



DAS GANZE JAHR

# VEGIC

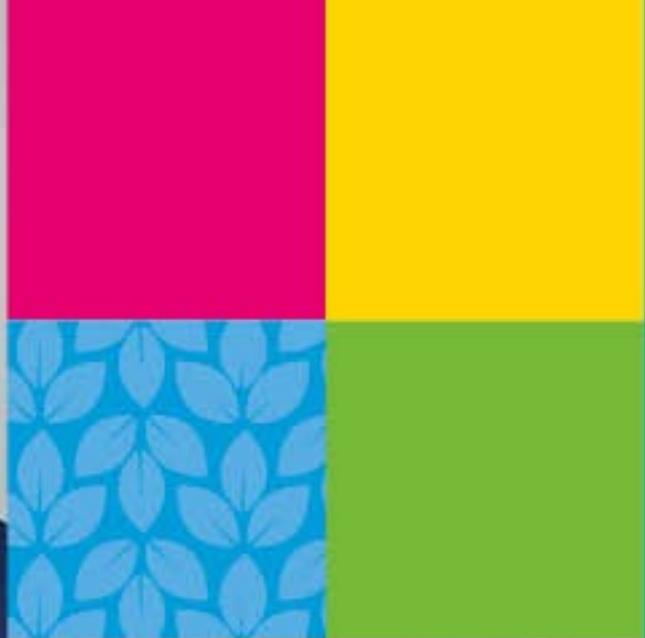
RANDVOLL MIT NEUEN REZEPTIDEEN



**ESTELLA  
SCHWEIZER**

LET'S EAT THE  
WORLD BETTER





**Du bist dabei?**  
Dann kontaktiere uns gern  
für die Umsetzung der  
Promotion

## LET'S EAT THE WORLD BETTER!

Das ist das Motto von **Estella Schweizer**. Als Gastro Coach und Agentin für angewandten Genuss hilft sie Gastronomiebetrieben und Restaurants bei der Umsetzung **veganer und klimafreundlicher Küche**.

Ihr Fokus: **gesunde Rezepte** für Allergiker, Food-Trendsetter, Umweltschützer, Gesundheitsbewusste und alle, die es werden wollen. Ihr neuestes Buch, „Kochen für die Zukunft“, in Zusammenarbeit mit Eaternity, ist bereits ihr viertes Buch in drei Jahren.

Wir freuen uns, dass Estella gemeinsam mit Hilcona Foodservice das Konzept **Veganuary das ganze Jahr** weiter ausbaut, uns mit Rat und Tat zur Seite steht und **dir und deinen Gästen neue spannende Inspirationen mitbringt!**

Zu jedem Gericht den **aktuellen Klima-Score!** Nutze den **QR-Code** auf der **Rezeptseite** und passe das Rezept an deine gewünschte Personenzahl an!

**eaternity**

**KLIMA-SCORE**



# MIT UNS MACHT IHR DAS GANZE JAHR VEGANUARY

Vegane Gerichte das ganze Jahr geniessen. Das ist die Grundidee des „Veganuary“. Wie bereits in den letzten Jahren sind wir mit voller Überzeugung dabei und bieten euch eine grosse Bandbreite an spannenden Rezepten, mit denen ihr eure Gäste begeistern könnt – ganz ohne tierische Produkte wie Fleisch, Fisch und Milchprodukte und immer: voller Genuss.



Wir haben aber auch über den Januar hinausgedacht und festgestellt: Da geht doch noch viel mehr!

## VEGI GANZ EINFACH: MIT IT'S VEGIC®

Die Vorteile unseres innovativen IT'S VEGIC® Sortiments genießt ihr das ganze Jahr:

**Wir machen Gemüse einfach:** IT'S VEGIC® steht für abwechslungsreichen Genuss im Handumdrehen.

**Innovative kulinarische Lösungen ganz ohne Fleisch:** Burger, Falafeln, Vegi Balls, Gemüsemedaillons und vieles mehr.

**Hoher Conveniencegrad:** ideal für Grossküchen, easy im Handling, hohe Prozesssicherheit und gutes Preis/Teller-Verhältnis.



