

Wenn Sie schön Auftischen wollen...

Alle Speisen stellen wir in Handarbeit und aus frischen Zutaten her.



Fürs Auge und den Gaumen

Mindestbestellmenge je Sorte 20 Stück

	Preis pro Stück
Weizentortillas mit Basilikumfrischkäse, Rucola & Tomate	1,20 €
Chicorée-Schiffchen mit Couscous-Salat (v)	1,40 €
Tomaten-Mozzarella-Spießchen	1,50 €
Blätterteigschnecken mit Tomaten-Basilikum-Pesto	1,40 €
Blätterteigschnecken mit Käse & Walnüssen	1,40 €
Falafel-Bällchen-Gurkenspieß mit Minz-Pesto	1,40 €
Knuspriger Gemüsebratling mit Salsa & Cornichons	1,40 €
Kartoffelrösti mit Gorgonzola-Birnen-Creme & Walnüssen	2,00 €

Schnittchen & Canapés

Halbe Schnittchen schön garniert

Vegetarischer. Apfel-Zwiebel-Schmelz mit saurem Gürkchen	1,80 €
Basilikum-Frischkäse mit Tomate & Mozzarella	1,80 €
Käse-Variationen	1,80 €
Ei & Kresse	1,80 €
Meerrettichcreme mit grüner Gurke	1,80 €

Canapés

Canapés gebuttert. Vegane Wünsche bitte angeben! Bei kleineren Bestellmengen stellen wir für Sie eine passende Auswahl zusammen.

Canapé mit Frischkäse-Lauch-Aufstrich	1,60 €
Canapé mit Linse-Nuss-Paste	1,60 €
Canapé mit Apfel-Zwiebel-Schmelz (v)	1,60 €
Canapé mit Tomaten-Basilikum-Pesto (v)	1,60 €
Canapé mit Champignon-Salat	1,60 €
Canapé mit Käsevariationen	1,60 €
Canapé mit gebr. Aubergine mit Dattel-Frischkäse-Creme	2,20 €
Canapé mit gebr. Zucchini mit Basilikum-Frischkäse	2,20 €
Canapé mit knusprigem Gemüsebratling mit Salsa & Cornichons	2,20 €

Halbe Brötchen

belegen wir auch mit einigen ausgewählten Zutaten

in dunkel	2,00 €
oder hell	1,80 €
Partybrötchen dunkel	1,40 €

Brot & Co.

Ofenbaguette	3,60 €
Gemischter Brotkorb mit Baguette & dunklem Brot pro Pers.	0,50 €

Unsere Aufstriche

	Preis pro 100g
Linsen-Nuss-Paste (v)	2,00 €
Champignon-Tomaten-Tofu-Paste (v)	2,00 €
Apfel-Zwiebel-Schmelz (v)	2,00 €
Frischkäse mit Lauch & Ajvar	2,00 €
Frischkäse mit getrockneten Tomaten & Basilikum	2,00 €
Hummus (Kichererbsen Sesam Paste) (v)	2,00 €

Quiche & Gratin

Mögliche Bestellmengen 6,9 oder 15 Stück. Bitte erfragen.

	Preis pro Portion/Person
Bunte Gemüselasagne mit Tomatenrahm	6,80 €
Spinat-Brokkoli-Lasagne mit Béchamelsauce	6,80 €
Kartoffelgratin mit dreierlei Käse	6,80 €
Tomaten-Mozzarella-Lasagne	6,80 €
Tortilla-Lasagne mit mexikanischem Gemüse & Avocado-Dip	6,80 €
Kartoffelgratin mit Radicchio und Gorgonzolarahm	6,80 €
Runde Gemüse-Quiche mit Ei, Schmand & Käse überbacken	6,80 €
Lauch-Käse-Kuchen mit Sauerrahn-Kräuter-Dip (18 Stück)	3,80 €

Süßes & Erfrischendes

Obstplatte (Obst der Saison in Spalten geschnitten)	19,80 €
Kleine Obstspieße (3 Teile Obst mit Bambus-Spießchen)	0,75 €
Knackige Gemüsestifte mit Sauerrahn-Kräuter-Dip/ Salsa	2,50 €

Mindestbestellmenge Quark und Rote Grütze: 1,5 Kg

	Preis pro Kg (ca. 150g pro Person)
Mango-Limetten-Quarkcreme	16,00 €
Schoko-Straciatella-Quark	16,00 €
Türkischer Sahnequark mit Honig & Walnüssen	16,00 €
Rote Grütze mit Vanille-Zimt-Sauce (auch vegan möglich)	16,00 €
Schoko-Nougat-Trifle mit Kirschen & Biskuit	16,00 €
Apfel-Zimt-Trifle mit Mandel & Biskuit	16,00 €

