

---

montag bis freitag von 11.30 bis 16.00

## TACO LUNCH BOXES

3 tacos + tagessuppe/salat + tagesdessert

**MEAT TACO BOX** 13.50

blunze gegrillt, speckkrautsalat, scharfer senf, schnittlauchkren

**VEGGIE TACO BOX** 12.50

portobello gegrillt, spinat, schafkäse

---

### SUPPEN / BEILAGEN

**TAGESSUPPE** 5.00

**BEILAGENSALAT** 3.50

**TAGESDESSERT** 2.50

---

**EISTEE** 0.4L

**APFEL-MINZE** 4.90

ceylon, granatapfel,  
apfelspalten, frische minze

---

### BARFOOD

**HAUS CHIPS (VEGAN)** 2.80

bunte kartoffel, gewürzsalz

**MARINIERTE OLIVEN** 4.00

**CROSTINI** 3 sorten 6.00

hausgemachtes brioche baguette  
-avocadomash &  
-hummus-melanzani &  
-tomaten-paprikasalsa

**ERICH NACHOS** 7.00

avocado mash, sambal oelek-käse,  
bohnencreme, feta, jalapenos, chili

---

### DETOX SMOOTHIES 0.25L

**GREEN MACHINE** 5.20

ananas, banane, spinat,  
apfel, ingwer, römersalat

**NUTRINE BOMB** 5.20

mango, kiwi, acai, orange,  
banane, kokosflocken

**MORNING GLORY** 5.20

orange, karotte, apfel-ingwer

**APFEL-INGWER SHOT** 2cl 1.00

ingwer, apfel, zitrone

---

### FRISCHE SÄFTE 0.2L

**ORANGE, BIO KAROTTE** 4.50

od. **ROTE RÜBE**

---

### FIZZY SODAS 0.4L

**FOREST BERRY** 4.90

waldbeeren, basilikum

**LIQUID PASSION** 4.90

passionsfrucht, minze

**ELDERFLOWER** 4.90

holunder, limette, minze

---

**KICKSTARTER** 6.50

ruby schokocroissant mit pistazien und granatapfel,  
cappuccino, apfel-ingwer shot

---

# RISE AND SHINE

das frühstück für individualisten



wähle eine  
basis

+



ergänze  
extras

+



verfeinere  
mit toppings

## 1. BASIS

---

### VEGAN

7.00

avocado-mash, getoastetes  
bio-vollkornbrot

### EGGS

7.00

2 eier nach wahl  
pochiert/gerührt/spiegel,  
getoastetes bio-  
sauerteigbrot

## 3. TOPPINGS

---

### 2 TOPPINGS FOR FREE

crispy quinoa  
paradeiser-paprika salsa  
dukkah (nuss-gewürz mix)  
rote eingelegte zwiebel  
frische kräuter  
frischer chili

## 2. EXTRAS

---

### +2.00 / EXTRA

grilltomate  
spicy tomaten-bohnen sauce  
sauce hollandaise  
limetten-frischkäse  
kräuter-champignons  
bio-ei  
tofu  
grillgemüse  
gemüse-rohkost  
hummus

### +3.00 / EXTRA

knusperspeck  
feta  
halloumi  
mini-bratwürstel 2 stk.  
chorizo  
beinschinken von thum  
-(auf wunsch gebraten)

### +4.00 / EXTRA

räucherlachs  
avocado mash

---

# FRÜHSTÜCK

täglich 9 bis 16 uhr

---

## HUEVOS RANCHEROS 10.00

VEGAN MÖGLICH

2 mais tacos, 2 spiegeleier  
schafskäse, koriander,  
limetten-frischkäse,  
spicy paradeiser-bohnen sauce

## BREAKFAST TACOS 10.00

kräuter-käseomelett (3 eier)  
geröstete champignons,  
knusperspeck, avocadomash,  
kresse, tomatensalsa

## BENNY EGGS 9.00

hausgemachtes brioche-  
baguette, 2 pochierte eier,  
babyspinat, tomatensalsa,  
sauce hollandaise

## GREEN SHAKSHUKA 9.00

VEGAN MÖGLICH

2 eier, zucchini, feta,  
broccoli, spinat, chili,  
saubohnen, cashewnüsse,  
kreuzkümmel, sauerteigbrot

## SCHÖNER ERICH 13.50

beinschinken, mini acai,  
gruyère, frischkäse,  
weiches ei, räucherlachs,  
schnittlauchbutter,  
knusperspeck, bio semmel,  
vollkorn-sauerteigbrot

