

ROOSTER[®] the

Offizielle NATURA GÜGGLI Kundenzeitung Herbst/Winter 11/12 – Ausgabe 27
Journal clientèle officiel POULET GRAND DELICE automne/hiver 11/12 – édition 27





Liebe Kundin, lieber Kunde

Seit 10 Jahren und zum 27. Mal halten Sie unser Kundenmagazin THE ROOSTER™ in den Händen. 27 Mal Porträts, Hintergrundberichte, Ernährungsinformationen, u.v.m. über NATURA GÜGGELI. Zum letzten Mal in gedruckter Form. Keine Angst, THE ROOSTER™ wird weiterhin regelmässig über das beste Schweizer Grill-Poulet berichten, dabei aber neue Kommunikationswege über die elektronischen Medien beschreiten. Sie dürfen auf den Frühling 2012 gespannt sein. Über Newsletter, Facebook und unsere Webseite informieren wir Sie dann über den neuen, elektronischen THE ROOSTER™.

Was hat Leistungsfähigkeit mit gesunder Ernährung zu tun? Sehr viel. Trinken Sie genug? Essen Sie regelmässig? Und vor allem: Essen Sie auch das Richtige? In unserer Ernährungsrubrik liefert Ihnen Cordula Passing praktische Tipps und in unserem Restaurant HUHNIVERSUM™ in Basel können Sie gesunde Ernährung gleich 1:1 ausprobieren. Seiten 6 + 7.

Sehen, riechen, hören, greifen (oder tasten) und schmecken. NATURA GÜGGELI bedient alle Sinne. Wie das geht, lesen Sie auf den Seiten 8 + 9.

Der Berg hat gerufen. Diesen Sommer, den ganzen Juli, stand ein NATURA GÜGGELI-Fahrzeug auf dem Ostschweizer Ausflugs- und Aussichtsberg HOHER KASTEN im Appenzellerland. Trotz des schlechten Wetters haben sich viele über den temporären, höchstgelegenen Standplatz und im Drehrestaurant über den lukullischen Genuss erfreut. Ein Rückblick dazu auf den Seiten 10 + 11.

Zum 13-jährigen Bestehen von NATURA GÜGGELI krönen wir die letzte Papier-Ausgabe von THE ROOSTER™ wieder mit einem bunten Potpourri an Informationen und Unterhaltung für Sie und machen die NATURA GÜGGELI-Kundenzeitung nochmals zu einem Höhepunkt. Und auf diesem Weg zum guten Schluss: Einfach Danke für Ihre Treue und: Poulet-vous?

Stephan M. Pagnoncini™
Gastronaut & Hahn im Korb

Chère cliente, cher client,

Depuis 10 ans et pour la 27ème fois, vous tenez en mains notre revue THE ROOSTER™ réservée à nos fidèles clients. 27 portraits, des articles de fond, des informations tout autour de la nutrition et bien d'autres choses encore sur le POULET GRAND DELICE. Pour la dernière fois en version imprimée. Mais pas de panique, THE ROOSTER™ continuera à vous informer du meilleur poulet grillé de Suisse, même s'il s'engage dans de nouvelles voies de communication avec les médias électroniques. Réjouissez-vous du printemps 2012. Dans notre Newsletter, sur Facebook et sur notre site web, nous vous informerons du nouveau THE ROOSTER™ électronique.

Qu'est-ce que la performance a à voir avec une nourriture saine? Plus que vous ne le croyez. Buvez-vous suffisamment? Vos repas sont-ils réguliers? Et surtout: votre alimentation est-elle vraiment saine? Dans notre rubrique Nutrition, Cordula Passing vous dispense une quantité de conseils pratiques, et dans notre restaurant HUHNIVERSUM™ à Bâle, vous pourrez même tester l'alimentation équilibrée 1:1. Pages 6 + 7.

Voir, sentir, entendre, appréhender (ou toucher) et goûter. LE POULET GRAND DELICE ravit tous les sens. Comment, c'est ce que vous lirez aux pages 8 + 9.

L'appel de la montagne. Cette année, pendant tout le mois de juillet, un véhicule POULET GRAND DELICE est resté dans les hauteurs du HOHER KASTEN, lieu de randonnée et panorama exceptionnel de Suisse orientale, dans le pays d'Appenzell. Malgré un temps déplorable, nombreux sont ceux qui se sont réjouis de cet emplacement temporaire si haut placé et savouré les plaisirs culinaires du restaurant panoramique. Voyez notre article à ce sujet aux pages 10 + 11.

Pour le 13ème anniversaire du POULET GRAND DELICE, nous couronnons la dernière version papier de THE ROOSTER™, avec un potpourri bariolé d'informations et de divertissement à votre seule intention et faisons encore une fois de la revue POULET GRAND DELICE pour nos clients un véritable point culminant. Et pour terminer, encore un détail: un grand merci de votre fidélité et Poulet-vous?

Stephan M. Pagnoncini™
gastronome & coq du village



Inhalt

Nr. 27

ROOSTER[®]

the

NATURA GÜGGELI-Franchise-Partner: **Porträt** 4/5

Ihre Grilleure des Vertrauens! Ein Dankeschön an unsere selbstständigen Grill-Poulet-Profis

Partenaire de franchise du POULET GRAND DELICE: **Portrait** 4/5

les grilleurs de votre confiance! Un grand merci à nos professionnels indépendants!

Leistungsfähigkeit im Job! **Thema** 6/7

Den persönlichen Energiehaushalt erfolgreich managen

Performance au boulot! **Thème** 6/7

Gérer efficacement votre équilibre d'énergie personnel

NATURA GÜGGELI weckt alle Sinne! **Aufgespiesst I** 8/9

Warum Ihnen Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten mit uns niemals vergehen

Le POULET GRAND DELICE éveille tous les sens! **Embroché I** 8/9

Pourquoi, avec nous, la vue, l'ouïe, l'odorat, le goût et le toucher ne vous feront jamais défaut

NATURA GÜGGELI **Aufgespiesst II** 10/11

WIR HATTEN EINS AUF DEM KASTEN!
Rückblick auf die Sommer-Event-Reihe auf dem HOHEN KASTEN/Appenzellerland

POULET GRAND DÉLICE **Embroché II** 10/11

vu du HOHE KASTEN!
Retour en arrière sur la série des évènements de cet été sur le HOHE KASTEN/pays de l'Appenzell

NATURA GÜGGELI – Gegacker von der Hühnerleiter! **Herausgepickt** 14

Neues (auch) aus dem HUHNERIVERSUM™

POULET GRAND DÉLICE – caquetage du poulailler **Selectionné** 14

Nouveautés (entre autres) de l'HUHNERIVERSUM™

Wettbewerb! 15

Gewinnen Sie ein NATURA-GÜGGELI-Fest für 40 Personen

Concours! 15

Gagnez une fête avec POULET GRAND DELICE pour 40 personnes



Herausgeberin: Natura Guggeli AG

Hauptstrasse 11, CH-9562 Märwil

Fon: 071 654 65 65

Fax: 071 654 65 66

www.natura-gueggeli.ch

info@natura-gueggeli.ch

Irrtum, Satz- und Druckfehler vorbehalten!

