

# KULINARISCHES

NATURGARTENTAGE 02.-05.02.2023, HAGEN

*Wir wollen es nachhaltig: bio – regional – saisonal – vegetarisch – vegan – gesund – ohne vermeidbaren Abfall.*

**DONNERSTAG BIS SAMSTAG, 02.-04.02.2023**

## **Getränke**

Vor- und nachmittags stehen zur Selbstbedienung im Pausenbereich zur Verfügung: Filterkaffee, Milch und vegane Milchalternative, Premiumtee und Mineralwasser, am Abend kostenfrei Mineralwasser.

## **Vormittags-Snack**

gemischte Auswahl an Teegebäck & gesund auf die Hand:  
heimische Lager-Äpfel und -Birnen

## **Mittagsbuffet**

- Theke mit saisonalen, marinierten Rohkostsalaten & Extras
- täglich zwei verschiedene warme Mittagessen, vegetarisch & vegan:  
am Donnerstag Penne Rigate mit Trüffelrahmsauce, Parmesan, Rucola und Cherrytomaten & Westfälisches Ratatouille mit Petersilienkartoffeln;  
am Freitag Spitzkohl a la Crème mit Tomaten, Kräutersaitling und Rosmarinkartoffeln & Tomatisiertes Wurzelgemüse mit Schupfnudeln;  
am Samstag Champignon-Porree-Gemüse mit Kartoffel-Sellerie-Gratin & Kichererbsen-Pfanne mit Weizen, Tomaten und Reis
- täglich variierende Desserts und Hand-Obst: heimische Äpfel und Birnen

## **Nachmittags: kleines Kuchenbuffet**

wechselnde Auswahl an süßem Backwerk und regionalem Hand-Obst

## **Abendessen in Buffetform**

- täglich verschiedene Suppen und Eintöpfe, vegetarisch & vegan:  
am Donnerstag Schwarzwurzelcremesuppe mit Gemüsestreifen & Märkischer Grünkohleintopf mit Haferflocken und Schwerter Senf;  
am Freitag Kartoffel-Lauch-Suppe mit Croutons & Wirsingtopf mit Kartoffeln, Karotten und roten Zwiebeln; am Samstag Hokkaido-Cremesuppe mit Schmand und Kürbiskernöl & Bunter Münsterländer Gemüseintopf
- regionale Auswahl an frischem Grau- und Körnerbrot mit Butter, Quark und Hummus oder anderen veganen Dips aus Paprika oder Auberginen
- Hand-Obst: heimische Äpfel und Birnen

**SONNTAG, 05.02.2023**

## **Getränke & Vormittags-Snack**

Kaffee & Tee sowie Gebäck & Hand-Obst wie an den anderen Tagen

## **EXTRA:**

### **Nachhaltiges Mittagsbuffet Surprise**

Der Küchenchef zaubert aus übriggebliebenem und Frischem eine Auswahl an kalten und warmen, saisonalen und regionalen Speisen. Denn das ist uns wichtig; das sind wir: keine Verschwender.

