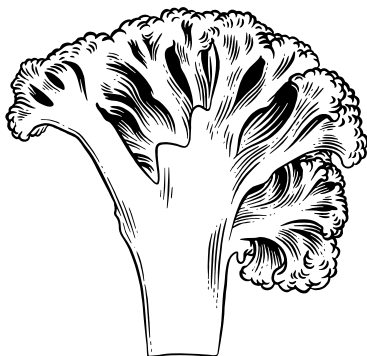


MENÜ

TANTCHEN VEGAN



VEGANE KÜCHE VOM FEINSTEN



TANTCHEN VEGAN

VORWORT

Die vegane und allgemein die bewusste Ernährung geht einher mit der Konfrontation der realen Preise, der nicht tierischen Lebensmittel. Vor allem Ersatzprodukte oder Produkte, deren Nährwerte sehr gut in die des Homosapiens ursprüngliche Anforderungen passen, sind nicht gerade günstig.

Günstig.
Günstig.
Günstig.
Günstig.

Stellen wir die Theorie bzw. das Vorurteil auf, indem wir Kilo pro Euro rechnen?

Oder stellen wir die Theorie auf, indem wir: „Ich war einkaufen um vegan zu kochen und das war so viel teurer als normal einzukaufen“, als Reverenz sehen?

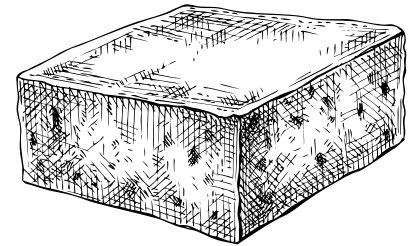
ODER

Widerlegen wir die Theorie bzw. das Vorurteil, gehen in uns, reflektieren wie viel gesünder wir leben, wie viel Leid wir den nicht artgerecht gehaltenen Tieren ersparen, wenn die Nachfrage sinkt, wie viel Lebensqualität wir uns aneignen mit diesem „teuerem“ Einkauf, wie viel Ressourcen wir einsparen mit regionalem, saisonalem Einkaufen und wie viel mehr Spaß es macht, sich aktiv damit zu beschäftigen, was einem gut bekommt und was nicht.



MENÜ

TANTCHEN VEGAN



VORSPEISEN

GEFÜLLTE PILZE

5,90

Champignons gefüllt mit einer Mischung aus Spinat, Knoblauch, Creme Vega, überbacken mit Tschies

SOMMERROLLEN

5,90

Reispapierrollen gefüllt mit Glasnudeln, frischem Gemüse und Erdnüssen, serviert mit einem Erdnusssdip

OPTIONAL MIT TOFU

+ 1,50

SELBSTGEMACHTER BROTLAIB MIT DIP

6,90

ZWIEBELROSE MIT 2 DIPS

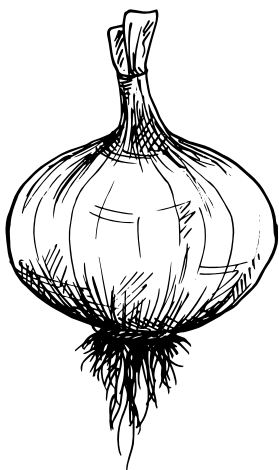
5,90

(ideal zum Teilen)

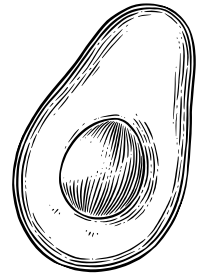
TOFUPLATTE MIT REGIONALEM, HANDGEMACHTEM BIO-TOFU VON DER TOFUMANUFAKTUR WINTER

12,90

3 verschiedene Tofusorten, Trauben, Melone, Nüsse, dreierlei Fruchtsenf, selbstgemachtes Brotlaib



TANTCHEN VEGAN



SALATE

ROASTED CEASAR

15,20

Geröstete Romanaherzen auf Tomaten-Carpaccio mit hausgemachtem Ceasar-Dressing und gerösteten Sonnenblumenkernen

GURKENSALAT ASIEN-STYLE

11,90

Süß-pikanter asiatischer Gurkensalat mit gerösteten Sonnenblumen- und Cashewkernen