Idee und Konzept: www.air-food-one.com

Grafik/Layout: www.edthofer.ch

Redaktion u. Anzeigen: Stephan M. Pagnoncini™

Lektorat: www.ringier-specter.ch

Titelbild: *Abheben mit dem besten Schweizer Grill-Poulet NATURA GÜGGELI geht so einfach!*

Produktion: www.huehnerstall-produktion.ch

Druck: www.avd.ch

Éditeur: Natura Guggeli SA

Hauptstrasse 11, CH-9562 Märwil

Fon: 071 654 65 65

Fax: 071 654 65 66

www.poulet-grand-delice.ch

info@natura-gueggeli.ch

Erreur de texte et d'impression sous réserve!

Idee et concept: www.air-food-one.com

Graphisme/Layout: www.edthofer.ch

Rédaction et annonces: Stephan M. Pagnoncini™

Lektorat: www.ringier-specter.ch

Image de titre: *Bien entendu, le meilleur poulet grillé de Suisse sera le point de mire de votre mariage. Nous solutionnons tous les cas de ravitaillement - le vôtre également!*

Production: www.huehnerstall-produktion.ch

Impression: www.avd.ch

NATURA GÜGGELI: Dankeschön an unsere Grill-Stars!

Geflügelter Erfolg mit System. Die Natura Güggeli AG setzt seit Unternehmensbeginn auf die Vertriebsform der Zukunft: Franchising.

Glänzende Augen, rote Wangen und vor Freude einen schnellen Herzschlag. Das sind unsere Grilleure bei der Arbeit. Durch und durch

Grill-Profis, jeder ist selbstständig tätig. Sie alle machen jeden Tag für Sie aus den Schweizer Qualitäts-Poulets der frifag märwil ag das,

was Sie so mögen: Das beste Schweizer Grill-Poulet NATURA GÜGGELI. Wir sagen unseren Grilleuren an dieser Stelle DANKESCHÖN für

Ihren Einsatz. Wollen auch Sie eine Licence to Grill? www.natura-gueggeli.ch, Rubrik Franchising.



Alain Pasche, FR/VD



Anđelko Galic, TG/SG/ZH



Antoniao Marchese SZ/ZG/ZH



August Karner, ZH



Bajrami Osmani, TG/SG/ZH



Beat Wahlen, BL



Benedetto Siragusa, AG/BL/BS/SO



Charly Casini, GE/VD



Daivs Nabiollahi, NE



Edi Duarte, Franchise Betreuer



Franco Rossi, BE



Francois Cleusix, GE



Frederic Pollo, FR/VD



Hans Peter Feuz, BE



Heinz Wehrli, GR



Herbert Caspar, ZH/SH

POULET GRAND DELICE: Merci à nos stars du grill!

Une envolée systématique vers le succès. Depuis les débuts de l'entreprise, Natura Güggeli SA mise sur le système de distribution de demain: le franchising. Des yeux pétillants, des joues rouges et un cœur qui bat au rythme de la joie. Tels sont nos grilleurs au travail. Des pros du grill indépendants qui, pour vous, font du poulet qualité suisse de frifag märwil sa ce que vous aimez: Le meilleur poulet rôti suisse POULET GRAND DELICE. Nous REMERCIONS nos grilleurs pour leur engagement. Vous souhaitez vous-aussi obtenir une licence? www.poulet-grand-delice.ch, rubrique Franchising.



Ilir Leci, AG/ZH/GL



Jean-Marc Gisclon, VD



Jürg Bernard, SG



Marko Sarcevic, AR/SG



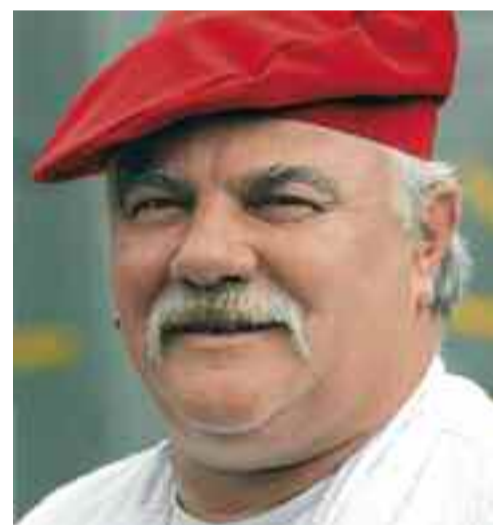
René Bernhard, NW/LU



Rick Martin, SZ/UR



Rodney Carroll, VS/VD



Roland Gerber, ZH



Ruedi Wälti, Festgrilleur



Ruedi Wirth, AI/AR/SG/TG



Thierry Fischer, VS



Toni Stöckli, AG/BL/BS



Toufik Karzoun, SG/SZ/GR



Valter Soares, TG/SG



Werner Bernhard, SH/ZH/SG



Zenel Osmani, SG/ZH

LEISTUNGSFÄHIGKEIT IM JOB

PERFORMANCES AU BOULOT

von/de Cordula Passing

Ernährungsberaterin/conseillère en alimentation



◀ Cordula Passing

Wir leben in einer Gesellschaft, in der stets volle Leistungsfähigkeit von uns erwartet wird. Die Arbeitswelt ist geprägt von wachsendem Leistungs- und Konkurrenzdruck, Stress und dem Fordern stetiger Verfügbarkeit und Aufmerksamkeit. Den beruflichen Druck zusätzlich mit Familie und persönlichen Hobbys zu vereinen, kann uns einiges abverlangen.

So kommt es, dass sich lediglich 26% aller Schweizer Erwerbstätigen als sehr gesund und leistungsfähig einstufen. Fühlen Sie sich auch oft schlapp oder können Sie sich schlecht konzentrieren? Der menschliche Körper ist keine Maschine, die bedingungslos funktioniert, sondern verlangt eine gewisse Sorgfalt, um seine volle Leistung zu entfalten und zu erhalten. Ausreichend Bewegung, Entspannung und die richtige Ernährung sind die drei Schlüssel zum Erfolg. Letzteren Aspekt werden wir heute einmal genauer unter die Lupe nehmen.

Ausreichend trinken als Grundlage

Rund 1400 Liter Wasser fließen täglich durch unser Gehirn. Sportler wissen, dass bereits eine Dehydration von 2 Prozent zu einem Leistungseinbruch von bis zu 20 Prozent führen kann. Dasselbe gilt für die berufliche Leistungsfähigkeit und Konzentration! Daher sind circa 1,5 bis 2 Liter, verteilt über den Tag getrunken, die Grundlage, um fit und belastbar zu bleiben.

Den Energiehaushalt erfolgreich managen

Ihr Körper produziert mit dem, was Sie ihm zuführen, Energie. Doch je nachdem, was und wann Sie essen, hat dies einen entscheidenden Einfluss auf Ihre Leistungsfähigkeit.

