

INKL. 1 BASIS • 1 SAUCE • 3 STANDARDS • 1 PREMIUM • 1 FINISH

STARTER BOWL
10,90
EURO

WÄHLE

1

BASIS

Weißer Reis
Vollkornreis

Quinoa-Vollkornreis
Couscous^{A1,F,N}

Kartoffelstampf^{N,O}
Wildkräutersalat

WÄHLE

1

SAUCE

Gurke-Tahini^{1,3,7,A1,F,N}
Erdnuss-Limetten^{A1,E,F,N}
Avocado-Koriander^{3,7,9,F}

Mango-Curry^{3,7,9,A1,F,N}
Chipotle-Habanero^{3,7,A1,F,N}
Maple-Himbeer Balsamico^{4,A1F,M,N,O}

Coconut Red Thai^{3,7,9,A1,F,N}
Joghurt-Kräuter^F

+ 1,00 €
je weiterer Sauce

WÄHLE

3

STANDARD

Gurke
Mais
Kirschtomaten
Rote Zwiebel^O
Frühlingszwiebel
Erbsen
Rote Bete

Karotte
Sellerie^L
Champignons gebacken^{A1,F}
Kidneybohnen
Rote Linsen^{A1,F,N}
Edamame
Grillgemüse

Curry-Blumenkohl
Brokkoli
Kichererbsen gebacken
Rotkrautsalat^O
Apfel

+ 1,50 €
je weiterem Standard

WÄHLE

1

PREMIUM

Avocado
Süßkartoffeln
Tofu gebacken^{A1,F,N}
Tzatziki^{F,O}
Guacamole
Pico de Gallo

Hummus
Erdnuss-Hummus^{A1,E,F,N}
Greek White Lemon Thyme
Beans & Pepper Salad
Mango
Blaubeere

Granatapfelkerne
Falafel^{A1}
Planted Chicken
Planted Gyros^O
Kebab (vegan)^{A1}
Nuggets (vegan)^{A1,L,M,N}

+ 2,50 €
je weiterem Premium

WÄHLE

1

FINISH

Cashew^{H4}
Kürbiskerne
Ingwer^{3,7,9}

Erdnüsse^E
Röstzwiebeln^{A1}
Petersilie

Koriander
Körnermix
Walnuss^{H3}

+ 0,70 €
je weiterem Finish

YOUR FAVORITE MIX

Entdecke Deine eigene Kreation! Neben unseren fertigen Speisen bieten wir Dir auch die Möglichkeit, ganz unkompliziert Deine eigene Bowl zusammenzustellen. Mit über 60 Zutaten gibt es 365 Tage im Jahr neue Lieblingskombinationen zu entdecken.



BEI GREENEAT ESSEN LOHNT SICH! ERST RECHT MIT UNSERER GREENCARD!

Pro Gericht erhältst du einen Stempel.
Eine volle Bonuskarte tauschst du gegen eine gratis Bowl, Salat oder Wrap!



UNSER LIEFERSERVICE

Bowls, Salate, Wraps
und vieles mehr direkt
zu Dir nach Hause!

*Mindestbestellwert
ab 15 Euro

GANZ EINFACH ONLINE BESTELLEN: GREENEAT.DE

MO-SA 11-20 UHR
SO 11:30-20 UHR

Teltower Damm 33 | 14169 Berlin | info@greeneat.de | Inhaber: Mathias Preuhs

* Mindestbestellwert: ab 15 Euro. Bei Reklamationen, Fragen & Anregungen erreichen Sie uns unter info@greeneat.de oder telefonisch unter 030 355 25 287. Preisänderungen vorbehalten, mit Erscheinen dieser Speisekarte verlieren alle vorherigen ihre Gültigkeit.

