

497 Dean and David Bern - fresh to eat

MONATSSPECIAL
mit knusprigem Landbrot

600 Protein Spring Salad 26.00
mit frisch grillierten Schweizer Pouletbruststreifen, Cherrytomaten, Gurken, Weintrauben, mariniertem Blumenkohl, Sonnenblumen- Kürbiskernmix und Minze. Dazu empfehlen wir unser hausgemachtes Hummus-Ahornsirup-Dressing. Inklusive knusprigem Landbrot. Allergene Brot: Weizen, Roggen, Gerste Sesam.

SALADS SEA
mit knusprigem Landbrot

601 Salmon Spring 30.90
mit norwegischem Premium Lachs aus Zucht, Roast Potatoes, Schafskäse, sonnengereiften Cherrytomaten, Kürbis-Sonnenblumkern-Mix und mit frischer Kresse verfeinert. Dazu empfehlen wir unser Honey Mustard Dressing

SALADS CHICKEN & BEEF
mit knusprigem Landbrot

603 Grilled Beef 29.80
mit grillierten Schweizer Rinderstreifen, sonnengereifte Cherrytomaten, Gurken, Avocado, original Gran Soresina (ital. Premium Hartkäse) und Miso Mayo. Dazu empfehlen wir unser Caesar Dressing

112 Caesar Chicken 27.90
mit frisch grillierten Schweizer Pouletbruststreifen, sonnengereiften Cherrytomaten, CH Freilandei, original Gran Soresina (ital. Premium Hartkäse) und gerösteten Croûtons. Dazu empfehlen wir unser Caesar Dressing

111 Chicken Vitality 28.90
mit frisch grillierten Schweizer Pouletbruststreifen, knackigen Karotten, Schafskäse, Gurken, CH Freilandei, Kürbis-Sonnenblumkern-Mix und frischer Kresse. Dazu empfehlen wir unser hausgemachtes Rucola Dressing

602 Tuscany Chicken 27.90
mit frisch grillierten Schweizer Pouletbruststreifen, Roast Potatoes, sonnengereiften Cherrytomaten, Oliventapenade, Frühlingszwiebeln, original Gran Soresina (ital. Premium Hartkäse) und gerösteten Croûtons. Dazu empfehlen wir unser Rucola Dressing

SALADS VEGGIE & VEGAN
mit knusprigem Landbrot

604 Good Greens 26.90
mit Roast Potatoes, Rotkohl, süssen Weintrauben, knackigen Peperoni, frische Kresse und Baumnüsse. Dazu empfehlen wir unser Pink Balsamico Vinaigrette

110 Falafel Tahini 27.90
mit Green Falafel, Süsskartoffel Chunks, cremigem Hummus, Randen, saftigen Granatapfelkernen, Gurken und mit frischer Minze verfeinert. Dazu empfehlen wir unser Tahini Lemon Dressing

605 Paris 25.20
mit original französischem Ziegenkäse, Baumnüsse, knackigen Peperoni und süssen Weintrauben. Dazu empfehlen wir unser Honey Mustard Dressing

173 Avocado Halloumi 27.90
mit frisch grilliertem Halloumi, Avocado, sonnengereiften Cherrytomaten, saftigen Granatapfelkernen, gerösteten Croûtons und frischer Minze. Dazu empfehlen wir unser Pink Balsamico Vinaigrette

BOWLS SEA
mit Quinoa & Vollkornreis* Ausgenommen California Poke

133 Lachs Avocado Bowl 28.90
mit norwegischem Premium Lachs aus Zucht, Avocado, Edamame, Randen, gerösteten Crunchy Onions, Sesam, frischem Koriander, warmen Quinoa & Vollkornreis und frischem Salat. Dazu empfehlen wir unsere Soja Sesam

606 California Poké Bowl 30.90
mit norwegischem Premium Lachs aus Zucht, Avocado, fruchtiger Mango, Gurken, Frühlingszwiebeln, Jasmin-Duftreis, gerösteten Crunchy Onions, Sesam und Miso Mayo. Dazu empfehlen wir unsere Spicy Ginger Sauce

BOWLS CHICKEN & BEEF
mit Quinoa & Vollkornreis* Ausgenommen Chicken Teriyaki und Japanese Beef

607 Japanese Beef Bowl 28.40
mit frisch grillierten Schweizer Rinderstreifen, Rotkohl, Gurken, Mango, Miso Mayo, Jasmin-Duftreis und frischem Salat, Erdnüsse, frischer Koriander. Dazu empfehlen wir unsere Spicy Ginger Sauce.

