

Wer isst was?

Flammkuchen Zentrale



Vegetarier

essen pflanzliche+ Milchprodukte (Joghurt, Käse, Quark) + Eier + Honig, kein Fleisch, kein Fisch.

Erlaubt sind:
Alle Teigplatten, Flammkuchen Griechischer Art + süß

Lacto-Vegetarier

essen pflanzliche+ Milchprodukte, kein Fleisch, kein Fisch, keine Eier.

Erlaubt sind:
Alle Teigplatten, Flammkuchen Griechischer Art + süß

Ovo-Vegetarier

essen pflanzliche+ Milchprodukte (Joghurt, Käse, Quark) + Eier + Honig, kein Fleisch, kein Fisch.

Erlaubt sind:
Nur Teigplatten

Ovo-Lacto-Vegetarier

essen pflanzliche+ Milchprodukte + Eier, kein Fleisch, kein Fisch.

Erlaubt sind:
Alle Teigplatten, Flammkuchen Griechischer Art + süß

Veganer

essen nur pflanzliche Produkte, Verzicht auf alle tierischen Produkte, auch kein Honig.

Erlaubt sind:
Nur Teigplatten

Flexitarier

essen nur Fleisch von guter Qualität, sonst aber vegetarisch.

Erlaubt sind: Alle Teigplatten, alle Flammkuchen (weil unser Speck gute Qualität hat)

Ovo-Lakto-Pesce-Vegetarier

essen kein Fleisch oder Geflügel, aber Eier und Fisch.

Erlaubt sind:
Alle Teigplatten, Flammkuchen Griechischer Art + süß

Frutarier

essen Früchte, Nüsse und Samen. Die Mutterpflanze darf bei der Ernte nicht beschädigt werden. Daher essen Frutarier selten Gemüse, da beim Verzehr die Knolle und Wurzel und somit die Pflanze zerstört werden würde (also keine Knollen, Blätter oder Wurzeln und keine Lebensmittel tierischen Ursprungs). Manche Frutarier verzichten auf Getreide, weil es in Monokulturen angebaut wird. Manche essen aber Getreide, da es bei der Ernte schon abgestorben sei.

Pescetarier

essen keine Lebensmittel, die durch die Tötung von Tieren hergestellt werden, außer Fisch.

Erlaubt sind:
Alle Teigplatten, Flammkuchen Griechischer Art + süß

Käse wird meistens mit tierischem Lab fermentiert. Unser Käse beinhaltet allerdings mikrobielles Lab. Ein wichtiges Plus!

