

Tel: .....		2025
Name/Nom Vorname/Prénom .....		<b>Woche / Semaine 19</b>
Adresse; PLZ, Ort Adresse; CPT, Lieu .....		Von/de 06.05.2025
		Bis/Jusqu'au 12.05.2025

	Datum				Stk
Lieferung / Livraison Dienstag / Mardi – 12:30	Dienstag / Mardi 06.05.2025	Geflügelhackbraten Kartoffelstock Zucchini	<i>Rôti haché de volaille Pommes purée Courgettes</i>		
	Mittwoch / Mercredi 07.05.2025	Rindsgeschnetzeltes Ebli Brokkoli	<i>Emciné de boeuf Ebli Broccoli</i>		
	Donnerstag/ Jeudi 08.05.2025	Kalbsbratwurst Rösti Kefen	<i>Saucisse rôti de veau Roesti Pois manges tous</i>		
Lieferung / Livraison Freitag / Vendredi - 12:30	Freitag / Vendredi 09.05.2025	Linsen Dahl Reis Gemüsebeilage	<i>Dahl aux lentilles Riz Bouquet de légumes</i>	 	
	Samstag / Samedi 10.05.2025	Kalbspojarski, Senfsauce Teigwaren Rosenkohl	<i>Steak haché de veau, Sauce moutarde Pâtes et Choux Bruxelles</i>		
	Sonntag / Dimanche 11.05.2025	Schweinsbrust Mariniert mit Rhabarber Kartoffelgratin, Gemüse	<i>Poitrine de porc mariné au Rhubarbe Gratin dauphinoise, légumes</i>		
	Montag / Lundi 12.05.2025	Lasagne Gemüsebeilage Salat	<i>Lasagne Légumes Salade</i>		
Vegetarisch Végétariens (es het solangs het)	Penne all'arrabiata Gemüsebeilage Salat	<i>Penne all'arrabiata Légumes Salade</i>		DI	FR
Wochenhit Hit de la semaine (es het solangs het)	Lammkoteletten Bäckerinnenkartoffeln Bohnen	<i>Côtelettes d'agneau Pommes boulangères Haricots verts</i>	 	DI	FR

Preis pro Menu: CHF 17.00

Prix par menu: CHF 17.00

Bestellungseingang bitte SPÄTESTENS bis zum VORTAG der Lieferung um 12:00 Uhr  
**Bestellungen NACH 12:00 Uhr werden mit CHF 5.- Administrationsgebühr aufgerechnet**

Luginbühl's EVENT & CATERING  
 Schwadernastrasse 65, 2558 Aegerten  
 Telefon +41 (0)32 373 18 01, Telefax +41 (0)32 373 18 02  
[welcome@luginbuehls.com](mailto:welcome@luginbuehls.com), [www.luginbuehls.com](http://www.luginbuehls.com)

Glutenfrei  
 Sans gluten

Laktosefrei  
 Sans lactose



## Luginbühl's bESSER Wisser

### Linsen Dal

**Dal** (Hindi दाल, Dāl, Urdu دال, mitunter auch *Daal* oder *Dhal* geschrieben) ist ein Gericht der indischen und pakistanischen Küche, das vorwiegend aus Hülsenfrüchten, besonders Kichererbsen, Linsen, Bohnen oder Erbsen, zubereitet wird. Durch die lange Kochzeit zerkochen die Hülsenfrüchte zu einer Art Brei, der mit Kreuzkümmel, Koriandersamen, geschmorten Zwiebeln, Knoblauch, Chilis, Ingwer und anderen Gewürzen kräftig gewürzt wird. Dal kann sowohl als Hauptspeise, zum Beispiel als Linsencurry beim Dal Bhat, sowie auch als Beilage gereicht werden. Bisweilen werden die Hülsenfrüchte auch zuvor frittiert. Dal ist ein Grundnahrungsmittel und Teil der Esskultur in Indien und wird fast zu jeder Hauptmahlzeit serviert. Es gibt hunderte Arten und Variationen von Dal, und die Rezepte werden meist in der Familie weitervererbt. Unterschiedliche Regionen haben unterschiedliche Arten von Dal. Bei den verschiedenen Arten von Dal kommt es nicht nur darauf an, welche Hülsenfrüchte die Grundlage bilden, sondern auch deren Vorbehandlung. Dal kann aus der ganzen Hülsenfrucht, halbiert, geschält und halbiert, geölt oder anders vorbehandelt zubereitet werden. Farbe, Geschmack und Konsistenz sind dabei jeweils anders.



- *Tur Dal*: Straucherbsen. Die Straucherbsen werden industriell geschält, halbiert und eingeölt oder trocken verkauft. Straucherbsen sind vor allem in Südindien ein Grundnahrungsmittel. Sie bilden die Grundlage der als Sambar bekannten südindischen Gemüsesoße. Dal aus geölten Straucherbsen bleibt körniger. Namen: तूर डाळ *tūr dāḷ* auf Marathi; *tuvar dal* auf Gujarati; अरहर दाल *arhar dāl* oder तुवर दाल *tuvar dāl* in Uttar Pradesh, Orissa und Bengalen; ತೊಗರಿ ಬೇಳೆ *togari bēḷe* auf Kannada; కంది పప్పు *kandi pappu* auf Telugu; *tuvara* oder *tumara parippu* auf Malayalam und துவரம் பருப்பு *tuvaram paruppu* auf Tamil.
- *Chana Dal* sind eine Sorte geschälter, gespaltener Kichererbsen. Namen: *chholar dal* auf Bengali; *buta daali* auf Oriya; శనగ పప్పు *shanaga pappu* auf Telugu; ಕಡಲೆ ಬೇಳೆ *kadale bēḷe* auf Kannada; *kaḍala parippu* auf Malayalam; *Harbhara Daal/Chana daal* auf Marathi und கடலை பருப்பு *kaḍalai paruppu* auf Tamil.
- *Kabuli Dal* oder *Kabuli Chana* – aus den in der mediterranen Küche bekannten Kichererbsen.
- *Masur Dal* – Rote Linsen.

Durch die Kombination dieser Hülsenfrüchte miteinander und mit Gemüse oder Joghurt lassen sich hunderte verschiedener Dal-Gerichte kochen.

