

# plant.

Wir lieben Grünzeugs. Darum spielt Gemüse bei uns die Hauptrolle. Bei uns ist alles pflanzlich, vieles hausgemacht und überall steckt Liebe drin. Wo immer möglich, sind wir regional und saisonal.

---

Instagram



Newsletter



# FRÜHSTÜCK

## SAFT & SMOOTHIE

---

Saft des Tages	7.0
Bananen-Erdnuss-Smoothie	7.0

## FRÜHSTÜCK & ZMITTAG

---

<b>Granola</b> mit saisonalen Früchten und Mandel-Joghurt (glutenfrei)	9.0
<b>Toast süss</b> mit Mandel-Crème und Früchtekompott	13.5
<b>Toast salzig</b> mit geräucherten Rüebl, Senf, Dill, Kapern und Zwiebeln	15.5
<b>Toast Benedict</b> scrambled Tofu, Sauce Hollandaise	15.5
<b>Miso Ramen Nudelsuppe</b>	21.0
Mit hausgemachter Miso-Brühe, japanischen Weizennudeln, Tofu, Pilzen, Edamame und saisonalen Gemüsen. Auch glutenfrei mit Reisnudeln erhältlich.	
<b>Curry Ramen Nudelsuppe</b>	22.0
Mit hausgemachter Curry-Brühe, japanischen Weizennudeln, planted Duck, Shiitake, Kürbispickles, saisonalen Gemüsen. Auch glutenfrei mit Reisnudeln erhältlich.	
<b>Reis Bowl</b> (glutenfrei)	21.0
Eine Schüssel gefüllt mit Reis, leckeren Toppings und Saucen, Tofu, Pilzen, Coleslaw, Edamame und saisonalen Gemüsen.	

## TOAST COMBOS (auch glutenfrei erhältlich)

---

<b>Toast Combo süss</b>	23.5
Saft des Tages, Smoothie, Granola mit saisonalen Früchten und Mandel-Joghurt, Toast mit Mandel-Crème und Früchten	
<b>Toast Combo salzig</b>	25.5
Saft des Tages, Smoothie, Granola mit saisonalen Früchten und Mandel-Joghurt, Toast mit geräucherten Rüebl	
<b>Toast Combo Benedict</b>	25.5
Saft des Tages, Smoothie, Granola mit saisonalen Früchte und Mandel-Joghurt, Toast mit scrambled Tofu und Sauce Hollandaise	

## BRUNCH à discrétion\*

CHF 38.0

Serviert am Tisch mit Leckereien aus unserem Frühstücks-Angebot.

**Granola** mit saisonalen Früchten und Mandel-Joghurt, **Geräucherte Rüebli** mit Senf, Dill, Kapern und Zwiebeln, **Scrambled Tofu** mit Sauce Hollandaise, **Edamame Salat** mit hausgemachten Salzzitronen und Sesam, **Coleslaw** mit crunchy Erdnüssli, **pflanzliche Butter**, **Konfitüren**, **Früchte-Kompott**, **Gipfeli**, **Japanese Milkbread** hausgemacht

«Pimp your Brunch» mit einem Glas Crémant + 9.0

\* auch glutenfrei erhältlich

\* Für Kinder bis 12 Jahre CHF 12.0

## SIDES

Miso Suppe	7.0
Saisonale Pickles hausgemacht	7.0
Kimchi hausgemacht, fermentiert, scharf	7.0
Edamame Salat mit hausgemachten Salzzitronen und Sesam	7.0
Spicy Blumenkohl mit hausgemachtem Chili-Crunch	7.0
Togarashi Nüsse geröstet	5.0

## GEBÄCK (siehe auch Tagesangebot)

Yuzu Cheezecake (glutenfrei)	7.0
Roh und glutenfrei, gemacht aus Cashewkernen, Mandeln, Datteln, Sonnenblumenkernen und erfrischender Yuzu-Zitrone.	
Brownie	6.0
Dunkel und sündhaft süss mit gerösteten Haselnüssen	
Mandel-Frangipani-Gipfeli	5.0
Gipfeli gefüllt mit hausgemachter Mandelmasse mit Bittermandel-Aroma	
Gipfeli	3.0

