

Zutaten und Allergene/ Ingredients and Allergens

Brot/Bread	
Hausbrot dunkel <i>Homemade Sourdough Bread „dark“</i>	Bio Reis- und Reisvollkorn-, Kartoffelmehl, Tapioka, Teffmehl, Reissauerteig, Hefe, Flohsamen, geschrotete Bio Leinsamen, Xanthan, Salz <i>organic rice- and wholegrain rice-, potatoflour, tapioca, teffflour, rice sourdough, yeast, psyllium, organic flaxseed, xanthan, salt</i>
Hausbrot hell <i>Homemade Sourdough Bread „blond“</i>	Bio Reis- und Reisvollkorn-, Kartoffelmehl, Tapioka, Hirsemehl, Maismehl, Maisstärke, Reissauerteig, Hefe, Salz, Flohsamen, Xanthan <i>organic rice- and wholegrain rice-, potatoflour, tapioca, millet flour, cornflour and -starch, rice sourdough, yeast, salt, psyllium, xanthan</i>
Vollkornbrot Buchweizen <i>Wholegrain Bread Buckwheat</i>	Bio Reisvollkorn- und Buchweizenmehl, Maisstärke, Quinoamehl, Teffmehl, Hefe, Salz, Buchweizensauerteig, Bio Leinsamen, Sonnenblumenkerne, Rübensirup, Bio Guarkernmehl <i>organic wholegrain rice- and buckwheatflour, cornstarch, quinoaflour, teffflour, yeast, salt, buckwheat sourdough, organic flaxseed, sunflowerseeds, molasses, organic guar gum</i>
Kürbiskernbrot <i>Pumpkinseed Bread</i>	Bio Reisvollkornmehl, Tapioka, Hirsemehl, Hefe, Flohsamen, Kürbiskerne, Salz, Agave <i>organic wholegrain riceflour, tapioca, milletflour, yeast, psyllium, flaxseed, pumpkinseeds, salt, agave</i>
Brötchen <i>Bun</i>	Bio Reisvollkornmehl, Tapioka, Hirsemehl, Hefe, Flohsamen, Salz, Agave, Sonnenblumenkerne, Karotte <i>organic wholegrain riceflour, tapioca, milletflour, yeast, psyllium, flaxseed, salt, agave, sunflowerseeds, carrot</i>
Naan Sandwichbrot <i>Naan Flatbread</i>	Mehmmischung (Reis, Kartoffel, Tapioka), Flohsamen, Salz, Rapsöl, Prise Rohrohrzucker, Hefe, Kokosjoghurt <i>Naan Flatbread: flourmix (rice-, potato, tapioca), psyllium husk, salt, rapeseedoil, pinch cane sugar, yeast, coconutjogurt</i>
Gebäck/Pastry	
Rhabarber Cheesecake <i>Rhubarb Cheesecake</i>	Frischkäse , Zucker, Bio Eier , Bio Sahne , Zitrone, Butter , Schärbutterkeks (Maismehl, -stärke, Butter , Zucker, Tapioka, Ei , Vollmilch , Rübensirup, Backpulver, Salz), Rhabarber, Maisstärke <i>creamcheese, sugar, organic eggs, organic cream, butter, butter cookie from schaeer (cornflour, butter, sugar, tapioca, egg, wholemilk, molasses, salt), rhubarb, cornstarch</i>
Schoko Mandel Brownie mit Schokotopping <i>Brownie with almonds and chocolate frosting</i>	gemahlene Mandeln , Buchweizenmehl , Kakao, Apfelmus, Süßkartoffel, Dattelsirup, Avocado, Zartbitter mit Sojalecithin , Kokosmilch <i>ground almonds, buckwheatflour, cocoa, applesauce, sweet potato, datesyrup, avocado, dark chocolate with soylecithin, coconutmilk</i>
Walnusskuchen mit Latte Macchiato Frosting <i>Walnut coffee cake with latte macchiato frosting</i>	gemahlene Walnüsse , Mehlmix (Reis-, Reisvollkorn-, Kartoffelmehl, Tapioka), Backpulver, Natron, Rohrohrzucker, Reismilch, Kaffee, Rapsöl, Xanthan, Chiasamen, Puderzucker, Ahornsirup, Sonnenblumenmargarine <i>ground walnuts, flourmix (rice-, potato, tapioca), baking powder, baking soda, raw cane sugar, ricemilk, coffee, rapeseedoil, xanthan, chiasseeds, powdered sugar, maple syrup, sunflowermargarine</i>

