



**Genau
JETZT!**

FOTO-WETTBEWERB

Wir alle haben einen Bezug zu Milch, zur Zentralschweiz, zu Genuss oder zur Landwirtschaft. Lass uns an deinem Erlebnis teilhaben und schick uns dein Foto.

Es warten attraktive Preise auf dich. Zum Beispiel «Ferien auf dem Bauernhof», «Schlafen im Stroh», «Maisdchungel by Night» oder «Sélection cheese-festival». **Wir freuen uns auf dein kreatives Foto!**

Speiseplan früher: Milch oder Käse?

Erste schriftliche Belege für die Käseproduktion im Alpenraum wurden in der Römerzeit gefunden, der heute bekannte Süsskäse. Das Handwerk wurde von italienischen Käsern mitgebracht und von Schweizern weiterentwickelt. Lange vorher wurde schon Sauerkäse produziert, der heute in der Ostschweiz und in Österreich immer noch als regionale Spezialität gepflegt wird. Lange war Ziegen- und Schafmilch weit verbreitet, erst langsam wurde die Kuh zur zentralen Milchlieferantin. Auch wenn Milch der Rohstoff für Käse ist. Geschichtlich betrachtet, wurde zuerst der Käse dokumentiert.

Quelle: www.culinarium-alpinum.ch



Multitalent: Viele Rezepte mit Milchprodukten

Ob Milch, Rahm, Käse, Butter & Co.: Der Rohstoff Milch ist von unserem Speiseplan nicht wegzudenken. Ganz feine Rezepte wie Spargel-Teigwaren-Gratin, Low Carb Blumenkohl-Pizza, Cannelloni mit Spinat oder Caesar Salad – sie alle verwenden als Zutat Milchprodukte. Möchtest du mehr davon entdecken? Dann findest du auf www.swissmilk.ch weitere feine Köstlichkeiten, die die Vielseitigkeit des Multitalents Milch unterstreichen.



Mythos Milch

Wie gesund ist unsere Milch, was bedeutet eine Laktose-Intoleranz und warum gehören Milchprodukte auf unseren Speiseplan? Diese und weitere Fragen beantwortet unsere Ernährungsberaterin Nadja von Swissmilk.

Quelle: www.swissmilk.ch



Das Feine liegt so nah

Gerade die letzten Monate – mit der eingeschränkten Mobilität – haben gezeigt, dass es Vieles ganz in unserer Nähe zu entdecken gibt: Zum Beispiel der **Milch-Kräuter-Käseweg** in Hergiswil am Napf oder ein Besuch in einem **Stallvisiten-Betrieb** ganz in deiner Nähe. Es sind Erlebnisse, die Gross und Klein in Erinnerungen bleiben werden. Unser Tipp: Nutzen wir im Rahmen der Möglichkeiten solche Gelegenheiten, um das Feine in unserer Nähe (neu) zu entdecken. Wir meinen: Das ist eine gute Alternative zu all den Veranstaltungen, die wir in diesem Jahr leider nicht durchführen dürfen. Mehr Infos zu unseren Ausflugstipps findest du auf www.zmp.ch.



deos, die du auf unserer Website oder auf Facebook und Instagram anschauen kannst.

Unterwegs zu euch

Wie kommt die Milch zu den Verarbeitern und Konsumentinnen und Konsumenten? Wir begleiten einen ZMP-Chauffeur auf einer Tour mit seinem Milchtankwagen. **Täglich werden rund 1,3 Millionen kg Milch im ZMP-Gebiet eingesammelt** und unter strengen Vorschriften den Verarbeitern übergeben. Ein herzliches Dankeschön gilt all den Chauffeuren und Chauffeuren, die für uns im Einsatz sind. Natürlich gehört unser Dank auch allen unseren ZMP Milchproduzentinnen und Milchproduzenten und jenen Milch Genieserinnen und Genieser, die die Kraft der Natur zu schätzen wissen.

Bist du auch ein Milch-Fan?

