

Register

A

Ananas

- Ananas, flambierte 88
- Gemüse-Ananas-Wok 68

Äpfel

- Avocado-Salat, fruchtiger 32

Avocado

- Avocado-Salat, fruchtiger 32
- Avocado-Tomaten-Aufstrich 31

B

Bananen

- Bananen, gebackene 82
- ### Bandnudeln mit frischen Pilzen 76

Birnen

- Tortillas mit Birne und Zedern-Nüssen 87

Blumenkohl

- Blumenkohl-Suppe 47

Bohnen

- Bohnen-Tomaten-Salat 34, 41
- Buschbohnen mit Räucher-tofu 62
- Spaghetini mit Thai-Bohnen 78

- Bratkartoffeln mit Sonnenblumenkernen 65

Bulgur

- Bulgur, Asia Art 60
 - Tabouleh 43
- ### Buschbohnen mit Räucher-tofu 62

C

- Champignon-Salat 34

Chicorée

- Chicorée-Orangen-Salat 35

Couscous

- Couscous mit Zucchini und Seitan 56

D

Datteln

- Dattel-Marzipan-Pralinen 84
- Fenchel-Dattel-Salat 35
- Hokkaido-Kürbis mit Datteln 59

E

Erdnüsse

- Erdnussmus 26
- Erdnuss-Orangen-Tortillas 85

F

Fenchel

- Fenchel-Dattel-Salat 35
- Fenchelsuppe mit Pernod 46
- Gnocchi mit Fenchel und Tomaten 70

G

- Gemüse-Ananas-Wok 68

Gnocchi

- Gnocchi mit Fenchel und Tomaten 70
- Gnocchi mit Paprika und Frühlingszwiebeln 70

H

- Hokkaido-Kürbis mit Datteln 59

I

- Ingwer-Kürbis-Suppe mit Kokosmilch 49

K

Kapern

- Rigatoni mit Cocktail-Tomaten und Kapern 73
- Thai-Karotten mit Kapern 67

Karotten

- Karotten mit Bambussprossen 64
- Karotten mit Erdnussmus 61
- Karottensuppe, cremige 52
- Thai-Karotten mit Kapern 67

Kartoffeln

- Bratkartoffeln mit Sonnenblumenkernen 65
- Kartoffel-Rösti 67

Kichererbsen

- Kichererbsen-Salat 40
- Kichererbsen-Sesam-Aufstrich 27
- Kichererbsen-Tomaten-Suppe 44

Kohl

- Bulgur, Asia Art 60
- Weißkohl mit Pfeffer-Senf-sauce 57

Kohlrabi

- Gemüse-Ananas-Wok 68
 - Kohlrabi-Paprika-Salat 37
 - Kohlrabi-Schnitzel 69
- ### Kokoscreme 88

Kokosmilch

- Ingwer-Kürbis-Suppe mit Kokosmilch 49
- Kokoscreme 88

- Sellerie-Walnuss-Salat mit Kokosmilch 43
- Spaghettini mit Thai-Bohnen 78

Kräuter

- Joghurt-Kräuter-Dip 26
- Kräuter-Sesampaste 29
- Rohkost-Dip 27
- Tofu-Koriander-Salat 41

Kürbis

- Hokkaido-Kürbis mit Datteln 59
- Ingwer-Kürbis-Suppe mit Kokosmilch 49

L

Linsen

- Linsen-Suppe 50
- Rote-Linsen-Aufstrich 30

M

Mais

- Tortillas mit Paprika und Mais 81

Marzipan

- Dattel-Marzipan-Pralinen 84

Mousse au Chocolat 84

N

Nudeln

- Bandnudeln mit frischen Pilzen 76
- Buschbohnen mit Räucher-
tofu 62
- Frische Pilze mit Reisnu-
deln 57
- Gemüse-Ananas-Wok 68
- Hokkaido-Kürbis mit Dat-
teln 59
- Karotten mit Erdnussmus 61

- Rigatoni mit Cocktail-Toma-
ten und Kapern 73
- Rigatoni mit Zucchini, Toma-
ten und Tofu 74

- Seitan mit Orange und
Nudeln 54

- Spaghetti mit Salbei 75
- Spaghettini mit Thai-Boh-
nen 78

- Tagliatelle mit Limetten und
Physalis 73

- Weißkohl mit Pfeffer-Senf-
Sauce 57

- Wirsing mit Bandnudeln 79

Nüsse

- Sellerie-Walnuss-Salat mit
Kokosmilch 43

- Tofu-Paprika-Aufstrich 24
- Tortillas mit Birne und
Zedern-Nüssen 87

O

Oliven

- Oliven-Aufstrich 29

Orangen

- Chikorée-Orangen-Salat 35
- Erdnuss-Orangen-Tortillas
85

- Gebackene Bananen 82

- Seitan mit Orange und
Nudeln 54

- Sellerie-Walnuss-Salat mit
Kokosmilch 43
- Tomatensuppe mit Orange
51

P

Paprika

- Gemüse-Ananas-Wok 68
- Gnocchi mit Paprika und
Frühlingszwiebeln 70
- Kohlrabi-Paprika-Salat 37
- Paprika-Risotto 69

