Speisen 16.11.26 – 20.11.26

Täglich Marktfrischer Salat und Tagessuppe (siehe Aushang)

Wochenbowl:
Levantinische Bergbowl
Bulgur | Röstzwiebeln | Rote Bete & Äpfel vom Blech | weiße Bohnencreme | Marktfrische Salate vom Rottweiler Wochenmarkt
€ 14,50 | bio | vegan

Wenn wir an das östliche Mittelmeer denken, haben wir meist leichte Sommer-Mezze vor Augen. Doch hoch oben in den schneereichen Bergregionen des Libanons und Syriens hat sich über Jahrhunderte eine ganz eigene, kraftvolle Winterküche entwickelt. Da die Winter hier lang und kalt sind, dreht sich traditionell alles um *Mouneh* – die Kunst der Vorratshaltung.
Auf den kargen Terrassenfeldern gedeihen robustes Getreide wie Bulgur und eiweißreiche Hülsenfrüchte, die das Fundament für wärmende, rein pflanzliche Gerichte bilden. Gleichzeitig sind die fruchtbaren Hochtäler der Levante berühmt für ihren jahrtausendealten Apfelanbau sowie für erdige Wurzelgemüse wie Rote Bete, die im Herbst geerntet und in den kühlen Monaten vielfältig in Eintöpfen, Ofengerichten oder eingelegt verwendet werden. Erdige Gewürze, Röstaromen und hochwertige Öle runden diese Höhenküche ab.

Tagesessen Montag 16.11.26
Quinoa-Gemüsepfanne | Guacamole | geröstete Walnüsse
€ 13,00 | bio | vegan | weitgehend glutenfrei

Tagesessen Dienstag 17.11.26
Kartoffelgratin mit Raclette | Karotten-Wirsing-Gemüse
€ 13,00 | bio | weitgehend glutenfrei

Tagesessen Mittwoch 18.11.26
Hirseküchle | Ratatouille | Sauerrahmdip | geröstete Sonnenblumenkerne
€ 13,00 | bio | weitgehend glutenfrei

Tagesessen Donnerstag 19.11.26
Kichererbsencurry | Reis | Cashew | Koriander
€ 13,00 | bio | vegan | weitgehend glutenfrei

Tagesessen Freitag 20.11.26
Rahmpolenta | Pilzgulasch | Petersilie
€ 14,00 | bio | weitgehend glutenfrei

Nicht satt geworden? Dann bitte einfach melden!
Alles auch zum Mitnehmen in Rebowl Allergene erfragen Sie bitte an der Kasse