

**„Tiefenwirksamer Hochsommer“  
Sonntag, 06.07.2014**

Green Smoothies  
„fruchtig betont bis krautig herb“



Italienische Anlehnung an den perfekten Sommer:  
Antipasti mit viel Tomate, Gemüse und Kräutern



Schnell und gesund für den Alltag:  
Sandwiches mit Gemüse und selbst gemachten Pasten



die Speise, die immer passt:  
Sommerlicher Eintopf



Süße Früchtchen in Likör



*(Das Gemüse kaufe ich marktfrisch ein. Je nach Tagesangebot können Rezepte leicht variieren.)*