

Menuevorschläge

Männertörn lunch

Thon:

Thonbrötli
Thon-Bohnensalat evt. Oliven

Wurst:

Cervelatsalat
Wurst/Käsesalat
Kartoffelsalat mit heißer Wurst
Suppen mit Wurst

Schinken:

Schinken (Mayonnaise) mit eingerollten Spargel, Russischer Salat
Schinken aus der Dose, Brot
Corned beef aus Dose, Brot

Eier:

Bratkartoffel mit Zwiebeln und Speigelei drauf
Vogelheu (altes Brot anbraten, Ei dazu)
Toast mit Schinken, Käse und Ei
Toast mit Schinken/Speck auf Toast
Rührei auf Toast
Omeletten (Eierbüchli)
Eiercanapé (Eierbüchli)

Salat + etwas dazu:

Russischsalat	Schinken, Fleischwaren/Reste, Käse, ges. Eier usw.
Randensalat	dito
Tomatensalat	dito

Menu 1:

Menu 1 heißt: Schinken, Landjäger, Dosenfleisch, Cervelat usw.
Gürkli, Zwiebeli, gekochte Eier, Tomaten usw
UND Zwiebelringe mit Maggi

Viele bewährte Salatideen sind im „Salatbuch Betty Bossi“!

Teigwarensalate: (Salat Seiten 53, 54, 55) Saucen aus Flasche

Reissalate: (Salat Seiten 48, 49, 51, 52) Saucen evt. aus Flasche

Maissalat: (Salat Seite 46)

Lunchideen: 21. Jan. 2012

**Pastasalat mit w. Speckwürfeli/Fleischresten
Reissalat Pouletresten Gemüse, evt. Curry
Kartoffelsalat mit Fleischresten
Kartoffelsalat mit heißer Wurst**

- Hackfleisch-Resten mit Brot/Salat
- Siedfleisch-Resten-Salat garniert
- Grill Poulet mit Brot/Salat
- Pouletsalat mit Mais auf grünem Salat
- Warmes Pouletbrüstli auf Salat
- Wurstkäsesalat auf gr. Salat
- Käsesalat mit Mais, div. Salaten
- Käsesalat m. Pilzen und Croutons
- Thonsalat mit Bohnen
- Avocado-Ei-Salat in Avocado

(Ordner)

- Tomatensalat
- Knabbersalat mit Pilzen, Rüebli usw
- Knabbersalat m. gebr. Speck + Croutons
- Knacksalat warme Croutons und Fetakäse
- Italienischer Brotsalat
- Griechischer Salat

(Pilz 1 Seite 20)

(Ordner Salat)

Menue 1 mit Salami, Schinken usw.
Schinken-Salamitelle, Mais gef. Tomaten
Schinkenrollen mit Spargel/Russisch Salat
Champ.-Schinkenrolle in Folie
Champignons-Canapés
Belegte Brötli mit Thon, Ei, Fleisch usw.
Eingeklemmti m. Fleisch, Salat, Tomaten usw.
Club sandwich
Avocado-Eisalat/Tomatensalat in Avocado

(Pilz 1 Seite 24)
(Pilz1 Seite 25)

**Fleischkäse mit Spiegelei (oder kalt mit Brot)
Bratkartoffel mit Zwiebel und Ei oder Fleischresten
Panizza
Toast
Rührei auf Toast
Vogelheu**

- Suppen angereichert mit Wurst, Croutons usw.**
- Kürbissuppe**
- Zwiebelsuppe mit Croutons/heissem Toast**
- Tomatensuppe mit Basilikum**
- Minestronesuppe**

Männer-Törn Hauptessen

Rind und Schwein

Grill mit Rohe Rösti, Pilzrisotto, Kartoffelsalat, Kart.-Gratin, Spagettiresten, Bratkart. usw.
Rohe Rösti (Kartoffeln Seite 110), Gratin (Kart. Seite 144).---

Filetgoulasch Strogenoff (Schweiz) mit Stocky, Teigwaren, Polenta usw.
Geschnetzeltes Zürcherart (Schweiz) Nudeln, Reis, oder Rösti (Kart Vortag)
Ragout, ungarisch Goulasch (Schweiz) Polenta, Nudeln, Stocky usw.....
Ghackets und Hörndl (100 Wunder Rezepte Seite 30)
Pasta-Gratin Bolognese (Schweiz) mit Hackfleisch

Schweinefilet Grill Pilzrisotto, Salat
Panierte Schweinsplätzli (Heft) mit Tomatenspagetti

Poulet

Geschnetzeltes Poulet Mah-Meh (Schweiz) Nudeln, Salat
Pouletbrüstli Zwiebelrahmsauce (Schweiz), Reis, Salat
Geschnetzeltes Poulet Curry, Reis

Fisch nach Fang

Fisch nach Paul Bühler/Ueli Art Kartoffel, Tartarsauce v. Glas
Fisch nach Tessinerart, Reis/Kartoffel
Fisch nach Ueli.....!!!!
Fischcurry nach Blatt mit Reis (2 div. Rezepte)
Fischcurry mit Saucen nach Glas
Fisch nach Rezeptheft Karin und Fischbuch v. Betty Bossi

Wurstwaren

Wurst Grill oder heiss mit Kartoffelsalat
Bratwurst mit Zwiebelsauce (Schweiz), Stocky (Schweiz), usw.
Wurst heiss, Sauerkraut, Kartoffeln
Wurst heiss, Bohnen (Dose), Kartoffeln
Cervelatgulasch (Blatt) mit Stocky

Fleischlose Gerichte

Spaghetti mit Tomatensauce (div. Tomatensaucen)
Spaghetti/Maccaroni carbonara Italienisch Seite 53
Spaghetti mit Pestosauce
Maccaroni cinque Pie mit Salat Italienisch Seite 47/49
Aelpler Maccaronen nach Ueli mit Apfelmues
Tomatenrisotto (Schweiz) mit Salat
Geschweltte Kart., Käse, Cervelat, Ei, Salat
Speck-Rösti (Kart. vom Vortag) mit Spiegeleier
Suppen, Wurst und Brot