

VELO

Donnerstag 04. August

tages SUPPE

Geeiste Gemüse-Gazpacho
6,50€ (als Vorspeise: 5,00€)

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

BOWL

Pflücksalate, gebratener kleiner Reistaler, Buchweizen-Salat, Broccoli, Beluga-Linsen, Zucchini-Spaghetti, Rote-Bete, Gurke, Edamame, Melone, Walnüsse, Senf-Dressing ^{1,3,6,7} **11,00€**

MITTAGSTISCH VON 12:00-14:00 UHR

KALTES HAUPTGERICHT

Auberginen-Brot-Salat mit Kirschtomaten, Kichererbsen, roten Zwiebeln, frischen Kräutern & Pinienkernen auf rohen Zucchini-Spaghetti und bunten Blattsalaten mit Gurke, Tomate, Obst, Kernen und frischem Brot mit Zwiebel-Nuss-Aufstrich ^{1,2,,3,4,6}
11,00€. klein, als Vorspeise **9,00€**

WARMES HAUPTGERICHT

Spinat-Möhren-Kichererbsen-Gemüse in Kokosmilch mit gelbem Thai-Curry an Basmatireis; dazu Kresse, Sesam und Sesamparmesan, bunte Blattsalate mit Obst, Kernen, Sprossen und frisches Brot mit Zwiebel-Nuss-Aufstrich ^{2,3,4,6}
11,00€

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}
10,00

Hauptgerichte

Mit Spinat-Tofu-Frischkäse gefüllte Cannelloni in Kürbiscreme; dazu gebratener Räuchertofu, Rucola, Pinienkerne und Cashewparmesan; Feldsalat mit Rettich-Spaghetti, Rote-Bete-Gurken-Salsa, Senfcreme ^{1,2,3,4,6}
17,00€

Knusprig panierte Auberginen auf Rote-Bete-Hummus und Cashewcreme mit Apfel-Walnuß-Gremolata, frischem Baguette & Romarin-Tomaten aus dem Ofen; dazu Feldsalat mit Rettich-Spaghetti, Rote-Bete-Gurkensalsa, Chicorre mit Zwiebel-Nuß-Dip, Senfcreme ^{2,3,4,6,7}
16,00€

Fluffiger Spinat-Pancake mit Tofu-Frischkäse, Aprikosen-Rosmarin-Kompott, Rucola-Pesto, gebratenem grünen Gemüse, Kresse und Sesamparmesan, dazu Feldsalat mit Rettich-Spaghetti, Rote-Bete-Gurkensalsa, Chicorre mit Zwiebel-Nuß-Dip, Senfcreme ^{1,2,3,4,6}
18,00€

Inhaltsstoffe

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

Schokoladenkuchen
Carrot Cake
Banana Bread mit Pakan-Nüssen und Schokolade
Blaubeer-Cheese Cake
Mousse au Chocolat
Zitronen-Kokos-Panna Cotta
Biscoff Cheese Cake
(mehr im Laufe des Tages)

KUCHEN/DESSERTS

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
10,-€

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