

Speisekarte

Weil's daheim am besten schmeckt.



*Guten
Appetit!*



Mehr als bloß Essen.



Liebe Leserin, lieber Leser,
wir von GOURMET Daheim und von der Volkshilfe Steiermark
möchten Sie dabei unterstützen, selbstbestimmt in Ihren eigenen
vier Wänden zu leben. Vertraute und vertrauenswürdige Menschen
bringen Ihnen Ihre Lieblingspeisen ins Haus.
Damit Ihnen Ihre Mahlzeiten auch guttun, sorgen Diätologen und
Ernährungswissenschaftler dafür, dass Sie genau das bekommen,
was Sie brauchen. Denn das Wichtigste ist, dass Sie sich wohlfühlen.
Essen soll ja nicht nur Nahrungsaufnahme sein, sondern ein emotionales
Erlebnis, ein Genuss – und ein Anlass für schöne Erinnerungen.

Genießen Sie nach Herzenslust. Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

Claudia Ertl-Huemer
Mag.^a Claudia Ertl-Huemer
Geschäftsfeldleitung
Education & Care Catering
GMS GOURMET GmbH



Genoveva Kocher-Schruf
MMag. Genoveva Kocher-Schruf
Leiterin Sozialzentren Steiermark
Volkshilfe Steiermark



So voll ist Ihre Speisekarte

Unsere Speisen für Ihre Wahl

VOLL VIEL
ÖSTERREICH

Inhaltsverzeichnis

Von der Freiheit aufzublühen	4
Das Gute wächst so nah	6
Schmeckt wie das schöne Leben	8
Schöne Erinnerungen	10
Die weite Welt auf Ihrem Teller	12
Komm vorbei. Wir haben gebacken	14
Gusto-Reise durch Österreich	16
Genießen mit gutem Gewissen	18
In Balance mit Ihren Bedürfnissen	20
Einfach bestellen, einfach genießen	21
Zum Löffeln und Liebhaben	22
Österreich in aller Munde	26
Gutes vom Geflügel	30
Rund ums Rind	34
Kalb und köstlich	37
Fein vom Schwein	39
F(r)isch auf den Tisch	42
Nudelgerichte und andre Gedichte	45
Grün und vital	49
Süßes zum Träumen	52
Für Naschkatzen und Kuchentiger	56
Der bewusste Genuss	60
Alles, nur kein Einheitsbrei	62
Unsere Wochenkartons	64
Allergen- und Nährwertliste	68

Von der Freiheit aufzublühen



Von der Freiheit aufzublühen.



**Wir kochen, damit Sie es nicht tun müssen.
Und damit Sie Ihre kochfreie Zeit dafür nützen
können, ein bisschen mehr Sie selbst zu sein.**

Eleonore nimmt sich ganz bewusst kochfrei, sooft es geht. Besonders im Frühjahr. Denn da verbringt sie die Zeit lieber im Garten. Vor zwei Jahren hat die pensionierte Buchhalterin begonnen, den großen Obst- und Gemüsegarten langsam in ein Rosenparadies zu verwandeln. Und wenn draußen nichts zu tun ist oder das Wetter schlecht ist, widmet sie sich ihren Zimmerpflanzen. Drinnen hegt und pflegt die passionierte Pflanzenliebhaberin tropischere Gewächse mit klingenden Namen wie Begonia maculata, Alocasia Polly oder Calathea zebrina. Für Freunde und Bekannte vermehrt sie ihre Lieblinge auch. Und natürlich auch für sich selbst. Man kann schließlich nie genug Pflanzen haben, wie Eleonore ja findet ...

Dass auch schon mal der Herd als Abstellplatz erhalten muss, macht dann auch nichts. Gebraucht wird er ohnehin nur sehr selten.

Das Gute wächst so nah.

VOLL VIEL
ÖSTERREICH





Kochen mit kurzen Wegen wird bei GOURMET Daheim großgeschrieben. Unsere Zutaten kommen fast ausschließlich aus Österreich und von Bauern wie Christine und Georg vom Biohof Taschner-Kolmar.

Wenn die Einkäufer von GOURMET Daheim ihre Lieferanten besuchen, dann haben sie es meistens nicht besonders weit. Wo immer es möglich ist, achten wir auf kurze Wege und darauf, dass unsere Zutaten aus Österreich kommen. Diesmal wäre sogar eine Fahrradtour kein Problem. Der Wiener Biohof Taschner-Kolmar ist wirklich nur den berühmten Katzensprung von der GOURMET Küche entfernt. Am Hof von Christine Taschner und Georg Kolmar in Wien-Unterlaa wachsen der Bio-Buchweizen und die Bio-Linsen für unsere Gerichte. Jedes Mal, wenn wir hierherkommen, sieht es rundherum ein bisschen anders aus. Die Felder wechseln nämlich, denn der Boden muss sich erholen. Angebaut wird hier ohne Kunstdünger und auch ohne Pestizide. Dafür mit einer Fruchtfolge, damit der Boden die nötigen Nährstoffe bekommt. Die Philosophie von Christine und Georg passt jedenfalls perfekt zu unserem Prinzip des nachhaltigen Kochens mit gesunden Zutaten, kreativen Rezepten und kurzen Wegen. Und beim Gang über die Felder wartet auch gleich die Inspiration für neue köstliche Gerichte, denn hier bauen die beiden auch Hirse, Gewürze und vieles mehr an, was sich vielleicht schon bald auf der GOURMET Karte finden wird.



Schmeckt wie
das schöne Leben.

VOLL VIEL
ÖSTERREICH

Unser Kaiserschmarren mit Zwetschenröster
und mit der Bestellnummer 23 10235

**Gutes Essen weckt besondere Erinnerungen.
Es erzählt mit jedem Bissen jene Geschichten,
die hinter Ihren Lieblingspeisen stecken.
Ein paar solcher Geschichten haben wir für
Sie aufgeschrieben ...**

Wie beim ersten Rendezvous

„Als ich meinen Mann kennengelernt habe, hat er mich einmal zu sich eingeladen und für mich gekocht. Spinat mit Erdäpfeln und Ei. Wer kocht denn so was für ein Rendezvous? Ich hab dann relativ schnell herausgefunden, dass er eigentlich gar nicht kochen kann ... Man muss aber auch sagen, er ist ihm damals recht gut gelungen. Seitdem hab ich schöne Erinnerungen an Cremespinat, und er ist auch eine meiner Lieblingspeisen. Deshalb bestelle ich ihn auch immer wieder.“ Henriette P. (Mistelbach)

Süße Sonntage

„Ich war grade mit der Lehre fertig und beim Bundesheer. Wenn ich frei gehabt habe, bin ich mit der Bahn nach Wien gefahren und in die Staatsoper gegangen. Für die Soldaten hat's damals Stehplatzkarten gegeben. Die wollte eh fast keiner haben. Aber mir hat's getaugt. Vor allem Wagner und Puccini. Vor der Vorstellung bin ich immer ins Wirtshaus und hab mir eine große Portion Kaiserschmarren bestellt. Mit Zwetschkenröster. Das war mein Opernmenü sozusagen. In der Oper war ich schon bestimmt 20 Jahre nicht mehr. Aber den Kaiserschmarren bestell ich mir jetzt nach Hause.“ Josef K. (1080 Wien)

Wir kochen pur und unverfälscht, größtenteils mit österreichischen Zutaten und nach traditionellen Rezepten. So kreieren unsere Köche Gutes wie früher. Und Lieblingspeisen, die Ihre Erinnerung beflügeln.

Schöne Erinnerungen
gibt es nie genug.

VOLL VIEL
ÖSTERREICH

Unser Rindsgulasch mit der
Bestellnummer 23 10057

Essen ist ein so emotionaler Teil unseres Lebens, dass seit jeher unendlich viele Geschichten damit verknüpft sind. Und an denen kann man sich auch nie sattlesen.

Immer wieder Wochenende

„Früher sind wir am Sonntag viel ins Wirtshaus gegangen zum Mittagessen. Da hab ich zum Essen fast immer Schweinsbraten bestellt. Wir waren mit dem Wirten befreundet und oft bis um drei oder halb vier dort und haben geplaudert oder Karten gespielt. Das Wirtshaus gibt's nicht mehr. Aber den Geschmack von damals hab ich noch jedes Mal im Mund, wenn ich mir den Schweinsbraten von GOURMET Daheim bestelle.“ Karl V. (Horn)

Wie selbst gemacht

„Früher habe ich Rindsgulasch mit selbstgemachten Spätzle immer für meine Kinder gekocht. Es war die Lieblingsspeise von meinem Ältesten, als er in der Mittelschule war. Das hat am Wochenende immer den ganzen Vormittag gedauert, damit es dann zu Mittag fertig war. Es hat mir nichts ausgemacht, die Kinder haben sich gefreut, und ich hab's selber auch so gern gegessen. Wenn mein Sohn heute zu Besuch kommt, gibt's immer noch manchmal Rindsgulasch.“ Leopoldine B. (Tulln)

Wie daheim bei Mama

„Faschierter Braten mit Kartoffelpüree, das war was, das hat meine Mutter immer für uns gemacht. Fleisch hat's bei uns nur selten gegeben. Aber wenn, dann war's meistens Faschierter Braten. Mir war das Faschierte immer viel lieber als Bauchfleisch oder Gulasch. Es war würziger und nicht fettig. Außerdem habe ich das Erdäpfelpüree schon damals gerne gemocht. Meine Mutter hat es immer so schön cremig gemacht – aber trotzdem mit ein paar Stückchen.“ Anna A. (Hallein)

Die weite Welt auf Ihrem Teller.



VOLL VIEL
ÖSTERREICH

Unser Gemüsecurry mit der
Bestellnummer 23 13368

Unsere Köche bringen Ihnen nicht nur Tradition ins Haus, sondern laden Sie auch ein auf eine kulinarische Entdeckungsreise. Denn der beste Weg, die Vielfalt der Welt zu entdecken, geht einfach durch den Magen.

In kaum einem einzelnen Gericht stecken so viele Möglichkeiten wie im Curry. Beinahe in ganz Asien ist es Teil der Esskultur. Entsprechend gibt es tausende verschiedene Currygerichte. Das Wort selbst stammt aus dem Tamilischen, einer Sprache, die in Indien und in Sri Lanka gesprochen wird. Es bedeutet so viel wie „Beilage zum Reis“. Genau wie es sein soll, bereiten wir unser Gemüsecurry daher mit schonend gegartem Basmatireis zu. Dazu haben unsere Experten in der GOURMET Küche das Beste herausgepickt und ein vegetarisches Erlebnis gezaubert, das Ihnen die weite Welt auf den Teller bringt und gleichzeitig doch heimisch ist. Ein großer Teil der Zutaten wie die Kartoffeln, Zwiebeln oder der Paprika kommen selbstverständlich aus Österreich, und die wichtige Gewürzmischung wurde speziell für GOURMET Daheim entwickelt. Nicht zu scharf, aber dennoch voller Geschmack von fernen Ländern und außergewöhnlichen Gewürzen, wartet so ein Stück kulinarisches Abenteuer nur darauf, entdeckt zu werden. Ganz bequem von Daheim aus. Und übrigens auch in Form von Breikost ...

