

Speisen 14.5.24 - 18.5.24



An allen Tagen frische Salate

Klein € 5,50 Sattmacher € 10,00

Wochenbowl:

Auf nach Mesopotamien!!

Bulgur mit Gemüse, Paprikasalsa, weiße

Bohnen, Frühlingszwiebeln und Salat

€ 12,50 | vegan

Wochensuppe:

Zucchini- Thymiansuppe

€ 6,50 | glutenfrei | vegan

Bereits vor 4000 Jahren war Bulgur die wichtigste Ernährungsgrundlage der Mesopotamier, der arabische Name „Burgul“ bedeutet nichts anderes als „zerstampftes Getreide“ und geht auf die traditionelle Herstellung von Bulgur zurück.

Bulgur, auch Burgul oder Burghul genannt, ist ein Getreideprodukt, das aus vorgegarten und grob zerkleinerten Weizenkörnern hergestellt wird.

Genau wie für Couscous und Pasta wird auch für die Herstellung von Bulgur Hartweizen verwendet, da dieser beim Kochen bissfest bleibt. Früher bekam man Bulgur bei uns eher unter dem Namen Weizengrütze, aber seit die türkische und orientalische Küche in Deutschland bekannter geworden ist, findet man im Supermarkt eher die Bezeichnung Bulgur.

Tagesessen 14.5.24. - 18.5.24

Tagesessen Dienstag 14.5.24

Krautgulasch mit Salzkartoffeln und Sauerrahmklecks

€ 12,00 | glutenfrei | auch vegan

Tagesessen Mittwoch 15.5.24

Bunte Spaghettipfanne mit Tomatensoße und Parmesan

€ 12,00 | auch vegan

Donnerstag 16.5.24

Heute nur Bowl, Suppe & Salat

ab 18 Uhr vegetarische Köstlichkeiten in der Kitchenschelle zum Abendmarkt

Freitag 17.5.24

Kichererbsencurry mit Basmatireis und gerösteten Cashewkernen

€ 12,00 | glutenfrei | vegan

Samstag 18.5.24

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

