

## Salate

- *Bunter Salat*
- *Geraspelter Möhrensalat mit ganzen Mandeln, Rosinen und Sesam*
- *Geraspelter Möhrensalat mit Apfelstücken, Haselnüssen und Ingwer*
- *Geraspelter Möhrensalat mit Selleriestroh und Petersilie*
- *Fein gehackter Rotkohlsalat mit Petersilie*
- *Fein gehackter Weißkohlsalat mit Dillspitzen*
- *Rote Bete verfeinert mit Sellerie und Petersilie*
- *Rote Bete verfeinert mit Koriander und Pinienkernen*
- *Rote Bete verfeinert mit Koriander und Kürbiskernen*
- *Rote Bete verfeinert mit Apfelstücken und Möhrenstreifen*
- *Dinkelsalat verfeinert mit Koriander*
- *Kichererbsen mit verschiedenen Kräutern und Paprikawürfeln*
- *Linsensalat mit Petersilie und Paprikawürfeln*
- *Mungbohnen mit Petersilie und Paprikawürfeln*
- *Dicke Bohnen mit Petersilie, Frühlingszwiebeln und Paprikawürfeln*
- *Couscous*
- *Mozzarella mit Tomate und Basilikum*
- *Bunter Salat mit Schafskäse und Oliven*

Salatdressings:      *Joghurt- Kräuterdressing*  
                              *Honig-Senfdressing*  
                              *Soja- Orangendressing*

## Dips

- *Avocadocreme*
- *Tomatencreme*
- *Kräuterschmand*
- *Tzatziki*

## Vorspeisen

- *Kräuterkuchen*
- *Auberginenpaste*
- *Antipasti*

## Fingerfood - vegetarisch

- *Frühlingsrolle mit Spinat und Schafskäse*
- *Frühlingsrolle mit Weißkohl, Möhren und Sojasprossen*
- *Gemüsebratling*
- *Kartoffeltasche mit Frischkäse und Kräutern*
- *Broccoli- Möhren- Vollwertek*
- *Gemüestabchen*
- *Sesam- Karotten- Knuspercke - vegan*
- *Gemüsebällchen - vegan*

## Fingerfood

- *Hähnchen- Ananasspieße*
- *Garnelen- Chilispieße*
- *Hackfleischbällchen*

## Quiche

- *Quiche mit Lauch*
- *Quiche mit Champignon*
- *Quiche mit Lauch und Champignon*
- *Quiche mit Hokkaido und Tomate*
- *Quiche mit Gemüse*

## Suppe

- *Rote Linsensuppe mit Chili, Limette und Koriander*
- *Joghurtsuppe mit Kräutern und Knoblauch*
- *Tomaten- Gemüsesuppe*
- *Minestrone*
- *Berliner Kartoffelsuppe*
- *Kartoffelsuppe mit Kamille*
- *Spinat- Gorgonzolasuppe*
- *Broccolicremesuppe*
- *Kürbissuppe (saisonal)*
- *Birnene- Sellerie- Suppe*
  
- *Gazpacho*
- *Gurkensuppe*
  
- *Gulaschsuppe*
- *Hühnersuppe*
- *Chili con Carne*

## Vegetarisch und vegane Hauptspeisen

- *Gemüse in pikanter Tomatensoße mit Kidneybohnen*
- *Gemüse in Tomatensoße mit Kichererbsen*
- *Gemüse in Senfsoße mit Kokosmilch*
- *Gemüse in Senfsoße mit Bohnen und Kokosmilch*
- *Gemüse in Currysoße mit Dinkel und Kokosmilch*
- *Gemüse in Currysoße mit Linsen und Kokosmilch*
- *Gemüse in Currysoße mit Mungbohnen und Kokosmilch*
- *Ratatouille*
- *Gedünstetes Gemüse*
- *Broccoli in Gorgonzola- Sahnesoße mit gerösteten Mandelstiften*
- *Spinatauflauf mit Champignons, Tomaten und Gouda überbacken*
- *Rosenkohl mit Maronen in Sahnesoße*
- *Sellerie in einer Minze-Kräutersauce*
- *Auberginen in Tomatensoße mit Fenchel und Champignon*
- *Moussaka griechische Gemüsepfanne mit Auberginen und Parmesankäse überbacken*
- *Gebratene Auberginen in pikanter Tomatensoße mit Gemüse, garniert mit Cherrytomaten und hauchdünnen, frittierten Kartoffelscheiben*
- *Pfannengerührtes Gemüse in einer Gelber Bohnensauce mit Ingwer, Zuckererbsen, Blumenkohl, Broccoli, Karotten und kleinen Maiskolben*
- *Kürbis in süßer Tomatensoße mit Cherrytomaten und hauchdünnen, frittierten Kartoffelscheiben garniert*
- *Champignon gefüllt mit Spinat in Gorgonzola- Sahnesoße*
- *Paprika gefüllt mit Kräuterreis in Tomatensoße*
- *Gebratenes Gemüse mit Ingwer und Knoblauch*
- *Gebratene Auberginen mit gelben Erbsen in pikanter Tomatensoße mit Gemüse, garniert mit Cherrytomaten und hauchdünnen, frittierten Kartoffelscheiben*
- *Kartoffeln mit Kichererbsen in Kokosmilch*
- *Curryreis mit Gemüse und gebratenem Ingwer mit Knoblauch*
- *Kichererbsen mit Kartoffeln in Currysoße mit Kokosmilch*

