

Winter-Wochenplan ³

EINFACH. RAFFINIERT. KOCHEN.
le menu

MITTAGESSEN



MONTAG
Trofie mit Poulet
und Caponata



DIENSTAG
Reis-Linsen-Topf



MITTWOCH
Lauch-Orangen-
Salat mit Fisch



DONNERSTAG
Hack-Pie*



FREITAG
Warmer Brotsalat**



**BACK-TIPP
DER WOCHE**
Flammenkuchen***
mit Vacherin
Fribourgeois AOP

ABENDESSEN



MONTAG
Lauchpinsel auf
Belugalinsen



DIENSTAG
Apfel-Kartoffel-
Gratin



MITTWOCH
Ziegenkäse-Toasts
mit pikanter
Orangensauce



DONNERSTAG
Schwarze Polenta
mit Schinken-Chips



FREITAG
Sellerie-Zitronen-
Fisch-Eintopf



**FAMILIEN-TIPP
DER WOCHE**
Apfel-Pancakes

TIPPS:

- * Die hartnäckige Haut an der Knoblauchzehe lässt sich einfach abschälen, indem man die Zehe auf ein Rüstbrett legt und mit dem Handballen auf sie drückt, bis es leicht knackt.
- ** Für den warmen Brotsalat eignet sich Brot vom Vortag sehr gut.
- *** Wenn Sie zu viel Brot haben, können Sie es in kleine Würfel schneiden und in der Pfanne mit Butter rösten. Diese Croûtons eignen sich ideal für Salate und Suppen.



**Abonnieren Sie
unseren Wochenplan
als Newsletter**

www.lemenu.ch/wochenplan