

ALEXCENTER

SERVICEINFOS FÜR UNSERE KUNDEN

3/2019

DER PROFITIPP:

Haaat-schiie – die Pollen kommen!

Das Immunsystem schlägt Alarm. Schon seit Februar sorgt Heuschnupfen bzw. die allergische Rhinitis für laufende Nasen, tränende Augen und eine erschwerte Atmung. Fast zehn Millionen Menschen sind in Deutschland davon betroffen. Dabei setzt der Pollenflug klimabedingt mit jedem Jahr früher ein und dauert länger an. „Während im Frühjahr überwiegend Blüten-, Baum- und Gräserpollen häufig Probleme bereiten, reagieren viele Menschen auch das gesamte Jahr über allergisch auf Hausstaubmilben oder Tierhaare“, weiß Christian Pöpl aus der Nordgau-Apotheke zu berichten. Bei akutem Heuschnupfen empfiehlt der Experte eine Nasendusche. Für Allergiker gibt es in der Apotheke sogenannte osmotisch wirksame Nasensprays, die an der Ursache ansetzen.



Christian Pöpl
Nordgau-Apotheke



Osterrallye
Mitmachen
und gewinnen!

Mit dem AlexCenter wird Ostern zum Fest!

Da wird selbst der Osterhase blass. Kalt, warm, wärmer ... die Ostereier im Alex-Center müssen sich nicht verstecken. Die kunterbunten Eier machen sich einfach überall im Center in der Osterdekoration prächtig. Warum es sich lohnt, sie zu zählen, erfahren Sie auf Seite 7. Auch die Angebots- und Sortimentsvielfalt in den Shops lässt keine Wünsche offen. Und die angesagten Marken findet man natürlich auch überall. Richtig, man findet sie ÜBERALL! Zum Beispiel bei Kaufland, wo wir neben Qualitätsprodukten aus allen Bereichen echte „Wertschätze“ finden, die höchsten Genuss versprechen. Da wäre auch Decathlon, der größte Sporthändler der Welt, oder Rossmann, die zweitgrößte Drogeriekette Deutschlands. Ganz international geht es bei Oro Vivo zu, wo es Designermarken aus aller Welt zu entdecken gilt. Deichmann, Ernstings's family, Takko, KiK ... braucht es noch mehr überzeugende Argumente? Für den Ostereinkauf heißt das: „Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah?“

OSTER-LESESPASS

Lesen macht schlau!

Schon sechs Minuten sollen genügen, um unser Stresslevel um bis zu zwei Drittel zu reduzieren. Bei **Cigo** gibt es Kurzweil für jeden. Da stellt sich nur die Frage: Krimi oder Fantasy? Liebesgeschichte oder etwas zum Lachen? Blättern Sie mal in den bunten Illustrierten! Überhaupt: Wie wäre es, wenn wir mal wieder ein gutes Buch lesen? Zur **Stadtbücherei Nord** sind es nur ein paar Schritte. Mit einem Bestand von allein 26.000 Büchern ist reichlich für Lesestoff gesorgt. Lesen macht schlau. Denn je mehr man liest, umso größer wird der Wortschatz.



Ausgezeichnet:
**Kaufland ist bester
Händler des Jahres**

Unser Engagement gilt Ihnen – und für Sie liefern wir nur beste Leistung ab! Um uns dafür ständig auf dem Laufenden zu halten, nehmen wir regelmäßig an bundes- und europaweiten Branchenwettbewerben teil. Dort messen wir uns in den Kategorien Produkte, Umwelt, Innovationen, Mitarbeiter, Präsentation und Service & Verkauf mit den Besten.



MIT DER NEUEN MODE AUSSEHEN



Frische Sommerfarben und Naturtöne versammeln sich in der Mode bei **Ernsting's family** ab dem 29. März. Das Sortiment bietet eine breite Vielfalt an luftigen Tuniken – mit Schmucksteinen, Häkelspitze und Stickereien oder in der Cold-Shoulder-Variante. Dazu gesellen sich Pumphosen mit Krawattenprint und Marlene-Hosen mit weitem Bein. Absolute Hingucker sind Kleider in unterschiedlichen Längen und Schnitten.



