



Forellenhof GmbH  
Brühlstraße 16  
35080 Bad Endbach

## Basischer Genuss in BIOqualität



(Essen + Fasten = Basenfasten)



Impressionen aus der basischen Küche im

Frühstücksmüsli mit Erdmandelflocken, Apfel, Banane, geröstete Mandelplättchen

Gedünsteter Apfel mit Mandelmus

Wintermüsli mit Banane, Apfel, Mandarinen, Rosinen, Zimt, Vanille, Kardamom

Erdbeer- Himbeershake mit Banane, Zitronenmelisse

Klare Gemüseessenz, Kohlrabispiralen, Gartenkresse

Kürbis- Ingwersuppe, Mandelschaum

Kartoffel- Lauchsuppe, geröstetes Kürbiskernöl

Maronensuppe, gebratene Steinchampignons

Endiviensalat mit Erbsensprossen

Rote Beete Carpaccio, Chicoree- Orangensalat, Avocado

Feldsalat, lauwarmer Kartoffelmarinade, Berglinsensprossen

Wirsingroulade mit Karotten- Pilzfüllung, Kartoffelstampf

Kartoffelspaghetti, Grünkohl und Kräutersaitlingen, Pinienkerne

Kohlrabi mit Linsensprossen- Gemüsesalat gefüllt, Avodacocreame,

Winter –Wokgemüse mit Karotte, Pastinake, Sellerie, gerösteter Sesam, Gartenkräuter

Gedünstetes Gemüse im Bambuskorb, Sojasprossen, Kichererbsencreme

Karotten- Spinatsalat, Sesamöl und gebratene Apfelscheiben

Fenchelrohkost, Orangen und Walnüssen, Limettenmarinade

Zucchini aus dem Ofen, Oliventapenade, Rucola