

Tageskarte für unsere Gäste der Siemens AG

Freitag

Tisch-Nr.:

Mittagessen:

Menü 1	Vollwert	1500 Kcal	1200 Kcal
Kalbsbraten dazu Bayerisch Kraut und Schupfnudeln		290 Kcal	250 Kcal

oder

Menü 2	Vollwert	1500 Kcal	1200 Kcal
Vegetarische Lasagne		330 Kcal	260 Kcal

Bitte wählen Sie Ihre Kostform

Menü	Vollk.	1500	1200
1			
2			

Abendessen:

*
**

Buffet

**
*

Die Kalorienangaben beziehen sich nur auf die Hauptgänge.
Salat/Dessert muss gesondert dazu gerechnet werden.

Haben Sie Unverträglichkeiten oder Lebensmittelallergien bitte hier täglich eintragen



Menü/Kostform (z.B. Menü 1 / 1200 kcal)	Unverträglichkeit/Allergie

Gesundes Wissen

Gut zu wissen

Je heller das Kalbfleisch, desto weniger vom blutbildenden Mineralstoff Eisen enthält das Fleisch. Weil wir Verbraucher jahrzehntelang dem Irrtum aufgesessen sind, nur helles Kalbfleisch sei zart, bekamen Kälber oft eisenarmes Futter und mussten in dunklen Ställen leben, damit das Fleisch blass blieb. Inzwischen haben wir gelernt, dass auch rosarotes Fleisch zart ist. Die Mastbedingungen haben sich entsprechend geändert. Nach einer Reihe von Skandalen wurde auch Mästen, die ihre Tiere mit verbotenen Wachstumsförderern behandelt hatten, das Handwerk gelegt. Seit dem 1. Dezember 2000 ist das Verfüttern von Tiermehl und Tierfett an Tiere, die zur Lebensmittelgewinnung bestimmt sind, durch den Gesetzgeber verboten. Diese Regelung betrifft das Futter (Milchaustauscher) für die Kälberaufzucht und Kälbermast, die Tiere müssen jetzt vegetarisch ernährt werden oder wie beim Biobauern natürliche Milch erhalten.

Wenn kein Fleisch verwendet wird, eröffnen sich plötzlich viele Möglichkeiten für die Zubereitung einer Lasagne. Mit einer Soße aus Zwiebeln, Knoblauch, Paprika, Zucchini, Auberginen, Sellerie und Möhren lässt sich das klassische Ragù alla bolognese ganz leicht als vegetarische Variante kreieren. Gemeinsam mit Béchamelsoße und überbacken mit Parmesan zaubert man schnell einen unvergleichlichen Nudelaufauf auf den Tisch. Natürlich geht es auch ausgefallener. Wie wäre es zum Beispiel mit einer Kastanienlasagne mit Ricotta?

Als Lasagne-Hochburgen gelten in Italien übrigens die Region Marken in Mittelitalien und Emilia-Romagna mit der Hauptstadt Bologna. In Mailand serviert man die Lasagne mit Champignons und Gorgonzola – die Italiener nennen diese Spezialität „Lasagne alla Milanese“. Eine feine Soße aus Milch, Mehl, Knoblauch, Gorgonzola und Petersilie wird abwechselnd mit den feinen Nudelplatten in eine Auflaufform geschichtet. Aber auch in Süditalien gibt es eine köstliche vegetarische Variation – die „Lasagne e Ceci“ mit einer Soße aus Kichererbsen.