Wer sich auf schnell verbrennende, stark verarbeitete Kohlenhydrate beschränkt (z.B. Weissmehlprodukte, Zucker und zuckerhaltige Getränke etc.), führt seinem Körper zwar schnell Energie zu, wird jedoch anschliessend relativ schnell in ein Energieloch fallen, das sich mit rasch wiederkehrendem Hunger und allenfalls Müdigkeit bemerkbar macht. Ursache ist der nach einer solchen Energiezufuhr stark ansteigende Zuckerspiegel, welcher eine hohe Insulinreaktion zur Regulierung auslöst. Dieses Auf und Ab des Insulinspiegels ist für den Körper nicht nur anstrengend und ermüdend, sondern macht auf Dauer sogar krank.

Günstig für die Leistungsfähigkeit sind daher Mahlzeiten, die den Zuckerspiegel nur schwach ansteigen lassen und aufgrund eines daher geringen Insulinausschusses das Energielevel längere Zeit konstant halten. Hierzu zählen nebst Früchten, Gemüse und Vollkornprodukten alle eiweisshaltigen Lebensmittel wie Fleisch, Käse, Eier etc. Der ideale Business-Lunch setzt sich daher aus einer Portion Eiweiss, kombiniert mit frischem Gemüse oder Salat zusammen.

Grafik 1 verdeutlicht den Unterschied zwischen einer Mahlzeit mit schnell und einer eiweissreichen mit wenigen und/oder langsam verbrennenden Kohlenhydraten.

Des Weiteren empfiehlt es sich, sich auf die Hauptmahlzeiten zu konzentrieren und Snacks (vor allem zuckerhaltige) zwischendurch zu vermeiden. Dies verhindert zum einen eine zusätzliche Insulinbelastung, zum anderen, dass die Verdauungsorgane wiederum arbeiten und somit Energie benötigen, die im Gehirn besser eingesetzt wäre. Wenn sich der Hunger zwischendurch meldet, lieber zu Nüssen oder Früchten greifen anstatt zu zuckerhaltigen Energydrinks oder Schoggiriegeln.

Als letzter Tipp, für alle die, die auf den täglichen Schoggiriegel nicht verzichten können: Süsses lieber

direkt nach einer eiweisshaltigen Hauptmahlzeit geniessen anstatt als Snack zwischendurch, denn Eiweiss bremst die Insulinausschüttung von parallel konsumiertem Zucker und hält das Energielevel somit besser konstant.

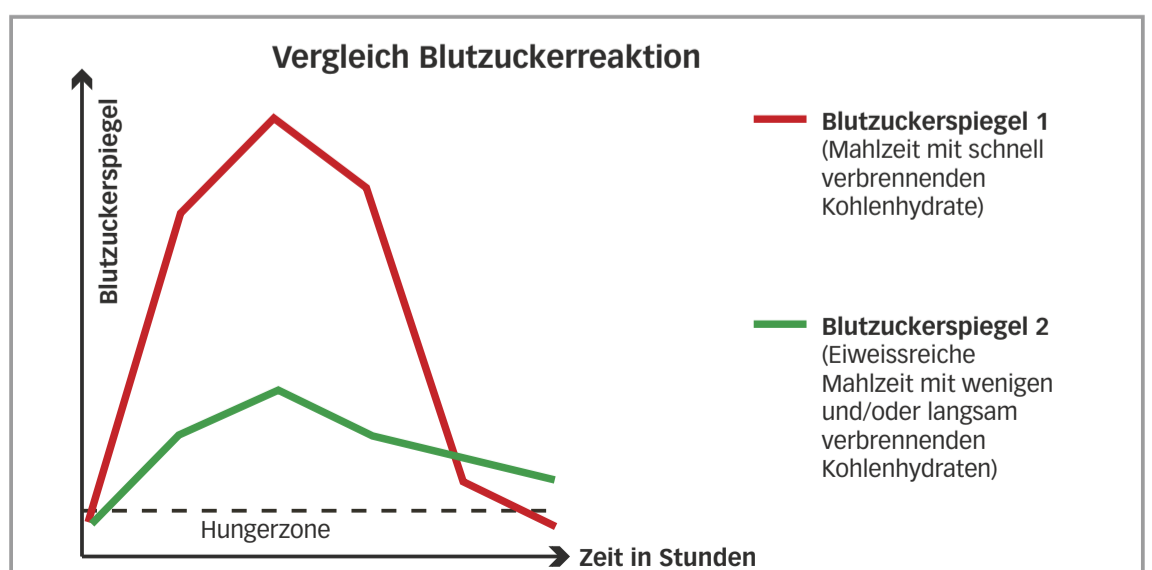
Umsetzung im Alltag

Mit einer kleinen Umstellung können Sie viel an Leistungsfähigkeit gewinnen, probieren Sie es mal aus!

- Morgens lieber zu einem belegten Vollkorn-Sandwich greifen als zu einem Gipfeli.
- Am Arbeitsplatz stets eine Flasche Wasser haben, um ausreichendes Trinken nicht zu vergessen.
- Mittags eiweissreich essen, zum Beispiel frisches Poulet von NATURA GÜGGELI mit Salat. Grosse Mengen an Stärkebeilagen wie Pasta, Reis, etc. lieber weglassen oder reduzieren.
- Snacks zwischendurch eher meiden, vor allem stark zuckerhaltige.

Ich wünsche Ihnen eine gute Gesundheit und anhaltende Leistungsfähigkeit!

Quellen:
Facts & Figures. Auszug vom 23. September 2011, www.gesundheitsförderung.ch
Wasserempfehlungen für den Menschen. Auszug vom 27. April 2010, www.sge-ssn.ch
Der Brockhaus der Ernährung (2008). F.A. Brockhaus GmbH, Leipzig.





Nous vivons dans une société qui attend continuellement de nous une prestation soutenue. Le monde du travail est imprégné d'une pression constante de la performance et de la concurrence, du stress et de l'exigence d'une disponibilité et d'une attention sans failles. Combiner la pression professionnelle avec les besoins de la famille et des loisirs personnels est un véritable défi.

C'est ainsi que seuls 26 pour cent de tous les suisses qui exercent une activité professionnelle se considèrent comme parfaitement vitaux et performants. Vous vous sentez souvent fatigués ou manquez de concentration? Le corps humain n'est pas une machine qui fonctionne à travers tout, il exige une certaine attention pour développer et assurer sa véritable prestation. Suffisamment de mouvement, de détente, et une alimentation équilibrée sont les trois clés du succès. Aujourd'hui, nous allons nous pencher avec attention sur le dernier de ces aspects.

Boire suffisamment – la base

Env. 1400 litres d'eau traversent chaque jour notre cerveau. Les sportifs savent qu'une simple déshydratation de 2 pour cent suffit pour perdre jusqu'à 20 pour cent de performance. Il en est de même pour les prestations professionnelles et la concentration ! De 1,5 à 2 litres, bus sur une journée, sont une condition indispensable pour rester vital et résistant.

