02/2021

pronto

Das Coop Pronto Kundenmagazin

PERSÖNLICH

Loco Escrito

Der Sänger, der weiss, was er will

Seite 4

Ihr Vorteil

In diesem Heft sind Bons im Wert von Fr. 12.– sowie ein 4-Rp.-Tankbon

coop pronto

FRÜCHTE UND VITAMINE, VOLLER GENUSS

coop pronto

ANDROS NATÜRLICH GUT

CHF 1.- Rabatt

auf den Andros Multifrucht Exoticsaft 1L.
Gültig bis 31.05.2021 Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

SPECIMEN

813 809870

Roger Oser
Vorsitzender der
Geschäftsleitung
Coop Mineraloel AG

Liebe Leserin, lieber Leser

Nicolas Herzig ist Schweizer durch und durch. Nur ist er unter diesem Namen unbekannt. Loco Escrito hingegen ist Kolumbianer – und zumindest in der Schweizer Musikszene ein fester Begriff. Nicolas und Loco sind ein und dieselbe Person. Auf der Bühne jedoch wird Nicolas zu Loco, der mit seinem Latino-Pop einen Nerv trifft. Das Pronto-Magazin hat sich mit ihm per Videochat unterhalten. Hinter dem coolen Macho steckt ein sensibler Musiker mit grossem Familiensinn.
Spazieren, wandern, draussen sein: Die Natur ist für uns alle ein unverzichtbarer Erholungsraum. Und so tut es gut, neue Gegenden zu entdecken und neue Energie zu tanken. Es ist eine gute Möglichkeit, im Baselbiet den Frühling zu erleben. Wie es auch nett ist, Ostern im Garten oder auf dem Balkon zu feiern. Unser Osterbrunch findet auf dem Bauernhof statt. So sind wir nahe bei den Hühnern und den Hasen, den beiden unverzichtbaren Teilnehmern für ein schönes Osterfest. Damit dies gelingt, sind wir in unseren Coop Pronto Shops rund um die Uhr für Sie da: «Herzlich willkommen bei Coop Pronto – wir freuen uns auf Sie!»

4 | Persönlich
Loco Escrito

Der Latino-Sänger ist Schweizer und Kolumbianer. Das hat für ihn viele Vorteile, denn er pickt sich von beiden Nationalitäten das Beste heraus. Auch sonst ist positives Denken seine Stärke. Loco Escrito nutzt die Pandemie, um an seinen Songs und an einem starken Bühnencomeback zu arbeiten.

10 | Tourismus
Baselbiet

Im Kanton Basel-Landschaft lässt sich der Frühling besonders gut erkunden. Über Wiesen und Felder, Flüssen entlang oder über sanfte Jura-Hügel – kommen Sie mit!

14 | Aktuell
Ostern

Ein Osterbrunch ist etwas Herrliches. Geniessen Sie das süss-bunte Traditionsfest mit den gefärbten Eiern und den lustigen Osterhasen.

Impressum

Herausgeber
Coop Mineraloel AG,
Verantwortlich: Lena Murakami
Hegenheimermattweg 65
4123 Allschwil
www.coop-pronto.ch
info@coop-mineraloel.ch

gedruckt in der schweiz

Redaktion: Claudia Kocher
Layout: Michael Adams, Werner Gschwind, Birgit Leifhelm, Veronika Deubelbeiss

Druck
Vogt Schild Druck, Derendingen

Auflage
310 000

Titelbild
Loco Escrito
Foto: Christoph Kaminski

FSC www.fsc.org MIX Papier aus verantwortungsvollen Quellen FSC® C012018

Fotos: Heiner H. Schmitt, Christoph Kaminski, zvg

Inhalt | Ausgabe 2/2021

9 | Standort
Coop Pronto Shop mit Tankstelle in Lausen

17 | Vorspeise
Geröstete Rüebli mit Quarkdipp

19 | Fleisch
Gipfeli-Ei-Sandwich

21 | Fisch
Omelettli mit Rauchlachs-Creme

23 | Dessert
Reis-Osterfladen

25 | Für Sie
Die Brauchtümer an Ostern

27 | Für Sie
50 Jahre Frauenstimmrecht

29 | Mobil
Neue Verkehrsregeln für Autofahrer

31 | Wettbewerbe
Mitmachen und gewinnen!

Immer aktuell www.coop-pronto.ch

Der Sing- und Songwriter Loco Escrito heisst mit richtigem Namen Nicolas Herzig. Seine beiden Nationalitäten, Kolumbianer und Schweizer, sieht er als Gewinn.

LOCO ESCRITO

«In Kolumbien haben wir Grundrauschen»

Der Sänger mit dem melodiösem Latino-Pop gewinnt der Krise viel Positives ab. Neu will Loco Escrito Deutschland erobern. Danach steht Amerika an. Und eines Tages will er der Beste sein.

TEXT: CLAUDIA KOCHER

Vor zwei Jahren machte sich Loco Escrito mit seinem Team und begleitet vom Schweizer Fernsehen auf nach Kolumbien. Sein Ziel war es, dort neue Kontakte zu knüpfen und den südamerikanischen Markt zu erobern. Interessant im Film war die Begegnung, die Loco Escrito dort mit der Musikfirma Sony hatte. Es wurde ihm nämlich beschieden, dass er natürlich tolle Musik mache. Aber auch, dass in Kolumbien niemand auf ihn warte. Loco solle in Südamerika den Schweizer markieren und nicht versuchen, sich als Kolumbianer zu verkaufen.

Dazu muss man wissen: Loco Escrito ist in Kolumbien geboren. Doch er wuchs in der Schweiz auf, in Wetzikon. Sein Urgrossvater war Schweizer. Deshalb heisst Loco Escrito Nicolas Herzig. «Mein Schweizerdeutsch ist zwar nicht das beste, ich finde es aber trotzdem megagut. Ich bin voll nicht schweizerisch aufgewachsen», erklärt er im Online-Interview. «Meine Schweizer Mutter ist aber sehr kolumbianisch. Ich passe in beide Welten megagut hinein. Kann mit gutbürgerlichen Schweizern an den Tisch hocken, mich aber auch mit Latino-Strassenjungs unterhalten. Das ist ein Riesenvorteil.»

Seine Songs singt Loco auf spanisch, mit kolumbianischem Dialekt. Das anerkannte auch Sony in Kolumbien. Locos Fazit zur letzten Kolumbienreise: «Ich mache nur, was ich fühle und lasse mich nicht einschränken oder mir etwas vorschreiben. Meine erfolgreichste Art, Musik zu machen, sind die positiven Vibes. Und das wichtigste Instrument ist für mich die Emotion.»

«Meine erfolgreichste Art, Musik zu machen, sind die positiven Vibes.»

Mit seiner positiven Lebenseinstellung fiel ihm der Lockdown nicht besonders schwer – obwohl die Tournee schon einige Male verschoben wurde. «Wir arbeiten trotzdem sehr viel. Wir sind an neuen Songs und haben die Zeit sehr genutzt. Unser Ziel war von Anfang an, stärker aus der Krise hervorzugehen. Daher bin ich mega stolz auf unser Team, dass uns das geglückt ist.» Wenn er auf die Bühne zurückkehre, werde er so stark sein und eine so krasse Show präsentieren wie noch nie. Dank Corona.

