

| Artikel                                   | Eigenschaften                               | Allergene                                       | Zutaten  |
|---|---|---|--|
| <b>my Basis</b>                           |   |   |  |
| Basmatireis                               | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Reis - Basmati, Wasser, Himalaya Salz, Rapsöl  |
| Couscous                                  | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Gluten  | Couscous, Wasser, Himalaya Salz  |
| Gewürzreis, indisch                       | Gewürzreis, indisch                         | Gewürzreis, indisch                             | Gewürzreis, indisch  |
| Gewürzreis, marokkanisch                  | Gewürzreis, marokkanisch                    | Gewürzreis, marokkanisch                        | Gewürzreis, marokkanisch   |
| Kokosreis, gekocht                        | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Reis - Basmati, Wasser, Himalaya Salz, Rapsöl, Kokosraspeln  |
| Roter Reis                                | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Reis rot, Wasser, Himalaya Salz, Rapsöl  |
| Dinkel-Joghurt-Kürbis-Krusti              | vegetarisch                                 | Gluten, Soja, Milch                             | Dinkelmehl, Wasser, Weizeneiweiß, Gerstenmalz, Joghurt, Kürbiskerne, Sojaschrot, Sonnenblumenkerne, Speisesalz, Dinkelvollkornsauerteig, Hefe, Pflanzenöl, Zucker, Süßmolkenpulver, Reismehl   |
| Dinkelvollkornsemmel                      | vegetarisch                                 | Gluten, Soja, Milch, Schalen                    | Dinkelmehl, Wasser, Sonnenblumenkerne, Dinkelgrütze, Sojaschrot, Dinkelvollkornmehl, Hefe, Gerstenmalz, Dinkelmehl, Salz jodiert, Guarkernmehl, Kartoffelflocken, Traubenzucker, Leinsamen, Roggenmehl   |
| <b>my Salad / my Extras / my Specials</b> |   |   |  |
| Kichererbsen, indisch                     | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Kichererbsen, Salz, Gemüsebrühe, Würzmischung, Wasser  |
| Nussmischung Crispy Nuts                  | vegetarisch                                 | Gluten, Erdnuss, Milch, Schalen, Sellerie, Senf | Mais, Kürbiskerne, Rauchmandeln, Erdnuss   |
| Spicy Meat                                | glutenfrei, lactosefrei                     | -   | Hackfleisch Rind, Chilis geschrotet, Himalaya Salz, Paprika edelsüß  |
| Couscous Salat, pikant                    | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Gluten  | Wasser, Couscous, Tomaten, Mais, Gemüsepaprika, Pflanzenöl, Zwiebeln, Zucker, Zitronensaft, Chillies, Salz, Brantweinessig, Schnittlauch, Knoblauch, Gewürze   |
| Griechischer Hirtensalat                  | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Milch   | Salatgurken, Hirtenkäse, Gemüsepaprika, Zwiebeln, Oliven, Stabilisator:Eisengluconat, Brantweinessig, Rapsöl, Zucker, Salz, Knoblauch, Gewürze   |
| Linsensalat                               | glutenfrei, vegetarisch                     | -   | Linsen grün, Gemüsepaprika, Rapsöl, Zucker, Brantweinessig, Karotten, Tomaten, Zwiebeln, Salz, Chillies, Schnittlauch, Auberginen, Gewürze   |
| Rote Beete-Apfel Salat                    | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Sulfit  | Rote Beete, Äpfel, Pflanzenöl, Zwiebeln, Brantweinessig, Zucker, Meerrettich, Antioxidationsmittel: Natriummetabisulfit, Salz, Pfeffer   |
| Thunfischsalat                            | glutenfrei, lactosefrei                     | Fisch, Sellerie                                 | Thunfisch, Gemüsepaprika, Zwiebeln, Mais, Erbsen, Brantweinessig, Staudensellerie, Pflanzenöl, Zucker, Salz, Tomaten, Zitronensaft, Paprikaextrakt, Gewürze, modifizierte Stärke, Xanthan  |
