

## **Fit durch den Frühling mit TCM**

*Im Laufe meiner Ausbildung zur Ernährungsberaterin nach Traditioneller Chinesischer Medizin lernte ich viele interessante Gerichte kennen! Momentan ist die Zeit zum Entgiften und Entschlacken nach den Wintermonaten und diese Gerichte sollen Sie dabei unterstützen.*  
**Sabine Strasser**

### **BIO-Hühnerleber aus Österreich gebraten**

**Bio-Hühnerleber gebraten mit Balsamico-Essig,  
Honig, Apfel, Zwiebel und Speck,  
dazu Blattsalat  
Glutenfrei**

**12,60**

*Wirkung: stärkt und nährt die Leber!*

### **Risotto mit gebratenem Gansl**

**mit Gemüse und Parmesanspänen,  
dazu Blattsalat  
11,90**

*Wirkung: Gänse sind dem Element Metall zugeordnet und stärken und nähren die Lunge und den Dickdarm.*

### **Wildlachs-Burger mit Bärlauch**

**im Sesam-Burgerbrötchen serviert,  
mit gebratenen Wildlachsfilet,  
Bärlauch-Pesto, Salat, Tomate,  
dazu Pommes  
15,90**

*Wirkung: Bärlauch hat eine reinigende Wirkung auf die Leber und Gallenblase!  
Bärlauch wirkt auch positiv gegen  
Frühjahrmüdigkeit und Verdauungsstörungen!*

## **Risotto mit Bärlauch-Löwenzahnpesto**

**mit Parmesanspänen,  
dazu Blattsalat  
10,90**

*Wirkung: Löwenzahn hat eine stark unterstützende Wirkung  
auf die Gallenblase!*

## **Linsen-Süßkartoffelcurry**

**mit Süßkartoffeln, roten Linsen und Berglinsen, Melanzani,  
Zucchini, Zwiebel, gelbe Rüben, Tomaten, Kartoffeln, Kokosmilch  
Vegan Glutenfrei  
8,90**

*Wirkung: stärkend und nährend*

## **Frischer Ingwertee**

**dazu Honig und frische Zitrone  
3,60**

*Wirkung: Ingwer hat eine wärmende Wirkung und  
hilft sehr gut gegen die ersten Anzeichen einer Erkältung!  
Regt den Stoffwechsel an und hilft bei Verdauungsbeschwerden*



## **Grüntee & Superfruits**

**Bio-Grünteegetränk aus Österreich  
nach 5 Elemente Rezept mit Sencha Grüntee, Acai,  
Agave, Aronia, Ingwer, Jasmin, ohne Geschmacks-&  
Konservierungsstoffe**

**0,25l**

**3,60**