## Pasta und Gnocchi

- *Gnocchi in Tomatensoße*
- *Gnocchi mit Gemüse und Spargel (saisonal)*
- *Spinatgnocchi in Sahnesoße*
- *Penne mit getrockneten Tomaten, Champignons, Pinienkerne, Rucola und Parmesankäse*
- *Tortellini mit Spinat und Frischkäse gefüllt in Champignon- Sahnesoße*
- *Maultaschen mit Gemüsefüllung in Sahnesoße*
- *Spinatlasagne mit Parmesankäse überbacken*
- *Gemüselasagne mit Gouda überbacken*
- *Auberginenlasagne mit Gemüse und Gouda überbacken*
- *Farfalle mit Paprika und Champignons in pikanter Tomatensahnesoße*

## Kartoffelbeilagen

- *Kartoffelgratin*
- *Salzkartoffel mit Petersilie*
- *Rosmarinkartoffeln*

## Persische Reisspezialitäten

- *Basmatireis mit Safran*
- *Basmatireis mit Kräutern und Safran*
- *Basmatiwildreis mit Safran*
- *Basmatireis mit Berberitzen, gerösteten Mandeln und Pistazien*
- *Basmatireis mit Linsen, gebratenen Zwiebeln und Rosinen*
- *Basmatireis mit Dill, dicken Bohnen und Safran*
- *Basmatireis gesüßt mit Karotten, Safran, gerösteten Mandelstiften, Rosinen und Pistazien*

## Persische Hauptspeisen

- *Sellerieauflauf in einer Minze-Kräutersauce mit Lammfleischwürfeln*
- *Lammfleischwürfel in einer Kräutersauce mit getrockneten Zitronen und roten Bohnen*
- *Gebratene Auberginen in einer pikanten Tomatensauce mit Kalbsfleisch, gelben Erbsen, Cherrytomaten und hauchdünnen, frittierten Kartoffelscheiben*
- *Hähnchenbrustfilet in einer Wallnuss-Granatapfelsaftsoße*
- *In Zwiebeln und Zitronensaft eingelegtes und gebratenes Hähnchenbrustfilet*

## Geflügel und Fleischgerichte

- *Hähnchenbrustfilet mit Artischockenherzen und roten Zwiebeln in einer Kräutersauce*
- *Hähnchenbrustfilet mit Champignons, Mandarinen und gerösteten Mandelstiften in feiner Crème FrâichesöÙe*
- *Gebratenes Putenbrustfilet mit abgezogenen Mandeln und Backpflaumen in Orange-Honig Sauce*
- *Hähnchenunterkeule überbacken mit Zwiebeln und Orangensaft*
- *Pfannengerührtes Gemüse mit Hähnchenbrustfilet, in einer Gelber Bohnensauce mit Ingwer, Zuckererbsen, Blumenkohl, Broccoli, Karotten und kleine Maiskolben*
- *Lammfleisch mit Pflaumen, Quitten und gerösteten Mandeln*
- *Kalbsgeschnetzeltes mit Champignons, Birne, Apfel und Sesam*
- *Hähnchenbrustfilet mit Hokkaido in Tomatensoße*

## Fischgerichte

- *Seezungenfilet mit Banane und gerösteten Mandelstiften in einer Currysauce-Sahnesauce*
- *Lachs gefüllt mit Kräutern und Nüssen, überbacken mit Knoblauch*
- *Lachsfilet in Sahnesoße überbacken mit Champignon und Kräuter der Provence*

## Nachtisch

- *Tiramisu*
- *Obstquark mit Honig*
- *Obstsalat mit frischer Minze*
- *Mousse au Chocolat*
- *Rote Grütze mit Vanillesoße*
- *Panna Cotta mit frischen Erdbeeren (saisonal)*
- *Panna Cotta mit Himbeersoße*