| Wakame Salat                              | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Gluten, Sesam, Soja                             | Seealgen, Zucker, Chili, Sesam, Salz, Fructose, Sesamöl, Sojasoße, Sojabohnen, Weizen, Essig, Wasser, Farbstoff:Curcumin, Brillantblau FCF   |
| Balsamicodressing                         | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch        | Senft, Sulfit                                   | Rapsöl, 17% Balsamicoessig [(Weinessig, Traubenmost, Farbstoff: Zuckercouleur) – enthält SULFIT], Trinkwasser, Olivenöl, Honig, Gewürze (mit SENFSAAT), Zucker, Speisesalz, Zitronensaft aus Zitronensaftkonzentrat, Knoblauch, Verdickungsmittel: Natriumalginat, Xanthan |
| Frenchdressing                            | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch        | Ei, Senf, Sulfit                                | Wasser, 29% Rapsöl, 2,9% Eigelb, Senfsaat, Zucker, Weißweinessig (enthält Sulfit), modifizierte Maisstärke, Gewürze, Gewürzextrakte, Speisesalz  |

| Artikel                                   | Eigenschaften                               | Allergene                  | Zutaten  |
|---|---|----------------------------|--|
| <b>my Salad / my Extras / my Specials</b> |   |                            |  |
| Honig-Senf dressing                       | glutenfrei, vegetarisch                     | Ei, Milch, Senf            | Rapsöl, 18% Senf (Wasser, Senf Saat, Brantweinessig, Zucker, Speisesalz, Gewürze), 12% Honig, Sauerrahm 15% Fett, Trinkwasser, Sahne 36% Fett, Eigelb pasteurisiert, Zitronensaft aus Zitronensaftkonzentrat, Brantweinessig, Zucker, Speisesalz, modifizierte Maisstärke, Gewürze, Gewürzextrakte, Säuerungsmittel: Citronensäure, Verdickungsmittel: Xanthan |
| Kernöldressing                            | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -                          | Wasser, Brantweinessig, 15% Kürbiskernöl, Zucker, Speisesalz, Verdickungsmittel: Xanthan, Natriumalginat, Pfeffer  |
| Kokos-Limetten Dressing                   | glutenfrei, vegetarisch                     | Milch                      | Wasser, Joghurt 3,6 % Fett, Rapsöl, Zucker, Weingeistessig, Salz, Kokospulver, Magermilchpulver, Glucosesirup, Gewürze, Zitronensaft, Säuerungsmittel: Citronensäure, Verdickungsmittel: Xanthan, Pektin, modifizierte Maisstärke, Knoblauch, Gewürzextrakte   |
| Mangodressing                             | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -                          | Trinkwasser, weißer Balsamicoessig 20% (Weinessig, Traubenmost), Mango 15%, Rapsöl 11%, Zucker, Speisesalz, Verdickungsmittel: Natriumalginat, Xanthan   |
| Rock-Ginger Dressing                      | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Soja                       | Rapsöl, Zucker, Weißwein, Sojasauce E (Trinkwasser, Soja, Speisesalz, Zucker, Weingeistessig, Tomatenmark, Apfelsaft, Gewürze), Zwiebel, Zitronensaft aus Zitronensaftkonzentrat, Apfelessig, Gewürze  |
| Wasabi-Minze Dressing                     | glutenfrei, vegetarisch                     | Milch                      | Wasser, Joghurt 3,6%, Fett, Rapsöl, Zucker, Weingeistessig, 6% Wasabi, 0,1% Minze, Salz, Magermilchpulver, Glucosesirup, Gewürze, Säuerungsmittel: Citronensäure, Verdickungsmittel: Xanthan, Pektin, Gewürzextrakte, Knoblauch  |
| <b>Sweets</b>                             |   |                            |  |
| Cookie: Cranberry, white and pecan        | vegetarisch                                 | Gluten, Ei, Milch, Schalen | Weizenmehl, Haferflocken, Butter, Rohrzucker, Rubenzucker, Eier, Cranberry, weiße Schokolade, Pecannüsse, Bourbon Vanille, Natron, Salz  |
| Cookie: Fat Chocolate                     | vegetarisch                                 | Gluten, Ei, Milch          | Dinkelmehl, Weizenmehl, haferflocken, Butter, Rohrzucker, Rubenzucker, Eier, Milchschokolade, weiße Schokolade, Bourbon Vanille, Natron, Salz  |