- Paprika-Suppe 46
- Rettich-Paprika-Salat 38
- Sauerkraut-Paprika-Suppe
52

- Tofu-Paprika-Aufstrich 24
- Tortillas mit Paprika und
Mais 81

Paprika-Risotto 69

Paprika-Suppe 46

Pastinaken

- Pastinaken-Stäbchen,
glasiert 76

Pesto, rotes 30

Pilze

- Bandnudeln mit frischen
Pilzen 76

- Champignon-Salat 34

- Frische Pilze mit Reisnu-
deln 57

Pistazien

- Dattel-Marzipan-Pralinen
84

R

Reis

- Paprika-Risotto 69

Rettich

- Rettich-Paprika-Salat 38

Rigatoni mit Cocktail-Tomaten
und Kapern 73

Rigatoni mit Zucchini, Toma-
ten und Tofu 74

Rohkost-Dip 27

Rote Bete

- Rote-Bete-Salat 40

S

Salat Caprese mit Tofu 37

Salbei

- Spaghetti mit Salbei 75

Sauerkraut

- Sauerkraut-Paprika-Suppe
52

- Sauerkraut-Spätzle 65
- Sauerkraut-Trauben-Salat 38

Schnitzel, Wiener Art 56

Schokolade

- Mousse au Chocolat 84
- Schokopudding 87

Seitan

- Couscous mit Zucchini und Seitan 56
- Schnitzel, Wiener Art 56
- Seitan mit Orange und Nudeln 54

Sellerie

- Sellerie-Walnuss-Salat mit Kokosmilch 43

Sellerie-Walnuss-Salat mit Kokosmilch 43

Sesampaste

- Kräuter-Sesampaste 29

Sojajoghurt

- Joghurt-Kräuter-Dip 26
- Rohkost-Dip 27

Sojamilch

- Schokopudding 87
- Vanillepudding 85

Sojasahne

- Cremige Karottensuppe 52
- Gebackene Bananen 82
- Gemüse-Ananas-Wok 68
- Tagliatelle mit Limetten und Physalis 73

Spaghetti mit Salbei 75

Spaghettini mit Thai-Bohnen 78

Spargel

- Spargel-Suppe 50

Sprossen

- Karotten mit Bambussprossen 64

T

Tabouleh 43

Tagliatelle mit Limetten und Physalis 73

Tofu

- Bulgur, Asia Art 60
- Buschbohnen mit Räucher- tofu 62
- Hokkaido-Kürbis mit Dat- teln 59
- Karotten mit Bambussprossen 64
- Karotten mit Erdnussmus 61
- Kohlrabi-Paprika-Salat 37
- Kokoscreme 88
- Mousse au chocolat 84
- Oliven-Aufstrich 29
- Pilze mit Reismudeln 57
- Rigatoni mit Zucchini, Toma- ten und Tofu 74
- Salat Caprese mit Tofu 37
- Sauerkraut-Spätzle 65
- Tofu-Koriander-Salat 41
- Tofu-Paprika-Aufstrich 24
- Tortillas mit Paprika und Mais 81
- Weißkohl mit Pfeffer-Senf- sauce 57
- Tofu-Koriander-Salat 41
- Tofu-Paprika-Aufstrich 24

Tomaten

- Avocado-Tomaten-Aufstrich 31
- Bohnen-Tomaten-Salat 34, 41
- Gnocchi mit Fenchel und Tomaten 70
- Kichererbsen-Salat 40

- Kichererbsen-Tomaten- Suppe 44

– Rigatoni mit Cocktail-Toma- ten und Kapern 73

– Rigatoni mit Zucchini, Toma- ten und Tofu 74

– Rotes Pesto 30

– Salat Caprese mit Tofu 37

– Spaghettini mit Thai-Boh- nen 78

– Tabouleh 43

– Tomatensuppe mit Orange 51

Tomatensuppe mit Orange 51

Tortillas

– Erdnuss-Orangen-Tortillas 85

– Tortillas mit Birne und Zedern-Nüssen 87

– Tortillas mit Paprika und Mais 81

Trauben

- Sauerkraut-Trauben-Salat 38

V

Vanillepudding 85

W

Weißkohl mit Pfeffer-Senf- Sauce 57

Wirsing

- Wirsing mit Bandnudeln 79

Z

Zucchini

– Couscous mit Zucchini und Seitan 56

– Rigatoni mit Zucchini, Toma- ten und Tofu 74