Das kommt in unser Gemüsecurry

Basmatireis, Wasser, Kokosmilch, Broccoli, Kartoffeln, Paprika, Zwiebeln, Speisesalz und Currypaste aus Chili, Knoblauch, Schalotten, Speisesalz, Zitronengras, Kreuzkümmel, Koriandersamen, Galgant, Sesamöl und Paprikapulver

Komm vorbei. Wir haben gebacken.

Unser Marillenkuchen mit der
Bestellnummer 95 10115

VOLL VIEL
ÖSTERREICH

Eine Einladung zum Kaffee ohne die richtige Mehlspeise geht natürlich nicht. Wer Freunde und Familie einladen will, möchte auch was Feines auftischen.

Wie wär's mit einem Marillenkuchen oder einem Marmorgugelhupf? Mit den klassisch österreichischen Leckereien von GOURMET Daheim ist immer genug für alle da. Unsere Konditoren übernehmen für Sie das Backen, und wir bringen's dann perfekt frisch gehalten bis nach Hause. Frische Biskuitroulade, Malakoffschnitte & Co. sind dann immer nur den Weg zum Gefrierschrank entfernt. Genauso wie auch der gemütliche Nachmittag mit Freunden oder der Familie. Außerdem ist so immer was da, auch wenn mal unangekündigt der Nachbar vorbeikommt. Denn ein unvorhergesehener Gast ist ja doch oft der erfreulichste. Und wenn einmal mehrere Gäste unangekündigt kommen, gibt's auch dafür eine geschmackvolle Lösung: unsere Mehlspeisen im Ganzen. Die können Sie nach Belieben portionieren und sich so auch einer größeren Runde als perfekte Gastgeberin oder perfekter Gastgeber präsentieren.



Gusto-Reise durch Österreich.

Unsere
Gustoreise
Salzburg

VOLL VIEL
ÖSTERREICH

Unsere Pinzgauer Kasnockn
mit der Bestellnummer 23 10203

**Kleines Land, kulinarisch ganz groß.
Mit 9 Klassikern aus allen Bundesländern
nehmen wir Sie mit auf eine kulinarische
Reise durch Österreich.**

Um herauszufinden, was einen echten Alt-Wiener Zwiebelrostbraten so besonders macht, braucht es keine Fernreise in die Bundeshauptstadt. Man muss sich für ein perfektes Apfelküchle mit Zimt und Vanillesauce auch nicht hinter den Arlberg aufmachen.

Die Geschmacksreise durch die Regionen beginnt ganz einfach auf den Seiten dieser Speisekarte. Die Wege, die Recherche und natürlich das punktgenaue Zubereiten haben schon unsere Köche und Diätologen übernommen. Und dabei Köstlichkeiten wie Kärntner Kasnudeln oder den Esterházy-Rindsbraten zusammengetragen. Die haben Sie fast ausschließlich mit regionalen Zutaten zum Leben erweckt. Denn von Daheim schmeckt's bekanntlich am besten und ist auch noch gut für die Umwelt. So sind nicht nur die traditionellen Rezepte eine Reise durch die kulinarische Vielfalt zwischen Neusiedler See und Bodensee.

9 Bundesländer – 9 Gerichte

Alt-Wiener Zwiebelrostbraten (Wien)

Apfelküchle mit Zimt und Vanillesauce (Vorarlberg)

Esterházy-Rindsbraten (Burgenland)

Grammelknödel mit Gabelkraut (Oberösterreich)

Kärntner Kasnudeln (Kärnten)

Kartoffelgulasch mit Waldviertler Wurst (Niederösterreich)

Pinzgauer Kasnockn (Salzburg)

Steirisches Wurzelfleisch (Steiermark)

Tiroler Gröstl (Tirol)

Genießen mit gutem Gewissen.



VOLL VIEL
ÖSTERREICH

Der bewusste Verzicht auf den Zusatz von Geschmacksverstärkern, Farbstoffen und Konservierungsmitteln ist uns ein besonderes Anliegen.



Verzicht ist unsere Sache nicht. Deshalb sorgen unsere Köche und Diätologen auch dafür, dass Sie sich möglichst alles gönnen können, wonach Ihnen gerade ist.

Nach den neuesten Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft stellen unsere Experten in der GOURMET Daheim Küche jedes einzelne Gericht zusammen. Ob wir neue Rezepte entwickeln oder österreichische Klassiker umsetzen: Nährwert und Vitamingehalt stimmen am Ende genauso wie der Geschmack. Wir kümmern uns darum, dass am Ende genau das Richtige für Sie in Ihrem Essen steckt und Sie wirklich auf nichts verzichten müssen. Egal, ob Sie Diabetiker sind oder einfach nur gerne vegetarisch essen und auch dann, wenn Ihnen das Schlucken nicht mehr so leichtfällt. Dann gibt es vieles aus unserer Karte auch als Breikost.

In unserer Karte finden Sie das Fachwissen unserer Experten auf den Punkt gebracht: in sechs Symbolen, mit denen wir alle unsere Speisen kennzeichnen. Damit Sie bei der Bestellung immer den Überblick haben und genau das finden, was zu Ihnen passt.

Unser Kalbsbraten mit Reis und Babykarotten mit
der Bestellnummer 23 10081

In Balance mit Ihren Bedürfnissen.

Bei uns ist drinnen, was draufsteht.
Klar verständliche Symbole zeigen Ihnen
schnell, welche Gerichte für Sie passen.



Das bewusste Menü

Diese Gerichte unterstützen eine ganzheitliche, ausgewogene Ernährung. Weil wir besonders sparsam mit Fett und Zucker umgehen, wird das bewusste Menü auch gerne von Diabetikern gewählt.



Laktosefrei

Milchzuckerunverträglichkeit tut dem Geschmack bei uns keinen Abbruch. Alle derartig gekennzeichneten Gerichte sind laktosefrei. Das bedeutet, dass der Laktosegehalt unter 0,1 g Laktose pro 100 g liegt.



Ohne Schwein

Diese Gerichte enthalten kein Schweinefleisch und keine daraus hergestellten Zutaten wie Schmalz oder Gelatine.



Leichte Vollkost

Für Menschen mit Magen- und Darmproblemen achten wir auf bekömmliche Zubereitung und schonende Würzung. Wir verzichten auf schwer verdauliche Zutaten sowie auf frittierte, geräucherte und geselchte Speisen.



Glutenfrei

Wir kochen gerne auch ohne glutenhaltige Zutaten. Unsere glutenfreien Gerichte werden zu Ihrer Sicherheit mittels LFD-Test (basierend auf ELISA-Prinzip) geprüft. Der Höchstgehalt an Gluten liegt unter 20 ppm (mg/kg).



Vegetarisch

Unsere Gerichte ohne Fleisch, Wurst und Fisch. Aber mit Milch und Ei (ovo-lacto-vegetarisch).

Einfach bestellen, einfach genießen.



Auswahl

Sie wählen einfach aus dem Angebot in dieser Speisekarte Ihre Lieblingsgerichte aus.



Bestellung

Unsere Kontaktdaten finden Sie auf der Rückseite dieser Speisekarte. Bitte beachten Sie auch unsere Mindestbestellmenge: 1 Wochenkarton bzw. 7 Einzelspeisen.



Lieferung

Wir liefern alles direkt zu Ihnen nach Hause. Weil's daheim am besten schmeckt!



Lagerung

Bitte lagern Sie die Speisen in Ihrem Tiefkühlfach oder Tiefkühlschrank bei -18°C . So kann der Hunger kommen, wann er will.



Vorbereitung

Bitte entnehmen Sie Ihre gewählte Mahlzeit erst direkt vor dem Erwärmen aus dem Tiefkühlschrank. WICHTIG: Stechen Sie die Deckelfolie mehrmals mit einer Gabel in jeder Kammer ein.



Aufbereitung

Erwärmen Sie die Speise in der Originalverpackung entweder in der Mikrowelle oder im Heißluftofen. Sie finden die Zubereitungshinweise direkt auf der Verpackung (Watt-, Temperatur- und Zeitangaben). Bitte halten Sie sich genau an diese Angaben – so schmeckt's perfekt! Nach dem Aufwärmen lassen Sie das Gericht bitte kurz stehen (ca. 1 Min.) und rühren es bei Bedarf ein wenig um. VORSICHT: heiße Schale!

Tipp

Auf einem Teller schön angerichtet, schmeckt Ihre Mahlzeit gleich noch besser. Guten Appetit!

Zum Löffeln und Liebhaben.

23 02017

Grießnockerlsuppe

Klare Rindsuppe mit Grießnockerl



230 g · 106 kcal
0,6 BE

23 02009

Nudelsuppe

Kräftige Rindsuppe mit
feinen Fadennudeln und Schnittlauch



230 g · 58 kcal
0,6 BE

23 13135

Leberknödelsuppe

mit drei weichen Leberknödeln



230 g · 133 kcal
0,8 BE

23 02034

Gourmet-Gemüsesuppe

Cremig fein mit Obers
und Kräutern abgerundet



230 g · 130 kcal
0,6 BE

23 13343

Hühnereinmachsuppe

mit zwei kleinen Knödeln



Jetzt
neu
probieren

230 g · 185 kcal
1,2 BE

23 02083

Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe

mit Obers verfeinert



230 g · 131 kcal
1,2 BE

23 13122

Alt-Wiener Suppentopf

Traditionelle Rindsuppe mit Nudeln,
Gemüse und Rindfleisch



230 g · 102 kcal
0,3 BE

23 13344

Klare Gemüsesuppe mit Buchstaben

mit Karottenscheiben



Jetzt
neu
probieren



230 g · 66 kcal
0,7 BE

23 02019

Frittatensuppe

Herzhafte klare Rindsuppe mit Frittaten
(beigepackt)



230 g · 100 kcal
0,7 BE

23 10043

Karottencremesuppe

Sämige Suppe aus frischen Karotten,
mit einem Schuss Obers verfeinert



230 g · 107 kcal
0,8 BE

23 13223

Kräutercremesuppe

Schmackhafte Cremesuppe
mit acht Kräutern



230 g · 285 kcal
0,6 BE

23 13220

Gemüsesuppe mit Grießdukaten

Klare Gemüsesuppe
mit drei Grießdukaten



230 g · 86 kcal
0,6 BE

23 02060

Italienische Tomatensuppe

mit Reiseinlage



Jetzt
neu
probieren



230 g · 113 kcal
1,0 BE

23 02070

Klare Gemüsesuppe mit Kräutertropfteig

und Wurzelgemüse



230 g · 55 kcal
0,5 BE

23 02096

Legierte Grießsuppe

Gemüsesuppe, mit Grieß gebunden,
mit Obers verfeinert



230 g · 112 kcal
0,6 BE

Österreich in aller Munde.