| Cookie: Peanut Butter                     | vegetarisch                                 | Gluten, Ei, Erdnuss, Milch | Weizenmehl, Dinkelmehl, Brauner Zucker, Rohrzucker, Butter, Eier, Mexikanische Vanille, Peanut Butter, Schokolade, Natron  |
| Cookie: White Chocolate and Caramel       | vegetarisch                                 | Gluten, Ei, Milch          | Weizenmehl, Dinkelmehl, Haferflocken, Butter, Eier, Vanille, Salz, Natron, Weiße Schokolade, Pekannuss, Caramel  |
| Italian Sweets: Tartufi Dark              | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Soja, Schalen              | Piemont-Haselnüsse, Zucker, Kakaomasse, Kakaobutter, Kakaopulver, Emulgator (Sojalecithin), Vanillearoma   |
| Italian Sweets: Tartufi Stracciatella     | glutenfrei, vegetarisch                     | Milch, Soja, Schalen       | weiße Schokolade (Zucker, Vollmilchpulver, Kakaobutter, Emulgator (Sojalecithin), Vanillearoma), Piemont-Haselnüsse, Edelbitterschokolade (Zucker, Kakaomasse, Kakaobutter, Emulgator (Sojalecithin), Vanillearoma, Zucker, Bitterschokolade-Kakao: 52%)   |
| Italian Sweets: Tartufi White             | glutenfrei, vegetarisch                     | Soja, Milch, Schalen       | Haselnüsse, Zucker, Vollmilchpulver, Kakaobutter, Emulgator (Sojalecithin), Vanillearoma   |

| Artikel   | Eigenschaften           | Allergene                                   | Zutaten   |
|---|-------------------------|---|---|
| <b>my Taste</b>                                     |                         |   |   |
| Beef: 100% Beef Chili                               | glutenfrei, lactosefrei | -   | Chilis, Pfeffer, Paprika edelsüss, Himalaya Salz, Basilikum trocken, Thymian, Majoran, Oregano, Rinderbrühe, Knoblauchzehen, Rapsöl, Zwiebelbrunoise, Tomatenmark, Mais, Paprikawürfel rot/grün, Kidneybohnen rot, Tomaten Pulpe, Wasser, Hackfleisch Rind  |
| Beef: Curry mit Datteln und Sellerie                | -                       | Gluten, Soja, Milch, Sellerie, Senf, Sulfit | Paprika edelsüss, Cumin (Kreuzkümmel), Curry Madras, Kardamom, Chilis, Ingwer, Bockshornkleesamen, Fenchelsamen, Zimt, Himalaya Salz, Rinderbrühe, Honig, Tomatenmark, Sojasauce, Balsamicoessig, Rapsöl, Stangensellerie, Datteln, Knoblauch gehackt, Zwiebelbrunoise, Aprikosenwürfel, Wasser, Schlagcreme, Rindfleischstreifen gekocht, Maisstärke |
| Beef: Curry Massaman mit Erdnuss und Paprika        | glutenfrei, lactosefrei | Erdnuss                                     | Würzmischung Beef Curry Matsaman, Currypaste Matsaman, Currypaste rot, Honig, Knoblauchzehen, Erdnusspaste, Mangosaft, Zwiebelbrunoise, Dicke Bohnen (grün), Paprikawürfel bunt, Kokosnussmilch, Wasser, Maisstärke, Rindfleischstreifen gekocht  |
| Chicken: Curry Bombay mit Kartoffeln                | glutenfrei              | Ei, Milch, Schalen, Senf, Sulfit            | Galgant, Lorbeerblätter, Himalaya Salz, Hühnerbrühe, Curry Madras, Chilis, Paprika edelsüss, Thymian, Tandoori Würze, Tomatenmark, Tomaten Pulpe, Mandeln gerieben, Butter, Zwiebelbrunoise, Knoblauchzehen, Kartoffeln, Sauerrahm, Wasser, Hühnerfleisch gegart  |
| Chicken: Curry Limette, Paprika, Zucchini & Erdnuss | lactosefrei             | Gluten, Ei, Erdnuss, Soja                   | Zimt, Koriander, Bockshornkleesamen, Himalaya Salz, Hühnerbrühe, Currypaste gelb, Honig, Zitronensaft, Sojasauce, Erdnüsse geschält, Knoblauchzehen, Zwiebelbrunoise, Limettenblätter, Karottenwürfel, Zucchini, Paprika rot, Zitronengras, Kokosnussmilch, Wasser, Maisstärke, Erbsenmehl, Hühnerfleisch gegart                                      |
