

Spargel

Schon die Griechen haben vor 2500 Jahren den „asparagos“
als Arzneimittel geschätzt.

Das königliche Gemüse hat nicht nur wenige Kalorien
(20 Kalorien pro 100 g),
er ist auch noch entschlackend (Asparaginsäure)
und enthält Kalium, Phosphor, Kalzium, Folsäure
und Vitamin A, B1, B2, C und E.

Vor allem aber schmeckt unser heimischer Spargel ausgezeichnet.

500g frischer Stangenspargel
zerlassene Butter oder Sauce Hollandaise
oder geschmolzene Tomaten
Neue Kartoffeln
€ 19,50

Beilagen zum Spargel

Mild geräucherter Katenschinken vom Brett
€ 13,50

Räucherlachs - Röschen
€ 15,50

Riesengarnelen „Italiene“
in Olivenöl gebraten mit Basilikum
und Ofentomaten
€ 21,50

Zwei kleine Kalbsschnitzel
€ 19,50

Filet vom Angus-Rind
€ 22,50

Omelette
mit frischen Frühlingskräutern

€ 11,50