

LUNCH MENU

Erhältlich mittags von Montag bis Freitag
Available at lunch from Monday to Friday

Alle Gerichte starten mit: *All dishes start with:*

GARTENSALAT VEG+ LF GF*

mit hausgemachtem Dressing und geröstetem Dinkel-Sauerteigbrot von unserem Nachbarn Bread-à-porter
Green garden salad with homemade dressing, served with toasted spelt sourdough bread from our neighbour Bread-à-porter

FETA & FRITTATA VEG GF

mit Freilandeiern, Bio-Feta und Bio-Gartenerbsen, dazu Bio-Joghurt und Gurke
with free-range eggs, organic feta and organic green peas, served with organic yogurt, Kalamata olives and coleslaw

CHORIZO & FRITTATA GF

mit Freilandeiern, Chorizo und Bio-Gartenerbsen, dazu Bio-Joghurt und Gurke
with free-range eggs, chorizo and organic green peas, served with organic yogurt, Kalamata olives and coleslaw

POULET & SOMMERSALAT GF*

Pochiertes Schweizer Poulet mit Kirschtomaten, Gurke, Wassermelone, Bio-Kalamata Oliven, Bio-Kichererbsen und Bio-Feta, dazu Sauerteigbrot
Poached chicken with tomatoes, cucumber, watermelon, olives, chickpeas and organic feta, served with spelt sourdough bread

BROKKOLI & SOMMERSALAT VEG GF*

Gerösteter Zatar-Brokkoli mit Kirschtomaten, Gurke, Wassermelone, Bio-Kalamata Oliven, Bio-Kichererbsen und Bio-Feta, dazu Sauerteigbrot
Roasted broccoli with tomatoes, cucumber, watermelon, olives, chickpeas and organic feta, served with spelt sourdough bread

KEFTEDES & LOUBIA

Bio-Hackfleischbällchen mit weissen Riesenbohnen in würziger Tomatensauce, Tabouleh, Datteln und Bio-Labneh
Organic meatballs with white giant beans in a spiced tomato sauce, tabbouleh, dates and organic labneh

FETA & LOUBIA VEG

Bio-Feta mit weissen Riesenbohnen in würziger Tomatensauce, Tabouleh, Datteln und Bio-Labneh
Organic feta with white giant beans in a spiced tomato sauce, tabbouleh, dates and organic labneh

POULET & POLENTA GF

Pochiertes Schweizer Poulet mit gebratener Polenta, Spinat-Haselnuss-Pesto, Coleslaw, Kirschtomaten und Kalamata Oliven
Poached Swiss chicken with fried polenta, spinach hazelnut pesto, coleslaw, cherry tomatoes and Kalamata olives

TEMPEH & POLENTA VEG+ LF GF

Frutiger Bio-Tempeh mit gebratener Polenta, Spinat-Haselnuss-Pesto, Coleslaw, Kirschtomaten und Kalamata Oliven
Local organic tempeh with fried polenta, spinach hazelnut pesto, coleslaw, cherry tomatoes and Kalamata olives

ALLE *all*

LUNCH DESSERTS

Erhältlich mittags von Montag bis Freitag
Available at lunch from Monday to Friday

HIMBEER-SORBET VEG GF (LF auf Wunsch)

mit Bio-Mascarponecrème und Meringue
Raspberry sorbet with organic mascarpone cream and meringue

LIMETTEN-JOGHURT-EIS VEG GF

mit Pfirsich, Heidelbeeren und Pistazien
Yogurt ice cream with peach, blueberries and pistachios

SCHOKOLADENTARTE VEG

mit Zartbitterschokolade, dazu Bio-Sauerrahm
Dark chocolate tart served with organic sour cream

AFFOGATO VEG GF

Crèmiges Fior di Latte Eis mit Ristretto
Smooth fior di latte ice cream with ristretto

Vegan und laktosefrei auf Wunsch, bitte fragen Sie uns!
Vegan and lactose-free upon request, please ask us!

ALLE *all*

8

Frisches Obst und Gemüse beziehen wir wenn immer möglich aus der Region. Wir verwenden regionale und biologische Milchprodukte. Unser Fleisch ist vom Schweizer Bio-Rind und vom Kiesener Duroc-Schwein. Unser Geflügel kommt aus besonders tierfreundlicher Schweizer Haltung mit regelmässigem Auslauf.

Whenever possible, we source fresh fruit and vegetables from the region. We use regional and organic dairy products. Our meat is from Swiss organic beef and Kiesener Duroc pork. Our poultry comes from particularly animal-friendly Swiss farming.



VEG vegetarisch *vegetarian*

VEG+ vegan *vegan*

LF laktosefrei *lactose-free*

GF glutenfrei *gluten-free*

GF* glutenfreies Brot erhältlich *gluten-free bread available*

Bitte fragen Sie uns bei Unverträglichkeiten!
Food allergies? Please ask our crew!