

T I S C H  
Z W Ö L F

Essen  
für die  
Zukunft

Radicchio- Feld-  
salat  
Buchweizen mit  
Caesardressing

## Appetizer

Helles Kartoffelgulasch  
Fenchel  
Bohnen  
Sauerrahm

pick  
me  
up

Randig  
Ingwer  
Apfel  
Shot

## Lunch

Und so wir das Lunch gekocht:

Die Kartoffeln schälen, schneiden und in Salzwasser kochen. Zwiebel und Knoblauch schneiden und in etwas Öl anrösten. Dann den Fenchel schneiden und mit den Bohnen dazugeben. Alles mit Gemüsebrühe aufgießen, anschließend Paprikapulver, Chilipulver, Kartoffel und Lorbeerblätter hinzugeben.

Probiert es doch gern selbst aus!

Der Vetterhof hat super Kartoffeln, gelbe Karotten und Knoblauch für das Gericht!