

SPEISEN

AUCH ZUM MITNEHMEN, VERPACKT IN UMWELTFREUNDLICHEN KARTONAGEN

➔ SOMMER-SUPPEN (kalt)

Wassermelonen-Gazpacho vegan 6,90 €
Balticsuppe mit Kefir, Dill, Frühlingszwiebeln, Rote Beete, Gurke, Karotte + Ei (wahlweise) 6,90 €

➔ TEN TOP: REIS MIT 10 TOPPINGS + 2 SOSSEN

>> die Toppings: Karotte + Gurke + Tomate + Edamame + Avocado + Rote Beete
+ Granatapfel + Körner + Schnittlauch + geröstete Austernpilzevegan 9,60 €

➔ TUNA TACO REIS (leicht scharf)

Reis mit Thunfisch + Guacamole + Pico de Gallo + CheddarChees + Tortilla Chips + Mayo .. glutenfrei 9,60 €

➔ CURRYS MIT FRISCHEM GEMÜSE IN WECHSELNDEN VARIATIONEN

Gemüse-Curry mit Dal (rote Linsen) dazu Basmatireis glutenfrei u. vegan 7,90 €
Thai-Chicken-Curry mit Gemüse dazu Basmatireis (leicht scharf) glutenfrei 9,60 €

➔ DAL: ROTE LINSEN MIT SOJAJOGHURT+ MANGO-CHUTNEY

Dal mit frischen Kräutern & Gewürzen, dazu Basmatireis glutenfrei u. vegan 6,60 €
Dal-Suppe mit frischen Kräutern + Gewürzen glutenfrei u. vegan 4,90 €

➔ GLASNUDEL-SALATE MIT SWEETCHILI-SOJA-DRESSING (warm + leicht scharf)

Glasnudel-Salat mit Gemüsestreifenvegan 7,40 €
Glasnudel-Salat mit Gemüsestreifen + gerösteten Austernpilzen vegan 9,40 €

➔ MAT-ROLLE - DÜNNES FLADENBROT, GEFÜLLT + GEGRILLT

>> die Grundfüllung: geröstete Austernpilze + Avocado + Tomate + Baby-Leaf-Salat
+ Mango-Chutney + hausgemachtem Hummus + Chiliöl
>> als Version: No. 1 + geröstetem Halloumi-Käse 5,90 €
No. 2 + geröstetem Baby-Mais vegan 5,90 €

➔ SANDWICHS GEGRILLT

Sandwich mit geröstetem Bacon + Avocado + Tomate + Crème Fraiche 3,90 €
Sandwich mit gerösteten Austernpilzen + Aubergine + Zucchini + Radicchio + Parmesan 3,90 €

➔ SALATE MIT VERSCHIEDENEN DRESSINGS

gemischter Salat Basic glutenfrei u. vegan 5,60 €
... + Feta + Rote Beete glutenfrei 7,60 €
... + Feta + Avocado glutenfrei 8,60 €
... + Avocado + Rote Beete glutenfrei u. vegan 8,60 €
... + geröstete Austernpilze glutenfrei u. vegan 8,60 €

➔ TOPPINGS

geröstete Austernpilze 3,00 €	Granatapfel 1,00 €
Avocado viertel 1,00 € / halb 2,00 €	Rote Beete 1,00 €
Bio-Tofu natur 2,00 €	Walnüsse 1,00 €
Feta 1,00 €	Körner 0,60 €

➔ DRESSINGS

No.1 Orange-Zitrone glutenfrei u. vegan
No.2 Kefir-Dill glutenfrei
No.3 SWEETCHILI-SOJA vegan
No.4 Goma-Miso-Wasabi glutenfrei u. vegan

➔ EXTRAS

kleiner gemischter Salat 2,00 €
Basmatireis 2,00 €
Brot 0,60 €
Dressing 0,60 €

➔ HAUSGEMACHTE KUCHEN & SÜSSES in wechselnden Variationen Preise siehe Tafel