POWER BOWLS

POWER BOWLS

KARTOFFELBOWLS

QUINOA ERDNUSS BOWL V

10.00€

bunter Quinoa, Edamame, rote Beete, Paprika, Falafel, Erbsenhummus, Eisbergsalat, Erdnussdressing & schwarzer Sesam

QUINOA MEZZE BOWL V

bunter Quinoa, Kichererbsenmischung, Edamame, rote Beete, Eisbergsalat, Falafel, Erbsenhummus, Mango-Curry-Sauce & schwarzer Sesam

QUINOA GREEN BOWL V

10.00 €

bunter Quinoa, Edamame, Brokkoli, Rucola, Avocado, Weintrauben, Rucola-Minz-Sauce & Körnermix

QUINOA RAINBOWL V

10,00€

bunter Quinoa, Mais, Hummus, rote Beete, Rucola, Paprika, Falafel, Avocado, Mango-Curry-Sauce & schwarzer Sesam

DIE HELLE BOWL V

9,00€

bunter Quinoa, Mais, Hummus, Blumenkohl Taboulé, Eisbergsalat, Feige-Senf-Dressing & Körnermix

KRAUT UND RÜBEN BOWI V

9.00 €

Kartoffeln, Erbsenhummus, Brokkoli, Blumenkohl Taboulé, Rucola, Möhren & Röstzwiebeln

SOULFOOD BOWL

10.50 €

Kartoffeln, Spinat, Falafel, Röstzwiebeln, Weichkäse (Art Feta), Kichererbsenmischung, Eisbergsalat, Rucola-Minz-Sauce & schwarzer Sesam

KICHERERBSEN ROTE BEETE BOWI V

9.00€

Kartoffeln, Röstzwiebeln, Kichererbsenmischung, rote Beete, Rucola-Minz-Sauce & Körnermix

LINSEN TAHIN BOWL V

9,00€

Kartoffeln, Röstzwiebeln, Linsenmischung, Möhren, Rucola, Tahin-Zitronen-Sauce & Körnermix

CURRY BOWL V

9,00€

Kartoffeln mit gelbem Curry, Kokosmilch, Kichererbsen, verschiedenen Gemüsesorten, schwarzem Sesam und Falafel oder Hähnchen (nicht vegan)

FALAFEL PAPRIKAVI

9,00€

Kartoffeln, Tomatensauce mit gegrillter Paprika, Falafel, Röstzwiebeln, Hummus & Petersilie

KNUSPER CHILI V

9.00 €

bunter Quinoa mit Mais, roten Bohnen und Paprikastreifen in würziger Tomatensauce, mit Mais Tortilla Chips on top

iede Bowl auch entsprechend mit Kartoffeln oder Quinoa +0.50€

KARTOFFELBOWLS

BASIC (V)

5.90 €

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Petersilie & Sour Cream

ORIENT (V)

8.00€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Mais, exotisch gewürzte Bohnenmischung mit Oliven, Feigen und Kapern, Petersilie & Sour Cream

JALAPEÑOS (V)

7.20 €

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Mais, Jalapeños, Petersilie & Sour Cream

OLIVEN (V)

6.80€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Oliven, Petersilie & Sour Cream

TOMATE (Y)

7,20 €

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, getrocknete Tomaten, Petersilie & Sour Cream

ROTKOHI (V)

7,20€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Mais, Rotkohl, Petersilie & Sour Cream

MISCHPILZE

7,50€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Mischpilze, Petersilie & Sour Cream

GURKE (V)

6,80€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Gewürzgurken, Petersilie & Sour Cream

MAIS (V)

6,80€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Mais, Petersilie & Sour Cream

SPINAT .

6,80€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Rahmspinat, Petersilie & Sour Cream

ZWEIERLEI •

8.00€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Mais, Rahmspinat, Mischpilze, Petersilie & Sour Cream

KOHL BOWL

8.50 €

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Blumenkohl Taboulé, Brokkoli, Rotkohl, Petersilie & Sour Cream

BALKAN .