Freuen Sie sich bei **Takko** in der neuen Saison auf tolle Styles, bei der Streifen und Statements im Fokus stehen. Wenn das nicht Lust auf Frühling macht!

WIE AUS DEM EI GEPELLT!

Man nehme ... ein Oberteil, einen Blazer, eine Hose oder doch lieber die Tunika, vielleicht auch das Kleid ...? Haben Sie das ultimative Rezept für Ihr perfektes Osteroutfit? Wir haben uns im Alex-Center umgesehen.

Nein, langweilig wird es in dieser Saison garantiert nicht. Angesagte Prints, Streifen in sämtlichen Breiten und Farben, bunte Batik-Muster, florales Design – diese Trends sind gekommen, um zu bleiben. Mit Hosenanzügen, Blazern und Overalls ist man nicht nur gut angezogen, wer mag, trägt sie in Oversized. Der XXL-Look erobert weiter unseren Alltag. Egal ob uni, in auffälligen Farben oder mit außergewöhnlichen Details, der Streetstyle ist nicht nur bei den großen Designern beliebt. Wer im Büro nicht als graue Maus hinter der Tastatur verschwinden will, setzt auf Signalrot. Diese Farbe dominiert nicht nur die Frühjahrsmode, sie soll laut neuer Studien auch kämpferisch und verhandlungsstark wirken. Den Office-Look bestimmen klare Schnitte und satte Farben. Da darf es auch gern gelb und grün im Büro leuchten. Wem das zu viel Farbe ist, der setzt auf Weiß. Der All-Over-White-Look, der weiße Komplett-Look, gehört zu den Lieblingen vieler Modemacher. Wen wundert es, wenn wir jetzt auch in den Shops des Alex-Centers traumhaft weiße Angebote von Kopf bis Fuß entdecken? Wer in seiner Freizeit auf Coolness und Lässigkeit setzt, sollte nicht alle grauen Teile der letzten Saison aus seinem Kleiderschrank verbannen. Ob Hosen, Oberteile, Accessoires oder Schuhe – Grau eignet sich hervorragend zum Kombinieren. Modeprofis stylen die Trendfarbe am liebsten zu einem auffälligen Teil in einer Knallfarbe.





Ostereier färben mit satten, leuchtenden Farben

Wer so richtig Lust auf satte leuchtende Ostereier hat, sollte Lebensmittelfarben zum Färben der Ostereier verwenden. Diese gibt es als Färbe-Tabletten bei **Kaufland** oder bei **Rossmann** zu kaufen. Diese Farben sorgen für leuchtende Ostereier. Auch Pastelltöne findet man im Sortiment. Es ist ganz einfach: Man gibt die Flüssigfarbe oder die Färbetablette in ein Gefäß mit Essigwasser. Dann nimmt man die noch warmen hartgekochten Eier und taucht sie einfach in die Flüssigkeit. Je länger ein Ei in der Flüssigkeit bleibt, umso intensiver und satter wird die Farbe. Sobald man mit der Farbe zufrieden ist, herausnehmen, auf ein Stück Küchenpapier legen und trocknen lassen. Zum Abschluss poliert man das Osterei mit etwas Öl, so bekommt es einen schönen Glanz. Wer will, kann die Ostereier auch noch bemalen. Ein Spaß für Groß und Klein.

Die Bluse ist ein Klassiker und gehört als Basic in jeden Kleiderschrank. **Die günstige Damenmode von KiK** hält für jede Frau ein persönliches Lieblingsstück bereit.



Endlich Frühling

Für den Osterspaziergang und noch viel mehr.

Egal, wohin uns der Weg beim Osterspaziergang führt, der Wanderstock Hike 300 ist uns ein nützlicher Begleiter und genau der richtige für alle, die auch höher hinaus wollen.

