

Löffel für Löffel - Spoon by Spoon

V: Vegan | V: Vegetarisch | G: Glutenfrei möglich

Fruchtige Tomatensuppe **V, V, G** 5,30 €
Fruity tomato soup

Energiesuppe **V, V, G** 5,90 €
mit Linsen, Essig, Tomaten, Zwiebeln, Ingwer und Chili
Energy soup with lentils, vinegar, tomato, onion, ginger and chili pepper

Kleinigkeiten - Little Things

V: Vegan | V: Vegetarisch | G: Glutenfrei möglich

Oliven **V, V, G** 6,90 €
Olives

Marinierter Schafskäse auf Rucola **V, G** 9,90 €
Marinated sheep cheese with rocket salad

Kleine Käseauswahl **V, G** 10,80 €
Small cheese platter

Gebackene Champignons **V** 10,50 €
mit Knoblauch Dip und kleinem Salat
Baked mushrooms with garlic dip and side salad

Hausgemachte Kartoffelchips mit Dip **V, V** 6,50 €
Homemade crisps with dip

Garnelen im Kokosmantel 12,90 €
mit Knoblauch Dip und kleinem Salat
Shrimps breaded in coconut with garlic dip and side salad

Gebackener Camembert **V, V** 10,90 €
mit Preiselbeeren an Salat
Breaded camembert or tofu served with cranberries and side salad
VEGAN: Tofu im Kokosmantel | Breaded coconut tofu

Süßkartoffel-Pommes mit Frischkäse **V** 5,90 €
Sweet potato fries with cream cheese

Pommes Frites mit Ketchup oder Mayonnaise **V** 4,90 €
Fries with ketchup or mayonnaise

Bei Fragen zu Allergenen und Zusatzstoffen sprechen Sie uns bitte an.
Wir sind Ihnen gerne behilflich.

Salate - Salads

V: Vegan | V: Vegetarisch | G: Glutenfrei möglich

Gemischter Salat V, V, G <i>Mixed salad</i>	6,50 €
Caprese – Tomaten, Mozzarella mit Pesto V, G <i>Tomatoes, mozzarella, pesto</i>	9,90 €
Großstadt Bowl V, V, G Blattsalat, Rotkohl, Couscous, Mais, Kidneybohnen, Kichererbsen Tomaten und Gurken <i>Salad, red cabbage, couscous, corn, kidney beans, chickpeas, tomatoes, cucumber</i>	10,90 €
Fitness Salat G Bunter Salat mit Räucherlachs, Ei, Parmesan, Zwiebel und Meerrettich <i>Mixed salad with smoked salmon, fried egg, parmesan cheese, onion and horseradish</i>	15,90 €
Salat Paris V, G Lauwarmes Ziegenkäse - Apfeltürmchen mit Honig, Kerne und Nüsse an buntem Salat <i>Lukewarm goat cheese and apple tower with honey and nuts and mixed salad</i>	12,90 €
Großstadt Salat V, V, G Lauwarmer Camembert auf buntem Salat mit Rucola, Birne, Kernen, Champignons und Preiselbeeren <i>Lukewarm camembert served on mixed salad with rocket salad, pear, seeds, mushrooms and cranberries</i> VEGAN: Gebratener Tofu Fried tofu	13,90 €
Kunterbunt Salat V, V, G Gemischter Salat, Früchte, Kerne und Nüsse <i>Mixed salad, fruits, seeds and nuts</i>	12,90 €
➤ gebratene Hühnerstreifen oder Tofu <i>(Fried chicken or tofu)</i>	15,90 €
➤	
Meeresbrise – Sea Breeze V, V, Bunter Salat mit 5 Garnelen im Kokosmantel <i>Mixed salad with coconut breaded shrimps (5)</i> VEGAN/ VEGETARISCH: Tofu im Kokosmantel Breaded coconut tofu	15,90 €
Athen V, V, G Bunter Salat mit Schafskäse, Peperoni und Oliven <i>Mixed Salad with sheep cheese, peppers and olives</i> VEGAN: Ohne Schafskäse Without sheep cheese	12,90 €

Bei Fragen zu Allergenen und Zusatzstoffen sprechen Sie uns bitte an.
Wir sind Ihnen gerne behilflich.

