

Spargel

”Königliches Gemüse”, ”Frühlingsluft in Stangen”,
”essbares Elfenbein” - so vielfältig die Vergleiche,
so groß ist auch die Faszination, die Spargel immer wieder und durch die Jahrhunderte auf viele Feinschmecker aus allen Erdteilen ausübt.

Fast alle Vitamine, vor allem die Vitamine A, C und E, sowie mehrere B-Vitamine, z.B. Folsäure sind im Spargel reichlich vorhanden. Bereits eine normale Portion täglich liefert wesentliche Teile unseres täglichen Bedarfs an diesen Vitaminen. Beschwerden, die mit einem Vitamin-Mangel einher gehen, wie Nervosität, Konzentrations-mangel, Hautprobleme, Beeinträchtigung des Sehens oder angegriffene Schleimhäute können daher mit einer Spargel-Kur effektiv bekämpft werden. Die verschiedenen Ballaststoffe im Spargel begünstigen ebenfalls gesunde Schleimhäute und haben einen positiven Effekt auf die Darmträgheit.

Genießen Sie vor dem Essen
eine herrliche, hausgemachte
Spargelcremesuppe
mit gebratenen Spargelscheiben...

4,10€

...Oder...

...eine **Spargelbrühe** mit unserem
Eierstich, Spargel
und frischen Kräutern des Frühlings

3,70€

Spargelgerichte zum „selber malen“:

½ Pfund geschälter Stangenspargel 8,00€

1 Pfund geschälter Stangenspargel 16,00€

mit Salzkartoffeln & wahlweise mit
hausgemachter Sauce Hollandaise oder
zerlassener Butter

genießen Sie dazu:

Schweineschnitzel 7,50€

Rumpsteak 13,90€

Filet vom Lachs 13,90€

Gemischte Schinkenplatte 6,50€

zwei Schweinemedallions
von der Grillplatte 9,50€

Kräuterrührei 3,50€

Hähnchenbrustfilet „natur“ 7,50€