

## · MITTAGSTELLER ·

Der Mittagsteller „s’het solangs het“  
wird 2-3x wöchentlich gewechselt.



### · SCHWEINEBAUCH ·

- Saftiger Braten vom «Duroc-Säuli» ·
- Sojasauce · Saisongemüse ·
- Reis ·

24.00



### · SERVIETTENKNÖDEL ·

- Pilzragout ·
- Blattspinat ·

21.00



Mittagsteller mit Vorspeise  
+ 4.50

Fleisch, Fisch sowie Käse stammen ausschliesslich aus der Schweiz.  
Über Zutaten in den Gerichten die Allergien oder Intoleranzen auslösen  
können, informieren dich unsere Mitarbeitenden auf Anfrage gerne.  
Preise in CHF und inkl. 7.7% MwSt.

## · REGIO CHALLENGE 2023 ·

Diese Woche steht bei uns im Zeichen der Nachhaltigkeit.

Unser «Freibank Special» ist deshalb der REGIO CHALLENGE gewidmet.

## · REGIO CHALLENGE MENÜ ·

### · DINKELRISOTTO MIT ZIEGENKÄSE ·

- Dinkelrisotto · Ziegenkäse ·
- Geschmorter Fenchel · Apfelchunthey ·

23

## Was ist die REGIO CHALLENGE?

Die Freibank unterstützt die REGIO CHALLENGE des Kleinbauernverbandes. Die Idee der Regio Challenge ist einfach: Eine Woche lang nur essen und trinken, was in etwa der Entfernung einer Velotour (30 km) entstanden ist.

## Herkunft der verwendeten Produkte

Das Gemüse und die Früchte stammen von Bio Riem, Kirchdorf BE. Der Ziegenkäse und den Dinkel beziehen wir bei Christina Bichsel, Bio Lokal in Hettiswil b. Hindelbank

Weitere Informationen findest Du auf:

[www.kleinbauern.ch/regiochallenge/](http://www.kleinbauern.ch/regiochallenge/)

Fleisch, Fisch sowie Käse stammen ausschliesslich aus der Schweiz. Über Zutaten in den Gerichten die Allergien oder Intoleranzen auslösen können, informieren dich unsere Mitarbeitenden auf Anfrage gerne. Preise in CHF und inkl. 7.7% MwSt.

## · À LA CARTE ·

Montag bis Freitag von 11.30 bis 13.45 Uhr erhältlich.

<b>BUNTER BLATTSALAT</b> .....	14.00
Geröstete Kerne · Hausdressing	
mit Hobelkäse von der Alp Grindel .....	+7.00
mit hausgemachtem Pastrami .....	+9.00
mit Kichererbsen Hummus .....	+7.00

### TATAR VOM RINDSHUFTDECKEL

Hausgemachte Würzmischung · gepickeltes Gemüse  
Harissa Sauce · Butter · geröstetes Hausbrot

Gross .....	32.00
Klein .....	26.00
mit Belper Knolle .....	+3.50

### GERÄUCHERTES RÜEBLITATAR .....

Hausgemachte Würzmischung · gepickeltes Gemüse  
Harissa Sauce · Butter · geröstetes Hausbrot

mit Belper Knolle .....	+3.50
-------------------------	-------

### „SUURI LÄBERLI“ .....

Läberli vom Jungrind · Balsamico Jus Kartoffeln ·  
Saisongemüse

Fleisch, Fisch sowie Käse stammen ausschliesslich aus der Schweiz.  
Über Zutaten in den Gerichten die Allergien oder Intoleranzen auslösen  
können, informieren dich unsere Mitarbeitenden auf Anfrage gerne.  
Preise in CHF und inkl. 7.7% MwSt.

## · DESSERTS ·

**SCHOKOLADEN BROWNIE**..... 6.50  
Schokolade · Früchtecoulis

**WEISSES TOBLERONENMOUSSE**..... 6.50  
Weisse Toblerone · Früchtecoulis · Crumble

**AFFOGATO**..... 6.50  
Vanille Eis · Espresso Shot · Milchschaum

**AKTUELES TAGESANGEBOT**  
Unsere Mitarbeiter beraten dich gerne

## · GLACÉ ·

**MADISWILER ERBEERSORBET (VEGAN)**..... 5.00

**MANGO-PASSIONSFRUCHTSORBET (VEGAN)**..... 5.00

**JOGHURT-HEIDELBEERE**..... 5.00

**PISTAZIE**..... 5.00

Fleisch, Fisch sowie Käse stammen ausschliesslich aus der Schweiz.  
Über Zutaten in den Gerichten die Allergien oder Intoleranzen auslösen  
können, informieren dich unsere Mitarbeitenden auf Anfrage gerne.  
Preise in CHF und inkl. 7.7% MwSt.