| Chicken: Curry mit Linsen & Wokgemüse               | glutenfrei, lactosefrei | Ei, Sulfit                                  | Paprika edelsüss, Kurkuma, Koriander, Ingwer, Fenchelsamen, Currypaste rot, Himalaya Salz, Hühnerbrühe, Zwiebelbrunoise, Mangosaft, Balsamicoessig, Tomaten Pulpe, Knoblauchzehen, Wok-Gemüse, Linsen grün, Kokosnussmilch, Maisstärke, Erbsenmehl, Wasser, Hühnerfleisch gegart  |
| Chicken: Curry mit Mango und Ananas                 | glutenfrei              | Ei, Soja, Milch, Senf                       | Kurkuma, Curry Madras, Ingwer, Chilis, Koriander, Himalaya Salz, Currypaste rot, Hühnerbrühe, Mangosaft, Kokosnussmilch, Schlagcreme, Zwiebelbrunoise, Ananassstücke, Mangowürfel, Wasser, Erbsenmehl, Maisstärke, Hühnerfleisch gegart   |
| Chicken: Curry mit Paprika, Weißkraut und Cashew    | glutenfrei              | Ei, Soja, Milch                             | Paprikapulver edelsüss, Kurkuma, Koriander, Kümmel, Ingwer, Himalaya Salz, Currypaste Rot, Hühnerbrühe, Mangosaft, Tomaten Pulpe, Paprikawürfel Rot, Zwiebel, Cashewnüsse, Weißkraut, Kokosmilch, Schlagcreme, Galgant, Wasser, Erbsenmehl, Maisstärke, Hühnerfleisch   |
| Chicken: Curry Red Thai                             | -                       | Gluten, Ei, Soja, Milch                     | Würzmischung Red Thai, Currypaste rot, Tomatenmark, Tomaten Pulpe, Sojasauce, Kokosnussmilch, Lauchringe, Zwiebelbrunoise, Aubergine, Schlagcreme, Wasser, Maisstärke, Erbsenmehl, Hühnerfleisch gegart   |
| Chicken: Curry mit Wokgemüse                        | glutenfrei, lactosefrei | Ei  | Paprika edelsüss, Koriander, Cumin (Kreuzkümmel), Ingwer, Kurkuma, Himalaya Salz, Hühnerbrühe, Currypaste rot, Tomaten Pulpe, Mangosaft, Zwiebelbrunoise, Kokosnussmilch, Wok-Gemüse, Wasser, Erbsenmehl, Maisstärke, Hühnerfleisch gegart  |

| Artikel  | Eigenschaften                               | Allergene               | Zutaten  |
|--|---|-------------------------|--|
| <b>my Taste</b>  |   |                         |  |
| Veggy: African Peanut Pot                                | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Erdnuss, Sellerie, Senf | Paprika edelsüss, Cumin (Kreuzkümmel), Chilis, Fenchelsamen, Thymian, Himalaya Salz, Gemüsebrühe, Estragonsenf, Erdnusspaste, Mangosaft, Erdnüsse geschält, Tomaten Pulpe, Zwiebelbrunoise, Kidneybohnen rot, Karottenwürfel, Mais, Weißkrautstreifen, Paprika gelb, Wasser, Maisstärke, |
| Veggy: Curry Aubergine & Lauch mit Soja-Chunks           | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Gluten, Soja            | Paprikapulver, Salz, Currypaste rot, Sojasauce, Sojawürfel, Tomatenmark, Tomatenpulpe, Rapsöl, Chilischoten, Ingwer, Knoblauch, Zwiebeln, Lauch, Auberginen, Kokosmilch, Wasser, Stärke  |
| Veggy: Curry mit Blumenkohl und Kartoffeln               | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Sellerie, Senf, Sulfid  | Kurkuma, Curry Madras, Bockshornklee-samen, Koriander, Cumin (Kreuzkümmel), Paprika edelsüss, Ingwer, Zitronia Sun, Gemüsebrühe, Himalaya Salz, Zucker, Sweet Chili Sauce, Kokosnussmilch, Zwiebelbrunoise, Kartoffeln, Blumenkohlrößchen, Wasser, Maisstärke                            |
| Veggy: Curry mit frischen Pilzen                         | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Sellerie                | Ingwer, Kurkuma, Koriander, Gemüsebrühe, Himalaya Salz, Currypaste gelb, Mangosaft, Zwiebelbrunoise, Knoblauchzehen, Wok-Gemüse, Champignons, Kräuterseitlinge, Kokosnussmilch, Maisstärke, Wasser   |
| Veggy: Curry mit Kichererbsen und Paprika                | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Sellerie                | Kurkuma, Ingwer, Koriander, Himalaya Salz, Gemüsebrühe, Currypaste grün, Knoblauchpaste, Mangosaft, Kichererbsen, Zwiebelbrunoise, Paprikastreifen bunt, Kokosnussmilch, Wasser, Maisstärke  |
