



*Tageskarte für Freitag, 17.11.2017*

**Vorspeisen**

- 👑 Tom Kha Gai Kokossuppe mit Huhn, Gemüse & Shiitake Pilze 6,90 € I  
👑 ayurvedisches Linsen Dal mit frischem Kurkuma 6,90 € I

**Aus der Vitrine**

- Salat „ Nicoise“ mit Thunfisch, Ei, Kenia Bohnen & Kartoffeln 8,50 € CF  
Salatteller mit gebackenem Schafskäse, Birne & Walnüsse 8,90 € BM

**Hauptgerichte**

- Ratatouillegemüse mit frischen Kräutern und Ziegenkäse „vom Grill“ 9,30 € M  
Hausgemachte Ravioli mit Steinpilzfüllung & Parmesan 8,40 € GCM  
Spaghetti mit Salsiccia, Kirschtomaten & Spinat 8,80 € MG  
Gnocchi mit rote Bete, Walnüssen & Apfel 8,40 € BGM  
Hamburger 8,60 € GJC  
Chickenburger 8,60 € G  
Extra Cheese oder Bacon 0,70 €  
👑 Erdnuss Curry mit Süßkartoffel, Zucchini, Blumenkohl & Basmati 8,90 € E  
wahlweise mit Putenstreifen 11,90 € E

**Desserts**

- 👑 Marmor- Bohnenkuchen ( kalorienarm, proteinreich, glutenfrei) 3,50 € C  
Zitronen- Sauerrahm Mousse mit Himbeermark 2,80 € M  
Käsekuchen 2,90 € MGC  
Schokokuchen (ohne Mehl & Zucker) 3,90 € C

**Für die kühlen Tage**

- Immun Booster Tee  
mit Ingwer, Limetten, Honig & Kurkuma 2,90 €

## ***Breakfast-Bowls***

- 👑 **Quinoa Müsli** mit frischen Früchten, Reis-oder Mandelmilch,  
Honig & Nüsse 7,90 €<sub>B</sub>
- 👑 **Acai Bowl** mit Acai, Banane, Mandelmilch, Flocken, Ahornsirup, Früchte  
und Beeren, Chia Samen, Pekanüssen und Hanfsamen **vegan** 8,90€<sub>B</sub>
- 👑 **Beeren-Avocado-Schoko-Bowl** mit Mandelmilch, Ahornsirup, Banane,  
Kakao Nibs & Amaranth Pops **vegan** 8,90€<sub>B</sub>
- 👑 **Rote-Bete-Kokos- Bowl** mit Banane, Orange, Kokosmilch, Himbeeren,  
Mohn & Kokos Chips **vegan** 7,90 €

## ***Breakfast (bis 11:30 Uhr)***

- Rühreier/ Spiegeleier "natur"** dazu Brot & Butter 4,50 €<sub>CGM</sub>
- Rühreier/ Spiegeleier "nach Wahl"**  
(Speck, Schinken, Tomaten, Pilze, Kräuter) dazu Brot & Butter 5,80 €<sub>CGM</sub>
- Schneller Italiener** Panino mit Tomate & Mozzarella und wahlweise mit  
Parmaschinken, dazu frischer Orangensaft & Heißgetränk nach Wahl 8,90€<sub>GM</sub>
- gesunder Weckruf** Rühreier mit Avocado, Tomate & Spinat, Brot & Butter,  
schottischer bio Lachs, Classic Smoothie, Heißgetränk nach Wahl 9,90€<sub>CFGM</sub>
- gemütlicher Sattmacher** Parmaschinken, Käseauswahl, Tomate-Mozzarella,  
Antipasti, Brot & Butter, frisches Obst, frisch gepresster Saft nach Wahl  
& Heißgetränk nach Wahl 13,90 €<sub>GM</sub>

## ***Daily Classics***

- 👑 **Superfood- Salat** mit Quinoa, Avocado, Granatapfel, Goji Beeren,  
Gemüse, Koriander & Hanfsamen **vegan** 8,90 €
- 👑 **Ayurvedisches Linsen Dal** mit frischen Kurkuma, Ingwer, Kokosflocken,  
Gemüse & Koriander **vegan** 6,90 €<sub>I</sub>
- 👑 **Pad Thai** vegetarisch mit Shirataki Nudeln 10,90 €<sub>CEK</sub>
- 👑 **Pad Thai** mit Bio Huhn & Shirataki Nudeln 13,90 €<sub>CEK</sub>
- Ratatouillegemüse** mit frischen Kräutern und Ziegenkäse „vom Grill“ 9,30 €