Der neue Markt, den Loco mit seiner Band nun erobern möchte, heisst Deutschland. In Deutschland habe er ebenso wie in Kolumbien ein Grundrauschen, und aufgrund der Grösse sei Deutschland strategisch wichtig. Danach könne man weitere Schritte realisieren. «Die Strategie heisst: zuerst Europa. Dann werden wir bereit sein für Miami und Kolumbien.» Deutschland sei nah, und man habe weniger Ausgaben, als wenn man mit dem Team nach Südamerika reise. Man müsse sich getrauen, vorgefasste Pläne auch mal über den Haufen zu werfen. ▶▶

Foto: Christoph Kaminski

LEIBNIZ

PICK UP!

Nimm's knackig.

Leckere Schokolade zwischen zwei knackigen Keksen.

BON

20% Rabatt

auf das ganze Sortiment von Pick Up!

LEIBNIZ PICK UP!

Gültig von 30. März bis 31.Mai
Bon nicht kumulierbar und nur einmal e
in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Sho

coop pronto

DIGITALER BON
In der Supercard App aktivieren

0 9 8 4 9

▶▶ «Kolumbien ist aber immer eine Bereicherung, denn es zeigt uns: Der Hunger, den wir haben, haben wir nicht von der Schweiz. Es ist immer geil, aus der Komfortzone rauszugehen.»

An Selbstbewusstsein mangelt es Loco nicht. Dabei brauchte es seine Zeit, bis er so weit war. «Ich war verschuldet, hatte keinen richtigen Beruf, 2015 dann einen schweren Töffunfall.» Kurz nach dem Unfall kam seine Tochter zur Welt. Mit ihrer Mutter ist Loco nicht mehr zusammen. Doch die Tochter … «Sie hat mein ganzes Leben verändert. Offen gesagt, sie hat mich gerettet. Da werde ich immer emotional.»

Der Erfolg fing also mit einem Baby an. 2018 wurde Loco beim MTV Europe Music Awards als «Best Swiss Act» ausgezeichnet. 2019 kürte ihn Radio Energy zum besten Schweizer Künstler. Sein zweites Album «Estoy Bien» kam letztes Jahr erstmals auf Platz eins der Schweizer Albumcharts. 2019 gewann er bei den Swiss Music Awards mit *Adios* den «Best Hit». 2020 mit *Punto*. Dieses Jahr mit *Ámame*. Ausserdem gewann Loco dieses Jahr beim Swiss Music Award auch den «Best Male Solo Act». Auszeichnungen am laufen Band!

«Ich kenne mich gut. Ich weiss, was ich kann und wer ich bin. Deshalb ist es mir egal, was andere von mir denken oder über mich sagen. Wir werden als Band und als Musiker immer besser sein als gestern – und irgendwann sogar die Besten.» Woher er diesen Hunger habe? «Ich habe den Segen, dass ich weiss, was ich im Leben erreichen möchte. Ich ging einige Zeit lang unten durch, aber auch das war irgendwie geil, weil ich immer wusste, was ich wollte.» So sieht er auch seine beiden Nationalitäten als Gewinn. Natürlich müsse er seine Beziehungen nach Kolumbien pflegen. «Doch diese Wurzeln sind stark.» Als Kind habe er nicht mehr in der Schweiz leben wollen. «Ich fand es gemein, dass hier alle so viel besitzen – im Gegensatz zu den Menschen in Kolumbien.» Doch heute empfinde er beide Welten zu kennen als Segen. Er könne den Leuten hier durch seine anderen Wurzeln etwas beibringen. «Ich sehe so viele Vorteile darin, Schweizer zu sein. Und umgekehrt kann ich die Kolumbianer wahrscheinlich mehr schätzen, als sie es können.» Klar könne er sagen: Er sei in beiden Welten immer erstmal nur der Ausländer. «Aber ich bin nicht so. Ich sehe in allem immer das Gute.» ■

Kurzbiografie

Loco Escrito wurde als Nicolas Herzig am 27. Januar 1990 in Medellin, Kolumbien, geboren. Er wuchs jedoch im zürcherischen Wetzikon auf. 2004 bis 2012 war er Mitglied der Hip Hop-Band LDDC. 2013 begann er seine Solokarriere. Mit seinem zweiten Album «Estoy Bien» schaffte er es 2020 erstmals auf Platz eins der Schweizer Albumcharts.

Ohne Emotionen kein richtiger Mann. Loco Escrito bezeichnet sich daher auch als Gentleman-Macho.

Foto: Christoph Kaminski

So geniesst die Schweiz. Seit 1869.

HIRZ ist ein Schweizer Unternehmen, das bereits 1869 gegründet wurde. Seither steht der Name für innovative Frischmilchprodukte und begeistert Gross und Klein. Egal ob bei Joghurt, Hüttenkäse, oder vielen weiteren feinen Erzeugnissen, wo HIRZ draufsteht, stecken Lebensfreude und unvergleichliche Geschmackserlebnisse drin. Müsste man HIRZ in drei Worten zusammenfassen, wären diese Frische, Vielfalt und Qualität. Dank unserem Know-how, unserer Sorgfalt und unserer Liebe zu unserer Heimat, verarbeiten wir nur Schweizer Milch und produzieren ausschliesslich in unserem Land. Wir finden, das fühlt und spürt man in jedem Genussmoment.

R A B A T T C O U P O N

30% BON

Bei Abgabe dieses Bons erhalten Sie **30% Rabatt beim Kauf ab zwei HIRZ Joghurt und Hüttenkäse nach Wahl. Gültig vom 30.03.2021 bis 31.05.2021.** Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto. Solange Vorrat reicht.

coop pronto

DIGITALER BON
In der Supercard App aktivieren

7 61 … 809894

Nestlé HIRZ

R A B A T T C O U P O N

30% BON

Bei Abgabe dieses Bons erhalten Sie **30% Rabatt beim Kauf ab zwei HIRZ Joghurt und Hüttenkäse nach Wahl. Gültig vom 30.03.2021 bis 31.05.2021.** Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto. Solange Vorrat reicht.

coop pronto

DIGITALER BON
In der Supercard App aktivieren

7 61 … 809894

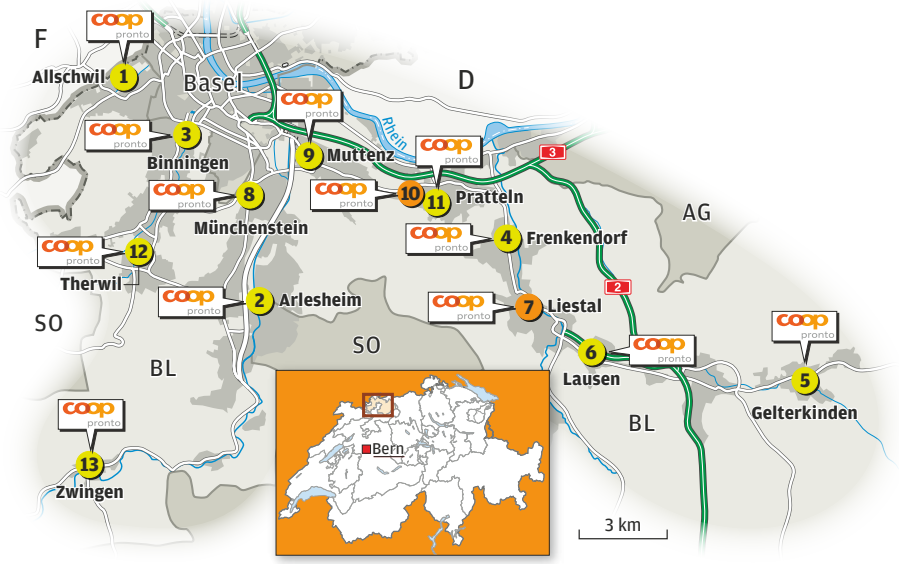
Nestlé HIRZ

COOP PRONTO LAUSEN

Shopunternehmer Jasmin Kljajic hat seinen Coop Pronto Shop mit Tankstelle von Montag bis Sonntag von 6 bis 23 Uhr geöffnet.

