

Mahlzeit

bei

GERDES & GERDES

Mittagskarte 29.03 bis 01.04.2021

Mittagstisch zur Abholung: 11:30 bis 15:00 Uhr.(Mo.-Fr.)

Tagesgericht je 8,80 € / Vegetarisches Wochengericht je 8,50 €

Telefonisch bestellen unter 0174-144 14 21

- Montag:** Schweinerückensteak mit gebratenen Champignons & Austernpilzen, Röstkartoffeln
- Dienstag:** Paprika-Hähnchen-Pfanne mit Mais, Lauch & Wildem Reis
- Mittwoch:** Rinderhüftsteak mit Pfeffersosse, grüne Bohnen mit Bacon, Kartoffelgratin
- Donnerstag:** Hackbällchen & Gemüseragout mit Datteln, Cashewkernen, Blumenkohl & Couscous mit Gemüse
- Vegetarisches Wochengericht:**
Gemüseragout mit Datteln, Cashewkernen, Blumenkohl & gratiniertem Ziegenkäse
Couscous mit Gemüse

Zu allen Öffnungszeiten:

Wraps, einzeln oder als Box (4 x ½ je Box)

„Chicken“

Hähnchenstreifen, Quinoa, Avocado-Chili-Creme, Paprika, Tomate, Salat,
7,50 €

„Mexican-Cheese“

pikantes Rinderhack, Cheddar, Süßkartoffel, gebratenes Gemüse, Salat,
7,50 €

„Feta“ vegetarisch

eingelegter Feta, Walnüsse, Kräuterquark, getrocknete Tomaten, Salat,
7,50 €

„Quinoa-Gemüse“ vegan

Bio-Quinoa, Avocado-Chili-Creme, gebratenes Gemüse, Süßkartoffeln
Salat

7,50 €

zu allen Wraps reichen wir unseren hausgemachten Hummus

Pasta

Veggie Pasta mit Pesto, gebratenem Gemüse & Rucola

6,90 €

Penne Bolognese

6,90 €

Chili con Carne

klein: 4,50 €, groß 6,00 €

Bowls

Gemischte Salat-Bowls, Paprika,
Tomaten, Gurke

klein: 3,50 €, groß 5,00 €

+ Hähnchen & Honig

+ Parmesan & Pinienkernen

+ Ziegenkäse & Feigensenf

klein: 1,50 €, groß: 1,80 €

Balsamico-Vinaigrette oder Kräuter-Joghurt-Dressing

Suppe: klein: 4,00 €, groß: 5,00 €

- Tomaten-Paprika-Suppe mit
Feta

(vegetarisch)

- Rinderbrühe mit Gemüse &
Eierstich

Mahlzeit

bei

GERDES & GERDES

Karfreitag sind wir für Euch da.

Wir kochen frisch für Euch und ihr könnt heiß abholen.

Genießt den ersten Spargel der Saison!

Unsere Öffnungszeiten am Karfreitag: 11:30 bis 15:00 Uhr

Karfreitag:

Fangfrisches Skreifilet in Limettenbutter gebraten,
Bärlauchsosse, Spargelragout mit Ofentomaten,
Schwenkkartoffeln **12,50€**

Vegetarisch:

Parmesan-Risotto-Bällchen mit Pesto &
Pinienkernen,
Spargelragout mit Ofentomaten
Wildkräutersalat in Himbeer-Vinaigrette **12,50 €**