

# Frühlings-Wochenplan<sup>7</sup>

EINFACH. RAFFINIERT. KOCHEN.  
**le menu**

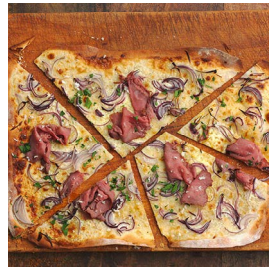
**MITTAGESSEN**



**MONTAG**  
Gefüllte  
Mistkratzerli



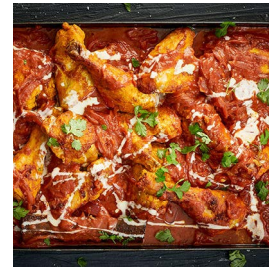
**DIENSTAG**  
Frühlingsomelette



**MITTWOCH**  
Flammkuchen  
mit Roastbeef und  
Meerrettich



**DONNERSTAG**  
Hackbraten



**FREITAG**  
Chicken Tikka  
Masala



**BACK-TIPP  
DER WOCHE**  
Gebackene  
Quarktorte

**ABENDESSEN**



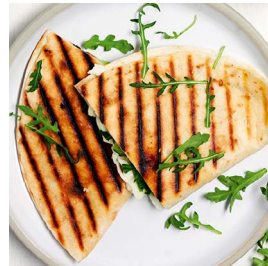
**MONTAG**  
Falafel\*



**DIENSTAG**  
Pasta al limone



**MITTWOCH**  
Gebackener Ricotta  
mit Radieschen-  
Salsa



**DONNERSTAG**  
Grillierte Käse-  
Sandwiches



**FREITAG**  
Rhabarber-Omelett



**GETRÄNKE-TIPP  
DER WOCHE**  
Green Dream  
Smoothie

**TIPPS:**

\* Statt Tzatziki: 360 g Rahmjogurt mit 2 TL gehackter Minze, Salz und Pfeffer mischen. Mit gehobelten Gurkenscheiben zu den Falafel servieren.



**Abonnieren Sie  
unseren Wochenplan  
als Newsletter**

[www.lemenu.ch/wochenplan](http://www.lemenu.ch/wochenplan)