

# Sommer-Wochenplan<sup>1</sup>

EINFACH. RAFFINIERT. KOCHEN.  
**le menu**

MITTAGESSEN



**MONTAG**  
Schweinssteaks  
an pikanter  
Kirschen-Sauce



**DIENSTAG**  
Forellenkusperli



**MITTWOCH**  
Gemüse-Frittata



**DONNERSTAG**  
Äpler-Magronen



**FREITAG**  
Fisch-Spiesse



**HOLUNDERBLÜTEN-  
TIPP DER WOCHE**  
Holunder-  
Meringues\*

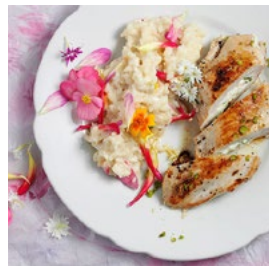
ABENDESSEN



**MONTAG**  
Gefüllte Mini-  
Peperoni



**DIENSTAG**  
Club Sandwich



**MITTWOCH**  
Gefüllte Poulet-  
brüstchen auf  
Blüten-Risotto



**DONNERSTAG**  
Veggie-Pitas



**FREITAG**  
Schweinsfilet mit  
Holunderblüten-  
Buttersauce



**GETRÄNKE-TIPP  
DER WOCHE**  
Infused Water

**TIPPS:**

\* Wichtig ist, den Zucker langsam und portionenweise einrieseln zu lassen. Zudem darf kein Eigelb im Eiweiss sein und die Schlagbesen müssen sauber und fettfrei sein.



**Abonnieren Sie  
unsern Wochenplan  
als Newsletter**

[www.lemenu.ch/wochenplan](http://www.lemenu.ch/wochenplan)