl zwischen 500 unterschiedlichen Käsesorten.

Bei speziellen Wünschen können Sie sich direkt an die jeweiligen Thekenmitarbeiter wenden.



Ob Räuchervariationen, Fisch- und Algensalat oder aromatischer Lachs: Die Globus-Fischtheke bietet eine große Auswahl an unterschiedlichen Kombinationen für Ihre Platte.

Zu einer Käseplatte passt besonders gut Feigen- oder Birnensenf. Wer es etwas schärfer mag, kann sich auch an Ingwersenf heranwagen. All diese Senfsorten finden Sie an der Käsetheke.

Hochbetrieb zu den Feiertagen

Während an einem normalen Wochenende zwischen 20 und 30 Bestellungen erfolgen, müssen zu den Feiertagen wie Ostern, Weihnachten und Silvester schon einmal 80 bis 100 Platten arrangiert werden. Da sich der Arbeitsbeginn nach den Bestellungen richtet, ist dieser für die Mitarbeiter der Theken vor den Feiertagen manchmal bereits um zwei Uhr morgens, da bis spätestens elf Uhr alle Platten für die Kunden abholbereit sein müssen. Ansonsten geht es in der Regel etwas ruhiger zu. Unter der Woche sind es an der Käsetheke nur ein paar Platten, die vor allem für Geburtstage oder auch Trauerfeiern bestellt werden.



Ob 10, 20 oder 40 Personen - Platten können Sie in jeder Größe erhalten.



FrISChe Brötchen sind die perfekte Ergänzung zu den Platten - auch sie können bequem vorbestellt werden.



Sie haben keine passende Platte gefunden? Gerne fertigen die Mitarbeiter eine Sushi-Auswahl nach Ihren Wünschen an. Wofür auch immer Sie sich entscheiden, Sojasoße, Wasabi, eingelegter Ingwer und Stäbchen sind immer dabei.

So funktioniert die Online-Bestellung:

- 1 ... Gehen Sie auf www.globus.de/plattenservice und wählen Sie Ihren Markt aus.
- 2 ... Entscheiden Sie sich für eine Platte, die zur Auswahl steht.
- 3 ... Wählen Sie zwischen den unterschiedlichen Variationen der jeweiligen Platten und bestimmen Sie die Personenzahl.
- 4 ... Kontaktdaten und gewünschten Abholtermin eingeben. Achtung: Die Platten müssen spätestens drei Tage vor dem Abholtermin bestellt werden!
- 5 ... Am Abholtag ab elf Uhr kann die Platte an der entsprechenden Theke im Markt abgeholt werden.

ANZEIGE



- PROFESSIONELLE STYLINGPRODUKTE FÜR JEDEN LOOK
- STARKER HALT FÜR KREATIVE STYLES VON SPORTLICH BIS NEAT
- LEICHT AUSWASCHBAR, OHNE RÜCKSTÄNDE

**GENAU DEIN
STYLE.
GENAU DEIN
PRODUKT.**

**L'ORÉAL
PARIS
MEN EXPERT**

Der „Globienchen-Kinder-Regionaltag“

Mit dem „Globienchen-Kinder-Regionaltag“ rückt Globus die Wildbiene ins Rampenlicht. Bei vielen Mitmachaktionen mit lokalen Partnern konnten ansässige Grundschulklassen und interessierte Kunden in verschiedenen Globus-Märkten alles über die bedrohten Insekten lernen und erfahren, warum sie so wichtig für unsere Umwelt sind.



Bienen sind ein unverzichtbarer Teil der Natur. Nur weil sie Bestäubungsarbeit leisten, können viele Pflanzen überhaupt erst neu entstehen, denn auf der Suche nach Nektar transportieren die kleinen Brummer die Samen weiter, oft sogar über lange Strecken. Das zeigt sich für uns Menschen besonders in der Vielfalt von Obst und Gemüse, die sonst so nicht möglich wäre. Unter dem Motto „Alles rund um die Biene, lokale Partner für Obst und Gemüse“ möchte Globus mit der „Globienchen-Kampagne“ die Bedeutung der Bienen hervorheben und zu ihrem Schutz aufrufen, denn der Bestand geht immer weiter zurück.



Verantwortung für den einzelnen Menschen, die gesamte Natur und das Unternehmen zu übernehmen, ist Herzenssache im Familienunternehmen Globus.



