



ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag - Freitag von 10 - 14 Uhr

Samstag & Sonntag Ruhetag

Salate

(Alle Salate mit Bunte Blattsalate, Tomate, Gurke, Karotte & Kresse)

R1	" Fühl Dich gut " – Bunt gegrilltes Gemüse, Feta, Avocado, frische Petersilie & Sesam	10,70 €
R2	" Frischekick " – Mango, Parmesan & frische Petersilie (veggi, Gluten- & Laktosefrei)	9,30 €
R3	" Gaumenfreude " – Mango, Heumilchkäse, Oliven, Räucherlachs, frische Petersilie und Sesam (veggi)	12,80 €
R4	" Kräuterfisch " – Thunfisch & frische Petersilie (laktose- & glutenfrei)	9,30 €
R5	" Morgenland " – Bio-Falafel, Hummus, Walnüsse, frische Minze und Seam (veggi, vegan, Laktosefrei)	11,30 €
R6	" Glücksgefühl " – Avocado, Walnüsse, & frische Petersilie (veggi, vegan, Gluten- & Laktosefrei)	9,30 €

Dressing:

- Pesto-Honig-Senf
- Balsamico
- Essig-Öl
- Koriander-Limette
- Sweet-Chili (scharf)
- Granatapfel-Joghurt

Zu allen Salaten kann dazu bestellt werden:

– saftige Bio Hähnchenbruststreifen – 5,50 €

– Rinderstreifen vom Weidenrind der Heimatsmühle – 5,50 €

– Kräutergarnelen – 5,50 €

Nudelgerichte

Unsere Nudelauswahl: Dinkelnudeln (mit Ei), Zucchininudeln (Zoodles, glutenfrei, low carb), Weizennudeln der Heimatsmühle - oder Maisnudeln (glutenfrei)

R10	"Roter Zauber" – Nudeln nach Wahl, mit fruchtiger Tomaten-Basilikum-Thymiansoße & bunt gegrilltem Gemüse (veggi, vegan, Laktose- und Glutenfrei)	10,10 €
R11	"Kräutergenuss" – Nudeln nach Wahl, mit würzigem Rucola-Walnuss-Pesto Zucchini, Schafskäse und Kirschtomaten (veggi und Glutenfrei)	11,00 €
R13	"Energievoll" – Nudeln nach Wahl, mit verführerischer Spinat-Cashew-Soße, Paprika Zucchini, Avocado und Kirschtomaten (veggi, vegan, Laktose- & Glutenfrei)	11,50 €
R15	"Innere Kraft" – Nudeln nach Wahl mit Bolognesesoße (vom Weidenrind der Heimatsmühle), mit Parmesan (Laktose- und Glutenfrei)	11,70 €

Zu allen Nudelgerichten kann dazu bestellt werden:

- saftige Bio Hähnchenbruststreifen – 5,50 €
- Rinderstreifen vom Weidenrind der Heimatsmühle – 5,50 €
- Kräutergarnelen – 5,50 €

Bowl's

R30	"Schwaben-Gemüse-Bowl" – mit Reis, Karamelisierten Karotten, gebratenes Weißkraut, grüne Erbsen, Zuckerschoten, rote Zwiebel und leckere Worcester-Soße dazu Tomaten-Salsa-Topping (veggi, vegan und Laktosefrei)	11,40 €
R31	"Ostalb-Gemüse-Bowl" – Kartoffeln, Karamelisierten Karotten, Curry-Blumekohl, Paprika, Zuckerschoten, Lauchzwiebeln und leckerer Teriyaki-Soße dazu Sour Cream (veggi, vegan und Laktosefrei)	11,60 €

Zu allen Bowls kann dazu bestellt werden:

- saftige Bio Hähnchenbruststreifen – 5,50 €
- Rinderstreifen vom Weidenrind der Heimatsmühle – 5,50 €
- Kräutergarnelen – 5,50 €