

· REGIO CHALLENGE 2024 ·

Diese Woche steht bei uns im Zeichen der Nachhaltigkeit.

Unser **vegetarischer Mittagsteller** ist deshalb der REGIO CHALLENGE gewidmet.

· DINKELRISOTTO ·

- Dinkelrisotto (BioLokal, Hettiswil BE) ·
- Ziegenfrischkäse (BioLokal, Hettiswil BE) ·
- Gepickelte Gelbe Wassermelone (Hof am Stutz, Kaufdorf BE) · Kräuterpesto ·

22.00

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.

Weitere Informationen findest Du via QR-Code:



Alle tierischen Produkte 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. 8.1% MwSt.

· MITTAGSTELLER ·

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



· RINDSHACKBRATEN ·

- Rindshackfleisch (Hofer’s Natura Beef) ·
- Senfsauce · Kartoffelstock ·
- Glasierte Karotten ·

24.00



· REGIO CHALLENGE ·

- Der vegetarische Mittagsteller ist diese Woche der Regio Challenge gewidmet – siehe erste Seite! ·



Mittagsteller mit Vorspeise
+ 4.50

Alle tierischen Produkte 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. 8.1% MwSt.

FREIBANK SPECIAL

· ROASTBEEF ·

- Kalt aufgeschnittenes Roastbeef ·
- Umami-Mayo · Gepickeltes Gemüse ·
- Bratkartoffeln ·

CHF 36.00

Herkunft: Hofer's Natura Beef, Rüedisbach BE

Alle tierischen Produkte 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. 8.1% MwSt.

· À LA CARTE ·

Montag bis Freitag von 11.30 bis 13.45 Uhr erhältlich.

BUNTER BLATTSALAT	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	34.00
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 Bio Jungrind (BioLokal, Hettiswil BE)
Balsamico Jus · Kartoffeln · Saisongemüse

Alle tierischen Produkte 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. 8.1% MwSt.

· DESSERTS ·

SCHOKOLADEN BROWNIE	7.00
Schokolade · Früchtecoulis	
WEISSES TOBLERONENMOUSSE	7.00
Weisse Toblerone · Früchtecoulis · Crumble	
AFFOGATO	7.50
Vanille Eis · Espresso Shot · Milchschaum	
GLACE VON "KALTE LUST"	6.00
Schokolade Pistazie Mango-Passionsfruchtsorbet Erdbeersorbet (Vegan)	

KENNST DU UNSERE ABENDKARTE?



BIS BALD AUF EIN Z'NACHT!

Alle tierischen Produkte 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. 8.1% MwSt.