

# VELO

Donnerstag 23. Juni

## tages SUPPE

Blumenkohl-Mango-Curry-Suppe mit Kokosmilch **6,50€** (als Vorspeise: **5,00€**)

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

## BOWL

Pflücksalate, gebratener Kurkuma-Tofu, Glasnudeln mit Sesam und Chili, Süßkartoffeln, Broccoli, Edamame, Rote-Bete-Spaghetti, Gurke, Mango, karamellisierte Erdnüsse, Teriyaki-Dressing<sup>1,3,5,6</sup> **11,00€**

## MITTAGSTISCH VON 12:00-14:00 UHR

### KALTES HAUPTGERICHT

sommerlicher Kartoffelsalat mit Radieschen, Gurken, Äpfeln, frischen Kräutern & Joghurtdressing, auf rohen Zucchini-Spaghetti und bunten Blattsalaten mit Gurke, Tomate, Obst, Kernen und frischem Brot mit Zwiebel-Nuss-Aufstrich<sup>1,2,3,4,6</sup>  
**11,00€. klein, als Vorspeise 9,00€**

### WARMES HAUPTGERICHT

Tortellini mit gebratenem Gemüse und Basilikum-Pesto; dazu Rucola, Pinienkerne und Cashewparmesan, bunte Blattsalate mit Obst, Kernen, Sprossen und frisches Brot mit Zwiebel-Nuss-Aufstrich<sup>1,2,3,4,6</sup>  
**11,00€**

## ABENDKARTE ab 18 Uhr

### Vorspeisen-Teller

mit verschiedenen Dips, gebratener Mini-Paprika, getrockneten Tomaten und eingelegten Oliven, Salatbeilage und frischem Brot<sup>1,2,3,4,6</sup>  
**10,00€**

### Hauptgerichte

**Knusprig panierte Auberginen auf Bandnudeln mit frischem Blattspinat in Basilikum-Sahne mit Tomatensalsa, Rucola, Pinienkerne und Cashewparmesan**, dazu Feldsalat mit Tomaten, Gurken, gerösteten Mandelblättern, Basilikumcreme mit knusprigen Kräckern & Tahin-Dressing<sup>1,2,3,6</sup>  
**16,00€**

**Frittierte Reisbällchen auf gebratenem Kurkuma-Spitzkohl mit Äpfeln, Chili und Walnüssen, Rote-Bete-Bohnencreme, Kresse, schwarzem Sesam und Sesamparmesan**; dazu Feldsalat mit Tomaten, Gurken, gerösteten Mandelblättern, Basilikumcreme mit knusprigen Kräckern & Tahin-Dressing<sup>1,2,3,6</sup>  
**18,00€**

**Rote-Bete-Bratling mit Meerrettichcreme und Gurkensalsa an Knoblauch-Kartoffelpüree, Rucolapeso, gegrillter Spargel**; dazu Feldsalat mit Tomaten, Gurken, gerösteten Mandelblättern, Basilikumcreme mit knusprigen Kräckern & Tahin-Dressing<sup>1,2,3,6</sup>  
**17,00€**

### Inhaltsstoffe

1= Soja, 2= Sesam, 3= Senf, 4= Haselnüsse, 5=Erdnüsse, 6=Gluten, 7= Walnüsse, 8= Sellerie, 9=Alkohol

Schokoladenkuchen

Mohn-Streuslkuchen

Stachelbeerkuchen

Himbeer-Cheese Cake

Schoko-Nuß-Kuchen mit Nougat-Glasur

Weißer Mousse au Chocolat-Krokant Torte

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!

KUCHEN/DESSERTS

### Großer Salat

mit allem Drum und Dran **10,-€**

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