| Veggy: Linsen Dal  | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Senf                    | Senfkörner, Zwiebel, Knoblauch, Ingwer, Curry Madras, Zimt, Kurkuma, Cumin, Kardamom, Chili, Gemüsebrühe, Zucker, Himalaya Salz, Kokosmilch, Linsen rot, Minze, Koriander, Wasser, Tomaten   |
| Veggy: Curry Panang mit Bambus                           | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Sellerie, Senf          | Curry Madras, Ingwer, Kurkuma, Koriander, Gemüsebrühe, Himalaya Salz, Zucker, Currypaste gelb, Mangosaft, Zwiebelbrunoise, Karottenwürfel, Süßkartoffel, Bambusstreifen, Kokosnussmilch, Wasser, Maisstärke  |
| Veggy: Ratatouille mit Austernpilzen                     | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Sellerie                | Rosmarin, Thymian, Himalaya Salz, Gemüsebrühe, Knoblauchpaste, Tomatenmark, Tomaten Pulpe, Paprika rot, Zwiebelbrunoise, Aubergine, Zucchini, Austernpilze, Wasser, Maisstärke   |
| Veggy: Curry Soja-Chunks mit Fevesbohnen und Champignons | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Soja, Senf, Sulfid      | Würzmischung Tofu Curry, Currypaste Matsaman, Currypaste rot, Mangosaft, Balsamicoessig, Estragonsenf, Sojawürfel, Karottenwürfel, Zwiebelbrunoise, Kürbiswürfel, Dicke Bohnen (grün), Champignons, Fruchtpüree Mandarine, Kokosnussmilch, Wasser, Maisstärke                            |
| Veggy: Curry Sweet India                                 | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Sellerie, Senf, Sulfid  | Curry Madras, Gemüsebrühe, Zucker, Himalaya Salz, Ingwer eingelegt, Currypaste rot, Rapsöl, Balsamicoessig, Kartoffeln, Ananassstücke, Zwiebelbrunoise, Karottenwürfel, Kokosnussmilch, Wasser, Maisstärke   |
| Sauce: Green Basil Pesto                                 | glutenfrei, vegetarisch                     | Ei, Milch, Sesam        | Himalaya Salz, Sesam, Basilikum, Petersilie, Olivenöl, Rapsöl, Knoblauchzehen, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne, Parmesan  |
| Sauce: Happy Soy   | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | Soja, Sellerie          | Paprika edelsüss, Pfeffer, Basilikum trocken, Oregano, Himalaya Salz, Zucker, Sojaflocken, Tomaten Pulpe, Tomatenmark, Olivenöl, Zwiebelbrunoise, Karottenwürfel, Selleriewürfel, Lauchringe, Wasser   |
| Soup: Lemongrass Soup                                    | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Gluten, Soja            | Gemüsebrühe, Ingwer, Zitronengras, Limettenblätter, Sojasauce, Wasser  |
| Soup: Karotten-Ingwersuppe                               | glutenfrei, vegetarisch                     | Soja, Milch             | Würzmischung Karotten Ingwer Suppe, Ingwer eingelegt, Zwiebelbrunoise, Karottenwürfel, Schlagcreme, Wasser   |

| Artikel                        | Eigenschaften                               | Allergene   | Zutaten  |
|--------------------------------|---|---|--|
| <b>my Taste</b>                |   |   |  |
| Soup: Tomaten-Kokossuppe       | glutenfrei, vegetarisch                     | Soja, Milch, Sulfit                                 | Würzmischung Tomaten Kokos Suppe, Honig, Tomaten Pulpe, Tomatenmark, Balsamicoessig, Kokosnussmilch, Schlagcreme, Wasser   |
| Soup: Tom Kha Gai              | glutenfrei, lactosefrei                     | Ei  | Würzmischung Tom Kha Gai, Currypaste rot, Zitronensaft, Honig, Lauchringe, Champignons, Zitronengras, Paprikastreifen bunt, Hühnerfleisch gegart, Kokosnussmilch, Wasser |
| <b>Sushi</b>                   |   |   |  |
| Maki Chicken Mango             | glutenfrei                                  | Milch, Senf, Sesam                                  | Nori Blatt, Tandoorichicken, Mango Chutney, Rucola, Sushireis mariniert  |
| Maki Futomaki Veggy            | glutenfrei, vegetarisch, vegan              | Soja, Sulfit  | Nori Blatt, Gurke, Tomatenpaprika, Rettich Gelb, Tofu natur, Sushireis mariniert   |
