



Genießen Sie 2026
jeden Augenblick!



Inh. Steffen Füller
Ulmer Hof · 97070 Würzburg
Tel. 09 31 / 1 4007 · fueller-optic.de
f fueller.optic @ fueller_optic

Füller Optic



Füller Optic

EIN FROHES
NEUES JAHR
2026

Hier kommt ein Gutschein!

STEFFENS FITNESS-SNACK ZU NEUJAHR

Schwierigkeit: Einfach

Arbeitszeit: 30 Min.

Für 2 Portionen

2 Scheiben Bacon

1 Lachsfilet

Pfeffer

1 Scheibe Mischbrot

15 g Butter

2 Stiele Dill

4 Eier

60 g Sauerkraut

4 Stangen Staudensellerie

Räuchersalz

Radieschensprossen

Nährwert: Pro Portion 448 kcal, Kohlenhydrate: 13 g, Eiweiß: 30 g, Fett: 29 g

Zubereitung

1. Bacon ohne Öl knusprig auslassen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und in Stücke brechen. Lachsfilet längs halbieren, pfeffern und möglichst luftdicht und stramm in einen Gefrierbeutel wickeln. Beutel gut verknoten. Brot längs in vier Streifen schneiden, sodass Sticks entstehen. Brot in Butter rundum hellbraun und knusprig braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Dillspitzen abzupfen.
2. Eier anpiksen, in kochendem Wasser 5-6 Minuten weich bis wachstweich kochen. Eier aus dem Topf nehmen, kurz abschrecken. Topf vom Herd nehmen, Lachs im Gefrierbeutel in das Wasser geben, leicht beschweren (z.B mit einer Kelle) und 2-3 Minuten ziehen lassen. Eier vorsichtig pellen.
3. Sauerkraut, Bacon, Lachs, Eier und Staudensellerie in Gläsern anrichten. Mit Räuchersalz und Dill bestreuen und mit Sprossen und Brotsticks servieren.

Damit Sie bei allen guten Vorsätzen genug Power haben!



WIR HABEN EIN GESCHENK FÜR SIE

Schauen Sie mal, was wir von Würzburgs Dächern mitgebracht haben: Diesen **20-Euro-GUTSCHEIN** für Ihre neue Brille!

Das passt jetzt perfekt, denn gutes Sehen ist die Basis, um auch Ihre guten Vorsätze mit Power umzusetzen: mehr Sport, gesünder Kochen, im Job Gas geben, mehr Familienzeit...

Schauen Sie also mit neuer Füller-Brille positiv ins neue Jahr. Wir wünschen Ihnen alles Glück der Welt dafür und freuen uns auf ein spannendes Brillenjahr mit Ihnen in Würzburg.

Steffen Füller *Christopher Füller*

Ihre Glücksbringer Steffen und Christopher Füller mit Emely Schnarr

*Einzulösen bis 31. März 2026 beim Kauf einer Komplettbrille mit Markengläsern in Sehstärke ab 150€. Pro Person ein Gutschein. Barauszahlung nicht möglich. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Der Gutschein kann gern weiterverschenkt werden. Infos zum Datenschutz: fueller-optic.de

