

gesunde & intelligente Nahrung ganz easy & lecker! vegan, raw, bio, clean & glutenfrei

alle Zutaten die ich verwende sind hochwertig und gut ausgewählt. Ich biete reine Nahrung (clean Food) ohne E-Zusatzstoffe, Glutamate, Ascorbinsäure usw an und mache alles selbst. Ich süsse alles mit Datteln. Fast alle Speisen sind ohne Öl. Ich biete auch selbstgemachte Torten (auf Bestellung) glutenfrei oder auf Rohkost an. Das Salz ist Himmalyakristallsalz und die anderen Gewürze sind von Sonnentor. **Alle Speisen sind auch zum mitnehmen in Biokompostierbarer Verpackung.**

DAILY DISHES

Daily Soup	N	€ 4,50
Daily vegan warm Dish	E H N	small € 7,50/ big € 9,50
Daily raw Dish	E H N	€ 11,50
Tagessmoothie 0,25l		€ 5,50
Frischer(s) Weizengrasssaft oder Kokosnusswasser 0,25l		€ 4,00
healthy Lunchbox zum mitnehmen (Suppe, Daily vegan Menü, raw Dessert)		€ 23,00

BASICS (immer im Bistro)

vegan Salads

schwarzer Quinoa Salat mit Greens, Avocado, Mango & Mandel-Balsamicodressing	H N	€ 14,50
Delicious Salat mit Greens, Avocado, Mango & Kokos-Mandeldressing	H N	€ 11,50
BOWL mit Ruccola, getrocknete Tomaten Rote Rüben-Spaghetti, Avocado, Sesam, Granatapfel, Mandel – Balsamico Dressing		€ 15,50

Vegan warm

Süskartoffel-Kokos-Kurkuma-Suppe	N	€ 4,50
Black Rice Noodles mit Gemüse	N	€ 11,50
schwarze Reismudeln mit Zucchini, Karotte, Pak Choi, Tamari, Kokosmilch		
Schwarzer Quinoa mit Erdnuss-Satay Sauce	E N	€ 12,50
Schwarzer Quinoa mit Erdnuss-Satay-Sauce, Zucchini & Pak Choi		
Chili sin Carne mit Maischips	F	€ 10,50
Schwarze Quinoapizza	H	€ 18,50
mit Tomatenmark, Pesto, getrockneten Tomaten, Greens, Mandel“Käse“ & Oliven		

vegan Desserts

Veganes Tiramisu mit rohem Kakao, ohne Alkohol	F	€ 7,50
Glutenfreier Schoko Kuchen		€ 7,50

Raw Main Basics

Konjak Nudeln mit Pesto, Greens, Avocado & Mandel-Balsamicoreme Eine Wurzel aus Japan ohne Kalorien und Kohlenhydraten	H N	€ 14,50
Zucchini Spaghetti mit Avocado, getrockneten Tomaten & Mandelpüree	H N	€ 11,50
Delicious Salat Greens, Mango, Avocado, Kokos-Mandeldressing	H N	€ 11,50
Schwarzer Quinoa Rohkost Wrap Mit Avocado, rote Rüben Spaghetti, Ruccola, Pesto, Granatapfel, Mandel-Balsamicoreme	H N	€ 17,50
Raw Pizza Delicious Rohkostpizza aus gekeimten Buchweizen, Leinsamen, getrockneten Tomaten, Mandelpüree, Ruccola, schwarzen Oliven	H	€ 14,50

Raw Desserts

Superfoods Mousse au Chocolat mit Granatapfel (Avocado, Banane, Granatapfel, roher Kakao)	H	€ 7,50
Rawmisu Rohkost Tiramisu (Mandelpüree, Medjoul Datteln, Cashews, roher Kakao)	H	€ 7,50
Kokos – Dattelnousse mit Dattelcreme & Granatapfel		€ 7,50
Diverse Desserts in der Vitrine	H	ganze Torte auf Bestellung € 45, Rohkost € 55

Fresh Drinks (non alcoholic)

Pina Colada	€ 6,50	Green Smoothie	€ 5,50
Fresh Mojito	€ 6,50	Strawberry Smoothie	€ 5,50
Mandel- oder Sojamilch Bananenshake	€ 5,50	Mineral Vöslauer	€ 2,80

Fresh Coconutwater € 4,00

Weizengrassaft € 4,00

Pona € 2,80 Makava € 2,80 All i Need € 2,80

Drinks (warm)

Cafe Latte mit Soja-, Mandel oder Reismilch (Lupinenkaffee)	P € 4,50		
Espresso Lupinenkaffe	P € 3,20	Tees (green, Fruits, black, Chai, ask for more....)	€ 3,20
Kakaozauber	F € 5,50	Ingwertee (frischer Ingwer & Kurkuma)	€ 3,50