

Alle Bowls sind grundsätzlich **vegan/vegetarisch**
Fleisch & Fisch gegen Aufpreis
 Wir achten ausschließlich auf **gute Tierhaltung**



STANDARD GROSS

BE LOW BOWL		10	13
Reisnudeln, Tofu, Gurke, Karotte, Kichererbsen, Avocado, Sesam & Soja-Mayo-Sauce			
VEGAN DREAM		10	13
Reis, Falafel, Karotte, Gurke, Mais, Tomate, Frühlingszwiebeln & Soja-Mayo-Sauce			
ASIA SOUL		11	14
Reis, Tofu, Süßkartoffel, Gurke, Edamame, Avocado, Mango, Sesam & Satay-Sauce			
FITNESS BOWL		10,5	13,5
Reis, Ei, Feta/Feta (v), Brokkoli, Karotte, Kidneybohnen, Erdnüsse & Kräuter-Joghurt-Sauce			
SUPER SASHIMI TUNA	VEGAN	12	16
Quinoa, Blattspinat, Sashimi Tuna, Rotkohl, Edamame, Avocado, Gurke, Sesam, Sriracha-Mayo 🌶️ & Soja-Mayo-Sauce	FISCH	+3	+4
ROSY SALMON	VEGAN	12	16,5
Blattspinat, Lachs, Süßkartoffel, Mango, Karotte, Kichererbsen, Pinienkerne & Bioli-Sauce	FISCH	+1	+1
CHICKEN BOWL	VEGAN	11	15
Couscous, Chicken, Tomate, Mais, Brokkoli, Ananas, Gurke, Röstzwiebeln & Teriyaki-Sauce	REGIO	+2	+3
	BIO	+4	+5
MEXICAN STYLE		10,5	14
Reis, Hack (v), Kidneybohnen, Mais, Tomate, Avocado, Röstzwiebeln, Jalapeño, Limette & Bioli-Sauce			
GREEK MIX		11	14
Reis, Gyros (v), Feta/Feta (v), Gurke, Tomate, Rotkohl, Frühlingszwiebeln, Kräuter-Joghurt- & Bioli-Sauce			
TROPICAL HEAT 🌶️🌶️.....		11,5	14,5
Couscous, Blattspinat, Feta/Feta (v), Gurke, Rotkohl, Edamame, Süßkartoffel, Chiliflocken & Mango-Chili-Sauce			

Bowl

MITTAGSTISCH(12-14 UHR)

- #1 Bowl deiner Wahl + Getränk Bowlpreis+2
- #2 Bowl deiner Wahl + Getränk + Dessert Bowlpreis+4
- #3 Veggie-Buddy-Deal - 2 standard Bowls & 2 Getränke 25

KIDS BOWL 6,5

Base, Protein, 4 Mix-Ins, Sauce



SPEISEKARTE

Stelle dir Deine Bowl **selbst zusammen**
(Nur die **große Variante** erhältlich)

1. PROTEIN.....

Tofu 13

Ei 12

Hack(v) 14

Falafel 13

Feta/Feta(v) 14,5

Gyros(v) 14

Sashimi Tuna(v) 16

Lachs(v) 16,5

Chicken(v) 14,5

Fisch +4

Fisch +1

Regio +3

Bio +5

2. BASE(AUCH HALB-HALB MÖGLICH).....

Blattspinat, Reis, Couscous, Reismudeln, Quinoa

3. MIX-INS(4X, JEDES WEITERE +1).....

Mais, Tomate, Gurke, Karotte, Edamame, Ananas, Rotkohl,
Avocado, Kichererbsen, Kidneybohnen, Brokkoli, Süßkartoffel

4. SAUCE(ALLE VEGAN).....

Bioli, Kräuter-Joghurt, Soja-Mayo, Satay, Mango-Chili🌶️,
Teriyaki, Sriracha-Mayo🌶️, Mayonnaise

5. TOPPING(1X, JEDES WEITERE +0,5).....

Sesam, Erdnüsse, Röstzwiebeln, Frühlingszwiebeln, Pinienkerne,
Jalapeño, Minze, Chiliflocken

ORIENTAL WRAP..... 8,5

Couscous, Blattspinat, Falafel, Feta/Feta (v),
Tomate, Minze & Kräuter-Joghurt-Sauce

MEXICAN WRAP..... 8

Reis, Hack (v), Kidneybohnen, Mais, Tomate,
Jalapeño/Röstzwiebeln & Bioli-Sauce

LACHS WRAP..... VEGAN 8 FISCH +0,5

Blattspinat, Lachs, Süßkartoffel, Karotte, Brokkoli,
Pinienkerne & Bioli-Sauce

CHICKEN WRAP..... VEGAN 8,5

Blattspinat, Chicken, Gurke, Mais, Avocado,
Röstzwiebeln & Satay-Sauce

REGIO +1,5

BIO +2,5

TUNA WRAP..... VEGAN 8

Quinoa, Blattspinat, Tuna, Avocado, Rotkohl,
Gurke, Frühlingszwiebeln, Mayonnaise (v)

FISCH +0,5

Bowl it yourself

Wraps

Soups

BROKKOLI-CREMESUPPE

Topping
Tofu-Crumble

6,5
+0,50
+1

SÜSSKARTOFFEL-KAROTTEN-SUPPE 🌶️

Topping
Tofu-Crumble

6,5
+0,50
+1



Smoothies (400ml)

BE BERRY..... 7,5

Erdbeere, Himbeere, Banane, Kokosmilch

MINTY SUNSHINE..... 8

Mango, Blaubeere, Hafermilch, Minze, Açaí

GREEN DETOX..... 7,5

Apfel, Kiwi, Gurke, Spinat, Spirulina

Sweets

CAKE OF THE WEEK 3,9
-Hausgemacht-

Hot

TEE..... 2,5

Frische Minze (+0,5), frischer Ingwer (+0,5), Grün, Schwarz, Rooibos, Kräuter, Früchte

AMERICANO..... 2,4

CAPPUCCINO..... 3,4

LATTE MACCHIATO..... 3,9

FLAT WHITE..... 4,1

ESPRESSO..... 2,1

ESPRESSO DOPPIO..... 3,6

Auf Wunsch mit Sirup (Karamell, Vanille & weitere) + 0,50

Drinks

Cold

WASSER(LAUT/LEISE)..... 2,9

SOFTDRINKS..... 3,9

Cola, Apfel-, Rhabarber-, Schwarze Johannisbeer- & Maracujaschorle

EISTEE..... 3,9

Pfirsich, Zitrone, Granatapfel

WEIN - APERITIFS - BIER

Siehe Barkarte



BARKARTE

APERITIFS

PINK MINT SPRITZ	7,00
APPLE SPARK	7,00
APEROL SPRITZ	7,50
LILLET PEACH/WILDBERRY	7,50
PEACH SPRITZ (ALKOHOLFREI)	6,90
RASPBERRY LIME (ALKOHOLFREI)	6,90
HEISSER BRATAPFEL	6,00

WEIN

WEISS (CUVÉE)	6,50
ROSÉ (CUVÉE)	6,50
ROT (CUVÉE)	6,50
WEINSCHORLE	5,50
FLASCHE CUVÉE	22,00

BIER

KROMBACHER	3,50
HEINEKEN	3,50
BECKS	3,50
SOLARBRÄU RADLER	3,50
JEVER FUN ALKOHOLFREI	2,90

SEKT

SEKT TROCKEN	5,00
SEKT ALKOHOLFREI	5,00
FLASCHE SEKT	18,00