FÜR 10  
PERSONEN

KNUSPRIGE

# FALAFEL

mit cremigem Dukkah-Coleslaw, dazu  
Süßkartoffelstampf mit Erbsen und Sprossen



Klicke hier für den aktuellen Klima-Score  
dieses Gerichts und passe das Rezept an  
deine gewünschte Personenzahl an!



## ZUTATEN

- 1,050 kg IT'S VEGIC® Falafel 15 g, 5 kg, TK
- 0,600 kg Weisskabis/Weisskraut Julienne
- 0,140 kg Karotten/Rüebli Julienne
- 0,010 kg Knoblauch, gehackt
- 0,005 kg Speisesalz
- 0,005 kg Paprika, geräuchert
- 0,001 kg Pfeffer, schwarz, frisch ab Mühle
- 0,000 kg Dukkah-Gewürz (Ägyptisches Königsgewürz)
- 0,005 kg Zitronenzeste
- 0,020 kg Zitronensaft
- 0,360 kg Mayonnaise (vegan)
- 2,200 kg Süßkartoffel-Püree (vegan)
- 0,300 kg Erbsen, TK
- 0,020 kg Zwiebelsprossen
- 0,100 kg Crème fraîche Alternative (vegan)



■ Die Crème fraîche Alternative mit Curry verfeinern.

## VORBEREITUNG

- Coleslaw herstellen:
  - Kraut/Kabis und Karotten/Rüebli in eine Schüssel geben.
  - Mit Knoblauch, Salz, Pfeffer, Dukkah, Zitronensaft & -zeste würzen.
  - Die Mayonnaise gut unterarbeiten.
  - Für mindestens 1 Stunde im Kühler abgedeckt ziehen lassen.
- Süßkartoffelpüree nach Rezept herstellen.

## ZUBEREITUNG

- Die Falafel im vorgeheizten CombiSteamer auf Heissluft bei 180 °C auf Bratblechen oder Backblechen mit Backpapier für ca. 10 Minuten knusprig backen.
- Die Erbsen kurz im Dampf erwärmen und unter das heiße Süßkartoffelpüree mischen.
- Alles gefällig anrichten und mit der Crème fraîche Alternative und den Sprossen garnieren.

## SÜSSKARTOFFELPÜREE VEGAN

### ZUTATEN

- 2,600 kg Süßkartoffeln Stück ca. 450 g
- 0,200 kg Margarine (ohne tierische Zusatzstoffe)
- 0,200 l Hafer Kochcreme
- 0,022 kg Speisesalz
- 0,001 kg Kreuzkümmel, gemahlen

### VORBEREITUNG

Alle Zutaten bereitstellen.

### ZUBEREITUNG

- Die ungeschälten Süßkartoffeln bei 180 °C Heissluft backen, bis diese weich sind, ca. 45 Minuten.
- Pflanzencreme mit Salz und Kreuzkümmel aufkochen.
- Heisse Süßkartoffeln schälen und durch ein grobes Sieb in die heiße Pflanzencreme drücken.
- Die leicht temperierte Margarine untermischen.



■ Budget-Version: mit pflanzlicher Milch statt Pflanzencreme.

■ Lässt sich auch wunderbar mit einem fruchtigen Currypulver verfeinern.



# TORTELLONI

FÜR 10  
PERSONEN

auf buntem Mangoldgemüse  
mit Granatapfel-Raita & Hummus



## ZUTATEN

2,500 kg HILCONA Tortelloni Quinoa e Spinaci, 2 x 2 kg, TK  
0,500 kg HILCONA Hummus, 1 kg  
0,070 l Olivenöl  
0,010 kg Ingwer, gehackt  
0,300 kg Cipollotte/Bundzwiebeln  
1,800 kg Krautstiel/Mangold  
0,000 l Wasser ab Leitung  
0,040 kg Gemüse-Bouillon-Pulver  
0,500 kg Soja-Joghurt (vegan)  
0,025 kg Miso-Paste  
0,002 kg Muskatnuss, gemahlen  
0,002 kg Paprika, edelsüss  
0,003 kg Kreuzkümmel, gemahlen  
0,005 kg Speisesalz  
0,002 kg Pfeffer, schwarz, frisch ab Mühle  
0,500 kg Gurke  
0,080 kg Granatapfelkerne

## VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Für das Mangoldgemüse, den Mangold waschen und die Blätter und Stängel quer in Streifen schneiden.
- Bundzwiebeln
  - das Weisse in Ringe schneiden
  - das Grüne in feine Ringe schneiden

## Raita

- Soja-Joghurt mit der Miso-Paste, Muskat, Paprika, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer glattrühren.
- Ungeschälte Gurken längs vierteln, die Mitte mit den Kernen wegschneiden.
- Gurkenviertel grob reiben und unter das Joghurt mischen.
- Hälfte der Granatapfelkerne untermischen.

## ZUBEREITUNG

- Rapsöl in einem grossen Topf oder Kippkessel erhitzen.
- Das Weisse der Bundzwiebeln und den Ingwer im Rapsöl anschwitzen.
- Das Weisse vom Mangold mitschwitzen.
- Mangoldblätter dazu geben und mit dem Wasser untergiessen.
- Mit dem Bouillon-Pulver würzen.
- Bei geschlossenem Deckel für 15–20 Minuten schmoren, zum Schluss das Grüne der Bundzwiebeln untermischen.
- In der Zwischenzeit die Tortelloni für 8 Minuten im vorgeheizten Combi-Steamer auf 100 % Dampf bei 95 °C frisch dämpfen.
- Hummus auf vorgewärmte Teller «ausstreichen».
- Den Mangold mit den Tortelloni vermengen und neben dem Hummus platzieren und mit Raita abrunden.
- Die restlichen Granatapfelkerne über die Raita streuen.



- Die Raita kann auch ohne Granatapfel zubereitet werden.
- Wenn verfügbar, zur Abwechslung mit rotem Mangold das Gericht kochen.



Klicke hier für den aktuellen Klima-Score dieses Gerichts und passe das Rezept an deine gewünschte Personenzahl an!





tasty

# ROTE BEETE/RANDEN FALAFEL & ROTE BEETE/RANDEN HUMMUS

FÜR 10  
PERSONEN

im Winter-Wrap mit Rotkohl & Sprossen

## ZUTATEN

- 1,200 kg IT'S VEGIC® Rote Beete/Randen Falafel, 20 g, 2 × 1,5 kg, TK
- 0,800 kg HILCONA Hummus Rote Beete/Randen, 1 kg
- 0,050 l Rapsöl
- 0,100 kg Zwiebel-Streifen
- 0,400 kg Champignons, weiss in Scheiben geschnitten
- 0,050 kg Sojasauce „japanisch“
- 0,005 kg Speisesalz
- 0,001 kg Pfeffer, schwarz, frisch ab Mühle
- 0,005 kg Thymian, getrocknet
- 0,400 kg Rotkabis/Rotkraut Julienne
- 0,200 kg Rote Beete/Randen, roh, geschält
- 0,300 kg Soja-Joghurt (vegan)
- 0,030 kg Rote Beete/Randen-Sprossen
- 1,200 kg Weizen-Tortilla ca. 25 cm, 60 g



■ Kann zum Schluss mit veganer Reibkäse-Alternative überbacken werden.

■ Zu einem schönen Salatteller genügt ein Wrap pro Portion.



Klicke hier für den aktuellen Klima-Score dieses Gerichts und passe das Rezept an deine gewünschte Personenzahl an!

## VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Rote Beete/Randen in feine Scheiben hobeln.

## ZUBEREITUNG

- In einer Kasserolle das Rapsöl erhitzen.
- Die Zwiebeln und Champignons bei mittlerer Hitze im Rapsöl anschwitzen, bis sie leicht Farbe an nehmen.
- Mit der Sojasauce ablöschen und mit Thymian, Salz und Pfeffer abschmecken.
- Leicht einkochen.
- Die Falafel im vorgeheizten CombiSteamer auf Heissluft bei 180 °C auf Bratblechen oder Backblechen mit Backpapier für ca. 10 Minuten knusprig backen.
- In der Zwischenzeit die Wraps leicht erwärmen.
- Auf jeden Wrap mittig ca. 40 g Hummus ausstreichen.
- Mit etwas gebratenen Champignons, Rotkraut und rote Beete belegen.
- Pro Wrap jeweils drei Falafel darauf platzieren und mit dem Soja-Joghurt beklecken.
- Zuletzt mit den Sprossen bestreuen und den Wrap dann zu einem schönen Päckchen falten oder rollen.

# OCEAN STICKS

FÜR 10  
PERSONEN



mit provenzialischem Ofen-Fenchelgemüse,  
dazu gebackene Kartoffelscheiben

## ZUTATEN

- 1,750 kg IT'S VEGIC® Ocean Sticks 35 g, Vorgebacken, 3 x 1,5 kg, TK
- 1,000 kg Provenzialisches Ofen-Fenchelgemüse
- 1,800 kg Gebackene Kartoffelscheiben aus dem Ofen
- 0,300 kg Crème fraîche Alternative (vegan)
- 0,003 kg Speisesalz
- 0,005 kg Knoblauch, gehackt

## VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Gebackene Kartoffelscheiben nach Rezept herstellen.
- Fenchelgemüse nach Rezept herstellen.
- Crème fraîche Alternative mit Knoblauch und Salz glattrühren.

## ZUBEREITUNG

- Die Ocean Sticks im vorgeheizten CombiSteamer bei 180 °C Heissluft für 8–10 Minuten auf Backblechen knusprig backen.
- Alle Zutaten gefällig auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Alle 3 Hauptkomponenten werden mit der gleichen CombiSteamer-Einstellung zubereitet.



- Dip-Sauce statt mit Knoblauch mit frischen Kräutern herstellen.

## PROVENZIALISCHES OFEN-FENCHELGEMÜSE

### ZUTATEN

- 0,950 kg Fenchel 3 mm Streifen
- 0,050 kg Sonnengetrocknete Tomaten in Öl eingelegt
- 0,050 kg Oliven, schwarz, entsteint
- 0,050 kg Oliven, grün, entsteint
- 0,005 kg Oregano, gerebelt
- 0,010 kg Speisesalz
- 0,001 kg Pfeffer, schwarz, frisch ab Mühle



- Natürlich kann man den Fenchel noch länger garen, aber so richtig knackig schmeckt er am besten.

### VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Dörrtomaten in Julienne schneiden. Öl behalten!

### ZUBEREITUNG

- Fenchelstreifen mit den Dörrtomaten-Julienne, dem Öl, Oliven, Oregano, Salz und Pfeffer vermischen.
- Auf Backbleche geben und im vorgeheizten CombiSteamer bei 180 °C für ca. 15 Minuten backen.

## GEBACKENE KARTOFFELSCHIBEN AUS DEM OFEN

### ZUTATEN

- 2,300 kg Kartoffeln festkochend mit dünner Schale
- 0,035 l Rapsöl
- 0,020 kg Meersalz, grob, frisch ab Mühle



- Für mehr „Knusper“ den Kamin beim CombiSteamer öffnen, oder am besten die aktive Entfeuchtung einschalten, falls vorhanden.

### VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Kartoffeln ungeschält in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden/hobeln.

### ZUBEREITUNG

- Die Kartoffelscheiben mit Salz und dem Rapsöl gut vermengen.
- Auf Bratblechen auffächern.
- Im vorgeheizten CombiSteamer bei 180 °C Heissluft für ca. 20 Minuten knusprig backen.



Klicke hier für den aktuellen Klima-Score dieses Gerichts und passe das Rezept an deine gewünschte Personenzahl an!

# INDIEN

FÜR 10  
PERSONEN

mit Blumenkohl-Ananas-Steaks,  
dazu Fried Basmatireis

# COCONUT DAL



Klicke hier für den aktuellen Klima-Score  
dieses Gerichts und passe das Rezept an  
deine gewünschte Personenzahl an!