23 10147

Cevapcici mit Letscho und Reis



420 g · 555 kcal
4,0 BE

23 10161

Szegediner Krautfleisch mit Kümmelkartoffeln



460 g · 533 kcal
2,5 BE

23 02479

Faschierte Laibchen mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln



440 g · 493 kcal
2,8 BE

23 10156

Grammelknödel

mit Gabelkraut



Unsere
Gustoreise
Oberöster-
reich



415 g · 662 kcal
3,1 BE

23 11050

Faschierter Braten

mit Kartoffelpüree nach
Großmutter's Art und Erbsen



430 g · 582 kcal
2,9 BE

23 13131

Gebratener Leberkäse

mit Kohlsprossen und Kartoffelpüree
nach Großmutter's Art



490 g · 733 kcal
3,4 BE

23 13345

Geselchtes

mit Linsen und Serviettenknödel

Jetzt
neu
probieren



410 g · 659 kcal
3,8 BE

23 10167

Gefüllter Paprika

in Tomatensauce mit Salzkartoffeln



450 g · 354 kcal
3,8 BE

23 10157

Tiroler Gröstl

herzhafter Genuss

Neues Gericht



Unsere
Gustoreise
Tirol



400 g · 527 kcal
3,6 BE

23 10160

Kartoffelgulasch

mit Waldviertler Wurst



Unsere
Gustoreise
Niederöster-
reich

400 g · 328 kcal
2,0 BE

23 10146

Berner Würstel

mit Petersilkartoffeln und Gemüse



440 g · 670 kcal
2,5 BE

23 10174

Serbisches Reisfleisch

nach klassischer Rezeptur



380 g · 632 kcal
4,6 BE

23 02481

Ennstaler Bauernknödel

auf Speck-Sauerkraut



400 g · 454 kcal
3,6 BE

23 10171

Salonbeuschel

vom Kalb mit Serviettenknödeln



390 g · 567 kcal
4,2 BE

23 10168

Faschierte Fleischbällchen

in Tomatensauce mit Reis



420 g · 526 kcal
5,5 BE

Gutes vom Geflügel.

Zu 100 % aus Österreich:
Unser Huhn kommt
von Daheim.

23 13360

Gefüllte Hühneroberkeule

mit Ofengemüse und Petersilkartoffeln



Jetzt
neu
probieren



450 g · 535 kcal
3,1 BE

23 01562

Gebackenes Hühnerbrustfilet

mit zartem Gemüse und Butterkartoffeln



360 g · 469 kcal
2,1 BE

23 01524

Gebratene Putenbrust

in Natursaft mit Babykarotten und Reis



400 g · 403 kcal
3,9 BE

23 01573

Paprikahendragout

mit Spätzle



370 g · 558 kcal
3,9 BE

23 13349

Faschierte Laibchen

vom Huhn mit Kräuterkartoffelpüree



Jetzt
neu
probieren



400 g · 435 kcal
3,1 BE

23 01574

Geröstete Leber

von der Pute mit Petersilkkartoffeln



410 g · 416 kcal
3,8 BE

23 11053

Hühnerbrustfilet

natur mit Spätzle und Mischgemüse



430 g · 550 kcal
3,5 BE

23 10098

Hühner-Cordon-bleu

mit Petersilkartoffeln



390 g · 561 kcal
3,8 BE

23 13362

Hühnerbrust mit Kräuterkruste

und Gemüsenudeln



Jetzt
neu
probieren



350 g · 375 kcal
3,3 BE

23 02537

Hühnercurry

mit Basmatireis



400 g · 611 kcal
4,6 BE

23 10090

Gebratene Hühnerkeule

im Natursaft mit Reis



390 g · 653 kcal
3,3 BE

23 02564

Ausgelöstes Backhenderl

mit Risipisi, zwei saftige Keulen -
ganz ohne Knochen



340 g · 666 kcal
5,0 BE

23 13240

Asia-Nudeln

mit Hühnerstreifen und Wokgemüse



440 g · 522 kcal
5,4 BE

23 13129

Einmachhuhn

mit Semmelknödeln



400 g · 536 kcal
3,1 BE

23 11066

Überbackenes Hühnerschnitzel

mit Kartoffelpüree nach Großmutter's Art



400 g · 402 kcal
2,1 BE

Rund ums Rind.

Auch unser Rind kommt
von Daheim – zu 100 % aus
Österreich.

23 11052

Herzhafte Rindsroulade

mit Kartoffelpüree
nach Großmutter's Art



470 g · 457 kcal
2,3 BE

23 10049

Esterházy- Rindsgeschnetzeltes

mit Wurzelgemüse und Hörnchen



400 g · 563 kcal
4,4 BE

23 10057

Rindsgulasch

mit Spätzle



410 g · 631 kcal
3,7 BE

23 01309

Tafelspitz

mit Wurzelgemüse, Erdäpfelschmarren
und Semmelkren



440 g · 438 kcal
3,3 BE

23 02188

Alt-Wiener Zwiebelrostbraten

mit Bratkartoffeln



*Unsere
Gustoreise
Wien*



400 g · 506 kcal
3,4 BE

23 13346

Bohneneintopf

mit Fleischbällchen



*Jetzt
neu
probieren*



420 g · 405 kcal
1,9 BE

*Feinkost von der Alm:
heimisches Rind.*

23 13132

Gekochtes Rindfleisch mit Salzkartoffeln und Cremespinat



380 g · 394 kcal
2,3 BE

23 11063

Burgunder Rindsbraten

mit Kroketten - enthält Alkohol



300 g · 411 kcal
2,4 BE

23 13348

Esterházy- Rindsbraten

mit Mini-Kartoffelknödeln

Neues Gericht



Unsere
Gustoreise
Burgen-
land

380 g · 514 kcal
3,5 BE

23 13140

Rindersaftschnitzel mit Spiralen

mit Spiralen



410 g · 573 kcal
5,1 BE

Kalb und köstlich.

Zu 100 % aus
Österreich: Unser Kalb
kommt von Daheim.

23 11049

**Faschierte
Kalbsbutterschnitzel**
mit Kartoffelpüree nach Großmutter's Art
und buntem Gemüse



450 g · 450 kcal
2,4 BE

23 10082

Gefüllte Kalbsbrust
mit Käuterreis



400 g · 621 kcal
5,5 BE

23 13369

Kalbsgeschnetzeltes
auf italienische Art mit Treccine



Jetzt
neu
probieren

400 g · 469 kcal
4,0 BE

23 10081

Kalbsbraten

mit Reis und Babykarotten



410 g · 460 kcal
4,0 BE

23 13230

Kalbfleischbällchen

mit Kartoffelpüree nach Großmutter's Art



430 g · 533 kcal
3,1 BE

*Kalbfleisch – so zart,
dass es auf der
Zunge zergeht.*



23 02315

Kalbsrahmgulasch

mit Spätzle



460 g · 713 kcal
4,0 BE

Fein vom Schwein.

Zu 100 % aus
Österreich: Unser Schwein
kommt von Daheim.

23 02246

Pariser Schnitzel mit Risipisi



320 g · 458 kcal
3,4 BE

23 13172

Mostbratl mit Erdäpfelknödeln



Jetzt
neu
probieren

430 g · 622 kcal
4,9 BE

23 10073

Steirisches Wurzelfleisch mit Kümmelkartoffeln



Unsere
Gustoreise
Steiermark

425 g · 430 kcal
1,9 BE

23 13142

Schweinsschnitzel, gebacken

mit Petersilkartoffeln



320 g · 510 kcal
3,9 BE

23 10072

Surbraten

mit Kartoffelknödeln und
schlammigem Kraut



400 g · 610 kcal
3,0 BE

23 11070

Schweinsmedaillons

mit Gemüse und Rosmarinkartoffeln



400 g · 392 kcal
2,1 BE

23 01258

Champignon- rahmschnitzel

mit Kräuterreis



390 g · 540 kcal
3,8 BE

23 02287

Klassischer Schweinsbraten

mit Serviettenknödel und warmem Krautsalat



350 g · 511 kcal
2,1 BE

23 11056

Naturschnitzel

in Saft mit Reis und Sonnengemüse



430 g · 523 kcal
3,4 BE

23 13367

Schweinskarree in Rosmarinjus

mit Kartoffelgratin und buntem Gemüse



Jetzt **neu** probieren

410 g · 406 kcal
2,1 BE

Schweinefleisch?
Aber gern!

F(r)isch auf den Tisch.

23 01663

Zart gebratener Lachs

auf feinen Taglierini mit Limonensauce
und Broccoliröschen



340 g · 556 kcal
2,7 BE

23 01698

Alaska-Seelachs-Filet

im Kräuterbackteig mit Sommergemüse
Andalusia und Reis



430 g · 624 kcal
4,3 BE

23 13363

Lachsrisotto

mit Blattspinat



Jetzt
neu
probieren

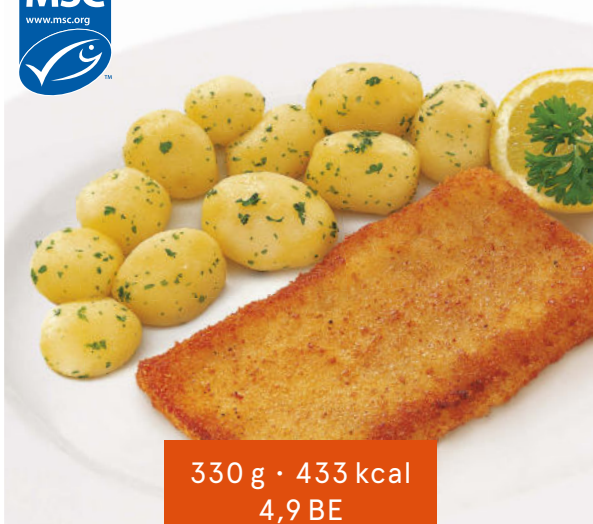


420 g · 546 kcal
5,0 BE

23 10108

Alaska-Seelachs

gebacken mit Petersilkkartoffeln



330 g · 433 kcal
4,9 BE

23 13127

Alaska-Seelachs Müllerin-Art

mit Gemüse und Reis



430 g · 466 kcal
4,2 BE

23 13226

Alaska-Seelachs-Filet

in Tomaten-Basilikum-Sauce
mit grünen Bandnudeln



390 g · 413 kcal
4,3 BE

Unsere Fischspeisen
mit Brief und Siegel
nachhaltig gut.



