



Ausgabe 1 2011



# DER LE MENU WOCHENPLAN

Woche 2 Januar/Februar 2011

## WOCHENMENU

**Quarkschnitten mit  
Orangensauce\*\***



\*\* Rezept aus dem aktuellen Heft

### MITTAGESSEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Reistopf mit Rindfleisch* Rotkraut	Salat Kräuter-Eier-Rösti*	Krawättli-Auflauf mit Bauernschinken*	Salat Glasierte Mistkratzerli mit Kartoffelschnitzen**	Lauch-Polenta-Schnitten mit Rüebli-Erbсен-Sauce*
			** Rezept aus dem aktuellen Heft	

### ABENDESSEN

Gschwellti Käse, Hüttenkäse mit Schnittlauch Gemüsestängeli	Winter-Potbourri mit Butterbrot*	Gemüsesuppe Honig-Apfel-Wähe*	Nüssli-Käsesalat * Dinkelbrot*	Frischer Früchtequark Bauernbrot, Butter
--	-------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------	---

### DESSERT/ZVIERI

	<b>Zvieri:</b> Zitronenwürfel** Dazu passt ein Glas Milch			
	** Rezept aus dem aktuellen Heft			

### TIPP

Die doppelte Menge Gschwellti zubereiten für die Rösti.			Lauch-Polenta vorbereiten	Alle mit * und ** aus- gezeichneten Rezepte finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.
---	--	--	---------------------------	---