

**Anders als woanders:** Kurz darauf **hier am Tisch**,  
oder am **Arbeitsplatz**  
genießen.  
Alternativ mit **nach Hause**  
nehmen.

# *gabelessen*★

fein · frisch · gesund

## Suppen

Portion 400 ml



### Gemüsetopf

klare Gemüsebrühe mit  
gewürfelm, frischem Gemüse  
(vegetarisch)

4,50 €

### Kartoffel-Lauchcrèmesuppe

(Brühe mit Speck angesetzt  
und mit Sahne gekocht)

4,50 €

### Kokos-Curry-Suppe

mit Kokosmilch  
(vegetarisch)

4,50 €

**Nach Wahl** – ohne Aufpreis –  
oben auf die Suppe gestreut:

- 1 Löffel geriebener Käse
- oder Sonnenblumenkerne
- oder Mini-Speckwürfelchen

**Wursteinlage** dazu **1,50 €**



## Beilagen ...

... als Portion



### Penne (300 g)

(aus Hartweizengriess oder  
glutenfrei lt. Hersteller)

2,00 €

### Kräuter-Drillinge (300 g)

(gebratene, kleine Kartoffelchen  
in der Schale, mit Kräutern,  
Salz und Pfeffer)

2,00 €

### Portion

**Roggenmischbrot**  
(3 Scheiben)

2,00 €

... und dazu die Saucen

**Kräuter-Weißweinsauce**  
(vegetarisch)

**Dijon-Senfsauce**  
(vegetarisch)

**Pfefferrahmsauce**  
(vegetarisch)

**Pilzrahmsauce**  
(vegetarisch)

**Fruchtige Tomatensauce**  
mit getr. Tomatenstückchen  
(vegetarisch)

**Currysauce** mit Kokosmilch  
(vegetarisch)

**Olivenöl mit Chili, Zitrone  
und Knoblauch**  
(vegetarisch) je **2,50 €**

**Sauce Bolognese**  
mit geriebenem Grana Padano  
**3,50 €**

**Sie kombinieren  
ganz nach Ihrem  
Geschmack  
Fleisch, Gemüse  
und Beilage ...**

**... oder wählen  
einen frischen  
Salat, eine Suppe,  
oder unser Haus-  
brot mit Dip.**

**Alles zum  
Mitnehmen –  
oder zum  
Hieressen!**

**Fein, frisch  
und gesund –  
Guten Appetit!**

## Fleisch Gemüse ...



... gabelgerecht portioniert

### Hühnchenbrust süß-scharf

(Gewürzmischung aus  
Paprika, Curry und Honig)

**3,50 €**

### Schweinefiletstreifen

**4,00 €**

### Rinderhüftstreifen

**5,00 €**

### Shrimps

**5,00 €**

### Dreierlei Gemüse

(wechselnde Sorten)

**3,50 €**



## Dips ...

Portion 80 ml



... perfekt zum herzhaften  
Roggenmischbrot oder den  
Kräuter-Drillingen

### Frischkäse mit Rucola, Datteln und Walnüssen

(vegetarisch)

**2,20 €**

### Chili-Frischkäse

(vegetarisch)

**2,20 €**

### Kräuterquark

(vegetarisch)

**2,00 €**

## Salate ...



... mit Hausdressing

(aus Rapsöl, Balsamicoessig, Kräuter-  
essig, pürierten Zwiebeln, Salz, Pfeffer  
und Zucker)

### Beilagensalat

**3,80 €**

**Gemischter grüner Salat  
mit Oliven, Hirtenkäse und  
Croûtons**

**6,50 €**

**Rucola mit getr. Tomaten  
und Grana Padano**

**6,80 €**

**Zusätzlich zu dieser Karte,  
lesen Sie die Tagesempfehlungen  
mit täglich wechselnden Speisen  
auf [gabelessen.de](http://gabelessen.de)  
und bei [instagram](https://www.instagram.com/gabelessen).**