



natürlich - frisch - saisonal - biologisch - pflanzlich - köstlich!

deli bluem

zum frühstück & zwischendurch ...

gefülltes fladenbrot

€ 4,00

aus dinkelmehl gefüllt mit kichererbsen, spinat, koriander und gewürzt mit „bluem's masala“ - enthält gluten
die gewürzmischung ist nicht bio-zertifiziert, da nicht alle gewürze zertifiziert erhältlich sind

belegtes saurteigbrot

€ 2,50

mit einem aufstrich nach wahl - enthält gluten

das körperl

€ 6,00

3 scheiben saurteigbrot – enthält gluten - mit drei aufstrichen nach wahl:

aufstriche pikant:

- babaganoush – enthält sesam
- „keinei“-aufstrich – enthält soja, senf
- humus - enthält sesam

€ 1,50
einzeln

aufstriche süß:

- hausgemachte marmeladen nach saison
- haselnusschok*oh!: haselnussmus mit bitterschokolade, agavensirup, kokosöl & bluems gewürzen - enthält nüsse

€ 1,50
einzeln

pain bagnat - unser gefülltes sandwich (enthält gluten) wahlweise mit

€ 5,00

- melanzani, bohnenmus, salat, safranjoghurt, pinienkerne, granatapfel und basilikum – enthält gluten und soja
- waldorf-salat mit walnüssen, austernpilzen, rotkraut und rucola

congee - reissuppe wahlweise süß oder pikant:

€ 4,00

- mit ahornsirup und gerösteten nüssen – enthält nüsse
- mit hijiki alge, tamari, tofu, sesam – enthält soja und sesam
- make your own! sag uns was Du möchtest

bluem muesli:

€ 4,00

geröstet mit haferflocken, kokosflocken, mandeln, sonnenblumenkernen, sesam, vollrohrzucker, agavendicksaft, gewürze mit saisonalen früchten und wahlweise soja- oder kuhmlich kalt oder warm serviert! - enthält nüsse



natürlich - frisch - saisonal - biologisch - pflanzlich - köstlich!

zum löffeln:

kraftsuppe

klare suppe aus karotten, fenchel, lauch, selleriewurzel, petersilblätter, frischem ingwer, curcuma, fenchelsamen, korianderpulver, steinsalz enthält sellerie

wahlweise mit:

fritatten & schnittlauch – enthält gluten

€ 3,90

hijiki algen, miso, frühlingszwiebel,

tamari, tofuwürfel, und sesam – enthält soja, kann gluten in spuren enthalten

€ 4,90

tagessuppe nach marktangebot

€ 3,90

zum essen:

wähle zwischen ...

kleiner teller mit 3 salaten

€ 6,90

großer teller mit 4 salaten

€ 9,90

warmes tagesgericht

€ 6,90

warmes tagesgericht mit 2 salaten

€ 9,90

warmes tagesgericht mit tagessuppe

€ 9,90

wir empfehlen immer auch eine eiweißquelle wie kichererbsen, linsen oder quinoa zu wählen – auch damit man lange satt bleibt!

infos zu allergenen an der theke!



natürlich - frisch - saisonal - biologisch - pflanzlich - köstlich!

kombiniere deinen kleinen oder grossen teller mit:

melanzani mit safranjoghurt, granatapfel, pinienkernen und basilikum

die kombination der kühlenden und blutbelebenden melanzani und dem entgiftenden und stärkenden sojajoghurt mit dem wärmenden granatapfel und pinienkernen schaffen ausgeglichenheit und wirken sich positiv auf das blut (blutbildung und blutbelebung) aus - enthält soja

quinoa mit rotkohl, datteln und minze

quinoa ist eine der besten pflanzlichen eiweissquellen. einzigartig macht es nicht nur die tatsache, dass es eines der wenigen glutenfreien getreide ist, seine kleinen körnchen enthalten auch alle neun essentiellen aminosäuren und sind eine wahre mineralstoffbombe! - enthält senf

karotten mit koriander und knoblauch

das gute ist oft so einfach! die kombination von karotten mit koriander und knoblauch haut uns immer wieder um – probieren, aber vorher hinsetzen!

fenchel mit orangen

die kombination des wärmenden und harmonisierenden fenchels mit der kühlenden orange und dem herrlich bitteren (und deswegen reinigendem) rucola schaffen ausgeglichenheit, regen den appetit an und unterstützen unseren stoffwechsel!