Gérer efficacement votre équilibre d'énergie personnel

Votre corps vous approvisionne en énergie sur la base de ce que vous lui donnez. Tout ce que vous mangez, et quand vous le faites, a une grande influence sur votre forme personnelle.

Celui qui se limite aux hydrates de carbone fortement transformés qui brûlent rapidement (par exemple les produits à base de farine blanche, les sucres et les boissons sucrées, etc.), fournit certes rapidement de l'énergie à son corps, mais il ressentira ensuite tout aussi vite un manque d'énergie, qui se manifeste par un sentiment de faim assez rapide,

voire par de la fatigue. La cause en est le taux de glycémie qui augmente nettement après un tel apport d'énergie et qui déclenche une forte réaction d'insuline. Ces montées et descentes du taux de glycémie ne sont pas seulement fatigantes et astreignantes pour le corps, elles rendent même malade à la longue.

Pour une meilleure forme physique et intellectuelles, des repas qui ne font monter que faiblement le taux de glycémie sont plus indiqués, car, en raison de leur faible apport en insuline, ils maintiennent plus longtemps l'énergie à un niveau constant. En font partie, outre les fruits, les légumes et les produits complets, tous les aliments protéinés comme la viande, le fromage, les œufs, etc. Le Business Lunch idéal se compose donc d'une portion de protéines combinées avec des légumes frais ou de la salade.

Le graphique 1 montre la différence entre un repas à base d'hydrates de carbone rapides et un repas riche en protéines avec des hydrates de carbone en petite quantité ou qui brûlent plus lentement.

Votre corps vous approvisionne en énergie sur la base de ce que vous lui donnez. Tout ce que vous mangez, et quand vous le faites, a une grande influence sur votre forme personnelle.

Celui qui se limite aux hydrates de carbone fortement transformés qui brûlent rapidement (par exemple les produits à base de farine blanche, les sucres et les boissons sucrées, etc.), fournit certes rapidement de l'énergie à son corps, mais il ressentira ensuite tout aussi vite un manque d'énergie, qui se manifeste par un sentiment de faim assez rapide, voire par de la fatigue. La cause en est le taux de glycémie qui augmente nettement après un tel apport d'énergie et qui déclenche une forte réaction d'insuline. Ces montées et descentes du taux de glycémie ne sont pas seulement fatigantes et astreignantes pour le corps, elles rendent même malade à la longue.

Pour une meilleure forme physique et intellectuelles, des repas qui ne font monter que faiblement le taux de glycémie sont plus indiqués, car, en raison de leur faible apport en insuline, ils maintiennent plus longtemps l'énergie à un niveau constant. En font partie, outre les fruits, les légumes et les produits complets, tous les aliments protéinés comme la viande, le fromage, les œufs, etc. Le Business Lunch idéal se compose donc d'une portion de protéines combinées avec des légumes frais ou de la salade.

Le graphique 1 montre la différence entre un repas à base d'hydrates de carbone rapides et un repas riche en protéines avec des hydrates de carbone en petite quantité ou qui brûlent plus lentement.

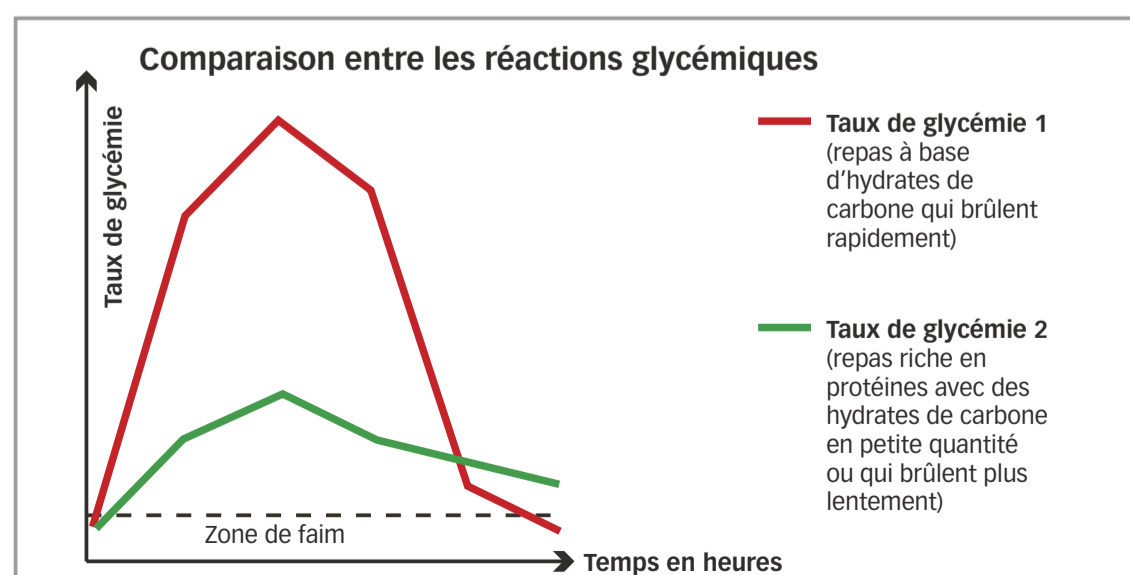
La pratique au quotidien

En vous accommodant quelque peu, vous pouvez vous assurer une meilleure forme physique et intellectuelle, essayez donc, pour voir!

- Le matin, plutôt opter pour un sandwich au pain complet que pour un croissant.
- Au travail, toujours avoir une bouteille d'eau à portée de la main, pour ne pas oublier de boire suffisamment.
- A midi, manger un repas riche en protéines, par exemple un poulet frais du POULET GRAND DELICE, avec de la salade. Plutôt éviter les grandes quantités d'accompagnements féculents comme les pâtes, le riz, etc. ou encore les réduire.
- Ne pas grignoter entre les repas, éviter surtout les sucreries.

Je vous souhaite santé et pleine forme!

Sources:
Facts & Figures. Extrait du 23 septembre 2011, www.gesundheitsfoerderung.ch
Recommandations pour les adultes – l'eau.
Extrait du 27 avril 2010, www.sge-ssn.ch
Der Brockhaus der Ernährung (2008). F.A. Brockhaus GmbH, Leipzig.
Der Brockhaus der Ernährung (2008). F.A. Brockhaus GmbH, Leipzig.



NATURA GÜGGELI DAS GESCHMACKS-ERLEBNIS FÜR ALLE SINNE!

POULET GRAND DÉLICE L'AVENTURE GUSTATIVE POUR TOUS LES SENS!