Im Mai 2017 übernahm Jasmin Kljajic den Coop Pronto Shop mit Tankstelle in Lausen. Zuvor hatte er bereits einige Jahre die Buchhaltung geführt. Ursprünglich ist er Wirtschaftstechniker. 1990 kam er in die Schweiz und arbeitete zunächst noch als Lastwagenchauffeur.
Seinen Coop Pronto Shop bezeichnet Jasmin Kljajic gerne als Dorflädeli. «Die Leute kommen hierher, um ihre Einkäufe zu machen.» Dies hat wohl damit zu tun, dass Freundlichkeit und Sauberkeit für ihn oberste Gebote sind. «Rundherum haben wir eine starke Konkurrenz. Deshalb ist es wichtig, frische und stets verfügbare Ware anzubieten.»

Besonders erfolgreich sind die Backwaren – am Mittag kommen Arbeiter, um sich mit Sandwiches einzudecken und auch nach Feierabend ist immer etwas los. Deswegen macht Jasmin Kljajic gerne Abendschicht. «Am Morgen kann ich mich darauf verlassen, dass mein Team die Bestellungen aufnimmt.»
Das Corona-Jahr war für Jasmin Kljajic herausfordernd. Insbesondere bezüglich der Einsatzplanung seines Teams, welches ihn teilweise schon lange begleitet. «Wir sind gut über die Runden gekommen. Die Leute schätzen die schnelle Bedienung. Da sind die Coop Pronto Shops mit und ohne Tankstelle ganz klar im Vorteil.»



Karte: Rich Weber; Fotos: Heiner H. Schmitt

Standorte Kanton Baselland

1. Allschwil, Hegenheimermattweg 119
2. Arlesheim, Birseckstrasse 95
3. Binningen, Baslerstrasse 5
4. Frenkendorf, Rheinstrasse 113 D
5. Gelterkinden, Sissacherstrasse 24
6. Lausen, Hauptstrasse 36
7. Liestal, Bahnhofplatz 1
8. Münchenstein, Bottmingerstrasse 65
9. Muttenz, St. Jakobsstrasse 133
10. Pratteln Bahnhof, Güterstrasse 20
11. Pratteln, Hardstrasse 49
12. Therwil, Oberwilerstrasse 40
13. Zwingen, Laufenstrasse 6

- Coop Pronto Shop mit Tankstelle
- Coop Pronto Shop

PUNKTEN. SAMMELN. PROFITIEREN.
www.supercard.ch

Foto: Jan Geerk

Der Passwang ist ein beliebter Aussichtspunkt im Kanton Baselland.

KANTON BASEL-LANDSCHAFT

Reiche Landschaft in sanften Jura-Hügeln

Der Kanton Basel-Landschaft bietet städtische Agglomeration und abgelegene Dörfer in entlegenen Tälern. Ein Paradies für Wanderer und Velosportler.

Das «Stedtli», wie Liestals historische Altstadt genannt wird, weist die Struktur einer mittelalterlichen Stadt auf. Eine Hauptgasse und zwei Nebengassen sind noch heute weitgehend erhalten. Das Törli ist das Wahrzeichen und die Eintrittspforte zur neu gestalteten Fussgängerzone. Ein Stadtbummel ist samstags besonders lohnenswert: Am Genussmarkt Liestal bieten Bauern feine Produkte und Spezialitäten aus der Region feil. Ein Stedtli-Rundgang lässt sich ideal mit dem Besuch im Kantonsmuseum verbinden. Das Museum.BL versteht sich als offenes und lebendiges Mehrspartenhaus mit Ausstellungen über Naturkunde, Geschichte bis hin zur zeitgenössischen Kunst. Das ideal am Bahnhof Liestal gelegene Kulturhaus Palazzo ist ein fester Bestandteil der regionalen Kulturszene.

Das Laufental ist eine von Wäldern umrahmte reiche Kulturlandschaft, geprägt vom Jurakalk mit ihren Karstformationen. Wanderer und Ausflügler lernen sie entlang der Birs kennen, in den schattigen Seitentälern mit Höhlen und geheimnisvoll verschwindenden und andernorts wieder auftauchenden Bächen. Mit etwas Glück findet man gar jahrmillionenalte versteinerte Meerestiere oder Pflanzen. Zahlreiche Steinbrüche, während Jahrzehnten die wichtigsten Arbeitgeber im Tal, nutzen diesen Kalkstein-Reichtum noch heute. Romantische Burgruinen, ein mittelalterliches Wasserschloss (in Zwingen), barocke Kirchen und Kapellen sowie intakte Dorfpartien und die mittelalterlichen Stadtmauern erinnern an die wechselvolle und lebhafte Vergangenheit des Tals.

Dank der durchgehend asphaltierten Strassen ist der Bruderholzweg eine sehr bequeme Route, die vom Bruderholzspital in eine beschauliche, landwirtschaftlich genutzte Umgebung führt. Man streift an grossflächig angelegtem Ackerland vorbei und blickt auf weite Felder. Die Strecke überrascht vor allem durch die Ruhe, die die Stadtnähe vergessen lässt. Die Route ist ein Rundweg und endet wieder am Ausgangspunkt beim Bruderholzspital.

Sprünge über Tables und Doubles aller Grössen, steile Anliegerkurven, enge Serpentinen – und das auf einem durchgängigen Singletrail. Eingefleischten Bikern geht auf der knapp drei Kilometer langen Abfahrt unterhalb der Sissacher Fluh das Herz auf. Auch Einsteiger können die Strecke ohne Schwierigkeiten befahren. Bei der Isletenhütte liegt der Start der Downhill-Piste. Ein weiteres Plus: Die Strecke ist ganzjährig befahrbar. Wer den «Endless Trail» einmal gefahren ist, nimmt die knappe halbe Stunde Konditionsarbeit für den Weg zum Start gerne auch ein zweites Mal in Kauf. Die schöne Natur des Baselbieter Walds und ein Abstecher zum beliebten Ausflugsziel Sissacher Fluh runden den Besuch ab.

Die Panoramagondeln der Luftseilbahn bringen Erholungssuchende vom malerischen Reigoldswil hinauf auf die Jurahöhen nach Wasserfallen. Ob ein kurzer Spaziergang zur bewirteten Sonnenterrasse oder eine Wanderung auf dem Wasserfallen-Rundweg, die Bergstation ist der ideale Ausgangspunkt und bietet Naturerlebnisse für alle Fitnessniveaus. Mutige Kletterfüchse finden im Waldseilpark das auf sie zugeschnittene Abenteuer. Zur Krönung des Tages können die Gäste mit dem Trottinett ins Tal hinuntersausen. Im Winter wird die weiss glitzernde Hügellandschaft am besten mit Schneeschuhen oder auf den Winterwanderwegen erkundet. Auf keinen Fall verpassen: die rasante Schlittenabfahrt zurück zur Talstation.

Diese und weitere Ausflugsangebote finden Sie unter:
www.MySwitzerland.com

Foto: Sabina Roth

Der abenteuerliche Waldseilpark auf der Wasserfallen.

