Endtaecker

ENDTDECKE DEINEN LIEBLINGSMARKT

Gelebte Nachhaltigkeit

Teller statt Tonne:

Leckeres Pesto aus

Blattgrün

IN WILDER EHE

Unsere langjährigen Kooperationsbeziehungen im Porträt

KREATIVE KÜCHENSCHLACHT

Heimischer Rotkohl neu in Szene gesetzt

Dein Rezept im Endt-Kochbuch

WINTERGRIJEN

Festliche Bruzzelei mit Steak und Wintergemüse à la Endt



WWW.EDEKA-ENDT.DE



IISA POERSCH

Teamleiterin Käseabteilung Rheydt

"Ich bin eine ENDTdeckerin, weil ich es liebe, Neues auszuprobieren."

Hü oder hott?

- Schwarzbrot
 ※ Stuten X Käsekuchen
- Reibekuchen X Kaffee
 - ⊤ee



ROIF FILLYMACKERS

Marktleiter Nordpark



"Ich bin ein ENDTdecker, weil ich den täglichen Kontakt mit Menschen und die Gespräche im Markt sehr schätze."

Hü oder hott?

- X Reibekuchen ○ Käsekuchen
- X Kaffee

KAI SCHEEREN

Stellvertretender Marktleiter Wegberg "Ich bin ein ENDThusiast, weil ich unsere Kundschaft für frische, regionale Produkte begeistern möchte.

Hü oder hott?

- Schwarzbrot ※ Stuten
- Käsekuchen X Reibekuchen X Kaffee

FRANZISKA I EHMANN

Teamleiterin Kasse Hofstraße



FOFKA ENDT HOFSTRAI

"Ich bin eine ENDT deckerin, weil jeder Tag im Markt für spannende Überraschungen sorgt."

Hü oder hott?

 $\widetilde{\bigcirc}$ Reibekuchen X Käsekuchen X Kaffee

VIELFALT (ER) LEBEN

Endt ist mehr als ein Name, mehr als ein Supermarkt. Hinter Endt verbergen sich über 400 kompetente und motivierte Mitarbeitende, sechs hochwertig sortierte und täglich frisch belieferte Märkte und ein großes Credo: Wir sind eure erste Adresse für Genuss und Lebensmittel in Mönchengladbach, Rheydt und Wegberg. Was uns besonders macht? Der neue ENDTdecker, den ihr gerade in den Händen haltet, zeigt es euch. Wir lieben nicht nur Lebensmittel, wir leben das Miteinander - untereinander und im täglichen Kontakt mit euch. Wir setzen auf Regionalität im Sortiment und Nachhaltigkeit im Umgang mit Lebensmitteln. Wir helfen Menschen in unserer Stadt und sind ein zuverlässiger Arbeitgeber für unsere Markt-Familie. In unserer DNA steckt jede Menge WIR. Und damit meinen wir nicht nur unser tolles Team, das ihr auf dieser und den nächsten Seiten kennen lernt, sondern auch EUCH. Ihr seid der Grund, warum wir jeden Tag unser Bestes geben. Besucht uns in eurem Markt um die Ecke, fragt uns Löcher in den Käse und holt euch Inspiration für eure Teller. ENDTdeckt, was in uns steckt. Hier im Magazin und vor Ort im Markt. Wir freuen uns auf euch.



ONLINE MEHR ENDTDECKEN



Herausgeber: Endt Verwaltungs GmbH, Freiheider Straße 99, 41844 Wegberg, Telefon 02166/855-

IMPRESSUM

4

6

7

8

9

10

12

050 Web: www.edeka-endt.de, Mail: verwaltung@ enlo-gmbh.de; Redaktion: Martin Dreßen, Tobias Degen, Silke Müller, Lara Valsamidis, Julia Schroers weise: S. 3 Felix Küster, S. 5 Katrin Cho S. 10 Jag_cz/Shutterstock.com, S. 7 Illustration pikisuperstar/Freepik, S. 8 michael-c-grdbYqxnets-unsplash, Illustrationen S. 7, S.10 Ruth Zado Gestaltung: 3s-live.com GmbH; Druck: Rheinische DruckMedien GmbH, Auflage: 25.000 Exemplare;

MAAT

In wilder Ehe - regional & lecker

Das Endt-Mitmach-Kochbuch

Ein Herz für unsere Altstadt

Weihnachtsessen mal anders

Durchstarten bei Endt

Kreative Küchenschlacht

Teller statt Tonne



MEIN MARKT:

EDEKA ENDT WEGBERG

wilder Ehe

Wenn aus Business langjährige Beziehungen werden - unsere regionalen Erzeuger*innen im Porträt.