## BREAKFAST BOWL 9.00

avocado mash, grilltomate,  
kräuterchampignons,  
pochiertes ei,  
baby mangold, dukkah

## ACAI BOWL (VEGAN) 4.00/6.00

granatapfel, kiwi, banane,  
buchweizen

## KNUSPERGRANOLA 4.00/6.00

joghurt, apfel, beeren

---

## SÜSSER ERICH 9.00

ruby schokocroissant mit  
pistazien und granatapfel,  
french toast, beeren,  
marillenmarmelade,  
brioche, knusper-butter

## SCHOKO-PORRIDGE (VEGAN) 6.00

kiwi, granatapfel,  
banane, kokos-chips

## FRENCH TOAST 7.00

frische beeren, ahornsirup

---

## EXTRAS

bio handsemmel	1.50
sauerteigbrot	2.50
schnittlauchbrot	4.00
croissant	2.00
veganes croissant	2.00
schoko-nuss-croissant	2.50
ruby schokocroissant	3.50
käse (gruyère)	2.50

---

## BOOZY BREAKFAST

### MIMOSA 5.90

house bubbles, frischer  
orangensaft, himbeeren

### BLOODY „ERICH“ 5.90

2cl HOUSE VODKA, gurke,  
zitronen, olive, tabasco,  
worcestshire sauce  
bacon!...or not?

### ESPRESSO MARTINI 5.90

2cl HOUSE VODKA,  
wiener mocca kaffeelikör,  
espresso, brauner zucker

---

täglich ab 16 Uhr

## TACOS

1stk./3stk.

### HUMMUS MELANZANI(VEGAN) 3.50/9.50

granatapfel, sojajoghurt,  
pinienkerne, pesto

### AVOCADO-SCHAFSKÄSE 3.80/10.00

bohnencreme, jungzwiebel,  
salsa, koriander, limette

### CHICKEN CHIPOTLE 3.80/10.00

schwarze bohnen, paprika,  
jungzwiebel

### MEATBALLS 4.00/10.50

spicy beans, sour cream,  
koriander

### PULLED PORK 4.20/11.00

rotkraut, bbq, zwiebel,  
gurke

### LACHS 4.20/11.00

cream cheese, rotkraut,  
spicy zitrusfrüchte

### TACO-FLIGHT 19.00

3 sorten à 2 stück

---

### KARFIOL „DER GANZE“ (VEGAN) 11.00

tahini sauce, kräuterpesto,  
granatapfel, pinienkerne

---

täglich ab 9 Uhr

## SÜSSES

### FRENCH TOAST 7.00

frische beeren, ahornsirup

### KUCHEN

-schokoshot 4.00

-apfel-brombeer-  
streuseltarte 4.50

-karotten-quinoa-  
nusstörtchen (VEGAN) 4.50

-orangen-mandelkuchen 4.50

---

täglich ab 11 Uhr

## GRILLED SANDWICHES

### THE HANGOVER 11.00

bio-handsemmel, 2 spiegeleier,  
schinken von thum, tomate,  
avocado, blattspinat,  
schmorzwiebel,  
sambal oelek-käsegratin

### HALLOUMI-FEIGENSENF 11.00

sauerteigbrot, schmorzwiebel,  
avocado, roter rübenhummus,  
mangold-basilikum-tomatensalat

### IN THE CLUB 12.00

bio-sauerteigbrot, gruyère,  
mozzarella, tomate,  
hühnerfilet, crispy bacon,  
romanasalat, roter zwiebel,  
avocodomash, limettenmayo

### PULLED PORK 15.00

brioche bun, hausgemachte bbq  
sauce, rotkraut, gurkerl,  
röstzwiebeln, tomatenrelish,  
ERICH nachos

---

täglich ab 11 Uhr

## BOWLS

### BAJA MEXICO (VEGAN MÖGLICH) 9.50

quinoa, avocado, radieschen,  
spicy beans, baja sauce,  
limette, nachos

### QUINOA BOWL (VEGAN) 11.00

quinoa, kichererbsen,  
portobello pilze gegrillt,  
babyspinat, schmortomate,  
grüner spargel, sojajoghurt,  
bärlauchpesto

### CAESER 11.00

huhn, avocado, römersalat,  
parmesan, caeser-dressing,  
sauerteigbrot-croûtons

### LACHS POKE 11.50

avocado, gurke, jasminreis,  
tomate, sojamarinade, sesam