Französische Apfel Pudding Tarte <i>French Apple Custard Tarte</i>	Reis-, Kartoffel-, Maismehl, Xanthan, Salz, Zucker, Margarine mit Sonnenblume, Apfel, Zitrone, vegane Sahne, Maisstärke, Reis-Kokosmilch <i>Rice-, potato-, cornflour, salt, xanthan, sugar, margarine with sunflower, apple, vegan cream, cornstarch, rice-coconut milk</i>
Kardamom Zimtschnecke mit Pistazien <i>Cardamom Pistachio Cinnamon Rolls</i>	Bio Reisvollkorn- und Hirsemehl, Maisstärke, Kartoffel, Bio Guarkern, Hefe, Xanthan, Zucker, Zimt, Margarine m. Sonnenblumenlecithin, Reismilch, Kardamom, Pistazien , Rosenwasser, Puderzucker <i>organic rice- and milletflour, cornstarch, potato starch, organic guar gum, sugar, cinnamon, cardamom, yeast, margarine with sunflowerlecithin, psyllium, xanthan, pistachios, rosewater, powdered sugar</i>
Süße Waffel <i>Sweet waffle</i>	Reis-, Kartoffel-, Tapiokamehl, Bio Reisflakes, Bio Apfelmark, Xanthan, Reismilch, Flohsamen, Salz Schokosauce: Zartbitter m.Sojalecithin , Kakao, Rübensirup, Zimt, Kardamom <i>rice-, potato-, tapiocoflour, organic riceflakes, organic applesauce, xanthan, organic ricemilk, psyllium chocolatesauce: dark choc with Soylecithin, cocoa, turnip syrup, cinnamon, cardamom</i>

Kekse/Cookies

Erdnuss cookie <i>Peanutbuttercookie</i>	Bio Reis-, Hirse-, Tapiokamehl, Bio Erdnussbutter , Natron, Bio Rohrohrzucker, Bio Reismilch, Salz <i>organic rice-, millet-, tapiocafLOUR, organic peanutbutter, baking soda, organic raw cane sugar, organic ricemilk, salt</i>
Knusperkeks mit Macadamia, weißer Schokolade und Karamell <i>Cookie with Macadamia Nuts, caramel and white chocolate</i>	Bio Reis-, Hirse-, Tapiokamehl, Natron, Bio Rohrohrzucker, Xanthan, Macadamia , Margarine mit Sonnenbl. lecithin, weiße Schokolade mit Milchpulver , Karamell (mit Milch und Butter), Salz <i>organic rice-, millet-, tapiocafLOUR, organic raw cane sugar, organic ricemilk, salt, macadamia nuts, white chocolate with milkpowder, caramell pieces (butter, milkpowder, sugar)</i>
Schoko Cookie mit Walnüssen <i>Chocolate Walnut Cookie</i>	Bio Reis-, Hirse-, Tapiokamehl, Natron, Kokosblütenzucker, Kakao, Margarine mit Sonnenbl. lecithin, Walnüsse , Zartbitter mit Sojalecithin , Salz <i>organic rice-, millet-, tapiocafLOUR, baking soda, organic raw cane sugar, cocoa, walnuts, salt, margarine with sunflowerlecithin, dark chocolate with soylecithin</i>

Lunch-Dinner Menu/Lunch –Dinner Menu

Gulasch: Bio Rindfleisch, Karotten, Zwiebeln, glutenfreies Bier (alkoholfrei), Gewürze wie Thymian, Knoblauch, Bio Fleischfond, Bio Tomatenmark, Kartoffelmehl, Bio Agave, Kartoffeln, Sellerie, Bio **Butter**, Bio **Milch**, Salz, Pfeffer, Muskat, Rotkohl, Apfel, Cranberries

VEGANer Gulasch: Kräutersaitlinge, Champignons, Zwiebeln, glutenfreies Bier (alkoholfrei), Karotten, Gemüsebrühe, Gewürze wie Thymian, Knoblauch, Tomatenmark, Kartoffelmehl, Agave, Kartoffeln, Sellerie, vegane Butter, Pflanzensahne (enthält kein Soja o.a.), Salz, Pfeffer, Rotkohl, Apfel, Cranberries