roter camargue reis mit austernpilzen, champignons, thymian und zimt

pilze bilden den umami-himmel jedes pflanzenessers - sie unterstützen den energiefluss, entgiften, wandeln nässe und feuchtigkeit um und lassen schlechte laune verfliegen - wir kombinieren sie mit rotem camargue reis und würzen mit wärmendem thymian und zimt - ein wohlfühlgericht!

geschmorter kürbis mit maronen auf kamut

wir lieben den winter weil er uns den wunderbaren kürbis und maronen schenkt! Wir schmoren sie und betten sie auf kamut, der „seele der erde“, einem vorfahr unseres heutigen weizens, der besonders viele mineralstoffe und jede menge protein enthält – die reine lebensenergie! wenn es glutenfrei sein soll, den kamut leider weglassen!



natürlich - frisch - saisonal - biologisch - pflanzlich - köstlich!

zum naschen ...

bananenbrot

dinkelmehl, bananen, rohrrohrzucker, vanille, salz - je reifer die banane, desto süßer unser brot! und nein, da ist wirklich kein ei drin. enthält gluten

€ 2,90

red velvet tarte

rote rübe, schokolade, dinkelmehl, banane, kakao, agavensirup, - enthält gluten

€ 3,90

karotten muffin mit zitronencreme

karotten, datteln, walnüsse, kokos, seidentofu, kakaobutter, zitronen, zimt, muskat und ingwer, agavensirup (in der creme)

€ 3,90

lavendel cheesecake

mandeln, cashews, datteln, agavensirup, kokossett, limetten
enthält nüsse

€ 3,90

erdnusstraumriegel

bist Du auch ein (ex-) snickers junkie? mit unserem erdnusstraumriegel gibt es keinen rückfall mehr – garantiert! dattelkaramell, erdnüsse, haferflocken, kakao, kakaobutter, kokosöl, agave, salz – wie im himmel!

€ 3,90

choco-chip-kekse mit / ohne rosmarin

aus haferflocken, vollrohrzucker, rohrrohrzucker, schokolade, kardamom, vanille, salz und wahlweise rosmarin – kann gluten in spuren enthalten

€ 1,50

kokos-vanille-reistraum

traum aus naturreis, kokosmilch, sojamilch, vanille, agavensirup - vertreibt jede schlechte stimmung, entspannt und schafft wohlbe finden
enthält soja

€ 3,50

schokomousse mit orange

schokolade, seidentofu, agavendicksaft, orangenschale - schokolade macht glücklich! - und von dieser bekommen wir nie genug!
enthält soja

€ 3,90



natürlich - frisch - saisonal - biologisch - pflanzlich - köstlich!

zum trinken . . . heiss

kaffee

| | |
|---|--------|
| röster nicht bio-zertifiziert – kaffeebohnen von soilassociation.org zertifiziert | € 2,50 |
| espresso ristretto kleiner brauner espresso macchiato verlängerter cappuccino | € 3,50 |
| melange verlängerter braun | € 4,00 |
| café latte latte macchiato | € 1,00 |
| 2nd shot | |

tee

| | |
|--|--------|
| brennessel lavendel pfefferminze schafgarbe – von sonnentor | € 3,50 |
| earl grey english breakfast (nicht bio!) rooibos – von demmers | |
| ingwer minze salbei rosmarin | |

schoko & mehr

| | |
|--|--------|
| heisse schoko - aus vivani bitterschokolade | € 4,00 |
| demmers bio chai latte | |
| sunshine latte aus sesammilch, datteln und curcuma | |

shakes & smoothies - 0,35 l

| | |
|---|--------|
| bananendattel mit kardamom – enthält nüsse (cashews) | € 4,00 |
| green smoothie – spinat, apfel, banane, ingwer, agavensirup | |

wein, cider & bier

| | |
|---|--------|
| gespritzter weiss – 0,25l | € 3,00 |
| wein - 0,125 – fragen Sie uns nach unseren aktuellen sorten | € 3,50 |
| papagena – apfel cider - 0,33l | € 4,90 |
| wiener lager – gusswerk – 0,33l | € 3,50 |
| triple AAA – gusswerk – 0,33l | € 3,50 |
| edelguss radler – gusswerk – 0,5l | € 4,00 |
| jakobsgold alkoholfrei – gusswerk – 0,5l | € 3,50 |



natürlich - frisch - saisonal - biologisch - pflanzlich - köstlich!