Vom Feld in den Markt auf den Teller: So stellen wir uns eine kurze Lieferkette vor. Gemüse, Obst und Co. von regionalen Erzeuger*innen zu beziehen, hat viele Vorteile. Die Lebensmittel werden nach hohen Standards angebaut oder hergestellt, behalten ihre Frische durch die kurzen Transportwege, und ganz wichtig - schmecken einfach richtig gut.

Wir legen Wert auf eine beständige Zusammenarbeit, um die Region nachhaltig zu stärken und euch in den Märkten Lebensmittel bester Qualität anbieten zu können. Umso mehr freut es uns, wie eng und vertrauensvoll wir mit unseren langjährigen Verbündeten "in wilder Ehe" zusammenarbeiten.

VIER VON IHNEN STELLEN WIR EUCH HIER VOR:



Echte Handarbeit und Liebe zum Detail sind Qualitätsmerkmale, die Valentin - der verrückte Bonbonmacher - und sein Team aus Mönchengladbach in ihrer täglichen Arbeit leben. Die Bonbons und gebrannten Mandeln werden nach dem 1950er Jahre Rezeptbuch des Firmengründers Hubert Ehren an den Originalmaschinen von damals hergestellt. Und diesen Unterschied schmeckt man! Die hübschen Beutelchen und Weckgläser eignen sich hervorragend als Geschenk oder Mitbringsel. In unseren Endt-Märkten findet ihr die Produktvielfalt von Ehren bei den Süßwaren - greift zu und lasst es euch schmecken!

www.ehren.de



ENDTdecke uns auch digital auf www.edeka-endt.de

Bauer Friesen

NLINE MEHR ENDTDECKEN

baut die Familie Friesen in Willich Kartoffeln an und setzt dabei auf das nachhaltige Anbauverfahren der Fruchtfolge. Das sorgt nicht nur für Top-Qualität, sondern schont auch die Umwelt. Die leckeren Knollen kommen frisch vom Feld in unsere Märk-

te und sorgen für vielseitigen Kartoffelgenuss auf dem Teller. Peter Friesen höchstpersönlich schaut regelmäßig bei uns vorbei und sucht das Gespräch mit unseren Kunden*innen oder verkauft sogar auf dem Parkplatz direkt vom Traktor. Das nennen wir vollen

> Einsatz für Frische und Qualität!

www.bauer-friesen.de



Selbstgemachtes Eis aus natürlichen Zutaten, ohne künstliche Zusatzstoffe, in selbstgebackenen Eiswaffeln oder kompostierbaren Bechern angereicht - die Eisdealer nehmen ihre Liebe zum Eis und ihre Verantwortung für die Umwelt mehr als Ernst. Neben Klassikersorten wie Schokomousse und Vanille punktet die Eismanufaktur aus Mönchengladbach auch mit ausgefallenen Kreationen wie Gebrannte Mandeln oder Milchreis-Zimt. Viele Sorten sind auch laktosefrei oder vegan erhältlich. Unsere Märkte

- der perfekte "Deal" fürs

www.dieeisdealer.de

Bauernhof lynders

Die vielseitige Gemüseauswahl vom Hof der Familie Lynders aus Niederkrüchten bringt nicht nur geschmackliche, sondern auch saisonale Abwechslung in die Endt-Märkte. Je nach Jahreszeit beliefern sie uns mit Kartoffeln, Kohl, Salat und vielem mehr. In den Wintermonaten ernten die Lynders zum Beispiel Rotkohl, Kürbis und Wirsing. Und dass man aus solchen heimischen Gemüsesorten nicht nur rheinische Klassiker kochen kann, beweisen wir auf der nächsten Seite in unserer Marktküche. ENDTdeckt Rotkohl einmal ganz anders - inklusive Rezept zum Nachkochen.

Lynders

Einfach umblättern! www.lynders.nrw



beliefern sie mit ihren praktischen 450ml Vorratsbechern

Schlemmen zuhause!

