

NOSH-POTS

ab 1. April



Sweet Marrakesch

mit Poulet, Planted oder Tofu

Zutaten:

Bulgur mit Fideli, Cherrytomaten, Gurke, Mandeln, Datteln



Oriental Express

mit Poulet, Feta, Tofu oder Planted

Zutaten:

Süßkartoffeln mit Curry, Kichererbsen, Cherrytomaten, Kokosraspel, Cashewnüsse



Poké Pot

mit Poulet, Planted oder Lachs

Zutaten:

Gurke, Sushireis, Avocado, schwarzer Sesam, Spinat, Wakame (Algensalat)

Dressing 1 :

Dunkler Balsamico, Olivenöl, Zitronensaft, Agavensaft

Kcal 265 | P 1g | KH 9g | F 25g

Dressing 2 :

Sojasauce, Sweet Chilli Sauce, Reissessig, Sesamöl

Kcal 174 | P 0g | KH 21g | F 10g

Dressing 3: Tahine

Tahine, Sesam, Limete, Kreuzkümmel, Olivenöl, Salz, Pfeffer

Kcal 136 | P 4g | KH 3g | F 12g

Snack-POTS

ab 1. April



Granolat Pot Vegan oder NON

Zutaten:

Hausgemachtes Granolat mit Nüssen und Kernen auf Orangencreme



Tiramisu NoN

Zutaten:

Proteincreme mit Himbeeren, Löffel Biskuit, Kaffee und Cacao

Tiramisu Vegan

Zutaten:

Proteincreme Vegan mit Himbeeren, Vegan Biskuit, Kaffee und Cacao