



Herbst Bienenwoche 6

vom 23.11. bis 27.11.2020 KW 48

Vollwertig-Gesund
Zubereitung von vegetarischen Speisen mit Öko-Komponenten

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Bauernsalat mit Olivenöldressing*¹⁰ Eisbergsalat mit frischen Tomaten, Bohnen und frischen Kräutern in Olivenöldressing	Gemüse-Bällchen* mit... Frisches Gemüse in Kichererbsenmehl	Sesam Cracker*^{2,6,8} Hausgemachte Cracker aus Weizen-Ökomehl	Karotten-Creme Suppe*⁵ Hausgemachte Suppe aus Karotten mit Sahne	Tomaten-Suppe Supreme* Hausgemachte Suppe aus Tomaten, Reis und frischem Basilikum
Makkaroni-Käse-Terrine* **^{5,6} mit Bionudeln, geriebenem Käse, frischen Tomaten, Paprika und frischen Kräutern	Kräuter-Tomatensoße* an Kartoffel-Püree*⁵ Hausgemachter Kartoffelpüree aus frisch gekochten Kartoffeln	Risi-Bisi mit Soja-Paprikash*⁴ Basmatireis mit Erbsen an Soja und Paprika	Spinat-Kartoffel-Torte *^{2,5} Herzhafter Auflauf aus Kartoffeln und Spinat	Gemüse Pakoras* mit Basilikum Dip*⁵ Selbstgemachte Gemüsekräpfen
Fruchtjoghurt⁵ Naturjoghurt mit Fruchtzubereitung	Obstkuchen^{2,3,5,6} hausgemachter Kuchen aus Ökomehl	Apfel-Zimt-Traum^{3,5,6} Eine Creme mit Gries und Apfelmus	Waldbeer-Creme^{3,5} Hausgemachtes Dessert aus Waldbeeren, Quark und Vanillezucker	Frisches Obst Frisches Obst der Saison

Änderungen vorbehalten!

Haben Sie Fragen? Rufen Sie uns einfach an – kostenlose Service Hotline (0800) 2 108 108

enthält: * Meersalz, ² Ökomehl, ³ Ökozucker, **Ökonudeln, *** Natura-Gemüsebrühe

Ökokontrollstelle: DE-ÖKO-060

⁴ Soia. ⁵ Milchprodukte/Ökomilch. ⁶ Gluten. ⁷ Nüsse. ⁸ Sesam. ⁹ Sellerie. ¹⁰ Senf
⁰ Erdnüsse ¹ Eier

Einen guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Vegetaria Catering Team !!!