Schon von weitem sehe ich diesen Verkaufsstand. Was das wohl sein mag, frage ich mich noch so, als ich den Fuss vom Gaspedal nehme. Das augen- und auffällige Verkaufsmobil am Strassenrand mit dem überdimensionalen Schweizer Poulet auf dem Dach sticht mir sofort ins Auge. Beim langsamen Vorbeifahren sehe ich sie: die gluschtigen Poulets. Mein Magen beginnt zu knurren. Irgendwo in meinem Unterbewusstsein wird ein Schalter betätigt. Ein solches GÜGGELI will ich jetzt endlich auch einmal probieren. Der Mann vor dem Grill, so habe ich aus den Augenwinkeln gesehen, macht mir einen seriösen Eindruck. Rote Schürze, Koch-Bluse und Kopfbedeckung. So eben wie bei meinem guten Freund Reto im Rössli. Seine Köche arbeiten ja auch so in der Küche und diese Küche ist verdammt gut. Der Verkehr drängt mich weiter, und ehe ich den Blinker stellen kann, bin ich schon vorbei. Ich sehe im Rückspiegel, wie sich der Pouletstand immer weiter entfernt.

Und dann kommt es plötzlich aus allen Lüftungsschlitzen. Ich rieche diesen verführerischen Duft: den Grill-Poulet-Duft. Da vorne ein Kreisel. Gott sei Dank. Ich wende. Die Tempobegrenzung 50 ist mir schnurzegal. Ich jage mein Auto über den Asphalt zurück zum Pouletwagen. Jetzt muss ich ein NATURA GÜGGELI haben. Es riecht immer stärker. Dann noch Gegenverkehr und bereits eine Warteschlange. Meine Gedanken verhaspeln sich. He, lasst mir auch noch eines übrig! Ich parkiere neben dem Verkaufsmobil. Portemonnaie mitnehmen nicht vergessen. Es riecht noch intensiver. Autotüre zu, abschliessen und... ah, es hat noch genug. Nur noch zwei Kunden vor mir, und ich sehe die Poulets im Grill. Drehen und drehen und drehen. Ganz gebannt blicke ich in den Grill und bin wie hypnotisiert.

Das Klacken der Pouletschere, welches ich ganz in Gedanken versunken höre, holt mich in die Realität zurück. Noch eine Kundin vor mir. Brav surrt der Grillmotor und hält die Hühner in Bewegung. Ganz leise flötet eine Frauenstimme aus dem Radio.

Ja, ich fühle mich gut. Auch der Grilleur ist gut drauf. Das höre ich aus dem Verkaufsgespräch. Sie kennen sich mit Namen. Als sie bei der Verabschiedung «Bis nächste Woche» sagt, weiss ich warum. Sie ist Stammkundin. So und jetzt bin ich an der Reihe. Freundlich und sehr aufmerksam fragt mich der Poulet-Maa, was ich denn gerne möchte. Ein Poulet, sage ich. Ob ich denn ein ganzes oder ein halbes Natura GÜGGELI möchte, er würde mir auch ein ganzes halbieren. Sehr gerne, ich möchte aber nur ein halbes Poulet. Ich frage ihn noch, ob es ihm denn keine Umstände machen würde. Nein sagt er lächelnd, das sei überhaupt kein Problem. Ich wundere mich noch, warum er den Grill-Motor nicht abstellt. Und dann sehe ich etwas ganz Geniales. Mit zwei, drei Schnitten holt er vom drehenden Spiess ein ganzes Poulet herunter. Halbiert es und verpackt für mich meine Hälfte in einen Beutel. Ob ich denn noch ein Bürlü möchte oder eine Sauce, vielleicht etwas zu trinken?

Nein, ich bin restlos zufrieden und glücklich über dieses Angebot in meinem Quartier und will jetzt nur noch so schnell wie möglich nach Hause und dann einfach nur geniessen. Ich muss mich zusammenreissen, dass ich auf meinem Heimweg nicht in den Beutel greife. Aber mein Anzug hätte wohl keine Freude. Also lasse ich die Finger davon. Mein Auto lasse ich kurzerhand in der Einfahrt stehen und die Post im Briefkasten liegen. Dieses Mal geht es auf dem direktesten Weg in die Küche. Teller raus, Sack auf, ich greife hinein und ziehe ziemlich schnell und erstaunt die Hand wieder aus dem Beutel. Zum Glück ist der Wasserhahn in der Nähe. Dieses NATURA GÜGGELI ist heiss. Verdammt heiss. Ich versuche eine andere Taktik und kippe den Beutelinhalt auf den Teller. Ein weiteres Mal bin ich erstaunt. Das Poulet ist so was von saftig. Ich greife zum Schenkel, obwohl er heiss ist, es muss sein. Jetzt schmecke ich, warum die Frau vor mir sich wohl jede Woche ein Poulet besorgt. Das knusprige, saftige und zarte Fleisch, das feine Gewürz: Es schmeckt. Einfach lecker. Dann der Flügel, die Brust... Ich will mehr und nur noch diese Qualität! Zum Glück habe ich einen Flyer mitgenommen. So lese ich, dass der Poulet-Maa bereits wieder am Dienstag ganz in der Nähe meiner Arbeitsstelle ist. Ob ich wohl die hübsche Ruth vom Empfang am Mittag zu einem Poulet-Schmaus überreden kann? So oder so. Bis nächsten Freitag zu warten, das ist mir zu lange. Am Dienstag werde ich zum Wiederholungstäter und muss mein Erlebnis jetzt auf alle Fälle zuerst einmal ins Facebook stellen. Damit jeder weiss: Ich will ab sofort nur noch Grill-Poulets von NATURA GÜGGELI.



Déjà de loin, je vois cette échoppe. Qu'est-ce que cela peut être? Que je me demande encore en levant le pied de l'accélérateur. Le véhicule de vente au bord de la route avec un poulet suisse surdimensionné sur le toit me frappe dans l'œil déjà de très loin. En passant lentement, je les vois: des poulets très appétissants. Mon estomac commence à remuer. Quelque part dans mon subconscient, un bouton s'est enclenché. Je veux maintenant et enfin essayer aussi un tel poulet. L'homme devant le gril que j'ai regardé du coin de l'œil me fait une sérieuse impression. Tablier rouge, chemisier de cuisinier et couvre-chef. Tout comme chez mon bon ami Reto au Rössli. Ses cuisiniers travaillent également ainsi dans la cuisine, et leur cuisine est bougrement bonne. La circulation me pousse plus loin, et avant que je puisse enclencher le clignotant, je suis déjà passé. Je vois dans le rétroviseur comme le stand des poulets s'éloigne de plus en plus.

Et alors, cela surgit soudainement de toutes les fentes d'aération. Je sens cette odeur tentante: L'odeur du poulet rôti. Devant moi un giratoire. Que Dieu soit loué. Je tourne. La limitation de vitesse à 50 m'est égale. Je conduis ma voiture sur la route de retour au stand des poulets. Maintenant, je dois avoir un **POULET GRAND DÉLICE**. Ils sentent de plus en plus fort. Encore de la circulation en sens inverse et déjà une queue. Mes pensées se brouillent... Ohé, m'en laissez aussi un! Je parque à côté du véhicule de vente. Ne pas oublier de prendre le porte-monnaie. Ils sentent de plus en plus fort. Fermer les portes, les verrouiller, et... ah, il y en a encore assez. Seulement encore deux clients devant moi, et je vois les poulets sur le gril. Ils tournent et tournent et tournent. Le gril me captive, et je suis comme hypnotisé.

