

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 17.2.-21.2. (KW8)

Montag

Asia-Gemüsesuppe mit Ingwer & Zitronengras (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Würzige chinesische Gemüse-Nudelpfanne „Lo Mein“ mit Paprika,
Sprossen, Champignons & Sesam-Spinat (laktosefrei & vegan)
Pfirsich-Mohnkuchen

Dienstag

Kräuter-Couscous-Gemüsesuppe (laktosefrei, vegan)
Gemüserisotto mit mediterranem Gemüse aus dem Rohr & frisch
geriebenem Parmesan (laktosefrei & vegan möglich, glutenfrei)
Kokosjoghurt mit Banane & Zitronensaft (glutenfrei)

Mittwoch

Kohlrabi-Kartoffelsuppe (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Gemüse-Buchweizenlaibchen auf Frühlingskräuter-Joghurtsauce &
vitaminreichem „Asian-Cole-Slaw-Salat“ mit Erdnuss-
Limettendressing
Löffelbiskuit mit Orangen-Mangosauce (glutenfrei möglich)

Donnerstag

6-Korn-Getreidesuppe (laktosefrei, vegan)
Dhal (nepalesisches Linsengericht), wahlweise mit Vollkorn- oder
Basmatireis & Gemüseraitha (laktosefrei & vegan möglich, glutenfrei)
Topfen-Joghurtcreme mit „Pink Grapefruitsauce“ (glutenfrei)

Freitag

Gemüsesuppe (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Mit Käse überbackenes mexikanisches Polenta-Gemüsegratin mit
Mais, Kirschtomaten & Thymian (laktosefrei & vegan möglich, glutenfrei)
Joghurt mit Beerenauce & Gewürzbröseln (glutenfrei möglich)

Statt Suppe oder Dessert kann auch ein Blattsalat gewählt werden.