## ERFRISCHEND

---

Mineralwasser mit   ohne	offen	3 dl	4.8
Mineralwasser mit   ohne	in der Flasche	5 dl 6.0   1 l	11.0
Kombucha	selbstgebraut	3 dl	5.0
Wasserkefir	selbstgebraut	3 dl	5.0
Jasmin-Matcha Eistee	hausgemacht	3 dl	5.0
Limonaden	mit Sirup von Zuckerpeitsche Luzern Ingwer   Rhabarber-Tonkabohne   Holunder	3 dl	5.0
Urban Lemonade	Yuzu oder Calamansi	3.3 dl	5.3
Zämä	Bergkräuter Limonade	3.3 dl	5.3
Adam & Uva Trauben	Schorle rot	3.3 dl	5.3
Hamada Sparkling	Hibiscus	3.3 dl	5.3
Noè Tonic		2 dl	4.5
Noè Chinotto		2 dl	4.5

Wasserkefir und Kombucha sind fermentierte Getränke mit frischem Geschmack und lebendiger Kultur. Wasserkefir wird auf Basis von Wasser, Zucker und Kefirkulturen hergestellt, Kombucha entsteht durch Fermentation von gesüßtem Tee mit einer speziellen Teepilz-Kultur. Beide enthalten probiotische Mikroorganismen, die die Darmflora unterstützen können. Durch die natürliche Gärung kann ein geringer Alkoholgehalt (unter 0,5%) entstehen.

\* Von jedem verkauften Wasserkefir fließen 50 Rappen an die gemeinnützige Organisation Wasser für Wasser (WfW).

## WARM

---

<b>Tee</b> von L'art du thé Luzern	5.0
Jade Oolong   Jasmin   Sencha Fuji   Medina   Verveine   Earl Grey   Rooibos Vanilla   Symphonie de Fruits   Alpenkräuter	
<b>Ingwer-Zitronen Tee</b>	6.0
<b>Espresso</b>	4.5
<b>Espresso Macchiato</b> mit Hafer- oder Sojamilch	4.8
<b>Americano</b>	5.0
<b>Cappuccino</b> mit Hafer- oder Sojamilch	5.8
<b>Flat White</b> mit Hafer- oder Sojamilch	6.3
<b>Latte Macchiato</b> mit Hafer- oder Sojamilch	6.5
<b>Matcha Latte</b> mit Hafer- oder Sojamilch	6.5
<b>Mushroom Cacao Latte</b> mit Hafer- oder Sojamilch	6.5

\* Alle Kaffeegetränke, Matcha und Co. auch kalt erhältlich: Iced + CHF 0.50

Pflanzliche Milchdrinks werden im Gegensatz zu Kuhmilch nicht staatlich über die Steuern subventioniert. Daher kosten diese einiges mehr, was sich auf den Preis der Kaffee- und Latte-Getränke niederschlägt. Danke für dein Verständnis.

## BIER

---

Luzerner Bier 4.8 %	3.3 dl	5.3
Schluckspecht Wiess 5.2 %	3.3 dl	5.5
Lola I.P.A 0.5 %	3.3 dl	5.5
Yuzu Panaché mit oder ohne %	3.0 dl	6.5
Panaché Green mit oder ohne %	3.0 dl	7.5
Ginger Panaché mit oder ohne %	3.0 dl	7.5

## SPRUDEL & WEIN OFFEN im Glas (1 dl)

---

<b>Montagnieu Éléance Brut</b> Bio mineralisch, frisch, bubbles	Yves Duport F	9.0
<b>Souvignier Gris</b> AOC Bio Luzern verspielt, komplex, frisch	Sitenrain LU 2023	9.0
<b>Terzett Cuvée</b> beerig, erdig, ausgewogen	Kastanienbaum LU 2022	9.0

**Frag nach unserem aktuellen Angebot an offenen Flaschen und Getränken aus der Begleitung.**

Alle Preise in CHF inkl. MwSt.

Über Allergene und Inhaltsstoffe in Speisen und Getränken geben wir gerne Auskunft.

Herkunft Brot: Bäckerei Macchi Luzern