



SELAMAT DATANG

Herzlich Willkommen in unserem Restaurant

Frühstück & Omelettes

täglich von 9.00 – 13.00 Uhr

Alle weiteren Speisen

12.00 – 22.00 Uhr

DAS IST UNS WICHTIG

Wir bitten Sie um Verständnis dafür, dass wir aktuell unsere Preise den gestiegenen Beschaffungskosten (Rohstoffe, Energie, Lebensmittel u.a.) angepasst haben. Sobald sich die Versorgungslage wieder entspannt, werden auch wir kurzfristig hierauf reagieren.

Qualität & Verantwortung

- Eigenhändig zubereitete und verarbeitete Produkte
- Lebensmittel mit herausragenden Eigenschaften wie einem hohen Vitamingehalt, vielen Mineralstoffen oder Antioxidantien
- Die Verwendung von heimischen Lebensmitteln, um Transportwege zu verkürzen

Verträglichkeit

Wir verwenden zum Garen unserer Speisen grundsätzlich reines Raps- oder Sesamöl. Bitte beachten Sie dies bei individuellen Unverträglichkeiten.

Would you prefer an English menu?

Please ask our staff, they will be happy to give you all information you are looking for, including an English menu.

GUT ZU WISSEN

Hausgemachtes

Burgersauce = klassische Mayonnaise mit Sushi-Essig, Soja-/Rapsöl, Olivenöl & Chipotle

Salsa = Tomate, Zwiebel, Chili, Gewürze, Soja-/Rapsöl, Olivenöl & Knoblauch

Sommer-Kimchi = fermentierter Chinakohl, Zwiebel, Knoblauch, Zucker & Chili

Superfood

Viele unserer heimischen Lebensmittel haben einen vergleichbaren Wert an Vitaminen, Mineralstoffen und essentiellen Fettsäuren wie die sogenannten Superfoods aus Übersee. Aus diesem Grund finden Sie auf unserer Speisekarte neben interessanten Exoten auch altbekannte Lebensmittel, die ungeahnte Kräfte bergen:

Schwarze Johannisbeere vs Gojibeere

Vitamin C

Heidelbeere vs Acaibeere

Vitamin C & Vitamin E

Leinsamen vs Chiasamen

Kalium, Magnesium & Eiweiß

Kichererbse

Ballaststoffe, sekundäre Pflanzenstoffe (Phytamine), Aminosäuren, L-Alanin

ACH SO...

Omega3/6 Fettsäuren

Salatdressings: hochwertiges Rapsöl mit feinen Säuren

Hanfsamen: Gewächs aus den Tropen; knackig-nussig im Geschmack

Mineralien, Vitamin B/C, Folsäure, Kalium

Ringelbete: Fuchsschwanzgewächs aus Italien; schmeckt leicht erdig & frisch

Aroniabeere: Rosengewächs aus Amerika; süß-säuerlich-herb im Geschmack



FRÜHSTÜCK

täglich von 9.00 – 13.00 Uhr

Energy Starter^{a,Hafer,e,f,h,k,m}

Joghurt mit frischen Blaubeeren & hausgemachtem Granola

(laktosefrei)

7,20€

Kleines Frühstück

Landeier^c, Appenzeller^g, Schwarzwälder Schinken^{l,3,4,8},
Marmelade^{2,7}, Butter^g & 1 Brötchen^{a(Weizen),c,e,g,m}, Landbrot

9,80€

Frühstück für 2^{a,c,d,e,g,h,i,j,k,m,1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}

2 Landeier^c, Appenzeller^g, Schwarzwälder Schinken^{l,3,4,8},
französische Salami^{a,e,g,h,i,k,3,6,8}, Frischkäse^g, Nutella^{f,g,h}, Marmelade^{2,7},
Butter^g, 2 Brötchen^{a(Weizen),c,e,g,m}, Landbrot^{a(Weizen),c,g,m}, Croissant^{a(Weizen),c,e,g,m},
Knäckebrot^{a(Roggen,Weizen)g,h,k,m,1,8}, Graved Lachs^d, Pancakes^{a,c,h,k,m,1,2,5,7,8,10,11},

Mini Energy Starter^{a(Hafer),e,f,g,h,k,m}

19,60€

dazu

2 Gl. frischgepresster Orangensaft 0,3l

+7,80€

2 Gl. Prosecco^l 0,1l

+5,80€

Landbrot mit Avocado^{a,c,e,g,h,j,k,m,1,2,3,4,5,8,10,11}

(ganztägig)

Avocado, Hirtenkäse, schwarze Tomate, Meersalz, Olivenöl & Spiegelei

11,80€



OMELETTES^{c,g}

taglich von 9.00 – 13.00 Uhr

Zu allen Omelettes^{c,g} werden Brot^{a(Weizen),e,g,m,g} & Butter^g serviert.

