

TISCH  
ZWÖLF

Essen  
für die  
Zukunft

Junge Kohlrabi  
Joghurt + Kernöl  
Sonnenblumen-  
kerne

## Appetizer

Randig Linsen  
Pak Choi  
Zitronen Salsa

pick  
me  
up

Rhabarber  
Shot

## Lunch

Randig und Zwiebeln raspeln und in etwas Öl andünsten und etwas Muskatblüte, Wacholder, Lorbeer Salz und Pfeffer dazugeben und mit Gemüsefond aufgießen. In dieser Soße werden die Linsen weichgekocht. Den Pak Choi in grobe Stücke schneiden und kurz mit Salz andünsten. Dazu reichen wir eine würzige Zitronensalsa.

Pak Choi und junge Kohlrabi stammen vom Vetterhof

#Essen für die Zukunft

tisch-zwoelf.at

ENERGIE 588,0 kcal KOHLENHYDRATE 65,6g EIWEISS 19,8g FETT 20,9g