608 Crunchy Beef Bowl 26.90
mit frisch grillierten Schweizer Rindsstreifen, Edamame, sonnengereiften Cherrytomaten, fruchtiger Mango, saftigen Granatapfelkernen, gerösteten Crunchy Onions, warmen Quinoa & Vollkornreis und frischem Salat. Dazu empfehlen wir unsere Soja Sesam Sauce

609 Crunchy Chicken Bowl 27.90
mit grillierten Schweizer Pouletbruststreifen, Edamame, sonnengereiften Cherrytomaten, fruchtiger Mango, saftigen Granatapfelkernen, gerösteten Crunchy Onions, warmen Quinoa & Vollkornreis und frischem Salat. Dazu empfehlen wir unsere Soja Sesam Sauce

610 Chicken Teriyaki Bowl 27.90
mit grillierten Schweizer Pouletbruststreifen, Rotkohl, sonnengereiften Cherrytomaten, Gurken, Frühlingszwiebeln, Jasmin-Duftreis, Sesam und Limette. Dazu empfehlen wir unsere Teriyaki Sauce

505 Avocado Chicken 27.90
mit grillierten Schweizer Pouletbruststreifen, Avocado, sonnengereiften Cherrytomaten, knackigen Peperoni, frischem Koriander, Frühlingszwiebeln, Limette warmen Quinoa & Vollkornreis und frischem Salat. Dazu unsere Mexican Salsa.

BOWLS VEGGIE & VEGAN
mit Quinoa & Vollkornreis*

612 Vegan Falafel Bowl 25.20
mit Green Falafel, cremigem Hummus, saftigen Granatapfelkernen, Randen, Gurken, knackigen Karotten, frischer Minze, warmen Quinoa & Vollkornreis und frischem Salat. Dazu empfehlen wir unsere Lemon Herbs Sauce

611 Veggie Buddha Bowl 25.20
mit grilliertem Gemüse, Süsskartoffel Chunks, Randen, Edamame, Baumnüsse, warmen Quinoa & Vollkornreis und frischem Salat. Dazu empfehlen wir unsere Soja Sesam Sauce

HOT STUFF CURRYS

148 Thai Peanut Beef Curry 27.20
Rotes Thai Curry mit frisch grillierten Schweizer Rinderstreifen, Rotkohl, Erdnüsse, Frühlingszwiebeln, frischem Gemüse und Jasmin-Duftreis. Allergene: Erdnüsse, Sellerie, Knoblauch, Zwiebel, Rind

145 Red Thai Chicken Curry 26.50
Rotes Thai Curry mit frisch grillierten Schweizer Pouletbruststreifen, Rotkohl, Edamame, frischem Gemüse und Jasmin-Duftreis. Allergene: Soja, Sellerie, Knoblauch, Zwiebel

506 Red Thai Planted.Chicken Curry 26.50
Rotes Thai Curry mit frisch grilliertem Planted.Chicken, Rotkohl, Edamame, frischem Gemüse und Jasmin-Duftreis. Allergene: Soja, Sellerie, Sesam, Knoblauch, Zwiebe

146 Mango Chicken Curry 26.50
Gelbes Curry mit frisch grillierten Schweizer Pouletbruststreifen, Rotkohl, Edamame, Erdnüsse, frischem Gemüse und Jasmin-Duftreis. Allergene: Soja, Erdnüsse, Knoblauch, Zwiebel

507 Mango Panted.Chicken Curry 26.50
Gelbes Curry mit frisch grilliertem Planted.Chicken, Rotkohl, Edamame, Erdnüsse, frischem Gemüse und Jasmin-Duftreis. Allergene: Soja, Sesam, Erdnüsse, Knoblauch, Zwiebel

252 Yellow Mango Curry 22.60
Gelbes Curry mit Avocado, Edamame, Crunchy Onions, frischem Gemüse und Jasmin-Duftreis. Allergene: Gluten, Soja, Knoblauch, Zwiebel

SMOOTHIE BOWLS

613 Açai Smoothie Bowl 8.90
mit Erdbeeren, Banane, roten Beeren, Mandeln und Açaí

614 Chocolate Banana Bowl 8.90
mit Mango, Kakao, Randen und Banane

SWEETS

616 Double Chocolate Muffin 7.30

615 Banana Bread 6.90

151 Blueberry Crumble Muffin 6.90
mit Blaubeere und Crumble

153 Himbeer Mandel Brownie 6.90
mit Schokolade und Haselnüssen

617 Carrot Cake 7.30

JUICES & SMOOTHIES SUPERFOOD SMOOTHIES 0.4L

frisch gepresst und gemixt - Die Smoothies können Erdnüsse enthalten (Kreuzkontamination)

623 Green Machine 12.40
aus Babyspinat, Gurke, fruchtigen Orange, Ananas und frischer Minze

624 Mango Passion 12.40
aus Mango, Ananas, Banane, fruchtigen Orangen und Kurkuma

625 Acai Sunrise 12.40
aus Erdbeeren, Banane, fruchtigen Orangen, Açaí und frischer Minze

KALTE GETRÄNKE

513 Knutwiler Wasser mit 5.90

353 Knutwiler Wasser ohne 5.90

406 Fritz - spritz bio Apfelschorle 6.40

407 Fritz - spritz bio Rhabarberschorle 6.40

408 Fritz - Kola 6.40

626 d&d Hibiskus 6.40

627 d&d Yuzu 6.40

628 d&d Pfirsisch 6.40

629 Mate Puro 5.00
Mate Tee – koffeinhaltig

630 Mate Zitronengras 5.00
Mate Tee & Zitronengras – koffeinhaltig

517 kaltgepresster Saft Berry Love 8.90

518 kaltgepresster Saft Green Guru 8.90

KALTE GETRÄNKE INGWER SUPERFOOD SHOTS

520 Granatapfel Açaí 6.90

521 Kurkuma 6.90