8,20€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Mais, Weichkäse (Art Feta), Petersilie & Sour Cream

HÄHNCHEN

9.50 €

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Mais, Hähnchen, Petersilie & Sour Cream

CHILI CON CARNE

9,50€

Kartoffeln, Käse, Röstzwiebeln, Rinderhackfleisch mit Mais und roten Bohnen, Petersilie & Sour Cream

XL STULLEN

HUMMUS V

frisches Körnerbrot mit Hummus, Tomaten, Rucola, Pfeffer & roten Zwiebeln

MOZZARELLA

8,00€

frisches Körnerbrot mit Frischkäse, grünem Pesto, Mozzarella, Oliven, Tomaten, Pfeffer & Rucola

Extra Beilagen 1:

ie 1.20 €

Sour Cream, Käse, Röstzwiebeln, Mais, Gewürzgurken, Rotkohl, Rahmspinat, Salat, Tomaten, Paprika, rote Zwiebeln, Hummus, Weißkrautsalat, Erbsenhummus, Brokkoli, Weintrauben, Körnermix, Möhren, Rucola-Minz-Sauce, Tahin-Zitronen-Sauce

Extra Beilagen 2:

je 1,70 €

Mozzarella, Jalapeños, Oliven, getrocknete Tomaten, Orientmischung, Mischpilze, Weichkäse (Art Feta), Edamame, Linsenmischung, Kichererbsenmischung, Blumenkohl-Taboulé, Erdnussdressing, Tomaten-Paprika-Sauce

Extra Beilagen 3:

je 2,00 €

Kartoffeln, Falafel, Hähnchen, Chili con Carne-Mischung, Quinoa, Avocado, Currygemüse

STAND 01/2024

WRAPS

Weizentortilla gefüllt mit würzigem Frischkäseaufstrich,

roten Zwiebeln, Salat & Käse

Kartoffeln, Rinderhackfleisch mit Mais und roten Bohnen, Paprika,

SALATE

SMOOTHIES

INGWER LIMETTEN LIMO V

selbstgemachte Ingwer-Limonade mit Limette

und Basilikum. Mit Zucker gesüßt. Auf Eis serviert.