Salatbeilage: Blattsalat, getrocknete Tomaten, würzige Kichererbsen (Paprika Gewürz, Cayenne, Salz, Pfeffer, Rapsöl), Apfel-Karotten Salat (Äpfel, Karotten, Zitrone, Öl, Salz, Pfeffer, Agave)

Schoko Sesam Kuchen Praline: Reis-, Vollkornreis, Kartoffel, Tapioka, Rohrohrzucker, Backpulver, Natron, Reismilch, Zartbitter **m.Sojalecithin**, Kakao, Margarine mit Sonnenblume, **Sesam (Tahini)**, Vanille, Salz

Goulash: organic beef, carrots, onions, garlic, glutenfree beer (alcoholfree), spices like thyme, organic meatbroth, organic tomato paste, potato flour, organic agave, potatoes, celery, organic butter, organic milk, salt, pepper, nutmeg, red cabbage, apple, cranberries

VEGAN Goulash: King oyster mushrooms, Champignons, onions, carrots, veggie broth, spices like thyme, organic tomato paste, potato flour, organic agave, potatoes, celery, organic vegan butter, plantbased cream (contains NO soy), salt, pepper, nutmeg, red cabbage, apple, cranberries

sidesalad: lettuce, dried potatos, spicy chickpeas (Paprika, Cayenne, salt, pepper, rapeseedoil)), apple carrot salad (grated apples and carrots, lemon, salt, pepper, rapeseedoil, agave)

chocolate sesamcaramel cakebite: rice- and wholegrain rice-, potatoflour, tapioca, cocoa, raw cane sugar, baking powder, baking soda, ricemilk, dark chocolate with soylecithin, margarine with sunflowe lecithin, Sesam (Tahini), vanilla, salt

Brunch/Lunch	
Herzhafte Tarte <i>Savory tarte</i>	Reismehl, Kartoffelstärke, Maismehl, Margarine mit Sonnenblume, Xanthan, Zucker, Salz, Tomaten, Zwiebeln, Spinat, Champignons, Sesam <i>Riceflour, potato flour, corn flour, margarine with sunflowerlecithin, xanthan, sugar, salt, tomatos, onions, spinach, mushrooms, sesam</i>
Flatbread Sandwich	<p><u>Variante1:</u> <u>Austernpilze/Champignons:</u> Knoblauch, Curry, Paprika, Cumin (Kreuzkümmel), Olivenöl Salat je nach Verfügbarkeit, Krautsalat (Weiß-/Rotkohl, Karotten, Essig, Salz, Pfeffer, Agave), Salsa (Tomaten, eingelegte Paprika (das Öl enthält etwas Knoblauch), Olivenöl, Frühlingszwiebeln, Salz, Pfeffer, Agave) Gurken, eingelegte Gurken (Essig, Wasser, Zucker, Senfsaat -> wird abgewaschen), Zwiebeln (mit Zucker karamellisiert)</p> <p><u>Kokosjoghurt Sauce</u> (mit Salz, Pfeffer, Kräuter)</p> <p><u>Sesam Sauce:</u> Tahin, Knoblauch, Zwiebel, Petersilie, Dill, Salz, Pfeffer, Zitrone</p> <p><u>Barbecue Chili Sauce:</u> Tomatenmark, Chili, Rübensirup, Balsamicoessig, Salz, Pfeffer, Gewürze</p> <p><u>Variante 2:</u> <u>Süßkartoffel Blumenkohl Nugget:</u> Süßkartoffel, Blumenkohl, Hirse, Kartoffelstärke, glutenfreie Maisflakes Panade, Salz, Pfeffer, Paprika Gewürz, Zitrone, Reismilch Salsa und Saucen siehe Variante 1</p> <hr/> <p><u>Variante1:</u> <u>Oystermushroom and champignons, marinated</u> (garlic, curry, pepper, cumin, coconutjogurt, olive oil) lettuce, cole slaw (cabbage, carrots, vinegar, pepper, salt, agave), Salsa (Tomatos, pickled sweet pepper (contains a little garlic), spring onions, olive oil, agave), pickled cucumber (vinegar, sugar, water, mustard seeds which are washed off), onion caramelized with sugar,</p> <p><u>coconutjoghurt Sauce:</u> with salt, pepper, herbs</p> <p><u>sesam sauce:</u> tahin, garlic, onion, parsley, dill, salt, pepper, lemon</p> <p><u>Barbecue Chili Sauce:</u> tomatopaste, Chili, molasses, vinegar, salt, pepper, spices</p> <p><u>Variante 2:</u> <u>Sweet potato Cauliflower nuggets:</u> sweet potato, Cauliflower, salt, pepper, paprika, glutenfree cornflake coating, ricemilk, potatostarch Salsa and Sauces see Variant 1</p>
Ravioli	
Ravioli Teig <i>Ravioli dough</i>	Reis-, Kartoffel-, Maismehl, Maisgrieß, Flohsamen, Bio Leinsamen, Rapsöl <i>Rice-, potato-, cornflour, polenta, rapeseed oil, psyllium, flaxseeds</i>
Spargel Hollandaise <i>Asparagus Hollandaise</i>	Spargel, selbstgemachte Hollandaise (Ei, Butter , Weißwein, Salz, Pfeffer), Kartoffel <i>Asparagus, homemade hollandaise (egg, butter, white wine, salt, pepper), potato</i>
Bärlauch Cashew Erbse Zitrone <i>Wild garlic cashew pea lemon</i>	Bärlauch, Erbsen, Zwiebeln, Zitrone, Cashews , Gewürze <i>wild garlic, onions, wild garlic, lemon, cashew nuts, spices</i>
Spinat Erbse Kartoffel <i>Spinach pea potato</i>	Spinat, Erbsen, Kartoffeln, Gewürze, Zwiebel, Knoblauch, Meerrettich <i>Spinach, pea, potato, spices, onion, garlic, horseradish</i>