## ZUTATEN

- 1,500 kg IT'S VEGIC® Indian Coconut Dal, 5 × 1,5 kg, TK
- 1,400 kg Blumenkohl
- 0,250 kg Ananaswürfel, frisch
- 0,010 kg Curcuma/Kurkuma, gemahlen
- 0,010 kg Kardamom, gemahlen
- 0,010 kg Vanilleextrakt
- 0,005 kg Chilies geschrotet
- 0,060 kg Sojasauce „japanisch“
- 0,060 l Ahornsirup
- 0,070 l Rapsöl
- 0,050 kg Sesamöl, geröstet
- 0,010 kg Speisesalz
- 0,070 l Rapsöl
- 1,500 kg Basmatireis ,gedämpft
- 0,012 kg Currypulver, mild
- 0,010 kg Speisesalz

alles  
aus dem  
CombiSteamer



- Den Fried Rice kann man nach Belieben mit Wok-Gemüse ergänzen.



## VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Marinade herstellen: Alle Zutaten von der Ananas bis zum gerösteten Sesamöl zu einer Marinade vermischen.
- Blumenkohl in jeweils 10 Schnitze schneiden, die zarten Blätter nicht entfernen.
- Basmatireis nach Rezept herstellen.

## ZUBEREITUNG

- Blumenkohlschnitze auf Backbleche setzen und mit der Marinade bestreichen.
- Den marinierten Blumenkohl im vorgeheizten CombiSteamer bei 160° C Umluft für ca. 30 Minuten backen.
- In der Zwischenzeit das Indian Coconut Dal im vorgeheizten Combi-Steamer bei 135 °C und 40 % Dampf für 25 Minuten garen.
- Den Basmatireis im Rapsöl „rührbraten“ und mit Curry und Salz abschmecken.
- Den Curry-Reis auf vorgewärmte Teller verteilen, die gebackenen Blumenkohlschnitze darüber legen.
- Und das Indian Coconut Dal gefällig daneben anrichten.

## BASMATIREIS GEDÄMPFT

### ZUTATEN

- 0,875 l Wasser ab Leitung
- 0,650 kg Basmatireis

### VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Reis in einem Sieb mit fließendem kaltem Wasser spülen, bis das ablaufende Wasser klar bleibt.

### ZUBEREITUNG

- CombiSteamer auf 100 % Dampf, 95 °C vorheizen
- Wasser und Reis in GN-Schalen abfüllen und 17 Minuten dämpfen.
- Reis mit einer Fleischgabel auflockern.



- 1 GN 1/1 = 1,3 kg Basmati-Reis und 1,750 l Wasser = 3 kg gedämpfter Basmati-Reis

# LINSEN BÄLLCHEN

FÜR 10  
PERSONEN

auf Süsskartoffel-Auberginen-Curry,  
dazu Hirse



## ZUTATEN

- 0,900 kg IT'S VEGIC® Linsen Bällchen 18 g, 2 x 1,5 kg, TK
- 1,500 kg Hirse-Pilaw
- 0,060 l Rapsöl
- 0,300 kg Zwiebeln, rot 3 mm
- 0,050 kg Ingwer, gehackt
- 0,500 kg Gemüsepaprika/Peperoni, rot, Streifen
- 0,008 kg Paprika, edelsüß
- 0,008 kg Curcuma/Kurkuma, gemahlen
- 0,002 kg Kardamom, gemahlen
- 0,004 kg Currypulver Madras
- 0,004 kg Currypulver, mild
- 1,000 kg Kokosnuss-Milch
- 1,200 kg Auberginen Rissolée
- 1,000 kg Süsskartoffeln, geschält, Rissolée
- 0,020 kg Speisesalz
- 0,001 kg Pfeffer, schwarz, frisch ab Mühle
- 0,100 kg Zitronensaft
- 0,100 kg Soja-Joghurt (vegan)
- 0,015 kg Koriander, frisch



Für mehr Schärfe den milden Curry weglassen und die doppelte Menge Madras Currymischung verwenden.

## VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Hirse-Pilaw nach Rezept herstellen.
- Den Koriander grob hacken.

