

# Mit Erika's Team und dem Thermomix® durch die Woche

Gemüsecurry mit Crevetten und Sultaninenreis



MONTAG

Chili con Carne



DIENSTAG

Quinoa Broccoli Gratin



MITTWOCH

Chicken Nuggets



DONNERSTAG

Lahmacun



FREITAG



Brokkoli Mango Salat



Linsencurry



Landjäger-Chäs chüechli



Zimt-Kokosmilchreis



Paprikacremesuppe

[Erika Staub](#) - Edlibach, [Celine Fischer](#) & [Martina Iten](#) - Unterägeri, [Mira Carletti](#) - Schwyz, [Amelie Goertz](#) - Goldau, [Angela Bernasconi](#) - Einsiedeln  
[Mirjam Trinkl](#) - Schindellegi, [Sabrina Giger \(-Andrist\)](#) - Wollerau, [Fred Blickenstorfer](#) - Hünenberg

# Mit Erika's Team und dem Thermomix® durch die Woche

Rosenkohl Risotto mit Speck



SAMSTAG

Bärlauch Tomaten Pesto



SONNTAG

Bürli mit Roggen



ZMORGE

Soft-Müsliriegel



DESSERT & SNACK

Sirup auf Vorrat /  
Hausmittelchen



TIPPS DER WOCHE



Let's grill mit Zupfbrot



Pulled Chicken Burger



Schoggi Bananen Bowl



Erdbeersorbet Basilikum-Schaum



Käse am Stück hält länger!