Aus bester Nachbarschaft

ian Röhnert, Teamleiter Obst und Ge

4 Endtdecker



Kreative Kiichenschlacht

Rotkohl neu in Szene gesetzt

Saisonales Gemüse aus der Region einmal ganz anders verarbeiten: Mit dieser Idee und einem kreativen Rezept aus der Edeka-Welt haben wir uns in der Marktküche auf der Steinsstraße verabredet. Die Hauptrolle spielt heute der Rotkohl vom Bauernhof Lynders. Krempelt die Ärmel hoch, wetzt die Messer und macht die Pfanne heiß heute wird geschlemmt!

Unsere Rezeptidee: ROTKOHI-MANGO-SAIAT MIT GEBRATENEM LACHS

Zutaten

(4 Personen)

Frisch:

- · 400 g Rotkohl
- · 2 kleine Mangos
- · 20 g Ingwer
- · 1 Bund Koriander
- . 800 g Lachsfilet

Aus dem Vorrat:

- · 8 EL Sonnenblumenöl
- · 2 TL Kreuzkümmelsamen
- · 1 TL Chiliflocken
- . 4 EL Balsamico, hell
- · Salz und Pfeffer

Zubereituna:

- 1. Den Rotkohl vierteln, Strunk entfernen, 400g abwiegen und fein hobeln. Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein und in 1–2 cm große Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein reiben. Korianderblätter grob hacken.
- 2. In einer großen beschichteten Pfanne 2-3 EL Öl erhitzen. Rotkohl mit Kreuzkümmel bei starker Hitze ca. 3 Minuten unter Rühren anrösten. Ingwer, Chiliflocken und gehackten Koriander dazugeben, durchschwenken und ca. 1 Minute mitbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen. Mango und Essig unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3. Den Lachs trocken tupfen, in mundgerechte Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Restliches Öl (1-2 EL) in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Lachs darin bei starker Hitze ca. 3 Minuten rundherum anbraten, die Pfanne zur Seite stellen und den Fisch für 1 Minute ruhen lassen. Rotkohl-Mango-Salat auf einer Platte anrichten und den Lachs darauf verteilen.







SCHON GEWUSST?

Rotkohl ist ein idealer Nährstofflieferant zur Stärkung des Immunsystems, gerade in den Wintermonaten. Er enthält wertvolles Vitamin C und E. Folsäure und Mineralstoffe wie Kalzium und Magnesium. Seine Farbstoffe wirken anti-

oxidativ, er ist kalorienarm und reich an Ballaststoffen Und da er praktisch vor der Türe wächst, ist er eine perfekte und

nachhaltige Alternative zu nährstoffreichen Exoten aus Übersee.



Habt ihr auch leckere und kreative Rezepte, die ihr gerne mit uns und anderen Kochbegeisterten teilen wollt?

DANN SCHICKT SIE UNS!



Aus euren Einsendungen wählen wir die spannendsten Rezeptideen aus, veröffentlichen sie auf unserer Website, kochen sie einmal pro Woche in der Marktküche nach und erstellen daraus sogar ein Kochbuch.

Als Dankeschön fürs Mitmachen verlosen wir unter allen Rezepteinsendungen, die am Ende im Kochbuch abgedruckt werden, 10 Einkaufsgutscheine von Edeka Endt im Wert von 50€. Also ran an die Stifte und los geht's: Wir sind gespannt auf eure Rezeptideen!

Euer Weg ins Kochbuch:

Kreatives Lieblingsrezept heraussuchen

Per Mail (kochbuch@edeka-endt.de) oder Post (Endt Verwaltungs GmbH, 🏿 Kochbuch", Steinsstraße 70, 41199 MG) an Edeka Endt verschicken oder bei unseren Marktleitern vor Ort abgeben

Daumen drücken und Augen aufhalten, ob euer Rezept online veröffentlicht, in der Marktküche nachgekocht oder sogar im Kochbuch abgedruckt wird

Mit etwas Glück einen von 10 Einkaufsgutscheinen im Wert von 50€ gewinnen, falls es euer Rezept ins Kochbuch geschafft hat.

Alle Infos zur Einsendung gibt's online oder im Markt einfach hier den QR-Code einscannen und unsere Website checken!



Mach den Kühlschrank-Check!