23 13358

Forellenfilet

mit Petersilkartoffeln und Romanesco



Jetzt
neu
probieren

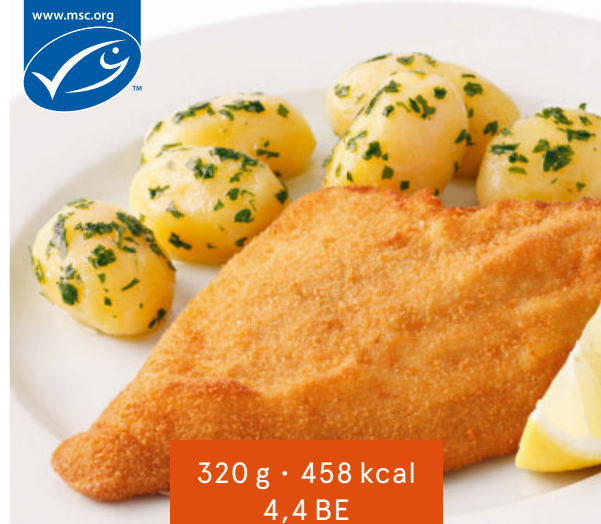


400 g · 552 kcal
2,3 BE

23 13252

Pazifische Scholle, gebacken

mit Petersilkartoffeln



320 g · 458 kcal
4,4 BE



MSC – MARINE STEWARDSHIP COUNCIL
Unsere Fischspeisen, die mit diesem Siegel
gekennzeichnet sind, stammen aus einer
MSC-zertifizierten nachhaltigen Fischerei.
www.msc.org/at MSC-C-51742



ASC – AQUACULTURE STEWARDSHIP COUNCIL
Unsere Fischspeisen, die mit diesem Siegel
gekennzeichnet sind, stammen aus einer
ASC-zertifizierten verantwortungsvollen
Aquakultur. www.asc-aqua.org/at ASC-C-00642

Nudel- gerichte und andre Gedichte.

23 13136

Gemüsenudelpfanne

mit buntem Gemüse in leichter Sauce



450 g · 413 kcal
5,5 BE

23 02491

Herzhaftes Schinkenfleckerl

Der Klassiker aus Österreich



300 g · 492 kcal
5,2 BE

23 13370

Kärntner Kasnudeln

mit warmem Krautsalat

Neues Gericht

Unsere
Gustoreise
Kärnten



380 g · 561 kcal
3,8 BE

23 10191

Rindfleischlasagne

mit Tomatenragout



530 g · 518 kcal
4,7 BE

23 02561

Nudeln Florentiner Art

mit gebratenen Hühnerbruststücken
und Blattspinat



400 g · 463 kcal
4,7 BE

Mit einer Prise Italien:
Urlaub am Teller!

23 11059

Spaghetti Bolognese

Der Klassiker aus Italien



400 g · 520 kcal
5,5 BE

23 13374

Mediterraner Auflauf

mit Faschiertem, Melanzani und Zucchini



Jetzt
neu
probieren



450 g · 509 kcal
3,7 BE

23 13138

Penne Primavera

Nudeln mit mediterraner Gemüsesauce



440 g · 434 kcal
5,7 BE

23 10182

Krautfleckerl

Typisch österreichische Hausmannskost



300 g · 487 kcal
6,6 BE

23 11047

Eiernockerl

Der Klassiker

Neue Rezeptur



360 g · 564 kcal
4,1 BE

23 10201

Fleischspiralen

mit Faschiertem vom Rind und Schwein



330 g · 593 kcal
5,9 BE

23 11042

Spätzlepfanne

in einer cremigen Käsesauce mit Paprika,
Lauch und getrockneten Tomaten



400 g · 546 kcal
4,6 BE

23 10203

Pinzgauer Kasnockn

mit Röstzwiebeln



Unsere
Gustoreise
Salzburg

350 g · 670 kcal
4,6 BE

23 13366

Cremige Schinkenfleckerl

mit Kräutern verfeinert

Jetzt größer!



420 g · 758 kcal
6,1 BE

Grün und vital.

23 13128

Cremespinat

mit Erdäpfelschmarren und Omelette



400 g · 362 kcal
2,1 BE

23 13368

Gemüsecurry

mit Basmatireis



400 g · 487 kcal
4,9 BE

23 02457

Champignonsauce

mit Serviettenknödeln



400 g · 439 kcal
4,4 BE

23 01726

Kochsalat

mit Kümmelkartoffeln



430 g · 334 kcal
3,0 BE

23 13113

Gemüsestrudel

mit Kartoffeln und Kräuterrahmsauce



410 g · 440 kcal
4,2 BE

23 13219

Bunte Gemüsepaella

Ein Gruß aus Spanien



380 g · 478 kcal
6,0 BE

23 10123

Gemüserahmlinsen

mit Serviettenknödeln



420 g · 553 kcal
4,1 BE

23 13378

Bunte Bulgurpfanne

mit mediterranem Gemüse



Jetzt
neu
probieren



420 g · 417 kcal
4,5 BE

23 02418

Frischkäse- Kartoffellaibchen

mit Rotkraut



430 g · 529 kcal
4,4 BE

23 10134

Rahmfisolen

mit Röstinchen



380 g · 397 kcal
2,8 BE

23 13118

Broccoli- Kartoffel-Pfanne

mit Röstzwiebeln



450 g · 484 kcal
2,6 BE

Süßes zum Träumen.

23 13356

Topfen- Mohnauflauf mit Himbeermus



Jetzt
neu
probieren



370 g · 843 kcal
7,0 BE

23 01908

Pfirsichpalatschinken mit Topfenfülle und Pfirsichstücken (mit Süßungsmittel)



300 g · 386 kcal
3,1 BE

23 01928

Flaumige Topfenknödel mit Erdbeermus



390 g · 692 kcal
8,1 BE

23 01940

Marillenpalatschinken

Ein österreichisches
Mehlspeisenschmankerl



300 g · 527 kcal
6,4 BE

23 13364

Milchreis

mit Beerenröster
(mit Süßungsmittel)



400 g · 227 kcal
3,6 BE

23 02976

Topfenschmarren

mit Marillenröster
(mit Süßungsmittel)



350 g · 540 kcal
3,6 BE

23 13233

Scheiterhaufen

mit Vanillesauce
(mit Süßungsmittel)



430 g · 579 kcal
4,8 BE

23 01907

Gschupfte Mohnnudeln

mit Apfelmus



400 g · 714 kcal
9,9 BE

23 13352

Nusspalatschinken

mit warmem Weichselkompott



Jetzt
neu
probieren



350 g · 560 kcal
6,1 BE

23 10207

Apfelstrudel

mit Vanillesauce



400 g · 605 kcal
8,2 BE

23 10235

Kaiserschmarren

mit Zwetschenröster



360 g · 794 kcal
10,0 BE

23 01959

Reisauflauf

mit Apfelkompott



400 g · 494 kcal
5,6 BE

23 13225

Topfenpalatschinken

mit Vanillesauce
(mit Süßungsmittel)



370 g · 456 kcal
3,8 BE

23 13357

Apfelküchle

mit Zimtucker und Vanillesauce

Neues Gericht



Unsere
Gustoreise
Vorarlberg



340 g · 564 kcal
6,8 BE

23 10213

Grießflammerinockerl

mit Beerenröster



350 g · 522 kcal
6,2 BE

Für Naschkatzen und Kuchentiger.

95 05517

Biskuitroulade mit Marillenmarmelade

im Ganzen (ca. 6 Portionen)



450 g · 199 kcal
3,0 BE

97 05593

Tiramisuschnitte

(6 Stück, einzeln entnehmbar)
enthält Alkohol



450 g · 227 kcal
1,3 BE

95 10056

Ameisengugelhupf

im Ganzen (ca. 15 Portionen)



Jetzt
neu
probieren



750 g · 232 kcal
1,8 BE

95 10114

Apfel-Streuselkuchen

im Ganzen (ca. 6 Portionen)



Jetzt
neu
probieren



420 g · 264 kcal
2,4 BE

97 05528

Malakoffschnitte

(6 Stück, einzeln entnehmbar)
enthält Alkohol



510 g · 238 kcal
2,3 BE

Gewicht pro Verpackungseinheit, Nährwerte pro Portion

97 05710

Cremeschnitte

(6 Stück, einzeln entnehmbar)



540 g · 304 kcal
2,9 BE

97 22567

Maronischnitte

(6 Stück, einzeln entnehmbar)
enthält Alkohol



650 g · 392 kcal
2,3 BE

97 22566

Joghurt-Mohn-Schnitte

mit Himbeerspiegel
(6 Stück, einzeln entnehmbar)
enthält Alkohol



630 g · 314 kcal
2,2 BE

95 10112

Biskuitroulade mit Erdbeer-Topfen-Creme

(6 Stück, einzeln entnehmbar)



Jetzt
neu
probieren

600 g · 212 kcal
2,3 BE

Gewicht pro Verpackungseinheit, Nährwerte pro Portion

95 10115

Marillenkuchen

im Ganzen (ca. 6 Portionen)



380 g · 208 kcal
1,8 BE

97 05550

Sacherschnitte

(6 Stück, einzeln entnehmbar)
enthält Alkohol



600 g · 370 kcal
4,2 BE

95 25769

Marmorgugelhupf

im Ganzen (ca. 15 Portionen)



750 g · 206 kcal
1,7 BE

Als Gastronomiepartner von FAIRTRADE Österreich verwenden wir ausschließlich FAIRTRADE-zertifiziertes Kakaopulver. Damit leisten wir einen wertvollen Beitrag zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen der Produzenten in den Anbauländern und zur Förderung des Umweltschutzes.

Fair gehandelt.

Gewicht pro Verpackungseinheit, Nährwerte pro Portion

Der bewusste Genuss.

Andreas rührt unseren
Marmorgugelhupf.



Auch für den bewussten Genuss bietet GOURMET Daheim eine Auswahl an feinen Desserts. Wir sparen mit Zucker und verwenden Süßstoff, damit Sie ohne Reue genießen können. Voller Geschmack, ganz leicht.

23 05154	Apfelmus		83 kcal	1,4 BE	150 g
23 10257	Pfirsichkompott		37 kcal	0,6 BE	150 g
98 05906	Topfenkuchen, gebacken		148 kcal	1,5 BE	60 g
98 05948	Biskuitschnitte		149 kcal	2,0 BE	60 g
98 10003	Biskuitroulade mit Erdbeer-Topfen-Creme		184 kcal	2,1 BE	85 g
98 05947	Bananencremeschnitte		141 kcal	0,9 BE	70 g
98 05967	Kakaocremeschnitte		177 kcal	1,3 BE	75 g
98 10030	Marmorgugelhupf	NEU	238 kcal	1,7 BE	50 g
98 10031	Apfelkuchen	NEU	245 kcal	2,1 BE	65 g
98 10035	Marillenkuchen	NEU	206 kcal	1,8 BE	65 g


































Alles, nur kein Einheitsbrei.



Unsere Nusspalatschinken
mit Weichselmus

Breikost

Gerade wenn das Kauen und Schlucken schwerfällt, darf der Genuss nicht zu kurz kommen. Deshalb haben wir besondere Speisen entwickelt. Ihre einheitliche und weiche Konsistenz ermöglicht angstfreies Essen. Besonders feine Zutaten und sorgsames Pürieren bringen vollen Geschmack. Und weil wir auf unterschiedliche Farben achten, isst auch das Auge mit.