| Maki Garnele Rolle             | glutenfrei, lactosefrei                     | Krebs, Ei, Senf, Weichtiere                         | Nori Blatt, Rucola, Mayonnaise, Shrimps eingelegt, Sushireis mariniert   |
| Maki Gelber Rettich            | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Sesam   | Nori Blatt, Rettich, Wasser, Sushireis mariniert, Salz, Zucker, Sesam, Chilischoten, Kurkuma   |
| Maki Gurke                     | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Nori Blatt, Gurke, Sushireis mariniert   |
| Maki Italia                    | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Gluten, Senf  | Nori Blatt, Sushireis mariniert, Paprika geröstet, Rucola, Kürbiskerne, Kürbiskernöl, Mayonnaise vegan   |
| Maki Krabbe Avocado            | lactosefrei                                 | Gluten, Krebs, Ei, Fisch, Soja, Senf, Weichtiere    | Nori Blatt, Crabstickmasse, Avocado, Sushireis mariniert   |
| Maki Lachs                     | glutenfrei, lactosefrei                     | Fisch   | Nori Blatt, Lachsfilet, Sushireis mariniert  |
| Maki Mozzarella-Tomate-Pesto   | glutenfrei, vegetarisch                     | Ei, Milch, Sesam                                    | Nori Blatt, Sushireis mariniert, Sesam, Pesto, Mozzarella Stange, Tomaten, Rucola  |
| Maki Pulled Beef               | -   | Gluten, Soja, Milch                                 | Nori Blatt, Sushireis mariniert, Tzatziki-Aufstrich, Rotkraut, Pulled Beef, Tomaten  |
| Maki Räucherlachs Gervais      | lactosefrei                                 | Fisch, Milch, Senf, Sulfit                          | Nori Blatt, Räucherlachs, Tomatengranulat, Gervaismasse, Kopfsalat, Sushireis mariniert  |
| Maki Rote Beete Couscous       | vegetarisch                                 | Gluten, Milch, Senf, Sulfit                         | Nori Blatt, Sushireis mariniert, Rote Beete, Couscous, Wasabi, Petersilie, Meerrettich   |
| Maki Rucola Senfgurke          | glutenfrei, vegetarisch                     | Erdnuss, Soja, Milch, Senf, Sesam, Sulfit, Histamin | Nori Blatt, Rucola, Senfgurke Konserve, Rucola-Sesam-Aufstrich, Karottenstreifen, Sushireis mariniert  |
| Maki Spargel-Lachs             | glutenfrei, lactosefrei                     | Fisch   | Nori Blatt, Sushireis mariniert, Räucherlachs, Spargel grün, Spargel weiß  |
| Maki Spinat Feta               | glutenfrei, vegetarisch                     | Ei, Milch, Senf                                     | Nori Blatt, Spinatmasse, Fetablock, Sushireis mariniert  |
| Maki Tandoori Chicken          | glutenfrei                                  | Ei, Milch, Senf                                     | Nori Blatt, Sushireis mariniert, Kopfsalat, Tandoorichicken, Tomaten, Mayonnaise   |
| Maki Thunfisch Avocado         | lactosefrei                                 | Gluten, Ei, Fisch, Soja, Senf, Weichtiere           | Nori Blatt, Thunfischmasse, Avocado, Sushireis mariniert   |
| Maki Ziegenkäse-Honig-Walnuß   | glutenfrei, vegetarisch                     | Milch, Schalen                                      | Nori Blatt, Sushireis mariniert, Ziegenkäse-Walnußmasse, Rucola  |
| Nigiri Austernpilz             | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Gluten, Soja, Sesam                                 | Nigiri Reispolster, Austernpilze, Sesamöl, Salz, Pfeffer schwarz, Sojasauce  |
| Nigiri Erbsenschote            | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan |   | Nigiri Reispolster, Erbsenschoten  |
| Nigiri Frischkäse Räucherlachs | glutenfrei                                  | Fisch, Milch, Senf                                  | Nigiri Reispolster, Räucherlachs-Frischkäse-Masse, Nori Blatt  |