Foto: Sabina Roth

Mit den Trottis von der Wasserfallen nach Reigoldswil.

Foto: Paul Menz

Das historische Städtchen Laufen ist die Hauptstadt des Laufentals.

Foto: zvg

Hotel Gasthof zum Ochsen****, Arlesheim

Der 4-Sterne-Familienbetrieb glänzt nach dem Umbau mit hellen Designzimmern und verbindet so Familientradition und Moderne. Der «Ochsen» legt grossen Wert auf Lokalität und Natürlichkeit – zum Beispiel in der hauseigenen Metzgerei, welche sich durch Jenzer-Natura-Qualität auszeichnet, oder mit der Verwendung der Produkte von der Naturkosmetiklinie Weleda im Hotel.
www.ochsen.ch

WETTBEWERB
Übernachten in Arlesheim

Lösen Sie die Wettbewerbsfrage auf Seite 31 und gewinnen Sie mit etwas Glück **eine Übernachtung für zwei Personen inkl. Frühstück** im Gasthof zum Ochsen.

ISLANDS GEHEIMNIS FÜR GESUNDES LEBEN

Vulkane, Geysire, dampfende Thermische Quellen, Lavafelder und riesige Gletscher: eine Insel doppelt so gross wie die Schweiz, gelegen im Nordostatlantik. Stürme peitschen über die Insel, Regen und Sonne wechseln im Stundentakt. Trotz dieser oftmals garstigen Bedingungen wird in Island erfolgreich eine äusserst nachhaltige Viehwirtschaft betrieben. Wie das geht, erzählen uns die jungen Landwirte Einar und seine Frau Sesselja sowie Bergur, vormaliger Sekretär des Isländischen Bauernverbandes.

Bergur, als ehemaliger Sekretär des Bauernvereins haben Sie eine Studie in Auftrag gegeben, um das Genom der isländischen Kühe zu erforschen.
Bergur: Die isländische Kuh stammt aus Zeiten der Besiedelung durch die Wikinger und hat sich als hervorragende Quelle für Proteine und Mineralstoffe erwiesen. Die letzte durchgeführte Studie zeigte, dass die isländische Kuh fast nur das A-2-Gen besitzt und reich an gesunden Proteinen ist. Die A-2 auch Ur-Milch genannt, wird besser verdaut, wovon alle in Island hergestellten Molkereiprodukte wie auch Ísey Skyr davon profitieren.

Wie wird diese Studie durchgeführt?
Bergur: Egill Gautason, Doktorand in Aarhus, Dänemark, arbeitet derzeit an der Kartierung des isländischen Rindergenoms. Es hat bereits seine Einzigartigkeit in Bezug auf Inhaltsstoffe und Gesundheit gezeigt, welche uns sehr gesunde Milch sowie Fleisch geben.

Wie sammeln Sie diese Informationen?
Bergur: Jedes heute geborene Kalb wird untersucht, wenn es seine Ohrmarke erhält, und diese Informationen werden dann in unserer Datenbank gesammelt. Heute haben wir bereits das Genom der meisten Kühe Islands.

Gibt es in Island weitere Entwicklungen in der Viehzucht?
Bergur: Die Forschung hat gezeigt, dass Kälber gesünder und stärker sind sowie schneller wachsen, wenn sie sich in den ersten 8-12 Wochen hauptsächlich mit Milch ernähren können. Diese Milch der Mutterkuh wird für eine optimale Verträglichkeit vor der Abgabe ans Kalb zuerst gesäuert. Das Ziel auch hier ist die Tiere auf eine natürliche Weise gesund und kräftig zu erhalten, um den Einsatz von Antibiotika zu vermeiden. Der Gebrauch von Antibiotika ist in Island äusserst gering, sehr streng geregelt und kontrolliert.

Einar, Sie sind im Norden Islands geboren und aufgewachsen und haben als junger Landwirt den Hof von Ihren Eltern übernommen. Was hat sich seither geändert und

welche Werte sind ihnen wichtig?
Einar: Unser höchstes Gut ist die gesunde und fantastische Natur Islands. Nur wenn wir diese erhalten können, haben auch unsere Kinder hier eine Zukunft.

Viele Bauern wie auch wir, haben in einen Freilaufstall und in viel Hightech investiert, um unsere Kühe optimal füttern und melken zu können. Mit Aussicht auf unseren Laufstall geniessen heute Interessenten und Besucher im Café „Kaffiku" unsere regionalen Leckereien, welche wir bei den Nachbarhöfen mit unserem Elektroauto abholen. Strom, Heizung und Warmwasser sind in Island durch Geothermie Co2 frei.

Wie werden die Kühe versorgt?
Einar: Dank unserem Freilaufstall können wir unsere Kühe viel besser beobachten und von ihnen lernen. Obwohl ich nicht täglich mit jeder einzelnen Kuh interagiere, kann ich durch die Robotertechnik jede Einzelne besser verstehen und auf ihre Bedürfnisse eingehen.

Unser grösstes Ziel ist immer, dass die Kuh glücklich ist und sich gut fühlt.

Dürfen die Kühe auch nach draussen gehen?
Einar: Die isländischen Kühe sind äusserst robust und an Kälte gewohnt. Ab Frühjahr verbringen sie den Sommer auf der Weide. Der Erste Freilauf nach den langen Wintermonaten ist für alle ein fröhlicher Anlass, so geniessen wir mit unseren Gästen die ersten ausgelassenen Sprünge der Kühe auf der Weide.

Viele Studien zeigen, dass Island nahezu keine Herbizide und Pestizide verwendet. Wie ist das bei Ihnen?
Sesselja: Das stimmt, Klima bedingt werden kaum oder keine Pestizide benötigt. Wir haben auch viel Land in Island und können die Felder bei Bedarf ruhen lassen. Wir halten es für wichtig, die Umwelt zu schützen und die Natur, in der wir leben zu respektieren.

Besten Dank für diese spannenden Informationen!

ORIGINAL ICELANDIC

Neugierig geworden? Jetzt gleich testen!

www.iseyskyr.ch
#iseyskyrswitzerland

coop pronto

BON 20%

Gültig bis 31. Mai 2021.
Bon nicht kumulierbar
und nur einmal einlösbar
in allen (ggf. grösseren)
Coop Pronto Shops.

DIGITALER BON
In der Supercard App aktivieren

ísey SKYR

Foto: Heiner H. Schmitt; Styling: Doris Moser

Farbenfrohes Osterfrühstück

Ob in der Scheune, auf dem Balkon oder in der guten Stube:
Ein reichhaltiges Zmorge gehört auch an Ostern dazu.