## ***Pasta Classics***

Penne „alla arrabbiata“ mit Parmesan 6,90 €<sub>GM</sub>

## ***Snacks & Salate***

Beilagensalat 1,50 €

Salatteller mit gebratenen Putenstreifen & Champignons 8,80 €

Salatteller mit Ziegenkäse „vom Grill“ & Honig 8,50 €

## ***Extras***

Extra Portion Parmesan 1,00 €

Extra Portion Reis 1,50 €

## ***Getränke***

### ***Softdrinks***

Vio still & medium 0,25l / 0,7l 2,50 € / 4,90€

Tafelwasser 0,4l 1,90 €

Coca Cola classic & light 0,33l 2,90 € o

Mezzo Mix 0,33l 2,90 € o

Wolfra Säfte ( Apfel, Mango, Ananas, Rhabarber, Johannisbeer) 0,2l 2,40€

Saftschorle nach Wahl 0,2l / 0,4l 1,90 €/ 3,30€

Bionade ( Holunder & Ingwer Orange) 0,33l 2,90 €

Alkoholfreies Pils 0,33l 2,90 €

Alkoholfreies Weißbier 0,5l 3,40 €

### ***Fresh Juice***

Frisch gepresste Säfte aus: Apfel, Orange, Karotte ,Rote Beete, Staudensellerie, Ingwer (auch freie Kombination möglich) 0,3l 3,90 €

### ***Special Drinks-Durstlöscherschorlen***

Mango- Minze 0,4l 3,60 €

Orange-Ingwer oder Orange- Basilikum 0,4l 3,60 €

Ananas- Zitronengras 0,4l 3,60 €

Cranberry –Limetten 0,4l 3,60 €

Waldfrucht- Johannisbeer, Cranberry, Himbeer 0,4l 3,60 €

Holunder-Minze 0,4l 3,60 €

## ***Superfood Smoothies***

025l

4,90€

**Power** ( Maca Wurzel Pulver, Kakao, Kokosmilch, Banane, Mango )

**Vital** ( Goji Beeren, Mango, Orange, Apfel, Ingwer)

**Detox** ( Bio Weizengras, Spinat, Orange, Apfel, Mango, Ingwer)

**Immun** ( Chia Samen, Ananas, Himbeere, Orange, Apfel, Ingwer)

**Ausdauer** ( Hanfpulver, Aroniabeere, Orange, Ingwer, rote Beeren)

**Green Boost:** Avocado, Sellerie, Spinat, Matcha Tee, Orange, Mango

## ***Hot Drinks ( Milch, laktosefreie Milch oder Sojamilch)***

Espresso 1,90 €

Espresso Macchiato 2,00 €

Espresso Doppio 3,00 €

Tasse Kaffee 2,20 €

Cappuccino 2,50 €

Latte Macchiato 2,90 €

Milchkaffee 2,90 €

*Alle Kaffeespezialitäten auf Wunsch auch koffeinfrei*

Heißer Kakao 2,90 €

Eiles Tee ( verschiedene Sorten) 2,90 €

Heißer Ingwer mit Honig 2,90 €

Immun Booster Tee ( Kurkuma, Ingwer, Limette & Honig) 2,90 €

Heiße Zitrone mit Honig 2,90 €

## ***Abkürzungsverzeichnis / Allergene***

- 🌿 PUR Gerichte (glutenfrei, laktosefrei, kohlenhydratarm, zuckerfrei)
- A** Sesamsamen und Sesamerzeugnisse
- B** Schalenfrüchte (Mandel, Haselnüsse, Walnüsse, Cashewnüsse, Pekannüsse , Pistazien, Macadamianüsse und Queenslandnüsse sowie daraus hergestellte Erzeugnisse )
- C** Eier und Eierzeugnisse
- D** Sojabohnen und Sojaerzeugnisse
- E** Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse
- F** Fisch und Fischerzeugnisse
- G** Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon sowie Erzeugnisse daraus)
- H** Mit Geschmacksverstärkern
- I** Sellerie und Sellerieerzeugnisse
- J** Senf und Senferzeugnisse
- K** Krebstiere und Krebstiererzeugnisse
- L** Lupinen und Lupinenerzeugnisse
- M** Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)
- N** Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
- O** koffeinhaltig
- P** chininhaltig
- Q** taurinhaltig
- S** Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10mg/l
- V** vegan

*Wir bieten Ihnen auch einen Cateringservice an, alternativ können Sie unsere Räumlichkeiten für Veranstaltungen bis zu 50 Personen buchen. Sprechen Sie uns bitte direkt an.*

*Unser PURES Essen liefern wir auf Bestellung zu Ihnen nach Hause, außerdem kann es in unserem Restaurant abgeholt und verzehrt werden.*

*Um einen erfolgreichen Entschlackungsprozess zu gewährleisten, bieten wir ergänzend zu unseren Tagesgerichten besondere PUR Detox Programme mit Längen von 5-20 Tagen an.*

LIKE US on Facebook

