

heim und herd

vegetarian lunch

we follow our passion



dr. karl-renner-gasse 10/1 - 8160 weiz - 06805523464 - heimundherd.at@gmail.com - www.heimundherd.at

Mittagsmenü 13.5.-17.5. (KW20)

M o n t a g

Kräuter-Hirsesuppe (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Dhal (nepalesisches Linsengericht), wahlweise mit
Vollkorn- oder Basmatireis, dazu Gemüseraitha
(laktosefrei & vegan möglich, glutenfrei)
Ingwer-Zitronen-Pfirsichkuchen

D i e n s t a g

Dinkelreissuppe mit grünem Sellerie (laktosefrei, vegan)
Gemüselaibchen in Sonnenblumenkernkruste auf
Frühlingskräuterjoghurtsauce mit
buntem Kürbiskern-Grillgemüse-Hirsesalat
Joghurt mit Guavensauce & Melisse aus dem Garten (glutenfrei)

M i t t w o c h

Haferflocken-Gemüsesuppe (laktosefrei, vegan)
Spaghetti mit gegrilltem Zucchini, geschmorten Tomaten &
hausgemachtem Kräuter-Sonnenblumenkernpesto
(laktosefrei & vegan)
Joghurt mit Granatapfelsauce & Nusskrokant (glutenfrei)

D o n n e r s t a g

Gemüsesuppe mit Kräutern aus dem Garten (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Mit Käse überbackenes mexikanisches Polenta-Gemüsegratin
mit Mais, Kirschtomaten & Thymian
(laktosefrei & vegan möglich, glutenfrei)
Topfencreme mit Waldbeeren (glutenfrei)

F r e i t a g

Herzhafte rote Linsensuppe mit Limette
(glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Kräuter-Grillgemüse-Krautfleckerl wahlweise mit Berg-
oder Schafkäse (laktosefrei & vegan möglich)
Süße Vollkornpalatschinke mit Marillenmarmelade

Statt Suppe oder Dessert kann auch ein Blattsalat gewählt werden.