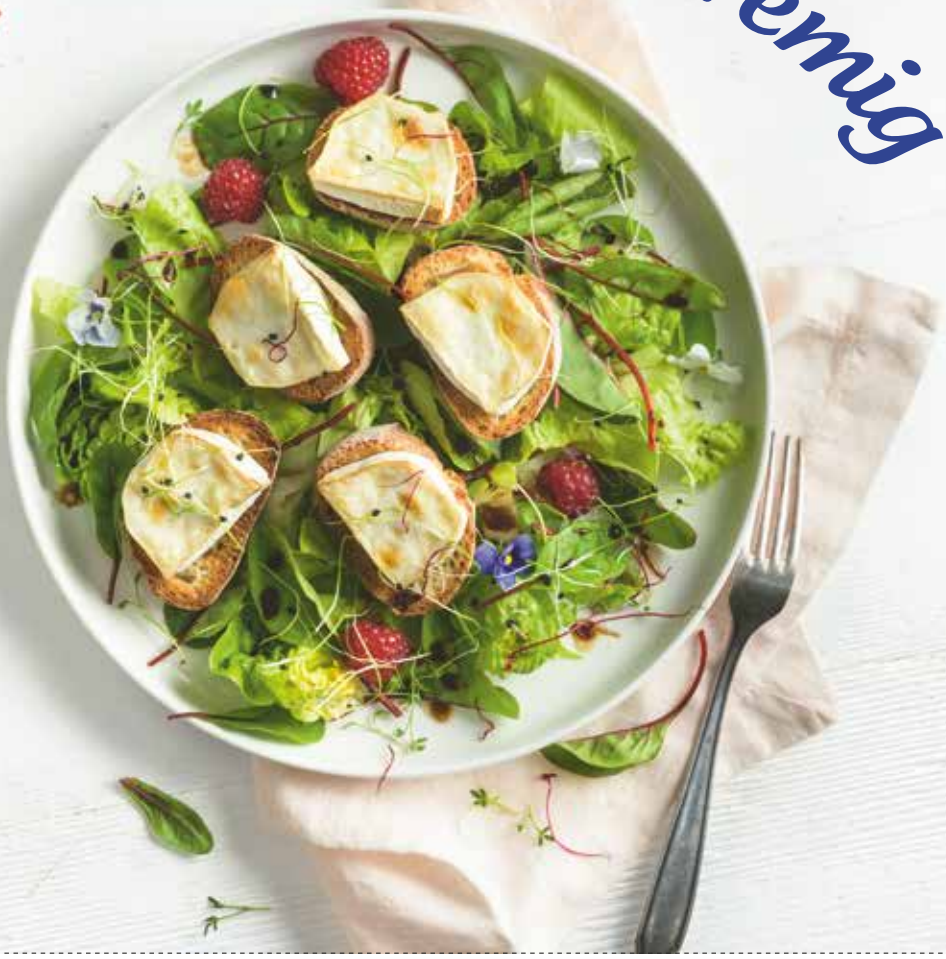
Unser Osterzmorge beginnt mit einem kräftigen Schluck **Kaffee**. Danach freuen wir uns auf ein weichgekochtes **Ei**. Zusammen mit **Zopf**, **Brot** und **Gipfeli** gönnen wir uns ein ausgedehntes Frühstück. Mit **Butter**, **Gonfi**, **Honig**, **Käse** und **Müsli** sind wir bestens bedient. Ein Krug **Milch** darf natürlich auch nicht fehlen. Und dann sind wir bereit, die Eier zu tütschen, die die Kinder bemalt haben. Zum Abschluss naschen wir natürlich auch von den **Schoggi-Eiern** und **Schoggi-Hasen**. Himmlisch süss! Natürlich gehört auch ein schöner **Osterstrauss** zum Arrangement.

In unseren über 300 Coop Pronto Shops finden Sie alles, was Sie für einen feinen Brunch brauchen. Kommen Sie vorbei – wir freuen uns auf Sie! Jederzeit!

CHAVROUX®

100% ZIEGENMILCH

unvergleichlich mild & cremig



BON 30% RABATT

coop pronto

SPECIMEN

7 810813 809887

30% Rabatt auf das ganze Chavoux Sortiment. Gültig bis 31. Mai 2021. Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

Mit Rezepten von FOOBY WE LOVE FOOD

Vorspeise

Geröstete Rüebli mit Quarkdip

Aktive Zeit: 15 Min.
Gesamtzeit: 45 Min.
Nährwert: 369 kcal pro Person

VEG

Das brauchts für 2 Personen

- 600 g Rüebli, längs halbiert
- 3 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen, gepresst
- 1 TL Paprika edelsüss
- ½ TL Salz
- 250 g Halbfettquark
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- ¼ TL Paprika edelsüss
- 1 EL Zitronensaft
- ¼ TL Salz
- wenig Pfeffer

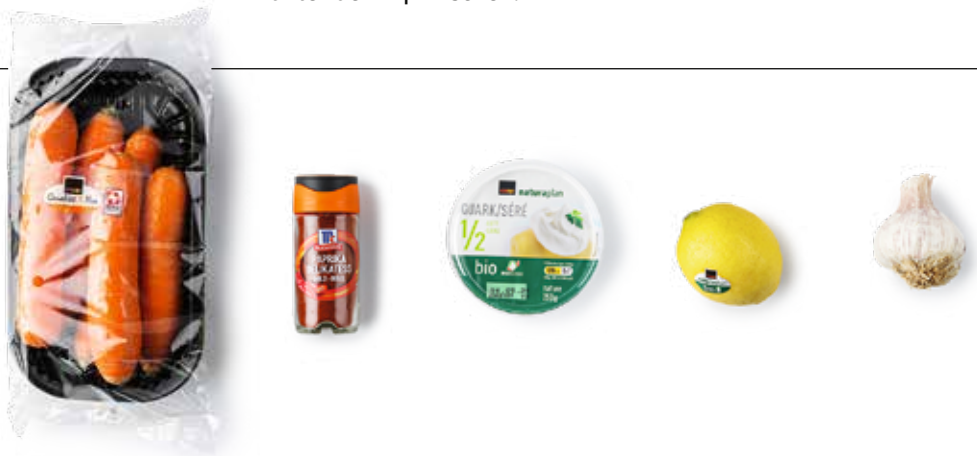
Und so wirds gemacht

1. **Rüebli:** Rüebli, Öl, Knoblauch, Paprika und Salz auf einem mit Backpapier belegten Blech mischen.
2. **Backen:** Ca. 30 Min. in der Mitte des auf 220 °C vorgeheizten Ofens, herausnehmen
3. **Dip:** Quark und alle restlichen Zutaten verrühren. Dip zu den Rüebli servieren.

Tipp: Wenig Petersilie, fein geschnitten, unter den Dip mischen.

Einkaufshilfe

Diese Zutaten finden Sie in den Coop Pronto Shops:



20% BON

Gültig bis 31.05.2021.
Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar
in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

coop pronto

DIGITALER BON
In der Supercard App aktivieren

CANTADOU

20% BON

Gültig bis 31.05.2021.
Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar
in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

coop pronto

DIGITALER BON
In der Supercard App aktivieren

CANTADOU

Fleisch

Gipfeli-Ei-Sandwich

Aktive Zeit: 15 Min.
Gesamtzeit: 15 Min.
Nährwert: 435 kcal pro Stück

Das brauchts für 2 Stück

- wenig Olivenöl
- 2 frische Eier
- Salz, Pfeffer, nach Bedarf
- 2 Gipfeli, quer halbiert
- 75 g Frischkäse mit Kräutern
- 80 g Schinkentranchen, fein

Und so wirds gemacht

1. **Spiegeleier:** Wenig Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Eier einzeln aufschlagen, in die Pfanne gleiten lassen. Eier ca. 4 Min. braten.

2. **Sandwiches:** Gipfelischnittflächen mit dem Frischkäse bestreichen. Schinken und Spiegeleier auf die Gipfeliböden legen, Deckel darauflegen.