COUSCOUSSALAT

13,50

Couscous, Tomaten, Zwiebeln, Gurke und Oliven

FRÜHLINGSSALAT

12,20

Blattspinat, Avocado, Gurke, Tomaten, Radieschen, Frühlingszwiebeln mit Balsamicodressing

SUPPEN

zu jeder Suppe ein kleines selbstgemachtes Brotlaib

KÜRBIS-INGWERSUPPE

6,10

Mit Kokosmilch, Kürbiskernöl und gerösteten Kürbiskernen

WEISSE BOHNENSUPPE

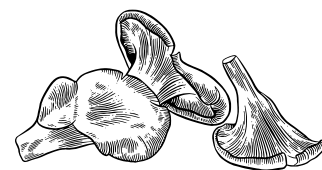
5,9

Mit Creme Vega Nocke

0



TANTCHEN VEGAN



HAUPTSPEISEN

TOFU WRAP

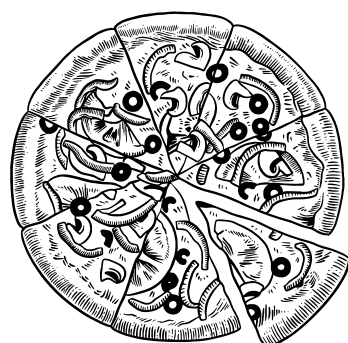
11,80

Gerösteter Tofu mit Avocado, Spinat und Tomaten mit wählbarer Sauce

VEGANE PIZZA

13,40

Hausgemachte Pizza mit Tomatensauce und Tschies



WÄHLBARE ZUTATEN 3 INCLUSIVE:

RÄUCHERTOFU

ARTISCHOCKENHERZEN

ZWIEBEL

GETROCKNETE TOMATEN

PAPRIKA

OLIVEN

PILZE

KNOBLAUCH

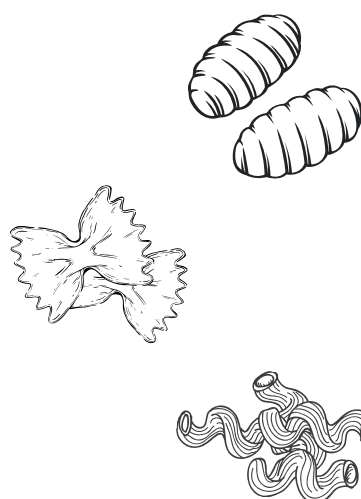
JE WEITERE ZUTAT

+ 1,50

GNOCCHI MIT HAUSGEMACHTEM BASILIKUM-PESTO

15,60

Hausgemachte Gnocchi mit einem frischen Basilikum-Pesto und Cherrytomaten



PASTA MIT PILZSPINATSAUCE

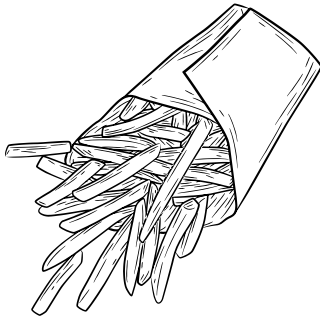
13,80

KARTOFFELRÖSTI MIT AVOCADO- FILET UND SOUR-CREAM

9,40

KARTOFFELRÖSTI MIT HAUSGEMACHTEM APFELMUS

9,10



TANTCHEN VEGAN

BURGER

TANTCHEN TSCHIES

11,90

Hauseigenes Pilzpatty, Tschies, frischer Blattsalat, Tomatenscheiben, eingelegten Zwiebeln, hausgemachter Burgersauce

SPICY-SLAW V-CHICKEN BURGER

13,90

V-Chickenpatty auf Austernpilzbasis, Tschies, Coleslaw, Siracha-Vegan-Mayonnaise

ADD-ONS (1 DIP INCLUSIVE)