Globus ist sich seiner Verantwortung bewusst und verpflichtet sich seit jeher zu sozialem Engagement und nachhaltigem Wirtschaften. Dazu gehört auch, junge Menschen für einen bewussten Umgang mit der Natur zu sensibilisieren, indem sie spielerisch die Umwelt erkunden und die Natur dabei kennen- und schätzen lernen. Von August bis Oktober fanden deshalb die Globienchen-Aktionstage in den Globus-Märkten Koblenz-Bubenheim, Saarlouis, Leipzig-Seehausen, Dutenhofen und Plattling statt. Eingeladen waren ortsansässige Grundschulklassen, Familien und alle Interessierten, die Lust hatten, sich über Bienen und lokale Obst- und Gemüseartikel zu informieren und mit Imkern und Gemüseerzeugern auszutauschen. Dabei gab es selbstverständlich einige Kostproben der Produkte, die Sie so auch im markttypischen „Gutes von hier“-Sortiment finden.

Begleitet und moderiert wurde der Tag von Liedermacher Eddi Zauberfinger, der sogar extra für Globienchen sein „Bienenlied“ geschrieben hat – und dabei wurde kräftig mitgesungen und mitgetanzt. Das machte nicht nur gute Laune, sondern auch Lust auf künstlerische Aktivitäten. Dabei ging es richtig zur Sache: Mit Ausmalbildern, Fingerfarbe und bunten Stickern waren der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Am Ende gab es für jedes Kind sogar noch eine Wildblumenmischung, über die sich die Bienen im heimischen Garten freuen werden.

Mehr zum Thema Bienenschutz bei Globus, was Sie selbst tun können und weitere Globus-Umweltaktionen für Kinder finden Sie unter www.globus.de/bewusst-leben



NEU

MACHT AUS MÄNNERN ECHTE KERLE.



DIE NEUE GESICHTS- UND KÖRPERPFLEGESERIE FÜR DEN MANN.

Mit individuellen, kernigen Duftnoten und natürlichen Inhaltsstoffen.
Inspiriert von der traditionellen Craftsmanship New Yorker Barber Shops.



Trinkwasser für Schulkinder in Afrika

Hilfe für benachteiligte Jugendliche in Deutschland, besonders beim Übergang in das Berufsleben – dafür steht die gemeinnützige Globus-Stiftung seit nunmehr fast fünfzehn Jahren. Darüber hinaus vergessen wir aber nicht, dass es in anderen Teilen dieser Welt Menschen gibt, die in Notsituationen leben. Auch hier will die Globus-Stiftung helfen.

Sauberes Trinkwasser – für uns, die wir dafür nur den Wasserhahn aufdrehen, eine Selbstverständlichkeit, über die wir kaum nachdenken. Für Millionen von Menschen in der Dritten Welt aber ist der Mangel an diesem Lebenselixier eine ständige Gefährdung ihrer Gesundheit. So auch in den etwa 3 000 Einwohner zählenden Gemeinden Lesoit und Lengatei in Tansania: Die einzigen Quellen für Trinkwasser sind einige verunreinigte Tümpel, was zur Folge hat, dass immer wieder durch schmutziges Wasser verursachte Krankheiten auftreten.

In besonderem Maße gilt dies für die Kinder. Für diese wurde zwar vor einigen Jahren eine Grundschule eingerichtet – der

Unterricht leidet aber sehr durch die ständigen krankheitsbedingten Ausfälle von Schülern, die auf das verunreinigte Trinkwasser zurückzuführen sind. Der gemeinnützige Verein Namayani Africa in Saarbrücken, der die Schule unter anderem mit einer täglichen warmen Mahlzeit für die 400 Schüler unterstützt, will nun auch das Trinkwasserproblem lösen. In Zusammenarbeit mit dem tansanischen Chemieingenieur Dr. Hilonga soll eine Trinkwasserstation aufgebaut werden, in der das verunreinigte Wasser gefiltert und gereinigt wird. Anschließend werden für die Führung dieser Station Frauen ausgebildet, die das saubere Wasser nicht nur an die Schulkinder, sondern zu einem geringen, für alle erschwinglichen Preis auch an die Dorfbewohner abgeben und damit zugleich ihren Lebensunterhalt verdienen. So soll auch die Nachhaltigkeit dieses Projektes gesichert werden.

Damit haben nicht nur die Dorfbewohner – und vor allem die Kinder – einen zuverlässigen Zugang zu sauberem Wasser, auch die Frauen, die die Station führen, haben ein regelmäßiges Einkommen, das hilft, ihre Familie zu ernähren.