23 10270	Kalbsbraten mit Pastinakenpüree	  	421 kcal	2,1 BE	380 g
23 10273	Hühnerschnitzel in Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree	 	483 kcal	2,5 BE	380 g
23 10274	Rahmfisolen mit Kartoffelpüree	  	353 kcal	2,1 BE	400 g
23 10277	Rindsgeschnetzeltes mit buntem Gemüse & Kartoffelpüree	  	510 kcal	2,9 BE	430 g
23 10279	Matrosenfleisch mit Wurzelgemüse & Kartoffelpüree	 	451 kcal	2,3 BE	430 g
23 10345	Hühnerbrustfilet in Tomatensauce mit Kartoffelpüree	  	464 kcal	2,8 BE	400 g
23 10346	Faschierte Laibchen mit Kartoffel-Erbsen-Püree		484 kcal	2,4 BE	380 g
23 13253	Schweinsbraten mit Sauerkraut & Semmelknödeln		488 kcal	1,7 BE	340 g
23 13231	Kalbsbutterschnitzel mit Broccoli & Tomaten-Kartoffel-Püree		530 kcal	2,6 BE	450 g
23 13361	Gemüsecurry mit Kartoffelpüree	   	472 kcal	1,9 BE	400 g
23 13365	Rindsgulasch mit Kartoffelpüree	  	381 kcal	2,8 BE	400 g
23 10348	Apfelstrudel mit Vanillesauce	  	507 kcal	4,7 BE	350 g
23 13235	Kaiserschmarren mit Zwetschkenröster	 	638 kcal	6,5 BE	350 g
23 13353	Nusspalatschinken mit Weichselmus	  	636 kcal	6,3 BE	400 g

So köstlich wie praktisch. Unsere Wochenkartons.

Unsere Wochenkartons garantieren
sieben Tage voller Vielfalt und halten
für alle Wünsche den perfekten Mix
bereit.

23 90022

Feines aus dem Suppentopf



Nudelsuppe	230 g 58 kcal 0,6 BE
Grießnockerlsuppe	230 g 106 kcal 0,6 BE
Gourmet-Gemüsesuppe	230 g 130 kcal 0,6 BE
Alt-Wiener Suppentopf	230 g 102 kcal 0,3 BE
Klare Gemüsesuppe mit Buchstaben	230 g 66 kcal 0,7 BE
Klare Gemüsesuppe mit Kräutertropfteig	230 g 55 kcal 0,5 BE
Karottencremesuppe	230 g 107 kcal 0,8 BE

23 90038

Herzhafte Suppen

Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe	230 g 131 kcal 1,2 BE
Frittatensuppe	230 g 100 kcal 0,7 BE
Legierte Grießsuppe	230 g 112 kcal 0,6 BE
Leberknödelsuppe	230 g 133 kcal 0,8 BE
Hühnereinmachsuppe mit kleinen Knöderln	230 g 185 kcal 1,2 BE
Kräutercremesuppe	230 g 285 kcal 0,6 BE
Alt-Wiener Suppentopf	230 g 102 kcal 0,3 BE

23 90024

Vegetarische Küche



Grießflammerinockerl mit Beerenröster	350 g 522 kcal 6,2 BE
Spätzlepfanne	400 g 546 kcal 4,6 BE
Rahmfisolen mit Röstinchen	380 g 397 kcal 2,8 BE
Champignonsauce mit Serviettenknödeln	400 g 439 kcal 4,4 BE
Kochsalat mit Kümmelkartoffeln	430 g 334 kcal 3,0 BE
Cremespinat mit Erdäpfelschmarren & Omelette	400 g 362 kcal 2,1 BE
Bunte Gemüsepaella	380 g 478 kcal 6,0 BE

23 90025

Hausmannskost, traditionell

Rahmfisolen mit Röstinchen	380 g 397 kcal 2,8 BE
Ennstaler Bauernknödel auf Speck-Sauerkraut	400 g 454 kcal 3,6 BE
Fleischspiralen mit Faschiertem vom Rind & Schwein	330 g 593 kcal 5,9 BE
Faschierter Braten mit Kartoffelpüree & Erbsen	430 g 582 kcal 2,9 BE
Rindsgulasch mit Spätzle	410 g 631 kcal 3,7 BE
Pazifische Scholle, gebacken mit Petersilkkartoffeln	320 g 458 kcal 4,4 BE
Gemüserahmlinsen mit Serviettenknödeln	420 g 553 kcal 4,1 BE

23 90041

Schmankerl aus Österreich



Steirisches Wurzelfleisch mit Kümmelkartoffeln	425 g 430 kcal 1,9 BE
Faschierte Laibchen mit Rahmfisolen & Salzkartoffeln	440 g 493 kcal 2,8 BE
Paprikahendragout mit Spätzle	370 g 558 kcal 3,9 BE
Cremespinat mit Erdäpfelschmarren & Omelette	400 g 362 kcal 2,1 BE
Esterházy-Rindsgeschnetzeltes mit Hörnchen	400 g 563 kcal 4,4 BE
Klassischer Schweinsbraten mit Serviettenknödel und warmem Krautsalat	350 g 511 kcal 2,1 BE
Topfenschmarren mit Marillenröster (mit Süßungsmittel)	350 g 540 kcal 3,6 BE

23 90027

Leichte Vollkost



Penne Primavera	440 g 434 kcal 5,7 BE
Reisauflauf mit Apfelkompott	400 g 494 kcal 5,6 BE
Kalbsbraten mit Reis und Babykarotten	410 g 460 kcal 4,0 BE
Faschierte Kalbsbutterschnitzel mit Kartoffelpüree & buntem Gemüse	450 g 450 kcal 2,4 BE
Einmachhuhn mit Semmelknödeln	400 g 536 kcal 3,1 BE
Alaska-Seelachsfilet in Tomaten-Basilikum-Sauce mit grünen Bandnudeln	390 g 413 kcal 4,3 BE
Überbackenes Hühnerschnitzel mit Kartoffelpüree	400 g 402 kcal 2,1 BE

23 90043

Gruß aus der Wiener Küche

Faschierte Kalbsbutterschnitzel mit Kartoffelpüree & buntem Gemüse	450 g 450 kcal 2,4 BE
Grammelknödel mit Gabelkraut	415 g 662 kcal 3,1 BE
Herzhafte Schinkenfleckerl	300 g 492 kcal 5,2 BE
Schweinschnitzel, gebacken mit Petersilkartoffeln	320 g 510 kcal 3,9 BE
Salonbeuschel vom Kalb mit Serviettenknödeln	390 g 567 kcal 4,2 BE
Cremspinnat mit Erdäpfelschmarren & Omelette	400 g 362 kcal 2,1 BE
Apfelstrudel mit Vanillesauce	400 g 605 kcal 8,2 BE

23 90029

Glutenfreier Genuss



Kalbsbraten mit Reis und Babykarotten	410 g 460 kcal 4,0 BE
Überbackenes Hühnerschnitzel mit Kartoffelpüree	400 g 402 kcal 2,1 BE
Reisauflauf mit Apfelkompott	400 g 494 kcal 5,6 BE
Kochsalat mit Kümmelkartoffeln	430 g 334 kcal 3,0 BE
Naturschnitzel vom Schwein in Saft mit Reis & Sonnengemüse	430 g 523 kcal 3,4 BE
Champignonrahmschnitzel mit Kräuterreis	390 g 540 kcal 3,8 BE
Steirisches Wurzelfleisch mit Kümmelkartoffeln	425 g 430 kcal 1,9 BE

23 90030

Laktosefreier Genuss



Hühnercurry mit Basmatireis	400 g 611 kcal 4,6 BE
Krautfleckerl	300 g 487 kcal 6,6 BE
Rindsgulasch mit Spätzle	410 g 631 kcal 3,7 BE
Alaska-Seelachs, gebacken mit Petersilkartoffeln	330 g 433 kcal 4,9 BE
Gschupfte Mohnnudeln mit Apfelmus	400 g 714 kcal 9,9 BE
Spaghetti Bolognese	400 g 520 kcal 5,5 BE
Steirisches Wurzelfleisch mit Kümmelkartoffeln	425 g 430 kcal 1,9 BE

23 90031

Bewusster Genuss



Tafelspitz mit Wurzelgemüse Erdäpfelschmarren und Semmelkren	440 g 438 kcal 3,3 BE
Alaska-Seelachs-Filet in Tomaten-Basilikum-Sauce mit grünen Bandnudeln	390 g 413 kcal 4,3 BE
Naturschnitzel vom Schwein in Saft mit Reis & Sonnengemüse	430 g 523 kcal 3,4 BE
Gefüllter Paprika in Tomatensauce mit Salzkartoffeln	450 g 354 kcal 3,8 BE
Krautfleckerl	300 g 487 kcal 6,6 BE
Kochsalat mit Kümmelkartoffeln	430 g 334 kcal 3,0 BE
Reisauflauf mit Apfelkompott	400 g 494 kcal 5,6 BE

23 90011

Gruß aus der Mehlspeisküche



Gschupfte Mohnnudeln mit Apfelmus	400 g 714 kcal 9,9 BE
Flaumige Topfenknödel mit Erdbeermus	390 g 692 kcal 8,1 BE
Marillenpalatschinken	300 g 527 kcal 6,4 BE
Apfelstrudel mit Vanillesauce	400 g 605 kcal 8,2 BE
Grießflammerinockerl mit Beerenröster	350 g 522 kcal 6,2 BE
Nusspalatschinken mit warmem Weichselkompott	350 g 560 kcal 6,1 BE
Kaiserschmarren mit Zwetschkenröster	360 g 794 kcal 10,0 BE

23 90048

Ihre Lieblingsspeisen

Ausgelöstes Backhenderl mit Risipisi	340 g 666 kcal 5,0 BE
Faschierter Braten mit Kartoffelpüree und Erbsen	430 g 582 kcal 2,9 BE
Cremspinaat mit Erdäpfelschmarren und Omelette	400 g 362 kcal 2,1 BE
Rindsgulasch mit Spätzle	410 g 631 kcal 3,7 BE
Klassischer Schweinsbraten mit Serviettenknödel und warmem Krautsalat	350 g 511 kcal 2,1 BE
Alaska-Seelachs, gebacken mit Petersilkartoffeln	330 g 433 kcal 4,9 BE
Faschierte Kalbsbutterschnitzel mit Kartoffelpüree & buntem Gemüse	450 g 450 kcal 2,4 BE

23 90046

Herzhafte Breikostvarianten

Breikost

Kalbsbraten mit Pastinakenpüree	380 g 421 kcal 2,1 BE
Hünerschnitzel in Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree	380 g 483 kcal 2,5 BE
Rahmfisolen mit Kartoffelpüree	400 g 353 kcal 2,1 BE
Rindsgulasch mit Kartoffelpüree	400 g 381 kcal 2,8 BE
Kalbsbutterschnitzel mit Broccoli und Tomaten- Kartoffel-Püree	450 g 530 kcal 2,6 BE
Rindsgeschnetzeltes mit buntem Gemüse und Kartoffelpüree	430 g 510 kcal 2,9 BE
Schweinsbraten mit Sauerkraut und Semmelknödeln	340 g 488 kcal 1,7 BE

23 90047

Gemischte Breikostvarianten

Breikost

Kaiserschmarren mit Zwetschkenröster	350 g 638 kcal 6,5 BE
Matrosenfleisch mit Wurzelgemüse & Kartoffelpüree	430 g 451 kcal 2,3 BE
Hühnerbrustfilet in Tomatensauce & Kartoffelpüree	400 g 464 kcal 2,8 BE
Faschierte Laibchen mit Kartoffel-Erbsen-Püree	380 g 484 kcal 2,4 BE
Apfelstrudel mit Vanillesauce	350 g 507 kcal 4,7 BE
Nusspalatschinken mit warmem Weichselmus	400 g 636 kcal 6,3 BE
Gemüsecurry mit Kartoffelpüree	400 g 472 kcal 1,9 BE

Allergen- und Nährwertliste.