Bei Decathlon gesehen für 9,99 €





Lecker kochen und backen
zum Osterfest:

Mediterraner Schweinebraten mit Rotweinsoße

Zutaten (6 Portionen)

- 1 kg Schweinebraten
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 2 EL Butterschmalz
- 2 Knoblauchzehen
- 2 kleine Zwiebeln
- 2 Fleischtomaten
- 1 Möhre und 1 Stück Sellerie, ca. 150 g
- 1 EL Tomatenmark
- 200 ml Rotwein
- 500 ml Brühe
- je 1 Thymian- und Rosmarinzwieg, geschnitten
- 600 g Kartoffeln
- je 1 Zucchini und Aubergine
- 2 EL Olivenöl
- 2-3 EL dunkler Soßenbinder
- 1-2 TL Balsamicocreme
- 1 TL Honig



Zubereitung

Braten mit Salz und Pfeffer würzen, in 1 Esslöffel Schmalz anbraten. Knoblauch zerdrücken, Zwiebeln, Tomaten, Möhre und Sellerie in Würfel schneiden. Die Hälfte zum Braten geben, mit anbraten. Tomatenmark zufügen, anrösten. Rotwein und Brühe angießen, Kräuterzweige zugeben, aufkochen, circa 90 Minuten schmoren.

Kartoffeln in grobe Würfel schneiden, im restlichen Schmalz 15 bis 20 Minuten braten. Zucchini und Aubergine in Würfel schneiden, mit übrigem Gemüse in Öl circa 10 Minuten braten.

Soße mit Soßenbinder andicken, mit Balsamicocreme, Salz und Pfeffer abschmecken

Kartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüse mit geschnittenen Kräutern, Honig, Salz und Pfeffer abrunden. Braten mit Soße, Gemüse und Kartoffeln auf Tellern anrichten.

Nährwerte:

kcal/kJ: 631/2.640 / Kohlenhydrate: 28.2 g / Eiweiß: 34 g / Fett: 38.4 g / BE: 1



Ganz schön EXQUISIT

Zu Ostern darf es etwas Besonderes sein. Blaue Chips mit besonderer Würzung, Tartufo mit Haselnüssen aus dem Piemont, Giganti-Nudeln, Kalbssteak mit Trüffelmarinade und vieles mehr finden Sie bei Kaufland. Spezialitäten von EXQUISIT garantieren Ihnen ganz besondere Genussmomente aus vielen Ländern der Welt.



EXQUISITE Geschenkkideen, die dem Osterhasen gefallen



**EXQUISIT
Mandel Creme
200g**

Das Beste aus herbem Kakao und fein-aromatischen Mandeln – kann es eine bessere Kombination geben, um Naschkatzen-Herzen höher schlagen zu lassen?



**EXQUISIT
Piemont Tartufo
Bianco 100g**

Zum Dahinschmelzen – mit feinen Haselnüssen und weißer Schokolade



**EXQUISIT
Duett Schokolade
Zartbitter & Weiße 90g**

Helle und dunkle Schokolade, von Hand marmoriert und mit Toffeesplittern belegt



Osterlamm

Zutaten (3 Stück)

250 g	Butter oder Margarine
200 g	Zucker
4	Eier
etwas	Salz
	Saft und abgeriebene Schale von 1/2 unbehandelten Zitrone
400 g	Mehl
3 TL	Backpulver
3 EL	Milch
	flüssige Butter und Semmelbrösel für die Form

Zubereitung

Elektro-Backofen auf 180 °C vorheizen. Butter oder Margarine schaumig rühren und nach und nach Zucker einrieseln lassen. Eier und Salz zugeben. Mehl mit Backpulver mischen und esslöffelweise unter den Teig sieben. Wird der Teig zu fest, nach und nach etwas Milch zugeben.

Drei Osterlamm-Formen mit flüssiger Butter ausstreichen und mit Paniermehl sorgfältig austreuen. Teig gleichmäßig auf die Formen verteilen und im Backofen circa 30 Minuten backen (Elektro- und Erdgasbackofen: 180 °C/Stufe 3, Umluft 160 °C). Lamm in der Form lassen und leicht auskühlen lassen. Dann vorsichtig herausnehmen und die Standfläche eventuell gerade schneiden. Nach Wunsch mit Puderzucker bestäuben.