"Mir liegt am Herzen, für den

Umgang mit dem Mindesthalt-

barkeitsdatum, kurz: MHD, zu

sensibilisieren. Bei der Beurtei-

lung, ob ein Lebensmittel nicht

gefragt: lieber erst einmal an-

schauen, riechen, ein wenig

probieren - und erst dann

JANINA MISDZIOL

EDEKA ENDT NORDPARK

entscheiden, ob es

wirklich reif für die Tonne ist."

mehr genießbar ist, sind alle Sinne

Teller statt Tonne

GELEBTE NACHHALTIGKEIT BEI EDEKA ENDT

Lebensmittel sind ein kostbares Gut. Umso schmerzlicher ist es. dass laut WWF in Deutschland immer noch bis zu 18 Millionen Tonnen Lebensmittel pro Jahr weggeworfen werden. Um eine nachhaltige Veränderung zu bewirken, sind wir alle gefragt.

Auf dieser Seite geben wir euch Tipps und Tricks für den Umgang mit Resten und zeigen euch, wie wir mit dem Leitmotiv "Teller statt Tonne" selbst mit gutem Beispiel vorangehen wollen.

> So arbeiten wir mit Gemüse. Obst und Co. in unseren Märkten, um möglichst viele Lebensmittel zu retten:

VORAUSSCHAUEND PLANEN

Bedarf des Marktes angepasst, damit möglichst keine Ware übrig bleibt.

PREISE SENKEN

Sollten Produkte doch noch kurz vor Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums im Bestand sein, reduzieren wir kurzfristig den Preis.

VERTEILUNG AN DIE TAFEL MÖNCHENGLADBACH

Bleibt dann noch Ware übrig, geben wir sie an die Tafel eine gute Tat für Menschen, die Unterstützung benötigen.

FOODSHARING MÖNCHENGLADBACH

Auch durch das Foodsharing-Programm können wir helfen, Lebensmittel fair zu verteilen, ohne etwas wegwerfen zu müssen.

TIERPARK ODENKIRCHEN

Frischwaren finden auch im Tierpark Odenkirchen glückliche Resteverwerter mit Fell und Federkleid.

Wir kalkulieren unseren Einkauf vorausschauend und an den

LECKERES PESTO AUS KAROTTENGRÜN 🔻

Du brauchst:

- 1 Bund Karottengrün
- 100ml Olivenöl
- 2 EL Pinien- oder Cashewkerne (auch gut: mit Wal- oder Haselnüssen!)
- 1 Knoblauchzehe
- 60g geriebener Parmesan (für die vegane Variante einfach durch mehr Kerne oder Nüsse ersetzen)
- Salz & Pfeffer

- 1. Kerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Zum Abkühlen beiseite stellen.
- 2. Knoblauch schälen und grob hacken.
- 3. Karottengrün waschen, trocken schütteln und grob zerkleinern.
- 4. Alle Zutaten in ein hohes Gefäß füllen und bis zur gewünschten Konsistenz
- 5. In Gläser füllen, mit Öl begießen, bis das Pesto bedeckt ist und vor dem Servieren einen Tag im Kühlschrank durchziehen lassen. Ungeöffnet ist das Pesto mehrere Wochen haltbar. Geöffnet sollte es innerhalb weniger Tage

Lass es dir schmecken!



ÜBER DEN TELEKKAND

Gemeinsam etwas verändern und engagierten Menschen vor Ort helfen

- mit diesem Ziel haben wir im Frühjahr 2021 die Aktion "Ein Herz für unsere Altstadt" ins Leben gerufen. Insgesamt gab - und gibt es teilweise immer noch! - 16 Produkte lokaler Partner*innen, von deren Verkauf wir pro Artikel bis zu 20% an lokale Gastronomien und Clubs in der Mönchengladbacher Altstadt spenden.

Fantastische 21.000 € sind bisher schon zusammen gekommen und Anfang September von Dirk Endt an den Vorstand des Clubs der Wirte, Hauke Jakob, übergeben worden. Obwohl die lokale Gastronomie durch die Pandemie schwer gebeutelt ist, haben die Mitglieder vom Club der Wirte beschlossen, dass die vollständige Spendensumme in die Gestaltung des öffentlichen Raumes fließen soll.

Geplant sind u.a. neue Lampenschirme für die Festbeleuchtung der Waldhausener Straße, 66 Blumenampeln für Laternen und ein orientierungsgebender Leuchtschriftzug "#waldhausener" am oberen und unteren Eingang der Altstadt.

> Wir haben jetzt eine einmalige Möglichkeit, die Aufenthaltsqualität in der Altstadt nachhaltig zu verbessern. · Hauke Jakob ·





Weihnachtsessen mal anders!

