

VELO

Donnerstag 14. Oktober

tages SUPPE

Kartoffelcremesuppe mit
Tofuwürstchen
6,00€ (als Vorspeise: **4,50€**)

Frühstück Di-Fr: kleines Frühstücksprogramm bis 12Uhr
Sa: große Auswahl (mit Pancakes!) bis 13Uhr

BOWL

Pflücksalate, kleine Falafel-Taler, Zitronen-CousCous, Kichererbsen, Broccoli, marinierte Rote-Bete, Zucchini-Spaghetti, Bohnencreme, Ananas, Gurke, karamellisierte Kürbiskerne, Senf-Dressing ^{2,3,4,6}, **10,50€**

MITTAGSTISCH VON 12:00-14:00 UHR

KALTES HAUPTGERICHT

Saftiger Rote-Bete-Bratling mit Meerrettichcreme und Gurkensalsa auf rohen Zucchini-Spaghetti und bunten Blattsalaten mit Gurke, Tomate, Obst, Kernen und frischem Brot mit Zwiebel-Nuss-Aufstrich ^{2,3,4,6}
10,50€ klein, als Vorspeise **8,50€**

WARMES HAUPTGERICHT

Mac N´Cheese (Dinkel-Maccheroni) aus dem Ofen mit Broccoli, Veganem Käse, Rucola, Pinienkernen und Cashewparmesan, bunte Blattsalate mit Obst, Kernen & Sprossen und frischem Brot mit Zwiebel-Nuss-Aufstrich ^{1,2,3,4,6} - **10,50€**

ABENDKARTE ab 18 Uhr

Vorspeisen-Teller mit verschiedenen Dips, gebratener Mini-Paprika, getrockneten Tomaten und eingelegten Oliven, Salatbeilage und frischem Brot ^{1,2,3,4,6}
8,50€

Mit Spinat-Tofu-Frischkäse gefüllte Cannelloni in Kürbiscreme mit Kokosmilch; dazu Rucola, Räuchertofu, Pinienkerne und Cashewparmesan, bunte Blattsalate mit Obst, Kernen & Sprossen, Basilikumcreme mit Kräckern und Tomaten-Bruschetta mit Balsamico-Creme, ^{1,2,3,6}
15,50€

Frittierte Reisbällchen auf gebratenem Gemüse mit Ananas und Tofu in süß-scharfer Orangen-Tomatensoße; dazu Kresse, Sesam und Sesamparmesan; bunte Blattsalate mit Obst, Kernen und Sprossen, Kichererbsencreme mit knusprigen Kräckern und frisches Brot mit Aioli ^{1,2,3,6}
15,50€

Gyros-Wrap; gebratener Seitan mit karamellisierten Zwiebeln, frischem Gemüse und Rotkraut mit Basilikumcreme im warmen Weizenfladen; dazu Cole-Slaw auf rohen Zucchini-Spaghetti und bunten Blattsalaten mit Obst, Kernen und Sprossen; Auberginencreme mit knusprigen Kräckern und frisches Brot mit Tofu-Frischkäse ^{1,2,3,6}
15,50€

Inhaltsstoffe

1= Soja, 2= Sesam, 3= Senf, 4= Haselnüsse, 5= Erdnüsse, 6= Gluten, 7= Walnüsse

KUCHEN/DESSERTS

Schokoladenkuchen

Haselnuß-Nougat-Krokant-Torte

Pumpkin-Spice-Bread mit Pekan-Nüssen

Mousse au Chocolat

Zitronen-Kokos-Panna Cotta

5,00€

alle Kuchen werden mit Bio-Dinkelmehl hergestellt, alle Desserts werden mit Fruchtsoße, Sojasahne und frischem Obst serviert!

Großer Salat

mit allem Drum und Dran
9,50€

und ab 14 Uhr: Flammkuchen und Dip-Teller, siehe schwarze Karte

ALLES AUCH ZUM MITNEHMEN