Pasta Saucen/Sauces	
Bärlauch Cashew Pesto <i>Wild Garlic Cashew Pesto</i>	Bärlauch, Cahsewkerne , natives Olivenöl, Salz, Pfeffer, Knoblauch, Zitrone <i>Wild garlic, virgin olive oil, organic garlic, salt, organic lemon, cashew nuts</i>
Zitrone Ziegenkäse <i>Lemon Goatcheese</i>	Ziegenkäse , Bio Zitrone, Dr. Reich Bio Gemüsebrühe, Zwiebel, Bio Agave <i>goat cheese, organic lemon, Dr. Reich organic instant vegetable stock, onions, organic agave</i>
Tomate Paprika Basilikum <i>Tomato sweet pepper basil</i>	Tomaten, Zwiebeln, Knoblauch, Gewürze wie zB. Oregano, gegrillte Paprika, Salz, Pfeffer, vegane Sahne (Schlagfix) <i>Tomatos, onions, garlic, grilled paprika, oregano, spices, salt, pepper, vegan cream (schlagfix)</i>
Deli Sortiment/ Deli Selection	
Pancake Mix	Reis-, Kartoffel-, Tapiokamehl, Backpulver, Natron, Xanthan, Salz <i>Ausreichend für ca. 1-2 Portionen</i> <i>rice-, potato-, tapiocafLOUR, baking powder and soda, xanthan, salt makes ca. 1-2 Portions</i>
Granola	glutenfreie Bio Haferflocken, Mandeln , Bio Amaranthpops, Rübensirup, Kokosöl, Zimt <i>organic oats, almonds, organic amaranthpops, molasses, coconut oil, cinnamon</i>
Chai Sirup <i>Chai Syrup</i>	Bio Zucker, Bio Assam Tee von Manuteefaktur, Anis, Kardamom, Bio Zimtstange, Bio Ingwer, schwarzer Pfeffer, roter Pfeffer, Nelke, Piment <i>organic sugar, organic assam tea of Manuteefaktur, anise, cardamom, organic cinnamon, organic ginger, black pepper, red pepper, allspice, clove</i>
Dr. Reich Bio Instant Gemüsebrühe <i>Dr. Reich organic vegetable instant Stock</i>	Meersalz, Karotte*, Pastinake*, Schnittlauch*, Tomatengranulat*, Liebstockblätter*, Paprikagranulat*, Petersilie* gerebelt, Schabzigerklee*, Bockshornkleesaat*, Fenchel*, Gewürze*, Sonnenblumenöl* <i>seasalt, carrot, parsnip, chive, tomato granules, lovage, sweet pepper granules, parsley, blue fenugreek, fenugeek, fennel, spices, sunfloweseed oil</i>