

Speisen 23.04.24 - 26.04.24



An allen Tagen frische Salate
Klein € 5,50 Sattmacher € 10,00

Wochenbowl:

"Kärntner Hadnsterz"

Grober Buchweizen, Blumenkohl mit
Mohnschmelze, dazu Linsen- und
Blattsalat

€ 12,50 | glutenfrei | vegan

Wochensuppe:

Ribollita – toskanischer Gemüseeintopf
€ 6,50 | vegan

In Österreich wird der Buchweizen Hadn oder
Heiden genannt, weil er von der der Mongolei
über islamische Länder nach Europa kam. Im
Mittelalter verbreitet sich der Buchweizen auch
in den südlichen Alpenregionen wie Kärnten
oder Südtirol. Speisen aus Buchweizen wurden
fester Bestandteil der Alltagsküche.

Heidekorn zu schälen war damals eine
Gemeinschaftsaktion. Die Bauernfamilie
breitete damals das Korn um den Stubenofen
aus und alle trampelten mit ihren schweren
Holzschuhen auf den Körnern herum bis die
Schalen abfielen.

Im Original wird der Hadnsterz aus Mehl
gekocht, in der Kitchenschelle aus ganzen
Buchweizen Körnern.

Tagesessen 23.04. - 26.04.24

Tagesessen Dienstag 23.04.24

Ratatouille mit Polenta und Kräutercreme
(Parmesan auf Wunsch)

€ 12,00 | glutenfrei | vegan

Tagesessen Mittwoch 24.04.24

Veggieburger mit gebackenen Kartoffeln

€ 12,00 | auch vegan

Tagesessen Donnerstag 25.04.24

Spitzkohl-Paprikalasagne

€ 12,00

Tagesessen Freitag 26.04.24

Mungbohnen Dal mit Safranreis und
Gemüse

€ 12,00 | glutenfrei | vegan

Samstag

Frische Salate, Suppe und Bowl

Alles auch zum Mitnehmen in Rebowl
Allergene erfragen Sie bitte an der Kasse

Die Kitchenschelle
Hochmaingasse 14
78628 Rottweil
Tel 0741 4800 16 12