ZUSATZSTOFFE: 1 mit Farbstoff | 2 mit Antioxidationsmittel | 3 mit Konservierungsstoff | 4 geschwefelt | 5 mit Phosphat | 7 mit Süßungsmittel | 9 enthält Phenylalaninquelle | **ALLERGENE:** A Glutenhaltige Getreide sowie daraus gewonnene Erzeugnisse (A1 Weizen, A2 Gerste, A3 Hafer) | E Erdnüsse + Erdnusserzeugnisse | F Sojabohnen + Sojaerzeugnisse | H Schalenfrüchte (H1 Mandeln, H2 Haselnüsse, H3 Walnüsse, H4 Kaschunüsse, H5 Pecannüsse, H6 Pistazien, H7 Paranüsse, H8 Macadamianüsse) | L Sellerie + Sellerieerzeugnisse | M Senf + Senferzeugnisse | N Sesamsamen + Sesamerzeugnisse | O Schwefeldioxid und Sulfite (ab 10mg/kg oder 10mg/l) | P Lupinen und Lupinenerzeugnisse | Weitere Informationen zu Zusatzstoffen, Allergenen und Nährwerten finden Sie im ausliegenden Infomaterial oder auf Nachfrage bei unseren Mitarbeitern.



GREENEAT

YOUR FAVORITE MIX



BOWLS

PLANT BASED

1 GOLDEN BUDDAH

Basis: Vollkornreis
Sauce: Gurke-Tahini^{1,3,7,A1,F,N}
Standard: Rotkrautsalat^o, Kichererbsen, Gurke, Edamame
Premium: Falafel^{A1}, Hummus
Finish: Petersilie

13,90 €

2 INDIAN SUMMER

Basis: Vollkornreis
Sauce: Joghurt-Kräuter^F
Standard: Apfel, Karotten, Kichererbsen, Rotkrautsalat^o, Rote Zwiebel^o
Premium: Planted Chicken, Süßkartoffeln
Finish: Kürbiskerne

13,90 €

3 LONG ISLAND

Basis: Quinoa-Vollkornreis
Sauce: Avocado-Koriander
Standard: Edamame, Apfel, Kichererbsen, Rotkrautsalat^o
Premium: Avocado, Greek White Lemon Thyme
Finish: Walnuss^{H3}

13,90 €

4 SUNRISE

Basis: Vollkornreis
Sauce: Coconut Red Thai^{3,7,9,A1,F,N}
Standard: Curry-Blumenkohl, Karotten, Mais
Premium: Süßkartoffeln, Tofu gebacken^{A1,F,N}, Tzatziki^{F,O}
Finish: Ingwer^{3,7,9}

12,90 €

5 AFRICAN DREAM

Basis: Weißer Reis
Sauce: Mango-Curry^{3,7,9,A1,F,N}
Standard: Kidneybohnen, Kirschtomaten, Curry-Blumenkohl
Premium: Planted Chicken, Süßkartoffeln, Erdnuss-Hummus^{A1,E,F,N}
Finish: Ingwer^{3,7,9}, Erdnuss^E

13,90 €

6 FARMLAND

Basis: Kartoffelstampf^{N,O}
Sauce: Maple-Himbeer Balsamico^{4,A1F,M,N,O}
Standard: Erbsen, Rotkrautsalat^o, Karotten, Rote Bete, Rote Zwiebel^o
Premium: Nuggets (vegan)^{A1,L,M,N}
Finish: Petersilie

11,90 €

ALLE BOWLS MIT WILDKRÄUTER-SALAT UND SESAM^N

7 GREEK LOVE

Basis: Weißer Reis
Sauce: Joghurt-Kräuter^F
Standard: Rotkrautsalat^o, Beans & Pepper Salad, Kirschtomaten, Rote Zwiebel^o
Premium: Tzatziki^{F,O}, Planted Gyros^o, Greek White Lemon Thyme, Kalamata Oliven
Finish: Petersilie

14,90 €

9 GREENARY

Basis: Quinoa-Vollkornreis
Sauce: Joghurt-Kräuter^F
Standard: Brokkoli, Apfel, Grillgemüse, Sellerie^L, Rote Linsen^{A1,F,N}, Rote Zwiebel^o
Premium: Hummus
Finish: Körnermix

12,90 €

SALADS

S1 MALIBU BEACH

Basis: Wildkräutersalat
Sauce: Avocado-Koriander^{3,7,9,F}
Standard: Edamame, Apfel, Kichererbsen, Rotkrautsalat
Premium: Avocado, Greek White Lemon Thyme
Finish: Walnuss^{H3}