					je 0,41	
			GARTEN SALATY	7,00 €	POPEYE Y	5,20 €
	Weizentortilla gefüllt mit Erbsenhummus, Kartoffeln, rauchig-würzigem Jackfruit-Puffer, Weißkrautsalat, Paprika & Rucola		Saisonaler Salatmix mit Tomaten, Paprika, Mais, roten Zwiebeln, Kräutervinaigrette und Brot	XL 9,50 €	Spinat, Apfel, Banane, Orange, Limette & Minze	5,20 €
			ORIENT SALAT Y	8,50 €	Grünkohl, Apfel, Ananas, getrocknete Feige, Limette	The second secon
	FALAFEL Weizentortilla gefüllt mit Hummus, Kartoffeln, Falafel,	20 €	Saisonaler Salatmix mit Mais, exotisch gewürzter	XL 11,00 €	BEEREN ZIMT V	
	Paprika, roten Zwiebeln & Rucola		Bohnenmischung mit Oliven, Feigen und Kapern, Preiselbeerdressing und Brot		Beerenmix, Apfel, Banane, Limette & Zimt	5,20 €
	WRAP NO. 3 ▶ (▽) 9,5	50€			MANGO CHILI V	F 00 0
	Weizentortilla gefüllt mit Curry Sauce, Kartoffeln, Weißkraut,		FALAFEL SALAT V Saisonaler Salatmix mit Paprika, Oliven, Falafel,	8,50 €	Mango, Apfel, Limette, Basilikum & Chili	5,20 €
	Kichererbsenmischung, Falafel, Weichkäse (Art Feta), Eisberg-		Weißkrautsalat, Röstzwiebeln, Feige-Senf-Dressing	XL11,00 €		
	salat & roten Zwiebeln		und Brot		ERDBEER MINZE V	5,20€
		50€	FITNESS SALAT Y	9,00 €	Erdbeeren, Apfel, Limette & Minze	
Ē	Weizentortilla gefüllt mit würzigem Frischkäseaufstrich, Kartoffeln, Jalapeños, Mais, Tomaten, Paprika, Salat & Käse			XL 11,50 €	ROTE BEETE LAVENDEL Y	5,20 €
			Linsensalat, Möhren, Rucola, Tahin-Zitronen-	Vr 11,30 €	rote Beete, Apfel, Ananas, Limette & Lavendelblüte	n
	ORIENT ♠ (火') Weizentortilla gefüllt mit würzigem Frischkäseaufstrich,	20€	Dressing, Körnermix und Brot		KAROTTE PETERSILIE Y	5,20 €
-43	Kartoffeln, Mais, exotisch gewürzter Bohnenmischung mit Oliv	iven,	FEEL GOOD SALAT	9,00 €	Karotten, Apfel, Orange & Petersilie	
	Feigen, Kapern und Petersilie, Salat & Käse		Saisonaler Salatmix mit roter Beete, Möhren, Edamame, Brokkoli, Mais, Erdnussdressing,	XL 11,50 €	- LIALORA	
	DREI KÄSE HOCH • 9,5	50€	Rucola, schwarzer Sesam und Brot	SALE	SHAKES	
	Weizentortilla gefüllt mit würzigem Frischkäseaufstrich,	Marine S	VITAL SALAT	9,00 €	UND ANDERE GETRÄNKE	
	Kartoffeln, Feige-Senf-Dressing, Mozzarella, Weichkäse (Art Fo Brokkoli, Eisbersalat, Pfeffer & roten Zwiebeln		Saisonaler Salatmix mit Brokkoli, Mais,	XL 11,50 €	FRAPPÉ (Y)	0,4 5,00 €
			Avocado, Weichkase (Art Feta), Uliven, Rucola,		Kaffee, Milch oder Pflanzendrink und Eiswürfel	
	Weizentortilla gefüllt mit würzigem Frischkäseaufstrich,	70€	Mango-Curry-Dressing, schwarzer Sesam und Brot		MILCHSHAKE (Y)	0,4 5,00 €
	Kartoffeln, Weichkäse (Art Feta), Tomaten, Oliven, roten		BALKAN SALAT	8,50 €	Banane, Erdbeer oder Schoko	of III of oo
	Zwiebeln, Salat & Käse		Saisonaler Salatmix mit Tomaten, Oliven, Weichkäse (Art Feta), roten Zwiebeln,	XL 11,00 €	mit Milch oder Pflanzendrink und Eiswürfel	
		20€	Preiselbeerdressing und Brot		KOMBO SHAKES (V)	0,4 5,50 €
	Weizentortilla gefüllt mit grünem Pesto, Kartoffeln, Mozzarella	la,	HÄHNCHEN SALAT	9,50 €	Erdbeer-Schoko; Schoko-Banane oder Kaffee-Schok	
	schwarzem Pfeffer, Tomaten, roten Zwiebeln, Salat & Käse		01 1 01 1 1 1 7 . 0 11 14 1	3,30 € XL 12,00 €	SCHOKO HAFER SHAKE ✓	0,4 5,50 €
		00€	Hähnchenwürfeln, Feige-Senf-Dressing und Brot	AL 12,00 €	Haferflocken, Kakao, Banane und Hafermilch	0,41 0,00 0
	Weizentortilla gefüllt mit Curry Sauce, Kartoffeln, Hähnchen, Tomaten, Paprika, Salat & Käse					0/1 5 50 0
			● vegetarisch		APFEL HAFER SHAKE ✓ Apfel, Haferflocken, Limette, Hafermilch und Zimt	0,4 5,50 €
	CHILI CON CARNE) 10,0	00€	Vacan (\2) yagan maaliah		Aprel, Hater Hocken, Limette, Hater initen that Zillit	

V vegan (V) vegan möglich

scharf p sehr scharf

STAND 01/2024

0,3 4,00€ 0,5 5,00€