Le claquement du sécateur à poulet, que j'entends complètement perdu dans mes pensées, me ramène à la réalité. Encore une cliente devant moi. Brave-ment, le moteur du gril ronfle et maintient les poulets en mouvement. Presque sans bruit, une voix féminine murmure à la radio. Oui, je me sens bien. Le grilleur est bien aussi. Je l'entends de sa conversation de vente. Ils se connaissent avec leurs noms. Comme elle dit en s'en allant «à la semaine prochaine», je sais pourquoi. Elle est une habituée. Alors maintenant, je suis le suivant. Affablement et très attentivement, le Monsieur poulet me demande donc ce que je voudrais. Un poulet, lui dis-je. Si je veux un poulet entier ou un demi **POULET GRAND DÉLICE**, il me couperait en deux aussi un entier. Non, je voudrais seulement un demi-poulet. Je lui demande encore, si cela ne ferait pas pour lui de complications, non dit-il en souriant, ce n'est de toute façon pas un problème. Je m'étonne encore pourquoi il ne stoppe pas le moteur du gril. Et alors j'ai vu quelque chose de tout à fait génial. Avec deux ou trois coupes vers le bas sur un poulet, il l'a dégagé de la pique tournante. Il l'a coupé en deux et a emballé ma moitié dans un cornet. Est-ce que je veux encore un petit pain ou une sauce, et peut-être quelque chose à boire?

Non, je suis tout à fait content et heureux de cette offre dans mon quartier et ne veux, maintenant et aussi vite que possible, qu'aller à la maison et alors, déguster tout simplement. Je dois me maîtriser sur la route du retour de ne pas puiser dans le cornet. Mais mon costume n'aurait probablement pas trop apprécié. Aussi je renonce. Je laisse brusquement ma voiture devant l'entrée et la poste dans la boîte aux lettres. Cette fois, je prends le chemin le plus direct à la cuisine. Une assiette vite, ouvrir le cornet, je prends dans le cornet et la retire encore assez vite. Par bonheur, le robinet est à proximité. Ce **POULET GRAND DÉLICE** est chaud. Bougrement chaud. J'essaie une autre tactique et verse le contenu du sac sur l'assiette. Une fois de plus, je suis étonné. Le poulet est si juteux. Je prends la cuisse, bien qu'elle soit chaude comme il se doit. Maintenant, j'ai le goût et sais pourquoi la femme qui était devant moi s'est probablement procuré un poulet chaque semaine. La viande est croustillante, juteuse et tendre, les épices sont fines. En bref, il a du goût. Simplement délicieux. Alors l'aile, la poitrine... j'en veux plus et seulement encore de cette qualité! Par bonheur, j'ai emmené un flyer. Ainsi, je lis que le Monsieur poulet est de nouveau mardi à proximité de ma place de travail. Si je pouvais persuader la jolie Ruth de l'accueil pour un midi avec un régal de poulet? De quelque façon que ce soit, attendre jusqu'à vendredi prochain m'est trop long. Mardi, je deviendrai récidiviste, mais je dois d'abord éditer sur Facebook mon aventure pour le cas où. Afin que chacun le sache: Je veux encore et seulement du poulet rôti de **POULET GRAND DÉLICE**.



NATURA GÜGGELI – WIR HATTEN EINS AUF DEM HOHEN KASTEN

Vom 1. Juli bis und mit 1. August 2011 bedienten wir den höchstgelegenen Standplatz im Rahmen der Sommer-Event-Reihe WIR HABEN EINS AUF DEM KASTEN. Bereits der Transport vom Flüssiggastank der VITOGAZ zur Versorgung des Guggeli-Mobils auf dem HOHEN KASTEN war ein Spektakel, ganz zu schweigen vom Flug des Autos auf die knapp 1800 Meter über Meer mit dem Superpuma der Berner Oberländer EAGLE HELIKOPTER. Der tägliche Grillbetrieb, die Samstagabend Musikveranstaltungen (Moos am Rogge, HGH, Kapelle Enzian, Sioux und Chris & Mike) und die Kinderevent-Tage, zugunsten der SCHWEIZERISCHEN GESELLSCHAFT FÜR MUSKELKRANKE, rundeten den Monat ab. Die Gäste, welche in den Genuss vom besten Schweizer Grill-Poulet mit Alpenduft kamen, waren restlos begeistert. Die beiden Co-Partner DREHRESTAURANT HOHER KASTEN und APPENZELLER BIER durften der Gesellschaft für Muskelkranke am Ende der Veranstaltung einen Check in der Höhe von 2000 Franken übergeben. Eine «rondom» gelungene Veranstaltung. Dass das Wetter im Juli leider nicht nach unseren Wünschen mitgespielt hatte, ist eine andere Geschichte.



Gastank-Transport durch RHEIN HELI.
Transport du réservoir de gaz par RHEIN HELI.

Vollgas Stimmung mit MOOS AM ROGGE. Die Ostschweizer Party-Band eröffneten die Musik-Events, jeweils am Samstagabend.
Ambiance Plein Gaz avec MOOS AM ROGGE. Le groupe de Suisse orientale a inauguré la série d'événements musicaux organisés chaque samedi soir.



Anflug des Adlers mit ungewöhnlicher Fracht. Das Grill-Mobil landet auf dem HOHEN KASTEN
Approche de l'aigle avec son fardeau exceptionnel. Le Grill-Mobil atterrit sur le HOHE KASTEN.

Den ganzen Juli lang war der HOHE KASTEN der höchstgelegene NATURA GÜGGELI-Standplatz auf knapp 1800 Meter über Meer.
Pendant tout le mois de juillet, le HOHE KASTEN est resté l'emplacement POULET GRAND DELICE le plus élevé, à près de 1800 mètres d'altitude.



LE POULET GRAND DÉLICE – VU DU HOHEN KASTEN!



Das von der Natura Guggeli AG präsentierte musikalische Power-Duo Chris & Mike bildete mit der Boogie-Woogie-Sensation den krönenden Abschluss der Musik-Events. Avec la sensation du Boogie-Woogie, le puissant duo musical présenté par la société Natura Guggeli AG constituait la clôture brillante de cet événement musical.

Die Kinder-Band Schtärneföifi als Magnet für die Kinder-Tage. Glänzende Augen, endlich einmal mit den Kinder-Stars abgelichtet zu werden. Véritable aimant pour les journées des enfants: le jeune groupe Schtärneföifi. Les yeux brillent rien qu'à l'idée d'être photographiés avec ces stars enfantines.