Klicke hier für den aktuellen Klima-Score dieses Gerichts und passe das Rezept an deine gewünschte Personenzahl an!

## ZUBEREITUNG

- In einem Kippkochkessel oder passendem Kochtopf das Rapsöl erhitzen.
- Im heissen Öl die Zwiebeln, Ingwer und Paprika/Peperoni anschwitzen.
- Die Gewürze und beide Currypulver mitschwitzen, bis sich ein aromatischer Duft entwickelt.
- Die Auberginenwürfel kurz unter Rühren mitbraten, dann die Süsskartoffeln dazugeben.
- Mit der Kokosmilch auffüllen und aufkochen.
- Deckel drauf geben und bei milder Hitze alles für ca. 15 Minuten köcheln, bis die Auberginen und Süsskartoffeln gar sind.
- Evtl. muss noch etwas Wasser zugegeben werden.
- Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
- In der Zwischenzeit die Balls im vorgeheizten CombiSteamer auf Heissluft bei 180 °C auf Bratblechen oder Backblechen mit Backpapier für ca. 10 Minuten knusprig backen.
- Die gekochte Hirse in einer Bowl anrichten, mit dem Curry gefällig bedecken und die Linsen Bällchen aufsetzen.
- Mit dem grob gehackten Koriander und dem Soja-Joghurt garnieren.

## ZUTATEN

- 0,006 l Rapsöl
- 0,023 kg Zwiebeln gehackt 3 mm
- 0,900 l Wasser ab Leitung
- 0,020 kg Gemüse-Bouillon-Pulver
- 0,002 kg Kreuzkümmel gemahlen
- 0,003 kg Speisesalz
- 0,600 kg Goldhirse

## HIRSE- PILAW

## ZUBEREITUNG

- In einem Kippkochkessel oder passendem Kochtopf das Rapsöl erhitzen.
- Im heissen Öl die Zwiebeln anschwitzen.
- Die abgetropfte Hirse kurz mitrösten.
- Mit kaltem Wasser auffüllen und mit Bouillon-Pulver, Kreuzkümmel und Salz würzen.
- Aufkochen lassen, einmal umrühren und 5 Minuten auf kleiner Hitze köcheln lassen.
- Deckel drauf geben, Hitze stark reduzieren oder je nach Gerät sogar komplett ausschalten und ca. 20 Minuten ziehen lassen.
- Einmal mit einem geeigneten Spachtel oder Bratschaufel kurz durchrühren, fertig.



Lässt sich auch wunderbar verfeinern, z. B. mit Gemüsewürfeln, Dukkah-Gewürz, etc.

## VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Die Hirse in einem Sieb unter fließendem Wasser kurz abspülen.



IT'S VEGIC® -

# GESCHNETZELTES

FÜR 10  
PERSONEN



mit Lauch & Belugalinsen an Cremesauce,  
dazu Strozzapreti und Rosenkohl



## ZUTATEN

- 1,200 kg IT'S VEGIC® Geschnetzeltes, 3 × 1,5 kg, TK
- 0,060 l Rapsöl
- 0,006 kg Thymian, getrocknet
- 0,006 kg Estragon, getrocknet
- 0,006 kg Majoran getrocknet & gerebelt
- 0,006 kg Muskatnuss gemahlen
- 0,160 kg Belugalinsen
- 0,002 kg Lorbeerblätter gemahlen
- 0,050 l Rapsöl
- 0,400 kg Lauch, halbiert geschnitten, 30mm
- 0,100 l Kochwein, weiss
- 0,400 l Wasser ab Leitung
- 0,400 l Hafer Kochcreme
- 0,020 kg Speisesalz
- 0,060 kg Zitronensaft
- 1,500 kg HILCONA Strozzapreti, 5 kg, TK
- 1,000 kg Rosenkohl „natur“
- 0,020 kg Petersilie, gehackt



■ Diese feine Pasta heisst „Pfarrer-Würger“, denn der Legende nach, ass der Pfarrer so viel von der leckeren Pasta, dass er sich fast selbst erwürgte ...