Köstlichkeiten - *Delis*

V: **Vegan** | V: **Vegetarisch** | G: **Glutenfrei möglich**

Lauwarmer Ziegenkäse im Speckmantel V, V, G auf Carpaccio von der roten Bete, garniert mit Rucola, Kernen, Nüsse, Birne und Pesto <i>Lukewarm goat cheese wrapped in bacon on slices of beetroot, garnished rocket salad, seeds, nuts, pear and pesto</i> VEGETARISCH: <i>Ziegenkäse Goat cheese</i> VEGAN: <i>Linsenbratling Lentil paddy</i>	13,90 €
Gebackene Hühnerwürfel V, V auf exotischer Currysauce mit Ananas, dazu Salat <i>Breaded chicken served with exotic curry sauce, pineapple and salad</i> VEGAN/ VEGETARISCH: <i>Tofu im Kokosmantel Breaded coconut tofu</i>	12,90 €
Bratwurst vom Kalb (60%) V, V, G mit roter Currysauce dazu hausgemachte Chips und Salat <i>Veal sausage with red curry sauce, homemade crisps and salad</i> VEGAN/ VEGETARISCH: <i>Tofubrätwurst Tofu sausage</i>	13,50 €
Chili con Carne vom Rind G <i>Brot und Sauerrahm</i> <i>Beef, bread and sour cream</i>	10,50 €
Süßkartoffel aus dem Ofen - Jacket sweet potato V, V, G Alle Sweet Potatoes an Salat / with salad	
➤ mit Räucherlachs und Knoblauchdip (<i>smoked salmon and garlic cream</i>)	13,50 €
➤ mit Frischkäse Dip (<i>cream cheese</i>)	9,70 €
➤ mit Gemüse in roter Currysauce (<i>vegetables</i>)	11,50 €
California Sweet Potato V, V, G mit Cocktailsauce, Hühnchen, Gemüse und Käse, an Salat <i>Cocktail sauce, chicken, vegetables, cheese and salad</i> VEGETARISCH: <i>Tofu Tofu</i> VEGAN: <i>Tomatensauce, Tofu, veganer Käse Tomato sauce, tofu, vegan cheese</i>	14,50 €
Loaded Sweet Potato G mit Chili con Carne, Sauerrahm und Käse überbacken an Salat <i>Chili, sour cream, cheese and side salad</i>	14,50 €
Milano Sweet Potato V, V, G mit Tomaten, Frischkäse, Zwiebeln, Oliven, Mozzarella, Pesto an Salat <i>Tomatoes, cream cheese, onions, olives, mozzarella, pesto and salad</i> VEGAN: <i>Tomatensauce, veganer Käse Tomato sauce, vegan cheese</i>	14,50 €
➤ mit Huhn (<i>chicken</i>)	15,90 €

Bei Fragen zu Allergenen und Zusatzstoffen sprechen Sie uns bitte an.
Wir sind Ihnen gerne behilflich.

Nudeln - Pasta

V: Vegan | V: Vegetarisch

Tagliatelle Arrabiata (leicht scharf) V, V mit Oliven, Chili, <i>Olives, chili and Grana Padano (spicy)</i> VEGAN: Ohne Grana Padano <i>Without Grana Padano</i>	10,90 €
Tagliatelle mit Rote Bete und Meerrettich V, V in Sahnesauce mit Koriander und Kreuzkümmel <i>Beetroot and horseradish in cream sauce with coriander and cumin</i> VEGAN: Kokosmilch <i>Coconut milk</i>	13,90 €
Champignon Nüdele V, V mit Knoblauch, Sahnesauce, Ruccola und Kernen <i>Mushrooms, garlic, cream sauce, rocket salad and seeds</i> VEGAN: Kokosmilch <i>Coconut milk</i>	12,90 €
Gemüse-Nüdele V, V mit buntem Gemüse, Tomaten, Sahnesauce und Mozzarella <i>Vegetables, tomato, cream sauce and mozzarella</i> VEGAN: Kokosmilch mit veganem Käse <i>Coconut milk with vegan cheese</i>	13,50 €
Tagliatelle Salmone Räucherlachs mit Dill - Sahnesauce <i>Smoked salmon and dill-cream sauce</i>	15,50 €
Thunfisch Nüdele mit Oliven, Tomaten und Schafskäse <i>Tuna, olives, tomato, sheep cheese</i>	15,20 €
Nüdele mit Garnelen oder Tofu V, V an Limetten-Kokos-Sauce <i>Shrimps lime-coconut-sauce</i> VEGAN/ VEGETARISCH: Gebratener Tofu <i>Fried tofu</i>	16,90 €
Hühnerbrüstchen auf Tagliatelle V, V mit exotischer Curry-Kokossauce und Ananas <i>Chicken with exotic curry-coconut sauce and pineapple</i> VEGAN/ VEGETARISCH: Gebratener Tofu <i>Fried tofu</i>	14,90 €

Bei Fragen zu Allergenen und Zusatzstoffen sprechen Sie uns bitte an.
Wir sind Ihnen gerne behilflich.