Nährwerte:

kcal/kJ: 1.456/6.095 / Kohlenhydrate: 165 g / Eiweiß: 22.6 g / Fett: 78 g / BE: 13,5



Noch viel mehr tolle
Rezepte finden Sie unter
www.kaufland.de

„Wertschätze“ aus der Fleischtheke



Qualität trifft Verantwortung – auch zu Ostern bietet Kaufland seinen Kunden unter dem Namen „Wertschätze“ eine Vielzahl erstklassiger Fleischprodukte an der Fleischtheke an und bedient damit die steigende Nachfrage nach verantwortungsvoll erzeugten Lebensmitteln. Dabei ist der Name Programm: Bei den „Wertschätzen“ stehen neben der Qualität vor allem bessere Bedingungen für Tiere und Landwirte im Fokus. „Wir sind davon überzeugt, dass ein Mehr an Tierwohl und langfristige Partnerschaften mit unseren Landwirten einfach zu einem besseren Produkt führen“, betont Ralph Dausch, Leiter der Kaufland Fleischwerke. „Das Programm ‚Wertschätze‘ beruht auf einer Hand-in-Hand-Philosophie mit Partnern, die die gleichen Überzeugungen wie wir vertreten: Qualität vor Quantität.“

Hohe Standards für bewussten Genuss

Verantwortungsvolle Tierhaltung und geprüfte Herkunft sind die Eckpfeiler von „Wertschätze“. So haben Schweine beispielsweise während ihrer Aufzucht 40 Prozent mehr Platz als im gesetzlichen Mindeststandard verankert und wachsen in bäuerlichen Familienbetrieben entspannter auf. Voraussetzung im „Wertschätze“-Programm sind auch Ställe mit offener Front und Stroh als Beschäftigungsmaterial – dies geht weit über die gesetzlichen Vorschriften hinaus. „Unsere Standards für ‚Wertschätze‘ sind bewusst höher als bei konventionellen Fleischerzeugnissen“, erklärt Dausch. „Aber wir sind noch nicht am Ziel: Mit unseren Partnern werden wir weiterhin Haltungsbedingungen optimieren und Nachhaltigkeit fördern. Wir wollen das neue Programm schrittweise erweitern. So bieten wir unseren Kunden beste Möglichkeiten für ihren Einkauf und bewussten Fleischkonsum.“

Kompetente Beratung für große Vielfalt

„Wertschätze“ bietet hochwertige Produkte von Rind, Schwein, Geflügel, Kalb und Lamm. Aber auch verschiedene internationale Spezialitäten wie Ibérico-Schwein und Black Angus US Beef gehören zum Sortiment. Die Produkte sind exklusiv an den Kaufland Frischetheken erhältlich. Zur Philosophie des „Wertschätze“-Programms gehört auch die kompetente und umfassende Beratung an der Fleischtheke. „Unsere Experten an der Fleischtheke beraten unsere Kunden kompetent, geben Tipps zur Zubereitung und haben ein tiefes Wissen über die Herkunft und Verarbeitung der Produkte, die wir anbieten“, so Dausch.

„Wertschätze“ präsentiert sich damit als umfassendes und nachhaltiges Programm für Tierwohl und Premiumqualität.



Brunchen, dekorieren Alles für das perfekte Osterfest



Traditionelles Ostergebäck

Osterbrot, Kuchen, Gebäck und Brot für ein tolles Osterfrühstück oder zum Brunchen zuhause bekommen Sie natürlich im Alex-Center. Die **Bäckerei Schifferl** bietet alles, was das Herz begehrt.



Leckere Smoooothies

Selbst gemachte Smoothies sind der Renner. Sie schmecken nicht nur unglaublich toll, sondern sind auch noch gesund. Alles, was Sie dazu brauchen, gibt es natürlich im AlexCenter bei **Kaufland**.



Herzhaftes und Deftiges

Schinken, Speck, Wurst, Eier, Müsli, Marmelade und alles, was zu einem tollen Osterbrunch dazu gehört, gibt es bei **Kaufland**.



Gemütlich ins Café Aumer

Wie wäre es mal wieder mit einem kleinen Kaffeekränzchen im **Kaffee Aumer**? Tolle Torten und Kuchen warten auf Sie. Lassen Sie es sich schmecken und genießen dort eine schöne Zeit mit ihren Lieben.