mit Schnittlauch 
6,40€

mit Bergkase^g 
8,50€

mit Bergkase^g & Schwarzwalder Schinken^{l,3,4,8}
8,90€

mit Hirtenkase^{g,3}, Tomate & Spinat 
8,90€

mit Avocado & Paprika 
9,30€

mit Graved Lachs^d & Sahnemeerrettich^{g,3,4,7,8,11}
9,60€



SUPER FOODS

Folgende Gerichte zeichnen sich durch einen hohen Anteil an essentiellen Nährstoffen aus und sind teilweise glutenfrei, laktosefrei & vegetarisch/vegan:

Vitamin B Salat^{e,g,h,j,k,m,2,3,4,5,7,8,10,11}

Birne, Hirtenkäse, Wildkräutersalat, Ringelbete,
Wildheidelbeerdressing, Radieschen & karamellisierte Saaten

14,80€

Vital Bowl^{e,f,h,i,j,k,m,1,2,3,4,5} **vegan**

Rotkohl, Gurke, Radieschen, Ringelbete, Edamame,
Frühllauch & Reis, dazu Orangen-Sesam Dressing

14,60€

dazu 3 Gambas^b

+11,00€

Landbrot mit Avocado^{a,c,e,g,h,j,m,1,2,3,4,5,8,10,11}

Avocado, Hirtenkäse, schwarze Tomate, Meersalz, Olivenöl & Spiegelei

11,80€

Tofu Stir Fry^{1,2,4,7,10,11,e,f,k,L,m} **vegan**

Tofu, Broccoli, Paprika, Kaiserschoten, Frühllauch, Pilze, Zwiebeln,
dazu Chia-Reis

15,60€



VORSPEISEN & KLEINIGKEITEN

Saté^{a,c,e,f,h,i,k,m,5,11}

3 Hühnchen-Saté Spieße auf gesäuertem Spitzkohl mit Erdnuss-Sauce,
dazu Sommer-Kimchi & Papadam

11,40€

Carpaccio^{c,d,f,g,j,k}

Carpaccio von Lachs & Butterfisch auf Sesamöl

16,20€

vabali Sandwich^{a(Weizen),c,e,f,g,h,k,Lm,1,2,3,4,5,6,7,8,11}

Fladenbrot mit gegrillter Putenbrust, Wildkräutersalat, Spiegelei,
karamellisierter Ananas, Frischkäse,
dazu Süßkartoffelpommes^{1(E160 c,E100),E450,E500,E415,2,4,8,11} & Seaweed^{e,f,i,k,l,m,n,1,2,3,4,5,6,7,11}

14,80€

SUPPEN

Tom Kha Gai^{a,b,i,k,m}

Thai-Kokos-Chicken Suppe mit Hühnchen, Shiitake Pilzen,
Babyspinat & Spitzkohl

7,20€

Indische Linsensuppe^{a,f,h,i,k,l,m,1,2,3,4,5,7,10,11}

mit Kokosrahm

7,20€

Soto Ayam^{a,c,i,k,l,m,1,2,3,4,5,7,8,10,11}

Hühnerbrühe mit Kurkuma, Sellerie, Frühlauch, Karotte,
Udon-Nudeln, Ei & Seaweed^{e,f,i,k,l,m,n,1,2,3,4,5,6,7,11}

7,20€



SALATE

vabali Salat Bowl^{e,f,h,j,k,m,5,11}  **vegan**

Salat mit karamellisierten Saaten & Aloe Vera Dressing

10,40€

wahlweise mit
mariniertem Hühnchenspieß

15,00€

gebeiztem Tofu^f  **vegan**

15,60€

gratiniertem Honig-Ziegenkäse^g auf Schwarzbrot^{a(Weizen),g,h,m} 

16,40€

gegrilltem Lachsfilet^d

19,20€

gegrillten Rinderfiletstreifen

19,20€

Lauwarmer Couscoussalat^{a(Weizen),c,e,f,g,h,i,k,l,m,1,2,4,5,6,7,11} 

mit Silberzwiebeln, Paprika, getrockneten Tomaten, Basilikum,
Oliven, Fenchel, roter Zwiebel, Nuss, roter Johannisbeere,
Minze, Knoblauch & Sellerie, dazu Papadam

14,60€

dazu 3 Gambas^b

+11,00€

Gesäuerter Mienudelsalat^{a,e,h,i,j,m,1,2,4,5,8,11}  **vegan**

mit Avocado, Staudensellerie, karamellisierten Zwiebeln,
Mango & karamellisierten Saaten