13,90 €

8 THE MEXICAN

Basis: Weißer Reis
Sauce: Chipotle-Habanero^{3,7,A1,F,N}
Standard: Kidneybohnen, Beans & Pepper Salad, Rote Zwiebel^o
Premium: Planted Chicken, Guacamole, Pico de Gallo
Finish: Koriander, Tortilla Crunch

13,90 €

10 BIG PROTEIN

Basis: Quinoa-Vollkornreis
Sauce: Erdnuss-Limette^{A1,E,F,N}
Standard: Rote Linsen^{A1,F,N}, Beans & Pepper Salad, Kidneybohnen, Erbsen
Premium: Hummus, Kebap (vegan)^{A1}
Finish: Walnuss^{H3}

12,90 €

S2 GREEKY BEACH

Basis: Wildkräutersalat
Sauce: Joghurt-Kräuter^F
Standard: Rotkrautsalat, Beans & Pepper Salad, Kirschtomaten, Rote Zwiebel^o
Premium: Tzatziki^{F,O}, Planted Gyros^o, Greek White Lemon Thyme, Kalamata Oliven
Finish: Petersilie

14,90 €

WRAPS

W1 FAB RAMI

Basis: Tortilla^{A1}, Hummus, Salat, Rotkrautsalat^o
Sauce: Maple-Himbeer Balsamico^{4,A1F,M,N,O}
Inhalt: Rote Bete, Kichererbsen, Ingwer^{3,7,9}, Falafel^{A1}

8,90 €

W2 CHICK DELUXE

Basis: Tortilla^{A1}, Hummus, Salat, Rotkrautsalat^o
Sauce: Avocado-Koriander^{3,7,9,F}
Inhalt: Rote Zwiebel^o, Beans & Pepper Salad, Kirschtomaten, Planted Chicken

9,50 €

W3 ETNIKI CLUB

Basis: Tortilla^{A1}, Tzatziki^{F,O}, Salat, Rotkrautsalat^o
Inhalt: Rote Zwiebel^o, Beans & Pepper Salad, Kirschtomaten, Planted Gyros^o

9,50 €

W4 AFRICAN SUN

Basis: Tortilla^{A1}, Rotkrautsalat^o, Erdnuss-Hummus^{A1,E,F,N}, Salat
Sauce: Erdnuss-Limette^{A1,E,F,N}
Inhalt: Kidneybohnen, Rote Linsen^{A1,F,N}, Süßkartoffeln, Planted Chicken

8,90 €

W5 VEGAN KEBAP

Basis: Tortilla^{A1}, Hummus, Salat, Rotkrautsalat^o
Sauce: Chipotle-Habanero^{3,7,A1,F,N}
Inhalt: Kirschtomaten, Gurke, Rote Zwiebel^o, Kebap (vegan)^{A1}

9,50 €

W6 AVOCADO WRAP

Basis: Tortilla^{A1}, Hummus, Salat, Rotkrautsalat^o
Sauce: Gurke-Tahini^{1,3,7,A1,F,N}
Inhalt: Kirschtomaten, Sellerie^L, Rote Zwiebel^o, Avocado

9,50 €

HOTS

H1 SWEET COCONUT CURRY

Weißer Reis, Cocoscurry mit Süßkartoffeln, Kichererbsen, Paprika, finished mit Kirschtomaten, eingelegtem Ingwer^{3,7,9}, Frühlingszwiebeln, Koriander, Erdnüssen^F und Sesam^N

12,90 €

Optional:

mit Tofu gebacken^{A1,F,N}

+ 2,50 €

mit Planted Chicken

+ 2,50 €

SWEETS

DINKEL BANANENBROT

N1 Schoko Walnuss

2,90 €

N2 Apfel Cranberry

2,90 €

N3 DAILY OATS

4,20 €

N4 CHIASEEDS

3,90 €

KIDS

X1 LITTLE HERO

Kartoffelstampf^{N,O}, Erbsen, Mais, Gurke, Nuggets (vegan)^{A1,L,M,N}

7,90 €

N5 MILCHREIS

3,50 €

N6 + Zimt und Zucker

3,50 €

N7 + Kirschmus

4,90 €

N8 + Zimt und Zucker + Kirschmus

4,90 €