



## BUSINESS LUNCH LIGHT - „WAS FÜR EIN SALAT“

Caesar Salat mit Hähnchenbruststreifen und knusprigen Brot-Croûtons



Griechischer Bauernsalat mit Schafskäse, Peperonata, Cherrytomaten, Gurken und Oliven



Tafelspitzsalat mit kleinen Gemüsen, Kartoffel-Croûtons und Kürbiskernöl



Italienischer Salat mit Schinken, Käse, Thunfisch und Ei



Rote Beete Carpaccio mit knackigen Salaten und gratiniertem Picandou

Panzanella – Aromatischer Brotsalat mit Tomaten, Basilikum, Mozzarella und Gemüsen



Bunte Salate mit verschiedenen Gemüsen, kalt geräuchertem Lachsforellentatar und Avocado



Rucola-Salat mit Erdbeeren, Walnüssen, gratiniertem Putenbruststreifen mit Sesam und Balsamico Dressing



Wildkräutersalat mit Birne, Granatapfel, Pekannüssen und gebackenem Ziegen Camembert



Fitness-Salat mit Champignons, Paprika, Sprossenmix und gemahlene Haselnusskernen verfeinert mit Fenchel und weißem Balsamico

*Der Chefkoch empfiehlt gerne vor dem Salat eine warme Suppe der Saison und als Abschluss ein leichtes Obstdessert.*

GUTE EVENTS PRONSTORF  
GUTSHOF 3  
23820 PRONSTORF



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



# „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, Erbensprossen, 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