SÜSSKARTOFFEL-POMMES

5,90

CURLY FRIES

4,90

GEBACKENE AVOCADO FRIES

6,20

GRILLGEMÜSE

4,80

PILZE DER SAISON

5,70

DIPS

1,90

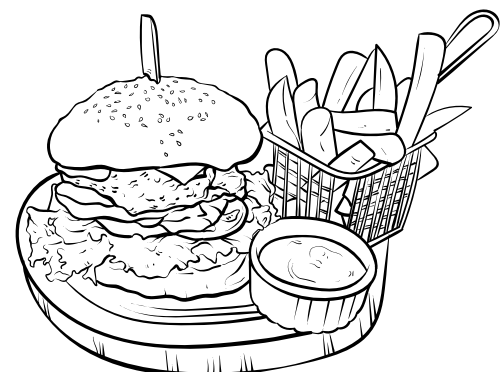
KETCHUP

VEGANE MAYONNAISE

AIOLI

SPICY MAYO

ERDNUSS INGWER



TANTCHEN VEGAN



BOWLS

GRUNDLAGE

Reis

14,60

WEITERE ZUTATEN

5 inklusive je weitere Zutat:

AVOCADO

KAROTTE

BROKKOLI RÖSCHEN

TOMATE

PILZE DER SAISON

ZWIEBEL

KICHERERBSEN

BAMBUSSTREIFEN

GRILLGEMÜSE

TOFU

GURKE

OLIVEN

3,10

DRESSINGS

1 inklusive je weiteres Dressing:

SPICY MANGO

KOKOS LIMETTE KORIANDER

SESAM KNOBLAUCH PETERSILIE

ERDNUSS INGWER

2,90

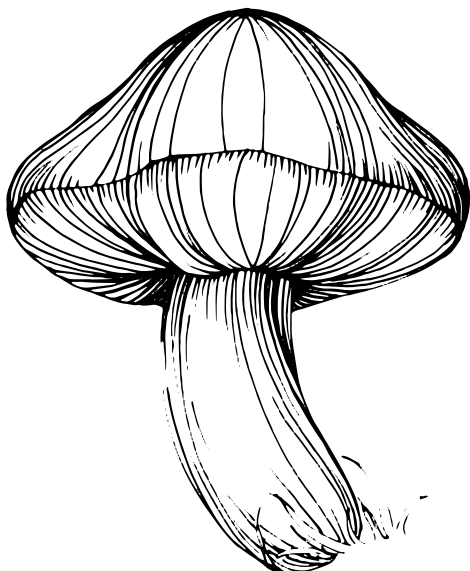
TOPPINGS

1 inklusive je weiteres Topping:

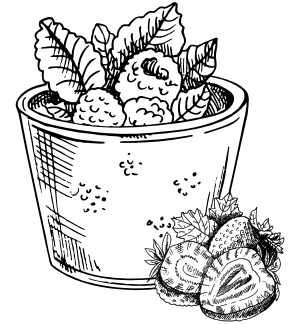
GRANATAPFELKERNE

GERÖSTETER NUSSMIX

3,10



TANTCHEN VEGAN



NACHSPEISEN

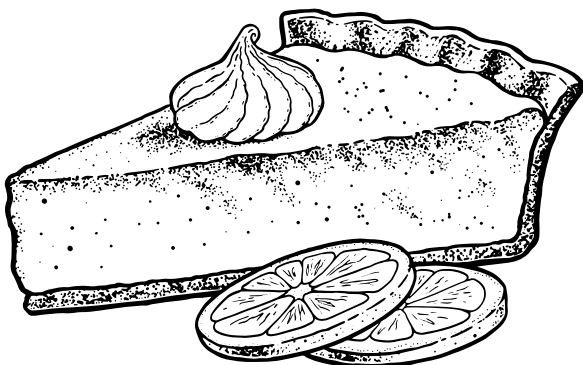
CRÈME BRÛLÉE 7,20

TANTCHEN-SURPRISE 5,20

HAUSGEMACHTES EIS
(VARIIEREND) 3,40

KUCHEN (VARIIEREND) 4,70

TORTE 5,20



Liebe Gäste, soweit Sie von Allergien betroffen sind, melden Sie sich. Gerne gibt Ihnen unsere separate Allergikerkarte Auskunft über die in den Speisen enthaltenen allergenen Zutaten.