

FRÜHSTÜCK

AVOCADO-BROT a/c/h/g

Bio-Roggenbrot 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-Senfauce **5,50**
mit Käse **6,00** Knusperspeck **6,50**
mit Käse & Knusperspeck **6,90**

SALATE

VIETNAMEISCHER HÜHNERSALAT gt/lf/le/f/n/o

Blattsalat mit Hühnerbrust, Mango, Karotten, Sprossen & Erdnüssen **8,50**

VIETNAMEISCHER TOFUSALAT v/gt/lf/le/f/n/o

Blattsalat mit gebratenen Tofuwürfeln, Mango, Karotten, Sesam, Erdnüssen & Sojasprossen **8,50**

CAESAR SALAD a/c/m/o

Blattsalat mit zarter Hühnerbrust, Tomaten & Parmesan **8,50**

GEMISCHTER SALAT v/gt/lf/lm/o

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

PANINI

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

mit gebratenem Huhn, Gouda, Rucola, rotem Zwiebel & Honig-Senfauce **5,70**

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

jeden Tag eine tolle Veggie-Überraschung!
wir überlegen uns etwas Spezielles für Sie! **5,40**

SUPPEN

HÜHNERCURRY gt/lf/m

mit Reis **6,90**

GEMÜSECURRY v/gt/lf/m

mit Reis **5,90**

RED THAI KOKOS-SOUP (v)/e/lf/lm/gt/lf

kräftiges Süppchen mit Gemüse, Erdnüssen, Spinat & Reis **5,90**
zusätzlich mit zartem Huhn **6,90**

RINDSUPPE MIT KASPRESSKNÖDEL a/c/g/l

lang gekochtes Rindsuppermit hausgemachten Kaspressknödel und Petersilie **5,90**

ZUPPA-KRAFT

RINDERKRAFTSUPPE gl/lf/l

die Zuppkraft - flüssige Energie!
zum Trinken und nicht zum Löffeln.
Zuppkraft statt Kaffee. Bekömmlich und stärkend
0,3l **3,50** 0,5l **4,20**

SÜSSES

CHEESECAKE a/c/g **3,60**

SCHOKO-GATEAU a/c/g **2,60**

MILCHREIS g **3,90**

PANNA COTTA g **3,90**

ZUPPA-TIRAMISU a/c/h/g

Spezial-Tiramisu mit Nüssen **3,90**

MANGO-CREME v/gt/lf

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

HAUPTSACHEN

NEU!!! MONTAG-FREITAG

SCHNITZI BOWL a/c/g/l/m/o

Frisch panierte BIO-Hühnerstücke mit Erdäpfelsalat, Vogerlsalat, Risipisi & Preiselbeeren **10,50**

MONTAG

TAGLIATELLE MELANZANE ve/a/c/g/h/l

Breite Pasta mit feinem Melanzane-Tomaten-Ragout, dazu Parmesan **9,00**

zusätzlich mit Knusperspeck **9,70**

DIENSTAG

WINTER-CHICKEN gt/g/l

Ausgelöste Hühnerbrust mit feinem Rosmarin-Portwein-Jus, winterlichem Gemüse & Sellerie-Kartoffelpüree **9,90**

LINSEN-KARTOFFEL-LAIBCHEN ve/a/c/g/l

Knusprige Taler mit roten & braunen Linsen dazu winterliches Gemüse & Kräuter-Dip **9,00**

MITTWOCH

ITALIENISCHE POLPETTE a/c/g/l

Würzige Fleischbällchen mit Basilikum-Tomaten-Ragout & Pasta **9,90**

PEANUT-VEGGIE-BOWL ve/gt/le/gt/l

Mit Erdnussbutter gebratenes Gemüse, dazu cremige Sauce & flaumiges Erdäpfelpüree **9,00**

zusätzlich mit gebratenem Tofu **9,80**

DONNERSTAG

ROTES KICHERERBSEN-KORMA (v)/gt/lf/ff/l

Pikantes Korma-Curry mit viel Wintergemüse, Kichererbsen & Jasminreis

zusätzlich mit gebratenem Tofu **9,80**

FREITAG

CORONAFREI

Liebe Gäste,

Wir hoffen, bald wieder am Freitag für Sie da sein zu können

ZUPPA BOWLS

ZUPPA-VEGAN-BOWL v/gt/lf/ff

warmer Reis oder Salat, Tofu, Sesam-Dressing, Sesam, Mango, Gurke, Sojabohnen, Avocado & Miso-Curcuma-Dip **8,80/9,80**

ZUPPA-CHICKEN-BOWL gt/lf/c

warmer Reis oder Salat, zarte Hühnerbrust, Avocado, Zucchini, Karotten, Pesto-Dressing, Limetten-Dip & Kernekrokant **8,80/9,80**

ZUPPA-BEEF-BOWL gt/lf/c

warmer Reis oder Salat, kurz gebratenes Beef, Tomaten, Karotten, Sojabohnen, Special-Zuppa-Dressing, Kürbiskerne & Kernöldip **9,80/10,80**

ZUPPA-GARNELEN-BOWL gt/lf/c

warmer Reis oder Salat, Garnelen, Gurke, Sojabohnen, Tomaten, spicy Erdnuss-red-Curry-Dressing, Erdnüsse & Chili-Mango-Dip **9,80/10,80**

STELL DIR SELBST DEINE BOWL ZUSAMMEN

groß **9,80** klein **8,80**

groß mit Beef oder Garnele **10,80**
klein mit Beef oder Garnele **9,80**

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

DONE WELL

Reis, Blattsalat, Zoodles

DRESS UP

Sesam-Soja-Dressing, Spicy Erdnuss-red-Curry-Kokos, Italienisches Pesto-Dressing, Special-Zuppa-Dressing

VEGGIE

Edamame, Gurke, Avocado, Tomaten, Mango, Sojasprossen, Karotten, Zucchini

PIMP UP

Beef, 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, Kürbiskern, Kernekrokant