Zum Löffeln und Liebhaben

	Angaben pro 100 g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 02017	Grießnockerlsuppe Enthält Allergene: A, C, L	192	46	3,1	0,9	3,2	0,5	1,3	1,3	0,2
23 02009	Nudelsuppe Enthält Allergene: A, C, L	106	25	1,0	0,1	3,2	0,4	0,7	1,0	0,2
23 13135	Leberknödelsuppe Enthält Allergene: A, C, L	241	58	3,3	1,1	4,3	0,5	2,4	1,4	0,3
23 02034	Gourmet-Gemüsesuppe Enthält Allergene: A, G, L	235	56	3,5	2,2	4,5	2,1	1,1	1,3	0,3
23 13343	Hühnereinmachsuppe Enthält Allergene: A, C, G, L	336	80	4,7	1,1	7,0	0,8	2,1	1,4	0,6
23 02083	Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe Enthält Allergene: G	239	57	2,6	1,7	6,6	1,3	1,3	1,0	0,5
23 13122	Alt-Wiener Suppentopf Enthält Allergene: A, C, L	186	44	1,8	0,7	2,8	1,1	3,9	1,0	0,1
23 13344	Klare Gemüsesuppe mit Buchstaben Enthält Allergene: A, L	120	29	0,3	0,1	4,9	1,3	1,0	1,1	0,3
23 02019	Frittatensuppe mit beige-packten Frittaten Enthält Allergene: A, C, G, L	181	43	2,3	0,4	3,9	0,7	1,5	1,1	0,3
23 10043	Karottencremesuppe Enthält Allergene: A, G	194	47	2,4	1,5	4,5	3,4	0,8	1,3	0,4
23 13223	Kräutercremesuppe Enthält Allergene: A, G	512	124	11,8	7,0	3,2	1,2	1,3	1,3	0,3
23 13220	Gemüsesuppe mit Grießdukaten Enthält Allergene: A, C, L	156	37	2,2	1,0	3,4	0,3	0,8	1,1	0,3
23 02060	Italienische Tomatensuppe Enthält Allergene: C, G	205	49	1,9	0,6	6,2	4,1	1,4	1,2	0,4
23 02070	Klare Gemüsesuppe mit Kräutertropfteig Enthält Allergene: A, C	100	24	0,9	0,2	2,7	0,5	1,0	1,2	0,2
23 02096	Legierte Grießsuppe Enthält Allergene: A, C, G, L	203	49	3,3	0,9	3,5	0,5	1,1	1,3	0,3

Österreich in aller Munde

23 10147	Cevapcici mit Letscho und Reis Enthält Allergene: A, C, G, M	554	132	5,4	1,8	13,4	3,2	6,6	1,6	1,0
23 10161	Szegediner Krautfleisch mit Kümmelkartoffeln Enthält Allergene: A, G	484	116	6,2	2,2	6,9	1,7	7,1	1,3	0,5
23 02479	Faschierte Laibchen mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln Enthält Allergene: A, C, G	468	112	5,2	1,9	9,2	1,2	6,0	1,2	0,6
23 10156	Grammelknödel mit Gabelkraut Enthält Allergene: A, C, G	664	159	10,0	3,1	11,3	2,9	4,5	1,6	0,8
23 11050	Faschierter Braten mit Kartoffelpüree und Erbsen Enthält Allergene: A, C, G, M	567	135	6,5	2,8	11,3	1,4	6,7	1,2	0,7
23 13131	Gebr. Leberkäse mit Kartoffelpüree und Kohlsprossen Enthält Allergene: G	623	150	9,6	4,5	8,8	2,0	6,0	1,2	0,7
23 13345	Geselchtes mit Linsen und Serviettenknödel Enthält Allergene: A, C, G, M	675	161	5,7	2,1	16,3	1,2	9,9	1,5	0,9
23 10167	Gefüllter Paprika in Tomatensauce mit Salzkartoffeln Enthält Allergene: A, C, M	331	79	2,0	0,7	10,8	3,0	3,6	1,3	0,8
23 10157	Tiroler Gröstl Enthält Allergene: -	551	132	6,2	1,5	11,8	1,4	6,1	1,5	0,9
23 10160	Kartoffelgulasch mit Waldviertler Wurst Enthält Allergene: A	343	82	4,4	1,2	7,1	1,4	3,0	1,1	0,5
23 10146	Berner Würstel mit Petersilkartoffeln und Gemüse Enthält Allergene: G	634	152	9,8	3,7	8,0	1,4	7,1	1,4	0,6
23 10174	Serbisches Reisfleisch Enthält Allergene: A	696	166	8,1	2,5	15,1	1,3	7,9	1,2	1,2
23 02481	Ennstaler Bauernknödel auf Speck-Sauerkraut Enthält Allergene: A, C	475	113	5,3	1,8	11,3	0,7	3,9	1,3	0,9
23 10171	Salonbeuschel vom Kalb mit Serviettenknödeln Enthält Allergene: A, C, D, G, L, M	610	145	6,4	1,5	12,8	0,6	8,7	1,4	1,1

Allergen- und Nährwertliste

Österreich in aller Munde

	Angaben pro 100 g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 10168	Faschierte Fleischbällchen in Tomatensauce mit Reis Enthält Allergene: A, C, G, L	526	125	4,3	1,3	15,7	3,6	5,5	1,5	1,3

Gutes vom Geflügel

23 13360	Gef. Hühneroberkeule m. Ofengemüse u. Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, C, G	498	119	4,6	0,8	10,2	2,2	8,2	1,3	0,7
23 01562	Geb. Hühnerbrustfilet m. Gemüse u. Butterkartoffeln Enthält Allergene: A, C, G	547	130	4,8	0,6	9,9	1,3	10,6	0,9	0,6
23 01524	Gebr. Putenbrust im Natursaft mit Babykarotten und Reis Enthält Allergene: G	426	101	1,8	0,5	12,8	1,1	8,0	1,2	1,0
23 01573	Paprikahendragout mit Spätzle Enthält Allergene: A, C, G	632	151	6,8	2,7	13,4	2,3	8,6	1,1	1,1
23 13349	Faschierte Laibchen vom Huhn mit Kräuterkartoffelpüree Enthält Allergene: A, C, G, L, M	456	109	4,6	2,3	9,6	1,1	6,6	1,2	0,8
23 01574	Geröstete Leber von der Pute mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: -	426	101	3,7	0,3	11,0	1,2	5,5	1,2	0,9
23 11053	Hühnerbrustfilet natur mit Spätzle und Mischgemüse Enthält Allergene: A, C, G	537	128	4,9	1,6	11,1	1,6	9,2	1,2	0,8
23 10098	Hühner-Cordon-bleu mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, C, G	605	144	5,0	2,0	11,8	0,8	12,2	1,5	1,0
23 13362	Hühnerbrust mit Kräuterkruste und Gemüsenudeln Enthält Allergene: A, C, G	453	107	1,3	0,6	12,3	1,5	10,8	1,2	0,9
23 02537	Hühnercurry mit Basmatireis Enthält Allergene: G, M	641	153	6,5	5,5	14,2	2,2	8,7	1,0	1,2
23 10090	Gebratene Hühnerkeule im Natursaft mit Reis Enthält Allergene: G	701	168	9,1	3,2	10,2	0,2	11,0	1,4	0,8
23 02564	Ausgelöstes Backhenderl mit Risipisi Enthält Allergene: A, C, G	822	196	7,9	2,3	19,8	0,4	10,5	1,0	1,5
23 13240	Asia-Nudeln mit Hühnerfleisch und Wokgemüse Enthält Allergene: A, F	502	119	1,7	0,3	16,5	5,0	8,2	1,4	1,2
23 13129	Einmachhuhn mit Semmelknödeln Enthält Allergene: A, C, G, L	561	134	6,4	2,4	9,9	1,1	8,5	0,9	0,8
23 11066	Überbackenes Hühnerschnitzel mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: G	422	100	4,0	2,6	6,3	0,7	9,3	1,2	0,5

Rund ums Rind

23 11052	Herzhafte Rindsroulade mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G, M	407	97	4,8	2,4	6,5	1,6	6,3	1,4	0,5
23 10049	Esterházy-Rindsgeschnetzeltes mit Hörnchen Enthält Allergene: A, C, G, L	590	141	5,8	1,8	13,5	1,0	8,0	0,8	1,1
23 10057	Rindsgulasch mit Spätzle Enthält Allergene: A, C	644	154	7,0	2,4	11,6	1,3	9,9	1,0	0,9
23 01309	Tafelspitz m. Wurzelgemüse, Erdäpfelschmarren, Semmelkren Enthält Allergene: A, G, L, O	420	100	2,7	1,0	10,1	1,4	8,0	1,0	0,7
23 02188	Alt-Wiener Zwiebelrostbraten mit Bratkartoffeln Enthält Allergene: A, L, M	528	126	6,6	2,3	11,1	1,5	4,9	1,3	0,8
23 13346	Bohneneintopf mit Fleischbällchen Enthält Allergene: A, C, M	406	97	2,2	0,6	10,3	2,4	7,5	1,4	0,5
23 13132	Gekochtes Rindfleisch mit Salzkartoffeln und Cremespinat Enthält Allergene: A, G	436	104	3,6	1,5	7,2	0,5	9,8	0,8	0,6
23 11063	Burgunder Rindsbraten mit Kroketten Enthält Allergene: A, G, L, M	575	137	5,5	1,7	9,7	1,7	11,4	1,1	0,8
23 13348	Esterházy-Rindsbraten mit Mini-Kartoffelknödeln Enthält Allergene: A, C, G, L	568	135	5,2	1,9	11,7	1,1	9,8	1,0	0,9
23 13140	Rindersaftschnitzel mit Spiralen Enthält Allergene: A, G, M	588	140	4,0	1,5	15,2	0,7	10,2	0,9	1,2

Allergen- und Nährwertliste.

