



AFRO LUNCH

KW 49 01/12/2025 – 05/12/2025 von 11:30 bis 14:00
zwei Gänge 14,90

Lunch Espresso 1,00 / Homemade Ice Tea 0,25l zum Lunch 2,00

MONTAG

Lauchschaumsuppe (G,I) oder kleiner Salat

Puten Tajine mit grünen Oliven und Bulgur (A,G,O,N)

oder

Paprikaquiche mit Balsamico Zucchini (A,G,G)

DIENSTAG

Spinatsuppe (G,I) oder kleiner Salat

Pasta mit Thunfisch-Tomatensugo (A,C,G,D)

oder

Belugalinsen mit gebackenem Sellerie und *AFRO Spice Dekus* Joghurt (I,G,N)

MITTWOCH

Hühnersuppe mit *AFRO Spice Dukkah* Frittaten (A,C,G,I)
oder kleiner Salat

AFRO Spice Chakalaka Reisfleisch mit Paprika und Bohnen (G,N,I)

oder

Tomaten gefüllt mit Perlgrauen auf Safranschaum und
Minzkartoffeln (G,I)

DONNERSTAG

Rote Rübensuppe (G,I) oder kleiner Salat

Kalbsgulasch mit Gewürzknödel und geschmortem Spitzpaprika (A,C,G,I)

oder

Süßkartoffelgnocchi in *AFRO Spice Harissa* Tomatensauce
mit Feta (A,C,G,N)

FREITAG

Gemüsecremesuppe mit Croutons (A,I) oder kleiner Salat

Ausseer Forellenfilet auf Karotten-Erbsengemüse und Zartweizen (A,D,G)

oder

Gemüse Frittata mit Balsamico Schalotten und Rucola (A,C,G,O)