



„LETS BOWL“ – UNSER BAUKASTENSYSTEM

BEILAGE

Reis, Couscous, Zartweizen, Quinoa, Fregola Sarda, Bulgur, Rote Linsen, Nudeln oder Perlgraupen

GEMÜSE

Ofentomaten, Ofenkürbis, Wilder Brokkoli, Zuckerschoten, Pak Yoy, saisonales Gemüse, Rote Bohnen, Mais, Kichererbsen, Ringelbeete, Grüner Spargel

ROHKOST

Avocado, Tomaten, Gurken, Paprika, Kohlrabi, Karotten, Chinakohl, Oliven

SALATE

Wildkräutersalat, Blutampfer, Römersalat, Spinatsalat, Endiviensalat, Feldsalat, Rucola

SPROSSEN, KRESSEN UND KEIME

Shisokresse, Erbsensprossen, Gartenkresse, Basilikumkresse, Koriander, Senfkresse, Mungosprossen, Spargelkeime etc.

NÜSSE UND SAMEN

Haselnüsse, Walnüsse, Pecannüsse, Chia-Samen, Pollen etc.

TOPPINGS

Süßkartoffel-, Pastinaken oder rote Beete Chips, gepuffter Quinoa oder Amaranth, Strohkartoffeln, geflämmt Wirsing, Grünkohlchips, Brot-Croûtons

DRESSINGS

Miso, Balsamico, Kirchererbsen-Haselnuß, Zitrone-Yuzu, weißer Balsamico, Himbeer oder Kräuterdressing

FÜR VEGETARIER ZUSÄTZLICH

Parmesanspäne, Schafskäsewürfel, Ziegenfrischkäse, Mozzarella, Ziegencamembert

GUTE EVENTS PRONSTORF
GUTSHOF 3
23820 PRONSTORF



TEL. 04553 - 99 59 500
BANKETT@GUTE-EVENTS-PRONSTORF.DE
WWW.GUTPRONSTORF.DE