Klicke hier für den aktuellen Klima-Score dieses Gerichts und passe das Rezept an deine gewünschte Personenzahl an!

## VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.
- Das Geschnetzelte marinieren:
  - Rapsöl mit Thymian, Estragon und Majoran vermischen.
  - Das Geschnetzelte mit der Marinade für mindestens 20 Minuten marinieren.
- Die Belugalinsen mit dem Lorbeer für ca. 20 Minuten al dente kochen und abgiessen.
- Rosenkohl nach Rezept vorbereiten.

## ZUBEREITUNG

- In einem grossen Schmortopf das Rapsöl erhitzen und den Lauch darin scharf anbraten.
- Sobald der Lauch leicht zusammenfällt, die Linsen dazugeben und den Topf vom Herd nehmen.
- In einer Kippbratpfanne oder Bratpfanne das Geschnetzelte im Rapsöl rundherum knusprig anbraten.
- Mit Weisswein ablöschen und die Lauch-Linsen dazu geben.
- Die Hafer Kochcreme, Salz und Wasser zugeben und zu einer sämigen Sauce einkochen.
- Mit Zitronensaft verfeinern.
- Den Rosenkohl erhitzen und mit der Petersilie verfeinern.
- In der Zwischenzeit die Strozzapreti bei 95 °C und 100 % Dampf für 3 Minuten frisch kochen.
- Alle Zutaten gefällig auf vorgewärmten Tellern anrichten.



## ZUTATEN

- 0,980 kg Rosenkohl TK
- 0,025 l Rapsöl
- 0,008 kg Speisesalz

## VORBEREITUNG

- Alle Zutaten bereitstellen.

## ZUBEREITUNG

- Gemüse bissfest im Dampf kochen und schockkühlen.
- Gemüse vorsichtig mit dem Salz und Öl vermengen.

ROSENKOHL  
„NATUR“



■ Basis für viele Ableitungen

Entdecke  
noch mehr  
Vegi-Ideen  
online!



**ARTIKELLISTE**

**FALAFEL**

Veganes Kichererbsenerzeugnis frittiert,  
ohne Deklarationspflichtige Allergene (tiefgefroren)  
Stückgewicht: ca. 15 g

5000 g



7 610227 987904

**FALAFEL ROTE BEETE / RANDEN**

Vegane Kichererbsenbällchen mit roter Beete  
(tiefgefroren) Stückgewicht: ca. 18 g

2 x 1500 g

Gluten



7 610227 926781

**YELLOW LENTIL BALLS** \*solange Vorrat

Veganes Erzeugnis mit gelben Linsen  
Stückgewicht: ca. 15 g

2 x 1500 g

Soja,  
Gluten



7 610227 986914

**LINSEN BÄLLECHEN** \*ab ca. Mitte Januar 2024 erhältlich

Veganes Erzeugnis auf Basis von Linsen,  
frittiert, durchgegart, tiefgekühlt  
Stückgewicht: ca. 15 g

2 x 1500 g

Soja,  
Gluten



7 610227 946178

**OCEAN STICKS**

Vegane Stäbchen mit Fischgeschmack (tiefgefroren)  
Stückgewicht: ca. 26 g

2 x 1500 g

Gluten



7 610227 947656

**GESCHNETZELTES**

Veganes Erzeugnis auf Basis von Sojaprotein,  
tiefgekühlt

3 x 2000 g

Soja



7 610227 945447

**INDIAN COCONUT DAL**

Linsengericht mit Kartoffeln, Sojabohnen und  
Kichererbsen an 43 % Kokosnussauce, vorgekocht,  
tiefgekühlt (tiefgefroren)

5 x 1500 g

Soja  
Sellerie,  
Senf



7 610227 932072

**TORTELLONI QUINOA E SPINACI**

Petersilien-Teigwaren mit Quinoa und Blattspinat  
(Füllung 25%) (tiefgefroren)  
Stückgewicht: ca. 11 g

2 x 20000 g

Gluten



7 610227 984385

**HUMMUS CLASSIC**

Kichererbsenmus

1 x 1000 g



7 610227 926330

