

## FRÜHSTÜCK

### AVOCADO-BROT a/c/h/g

bio-rogggenbrot mit frischkäse, avocado & ein hauch chili **6,70**

### HAUSGEMACHTES GRANOLA v/g/h

selbstgemachte knuspermüsli aus lauter tollen nüsslein & samen, dazu naturjoghurt und früchte klein **5,90** groß **8,60**

### POWER-PORRIDGE v/a

cremige haferflocken mit kokosmilch & special-topping **5,00**

### WAKE-UP-ROLL a/c/h/g

zarte tortilla gefüllt mit scrambled egg, avocado, tomaten & honig-senfsauce **5,50**  
mit käse **6,00** knusperspeck **6,50**  
mit käse & knusperspeck **6,90**

## SALATE

### VIETNAMEISCHER HÜHNERSALAT gf/lf/elf/n/o

blattsalat mit hühnerbrust, mango, karotten, sprossen & erdnüssen **8,20**

### VIETNAMEISCHER TOFUSALAT v/g/lf/elf/n/o

blattsalat mit gebratenen tofuwürfeln, mango, karotten, sesam, erdnüssen & sojasprossen **8,20**

### CAESAR SALAD a/c/m/o

blattsalat mit zarter hühnerbrust, tomaten, parmesan & croutons **8,20**

### GEMISCHTER SALAT v/g/lf/l/m/o

klein **3,00** gross **4,80**

## PANINI

### CHICKEN & CHEESE a/c/g/m/o

mit gebratenem huhn, gouda, rucola, rotem zwiebel & honig-senfsauce **5,00**

### VEGGIE PANINO ve/a/c/g/m/o

jeden tag eine tolle veggie-überraschung!  
wir überlegen uns etwas spezielles für sie! **4,60**

## SUPPEN

### HÜHNERCURRY gf/lf/m

mit reis **6,20**

### GEMÜSECURRY v/g/lf/m

mit reis **5,50**

### RED THAI KOKOS-SOUP (v)/e/lf/n/g/ff

kräftiges süppchen mit gemüse, erdnüssen, spinat & reis **5,50**  
zusätzlich mit zartem huhn **6,20**

### SPECIAL KÜRBISSUPPE ve/(gf/lf)/l

wunderbar cremiges süppchen mit hausgemachten kleinen spinatköderl **5,80**

zusätzlich mit knusprespeck **6,20**

## ZUPPA-KRAFT

### RINDERKRAFTSUPPE g/lf/ff

die zuppakraft - flüssige energie!  
zum trinken und nicht zum löffeln.  
zuppakraft statt kaffee. bekömmlich und stärkend  
0,3l **3,50** 0,5l **4,20**

## SÜSSES

### CHEESECAKE a/c/g **2,80**

### SCHOKO-GATEAU a/c/g **2,20**

### MILCHREIS g **3,50**

### PANNA COTTA g **3,50**

### ZUPPA-TIRAMISU a/c/h/g

unwiderstehlich gut! **3,90**

### MANGO-CREME v/g/lf/ff

köstlich fruchtig & ganz nebenbei vegan **3,90**

## HAUPTSACHEN

### MONTAG

#### HERBST-PASTA (ve)/a/c/g

breite pasta mit geschmortem radicchio, kürbis, birne & karamellisierten nüssen **8,80**

zusätzlich mit knusperspeck **9,30**

### DIENSTAG

#### ITALIENISCHE LASAGNE a/c/g/l

everybody's darling - himmlischer nudel-auflauf mit faschiertem, tomaten- & bechamel-sauce, kross im ofen mit käse überbacken **9,70**

#### SCHWAMMERLSAUCE

#### MIT KNÖDEL ve/a/c/g/l

köstliche pilz-sauce mit flaumigen serviettenknödel & petersilie **8,80**

### MITTWOCH

#### WIENER PAPRIKAHENDERL a/c/g/l

feines ragout mit zarten hühnerstücken, dazu hausgemachte nockerln **9,90**

#### ORIENTALISCHE LINSENÄLLCHEN v/g/ff/g/l

knusprige bällchen aus roten linsen, dazu karotten-gemüse & kräuter dip **8,80**

### DONNERSTAG

#### SÜDTIROLER HERBST-TOPF (v)/g/ff/ff/l

würziger eintopf mit viel gemüse, weißen bohnen, kartoffeln & zartem huhn **9,80**

#### CELEBRATION HOT BOWL (v)/g/ff/ff/l

geschmorter karfiol, süßkartoffel, karotten, zucchini & kürbis mit quinoa-reis & kokos-kräuter-sauce **8,90**

### FREITAG

#### RENDANG CURRY (v)/g/ff/ff/l

malaysisches curry mit sternanis, cardamom, zitronengras, kafr limettenblättern,... viel gemüse, kichererbsen & basmatireis **8,90**

zusätzlich mit zartem huhn **9,90**

## ZUPPA BOWLS

### ZUPPA-VEGAN-BOWL v/g/ff/ff

warmer reis oder salat, tofu, sesam dressing, sesam, mango, gurke, sojabohnen avocado & miso-curcuma-dip **8,40/9,40**

### ZUPPA-CHICKEN-BOWL gf/ff/c

warmer reis oder salat, zarte hühnerbrust, avocado, zucchini, karotten, pesto-dressing & limetten-dip, kernekrokant **8,40/9,40**

### ZUPPA-BEEF-BOWL gf/ff/c

warmer reis oder salat, kurz gebratenes beef, tomaten, karotten, sojabohnen, special-zuppa-dressing, kürbiskerne & kernöl-dip **9,40/10,40**

### ZUPPA-LACHS/GARNELEN-BOWL gf/ff/c

warmer reis oder salat, lachs ODER garnelen, gurke, sojabohnen, tomaten, spicy erdnuss-red curry-dressing erdnüsse & chili-mango-dip **9,40/10,40**

## STELL DIR SELBST DEINE BOWL ZUSAMMEN

groß **9,40** klein **8,40**

groß mit beef, lachs, garnele **10,40**  
klein mit beef, lachs, garnele **9,40**

1 x done well + 1 x pimp up + 4 x veggie  
+ 1 x dip + 1 x topping

### DONE WELL

reis, blattsalat, zoodles  
quinoa + **1,00**

### DRESS UP

sesam-soja -dressing, spicy erdnuss-red-curry-kokos,  
Italienisches pesto-dressing, special-zuppa-dressing

### VEGGIE

edamame, gurke, avocado, tomaten, mango,  
sojasprossen, weiße bohnen, karotten, zucchini

### PIMP UP

beef, lachs, garnelen (extra Portion + **3,00**)  
tofu, chicken (extra Portion + **2,50**)

### DIPS

chili mango dip, miso-curcuma dip,  
limetten dip, kürbiskernöl dip

### TOPPINGS

sesam, erdnüsse, kernekrokant