Die Globus-Stiftung übernimmt die Personal- und Sachkosten für die Einrichtung der Trinkwasserstation – einschließlich der Verkaufsstände und der Ausbildung der Stationsleiterinnen. Und dies nicht zum ersten Mal: Wo es an gutem Trinkwasser mangelt, hat unsere Stiftung bereits in verschiedenen anderen Projekten geholfen. Denn sauberes Wasser ist die Grundvoraussetzung für vieles andere: nicht nur für die Gesundheit der Bevölkerung, sondern – wie hier in Tansania – auch für Schulbesuch und Bildung von Kindern!

TENA®

Neu Weiblich. Sicher. Diskret.

Mit TENA Discreet
aktiv durchs Leben.

NEU: TENA Discreet Extra jetzt
noch dünner, 100% so sicher!*



*vs. TENA Lady Extra/Extra Plus

Blasenschwäche? Kein Problem!
Nur TENA Discreet bietet maximalen Schutz bei höchster Diskretion.
Sie ist dünn und sicher dank DREIFACHSCHUTZ vor Auslaufen, Feuchtigkeit
und Gerüchen. Für ein befreites, unbeschwertes Leben.

Jetzt testen!

TENA, eine Marke von Essity

IN DER WEIHNACHTSBÄCKEREI

*Findest du heraus, welches Plätzchen zu welcher Form passt?
Verbinde die Paare mit einem Stift.*

Welt-
entdecker
Club

Für Eltern mit Kindern bis **5 Jahre**:
Werden Sie Mitglied und entdecken Sie viele Tipps und Angebote!
www.globus.de/weltentdeckerclub



Weihnachtsgebäck	↘	Zukunftstraum	↻ 1	gehemmt sprechen	↘	Abk.: Bahnhof	↘	ital. Weihnachtskuchen	Kreuzung zw. Esel u. Pferd
↖						↘			↘
Weihnachtsymbol		fortbestehen		amerik. Militärsender (Abk.)	→	↻ 4		besitzanzeigendes Fürwort	
Spracheigentümlichkeit	→	↻ 8				austral. Straußenvogel	→		↻ 7
portug.: heilig	→			Hotel für Autofahrer	→				
Soße, Dip	→				↻ 6	Abk.: Titel	→		
Kfz.-Z.: Segeberg	→		bestimmte Menge	ital. Bildhauer	→				
Zufluss zur Donau	→					Geburtsstätte Jesu		hierher	
↖	↻ 2			österr. Fluss in Tirol	↘	in hohem Grade	↘	↻ 9	
ehem. dt. Regierungssitz		Gewürz für Weihnachtsgebäck	→					Spitzname Lincolns	↘
↖					Rheinzfluss in der Schweiz	→		↻ 5	↘
auch genannt		kurierbar	→						↻ 3
Zahl ohne Wert	→				Dorschart	→			

© RateFUX 2019-329-012

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Die richtige Lösung wird in der Ausgabe 01/2020 veröffentlicht.
Das Lösungswort im November lautete „MARTINSGANS“.

Mitmachen und gewinnen!

Lösen Sie das Rätsel und gewinnen Sie einen Candle-Light-Dinner-Gutschein von Jochen Schweizer. Brennende Kerzen, leuchtende Augen und ein angenehmes Kribbeln im Bauch – bei dieser köstlichen Liebeserklärung ist Ihr Herzblatt mit Sicherheit Feuer und Flamme! Diese Box enthält einen Gutschein für ein Drei-Gänge-Menü zu zweit inklusive Aperitif aus einer Auswahl von über 100 Angeboten.

JOCHEN SCHWEIZER



***Teilnahmebedingungen:** Mit der Teilnahme erklären Sie sich damit einverstanden, dass Ihre Angaben von der Globus SB-Warenhaus Holding GmbH & Co. KG oder deren Kooperationspartnern ausschließlich für die Durchführung dieses Gewinnspiels genutzt und nach dessen Beendigung gelöscht werden. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind Globus-Mitarbeiter und ihre Angehörigen. Teilnahme ab 18 Jahren. Nur eine Karte je Teilnehmer. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Teilnahmeschluss ist der 31.12.2019.

