

Vitalmenü

mit Produkten aus dem
Sankt Wendeler Land

Gesundes Schlemmen
& wertvolle Ernährungstipps von
Ernährungsberater Günter Kasper

Smoothie-Duett

Gemüse und Obst mal anders

„ Günter Kasper: Smoothies – gesunder Trend? “

Bunter Kräutersalat

mit gerösteten Nüssen, dazu eine

Trilogie vom Ziegenkäse:

Gebackener Ziegenkäse mit Basillikumpesto,
Praline vom Ziegenkäse im Schwarzbrotmantel
sowie warmer Ziegenkäse mit Honig und Walnüssen

„ Günter Kasper: Ernährung im Wandel “

Geschmorter Mittelbug vom Rind

sowie pochierte Hähnchenbrust
auf Kartoffel-Schwarzwurzelragout und
grünen Bohnen an leichter Thymiansauce

„ Günter Kasper: Sauer macht lustig “

Warmes Apfel-Grießdessert

mit Müsli-Knusperstangen

„ Günter Kasper: Hellende Ernährungsweisen “

Preis: 68,- € pro Person

Alle alkoholischen und nicht alkoholischen
Getränke sind im Preis inbegriffen.



DINNERZEIT
MICHAEL LAMBERT