

KochGenussAtelier

Delikate Gaumenköstlichkeiten im Pfandglas

Grüner Smoothie zum Löffeln (frisch gemixt, im Kühlschrank haltbar 2 Tage) 180 ml 3,80

Frühlings - Wildkräuter♥ aus dem Wald und von der Wiese:
Brennnesseln, Giersch, Löwenzahn, Erdbeerblätter, Birkenblätter..., Grünzeug* aus dem Hochbeet,
Banane, Orange, Zitrone

Köstliche Aufstriche (frisch zubereitet, im Kühlschrank haltbar 3 Tage) 120 g 4,40
und Pesto (frisch, im Kühlschrank haltbar 3 Wochen)

- Vitalmousse mit frischen Frühlingskräutern und Sonnenblumenkernen G
- Hummus Linse (vegan) und Hummus Karotte (vegan) N
- Frühlings - Wildkräuter♥ Pesto
- Dazu gibt es zum Dippen und Knabbern: Leinsamen - Buchweizen - Cracker

(F)eingemachtes: Suppen und Eintöpfe
(frisch gekocht und heiß abgefüllt, mindestens haltbar drei Wochen im Kühlschrank)

- Karotten-Ingwer-Kokos-Suppe mit Kardamom L 200 ml 4,80. 400 ml 9,60
- Süßkartoffelsuppe mit Curry L
- Steirische Erdäpfelrahmsuppe G, L, O
- Fenchel-Sellerie-Suppe mit Orangen L

- Buntes Gemüsecurry, fruchtig - exotisch - mild, mit viiiiiiel Gemüse und Mango M 300 ml 13,80
- Linseneintopf mit Karotten und Spinat L 300 ml 9,80
- Mexikanischer Bohneneintopf L 300 ml 9,80

- Das bunte Gemüsecurry mit zarter Hühnerbrust M 300 ml 16,80
- Lammragout mit Tomaten, Champignons und Fenchel 300 ml 16,80
- Mexikanischer Bohneneintopf mit Rind L 300 ml 12,80

Für Schleckermäulchen: Desserts im Glas (frisch, im Kühlschrank haltbar 3 Tage) 80 g 4,40

- Panna Cotta „Kokosblüte“ G
- „Halbgefrorenes“ Zitrone G (ca. eine Stunde vorm Geniessen ins Gefrierfach geben)
- Himbeer - Mousse G
- Topfen - Obers - Mousse G
- Fruchtküsschen - veganes Fruchtdessert zum Löffeln, passt gut zum Panna Cotta:
Weichselküsschen (haltbar drei Wochen im Kühlschrank)

Und ausserdem auf Vorrat möglich: unser allerbestes **Schokoladenkuchen** - mit ganz vieeeeelen Haselnüssen und Eiern, mit ganz viel Schokolade und Butter - und wenig Dinkelmehl. Perfekte Nerven - und Gehirnungstützung für den Alltag im Homeoffice!

A = glutenhaltiges Getreide C = Eier D = Fisch F = Soja G = Milchprodukte H = Nüsse L = Sellerie M = Senf N = Sesam O = Sulfite



Unser Bio - Sortiment wird von der Austria Bio Garantie zertifiziert.
Produkte, die nicht aus biologischer Herkunft stammen, kennzeichnen wir mit *.
Kräuter, Gemüse und Salat aus unserem Garten kennzeichnen wir auch mit *
Wildkräuter kennzeichnen wir mit ♥.

KochGenussAtelier GmbH, Schulgasse 7, 8541 Schwanberg
www.kochgenussatelier.at office@kochgenussatelier.at Ute Koch: 0676 9179792