

Mittagsmenü (Mo-Fr): bis ca. 15.30 Uhr

Business Lunch

Eine Vorspeise nach Wahl: gemischten Salat, Krautsalat Südtiroler Art, oder Linsensuppe für 13,90 Ohne Vorspeise 12,50

Lasagne alla Bolognese ^{a,c,i}

Hausgemachte Lasagne mit leckerer Rinds-Bolognese (nach alter Tradition mindestens 3 Stunden geköchelt), Sellerie, Karotten, Zwiebeln, Lorbeer, Gewürzen, Parmesan e Mozzarella.

Salsiccia-Ragu' mit Fettuccine ^{c,d,i,j,k,a}

Diese Soße ist eine Drobe: Hausgemachte Salsiccia-Bolognese mit Fenchelsamen & Cayenne-Pfeffer. Es hat eine leichte scharfe Note. Ein herrliches Ragu' (in Italien nennt man Bolognese "Ragu'"), con Grana Padano.

Carbonara alla Romana ^{a,c,k}

Guanciale, Pecorino, past. Eigelb, Schwarzer Pfeffer ...e basta! Kann nicht sehr heiss serviert werden... warum fragen Sie am besten, hat nicht Platz zu schreiben.

Gnocchi gefüllt mit Kürbis (vegetarisch) ^{a,c}

Serviert in einer hausgemachten Kräuterbutter mit Amarettini & Grana.

Buddha Bowl (vegan & gluten-free) ^{h,f,j}

Hausgemachter Hummus, Venere Reis, Gemüse- Kichererbsen Curry mit Kokosmilch, Salat mit Gemüse, Brokkoli in Sesamöl, Falafel, Süßkartoffel, Kürbiskerne & Granatapfelkerne.

Getränk der Woche (Extra nicht inbegriffen)

Himbeer-Zitronen Limonade mit Karottensaft

3,60

Bistro



Suppe

Afghanischer Linseneintopf ⁱ (vegan)

9,90

Ein Linseneintopf mit orientalischen Gewürzen, Zwiebeln, Karotten, Tomaten, Selleriekolle. Getoppt mit Frühlingszwiebeln & Granatapfelkernen.

Salate & Bowls & mehr

Essaouira Bowl ^{a,f,h}

14,90

Hausegemachter Hummus, CousCous mit orientalischen Gewürzen & Salzzitronen, Hühnerbrust mariniert in Joghurt, Brokkoli in Sesamöl, Salat & knackigem Gemüse, Kürbiskerne & Granatapfelkerne. Mit Balsamico Dressing.

Überbackener Ziegenkäse auf Salat (vegetarisch) ^{h,j}

13,90

Überbackener Ziegenkäse mit Honig & Walnüssen serviert auf einem Salatbett mit knackigem Gemüse, Oliven, Trauben & -Tomaten. Kürbiskern-Balsamico Dressing.

Burrata e caponata siciliana ^{c,h,i} (vegetarisch)

13,90

Typisches Gemüsemix aus Sizilien, Auberginen, Paprika, Oliven, Sellerie, Tomaten, Kapern Pinienkerne. Dazu eine Burrata aus Napoli mit hausgemachten Pesto.

Chrunchy Salat mit Granola (vegan) ^{h,j}

8,90

Frischer gemischter Salat mit knackigem Gemüse, Cherry-Tomaten, Granatapfel-Kerne. Balsamico-Dressing & Granola Nussmix.

Südtiroler Gulasch mit Speckknödel ^{a,c,d,7}

18,90

Rindergulasch nach Rezept meiner Heimat--- mit hausgemachten Speckknödel & Krautsalat.

Quiche mit Spinat & gemischter Salat ^{a,c,d,j}

12,90

Hausgemachte Quiche gefüllt mit Spinat & Stracciatella. Dazu gemischter Salat mit knackigem Gemüse. Mit Orangen-Senf Dressing.