Tolle Smoothie-Rezepte finden Sie auch auf www.kaufland.de/rezepte



und einfach genießen finden Sie im AlexCenter.



Tolle Osterdeko für die ganze Familie und Ihr Zuhause

Was wäre Ostern ohne Ostereier, Tulpen, Osternester und vieles mehr? Machen Sie aus Ihren vier Wänden eine Frühlings-Osteroase. Dekorieren Sie, wie es Ihnen am besten gefällt – von klassisch bis trendy, von frisch & fröhlich bis festlich & edel. Bei **Kaufland** und bei **KiK** finden Sie Osterdeko und Accessoires für Ihr Osterfest! Osterdeko, bei der die Frühlingsgefühle gleich mit geweckt werden.



Richtig gut aussehen zum Osterfest

Bringen Sie Ihre Frisur wieder in Form oder gönnen Sie sich zum Frühlingsanfang gleich eine ganz neue Frisur. Tun Sie Ihren Händen und Nägeln etwas Gutes und lassen Sie die Profis vom **WeCut Hair** oder von **Star Nails** ran.



Mitmachen und Einkaufsgutscheine im Wert von 1.000 € gewinnen!

Vom 1. April bis 20. April 2019 verstecken wir in den Geschäften des AlexCenters Ostereier. Gehen Sie durch alle Geschäfte und halten Sie Ausschau nach großen grünen oder lilafarbenen Ostereiern mit weißen Punkten. Schätzen Sie, wieviele Ostereier versteckt sind und kreuzen einfach die Anzahl an. Bitte Ihre Adresse auf der nebenstehende Teilnahmekarte nicht vergessen.

Ostereiersuchspiel

Bitte hier Ihren Namen eintragen und bis spätestens 20. April 2019 in die Sammelbox werfen.

Name | Vorname

Straße

PLZ | Ort

Telefon-Nummer



FÜR SIE GESEHEN:

Ostern wird entspannt

Stress überlassen wir dem Osterhasen. Wir lieben die innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Der blumige Ayurveda-inspirierte Duft wirkt angenehm-entspannend auf unsere Sinne. Bambus- und Lotus-Extrakte sorgen für die sanfte Reinigung unserer Haut und in der reichhaltigen Körperbutter für ein zartes Hautgefühl.



Gibt es für 7,99 € bei Rossmann



Österliche Tragehilfe

Da staunt der Osterhase nicht schlecht, so eine praktische Tragehilfe würde ihm auch gut stehen.

Entdeckt bei Deichmann für 19,90 €

Süße XXL-Schafe

Die süßen XXL-Schafe für 9,99 € von KIK sind gekommen, um zu bleiben. Genauso wie der Pflanztopf von KIK für 4,99 €, der nicht von neugierigen Hasen erobert werden darf.

Gibt es für 9,99€ und 4,99 € bei Kik



Ostereiersuchspiel

Wertvolle Einkaufsgutscheine im Gesamtwert von 1.000 € gewinnen

Nutzen Sie Ihre Chance und gewinnen Sie Einkaufsgutscheine im Gesamtwert von 1.000 €. Teilnehmen kann jede Person mit einer Gewinnspielkarte.

Karte bis 20. April in die Losbox werfen.

In der Ladenstraße steht eine Losbox. In diese werfen Sie Ihre mit Namen, Adresse, Telefonnummer und Anzahl der gefundenen Ostereier versehene Gewinnspielkarte ein. Alle richtig ausgefüllten Gewinnspielkarten nehmen an der Verlosung teil. Die Gewinner werden telefonisch oder schriftlich benachrichtigt. Keine Sorge, Ihre Adressen werden nicht zu Werbezwecken genutzt.

Ich schätze, dass

45	40	30
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Zutreffendes bitte ankreuzen

Ostereier versteckt sind.



ALEXCENTER

Kernöffnungszeiten
Montag – Samstag: 9.00 – 20.00 Uhr
Lebensmittel ab 7.00 Uhr
Hans-Hayder-Straße 2
93059 Regensburg
www.alexcenter.de
Facebook: ALEX-Center