AN DIE ZANGE, FERTIG, LOS!

Längst wird der Grill nicht mehr nur im Sommer angeworfen -Wintergrillen ist auf dem Vormarsch und erobert nun auch die Festtagssaison. Wir finden: zu Recht! Vor allem, weil sich ein Grillmenü super vor- und zubereiten lässt und für jede Geschmacksvorliebe eine Alternative bereit hält. Holt euch hier eine Portion Inspiration und besucht uns im Markt:

GERNE BERATEN WIR EUCH PERSÖNLICH ZU EUREN WÜNSCHEN FÜRS WINTERGRILLMENÜ.



YON CHRIS KAHLERT EDEKA ENDT STEINSSTRABE

Meine Empfehlung fürs Wintergrillen ist ein aromatisches Dry Aged Steak vom Rind. Der würzig-intensive Geschmack, der durch die Trockenreifung (am Knochen abhängend) in kühlem Klima entsteht, sorgt für ein kulinarisches Festtags-Highlight.

> Auf dem Grill erreicht ihr ganz leicht den perfekten Garpunkt einfach 4-6 Minuten von jeder Seite scharf grillen und mit leckeren Beilagen und einem guten Tropfen genießen.



VON ASTRID CURRY FOEKA ENDT MITTELSTRAßE

Wer fürs winterliche Grillmenü statt Fleisch lieber einmal Fisch zubereiten möchte, hat eine Vielzahl an schmackhaften Möglichkeiten. Am besten eignen sich festfleischige und fettreiche Fischarten wie Dorade, Lachs, Forelle oder Wolfsbarsch. Wer ganze Fische grillen will, dem empfehle ich eine Füllung mit Zitronenscheiben, Thymianzweigen und Knoblauchzehen. Den Fisch seitlich einschneiden, in einen Fischgrill spannen und für ca. 15 Minuten bei mehrmaligem

Wenden grillen.











VON NADINE HEUSEN

Das Grillgut ist hier der Star auf dem Teller, daher sollte die Beilage das Menü nicht überfrachten. Ein winterlicher Feldsalat mit Rote Beete und Walnüssen passt gut, ebenso die klassischen Ofen- oder Bratkartoffeln. Praktischerweise bietet sich natürlich auch Grillgemüse an. Lasst euch hier einfach von der saisonalen Auswahl im Markt inspirieren!





ON GIUSEPPE DI MARINO EDEKA ENDT STEINSSTRAGE

Meine Empfehlung fürs Wintergrillen sind zwei Weine vom Weingut Studier aus der Pfalz. Zu einem Stück Rind empfehle ich den trockenen Matura Rotwein als fülligen Wein voller Eleganz und fruchtiger Harmonie. Zu Fisch oder auch Hähnchen lässt sich wunderbar der feinherbe Audimax Riesling mit seiner fruchtigen Säure und Restsüße reichen. Für weitere Empfehlungen bin ich im Markt sehr gerne



OH DU FRÖHLICHE WEIHNACHTSZEIT!

Mach mit beim EDEKA Endt Online-Adventskalender.

Vom 1. bis 24. Dezember verlosen wir täglich ein tolles Angebot. Weitere Details findest du auf unserer Facebook- und Instagramseite.

f facebook.com/edekaendtamNordpark

instagram.com/edekaendt







Du willst die ganze Welt von EDEKA Endt erleben und mitgestalten? DANN BEWIRB DICH BEI UNS: www.edeka-endt.de/karriere

WILLKOMMEN IM

SUPERAUSBILDUNGSMARKT!

40 AZUBIS, 6 BERUFSBILDER UND 1 DUALER STUDIENPLATZ

Wir sind nicht nur eine große Markt-Familie, sondern auch dein Ausbildungsbetrieb für einen spannenden Job mit Perspektive! Deine Ausbildung bei Edeka Endt ist nicht nur lehr- und abwechslungsreich, sondern bietet dir viel Raum für kreative Aktionen, in denen du deine persönlichen Stärken einbringen kannst.

DEINE VORTEILE ALS ENDT-AZUBI:

- INHOUSE SCHULUNGEN
- MEGA-AZUBI-AUTO INKL. TANKKARTE
- COOLE PROJEKTE & AKTIONEN UVM.

DEINE ANSPRECHPARTNERIN SUSANNE SAVIC FREUT SICH AUF DEINE BEWERBUNG!