Du 1er juillet au 1er août 2011, nous avons ravitaillé l'emplacement le plus élevé dans le cadre des événements de l'été VU DU HOHE KASTEN. A lui seul, le transport du réservoir de gaz liquide de VITOGAZ sur le HOHE KASTEN pour approvisionner le point de vente mobile était un spectacle hallucinant, sans parler du vol du véhicule à près de 1800 mètres d'altitude à l'aide du Superpuma EAGLE HELIKOPTER de l'Oberland bernois. Les activités de cuisson et de vente, les manifestations musicales du samedi soir (Moos am Rogge, HGH, Kapelle Enzian, Sioux et Chris & Mike), ainsi que les journées pour les petits, en faveur de l'ASSOCIATION SUISSE POUR LES MALADIES MUSCULAIRES ont été une source de joie constante pendant tout le mois. Les clients qui ont pu savourer le meilleur poulet grillé de Suisse, aromatisé aux effluves de la montagne, étaient tous enthousiastes. A la fin de la manifestation, les deux co-partenaires, le RESTAURANT PANORAMIQUE du HOHE KASTEN et les bières APPENZELLER BIER, ont pu remettre à l'ASSOCIATION POUR LES MALADIES MUSCULAIRES un chèque de 2000 francs. Une manifestation pleinement réussie. Et que le temps du mois de juillet ne se soit pas montré clément, c'est une autre histoire.



Vier Kinder-Tage für behinderte und nichtbehinderte Kinder bildeten ein Highlight für Familien. Die Kinder betreut, die Eltern am Wandern. Les quatre journées réservées aux petits pour les enfants handicapés et non handicapés – véritable point culminant pour les familles. Les enfants sous bonne garde, les parents en randonnée.

Gut besuchte Live-Konzerte auf dem Ostschweizer Ausflugsberg. Des concerts live qui ont attiré bien du public sur ce fameux lieu de randonnée de Suisse orientale.



Preiswerte Tagesausflüge finden Sie in unserem Ideenheft «Freizeittipps» oder unter www.thurbo.ch.



 SBB CFF FFS

Mehr Genuss. Ostschweiz hin und zurück.



Wir tun alles für die besten Chips.
Nous faisons tout pour produire les meilleures chips.
Chips eccelse, perché diamo il massimo.

Z
ZWEIFEL

DIE CHIPS
EXPERTEN
LES PROS
DES CHIPS
ESPERTI
IN CHIPS

Rund 70 Bauernbetriebe in der Deutsch- und Westschweiz kümmern sich als Partner um das Wohl der Tiere. Aufzucht und Pflege ist bei uns «Family-Business»! Das schmeckt man!

Près de 70 exploitations paysannes en Suisse allemande et romande s'occupent en tant que partenaires du bien-être des animaux. L'élevage et les soins sont chez nous un «Family-Business»! On le déguste!



Feinstes Geflügel aus Ihrer Nähe.
Délicieuse volaille du terroir.

Unsere Poulets werden aufgezogen mit Qualitäts-Pouletfutter der Obermühle Boswil AG!

Nos poulets sont élevés avec des aliments de qualité de Obermühle Boswil AG!

obermühle

5623 Boswil
www.obermuehle.ch



GEGACKER VON DER HÜHNERLEITER!

NATURA GÜGGELI – im Einsatz für die Schweizer Kultur!

CAQUETAGE DU POULAILLER!

LE POULET GRAND DÉLICE – intervient en faveur de la culture suisse!

NATURA GÜGGELI – Titelsponsor von Chris & Mike! Ein Name, der für pianistische Unterhaltung steht: Wenn die beiden bekannten Tastenakrobaten auf die Bühne treten und ihren Pianos rasante Songs oder sanfte Töne entlocken, bleibt kein Zuschauer ruhig sitzen und keine Seele unberührt. Jeder Auftritt ist einzigartig, versprüht Begeisterung der beiden Brüder sowie die grossartige Freude an der verspielten Improvisation auf 176 Tasten; perfekt kombiniert mit zwei Stimmen und Bluesharp und je nach Formation unterstützt von «Friends» an verschiedenen Instrumenten. Von Boogie bis Pop, von Soul bis Blues. «these are the days» heisst das aktuelle Gala- und Konzert-Programm. Ein Showact mit vielen musikalischen Überraschungen und weltweit einzigartigen Pianos!

Die aktuellen, öffentlichen Konzertdaten gibts unter www.chrismike.ch

POULET GRAND DELICE – sponsor du titre de Chris & Mike! Un nom qui symbolise le plaisir du piano: Dès que les deux célèbres acrobates des touches montent sur scène et arrachent à leur instrument des résonances perçantes ou des sons voluptueux, personne dans la salle ne reste assis dans son fauteuil, tachycardie assurée. Chacune de leur apparition est unique, traduit l'enthousiasme des deux frères et leur joie d'interpréter cette joyeuse improvisation sur 176 touches, parfaitement combinée avec deux voix, bluesharp et, selon la formation, aidés par leurs «Friends» sur différents instruments. Du boogie au pop, du soul au blues. «these are the days» est le nom du programme actuel de gala et de concert-un showact bourré de surprises musicales et de performances pianistiques uniques au monde! Vous trouverez les données actuelles et officielles au sujet des concerts sur www.chrismike.ch



Die Schweizer Piano-Virtuosos Chris & Mike mit Grill-Agent James RoosterTM und Rooster-Girl Poulette RotissarioTM

Chris & Mike pianistes virtuoses suisses avec l'agent-grilleur James RoosterTM et Poulette RotissarioTM, irrésistible Rooster-Girl

NATURA GÜGGELI unterstützt das Schweizer Filmprojekt «Himmelfahrtskommando». Eine tragische Komödie unter der Regie von Dennis Ledergerber. Der Film erzählt die Geschichte eines Schweizer Dorfes, seiner Bewohner und der plötzlich aufgetauchten Gruppe amerikanischer Sektenmitglieder, die in diesem Dorf eine Unterkunft suchen. Thematisiert wird vor allem Geldgier und Korruption aber auch die Angst der Einwohner vor den und dem Fremden. Da die Crew auf den Lohn verzichtete, war das Budget für die Produktion dementsprechend gering. Allerdings wieder mit der Unterstützung von vielen Freiwilligen, darunter auch Profis. Es konnten Schauspielgrössen wie Beat Schlatter, Walter Andreas Müller und Andrea Zogg für das Projekt gewonnen werden, die sich einverstanden erklärt haben auf die Gage zu verzichten, damit das Projekt realisiert werden kann. Der Film wird im Herbst 2012 in den Schweizer Kinos zu sehen sein.