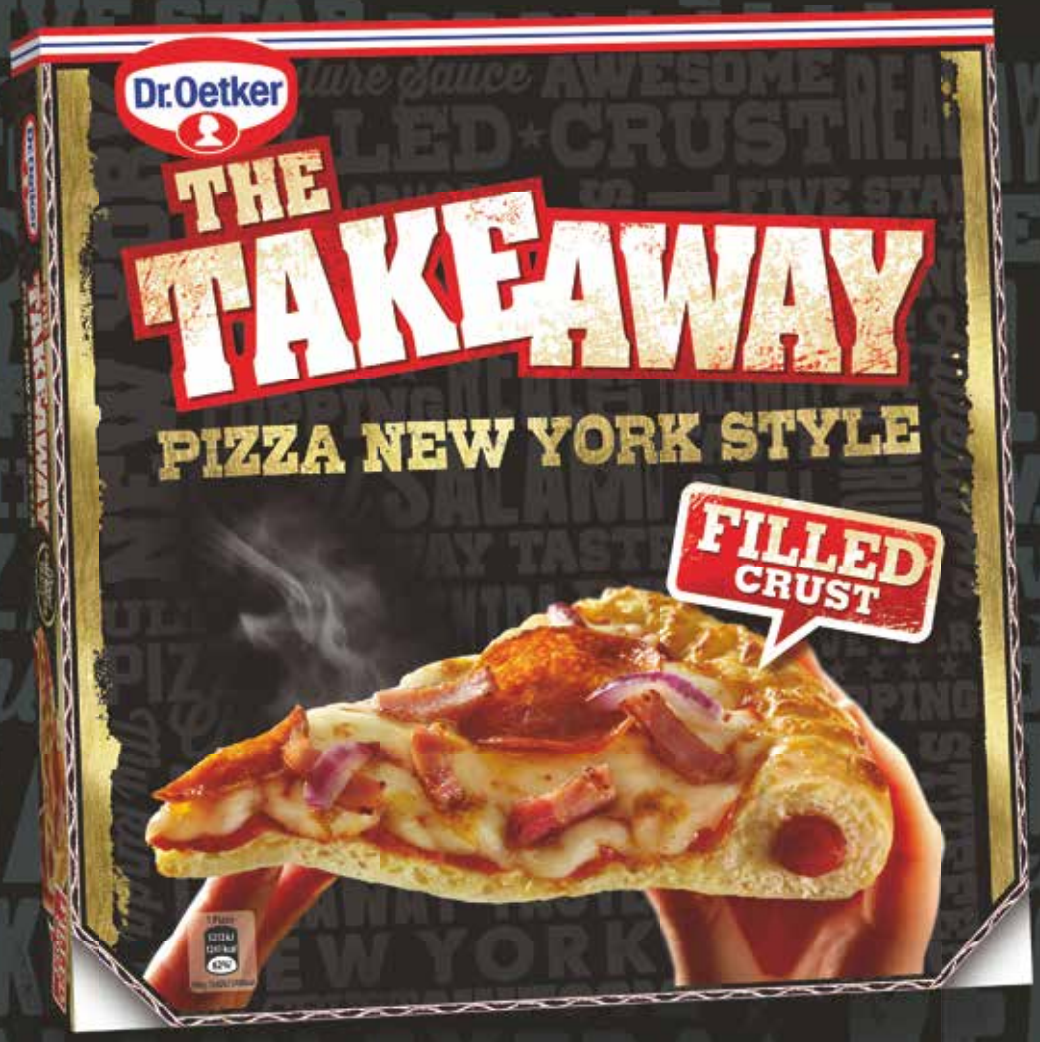
Tipp: Wenig Kresse auf dem Spiegelei verteilen.

Einkaufshilfe

Diese Zutaten finden Sie in den Coop Pronto Shops:

Dr.Oetker

REAL AMERICAN TASTE



Im Tiefkühlregal erhältlich

www.oetker.ch

CHF 2.– Rabatt

beim Kauf einer Dr. Oetker The Take Away-Packung.
Gültig bis 31.5.2021. Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

coop pronto

DIGITALER BON In der Supercard App aktivieren

Dr.Oetker

CHF 2.– Rabatt

beim Kauf einer Dr. Oetker The Take Away-Packung.
Gültig bis 31.5.2021. Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

coop pronto

DIGITALER BON In der Supercard App aktivieren

Dr.Oetker

Fisch

Omelettli mit Rauchlachs-Creme

Aktive Zeit: 45 Min. **Gesamtzeit:** 45 Min.
Nährwert: 93 kcal pro Stück

Das brauchts für 16 Stück

- 100 g Crème fraîche
- 100 g Rauchlachs, fein gehackt
- 1 EL Kapern, fein gehackt
- 1 Bio-Zitrone, wenig abgeriebene Schale und 1 TL Saft
- Salz, Pfeffer, nach Bedarf

- 75 g Weissmehl
- ¼ TLSalz
- 1 TL Backpulver
- 100 g Crème fraîche
- 20 g Butter, flüssig, abgekühlt
- 1 Eigelb
- 2 EL Wasser
- 1 Eiweiss
- 1 Prise Salz

- Bratbutter
- 20 g Rauchlachs, zerzupft

Und so wirds gemacht

1. **Rauchlachs-Creme:** Crème fraîche, Lachs, Kapern, Zitronenschale und -saft verrühren, würzen. Creme zugedeckt kühl stellen.

2. **Omelettli:** Mehl, Salz und Backpulver in einer Schüssel mischen. Crème fraîche, Butter, Eigelb und Wasser gut verrühren, unter die Masse rühren. Eiweiss mit dem Salz steif schlagen, sorgfältig darunterziehen.

3. **Backen:** Wenig Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. So viel Teig in die Pfanne geben, dass Omelettli von ca. 4 cm ∅ entstehen. Hitze reduzieren. Wenn die Unterseiten gebacken sind, lösen sie sich von selbst. Omelettli wenden, fertig backen, warm stellen. Omelettli mit Rauchlachs-Creme bestreichen, Lachs darauf verteilen.

Tipp: Mit 2 Zweiglein Dill, zerzupft, garnieren.

Coop Pronto Weintipp
Chardonnay Sensuelle

Einkaufshilfe

Diese Zutaten finden Sie in den Coop Pronto Shops:

DEXTRO ENERGY

Nein, Dextro Energy verleiht keine Flügel. Dafür macht es Ihrem Kopf schnell Beine.

BEIM SPORT

IN DER SCHULE

FÜR UNTERWEGS

www.dextro-energy.com

Einfach schneller im Kopf.

coop pronto

DEXTRO ENERGY

BON 30%

DIGITALER BON In der Supercard App aktivieren

Gültig bis 31.05.2021. Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

Alle Rezepte gibts auf **fooby.ch** und in der **FOOBY App.**

Dessert

Reis-Osterfladen

Aktive Zeit: 45 Min. **Gesamtzeit:** 1 Std. 30 Min.
Nährwert: 325 kcal pro Stück

VEG

Das brauchts für 1 Kuchen à 12 Stück

- 5 dl Milch
- ¼ TL Salz
- 100 g Risottoreis
- 70 g Butter
- 70 g Zucker
- 3 Eigelbe
- 1 Bio-Zitrone, nur abgeriebene Schale
- 80 g gemahlene Mandeln
- 2 dl Rahm
- 3 Eiweisse
- 1 Prise Salz
- 1 rund ausgewallter Butterkuchenteig (270 g) für ein Backblech (ca. 26 cm ∅)

Und so wirds gemacht

1. **Füllung:** Milch, Salz und Reis unter Rühren in einer Pfanne aufkochen. Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Rühren ca. 30 Min. zu einem dicken, aber noch feuchten Brei köcheln, auskühlen. Butter und Zucker in eine Schüssel geben, mit den Schwingbesen des Mixers gut verrühren. Eigelbe beigeben, weiterrühren, bis die Masse heller ist. Zitronenschale, Mandeln, Rahm und Reisbrei darunterrühren. Eiweisse mit Salz steif schlagen, sorgfältig darunterziehen.

