

das Menü

WIR GRILLEN!

SONNTAG 18. APRIL

Veggie-Gang

**Grillpäckchen mit grünem Spargel und Ziegenkäse/
Alternativ mit Schafskäse**

Fisch-Gang

**Burger mit gezupftem Grill-Lachs, Avocado und
selbstgemachter Koriander-Majo**

Fleisch-Gang

**Rosa gegrillter Roastbeef-Spieß mit hausgemachtem
Pfannbrot, Ananas-Salsa und Joghurt-Dipp**

Süßer-(Ab)Gang

**Marshmallow-
Bananen-Bombe
mit Eis**



weitere Infos und den
Link zum Live-Stream
findest Du auf:
stadtportal-frankenthal.de

im Live-Stream

WIR GRILLEN!

Einkaufsliste

SONNTAG **18. APRIL**

Dies sind alle für das Grill- und Kochevent erforderlichen Zutaten.

Bei EDEKA Stiegler und Metzgerei Büchele bekommst Du auch viele der aufgeführten Zutaten, sowie die Weine, vorbereitet zum Kauf angeboten!

Mengenangaben für 4 Personen

Obst und Gemüse	Menge	✓
Grüner Spargel	16 Stangen	
Erdbeeren	1 Schale	
Kirschtomaten	24 St.	
Bananen	2 St.	
Limetten	2 St.	
Avocados	2 St.	
Baby-Ananas	1 St.	
kleine Salatgurke	1 St.	
Granatapfel	1 St.	
Zitrone	1 St.	
Blattpetersilie	2 Bund	
Ruccola oder Babyspinat	100g	
Knoblauch	1 Knolle	
Ingwer	60g	
frischer Koriander	1 Bund	
Zwiebel	1 St.	

Fleisch und Fisch	Menge	✓
Lachsfilet	480g	
Roastbeef (4 Scheiben á 150g)	600g	
Algensalat (an der Fischtheke)	200g	

Weine		✓
Oliver Zeter / Free Run Rosé		
Matthias Gaul / Chardonnay 2018		
Philipp Kuhn / Edelsatz 2019		
zum Dessert (Riesling Sekt Brut n. Wahl)		

sonstiges		✓
Alufolie		
Spieße, Holz oder Metall		
Stabmixer		
Kerntemperaturfühler		

Trockenware	Menge	✓
Burgerbrötchen	4 St.	
Wraps	2 St.	
Blütenhonig	100g	
Erdnussbutter, crunchy	50g	
Marshmallows	10 St.	
Pinienkerne	50g	
Trockenhefe	1 Päck.	
Backpulver	1 Päck.	
Mehl	250g	
getrocknete Tomaten in Öl	kl. Glas	
Perlzwiebeln	kl. Glas	
Salz/Pfeffer		
Cayennepfeffer		
Kreuzkümmel		
Olivenöl & Pflanzenöl		
Zucker		
Kardamom, gemahlen		
Rosa Pfefferbeeren		

Molkereiprodukte	Menge	✓
Ziegenkäse- Camembert- Rolle	2 St.	
<i>Alternativ:</i>		
Schafskäse	400g	
Milch 3,5%	500ml	
Joghurt 150g	2 Becher	
Schmand 150g	1 Becher	
Eiscreme nach Wahl, z.B.		
Joghurteis od. Zitronensorbet	4 Port.	

