



wunderBAR
&
bezahlBAR

23. Oktober bis 03. November für je 5,50 €

100 % Bio-Gericht der Woche 1:
Geflügelleber in Kräuter-Sahne-Rahm (7)
auf Kartoffel-Kurkuma-Püree (7) dazu
gebratener Paprika

7,90 €

Mo 23.10. **Flammkuchen mit Salamistreifen**
(2, 3, 5), *gehackten Oliven, Gouda (1, 7)*
und Rucola

Gebackener Spitzpaprika gefüllt
mit Kräuter-Hirtenkäse-Creme (7)
dazu Koriander-Kartoffel-Ecken

Die 24.10. **Krautwickel an einer Soße aus**
gebratenem Kraut und Gerstensaft
dazu Petersilienkartoffeln

Gebutterte Gnocchis (7, 9 - W) mit
Tomaten und Blattspinat abgestreut
mit Parmesanspänen (7)

Mi 25.10. **Schweinefilet-Topf**
mit Gemüse und Pilzen auf
Butterspätzle (7, 8, 9 - W)

Taboulé (Warmer Bulgursalat) (9)
mit frischem Koriander (vegan)

Do 26.10. **Filetstücken vom Eisbein**
(ohne Schwarte) dazu
Majoransoße und Kloß

Kohlrabischnitzel in Panade
(8, 9 - W) auf rotgezwiebeltem
Kartoffelstampf (7) dazu Möhrengemüse

Fr 27.10. **Fischfilet Bordelaise (9 - W, 15)**
mit Tomatenreis und Rohkostsalat

Avocado-Burger mit Leinsamen,
Möhren, Mandeln, Balsamico im Vollkorn-
Brötchen (9 - R) dazu Rohkost mit
Salbei-Soja-Rahm (vegan)



100% Bio-Gericht der Woche 2:
Flammkuchen mit Apfelspalten (9 - W),
Kräuter-Sour-Cream (7), schwarzem Pfeffer,
Paprikastreifen und Käse (1, 7) dazu bunte
Rohkost

7,90 €

Mo 30.10. **Gyrosplanne mit Kraut dazu**
Rosmarin-Kartoffelspalten und
Quark-Limetten-Tzatziki mit
Bärlauch (7)

Palak Chana Dal (indisch)
mit Kichererbsen, Blattspinat,
Kokosmilch, Joghurt (7) und Koriander

Die 31.10.

**FEIERTAG
REFORMATIONSTAG**

Mi 01.11. **Sauerbraten**
mit Rotkohl und Kloß

Couscous-Bratling (8, 9 - W)
mit frischem Koriander dazu
bunter Tomaten-Gurken-Salat mit
Rucola-Erdnuss-Pesto (vegan)

Do 02.11. **Wildgulasch mit**
Knödel (7, 8, 9 - W) und Rosenkohl

Butternuss-Kürbis gefüllt
mit Rahm-Kräuter-Reis (7),
dazu buntes Currygemüse

Fr 03.11. **Fischfiletaufauf mit Spinat,**
Kartoffeln, roten Zwiebeln in
einem hellen Sud mit Käse (1, 7)
gratiniert dazu Rohkost

Gebratener Blumenkohl
in Panade (8, 9 - W) dazu
Kartoffel-Kokos-Stampf mit Chili
(vegan)

(1) Farbstoff
(10) Soja
(18) Sulfit

(2) Phosphat
(11) Fisch
(19) Hülsenfrüchte

(3) Konservierungsstoffe
(12) Erdnüsse

(4) Geschmacksverstärker
(13) Schalenfrüchte

(5) Antioxidationsmittel
(14) Sellerie

(6) gelaugt
(15) Senf

(7) Milch
(16) Sesam

(8) Ei
(17) Lupinen

(9) Gluten, W = Weizen, R = Roggen