zum trinken ...

bio sirup von greensheep

€ 4,00

als limonade in der karaffe - 500ml

lavendel | 5 minzen | wiesenkräuter | saisonales

demmers bio eistee - 250ml

€ 3,50

black lemon | green lime | red berry

naturgesüsst - ohne zugesetztem zucker

poma limonade - 330 ml

€ 3,50

apfel-ingwer | tarocco orange | pink grapefruit

naturgesüsst - ohne zugesetztem zucker

biosäfte

apfel | birne | apfel-holler

- 0,20 l pur

€ 3,50

- 0,20 l gespritzt mit soda / leitungswasser

€ 2,50 / € 2,00

- 0,50 l gespritzt mit soda / leitungswasser

€ 5,00 / € 4,00

wasser & soda

- vöslauer still - mild - prickelnd - 0,33l

€ 2,50

- soda - 0,25l

€ 1,50

- soda zitron - 0,25l - 0,5l

€ 2,00 / € 3,50

- zitronen limo mit wasser - 0,25l - 0,5l

€ 1,50 / € 3,00

warum eigentlich deli?

deli kommt von deli-katessen - die können im deli bluem direkt vor ort oder im take-away mitgenommen werden - wie früher im feinkostladen!

und warum eigentlich bluem?

weil jede pflanze blüht... und in der blume und ihrer blüte die kraft für das wachstum der nächsten generation steckt!

mit dieser kraft nähren wir gerne euch und auch uns!



natürlich - frisch - saisonal - biologisch - pflanzlich - köstlich!

bluem mit uns auch im museum!

Im wunderschönen gartenpalais schönborn betreiben wir das café des volkskundemuseums! dort kannst Du immer wenn das museum geöffnet hat (jedenfalls von di - so von 10:00 bis 17:00 – darüber hinaus bei veranstaltungen) und donnerstags bis 22:00 kleine bluemige köstlichkeiten geniessen! auch für Deine veranstaltung – von kongress bis hochzeiten - ist es ein traumhafter platz – das bluemige catering organisieren wir selbstverständlich gerne dazu!
<http://www.volkskundemuseum.at/vermietung>

bluem bei Dir zu hause, im büro oder auf Deiner veranstaltung!

ab einem 50 eur bestellwert liefern wir gerne auch nach hause oder ins büro – ob eine brötchenplatte für die besprechung, ein dinner4two oder das catering für 100+ gäste – schick uns Deine anfrage bitte auf contact@delibluem.com und wir werden gerne ein individuelles angebot für Dich zusammenstellen.

bluemig natürlich

natürlich – ohne konservierungsstoffe, farbstoffe, e-nummern

bluemig frisch

viermal wöchentlich werden wir von unseren gemüselieferanten beliefert und kochen nur aus „echten“ lebensmitteln unsere gerichte für euch.

bluemig saisonal

weil es dann halt am besten schmeckt!
und den kürzesten tranportweg hinter sich hat..

bluemig biologisch

wir garantieren unsere bio-qualität durch die zertifizierung der austria bio garantie. alle unsere verwendeten zutaten stammen aus biologischer landwirtschaft mit ausnahme von kaffee, granatapfel, gewürzen und kräutern, da diese nicht immer in bio-qualität verfügbar sind.



bluemig pflanzlich

wir schöpfen einfach gerne aus der UNENDLICHEN vielfalt an gemüse, obst, getreide und hülsenfrüchten!

bluemig köstlich!

was sonst...! mit den besten zutaten ist das kochen aber eigentlich schon ein kinderspiel... wenn Du mitspielen willst, erkundige Dich nach unseren nächsten kochkurstermin, schau auf www.delibluem.com oder trag Dich auf unseren newsletter ein.





natürlich - frisch - saisonal - biologisch - pflanzlich - köstlich!

wir glauben an die

kraft

lebendiger, biologischer, pflanzlicher

lebensmittel

in all ihrer vielfalt

wir bereiten sie hier

für alle sichtbar zu

auf dass sie mit ihren

formen und farben

körper, verstand, seele

und

unsere welt

auf allen ebenern nähren