Salate

Mindestbestellmenge 1,5 kg

	Preis pro Kg (ca. 200g pro Person)
Griechischer Salat mit Oliven, Schafskäse, Tomaten, Gurken & Weißkraut	17,00 €
Nudelsalat mit gebratenen Zucchini, Tomaten, Rucola & Grana-Padano	17,00 €
Türkischer Bulgursalat mit Gurke, Tomate & Lauch	17,00 €
Nepalesischer Linsensalat mit Koriander & Ingwer	17,00 €
Rote-Bete-Meerrettich-Salat mit Äpfeln & Lauch	17,00 €
Grüne Babyblattsalate mit Basilikum-Mozzarella, & Cocktailtomaten	19,00 €
Orientalischer Couscoussalat mit Limette, & Honig	19,00 €
Süßkartoffel-Paprika-Salat	19,00 €

Suppen

Mindestbestellmenge 3 Liter je Suppe

	Preis pro Liter
Asiatische Gemüsesuppe mit Limette, Kokosmilch & Glasnudeln(v)	11,00 €
Bunte Gemüsesoljanka mit Schmand	11,00 €
Paprika-Tomatensuppe mit Mango-Ingwer-Schaum	11,00 €
Sultan-Suleiman-Suppe – orient. Spinatsuppe mit roten Linsen (v)	11,00 €
Mediterrane Gemüsesuppe (v)	11,00 €
Borschtsch (russ. Rote-Beete-Suppe mit Weißkohl) & Sauerrahm	11,00 €
Kürbis-Karottencremesuppe mit Kokosmilch (v)	11,00 €
Türkische Linsensuppe mit Würz-Öl (v)	11,00 €

Gemüsegerichte

Griechenschmortopf mit Schafskäse, schwarzen Oliven & Basmatireis	8,90 €
Asiatische Gemüsepfanne mit Sprossen, Kokosmilch & Mie-Nudeln (v)	8,90 €
Bunte Schupfnudel-Pfanne mit Gemüse der Saison & Kräuterrahmsauce	8,90 €
Couscous „Marrakesch“ –buntes Gemüsecurry (v)	8,90 €
Pikantes Süßkartoffelgulasch mit orient. Gewürzen & Basmatireis	8,90 €
Champignon-Rahmgeschnetzertes mit Kartoffelrösti	8,90 €
Herzhafte Spitzkohlpfanne mit Soja , Paprika-Schmand &, Rosmarinkartoffeln	8,90 €
Gebackenes Zucchinischnitzel mit Tomatensauce & Spätzle	8,90 €

Beilagen können variiert werden!

Unsere runden Kuchen & Torten

Karotten-Nuss-Kuchen mit Honig & Ei (Kastenform)	25,00 €
Schokokuchen mit Kirschen	30,00 €
Russischer Zupfkuchen	32,00 €
Quarktorte mit Himbeeren	32,00 €
Schwedische Apfeltorte	32,00 €
Karotten-Walnuss-Kuchen mit Vanille-Frischkäse-Decke	32,00 €
Butterkekstkuchen mit weißer Schokolade, Frischkäse & Beeren	32,00 €
Butterkekstkuchen mit Nougat, Frischkäse &Kirschen	32,00 €

Unsere Blechkuchen

Streuselkuchen mit Obst der Saison (Rhabarber, Apfel, Pflaume)	36,00 €
Donauwelle mit Kirschen, Puddingcreme & Schokoraspel	36,00 €
Beeren-Schmand-Schnitte	36,00 €

Beliebt bei Kindern

Apfelmus-Zimt-Schnitte	22,00 €
Schoko-Mini-Muffins mit Nutella und Smarties 24 Stück.	12,00 €

Alle Speisen stellen wir in Handarbeit und aus frischen Zutaten her.

In Bio-Qualität verarbeiten wir

Tofu
Soja
Milch
Honig
Zitronen
Eier
Kaffee
Wein

DE ÖKO 021

Falls bei Ihnen das Geschirr mal nicht reichen sollte, helfen wir gern aus. Fragen Sie uns auch nach unserem Liefer- und Personalservice. Wir beraten Sie bei größeren Feiern & Veranstaltungen und erstellen Ihnen ein individuelles Angebot. Selbstverständlich können Sie sich auch von unserem Wochenspeiseplan inspirieren lassen. Wir beraten Sie auch gern bei der Speisenauswahl und den Mengen. **Während der Mittagszeit, 11 – 14:30 Uhr, haben wir oft keine Zeit für eine telefonische Beratung. Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail.** Treffen Sie eine Vorauswahl nach Anlass und Vorlieben. Wir antworten Ihnen innerhalb von 2 Tagen.

Alle Preise sind Abholpreise d.h. inkl. 7% MwSt. Bei Lieferung gelten 19 % MwSt.

Wir freuen uns auf eine E-Mail von Ihnen!

Ihr Ökoase-Team