| Nigiri Gelber Rettich          | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Sesam   | Nigiri Reispolster, Rettich, Wasser, Sushireis mariniert, Salz, Zucker, Sesam, Chilischoten, Kurkuma   |
| Nigiri Lachs                   | glutenfrei, lactosefrei                     | Fisch   | Nigiri Reispolster, Sushi Topping Lachs  |

| Artikel                 | Eigenschaften                               | Allergene   | Zutaten  |
|-------------------------|---|---|--|
| <b>Sushi</b>            |   |   |  |
| Nigiri Räucheraal       | glutenfrei, lactosefrei                     | Fisch, Soja   | Nigiri Reispolster, Sushi Topping Räucheraal   |
| Nigiri Sardinele        | lactosefrei                                 | Gluten, Fisch                                       | Nigiri Reispolster, Sushi Topping Sardinele  |
| Nigiri Spicy Tofu       | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Gluten, Soja, Senf                                  | Nigiri Reispolster, Räuchertofu, Mayonnaise vegan, Würzmischung Arrabiata (Gewürze, Speisesalz, Speisewürze, Aroma), Nori Blatt  |
| Nigiri Tamago           | lactosefrei, vegetarisch                    | Gluten, Ei, Soja                                    | Nigiri Reispolster, Tamago   |
| Rolls Garnele           | glutenfrei, lactosefrei                     | Krebs, Ei, Senf, Weichtiere                         | Nori Blatt, Rucola, Mayonnaise, Sushireis mariniert, Shrimps eingelegt   |
| Rolls Pulled Beef       | -   | Gluten, Soja, Milch                                 | Nori Blatt, Sushireis mariniert, Tzatziki-Aufstrich, Rotkraut, Pulled Beef, Tomaten  |
| Rolls Rucola Senfgurke  | glutenfrei, vegetarisch                     | Erdnuss, Soja, Milch, Senf, Sesam, Sulfit, Histamin | Nori Blatt, Rucola, Senfgurke Konserve, Sushireis mariniert, Karottenstreifen, Rucola-Sesam-Aufstrich                            |
| Rolls Spargel Lachs     | glutenfrei, lactosefrei                     | Fisch   | Nori Blatt, Räucherlachs, Spargel weiß, Spargel grün, Sushireis mariniert  |
| Rolls Spinat Feta       | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Nori Blatt, Gurke, Sushireis mariniert   |
| Rolls Tandoori Chicken  | glutenfrei                                  | Ei, Milch, Senf                                     | Nori Blatt, Tandoorichicken, Tomaten, Kopfsalat, Mayonnaise, Sushireis mariniert   |
| Rolls Thunfisch Avocado | lactosefrei                                 | Gluten, Ei, Fisch, Soja, Senf, Weichtiere           | Nori Blatt, Thunfischmasse, Avocado, Sushireis mariniert   |
| Stick Chicken Mango     | glutenfrei                                  | Milch, Senf, Sesam                                  | Nori Blatt, Tandoorichicken, Mango Chutney, Rucola, Sushireis mariniert  |
| Stick gelber Rettich    | lactosefrei, vegetarisch, vegan             | Sesam   | Nori Blatt, Rettich, Wasser, Sushireis mariniert, Salz, Zucker, Sesam, Chilischoten, Kurkuma                                     |
| Stick Gurke             | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Nori Blatt, Gurke, Sushireis mariniert   |
| Stick Lachs             | glutenfrei, lactosefrei                     | Fisch   | Nori Blatt, Lachsfilet, Sushireis mariniert  |
| Sushi Reis Marinade     | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Reisessig glutenfrei, Himalaya Salz, Zucker  |
| Sushireis mariniert     | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Reis, Wasser, Trehalosesud, Sushi Reis Marinade  |
| Sweet Chili Sauce       | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Wasser, Zucker, Dextrose, Glukosesirup, Paprika, Weingeistessig, Chilipaprika, Tomatenmark, Salz, Knoblauch, Gewürze, Maisstärke |
| Ingwer eingelegt        | glutenfrei, lactosefrei, vegetarisch, vegan | -   | Ingwer, Wasser, Salz, Süßstoff   |