12,60€



HAUPTGERICHTE

Spicy Curry^{a,f,h,i,k,m} vegan

Staudensellerie, China- & Spitzkohl, Karotte, Süßkartoffel,
Paprika & Sprossen in Chili-Curry-Kokos-Rahm,
dazu Chiareis

13,30€

Fischtrilogie^{a,d,e,f,h,i,j,k,m}

Dorade, Lachs & Butterfisch, Sprossengemüse^{i,k}, Kaiserschoten,
Staudensellerie & Erdnusssauce, dazu Reis

21,20€

Peperoni Spaghetti^{a,c,g,i,l,m,1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}

in Salzeibutter geschwenkt, mit Frühlauch, Tomaten, Rucola,
Parmesan & Rinderfiletstreifen

18,40€

dazu 3 Gambas^b

+11,00€

Gebackene Süßkartoffel^{f,g,i,l,m,1,2,3,4,5,7,8,10,11}

aus dem Ofen, mit rotem Thai-Curry-Chicken, Kräuter-Yuzu-Schmand,
Frühlauch, Zwiebeln, Paprika & Tomaten

17,40€



VABALI KLASSIKER

vabali Teriyaki^{a,e,f,h,k,m,1}

mit Hühnchen, Koriandergemüse, Erdnuss-Kokos-Sauce & Nüssen,
dazu Mienudeln

14,80€

vabali Burger^{a(Weizen),c,e,f,g,h,i,j,k,m,2,4,5,7,11}

100% Rindfleisch (180g), Burgersauce,
eingelegte Gurke, Tomate, Salat, geschmorte Zwiebeln & Bergkäse,
dazu Süßkartoffelpommes^{1(E160 c,E100),E450,E500,E415,2,4,5,8,11}

16,20€

Burger vegetarisch^{a(Weizen),c,e,f,g,h,i,j,k,m,1,2,4,5,7,11}

Bratling aus Kichererbsen, Broccoli & Blumenkohl mit Ziegenkäse,
Burgersauce, geschmorte Zwiebeln, eingelegte Gurke, Tomate,
Salat & marinierter Ingwer,

dazu Süßkartoffelpommes^{1(E160 c,E100),E450,E500,E415,2,4,5,8,11}

16,20€

Salmon Burger^{a(Weizen,Roggen),c,d,e,f,h,i,j,k,m,2,4,5,7,11}

Frisches, gegrilltes Lachsfilet mit Burgersauce, eingelegte Gurke,
Rucola & Sojasprossen, in einem Vollkorn-Bun, dazu Salat

18,80€



DESSERT

Sticky Coconut Rice vegan

mit Beerenkompott, frischem Obst & Kokossplittern

5,80€

Schokohumus Marthaba^{a,c,e,g,h,l,m,8}

Zubereitungszeit 10 Minuten

Kichererbsen, Kakao, Datteln, Mandelmilch,
gebacken in Blätterteig, dazu Joghurteis & frisches Obst

6,80€

Ofenfrischer Schokoladenkuchen^{a(Weizen),c,e,g,h,m,1,2,7}

Zubereitungszeit 10 Minuten

mit schmelzendem Kern im Glas gebacken,
dazu Kirsch-Kardamom-Kompott & Schlagsahne

7,20€

Kuchen & Brownies^{a,c,e,f,g}

(täglich neues Angebot)

5,20€

Eis^g

Joghurt, Vanille, dunkle Schokolade, Kokos,
Sauerkirsch-Sorbet (laktose-frei)

2,80€/Kugel

Wir stellen Ihnen gern Ihre Auswahl zusammen

Pancakes/3St.^{a(Weizen),c,g,h,k,m,1,2,5,7,8,11}

mit Ahornsirup, Vanille-Eis, Schlagsahne & Beeren

6,90€



ALLERGEN- UND ZUSATZSTOFFKENNZEICHNUNG FÜR SPEISE- UND GETRÄNKEKARTE

a = Glutenhaltiges Getreide (z.B. Weizen)
b = Krebstiere
c = Ei
d = Fisch
e = Erdnuss/Nüsse
f = Soja
g = Milch oder Laktose
h = Schalenfrüchte
i = Sellerie
j = Senf
k = Sesam
l = Sulfite & Schwefeloxid
m = Lupinen
n = Weichtiere

1 = mit Farbstoff
2 = mit Konservierungsstoff
3 = mit Nitrat
4 = mit Antioxidationsmittel
5 = geschwefelt
6 = geschwärzt
7 = mit Süßungsmittel
8 = mit Phosphat
9 = gewachst
10 = mit Geschmacksverstärker
11 = mit Säuerungsmittel
12 = chininhaltig
13 = koffeinhaltig

 = vegetarisch

 **vegan** = vegan

Da wir ein lebensmittelverarbeitender Betrieb sind,
können wir Kreuzkontamination nicht ausschließen.