



Kürbis

	ran bis	
Eingelegter Kürbis	Kürbis, Rondellen (2mm) 6	
	Essig 1/4 dl	
	Rohrzucker 5 g	
	Ingwer 1.5 cm	
	Zitrone, Abrieb und Saft 1/4 ml	
	Sternanis 1/2	
	Kreuzkümmel 2 Teelöffel	
	Wacholderbeeren 1 Beere	
	Rosmarin 1/4 Zweig	
	Knoblauch 1/2 Zehe	
Kürbispüree	Kürbis 50 g	
	Rapsöl 5 g	
	Salz	
	Szechuanpfeffer	
Kürbiscaviar	Kürbis 12.5 g	
	Gemüsebrühe 0.6 dl	
	Alginat 1/2 g	
	Kalziumchlorid 2 g	
Pilzcracker	Buchenpilze 62.6 g	
	Eiweiss 1/2 Ei	
	Vollkornmehl 12.5 g	
Kürbiskernpulver	Kürbiskerne 7.5 g	
	Salz 1/2 Prise	
Fichtenasche	Fichte 1 kleiner Ast	



53% BESSER im Vergleich mit einem durchschnittlichem Menu.

Bewertung		
Risiko Punkte	54	
Award	< 89	

Menus mit mindestens 20% weniger Gesundheits Risiko Punkte verdienen den Vita Score Award.



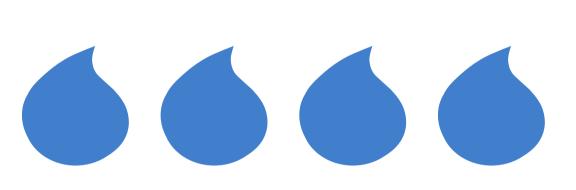
Klima Score

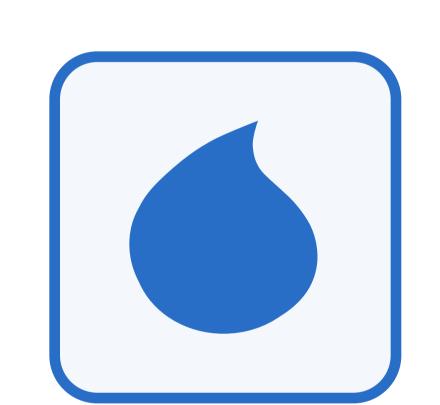




223 CO₂eq
59% besser als der Durchschnitt. Klima Score Award

Wasser Fussabdruck 6666





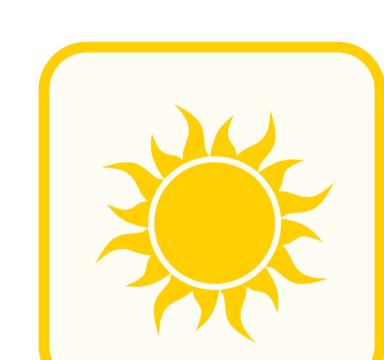
0.46 Liter

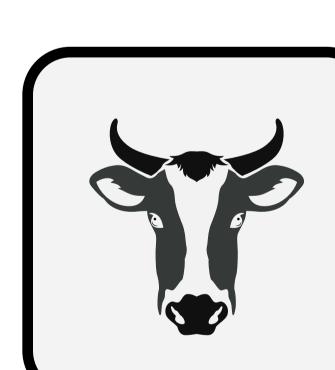
93% besser als der Durchschnitt Wasser Fussabdruck Award

Umweltpunkte











WERTE PRO PORTION

Preis	heute umsonst	
Profit		