Kalb und köstlich

	Angaben pro 100 g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 11049	Faschierte Kalbsbutterschnitzel m. Kartoffelpüree u. Gemüse Enthält Allergene: A, C, G, L	418	100	5,5	2,2	7,4	1,6	4,6	1,2	0,5
23 10082	Gefüllte Kalbsbrust mit Kräuterreis Enthält Allergene: A, C, G	651	155	6,3	2,1	16,8	0,5	7,6	1,3	1,4
23 13369	Kalbsgeschnetzeltes auf italienische Art mit Treccine Enthält Allergene: A, C, G, L	494	117	3,3	1,0	12,6	0,6	8,8	0,9	1,0
23 10081	Kalbsbraten mit Reis und Babykarotten Enthält Allergene: G	472	112	3,1	0,9	12,9	1,1	7,7	1,1	1,0
23 13230	Kalbfleischbällchen mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, C, G, L	518	124	7,1	2,8	8,8	1,3	5,6	1,3	0,7
23 02315	Kalbsrahmgulasch mit Spätzle Enthält Allergene: A, C, G	648	155	8,0	2,6	10,8	2,0	9,5	1,3	0,9

Fein vom Schwein

23 02246	Pariser Schnitzel mit Risipisi Enthält Allergene: A, C, G	603	143	3,8	0,8	15,0	0,4	11,4	0,8	1,0
23 13172	Mostbrat mit Erdäpfelknödeln Enthält Allergene: A, C, G, L	606	145	6,4	2,2	13,9	1,8	6,7	1,1	1,1
23 10073	Steirisches Wurzelfleisch mit Kümmelkartoffeln Enthält Allergene: L	423	101	5,1	1,8	6,5	1,4	6,7	1,3	0,4
23 13142	Schweinschnitzel gebacken mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, C, G	669	159	6,5	0,9	14,8	0,6	9,6	1,3	1,2
23 10072	Surbraten mit Kartoffelknödeln und schlampigem Kraut Enthält Allergene: A, C	637	152	7,9	3,7	10,4	1,7	8,8	1,5	0,7
23 11070	Schweinsmedaillons mit Gemüse und Rosmarinkartoffeln Enthält Allergene: A, G, L	411	98	3,6	0,7	7,7	2,0	7,9	1,4	0,5
23 01258	Champignonrahmschnitzel mit Kräuterreis Enthält Allergene: G	581	138	5,5	2,2	11,8	0,9	9,8	1,2	1,0
23 02287	Schweinsbraten mit Serviettenknödel und Krautsalat Enthält Allergene: A, C, G	610	146	7,9	2,4	8,7	2,0	9,0	1,3	0,6
23 11056	Naturschnitzel mit Reis und Sonnengemüse Enthält Allergene: G	510	122	4,7	1,4	11,1	1,9	8,1	1,4	0,8
23 13367	Schweinskarree in Rosmarinjus m. Kartoffelgratin u. Gemüse Enthält Allergene: A, C, G	416	99	3,7	1,5	7,2	1,9	8,7	1,3	0,5

F(r)isch auf den Tisch

23 01663	Gebr. Lachs auf Taglierini m. Limonensauce u. Broccoliröschen Enthält Allergene: A, C, D, G	685	164	7,7	1,7	10,7	2,0	12,1	0,8	0,8
23 01698	Alaska-Seelachsfilet im Kräuterbackteig m. Gemüse Andalusia u. Reis Enthält Allergene: A, C, D, G	608	145	6,5	1,2	12,6	1,2	8,5	1,2	1,0
23 13363	Lachsrisotto mit Blattspinat Enthält Allergene: C, D, G	546	130	4,7	1,2	14,8	1,1	6,7	1,4	1,2
23 10108	Alaska-Seelachs gebacken mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, D	553	131	3,1	0,3	17,8	0,8	7,1	0,7	1,5
23 13127	Alaska-Seelachs Müllerin Art mit Mischgemüse und Reis Enthält Allergene: A, D, G	456	108	3,1	0,9	14,4	2,6	4,9	1,3	1,0
23 13226	Seelachs in Tomaten-Basilikum-Sauce m. Bandnudeln Enthält Allergene: A, D	448	106	1,3	0,2	13,7	2,5	9,5	0,9	1,1
23 13358	Forellenfilet mit Petersilkartoffeln und Romanesco Enthält Allergene: D, G, M	575	138	8,8	2,3	7,6	1,0	6,2	1,0	0,6
23 13252	Pazifische Scholle, gebacken mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, C, D, G	601	143	5,1	0,7	16,4	0,6	7,0	1,1	1,4

Nudelgerichte und andre Gedichte

23 13136	Gemüsenuelpfanne mit Gemüse in leichter Sauce Enthält Allergene: A, G	388	92	1,1	0,5	16,2	1,8	3,4	1,1	1,2
23 02491	Herzhafte Schinkenfleckerl Enthält Allergene: A, C	690	164	4,2	1,2	22,1	1,4	8,4	1,8	1,7
23 13370	Kärntner Kasnudeln mit warmem Krautsalat Enthält Allergene: A, C, G	617	148	7,6	3,4	14,0	2,7	4,1	1,1	1,0

Allergen- und Nährwertliste

Nudelgerichte und andre Gedichte

	Angaben pro 100 g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 10191	Rindfleischlasagne mit Tomatenragout Enthält Allergene: A, G, L	412	98	2,7	1,4	12,9	4,1	4,7	1,0	0,9
23 02561	Nudeln Florentiner Art m. gebr. Hühnerbruststücken u. Blattspinat Enthält Allergene: A, C, G	488	116	2,7	0,8	14,0	1,3	8,4	1,1	1,2
23 11059	Spaghetti bolognese Enthält Allergene: A, C, L	547	130	3,5	1,2	17,2	2,2	6,6	1,2	1,4
23 13374	Mediterraner Auflauf mit Faschiertem Enthält Allergene: A, C, G	474	113	5,1	2,3	10,6	2,7	5,4	0,8	0,8
23 13138	Penne Primavera Enthält Allergene: A, C	417	99	1,2	0,2	17,5	3,5	3,6	1,1	1,3
23 10182	Krautfleckerl Enthält Allergene: A, C	686	162	2,0	0,6	28,7	3,4	5,7	1,6	2,2
23 11047	Eiernockerl Enthält Allergene: A, C, G	656	157	6,9	2,2	13,7	1,4	8,8	1,0	1,1
23 10201	Fleischspiralen Enthält Allergene: A, G	755	180	6,1	1,7	22,3	1,5	8,1	1,6	1,8
23 11042	Spätzlepfanne Enthält Allergene: A, C, G	572	136	5,9	2,2	14,8	1,3	4,6	1,3	1,2
23 10203	Pinzgauer Kasnockn Enthält Allergene: A, C, G	800	192	10,6	5,2	16,2	3,3	7,2	1,1	1,3
23 13366	Cremige Schinkenfleckerl Enthält Allergene: A, C, G	756	180	7,9	4,5	18,7	2,6	7,9	1,5	1,5

Grün und vital

23 13128	Cremespinat mit Erdäpfelschmarren und Omelette Enthält Allergene: C, G	378	91	4,7	1,9	6,8	1,2	4,2	1,0	0,5
23 13368	Gemüsecurry mit Basmatireis Enthält Allergene: N	510	122	4,9	3,4	15,7	2,1	2,6	1,3	1,2
23 02457	Champignonsauce mit Serviettenknödeln Enthält Allergene: A, C, G	461	110	3,5	1,3	13,8	1,5	4,8	1,3	1,1
23 01726	Kochsalat mit Kümmelkartoffeln Enthält Allergene: G	326	78	3,1	1,5	9,6	1,5	2,1	1,0	0,7
23 13113	Gemüsestrudel mit Petersilkartoffeln und Kräutersauce Enthält Allergene: A, C, G, L	450	107	4,6	1,8	12,2	2,0	3,2	0,8	1,0
23 13219	Bunte Gemüsepaella Enthält Allergene: -	530	126	3,2	0,5	20,9	1,5	2,5	1,5	1,6
23 10123	Gemüserahmlinsen mit Serviettenknödeln Enthält Allergene: A, C, G, M	554	132	3,2	0,9	18,0	1,6	6,3	1,5	1,0
23 13378	Bunte Bulgurpfanne Enthält Allergene: A	417	99	2,8	0,3	14,6	1,7	2,3	1,2	1,1
23 02418	Frischkäse-Kartoffelaibchen mit Rotkraut Enthält Allergene: A, G	514	123	5,9	2,2	13,7	4,8	2,4	1,3	1,0
23 10134	Rahmfisolen mit Röstinchen Enthält Allergene: A, G	437	105	4,9	2,3	11,4	1,6	2,3	1,4	0,7
23 13118	Broccoli-Kartoffel-Pfanne Enthält Allergene: A, G	449	107	5,3	3,3	8,8	2,8	5,2	1,4	0,6

Süßes zum Träumen

23 13356	Topfen-Mohnauflauf mit Himbeermus Enthält Allergene: A, C, G	953	228	11,8	1,9	23,6	15,5	5,3	0,4	1,9
23 01908	Pfirsichpalatschinken mit Topfenfülle Enthält Allergene: A, C, G	539	129	5,8	1,9	12,8	3,3	5,7	0,2	1,0
23 01928	Flaumige Topfenknödel mit Erdbeermus Enthält Allergene: A, C, G	746	177	5,5	1,6	24,9	14,7	5,9	0,4	2,1
23 01940	Marillenpalatschinken Enthält Allergene: A, C, G	738	176	5,9	1,2	25,7	12,3	4,4	0,3	2,1
23 13364	Milchreis mit Beerenröster Enthält Allergene: G	241	57	0,6	0,4	10,8	1,9	1,9	0,1	0,9
23 02976	Topfenschmarren mit Marillenröster Enthält Allergene: A, C, G	645	154	7,7	1,6	12,2	4,5	8,2	0,2	1,0

Allergen- und Nährwertliste.