Im Rahmen unserer Frühlingsoffensive «Milch bewegt. Unterwegs mit der Kraft der Natur», haben wir uns auf die Suche nach Geschichten und Milch-Fans begeben. Daraus entstanden sind unter anderem Kurz-Vi-



ZMP – Im Interesse der Milch

Die Genossenschaft der Zentralschweizer Milchproduzenten ZMP verleiht den Milchproduzenten eine Stimme und vertritt ihre Interessen. Mit aktuell **2'957 Mitgliedern** sind die ZMP eine der grössten und bedeutendsten Produzentenorganisationen der Schweiz. Sie kauft die Milch ihrer Mitglieder ein, organisiert die Logistik und verkauft die Milch an verarbeitende Unternehmen. Die Geschäftsstelle ZMP hat ihren Sitz in Luzern.

55 Jahre Dipl.-Ing. FUST Infos und Adressen: 0848 559 111 oder www.fust.ch
Und es funktioniert.

Rundum-Vollservice mit Zufriedenheitsgarantie

5-Tage-Tiefpreisgarantie	Schneller Reparaturservice
30-Tage-Umtauschrecht	Testen vor dem Kaufen
Schneller Liefer- und Installationservice	Haben wir nicht, gibts nicht
Garantieerlängerungen	Kompetente Bedarfsanalyse und Top-Beratung
Mieten statt kaufen	Alle Geräte im direkten Vergleich

119.90 Tiefpreisgarantie H/B/T: 51 x 44 x 47 cm

999.- statt 1699.- **-41%** 8 kg Fassungsvermögen

599.- Tiefpreisgarantie 8 kg Fassungsvermögen

NOVAMATIC TF 033 Gefrierbox
• 33 Liter Nutzinhalt
Art. Nr. 10663946

Wäschetrockner TRCEF 1182
• Easy-Clean für eine schnelle Reinigung
• Grosses Display
Art. Nr. 10133812

SAMSUNG WW80TA049TE/WS Waschmaschine
• Digitale Inverter-Technologie sorgt für eine lange Lebensdauer
Art. Nr. 10670738

«Was kann ich juristisch tun?»

- Rechtsberatung
- Bewertung
- Verkauf

HEV Luzern Immo AG

041 227 20 70 – info@hev-immoag.ch – hev-immoag.ch

Kaufe Antiquitäten
www.galerie-bader.ch

Antike Möbel aus Erbschaften, chinesische, japanische & asiatische Deko-Gegenstände aus Bronze und Elfenbein, Spiegel vergoldet, alte Teppiche, Ölgemälde 17. bis 19. Jh., alte Waffen (Gewehre, Pistolen, Schwerter), Rüstungen vom 15. bis 19. Jh., Jagdtrophäen, Silber, Silberbesteck, Silbermünzen (800/925), Zinn, Schmuck zum einsmelzen, Goldmünzen u. Medaillen, Pendeluhr-Atmos, elektrische Pendeluhr Favag und andere Taschenuhren, Armbanduhren (Omega, Rolex, Heuer).

D. Bader, Tel. 079 769 43 66
info@galerie-bader.ch

Diese Woche im

ANZEIGER LUZERN

«Die falsche Botschaft»

Mit einer skurrilen Todesanzeige macht eine Anwohnerin beim Grendel auf das Lädelerben aufmerksam. Bei Rolf Bossart, Präsident des Detaillistenverbands, kommt die Aktion nicht gut an.

[~]*

* An alle Multimediadesigner, Infografikerinnen, Fotografinnen, Videojournalisten, Filmemacher, Grafikdesigner, Bildkreatoren, Gestalterinnen, Art Buyer, Pixelspezialisten, Illustratorinnen, Zeichnerinnen, Trickfilmerinnen, Regisseure, Bildanimatoren

maz
DIE SCHWEIZER JOURNALISTENSCHULE
www.maz.ch

GEWUSST WO

Einzelnachhilfe zu Hause

Der erfolgreiche Weg zu besseren Noten

- Alle Klassen und Lehrlinge
- Alle Fächer, z.B. Mathe, Deutsch, Englisch, Französisch, Chemie, etc.

Ihre Beratung unter:
Tel. 041 210 21 91
www.abacus-nachhilfe.ch

ABACUS
NACHHILFEINSTITUT

95,3% Erfolgsquote

Folgen Sie uns auf Instagram und entdecken Sie faszinierende Bilder unserer Fotografen.

luzernerzeitung.ch

DAS STÜCK IHRER WERBUNG.

WERBEN SIE IN DER LUZERNER ZEITUNG

CH Regionalmedien AG
Maihofstrasse 76
6002 Luzern
Telefon 041 429 52 52
inserate-lzmedien@chmedia.ch
www.chregionalmedien.ch