

WIR EMPFEHLEN IHNEN DIESEN MONAT:

FÜR DIE SCHNELLE KÜCHE

Flohrer's leckere Lasagne

muß nur noch bei 160° Umluft
ca. 30 Min. gebacken werden

100 g **1,10**



HEISSE THEKE

Hier gibt's die Köstlichkeiten für Zwischendurch, das schnelle Mittagessen oder die deftige Brotzeit!

Fleischkäse / Schnitzel / Hühnerkeulen / Schaschlik
Grillbauch / Fleischkühle / Schaschliktopf

darüber hinaus auch:

DIENSTAG

Salzknöchle
Kesselfleisch

DONNERSTAG

Bratentag (siehe Rückseite)
Kräuterrolle
Kaiserfleisch

MITTWOCH

Tagesangebot (siehe oben)

FREITAG

Pizza-Fleischkäse
geback. Fischfilet

nur solange der Vorrat reicht!

Platten- und Partyservice · Buffets · Feinkost · Käse · Salate

AUS DEM RAUCH

leckere **Polnische**
nach althergebrachtem
Familienrezept mit Kümmel,
Paprika oder Natur

100 g **1,29**

FLOHRERS VESPER



zarte
Gelbwurst

100 g **1,39**

SALATTHEKE



leckerer
Nudelsalat

100 g **- 99**

KÄSETHEKE



**Coburger
Butterkäse**

100 g **1,69**

DIENSTAG IST SPARTAG



7.4. Betriebsurlaub

14.4. 8 Stk. kleine knackige Bratwürste

21.4. 500g Salzknöchle + Sauerkraut

28.4. 400g gem. Hackfleisch

SOLANGE DER VORRAT REICHT!

3,80
EUR

DONNERSTAG IST BRATENTAG



2.4. Halsbraten mit Kloß, Soße + Salat 6,90 €

09.4. Betriebsurlaub

16.4. Jägerbraten mit Kloß, Soße + Salat 7,90 €

23.4. Schälrippchen mit Semmelkloß, Soße + Salat 6,90 €

30.4. Grillhaxe mit Kloß, Soße + Salat 8,90 €

Falls der Braten mal nicht nach Ihrem Geschmack ist, können Sie stattdessen gerne Schweinebraten bekommen.

Gerichte ab 11:30Uhr abholbereit. Sie dürfen gerne zur Abholung ein Töpfchen oder Gefäß mitbringen. -Bitte vorbestellen-

Hähnchenbrust mit Spargel + Ingwer-Toamten



Zutaten (für 4 Portionen)

35g Ingwer / 4 Tomaten / Salz / Pfeffer / 4 EL Olivenöl / 4 Hähnchenbrust / 6 EL Erdnussöl / je 500g weißer und grüner Spargel / 2 Knoblauchzehen / je 1 TL Koriander und Kreuzkümmelsamen / 1 Lauchzwiebel / 1 TL Limettenabrieb (Bio) / 120 ml Buttermilch

ZUBEREITUNG: 30 Minuten BACKZEIT: 40 Minuten

Zubereitung

1. Backofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad) Knoblauch abziehen, hacken. 3 EL Erdnussöl vorheizen. Ingwer schälen, reiben. Tomaten waschen, halbieren, mit Schnittfläche nachoben in die Auflaufform setzen. Ingwer, bis auf 5 g, auf die Tomaten streuen, salzen, pfeffern, mit 2 EL Olivenöl beträufeln. Im Ofen 25 Minuten garen. 2. Inzwischen Fleisch salzen und pfeffern. In ofenfester Pfanne 3 EL Erdnussöl erhitzen. Fleisch darin auf der Hautseite 5 Minuten braten, wenden. Pfanne mit Huhn mit in den Ofen schieben, 15-20 Minuten garen. 3. Inzwischen Spargel waschen, putzen, schälen, dicke Stangen längs halbieren. in großer beschichteter Pfanne erhitzen. Spargel, Knoblauch und Gewürze darin ca. 8 Minuten anbraten. Neben dem Herd kurz ziehen lassen, salzen und pfeffern. 4 Lauchzwiebel putzen, grob hacken. Mit Limettenabrieb, Buttermilch. 5 g Ingwer und 2 EL Olivenöl fein pürieren. salzen, pfeffern. Fleisch, Tomaten und Spargel auf Teller verteilen, mit dem Dressing beträufeln. Evtl. mit Kräutern garnieren.

Guten Appetit

www.metzgerei-flohrer.de

Montag und Mittwoch 7.00-13.00Uhr // Dienstag, Donnerstag und Freitag 7.00-18.00Uhr // Samstag 7.00-12.00Uhr