Süßes zum Träumen

	Angaben pro 100 g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 13233	Scheiterhaufen mit Vanillesauce Enthält Allergene: A, C, G, H	563	135	6,8	2,8	13,5	5,7	4,2	0,2	1,1
23 01907	Gschupfte Mohnnudeln mit Apfelmus Enthält Allergene: A, C	752	179	4,7	0,5	29,8	15,9	2,8	0,3	2,5
23 13352	Nusspalatschinken mit warmem Weichselkompott Enthält Allergene: A, C, G, H	672	160	6,3	1,2	21,2	12,8	3,9	0,1	1,8
23 10207	Apfelstrudel mit Vanillesauce Enthält Allergene: A, C, G	636	151	4,2	1,7	24,7	14,0	2,3	0,1	2,1
23 10235	Kaiserschmarren mit Zwetschkenröster Enthält Allergene: A, C, G	928	221	7,2	2,2	33,2	23,0	4,3	0,6	2,8
23 01959	Reisauflauf mit Apfelkompott Enthält Allergene: C, G	519	123	4,2	2,4	16,9	4,7	3,9	0,2	1,4
23 13225	Topfenpalatschinken mit Vanillesauce Enthält Allergene: A, C, G	517	123	5,4	1,5	12,3	3,7	6,0	0,2	1,0
23 13357	Apfelküchle mit Zimtzucker und Vanillesauce Enthält Allergene: A, G	697	166	6,2	1,4	23,9	12,6	2,9	0,5	2,0
23 10213	Grießflammerinockerl mit Beerenröster Enthält Allergene: A, C, G	625	149	5,7	2,1	21,2	12,6	2,0	0,2	1,8

Für Naschkatzen und Kuchentiger

95 05517	Biskuitroulade mit Marillenmarmelade Enthält Allergene: A, C, G	1122	266	5,1	2,9	47,7	34,2	6,6	0,9	4,0
97 05593	Tiramisuschnitte Enthält Allergene: A, C, G	1261	303	19,9	10,8	21,2	14,3	4,6	0,3	1,8
95 10056	Ameisengugelhupf Enthält Allergene: A, C, F	1931	463	29,2	4,8	43,4	24,8	5,9	0,9	3,6
95 10114	Apfel-Streuselkuchen Enthält Allergene: A, C	1573	376	20,8	3,2	41,7	23,4	4,7	0,6	3,5
97 05528	Malakoffschnitte Enthält Allergene: A, C, F, G, H	1171	279	12,5	5,2	32,3	13,8	5,7	0,1	2,7
97 05710	Creemeschnitte Enthält Allergene: A, G	1413	338	18,4	10,0	38,4	24,8	4,2	0,4	3,2
97 22567	Maronischneitte Enthält Allergene: A, C, F, G	1508	362	25,1	14,3	25,9	17,0	4,2	0,1	2,2
97 22566	Joghurt-Mohn-Schnitte mit Himbeerspiegel Enthält Allergene: A, C, F, G, H	1246	299	18,5	9,0	25,6	18,6	5,3	0,1	2,1
95 10112	Biskuitroulade mit Erdbeer-Topfen-Creme Enthält Allergene: A, C, G	892	212	7,3	4,3	28,7	19,6	7,3	0,7	2,3
95 10115	Marillenkuchen Enthält Allergene: A, C	1371	328	19,2	2,4	33,4	18,9	4,4	0,7	2,8
97 05550	Sacherschneitte Enthält Allergene: A, C, F	1552	370	15,9	5,0	50,9	37,5	4,8	0,2	4,2
95 25769	Marmorgugelhupf Enthält Allergene: A, C, F, G	1720	412	24,7	15,1	40,3	21,9	6,4	0,2	3,4

Der bewusste Genuss

23 05154	Apfelmus Enthält Allergene: -	233	55	0,6	0,2	11,0	10,0	0,5	0,0	0,9
23 10257	Pfirsichkompott Enthält Allergene: -	104	25	0,1	0,0	5,0	4,6	0,4	0,0	0,4
98 05906	Topfenkuchen, gebacken Enthält Allergene: A, C, G	1036	246	8,4	4,9	31,3	20,5	10,7	0,9	2,5
98 05948	Biskuitschnitte Enthält Allergene: A, C, G	1045	248	6,7	3,7	39,9	26,5	6,3	0,7	3,3
98 10003	Biskuitroulade mit Erdbeer-Topfen-Creme Enthält Allergene: A, C, G	913	217	7,3	4,3	29,9	20,2	7,4	0,7	2,4
98 05947	Bananencremeschnitte Enthält Allergene: A, C, G	837	201	12,7	7,4	15,6	3,8	6,6	0,6	1,3
98 05967	Kakaocremeschnitte Enthält Allergene: A, C, G	984	235	12,9	7,7	21,5	11,6	7,2	0,6	1,8

Allergen- und Nährwertliste

Der bewusste Genuss

	Angaben pro 100 g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
98 10030	Marmorgugelhupf Enthält Allergene: A, C	1979	475	31,8	3,8	40,7	21,7	5,7	0,9	3,4
98 10031	Apfelkuchen Enthält Allergene: A, C, H	1572	377	22,1	2,7	38,7	22,7	4,9	0,7	3,2
98 10035	Marillenkuchen Enthält Allergene: A, C	1323	317	18,3	2,3	33,0	18,7	4,2	0,6	2,7

Alles, nur kein Einheitsbrei

23 10270	Kalbsbraten mit Pastinakenpüree Enthält Allergene: A, G	465	111	4,3	2,0	8,5	2,0	8,9	1,0	0,6
23 10273	Hühnerschnitzel in Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G	531	127	6,5	3,2	8,1	1,6	8,6	0,9	0,6
23 10274	Rahmfisolen mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G	369	88	5,0	3,0	7,7	1,9	2,1	1,3	0,5
23 10277	Rindsgeschnetzeltes m. Gemüse & Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G	495	119	6,8	3,6	8,9	2,1	4,9	1,0	0,7
23 10279	Matrosenfleisch mit Wurzelgemüse & Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G, L	438	105	6,3	3,2	7,2	2,1	4,2	1,4	0,5
23 10345	Hühnerbrustfilet in Tomatensauce mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G	487	116	4,8	2,1	8,6	2,5	9,1	1,0	0,7
23 10346	Faschierte Laibchen mit Kartoffel-Erbesen-Püree Enthält Allergene: A, C, G	532	127	6,9	2,6	9,1	1,5	6,4	1,0	0,6
23 13253	Schweinsbraten mit Sauerkraut & Semmelknödel Enthält Allergene: A, C, G	598	143	9,3	4,1	6,2	1,3	8,3	1,2	0,5
23 13231	Kalbsbutterschnitzel m. Broccoli & Tomaten-Kartoffel-Püree Enthält Allergene: A, C, G, L	492	118	6,9	3,2	7,3	2,2	6,0	1,2	0,6
23 13361	Gemüsecurry mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G, L	495	118	4,0	2,6	14,3	2,5	4,7	1,1	0,5
23 13365	Rindsgulasch mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G	400	95	3,6	1,7	9,0	1,9	6,1	1,0	0,7
23 10348	Apfelstrudel mit Vanillesauce Enthält Allergene: A, G	606	145	7,7	3,9	16,1	10,9	2,4	0,1	1,3
23 13235	Kaiserschmarren mit Zwetschenröster Enthält Allergene: A, C, G	764	182	9,0	4,8	22,2	15,6	2,7	0,2	1,9
23 13353	Nusspalatschinken mit Weichselmus Enthält Allergene: A, C, G, H	666	159	7,9	3,8	19,0	12,8	2,5	0,1	1,6

Sicher genießen – auch bei Allergien

Damit Sie erkennen, welche Speisen für Sie geeignet sind, sorgen wir für eine übersichtliche Kennzeichnung. Hier finden Sie die entsprechenden Kürzel der Allergene:

Allergen-Information gemäß Codex-Empfehlung

A – glutenhaltiges Getreide	E – Erdnuss	L – Sellerie	P – Lupinen
B – Krebstiere	F – Soja	M – Senf	R – Weichtiere
C – Ei	G – Milch od. Laktose	N – Sesam	
D – Fisch	H – Schalenfrüchte	O – Sulfite	

Sollten Sie ganz spezielle Fragen haben, helfen wir Ihnen gerne persönlich weiter. Sie erreichen unsere Ernährungshotline unter Tel. +43 (0)50 876-5000 oder per Mail unter kundenservice@gourmet.at.

Die Angaben in diesem Medium wurden nach bestem Wissen und mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt und entsprechen dem Stand bei Drucklegung. Alle über die Zutaten in den Lebensmitteln enthaltenen Allergene sind in diesem Medium und am Etikett gemäß Kennzeichnungsrecht deklariert. Letztgültig sind die Angaben am Etikett. Neben diesen gekennzeichneten Allergenen ist es trotz aller Sorgfalt nicht auszuschließen, dass sich Spuren anderer, nicht gekennzeichnete allergieauslösender Stoffe in den Lebensmitteln befinden.

GMS GOURMET GmbH war und ist bestrebt, alle Daten und Informationen vollständig, aktuell und korrekt zur Verfügung zu stellen. Trotzdem übernimmt GMS GOURMET GmbH keine Haftung für mangelnde Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Daten und Inhalte in diesem Medium.

Aus Gründen der Lesbarkeit wird in diesem Druckmedium teilweise auf eine geschlechtsspezifische Formulierung verzichtet. Es sind jedoch immer alle Geschlechter im Sinne der Gleichbehandlung angesprochen.

Ihre Notizen.



A series of horizontal dotted lines for writing notes.



Frisch gekocht direkt zu Ihnen nach Hause!

Sie wollen oder können nicht selber kochen?
Dann ist Essen Zuhause von der Volkshilfe
Steiermark genau das Richtige für Sie!
Es ist uns ein Anliegen, Ihre Lieblingsgerichte
in gesunder und vor allem schmackhafter
Auswahl anzubieten.

Ihre Vorteile:

- Sie können aus 150 verschiedenen Gerichten auswählen.
- Alle Speisen werden frisch zubereitet und anschließend schockgefroren.
- Sie lagern Ihre Lieblingsgerichte im Tiefkühlfach.
- Sie können Ihr Essen in der Mikrowelle oder im Heißluftofen wärmen.
- In nur 15 Minuten sind Ihre Gerichte essfertig.
- Sie erhalten Ihre Lieferung wöchentlich.
- Bezahlen Sie bequem einmal im Monat.

BESTELL- UND LIEFERINFORMATIONEN

1. Suchen Sie Ihre Speisen aus:
 - in unserer Speisekarte oder
 - auf www.essen-zuhause.at
2. Geben Sie Ihre Bestellung auf:
 - telefonisch: 0316 / 577 622 – 11 000 (9:00 – 14:00 Uhr)
 - per E-Mail: essenzuhaeuse@stmk.volkshilfe.at
 - per Fax: 0316 / 577 622 – 11 999 oder
 - direkt bei Ihrem Zusteller



Überzeugen Sie sich selbst und *probieren Sie's aus!*

Notieren Sie hier bitte *Ihre Kundennummer:*

Gültig ab 6. März 2023

So können Sie bestellen:

Telefon: 0316/577 622-11000

E-Mail: essenzuhause@stmk.volkshilfe.at

GMS GOURMET GMBH
Oberlaaer Straße 298, A-1230 Wien

STANDORT ST. PÖLTEN
Zdarskystraße 3, A-3106 St. Pölten

Tel.: +43 (0)50 876, Fax: DW 5510
info@gourmet.at, www.gourmet.at

VERTRIEB DEUTSCHLAND
Briener Straße 23, D-80333 München
Kundenservice Deutschland: +49 (0)800 876 5001
FN 104525p, Handelsgericht Wien, Verlagsort Wien

 blog.gourmet.at  gourmet.at



Klimapositives Druckprodukt. Es werden 10 % mehr Emissionen kompensiert, als bei der Produktion entstehen. Die Erlöse fließen in ein Waldschutzprojekt in Sambia.



Gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“ des Österreichischen Umweltzeichens „gugler* print, Melk; UWZ 609; www.gugler.at



PurePrint[®]
innovated by gugler* DruckSinn
Gesund. Rückstandsfrei. Klimapositiv.
druckSinn.at



www.gourmet-daheim.at