Teilnahmemöglichkeiten:

- Teilnahme-Coupon ausfüllen und an der Information in Ihrem Globus-Markt abgeben.
- Postkarte an Globus senden: **Globus SB-Warenhaus Holding GmbH & Co. KG, Bereich Marketing, Leipziger Straße 8, 66606 St. Wendel** mit Lösungswort, Name, Adresse, Globus-Markt und Kennwort „mio-Gewinnspiel 12/19“.

mio-online

Online mitspielen unter:
www.mio-online.de/gewinnspiel



TEILNAHME-COUPON

Füllen Sie alle Felder in Druckbuchstaben aus und geben Sie diesen Coupon an der Information in Ihrem Globus-Markt ab.



Lösungswort

Ausgabe: MM/JJ

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ

Ort

Geburtsdatum

Globus-Markt

Unterschrift



Ich akzeptiere die Teilnahmebedingungen.*



Immer mit der Ruhe! Mit mio starten Sie garantiert stressfrei ins neue Jahr. Wir geben Tipps für kleine Auszeiten, entspannende Anwendungen und den richtigen Umgang mit Stress.

Neu es Jahr, neues Glück – und auch eine neue mio! Im Januar wollen wir gemeinsam in die Ferne schweifen und unternehmen zusammen eine Reise durch Asien. Im Gepäck haben wir die leckersten Gerichte aus Thailand, Indonesien, Japan und Co. Eben alles, was man braucht, um gesund und leicht ins neue Jahr zu starten. Und für die kalten Tage im Januar verraten wir Ihnen Interessantes über Tee. Auf einen entspannten Start ins neue Jahr!

Freuen Sie sich auf die nächste mio-Ausgabe: ab dem **2. Januar** in Ihrem Globus-Markt!

Impressum

Herausgeber: Globus SB-Warenhaus Holding GmbH & Co. KG, Leipziger Straße 8, 66606 St. Wendel, mio@globus.de, www.globus.de, Tel: 06851 909-0

Koordination/Anzeigen (Globus): Michaela Peter-Kutscher

Verlag: mfk corporate publishing GmbH, Prinz-Christians-Weg 1, 64287 Darmstadt, info@mfk-publishing.com, www.mfk-publishing.com, Tel: 06151 9696-00

Redaktion (mfk): Lynnette Ayles, Niels Deimel, Rebekka Farnbacher, Matthias Fuchs, Sebastian Fuchs, Marie Jaster, Michelle Lang, Rena Schäffges, Alana Schenk, Pascal Schmidt

Schlusslektorat: Monika Klingemann

V. i. S. d. P.: mfk corporate publishing GmbH

Fotos: Freepik: 33 Illustration Weihnachtsdeko; Globus: 3, 23 Porträt, 25 Trinkidee, 44, 46; Claudia Guse: Illustrationen: 6 Icons, 27 Tiegel, 30–31 DIY Tannenbaum, 37 Illustrationen, 48; mfk: 4, 5 Rezept, Einblicke, 8–15 Rezepte, 25 Weinliebhaber Club, 33 Redakteure, 42–43; Rawpixel: 5–6 Illustrationen Mistelzweig, Hand, Waage, Zweig; Shutterstock / Ale Stobiecka: 20/21 Kumquat / Anado: 20 Litschis / Dmytro Sheremeta: 19 Kaktusfeige / Everyday green Cooking: 32 Energy Balls / ilona.shorokhova: 21 Pitahyas / I_life: 18 Cherimoyas / ILEISH ANNA: 26 Popcorn / Kati Finell: 36 Sauna / Larisa Blinova: 20 Kiwanos / LStockStudio: 5 Dossier, 28/29 Opener / OleStudio: Cover / Radu Gheorghita: 19 Avocados / Roman Babakin: 36 Santa Claus Village / Tsuguliev: 36 Haus / VeHaV: 19 Kakis / Vtwinpixel: 24 Fässer / Yulia Grigoryeva: 24 Old Fashioned; Ina Speck: 16/17; Unsplash / adam Jaime: 22 / bekir donmez: 50 / bruna branco: 6 Opener / clement m: 40 Opener / florencia potter: 32 Badesalz / hannah pemberton: 7 Glühwein / kari shea: 7 Geschenk / nathan lemon: 5 Entdecken, 34/35 Opener; Mona Zimmer: 38–39

