UNSERE VEGAN-VEGETARISCHE MITTAGSKARTE VOM 13.11. – 17.11.2018
DI – FR 12.00 – 14.30 UHR | SA AB 13.00 UHR

☆

DIENSTAG

Indisches Kartoffelcurry mit (Soja-)Joghurt, dazu Reis & bunter Salat (vegan/vegetarisch möglich).

Linguine mit gebratener Paprika, Babyspinat, Feta und Avocado, dazu bunter Salat.

MITTWOCH

Italienischer Bohneneintopf mit Zucchini, Paprika und Oliven, dazu Kräuterbutter & Fladenbrot.

Toast mit gebackener Aubergine, Cherry-Tomaten und verschiedenen Käsesorten, dazu verschiedene hausgemachte Dips & bunt gemischter Salat.

DONNERSTAG

Ofenkürbis mit Kardamom und Schwarzkümmel, Rote Beete mit Orange und Koriander, dazu Joghurt-Sesam-Dip, gemischter Salat & Fladenbrot (vegan).

Soljanka mit buntem Gemüse, Essiggurken und frischen Kräutern, dazu Sauerrahm & Fladenbrot.

FREITAG

Injera (eritreische Sauerteigfladen) mit Ades (würzige rote Linsen mit Tomate und Zitrone) und ofengebackener Rosenkohl, dazu bunter Salat & Reis (vegan).

Süßkartoffel-Cremesuppe mit Kokosmilch, dazu Bulgur mit Feige & Walnuss.

SAMSTAG (AB 13.00 UHR)

Horaa Osbao (Auflauf aus Berglinsen, Eiernudeln, arabischem Brot und Koriander), dazu bunt gemischter Salat.

☆

WEITERE LECKEREIEN

Mezze-Teller (ab 12.00 Uhr)

Mutabel (Creme aus gerösteter Aubergine und Joghurt) & **Champignons** mit frischen Kräutern, dazu Oliven, Kapernäpfel & Fladenbrot.

Lauchcremesuppe mit Fladenbrot.

ALLE GERICHTE AUCH ZUM MITNEHMEN!