2. **Kuchen:** Teig entrollen, mit dem Backpapier ins Blech legen, Teigboden mit einer Gabel dicht einstechen. Füllung darauf verteilen, glatt streichen.

3. **Backen:** Ca. 45 Min. in der Mitte des auf 180 °C vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, aus dem Blech nehmen, auf einem Gitter auskühlen.

Tipp: Mit Puderzucker bestäuben.

Einkaufshilfe

Diese Zutaten finden Sie in den Coop Pronto Shops:

EINFACH MITTENDRIN

M&M'S® TAFELN:
NEU BEI COOP PRONTO

Foto: Stock Photo

An Ostern gehen finnische Hexen von Haus zu Haus und bitten um Süssigkeiten.

BRAUCHTUM

Ostern: Andere Länder, andere Sitten

In der Schweiz gibt es unterschiedliche Bräuche an Ostern. Aber für alle gilt: Der Osterhase versteckt die bunt bemalten Eier, die danach getüscht und verzehrt werden. Doch welche Bräuche feiern andere Länder?

In **Spanien** sind die Prozessionen aus Andalusien berühmt. Die Katholiken tragen dabei Heiligenfiguren aus Holz durch die Strassen und begleiten Jesus auf seinem Weg zur Kreuzigung, in lange Kutten und Spitzhauben gekleidet.

In **Italien** gibt es ebenfalls Osterprozessionen. Einen Osterhasen sucht man vergebens, hingegen kennen die Italiener die Ostereier. In einem Spiel geht es darum, die Eier der Gegenspieler kaputt zu schlagen.

Auch in Osteuropa spielen Ostereier eine Rolle. In **Bulgarien** hat das Färben der Eier grosse Tradition. Das erste Ei ist immer rot, ein Symbol für das Blut Jesu. Mit dieser Farbe wird ein Kreuz auf die Stirn der Kinder gemalt. Das soll Glück bringen.

Der Ostermontag ist in **Polen** der Tag des Wassergiessens. Man könnte also nass werden, wenn man nicht aufpasst. Dies soll die Passanten nicht nur erfrischen, sondern auch Glück bringen.

In **Kroatien** wird am Ostersamstag das Osterbrot in die Kirche genommen und gesegnet. Am Ostersonntag essen es die Kroaten mit Schinken, Käse und Kräuterquark zum Frühstück.

In **Finnland** verkleiden sich die Kinder als Hexen und gehen von Haus zu Haus. Für ihre Sprüche erhalten sie Süssigkeiten. In **Schweden** sind es die Osterküken, die den Kleinen Süssigkeiten vorbeibringen.

Für die Orthodoxen in **Griechenland** ist Ostern das wichtigste Jahresfest. Am Karfreitag geht es zur Prozession und Samstagnacht zur Auferstehungsfeier. Am Ostersonntag gibt es Ostersuppe, gebratene Lämmer, Hefezöpfe und Eier.

In vielen Ländern **Südamerikas** gehen die Menschen am Gründonnerstag von Kirche zu Kirche. Sieben Kirchen gilt es zu besuchen. Die mystische Zahl Sieben spielt auch beim Essen eine wichtige Rolle: In der Osterzeit werden sieben fleischlose Gerichte gekocht.

Rosa Wolke Rhabarber-Cheesecake-Tarte

Stücke: 14 Zubereitungszeit: 1 ¼ Stunden Wartezeit: 4 Stunden

Pro Stück: ca. 837.4 kJ / 220.0 kcal, E 3.0 g, F 14.0 g, KH 19.0 g

2	Philadelphia Nature (à 200 g)
80 g	Butter
200 g	Shortbread
400 g	Rhabarber
1 EL	Maisstärke
50 g	Zucker
3 dl	Rhabarber-Nektar
4 Blatt	Gelatine
1	Bio-Orange
3 EL	Ahornsirup
1 EL	gehackte Pistazienkerne
	Zitronenmelisse

Weitere Rezepte auf philadelphia.ch

1 Butter schmelzen. Shortbread fein zerbröseln, untermischen, vermengen. Masse in eine Tarteform (ca. 11 x 30 cm) mit Lift-off- Boden an Boden und Rand andrücken. Ca. 30 Minuten kalt stellen.

2 Rhabarber putzen, waschen, klein schneiden. Maisstärke, Zucker und 0,5 dl Nektar glattrühren. Rest Nektar und Rhabarber zugedeckt aufkochen, 2–3 Min. köcheln. Vom Herd nehmen. Angerührte Maisstärke einrühren, unter Rühren ca. 1 Minute köcheln. Auskühlen lassen.

3 Gelatine einweichen. Orange heiss waschen, trocken tupfen, Schale abreiben. Orange halbieren, auspressen. Philadelphia, Orangenschale und -saft und Sirup verrühren. Gelatine ausdrücken, auflösen, mit 2–3 EL Cremeverrühren. In Rest Creme rühren, kühlen. Sobald die Creme zu gelieren beginnt, in die Form füllen. Ca. 4 Std. kalt stellen. Rhabarber auf der Tarte verteilen. Mit Pistazien und Melisse verzieren.

BON 20% RABATT

coop pronto

SPECIMEN

Gültig bis 31.05.2021. Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

Foto: Keystone

Tausende protestieren am 1. März 1969 auf dem Bundesplatz für das Frauenstimmrecht – darunter auch Männer.

RÜCKBLICK

50 Jahre Frauenstimmrecht

Am 7. Februar 1971 erhielten die Schweizer Frauen das Stimmrecht auf eidgenössischer Ebene. Über 100 Jahre dauerte der Kampf.

1848 erhielten die Schweizer ein allgemeines und direktes Stimm- und Wahlrecht in der neuen Bundesverfassung. Doch Frauen waren damit nicht gemeint. Zürcher Frauen forderten vergebens gleiche Rechte für alle. So gründeten erwerbstätige Frauen den Schweizer Arbeiterinnenverband, der 1893 erstmals das Stimm- und Wahlrecht für Frauen forderte. Um die Jahrhundertwende organisieren sich immer mehr Frauen in Frauenvereinen. Die Bewegung gerät während des 1. Weltkrieges jedoch ins Stocken.

Im Nationalrat werden zwei Motionen für das eidgenössische Frauenstimm- und -wahlrecht eingereicht. Zu Postulaten abgeschwächt, werden sie 1919 an den Bundesrat überwiesen, der sie in der Schublade verschwinden lässt. In Genf, Neuenburg, Basel-Stadt, Zürich, Glarus und St. Gallen kommt es 1919–1921 zur Abstimmung über das Frauenstimmrecht. Auch 1923 und 1929 werden die Forderungen der Frauen auf Bundesebene abgelehnt. Die Wirtschaftskrise in den 1930er-Jahren verbannt die Frauen wieder an den Herd.

1951 publiziert der Bundesrat einen Bericht, in dem er die eidgenössische Abstimmung über das Frauenstimmrecht als verfrüht erachtet. 1958 ermächtigt Basel-Stadt seine drei Bürgergemeinden zur Einführung des Frauenstimmrechts. Inmitten des Kalten Krieges will der Bundesrat das Zivilschutzobligatorium für Frauen einführen. Die Frauenverbände wehren sich, sodass der Bundesrat einen Entwurf zur Einführung des Frauenstimmrechts vorlegt. Dieser wird abgelehnt.

