SOULA MINDFUL GLUTENFREE EATERY

FRÜHSTÜCK & BRUNCH

GREEK BREAKFAST MOMELETTE F 13
Mungbean-Omelette, Oliven, pflanzlicher Veta, Spinat

ORIENTAL BREAKFAST N 13,5
Homemade Hummus, Olivenöl, Tahina, gegrilltes Gemüse, Oliven, mit getoastete Süßkartoffelscheiben

SIMPLY AVOCADO 9
Avocado, Sumach, Zitrone auf getoastete Süßkartoffel
Kitchen recommends: add Mungbeanegg F! + 4,5

BUCHWEIZEN PANCAKES F
3 Stk. Buchweizen-Pancakes

CLASSIC F 10
Flora Margarine, Ahornsirup

FRUITY F 13
Hausgemachte Himbeersauce und frische Früchte

NUTELLA FH 12
Plant-based Nutella und frische Früchte

SCHOKO BANANE NUSS FH 13
Homemade Schokosauce, Banane, karamellisierte Nüsse

KLEINE TELLER

SOULA STICKS* FN 7
Tofu, Noriblätter, Sesam, Jungzwiebel, Tamari-Glaze

KLEINES SAFTGULASCH FL 9
mit Braterdäpfel oder Salzerdäpfel

PIMIENTOS* EFN 7
Mit homemade Miso-Mayo, Erdnuss, Sesam

SPIRALERDÄPFEL-CHIPS* 6
Mit Dip deiner Wahl

SUPPEN

TOPINAMBURSCHAUMSUPPE L 7
*mit violetten Erdäpfelchips**

KLEINE SALATE

GEMISCHTER BLATTSALAT MO 5
Blattsalat, Tomate, Gurke

ERDÄFPELSALAT MO 5,5

GURKENRAHMSALAT F 5,5

GEMISCHTER SALAT FMO 5,5
Gemischter Blattsalat, Erdäpfelsalat, Gurkenrahmsalat

ZERO BIER

DIE WEISSE HELL *Glutenfrei. 0,0%* 0,5 | 5,9

GROßE TELLER

ZWIEBELROSTBRATEN FLM 22
*Sojabraten mit Braterdäpfel und glutenfreien Röstzwiebel**

SAFTGULASCH FL 17
Mit Sojaschnetzel, Fächergurkerl mit Braterdäpfel oder Salzerdäpfel

TOFU NORI FO 19
Tofu-Nori-Filet auf Zitronengras-Ingwer-Erdäpfelpüree, mit gegrillten Pak Choi und hausgemachten Algenkaviar

QUESABIRRIA TACOS FO 18
3 Stk. Maistortilla, Austernpilze in Birria-Sauce, pflanzlicher Schmelz, mit Consommé, Guacamole, Crema Fresca Vegano, Limette und Koriander-Jungzwiebel

MASSAMAN KÜRBIS CURRY FE 18
Massaman Curry mit Kürbis, Tofu, Erdäpfel, glutenfreie Röstzwiebel*, Erdnüsse, Koriander, Limette, Jasminreis. Scharf*

SALAT BOWLS

GERÖSTETER KÜRBIS SALAT HMNO 15
Gerösteter Hokkaido-Kürbis, Apfel, Pflücksalat, karamellisierte Walnüsse, eingelegte rote Zwiebel, Tahini-Kernöl-Dressing

EXTRAS

BRATERDÄPFEL 4,5

SAUERKRAUT 4

DIPS 2
Ketchup | Senf **M** *| Preiselbeeren*
Hausgemacht: Mayo **FMO** *| Knoblauchmayo* **FMO** *| Miso-Mayo* **FMO**
Chili-Lemon-Aioli **FMO**

GUACAMOLE 2,5

DESSERTS

CHEESECAKE F 7
Hausgemachter cremiger Cheesecake auf Sojabasis mit glutenfreiem Boden und Himbeersauce

KUGEL VANILLEEIS 3
Bio-Vanilleeis (Kokosbasis) von MORIZ

KABAK TATLISI NH 8
Türkisches Kürbisdessert mit Tahini und Walnüssen

MARONIREIS F 7
Maronireis, pflanzlicher Schlagobers, Zero-Rum, Amarenakirschen

SCHNEEWITTCHEN F 4cl | 6
Hausgemachter "Eierlikör" rein pflanzlich und 0.0% mit pflanzlicher Schlagobershaube

HINWEIS: *Die gelisteten Gerichte auf dieser Seite sind laut REZEPTUR glutenfrei.*
**Dieses Gericht oder diese Zutat wird in der gleichen Fritteuse frittiert, in der auch glutenhaltige Speisen frittiert werden.*
Aus logistischen Gründen, ist es leider nicht möglich, getrennte Backöfen / Fritteusen / Backformen / Töpfe zu verwenden. Danke für dein Verständnis.
Einige unserer Zutaten können laut Hersteller/Produzenten SPUREN von Gluten enthalten.