Gestaltung: Claudia Guse, Jenny Heutehaus

Litho/Druckvorstufe: Lasertype, Darmstadt

Druck: Walstead Leykam Druck GmbH & Co. KG, 7201 Neudörfel, Österreich

Trotz größtmöglicher Sorgfalt bei der Recherche kann keine Haftung für Irrtümer oder Fehler übernommen werden. Alle Angaben sind bei der Drucklegung gültig, doch behält sich die Globus SB-Warenhaus Holding GmbH & Co. KG das Recht auf Änderungen vor. Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-ROM etc. sämtlicher Beiträge nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung des Herausgebers. Bei direkten oder indirekten Verweisen auf fremde Internetseiten distanziert sich die Globus SB-Warenhaus Holding GmbH & Co. KG von deren Inhalten und übernimmt dafür keine Haftung. Die Verantwortlichkeit liegt allein beim Anbieter dieser Internetseiten.



www.blauer-engel.de/uz195

- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- überwiegend aus Altpapier

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

Effektive 3-fach-Wirkung für schmerzempfindliche Zähne



NEUE
FORMEL



elmex[®]
SENSITIVE SANFTES WEISS

Klinisch bestätigte Wirksamkeit





Pionier der Fassreifung

GLENMORANGIE Single Malts sind für ihre unglaubliche Weichheit, ihre Vollmundigkeit und faszinierende Vielschichtigkeit berühmt. In unserem Streben nach Außergewöhnlichem destillieren wir unseren Whisky in den höchsten Brennblasen von ganz Schottland, deren Kupferhalse so hoch aufragen wie die eines ausgewachsenen Giraffen-Bullen. In diese Höhe steigen nur die feinsten Dämpfe und schlagen sich als wunderbar reine und duftende Spirituose von üppig blumiger und fruchtiger Komplexität nieder. Dieses zarte Destillat bringen wir mit unserem seit Generationen im Haus überlieferten Fachwissen im Bereich Holz zu optimaler Reife. Unsere maßgefertigten Designer-Fässer aus handverlesener, langsam gewachsener amerikanischer Weißbeiche wurden zum Synonym für Vortrefflichkeit. Als Pioniere der Nachreifungskunst – die heutzutage in der Whisky-Industrie weit verbreitet ist – haben wir nie aufgehört, mit innovativen Holz-

Finishes zu experimentieren. Unser anerkannter Leiter der Abteilung Destillation, Whisky-Kreation und -Lagerverwaltung Dr. Bill Lumsden und sein Team arbeiten täglich weiter daran, die Grenzen des für Single Malt Möglichen zu verschieben, um der Welt immer erstaunlichere Whiskys zu schenken.

GLENMORANGIE EXTRA-MATURED RANGE

Glenmorangie ist seit langem für sein besonderes Fachwissen im Bereich Holz bekannt. Bereits vor 30 Jahren entwickelten unsere Whisky-Kreatoren eine bahnbrechende Nachreifungskunst, indem sie das Destillat nach einer ersten Reifung in ehemaligen Bourbon-Fässern in solche umfüllten, die zuvor für Wein gedient hatten, damit es weitere Geschmacksnoten hinzugewinnen konnte.

**MEHR INFORMATIONEN AUF
WWW.GLENMORANGIE.DE**

THE ORIGINAL

Ein zehnjähriger Single Malt gereift erst- und zweitbefüllten Ex-Bourbon-Fässern aus Amerikanischer Weißbeiche für eine perfekte Balance aus vollmundiger Süße und Komplexität. Ein köstlich milder Whisky, perfekt für jede Gelegenheit.



THE LASANTA

Der Lasanta, gälisch für Wärme und Leidenschaft, ist eine Hommage an die spanischen Oloroso- und PX-Sherryfässer, die ihm seinen reichhaltigen und vollmundigen Charakter verleihen.



THE QUINTA RUBAN

Der Quinta Ruban, gälisch für rubinrot, reift nach in erlesenen Ruby Portweinfässern der „Quintas“ (Weingüter in Portugal). Unser Portwein-Fass-Finish verleiht dem Glenmorangie Quinta Ruban seine süße, schokoladige Note, zusätzlich zum bekannten, milden Geschmack Glenmorangies.



THE NECTAR D'ÔR

Or bedeutet im Gälischen und Französischen Gold – ein idealer Name, denn unser Nectar D'Ôr erhält seine kräftige Farbe durch die edlen Sauternes-Weinfässer aus Frankreich. Diese seltene Fässer verleihen der bekannten Glenmorangie-Stilistik zusätzlich eine sanfte Süße.