Am 1. Februar 1959 nimmt der Kanton Waadt als erster das kantonale Frauenstimmrecht an. Es folgen Neuenburg und Genf, die beiden Basel sowie Tessin, Wallis, Luzern und Zürich. Am 1. März 1969 findet der Marsch auf Bern statt. 5000 Frauen und Männer demonstrieren vor dem Bundeshaus für das Frauenstimmrecht. Der Bundesrat beschliesst, mit einem Volksentscheid Klarheit zu schaffen. Am 7. Februar 1971 erhalten die Schweizer Frauen das Wahl- und Stimmrecht. Der Artikel 74 der Bundesverfassung vom 29. Mai 1874 wird endlich angepasst.

www.ch2021.ch/

Baristaqualität zum Mitnehmen: Seit der Stunde null haben wir uns dem Ziel verschrieben, der Welt den besten Coffee to go zu bieten. Es beginnt im Hochland von Honduras. Dort pflücken unsere Bauern mit viel Liebe die Kaffeekirschen. Der Rohkaffee wird in Bern geröstet. Zum perfekten Zeitpunkt beendet der Barista die Röstung und das aromatische Herz von Lattesso blüht auf. Der frisch gebrühte Espresso küsst Walliser Milch, wird abgefüllt und findet seinen Weg ins Kühlregal, in dem er mit einzigartiger to go Verpackung und einem lässigen Look besticht.

LATTESSO®

THE BARISTA'S CHOICE.

coop pronta

25% BON

Lösen Sie diesen Bon beim Kauf von LATTESSO (alle Sorten) an Ihrer Coop Pronto Kasse ein und Sie erhalten 25% Rabatt. Gültig bis 31. Mai 2021. Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

SPECIMEN

810813 809856

Foto: Shutterstock

Bei Schrittempo muss neu stets eine Rettungsgasse gebildet werden – auch ohne Blaulicht in Sicht.

UNTERWEGS

Dank neuen Regeln mehr Sicherheit auf den Strassen

Seit Anfang Jahr sind neue Verkehrsregeln in Kraft, welche die Sicherheit erhöhen und den Verkehrsablauf flüssiger machen sollen. Bei Nichtbeachten gibt es Ordnungsbussen.

Beim Abbau von Fahrstreifen ist das Reissverschlusssystem neu obligatorisch, zum Beispiel beim Wechsel von drei auf zwei Fahrstreifen, bei Unfällen oder Baustellen. Dabei fährt man auf beiden Spuren bis zum Abbau der Fahrstreifen. Dort lässt jeder Verkehrsteilnehmende auf der weiterführenden Spur einen Verkehrsteilnehmenden vom abgebauten Fahrstreifen nach dem Reissverschlussprinzip vor sich einfädeln. So kann der Verkehr besser fliessen. Einschwenkende Fahrzeuglenkende dürfen die Lücke aber nicht erzwingen, sie bleiben vortrittsbelastet. Neu gilt das Reissverschlusssystem bei stockendem Verkehr auch bei Autobahneinfahrten.

Neu muss auf Autobahnen eine Rettungsgasse für Einsatzfahrzeuge freigehalten werden, wenn sich der Verkehr bereits nur noch im Schrittempo bewegt. Das gilt auch, wenn kein Blaulichtfahrzeug zu sehen oder zu hören ist. Bei zweispurigen Strassen ist die Rettungsgasse zwischen den beiden Spuren zu bilden, bei dreispurigen Strassen immer zwischen dem äussersten linken und dem mittleren Fahrstreifen.

Auf den Autobahnen gilt nach wie vor das Rechtsfahrgebot. Wenn sich auf dem linken (oder bei dreispurigen Autobahnen auf dem linken und/oder mittleren) Fahrstreifen eine Kolonne gebildet hat, dürfen die Verkehrsteilnehmenden auf der rechten Spur neu mit der nötigen Vorsicht vorbeifahren, wenn sich rechts noch keine Kolonne gebildet hat. Das Rechtsüberholen (Ausschwenken auf den rechten Fahrstreifen und Wiedereinschwenken nach links) ist hingegen weiterhin verboten.

Wer mit Personen- oder Lieferwagen einen Anhänger zieht, darf auf Autobahnen neu höchstens mit 100 km/h fahren. Der Anhänger darf nicht schwerer als 3,5 Tonnen wiegen und muss für diese Geschwindigkeit geeignet sein. Das gilt auch für das Zugfahrzeug und die Reifen. Es empfiehlt sich, vor der Fahrt Fragen zu Höchstgeschwindigkeit und -gewicht mit dem Händler oder Importeur oder im Rahmen der Fahrzeugprüfung beim Strassenverkehrsamt abzuklären.

Die neuen sowie weitere Verkehrsregeln für die Autobahn werden im sogenannten «Autobahn-Knigge» erklärt.
www.astra.admin.ch/knigge

Salamini Snack
perfekt für
Apéro & Picknick!

TICINELLA.CH | #TICINELLA

Das Tessin kulinarisch entdecken

1.- RABATT

auf Ticinella SalaMini Snack Classico oder Pfeffersalami Pavé Pepe

DIGITALER BON
Diesen Bon auch via supercard.ch oder Smartphone App bequem auf die Supercard laden.

DIGITALER BON
In der Supercard App aktivieren

7 0813 809948

coop pronto

TICINELLA

Gültig bis 31. Mai 2021 für die Schalen SalaMini Snack Classico oder Pfeffersalami Pavé Pepe. Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar in allen (ggf. grösseren) Coop Pronto Shops.

Zu gewinnen

Eine Übernachtung für zwei Personen inkl. Frühstück im Gasthof Ochsen** in Arlesheim.**

Wettbewerbsfrage:

Wie heisst Liestals Kulturhaus, das sich am Bahnhof befindet? Mehr dazu auf den Tourismusseiten 10 und 11.

Zu gewinnen

Lösen Sie das untenstehende Sudoku und nehmen Sie an der Verlosung von drei Exemplaren des Buchs «50 Jahre Frauenstimmrecht» teil.

Sudoku

Schlüssel zum Gewinn ist die richtige Zahlenfolge im Sudoku (farbig markierte Felder von links nach rechts).

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

Fotos: zvg

So sind Sie dabei:

Wettbewerbsfrage, Sudoku oder Kreuzworträtsel gelöst?
Einfach eine **SMS** mit dem Kennwort **PRONTO,** Ihrer **Lösung,** Ihrem **Namen** und Ihrer **Adresse** an die Nummer **919** senden **(Fr. 0.20/SMS).**
Beispiel: PRONTO LÖSUNG, Hans Muster, Musterstrasse 1, Musterstadt.
Online: Unter www.coop-pronto.ch/kundenmagazin können Sie gratis teilnehmen.

Wettbewerbsbedingungen: Teilnahmeschluss: 30. Mai 2021. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Keine Barauszahlung. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Lösung des Rätsels ist ab 8. Juni 2021 auf **www.coop-pronto.ch** zu sehen.

Die Gewinner der Wettbewerbe werden schriftlich benachrichtigt.

Das nächste Pronto erscheint am **1. Juni 2021!**

OREO® DONUT

OREO® ist eine Marke der Mondelēz International Unternehmensgruppe und wird in Lizenz genutzt.

coop pronto

OREO

20% Rabatt

beim Kauf eines Oreo® Donuts

Gültig bis 31. Mai 2021.
Bon nicht kumulierbar und nur einmal einlösbar (gef... Shops.

DIGITALER BON
In der Supercard App aktivieren

510813 809917