

# MITTAGSKARTE

## SPEISEN

MO - FR | 12:00 - 16:00 UHR

Zu den Mittagsgerichten servieren wir euch unser Garten Oasis: eine Suppe mit herzhafter Gemüsebrühe, Chinakohl, Shiitake, Möhren & Ingwerjulienne.

## SUESSES UND SAURES

### AUTUMN BOOSTER

Smoothie mit Boskop Apfel, Banane, Chai-Gewürz, Kokosmilch & Granatapfelsaft.  
{ 5,9 }

### CHAI SOUR

Bourbon Whiskey infusioniert mit Chaigewürz, Grand Marnier, Limetten Saft, Orangensaft & Eiweiss, Zimt als Topping  
{ 8,9 }

### PUMKIN UP

Vegan hausgemachter Kürbiskuchen verfeinert mit Apfelchutney & Zimt, Kokosmilch, Haselnuss, Cashewkerne, Datteln, Haferflocken & Cayenne Pfeffer.  
{ 6,9 }

### M1. WHITE CHICK 1 2 9 11

Geschmorte Hühnerbrustfilet in Limetten-Kokoscrème mit Prinzessbohnen, Paprikastücken, Aubergine, Brokkoli, Mungobohnen. Dazu Vollkornreis mit Nüsse.  
{ 11,9 }

### V1. AUTUMN EINTOPF 1 9 11

Goldener Tofu in Limetten-Kokoscrème mit Prinzessbohnen, Paprikastücken, Auberginen, Brokkoli, Mungobohnen. Dazu Vollkornreis mit Nüsse.  
{ 11,9 }

### M2. SAISON BOWL 2 11 12

Wok-sautierte Rinderswürfel mit Pfeffer-Soja Marinade. Dazu Kürbis, Paprika, Brokkoli, Zwiebeln. Seviert auf Reisnudeln-Salat mit Gurken, Möhren & Erdnüsse.  
{ 13,9 }

### V2. BUNTER BOWL 9 11 12

Wok-sautiertes Sojafilet mit Pfeffer-Soja Marinade. Dazu Kürbis, Paprika, Brokkoli, Zwiebeln. Seviert auf Reisnudeln-Salat mit Gurken, Möhren & Erdnüsse.  
{ 13,9 }

### M3. OMEGA POT 2 3 10

Gegrilltes Lachsfilet auf Schmortopf mit Shiitake, Paprika, Zuckerschoten, Prinzessbohnen, Pak-choi, Zwiebeln und Karotten. Geschmort in karamelisierter Fischsauce. Dazu schwarzer Reis.  
{ 15,9 }

### V3. WILD SESUMMER PLATTE 9 10 14

Gegrillter Vegan-Fisch auf Schmortopf mit Shiitake, Paprika, Zuckerschoten, Prinzessbohnen, Pak-choi, Zwiebeln und Karotten. Geschmort in karamelisierter Fischsauce. Dazu schwarzer Reis.  
{ 14,9 }

 plantbased / vegan

 GF glutenfrei

 hot / scharf

MM