

SIGNATURE BOWLS



PULLED CHICKEN MONK

AEFHMNO

NOT SO BIG: 6,90
BIG: 9,90

REIS
LADYLIKE
PULLED CHICKEN
MANGO
AVOCADO
GURKE
CHAMPAGNER-KRAUT
CHILI ROT
SOLNUTS
CURRY-MAYO



RED FALAFEL MONK

AEFHMNO

NOT SO BIG: 6,90
BIG: 9,90

REIS
POKE
ROTE RÜBEN-FALAFEL
ROTES CHILI-KRAUT
MISO-HUMMUS
URKAROTTE
ROTE KICHERERBSEN
ROTER BABYMANGOLD
DUKKAH
SRIRACHA-MAYO



TOFU TERIYAKI MONK

AEFHMNO

NOT SO BIG: 6,90
BIG: 9,90

REIS
TERIYAKI
TOFU GERÄUCHERT
AVOCADO
SÜSSKARTOFFEL
CHAMPAGNERKRAUT
URKAROTTE
CASHEWS
JUNGWIEBEL
MISO-MAYO



CHILI PRAWN MONK

AEFHMNO

NOT SO BIG: 7,90
BIG: 11,90

REIS
TERIYAKI
WILDGARNELE
GURKE
AVOCADO
EDAMAME
WAKAME
BRUNNENKRESSE
CHILI-ERDNÜSSE
ZITRONEN-VERBENE-MAYO



JERK CHICKEN MONK

ABCEFHMO

NOT SO BIG: 6,90
BIG: 9,90

REIS
TERIYAKI
JERK CHICKEN
EDAMAME
EINGELEGTE ZWIEBEL
ANANAS-SALSA
SÜSSKARTOFFEL
DUKKAH
JUNGWIEBEL
SRIRACHA-MAYO



SALMON WASABI MONK

ABCEFHMO

NOT SO BIG: 7,90
BIG: 11,90

REIS
POKE
LACHS
EDAMAME
MANGO
AVOCADO
SÜSS-SAUER KÜRBIS
NORI
CHILI-ERDNÜSSE
WASABI-MAYO



TRUFFLE ROASTBEEF MONK

ABCEFHMO

NOT SO BIG: 7,90
BIG: 11,90

REIS
TERIYAKI
ROASTBEEF
MAIS
AVOCADO
SÜSS-KARTOFFEL
PAPRIKA
PINIENKERNE
TRÜFFEL-MAYO

CREATE YOUR OWN BOWL

01 BASIS

1 ZUR AUSWAHL

REIS
QUINOA +1€
ZOODLES +1€

02 VEGAN DRESSING

1 ZUR AUSWAHL

SWEET-SOY
TERIYAKI^{FO}
SESAME-SOY
POKE^{AFN}
LEMON-SOY
PONZU^{AF}
NUT-SOY
ERDNUSS-KOKOS^{AEFLO}
MARACUJA
LADYLIKE

03 PROTEIN

1 ZUR AUSWAHL

MEAT
PULLED CHICKEN^{ADEF}
JERK CHICKEN^{AF}
ROASTBEEF^{AEFM} +2€/1€
FISH
LACHS^D +2€/1€
WILDGARNELE^B +2€/1€
VEGAN
ROTE RÜBEN-FALAFEL^A
TOFU GERÄUCHERT^{AFN}

04 GREEN

4 ZUR AUSWAHL

ANANAS SALSA
AVOCADO
CHAMPAGNER-KRAUT^O
EDAMAME^F
EINGELEGTE ZWIEBEL^O
GURKE
MAIS
MANGO
MISO-HUMMUS^{FN}
PAPRIKA
ROTE KICHERERBSEN
ROTES CHILI-KRAUT
SÜSSKARTOFFEL
SÜSS-SAUERER KÜRBIS^{OM}
URKAROTTE
WAKAME^E

05 VEGAN CREAM

1 ZUR AUSWAHL

CURRY^{AFLO}
MISO^{AMFO}
SESAM^{AEFNOP}
SRIRACHA^{FM}
TRÜFFEL^{MOH}
WASABI^{MO}
ZITRONEN-VERBENE^M

06 TOPPING

2 ZUR AUSWAHL

CRUNCHY
CASHEWS^H
CHILI-ERDNÜSSE^{AEH}
ERDNÜSSE^{AEH}
KOKOSCHIPS
PINIENKERNE
RÖSTZWIEBEL^A
SESAM^N
SOLNUTS^A
VEGGIE
BRUNNENKRESSE
FRÜHLINGSZWIEBEL
KORIANDER
ROTER BABYMANGOLD
SHREDDED NORI
SPICY
CHILI ROT
DUKKAH^{EHN}

SPECIALS



MARTINI-GANSL

AFD

REIS
TERIYAKI
MARTINIGANSL
GOLDRÜBE
SANDDORNKRAUT
APFELKOPF
RETTICH
MARONI
ROTKRAUT
RÖSTZWIEBEL
SOUR CREME

BIG: 12,90
NOT SO BIG: 7,90



MISO-SUPPE



MISO-SUPPE
UDON NUDELN
JUNGWIEBEL
MAIS
SOJASPROSSEN
KORIANDER
ERDNÜSSE

4,00

CARDS ONLY

KEINE BARGELDZAHLUNG



DESSERT

CARAMEL-CREME^{ACGHF}
BANANA & MANGO

3,90

CHIA PUDDING^{VEGAN}
BERRYSAUCE

3,90

TRIPLE CHOCOLATE MOUSSE^{ACGHF}

3,90

WANT SOME EXTRA?

PROTEIN

WILDGARNELE /STÜCK 1€
FALAFEL, CHICKEN, TOFU 2€
LACHS, ROASTBEEF 3€

TOPPING

GREEN 0,5€
1€