

Piano menù Lucerna

Aprile 2009

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Colazione	Base: Pane bigio o integrale, burro, marmellata, latte, caffè o tè, formaggio a piacere, frutta, müsli o cereali non zuccherati con latte o yogurt						
Pranzo	<ul style="list-style-type: none"> • zuppa di carote passata al setaccio • tagliuzzato di maiale dolce • riso • insalata 	<ul style="list-style-type: none"> • insalata di dente di leone • cannelloni con ripieno al quark • cornetti al vapore 	<ul style="list-style-type: none"> • lattuga guarnita • petti di pollo al forno • patate arrostiti con carote al vapore 	<ul style="list-style-type: none"> • minestra all'aglio orsino • sformato di patate con carne macinata • insalata 	<ul style="list-style-type: none"> • insalata mista primaverile • Sempacher „Balchenfilet“ (filetto di pesce tipo coregone del lago di Sempach) • patate lessate • spinaci al vapore 	<ul style="list-style-type: none"> • insalata di pere e carote • spezzatino di manzo con verdure • knöpfli alle erbe 	<ul style="list-style-type: none"> • piatto di insalata con lattuga e insalata di sedano • specialità lucernese „Chügeli vol -au-vent“ pasticcio con palline di pasta di salicce di vitello • bouquet di verdure
Consigli	<i>Preparare doppia porzione di patate per poterle utilizzare mercoledì per rösti</i>	<i>Utilizzare cornetti e spinaci dal congelatore</i>	<i>Hinterländer rösti: sia per pranzo che per cena una buona röesti si può servire con un uovo</i>	<i>Si può servire la torta di verdure anche per pranzo</i>	<i>Decorare le insalate con gustose erbe aromatiche fresche</i>	<i>Sostituire la salsa alle erbe per le uova affogate con una salsa al pomodoro</i>	<i>Per un giorno di festa preparare in casa la pasta sfoglia per i „Chügelpastetli“, per tutti i giorni utilizzare quelli già pronti in panetteria</i>
Cena	<ul style="list-style-type: none"> • patate bollite con formaggio • salsa di erbe al quark 	<ul style="list-style-type: none"> • insalata di lesso con salsa vinaigrette fredda • panini • insalata 	<ul style="list-style-type: none"> • rösti della regione del Hinterland • fettine di mele 	<ul style="list-style-type: none"> • crostata di verdure di Barbara • insalata 	<ul style="list-style-type: none"> • caffè latte • Birchermüsli 	<ul style="list-style-type: none"> • uova affogate su toast con salsa alle erbe • insalata 	<ul style="list-style-type: none"> • caffè latte con treccia fresca
Dessert	mousse di sidro dolce lucernese	panpepato lucernese	torta dalla ciotola alla nocciola	crema di mele al rabarbaro	coupe di bacche	tiramisù alle mele	rosa rossa
Spuntini	A scelta: <ul style="list-style-type: none"> • frutta di stagione mele o pere • carote, ravanelli • yogurt • frutta secca, noci • barretta di cereali • pane alla frutta, pane, knäckebrot 						
Bevande	A scelta: <ul style="list-style-type: none"> • acqua • sidro dolce • latte con varie aggiunte • tè caldo o freddo • sciroppo fatto in casa 						