Roll on... roll on...roll on - Wraps

ALLE Wraps aus dem Ofen mit Salat

V: Vegan | V: Vegetarisch

Herzhafter Wrap V	9,90 €
Frischkäse, Schinken, Käse, Tomaten, Salat <i>Cream cheese, ham, cheese, tomato, and salad</i>	
Griechischer Wrap – Greek Wrap V, V	11,50 €
Tzatziki, Oliven, Tomate, Gurke, Peperoni, Schafskäse, Rucola <i>„Dip à la greek“, olives, tomato, cucumber, hot pepper, sheep cheese, rocket salad</i> VEGAN: <i>Sojajoghurt, ohne Schafskäse Soy yoghurt, without sheep cheese</i>	
French Wrap V, V	12,80 €
Frischkäse, Ziegenkäse, Rote Bete, Champignons, Nüsse, Kerne, Honig und Ruccola <i>Cream cheese, goat cheese, beetroot, mushrooms, nuts, seeds, honey and rocket salad</i> VEGAN: <i>Sojajoghurt, Tofu Soy yoghurt, tofu</i>	
Mexican Wrap	11,90 €
Kidneybohnen, Mais, Rinderhackfleisch <i>Kidney beans, corn, minced meat, hot pepper, sour cream</i>	
➤ mit Käse (<i>with cheese</i>)	+1,00 €
Wrap Deluxe V, V	12,90 €
Frischkäse, geräucherter Lachs, Zwiebel, Meerrettich, Rucola <i>Cream cheese, smoked salmon, onion, horseradish, rocket salad</i> VEGAN: <i>Sojajoghurt, Räuchertofu Soy yoghurt, smoked tofu</i>	
Italian Wrap V, V	10,50 €
Frischkäse, Tomaten, Mozzarella, Pesto, Rucola <i>Cream cheese, tomato, mozzarella, pesto, rocket salad</i> VEGAN: <i>Tomatensauce, veganer Käse Tomato sauce, vegan cheese</i>	
Mediterraner Wrap V, V	12,90 €
Frischkäse, Hähnchen, Gemüse, getrocknete Tomaten, Oliven, Schafskäse und Rucola <i>Cream cheese, chicken, vegetables, dried tomato, olive, sheep cheese and rocket salad</i> VEGAN: <i>Tomatensauce, veganer Käse, Räuchertofu Tomato sauce, vegan cheese, smoked tofu</i>	
Indian Wrap V, V	12,90 €
Huhn, Currysauce, Ananas, Salat <i>Chicken, curry sauce, pineapple and salad</i> VEGETARISCH: <i>Gebratener Tofu Fried tofu</i> VEGAN: <i>Gebratener Tofu Fried tofu</i>	
Thunfisch Wrap	12,90 €
Thunfisch, Majo, Olive, Tomate, Schafskäse, Knoblauch, Rucola <i>Tuna, mayo, olive, tomato, sheep cheese, garlic, rocket salad</i>	

Bei Fragen zu Allergenen und Zusatzstoffen sprechen Sie uns bitte an.
Wir sind Ihnen gerne behilflich.

Unsere Bagels

Diese Bagels mit Salat und hausgemachten Chips + Dip
V: Vegan | V: Vegetarisch

NEW YORK Bagel	13,90 €
Hähnchen, Cocktailsauce, Tomate, Speck und Spiegelei <i>Chicken, cocktail sauce, tomato, bacon, and fried egg</i>	
SPECIAL Bagel Burger V, V	13,90 €
Rindfleisch Patty, Mayo, Speck, Tomate, Zwiebel und Käse <i>Beef patty, mayo, bacon, tomato, onion and cheese</i> VEGETARISCH: <i>Linsenbratling, Mayo, Tomate, Zwiebel, Käse</i> <i>Lentil patty, mayo, tomato, onion, cheese</i> VEGAN: <i>Linsenbratling, Tomatensauce, Tomate, Zwiebel, veganer Käse</i> <i>Lentil patty, tomato sauce, tomato, onion, vegan cheese</i>	
Thunfisch Bagel	13,90 €
Zwiebel, Tomate, Zwiebel, Gurke, Olive, Mayo, Ei <i>Tuna, tomato, onion, cucumber, olive, mayo, egg</i>	

Bagels

➤ Schinken, Käse, Frischkäse, Salat	5,50 €
<i>Ham, cheese, cream cheese, salad</i>	
➤ Rauchlachs, Zwiebel, Frischkäse, Rucola	7,50 €
<i>Smoked salmon, onion, cream cheese, rocket salad</i>	
➤ Tomate, Mozzarella, Pesto, Frischkäse, Rucola V	5,90 €
<i>Tomato, mozzarella, pesto, cream cheese, rocket salad</i>	
➤ Rote Bete, Ziegenkäse, Honig, Frischkäse, Rucola V	7,20 €
<i>Beetroot, goat cheese, honey, cream cheese, rocket salad</i>	
➤ Tomatensauce, Räuchertofu, Gemüse, Rucola V, V	6,90 €
<i>Tomato sauce, smoked tofu, vegetables, rocket salad</i>	

Bei Fragen zu Allergenen und Zusatzstoffen sprechen Sie uns bitte an.
Wir sind Ihnen gerne behilflich.