

# Tagungspause!

Kleine Sinfonien „streicheln“ die Sinne – und bringen Energien für frisches Denken!

Sie entscheiden sich für eine der „Sinfonien“

3 „Genuss-Aktivisten“ sind die Grundausstattung – der Preis ist € 10,00 (pro Person)

Jeder weitere „Genuss-Aktivisten“ kostet € 3,00 (Bildbeispiele für die optische Präsentation siehe unten)

## Sinfonie á la Spumante

Eine temperamentvolle, kräftige Aufführung mit dem gewissen Charme aus südlichen Ländern mit den „Genuss-Aktivisten“

- A Italienische Salami auf Tomaten- Fenchelragout
- B marinierter Feta und geschmorte Paprika
- C Oliven im Speckmantel mit Tomatenpesto
- D Rucola und Parmesan mit Balsamicoessig
- E Kalbfleisch mit Thunfisch und Kapern
- F Panna Cotta und marinierte Beeren

## Sinfonie á la Oky-Woky

Eine zarte, exotische Aufführung mit leichter Schärfe aus asiatischen Ländern mit den „Genuss-Aktivisten“:

- A Yakitorispieße mit Erdnuss-Sauce
- B Frühlingsrollen in Chilisauce
- C Pangasiusfilet mit Kokos- Chilisauce
- D Gebratene Garnelen und Currydip
- E Hähnchenbruststreifen und Glasnudelsalat
- F Kokosmousse und eingelegte Mango

## Sinfonie á la Landhaus

Eine herzhaft, urige Aufführung mit Biss aus nordhessischen Gefilden mit den „Genuss-Aktivisten“:

- A Grüne Sauce mit Ei und Tafelspitz
- B Ahle Wurst mit Linsensalat
- C Frikadellen an Zwiebellauchgemüse
- D Forellenmus mit Salatgurke und Dill
- E Rehschinken auf Apfeln- Walnußsalat
- F Schmandmousse mit eingelegten Früchten

## Sinfonie á la NaturaFit

Eine aktive, belebende Aufführung mit dem Tick Frische aus Garten und Feld mit den „Genuss-Aktivisten“:

- A Kräuterquark mit Gemüsesticks
- B Naturjoghurt mit roter Beerengrütze
- C Bircher Müsli
- D Frisches Obst, natürlich nach Saison
- E Rohkostsalat und Frischkäse
- D Melonekugeln an jungem Salat

Waldhotel Schäferberg Kassel