www.himmelfahrtskommando.ch

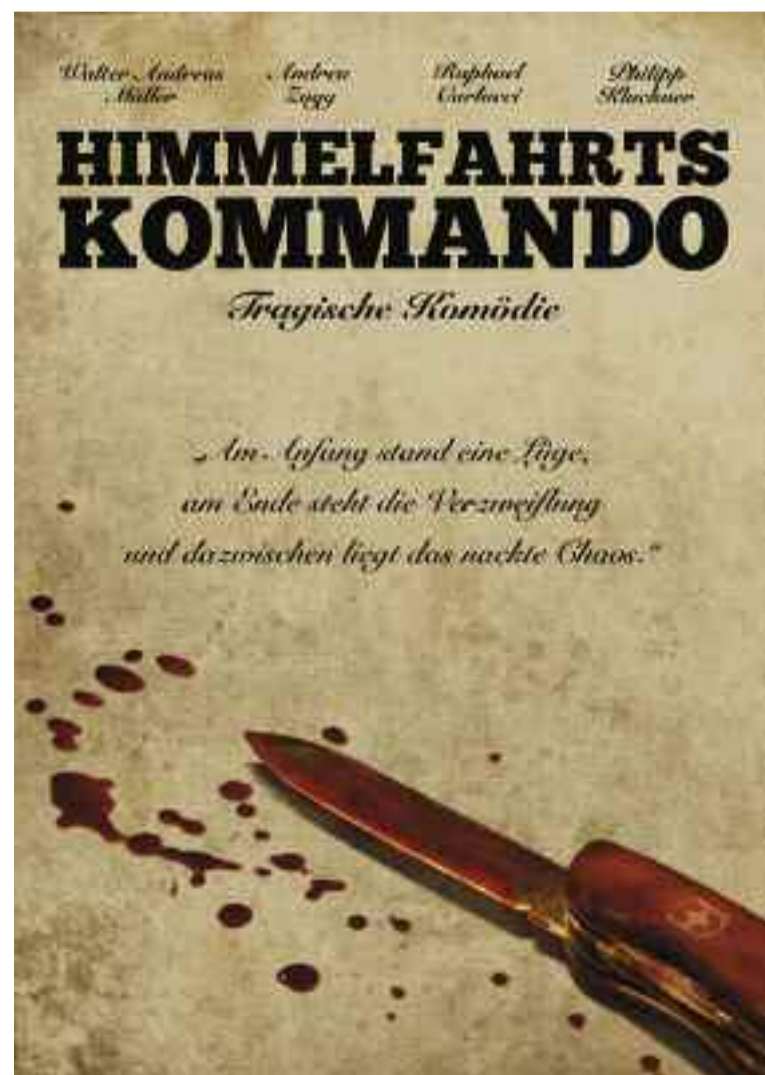


Szenenbild während den Dreharbeiten mit den Schweizer Schauspielern Walter Andreas Müller und Beat Schlatter.

Image d'une scène pendant le tournage avec les acteurs suisses Walter Andreas Müller et Beat Schlatter.

POULET GRAND DELICE soutient le projet de film suisse «Himmelfahrtskommando» («Mission suicide»). Une tragi-comédie sous la régie de Dennis Ledergerber. Le film raconte l'histoire d'un village suisse, de ses habitants et d'un groupe de membres d'une secte américaine inopinément arrivés et cherchant un logement au village. Le film thématise surtout la cupidité et la corruption mais aussi l'appréhension des habitants devant les étrangers. L'équipe ayant renoncé à toute rémunération, le budget de la production est donc resté raisonnable. Là aussi avec l'appui de nombreux volontaires, dont plusieurs professionnels. De grands acteurs comme Beat Schlatter, Walter Andreas Müller et Andrea Zogg ont pu être intéressés au projet et ont déclaré renoncer à leur gage pour que le projet puisse être réalisé. Le film sera projeté dans les cinémas en Suisse dès l'automne 2012.

www.himmelfahrtskommando.ch





Gewinnen Sie mit THE ROOSTER™ einen Poulet-Schmaus für Sie und Ihre Freunde!

Wir verlosen exklusiv ein Fest für ca. 40 Personen im Wert von 600 Franken! Laden Sie Ihre Freunde, Bekannten und Verwandten zum Poulet-Schmaus* ein. NATURA GÜGGELI verwöhnt Sie und Ihre Gäste mit dem besten Schweizer Grill-Poulet und Knusper-Bürli. Mit den richtigen Antworten auf die folgenden Fragen und etwas Glück gehören Sie zu den Gewinnern:

1. Wie viele Ausgaben von THE ROOSTER™ sind in den letzten 10 Jahren erschienen?
 - a) 19
 - b) 23
 - c) 27
2. Welchen Geburtstag feiert NATURA GÜGGELI 2011?
 - a) 19
 - b) 15
 - c) 13
3. Wie viele Liter Wasser fliessen täglich durch unser Gehirn?
 - a) 600
 - b) 900
 - c) 1400

Machen Sie mit! Auch online im Internet unter www.natura-gueggeli.ch oder schreiben Sie Ihre Antworten inklusive Adresse auf eine Karte und ab die Post an:

Natura Güggeli AG, Wettbewerb
Hauptstrasse 11
CH-9562 Märwil TG

Einsendeschluss: Mittwoch, 29. Februar 2012.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des gewonnenen Preises ist nicht möglich!

* Datum/Durchführung des Festes nur in Absprache mit Natura Güggeli AG Märwil TG.

Avec THE ROOSTER™ gagnez un festin de poulet pour vous et vos amis!

Nous tirons exclusivement au sort une fête pour environ 40 Personnes, d'une valeur de 600 francs! Invitez vos amis, connaissances et proches à un festin de poulet*. Le POULET GRAND DELICE vous propose, à vous et à vos invités, le meilleur poulet grillé de Suisse et des petits pains croustillants. Si vous répondez correctement aux questions suivantes, et avec un peu de chance, vous compterez parmi les heureux gagnants:

1. Combien d'éditions de THE ROOSTER™ ont paru ces 10 dernières années?
 - a) 19
 - b) 23
 - c) 27
2. Quel anniversaire fête POULET GRAND DELICE en 2011?
 - a) 19
 - b) 15
 - c) 13
3. Combien de litres d'eau traversent notre cerveau chaque jour?
 - a) 600
 - b) 900
 - c) 1400

Participez, vous aussi! En ligne, sur Internet sur www.natura-gueggeli.ch ou écrivez votre réponse sans oublier votre adresse sur une carte postale que vous adressez à:

Natura Güggeli S.A., concours
Hauptstrasse 11,
CH-9562 Märwil TG

Date limite d'envoi: lundi, mercredi 29 février 2012.

Tout recours est exclu. Aucune correspondance ne sera échangée au sujet du tirage au sort. Les gagnants seront prévenus par écrit. Un versement en espèces du prix gagné est également exclu!

* Date/réalisation de la fête uniquement avec l'autorisation de Poulet Grand Delice SA Märwil TG.

Lektion 3/Leçon 3
Französisch für Qualitäts-Bewusste
Français pour les amateurs de qualité

(Gegenwart/indicatif présent)

je gourmis
tu gourmis
il/elle gourmit

nous gourmons
vous gourmez
ils/elles gourment

Gourmez-vous aussi?



Feinstes Geflügel aus Ihrer Nähe.
Délicieuse volaille du terroir.

